

Gezond *Stedelijk* Leven

Kennisagenda regio Utrecht



Colofon

Deze brochure is een gezamenlijke uitgave van gemeente Utrecht, provincie Utrecht, Universiteit Utrecht en Hogeschool Utrecht.

Tekst: Leonie Walta –
www.leoniewalta.nl.



Gezond *Stedelijk* Leven

Kennisagenda regio Utrecht



Hoe houden we de regio Utrecht gezond?

Stad en regio Utrecht vormen een belangrijk knooppunt in Nederland, met veel werkgelegenheid en een gezonde, jonge, hoogopgeleide bevolking. Groeiende verstedelijking en verkeersstromen maken het een uitdaging de regio, nu en in de toekomst en voor alle inwoners, zo gezond mogelijk te houden.

Regio Utrecht heeft de ambitie om zich te ontwikkelen tot nationale en internationale modelregio voor Gezond Stedelijk Leven. Een regio waar gezondheid centraal staat in alles wat we doen. Een regio van gezonde inwoners in een gezonde leefomgeving, werkend aan een gezonde economie. Waar iedereen kan meedoen, en iedereen zich thuis mag voelen. In een gezonde regio hebben mensen een passende baan of opleiding of zijn ze op een andere manier actief bij de samenleving betrokken. Je kunt er prettig wonen in een schone omgeving met zo min mogelijk overlast. Een omgeving die uitnodigt tot een gezonde levensstijl, aanzet tot beweging en levendig is door de recreatieve en culturele functies van de stad. En waar ontmoeting vanzelfsprekend is. Waar duurzaamheid de norm is. En waar we geld blijven verdienen, juist door aandacht te hebben voor gezond stedelijk leven voor iedereen.

Om deze ambitie te realiseren zijn nieuwe kennis, nieuwe oplossingsrichtingen en nieuwe samenwerkingsverbanden nodig. De focus ligt hierbij op vraagstukken rond de relatie tussen gezond leven en ruimtelijke inrichting, sociale inclusiviteit, economie en technologie. Dat is waar we samen aan willen werken.

De kern van deze vraagstukken is de zoektocht naar de mechanismen achter gezond (stedelijk) leven. Hoe gaan mensen keuzes maken die gezondheid en duurzaamheid bevorderen?

Er is al veel bekend over gedragsstijlen die ten grondslag liggen aan gezondheidsverschillen. Welke omgevingsfactoren precies tot die gedragsstijlen leiden is moeilijk vast te stellen. Klassieke interventies, gericht op het beïnvloeden van omgevingsfactoren, zijn onvoldoende gebleken om deze vraagstukken geheel op te lossen.

Er is behoefte aan nieuwe oplossingsrichtingen, die uitgaan van de eindgebruiker, de individuele burger of professional. Onder welke condities veranderen zij hun gedrag op het gebied van gezond en

Vraagstukken gezond stedelijk leven

Ruimtelijke inrichting

Hoe richt je een omgeving in die gezond en prettig is om in te wonen en te werken, en die tegelijkertijd uitnodigt tot bewegen, recreëren, ontspannen en samen zijn met anderen?

Sociale inclusiviteit

Tussen wijken bestaan gezondheidsverschillen die terug te voeren zijn op sociaaleconomische achtergrond van inwoners. Hoe houden we Utrecht van en voor iedereen, een Utrecht waar iedereen kan meedoen en zich thuis mag voelen?

Werk van de Toekomst

Kunnen innovaties die bijdragen aan een gezonde stad en regio, die de gezondheid van inwoners stimuleren, ook werkgelegenheid en economische groei opleveren? Bieden ze kansen om nieuwe waarden- en businessmodellen te ontwikkelen?

duurzaam wonen, werken en leven? Integrale oplossingen zijn nodig, die rekening houden met het individu en met zijn of haar omgeving.

Om kennis over integrale oplossingen te ontwikkelen en te implementeren in de maatschappij zijn veel verschillende partijen nodig. *Overheden* zijn partner in onderzoek, en kunnen kennis omzetten in beleid. *Kennisinstellingen* ontwikkelen kennis en methoden, toetsen deze (samen met studenten) in de praktijk en integreren deze in het onderwijs om studenten op de toekomstige praktijk voor te bereiden. Ook kunnen ze nieuwe opleidingen opzetten die aansluiten op de transitie naar gezond stedelijk leven. *Bedrijven* bieden potentiële oplossingsrichtingen, en kunnen businessmodellen ontwikkelen rond levensvatbare concepten. Deelname van *eindgebruikers* is essentieel voor het onderzoek, en draagt bij aan bewustwording en gezond en duurzaam handelen.

