

GEZOND DOOR EEN GROENE OMGEVING

De feiten

- ✓ Het aantal gezondheidsklachten daalt met 0,15% per inwoner voor elke 10% meer groen in de woonomgeving.
- ✓ Hoe meer groen in een woonomgeving, hoe minder gezondheidsklachten. De aard van het groen speelt daarbij nauwelijks een rol.
- ✓ Verblijf in een groene omgeving vermindert de gevolgen van chronische mentale vermoeidheid die wordt veroorzaakt door drukke omstandigheden en lawaai.
- ✓ Na inspanning, zoals een zeer drukke werkweek, zijn mensen geneigd de natuur op te zoeken, zoals wandelen in het park.
- ✓ Bomen spelen een belangrijke rol bij het voorkomen van huidkanker.
- ✓ Meer natuur in een woonomgeving leidt tot meer bewegen.
- ✓ De gezondheidsraad concludeert in haar rapport 'Natuur en gezondheid' dat groen in de omgeving gunstig is voor de gezondheid.
- ✓ Patiënten met uitzicht op groen herstellen sneller van een operatie dan patiënten zonder dit uitzicht. Zij gebruiken ook minder pijnstillers.
- ✓ Een groene omgeving heeft een aantoonbaar positief effect op de concentratie.
- ✓ Een groene omgeving helpt bij de vermindering van de negatieve gevolgen van stress.
- ✓ Fijn stof geeft gezondheidsklachten. Bomen en hagen langs wegen kunnen 15 tot 25% van de fijn stofdeeltjes afvangen en neutraliseren en tot 75% verdrijven.

Dus

- ✓ Een groene omgeving en bomen hebben een belangrijke rol in het voorkomen van gezondheidsklachten. Kortom, investeringen in groen brengen de ziektekosten van de Nederlandse samenleving omlaag.

- ✓ Goede inrichting, aanleg en goed beheer van de groene omgeving zijn succesvolle instrumenten bij het welzijnsbeleid van gemeenten.

Bronnen

1. *De baten van de groene stad (2005). Stichting Groenforum Nederland*
- Wesseling, J.P., Duyzer, J., Tonneeijck, A.E.G., C.J., 2004. *Effecten van groenelementen op No2 en PM10 concentraties in de buitenlucht.*
2. Ridder, Dr. Ir. K. de, 2004. *Benefits of Urban Green Space.*
3. Ulrich, R.S., 1996. *Vijf minuten is genoeg, uitzicht op groen vermindert stress.*
4. Tennesen, C.M., Cimprich, B., 1995. *Views tot nature: Effects on Attention.*
- Van den Berg, A.M., Van den berg, M., 2001. *Van buiten word je beter.*
5. Schuiling, L. en Van den berg, A.E., 2001. *Waar kiezen gestresste werknemers voor? Natuur versus stad. Afstudeerverslag, Alterra Wageningen.*
6. De Vries, Verhey en Groenewegen. *Natuur en gezondheid, een verkennend onderzoek.*
7. Van der Wulp, 2001. *natuur is gezond.*
8. *Trees for health, Sheffield news.* www.sheffield.gov.uk
9. *Gezondheidsraad en Raad voor Ruimtelijk, Milieu-en Natuuronderzoek, 2004. natuur en gezondheid. Invloed van natuur op sociaal, psychisch en lichamelijk welbevinden.*
10. *Bomenstichting, 2004. Bomen en welzijn.*

Met dank aan onderzoeksinstituut Alterra, Wageningen