



De beweeg- kracht van de openbare ruimte



De beweegkracht van de openbare ruimte

Hoe triggert de openbare ruimte jongeren te bewegen?

Wetenschappelijk artikel
Master of Urban and Area Development (MUAD)

Versie 1.1 | 28 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 5000

Inhoudsopgave

Inleiding	4
<i>Probleemomschrijving</i>	5
<i>Wetenschappelijke en maatschappelijke relevantie</i>	6
<i>Onderzoeksvragen</i>	7
<i>Begripsbepaling</i>	7
<i>Introductie van het casusgebied</i>	7
<i>Leeswijzer</i>	7
Onderzoeksmethode	8
<i>Literatuuronderzoek</i>	8
<i>Kwantitatief onderzoek</i>	8
<i>Kwalitatief onderzoek</i>	9
Resultaten	10
<i>Demografie</i>	10
<i>Fysieke en sociale kenmerken van een gebied</i>	12
<i>Wat maakt een omgeving beweegvriendelijk?</i>	13
<i>Aansluiting bij de doelgroep</i>	17
Conclusie	18
Discussie en aanbevelingen	20
Literatuurlijst	22
Bijlagen	25
<i>Bijlage 1: Begrippenlijst</i>	25
<i>Bijlage 2: Buurtwandeling</i>	26
<i>Bijlage 3: Interviews</i>	28
<i>Bijlage 3a: Deelnemers</i>	28
<i>Bijlage 3b: Topiclijst semigestructureerd interview met experts</i>	29
<i>Bijlage 3c: Relatiediagram</i>	30
<i>Bijlage 4: Uitkomsten jongerenenquête</i>	31
<i>Bijlage 5: Aanbod casusgebieden</i>	36

Inleiding

Figuur 1:

Krantenkoppen



Bron: Volksgezondheid Toekomst Verkenning, z.d. en Sporttest z.d.

Sinds de coronacrisis is er veel aandacht voor de fysieke en mentale gezondheid van jongeren. De pandemie heeft op veel jongeren een negatieve invloed gehad. Zij zijn minder gaan bewegen, ongezond gaan eten en hadden vaker last van klachten als depressie, angsten en eenzaamheid. De impact van de pandemie op de lange termijn is nog niet duidelijk en wordt de komende jaren onderzocht (RIVM, z.d.).

Jongeren kwamen ook voor de coronacrisis al niet aan de gestelde beweegnorm van gemiddeld één uur per dag (WHO, 2017 en Universiteit van Utrecht et al., 2022). Bijna 13% van de jongeren heeft last van overgewicht (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023) en 12% voelt zich meestal of altijd eenzaam (HBSC Nederland, 2022).

Jeugd beweegt veel te weinig

Figuur 2:
Beweegnorm voor jongeren.



Bron: Ros, 2024

De afbeelding hierboven toont hoeveel beweging jongeren nodig hebben voor een goede gezondheid.

Beweging en mentale gezondheid staan nauw met elkaar in verband. Onderzoek bevestigt dat fysieke activiteit gunstig is voor de geestelijke gezondheid van jongeren. Jongeren die een of meerdere keren per week bewegen hebben een minder grote kans om zich depressief te voelen (Ma et al., 2018). Jongeren geven zelf ook aan dat veel bewegen en sporten hen helpt om zich weer goed te voelen (Trimbos Instituut et al., 2020).

Probleemomschrijving

Er is een afname van zowel de fysieke als de mentale gezondheid van jongeren. Dit gaat ten koste van hun welzijn en ontwikkeling. Daarnaast sporten steeds minder jongeren in clubverband naarmate zij ouder worden (Universiteit van Utrecht et al., 2022). Een beweegvriendelijke omgeving kan bijdragen aan het voorkomen van niet-actief gedrag en de daarmee gepaard gaande gezondheidsproblemen. Uit onderzoek van Deelen (2019) blijkt dat

het bij de inrichting van de openbare ruimte nog onvoldoende duidelijk is wat de wensen van jongeren zijn. Naast de fysieke inrichting spelen ook sociale factoren een rol (RIVM, 2022).