Utrecht werkt al op meerdere terreinen met een 'multiple helix', waarin al deze partijen samenwerken, een ideale situatie om nieuwe kennis en technologie in de praktijk te toetsen. In de regio zijn meerdere kennisinstellingen en organisaties gevestigd die kennis en oplossingsrichtingen (kunnen) inbrengen. Bijkomend voordeel is dat de ontwikkelde kennis ook op nationaal en internationaal niveau wordt gedeeld. *De Kennisalliantie Gezond Stedelijk Leven* brengt deze partijen bij elkaar op het gebied van gezond stedelijk leven.



*Om kennis over
integrale oplossingen
te ontwikkelen en te
implementeren in de
maatschappij zijn veel
verschillende partijen
nodig*



Kennisagenda

De Kennisalliantie Gezond Stedelijk Leven is in 2016 ontstaan als een samenwerkingsverband tussen professionals van de gemeente Utrecht, provincie Utrecht, Universiteit Utrecht en Hogeschool Utrecht met de bedoeling een gemeenschappelijke kennisagenda op te stellen. Aanleiding was de behoefte bij de kennisinstellingen om hun kennis over gezond stedelijk leven in de praktijk te toetsen en te implementeren, om onderzoek beter te laten aansluiten bij maatschappelijke vragen, en de behoefte bij de overheden om voor hun te ontwikkelen beleid recente kennis te benutten en vervolgens te evalueren.

De kennisagenda is richtinggevend voor kennisvragen, oplossingsrichtingen en kennis op het gebied van gezond stedelijk leven. Zo dragen we bij aan gezond stedelijk leven in de regio Utrecht. Omdat de problematiek een integrale aanpak vereist, zowel voor onderzoek als opschaling van succesvolle oplossingsrichtingen, werkt de kennisalliantie samen met relevante partners in de regio, zoals bedrijven, maatschappelijke organisaties, gemeenten en eindgebruikers. Het is een 'levende' alliantie, met een uitnodiging aan iedereen om aan te sluiten, mee te denken en werken.

De kennisalliantie wil een bijdrage leveren aan het verminderen van gezondheidsverschillen en gezondheidsachterstanden, en het bevorderen van de gezondheidsvaardigheden van inwoners in de regio Utrecht. We willen ook bijdragen aan de mogelijkheden voor opschaling op nationaal en internationaal niveau.

Dat doet de alliantie door het ontwikkelen van kennis over stedelijke gezondheid en het bevorderen daarvan, en de ontwikkeling en toepassing van innovatieve oplossingen voor de maatschappelijke uitdagingen rond gezond stedelijk leven. Het ontwikkelen van kennis over de manier van samenwerken, en welke rol en betrokkenheid van partijen noodzakelijk is voor succesvolle tests en implementatie is een neven doel.

Kennisagenda

In een eerste verkenning heeft de kennisalliantie de opgaven vastgesteld die maatschappelijk gezien prioriteit hebben. Deze zijn vastgelegd in vijf thema's.

- Gezondheidsverschillen en -achterstanden ([zie blz 19](#))
- Gezonde verstedelijking/leefomgeving ([zie blz 23](#))
- Duurzaam en gezond voedsel ([zie blz 27](#))
- Stedelijke mobiliteit ([zie blz 31](#))
- Werk van de toekomst ([zie blz 35](#))

De kennisalliantie bevordert, versterkt en richt kennisontwikkeling en kenniscirculatie in voor het aanpakken van vraagstukken rond gezond stedelijk leven in Utrecht. Ze overlegt en werkt samen met bestaande partijen en samenwerkingsverbanden op dit gebied, zoals de Health Hub Utrecht, om na te gaan waar in de diverse agenda's de overlap zit en waar de blinde vlekken.

*De kennisalliantie
werkt aan opgaven die
maatschappelijk
gezien prioriteit hebben*

Partners Kennisalliantie Gezond Stedelijk Leven

Dick Ettema, Universiteit Utrecht

“De Universiteit Utrecht wil bijdragen aan gezondheid en welzijn van de inwoners van de stad en de regio Utrecht. We doen veel onderzoek naar sport en bewegen, voedselomgevingen, inclusie, transport en stedelijke inrichting dat hieraan kan bijdragen. Door dit onderzoek in, voor en met de stad en de provincie te doen, onder andere in de vorm van living labs, dragen we direct bij aan het creëren van een gezondere omgeving waarin inwoners gezonder en prettiger kunnen leven.”

