



**De
beweeg-
kracht
van de
openbare
ruimte**



DE BEWEEGKRACHT VAN DE OPENBARE RUIMTE

Hoe triggert de openbare ruimte jongeren te bewegen?

Beroepsproduct
Master of Urban and Area Development (MUAD)

Versie 1.0 | 10 juni 2024

Auteur: Henrike Offerman-Valkema
Studentnummer: 1843514

Begeleider: Pimm Terhorst
Examinator: Harm Jan Korthals Altes

Datum en plaats: 10 juni 2024, Enkhuizen

Afbeelding voorblad: Marjo de Jong | Jong Design 2024
Aantal woorden: ca 5500



INHOUDSOPGAVE

Introductie	7
De leefomgeving (model 1)	11
De bewegvriendelijke omgeving (model 2)	12
De beweegkracht van de openbare ruimte (model 3)	16
De balans tussen ontwerper en gebruiker	19
7 #GOALS en 3 Spelregels	20
Jongerenwoordenlijst	36
Inspirerende voorbeelden	38
Tot slot	40
Literatuurlijst	42

Beste lezer,

Voor u ligt een boekje dat is ontstaan uit mijn wetenschappelijk onderzoek voor de opleiding Master of Urban and Area Development aan de Hogeschool Utrecht. De centrale onderzoeksvraag in dit onderzoek is: *“Welke fysieke en sociale kenmerken in de gebiedsontwikkeling kunnen bijdragen aan het beweeggedrag van jongeren in de openbare ruimte?”*

Het Nederlands Jeugdinstituut (2023) neemt een achteruitgang waar van zowel de fysieke als de mentale gezondheid van jongeren. Er is een sterk verband tussen beweging en mentale gezondheid. Onderzoek bevestigt dat fysieke activiteit gunstig is voor de geestelijke gezondheid van jongeren (Ma et al., 2018). Ik ben in mijn onderzoek op zoek gegaan naar dat wat jongeren tussen 12 en 17 jaar nodig hebben om meer te gaan bewegen in de openbare ruimte.

Voor het onderzoek is uitgebreid literatuuronderzoek gedaan en er zijn interviews gehouden met experts. Onder de jongeren is een enquête afgenomen en er is een buurtwandeling met een groepje leerlingen gemaakt.

De conclusie van mijn onderzoek is dat een uitnodigende en beweegvriendelijke omgeving onderdeel is van de totale leefomgeving, fysiek en sociaal. Een beweegvriendelijke omgeving wordt uitnodigend wanneer de sociale en de fysieke omgeving op elkaar zijn afgestemd. Het combineren van de leefomgeving met een beweegvriendelijke omgeving krijgt in dit onderzoek de titel **‘de bewegkracht van de openbare ruimte’**. Deze methode wordt in de volgende hoofdstukken toegelicht aan de hand van drie modellen: 1. De leefomgeving, 2. De Beweegvriendelijke omgeving en 3. De bewegkracht van de openbare ruimte. Dit laatste model is een door mij nieuw ontworpen model waarin de eerste twee modellen worden samengevoegd.



Vervolgens zijn de uitkomsten van de jongerenenquête vertaald naar zeven spelregels, #GOALS* genoemd. #GOALS die aangeven wat vanuit het oogpunt van de jongeren in Hoorn belangrijk is. Deze #GOALS zijn aangevuld met de drie meest opvallende bevindingen uit de gesprekken met experts, de Spelregels.

Om na het lezen van de #GOALS en de Spelregels nog meer in de wereld van de jongeren te komen, is een woordenlijst opgenomen met 'de taal van jongeren'. Als afsluiting een aantal inspirerende voorbeelden uit binnen- en buitenland.

De gemeente Hoorn is actief bezig met het opnemen van een gezonde omgeving in haar beleid en heeft jongeren hiervoor ook als specifieke doelgroep benoemd in de recent hernieuwde beleidsnota 'Sport, spel en bewegen in de openbare ruimte 2024'. In dat kader gaf de gemeente Hoorn opdracht voor dit boekje. Het is een makkelijk te lezen uittreksel van het hele onderzoek gecombineerd met de beleefwereld van jongeren. Het boekje dient als handvat voor de gemeente Hoorn om, samen met ontwikkelaars, wooncorporaties, ontwerpers, maar vooral ook samen met de jongeren en andere inwoners van de gemeente, aan de slag te gaan met 'de beweegkracht van de openbare ruimte'!

Ik bedank iedereen die heeft bijgedragen en met name een grote dank aan de jongeren die bereid zijn geweest hun input hieraan te geven!