Probleemstelling

Jongeren hebben in toenemende mate te kampen met zowel fysieke als mentale gezondheidsproblemen (*Nederlands Jeugdinstituut* (NJI), 2023). Dit gaat ten koste van hun welzijn en ontwikkeling. Dit onderzoek richt zich op jongeren in de leeftijd tussen twaalf en zeventien jaar. Dit is de leeftijd waarin jongeren zich ontwikkelen van puber tot volwassenheid en wanneer zij achttien of ouder zijn vallen zij in veel onderzoeken onder de categorie (jong) volwassenen.

Doelstelling

Doel van dit onderzoek is om inzicht te krijgen in wat jongeren nodig hebben om meer te bewegen in de openbare ruimte, omdat voldoende bewegen een positief effect heeft op de lichamelijke en mentale gezondheid (*Onderwijskennis*, z.d.).

Wetenschappelijke en maatschappelijke relevantie

Het onderzoek is wetenschappelijk relevant omdat bestaande studies vaak slechts een deel van het probleem aanpakken. Veel onderzoek richt zich óf op de invloed van fysieke en sociale kenmerken van de leefomgeving, óf op de effectiviteit van beweegvriendelijke omgevingen, vaak beschreven in termen van hardware, software en orgware. Er ontbreekt echter een integrale benadering die beide omgevingen combineert en onderzoekt hoe deze samen het beweeggedrag van jongeren beïnvloeden. Door deze integrale aanpak draagt dit onderzoek bij aan een diepere en meer toepasbare kennisbasis, die professionals kan helpen bij het ontwerpen van omgevingen die het beweeggedrag van jongeren optimaal stimuleren.

Er is overtuigend wetenschappelijk bewijs dat voldoende bewegen positieve effecten heeft op de lichamelijke gezondheid. Daarnaast heeft fysieke activiteit een positief effect op de cognitie, de sociaal-emotionele ontwikkeling en het welbevinden van jongeren (*Onderwijskennis*, z.d.). Jongeren die voldoende bewegen vertonen minder crimineel gedrag en presteren beter op school. Daarnaast levert het extra sociaal kapitaal en plezier op. Investeren in sport en bewegen levert dan ook een positief maatschappelijk rendement op, uitgedrukt in een Social Return On Investment (SROI). De SROI geeft inzicht in hoe

groot het maatschappelijk rendement is. Het Nederlandse gemiddelde wordt in 2024 geschat op 2,76. Dit houdt in dat de maatschappelijke opbrengsten 2,76 keer hoger zijn dan de kosten. Deze positieve opbrengst zit bijvoorbeeld in gezondheidswinst en lagere zorgkosten (Mulier Instituut, 2022).

Dit onderzoek levert waardevolle inzichten voor de beroepsgroep en het toepassen van deze inzichten heeft een positief effect op de fysieke en mentale gezondheid van jongeren. Hoewel de casestudy gericht is op Hoorn, is de theoretische onderbouwing breed toepasbaar. Het boekje **“De beweegkracht van de openbare ruimte”**, is specifiek opgesteld voor de gemeente Hoorn en kan ook voor andere gemeenten op maat worden opgesteld. Dit onderzoek draagt daarmee bij aan de wetenschappelijke literatuur in het algemeen en stedelijke ontwikkeling in het bijzonder.

Figuur 3:

Waarde van sport en bewegen



Bron: Mulier Instituut, 2022

Onderzoeksvragen

Op basis van de hiervoor genoemde probleemomschrijving luidt de centrale onderzoeksvraag in dit onderzoek:

“Welke fysieke en sociale kenmerken in de gebiedsontwikkeling kunnen bijdragen aan het beweeggedrag van jongeren in de openbare ruimte?”

Omdat deze vraag te groot is om eenvoudig te kunnen beantwoorden, worden de volgende deelvragen gebruikt:

1. Welke demografische factoren spelen een rol bij het gebruik van de openbare ruimte?
2. Welke fysieke en sociale kenmerken hebben invloed op het gebruiken van de openbare ruimte?
3. Hoe creëer je een omgeving die uitnodigt tot bewegen?
4. Hoe kun je ervoor zorgen dat de wensen van de jongeren worden meegenomen in het ontwerp en hoe bereiken we deze jongeren het beste?

Begripsbepaling

Hieronder volgt een opsomming en toelichting van de belangrijkste kernbegrippen. Deze begrippen spelen een grote rol in het onderzoek.

Openbare ruimte: een plaats die voor iedereen toegankelijk is. In dit onderzoek is dit een plaats in de openlucht die in eigendom is van de gemeente en door de gemeente wordt beheerd en onderhouden.

Fysieke kenmerken: de bebouwing (type woningen en opbouw van een wijk) en de openbare ruimte (infrastructuur, groen en water).

Sociale kenmerken: sociale cohesie (betrokkenheid binnen een groep) en sociale veiligheid (voelen mensen zich prettig en veilig).

In bijlage 1 is een uitgebreide begrippenlijst opgenomen.

Introductie van het casusgebied

Gemeente Hoorn is actief bezig met een gezonde leefomgeving en doet dit door onder andere de openbare ruimte zo in te richten dat deze uitnodigt om te bewegen en te ontmoeten (Omgevingsvisie Hoorn, 2022). De beleidsnota ‘Sport, spel en bewegen in de openbare ruimte 2024’ is recent herzien en richt zich nu op alle inwoners van Hoorn met jongeren als specifieke doelgroep (Gemeente Hoorn, 2024). Op deze wijze wil de gemeente deze doelgroep extra aandacht geven. De resultaten van dit onderzoek kunnen een belangrijke bijdrage leveren aan het realiseren van de ambities van de gemeente Hoorn.

Voor de uitvoering van dit onderzoek zijn door de gemeente twee casusgebieden gedefinieerd: Pelmolenpad en Nieuwe Steen. Pelmolenpad is een nieuwe binnenstedelijke ontwikkeling in de wijk Grote Waal, waar een nieuwe woonwijk wordt ontwikkeld met ongeveer 600 huur- en koopwoningen. Nieuwe Steen is een bestaand gebied waar met name kantoren zijn gevestigd, maar ook twee middelbare scholen. De gemeente werkt aan het opstellen van een gebiedsagenda voor Nieuwe Steen voor een transformatie van ‘werken’ naar ‘wonen en werken’. Met deze twee casusgebieden komen meerdere facetten van de gebiedsontwikkeling aan de orde, zoals nieuwbouw, transformatie, wonen en werken.

Leeswijzer

Dit artikel beschrijft de onderzoeksmethode en vervolgens worden de resultaten van het onderzoek besproken gevolgd door een conclusie. Het onderzoek sluit af met een discussie van de resultaten en aanbevelingen voor vervolgonderzoek.

Onderzoeksmethode

Literatuuronderzoek

Voor dit onderzoek is een uitgebreid literatuuronderzoek uitgevoerd om bestaande kennis te verzamelen (Scharwächter, 2022). Hiervoor zijn zowel nationale als internationale wetenschappelijke artikelen geraadpleegd, aangevuld met vakliteratuur en diverse data- en kennisbanken. Naast deze bronnen, zijn ook diverse (beleids)documenten van de gemeente Hoorn geraadpleegd.

Kwantitatief onderzoek

In de zomer van 2023 heeft Bureau Speelplan in opdracht van de gemeente Hoorn een onderzoek uitgevoerd naar de openbare sport-, spel- en beweegruimtes. Het onderzoek omvat een kwantitatieve analyse van de huidige beweegmogelijkheden, evenals een digitale enquête onder inwoners.

Deze enquête werd door zes jongeren ingevuld, waardoor de uitkomst onvoldoende representatief is. De enquête is daarom opnieuw uitgezet, in een vereenvoudigde vorm en aangepast aan de doelgroep.