Aan dit boekje heb ik met veel passie en voldoening gewerkt en ik ben trots op het resultaat. Heel veel leesplezier (en vergeet tussendoor niet een beetje te bewegen)!

Henrike Offerman, juni 2024

** #GOALS: Hiermee geven jongeren aan als iets hun wenselijk doel zou zijn. Ze zien een foto op Instagram van een fantastisch mooie beweeg- en ontmoetingsplek, een steiger waar je heerlijk kan opstappen om te gaan SUPpen, maar ook iemand die daar lekker zit met een ijsje. Jij wilt dat ook hebben, jij wilt daar ook zijn, dus je reageert met #GOALS!*





De leefomgeving van jongeren is van grote invloed op hun welzijn. Een omgeving bestaat naast de fysieke kant ook uit een sociale. De fysieke benadering gaat over harde ingrepen, zoals de bebouwing en de openbare ruimte. De sociale benadering gaat over de zachte kant van de leefomgeving, de cohesie en veiligheid in een gebied. Wanneer fysiek en sociaal met elkaar in balans zijn, ontstaat er een omgeving waar het prettig is om te verblijven, aldus Kruize (2022).

Hard/Fysiek

Er is een toenemende druk op de openbare ruimte, met als gevolg dat ruimte steeds meer gedeeld moet worden en dus multifunctioneel wordt gebruikt.

Bebouwing: type woningen en de opbouw van een wijk. Dit zegt veel over de bevolkingssamenstelling in het gebied.

Openbare ruimte: infrastructuur en aanwezigheid van groen en water. Aantrekkelijk groen en uitnodigende pleinen geven een positieve uitstraling en stimuleren de sociale sfeer in het gebied (*Wijk in Ontwikkeling*, z.d.).

Zacht/Sociaal

Gedeelde ruimte heeft een sterke sociale dimensie; verschillende typen gebruikers van openbare ruimte worden gedwongen rekening met elkaar te houden. Op deze manier wordt ontmoeting en onderlinge betrokkenheid gestimuleerd.

Sociale cohesie: de mate van betrokkenheid of verbondenheid binnen groepen. Dit gaat bijvoorbeeld om sociale steun, respect en de verbondenheid tussen groepen (Middelweerd, 2023).

Sociale veiligheid: voelen mensen zich prettig en veilig op een bepaalde plek? Als mensen zich prettig voelen in de buitenruimte gaan zij eerder naar buiten (Tauw, z.d.).

Samenwerking tussen professionals in het fysieke en sociale domein is een belangrijke succesfactor bij de herinrichting van gebieden.

#Goals volgens jongeren

1. Beetje in de buurt graag

2. Plekken die passen

3. Geschikt voor gen Z

4. Waar is het eigenlijk?

5. Wat kan ik er doen?

6. Mag ik ook wat zeggen?

7. Gooi die hekken eens open!

8. DE WEG ERNAAR TOE...

9. KAN HET EEN BEETJE SNELLER?

10. RESPECT FOR ALL!

Aanvullende spelregels vanuit de professionals

7. Gooi die hekken eens open!

Achter de hekken van sportaccommodaties en schoolpleinen zitten wel heel aantrekkelijke plekken verscholen. *'Kijk, als we daar nou gewoon naartoe kunnen zonder dat we lid zijn of buiten de trainingen en wedstrijden om, ja, dan zouden we wel wat vaker sporten!'*

Jongeren hebben het idee dat ruimere en meer aantrekkelijke sportvoorzieningen, die ook afgestemd zijn op hun behoeften, ze zal motiveren tot meer activiteit. Schoolpleinen en sportaccommodaties zijn nu nog vaak gesloten buiten de openingstijden en niet toegankelijk voor iedereen.

Wanneer de hekken rond deze pleinen en parken opengaan, komt er extra openbare ruimte bij die behalve door de jongeren ook door andere inwoners van de gemeente gebruikt kan worden voor

bijvoorbeeld een hardloopondje of een work-out. Met het gebruik door meerdere doelgroepen neemt ook de sociale controle toe.

Het openen van de hekken hoeft trouwens niet 24x7. Vaak zijn de hekken om juridische en beheerstechnische redenen gesloten. Met het draaien van testsituaties kan gekeken worden wat wel en niet werkt. Ervaring leert dat de bereidheid om iets tijdelijk uit te proberen groter is dan wanneer een verandering direct blijvend zou moeten zijn.

Sportaccommodaties liggen meestal aan de randen van de wijken en zijn daarmee dus een ideale plek voor jongeren, bereikbaar en tegelijkertijd ook een beetje uit het zicht (hé, hadden we dit niet eerder ergens gelezen?).