Om de doelgroep te bereiken, is ingezet op drie kanalen: middelbare scholen, jongerenwerkers en sportverenigingen. Uiteindelijk hebben alleen drie middelbare scholen medewerking verleend en de enquête verspreid onder leerlingen via social media en/of nieuwsbrieven. De enquête bevat voornamelijk meerkeuzevragen omdat deze vorm het beste aansluit bij de doelgroep.

Onderstaande tabel geeft inzicht in het aantal leerlingen per school, type opleiding (praktisch of theoretisch) en opleidingsniveau.

Tabel 1:

Middelbare scholen in Hoorn

Middelbare scholen in gemeente Hoorn	Type	Opleiding	Aantal leerlingen	% leerlingen vs totaal
SG Newton	praktisch	VMBO	728	
Tabor College d'Ampte	praktisch	VMBO	951	
Vonk Hoorn	praktisch	VBO	557	
Praktijkschool Westfriesland	praktisch	Praktijkond.	202	
Totaal aantal leerlingen praktische opleidingen			2.438	31%
OSG West-Friesland	theoretisch	VMBO-WWO	1.481	
Copernicus SG	theoretisch	VMBO-WWO	1.135	
Tabor College Werenfridus	theoretisch	VMBO-WWO	1.400	
Tabor College Oscar Romero	theoretisch	VMBO-WWO	1.248	
Hoorn-Ida Gerhard Academie	theoretisch	VMBO-WWO	208	
Totaal aantal leerlingen theoretische opleidingen			5.472	69%
Totaal aantal leerlingen Hoorn			7.910	100%

Bron: AlleCijfers.nl, z.d.

De respons van de enquête is 104. Onderstaande tabel geeft inzicht in de respons.

Tabel 2:

Respons versus totaal aantal Hoorn

Categorie	Respons	% respons	Hoorn	% Hoorn
Totaal	104	100%	7.910	100%
Meisjes	67	64%	3.948	50%
Jongens	36	35%	3.962	50%
X	1	1%	0	0%
Theoretisch opgeleid	71	68%	5.472	69%
Praktisch opgeleid	33	32%	2.438	31%
Leeftijd 12-14 jaar	30	29%	4.992	63%
Leeftijd 15-17 jaar	74	71%	2.918	37%

Bron: *AlleCijfers.nl*, z.d. en jongerenenquête

Kwalitatief onderzoek

Bureau Speelplan heeft kwalitatief onderzoek uitgevoerd door het houden van buurtwandelingen en een jongerensessie. Beide onderzoeken hebben geen uitkomsten opgeleverd voor dit onderzoek omdat er geen jongeren hebben deelgenomen aan de buurtwandeling. De jongerensessie heeft waardevolle inzichten geleverd, maar betrof niet een van de casusgebieden. Daarom is er besloten om de buurtwandelingen met jongeren opnieuw te organiseren en zo een combinatie te maken van de buurtwandeling en de jongerensessie. Tijdens de wandeling hebben de jongeren kunnen delen wat zij belangrijk vinden in de openbare ruimten. Vanwege onvoldoende animo vond één wandeling plaats in plaats van de geplande twee.

De resultaten van de wandeling zijn verwerkt in een verslag (bijlage 2). Dit verslag is ter validatie gedeeld met de jongeren en verwerkt op een kaart van het gebied.

Daarnaast zijn er vijftien semi-gestructureerde interviews afgenomen, waarvan met zeven medewerkers van de gemeente Hoorn en acht externe professionals uit het vak. Deze interviews geven inzicht in hoe en waarom bepaalde zaken gebeuren. Bijlagen 3a en 3b bevatten een overzicht van geïnterviewde experts en de topiclijst.

De interviews zijn getranscribeerd en samengevat. De geïnterviewden hebben de samenvattingen gevalideerd. Vervolgens zijn de samenvattingen gecodeerd en gecategoriseerd in vijf thema's. Relaties tussen de thema's zijn zichtbaar gemaakt in een relatiediagram (bijlage 3c).

Tot slot heeft er een expertsessie plaatsgevonden bij de gemeente Hoorn. Hierin werd het onderzoek toegelicht en vond de pre-lancering van het boekje plaats. De ontvangen feedback is verwerkt in het eindresultaat.