Cyrille Krul, Hogeschool Utrecht

“De Hogeschool Utrecht wil alle mensen in de stad in staat stellen gezond en duurzaam te leven. We doen onderzoek, met en voor de praktijk, om werkzame en innovatieve oplossingen te verwezenlijken. Met technologie alleen kom je er niet, er zijn integrale oplossingen nodig waarbij je redeneert vanuit de eindgebruikers. Op die manier is de kans het grootst dat zij gezonde en duurzame keuzes maken.”

Peter Steijn, gemeente Utrecht

“Voor Utrecht is gezond stedelijk leven de overkoepelende agenda, waarbij we gezondheid breed invullen. Het gaat daarbij om gezond gedrag, een gezonde leefomgeving en een gezonde economie. Voor die brede agenda is kennis nodig. We willen tijdig agenderen waaraan behoefte is in de samenleving. Met de kennisalliantie zijn we nog maar kort bezig, maar andere steden kijken nu al met interesse naar Utrecht, omdat we al echt samenwerken.”

Rita Kuijsters, provincie Utrecht

“De provincie wil de leefomgeving zo inrichten dat deze ook daadwerkelijk uitnodigt tot gezond gedrag. Naast een gezonde leefomgeving is het belangrijk dat inwoners de leefomgeving ook als gezond ervaren. Dit vraagt om innovatieve oplossingen en om een andere manier van kijken naar de inrichting van onze regio. Daar valt nog veel in te leren. Binnen de regio Utrecht is hierover veel kennis aanwezig. De kennisalliantie gaat ons zeker helpen deze kennis goed te gebruiken en verder te brengen.”

Samen leren innoveren

Naast het samen ontwikkelen en toepassen van kennis en beleid voor gezond stedelijk leven, is de kennisalliantie ook gericht op het leren hoe je succesvol samenwerkt met veel verschillende partijen. De volgende inzichten dienen daarvoor als startpunt.

Met wie samenwerken.

De maatschappelijke opgave om gezond stedelijk leven te bevorderen is groot en bevindt zich op het kruispunt tussen veel verschillende disciplines. Om vraagstukken effectief aan te pakken is het daarom noodzakelijk om mensen met de juiste expertise bij elkaar te brengen, van partijen binnen of juist buiten de regio.

De maatschappij is tegenwoordig meer een netwerkorganisatie geworden. Dat betekent dat professionals een bijdrage leveren vanuit hun specifieke expertise en ervaring. De juiste mensen voor een samenwerkingsverband zijn daarom tegenwoordig via netwerken te vinden.

Hoe samenwerken.

Bij de aanpak van kennis- en innovatie-vraagstukken brengen relevante partijen al in een vroeg stadium vanuit hun discipline in wat belangrijk is.

Persoonlijke relaties zijn van belang, tussen mensen die elkaar regelmatig in diverse netwerken tegenkomen ontstaat vaker een vertrouwensband. Lokale initiatieven werken daarom vaak goed, ook omdat iedereen zich er rechtstreeks bij betrokken voelt.

De collectieve ambitie van de samenwerking staat voorop; meedoen aan het collectief moet ook bijdragen aan de individuele belangen van de deelnemende partijen. Daarom is het belangrijk dat die belangen vooraf helder zijn.

Hoe samen kennis ontwikkelen.

Kennisontwikkeling houdt niet op bij het beantwoorden van een kennisvraag, het implementeren van een oplossingsrichting of het toetsen van wetenschappelijke kennis. Het is een circulair proces waarin steeds nieuwe vragen en nieuwe oplossingsrichtingen naar voren komen en de kennis bij de samenwerkende partijen stap voor stap groeit.



Werkwijze

Door de samenwerking binnen de kennisalliantie zijn eenvoudiger consortia te vormen, partijen met een gedeelde vraagstelling werken al samen of kunnen elkaar makkelijker vinden. Afhankelijk van het vraagstuk en het ontwikkelstadium van de oplossingsrichting passen de partners in de kennisalliantie verschillende werkwijzen toe.

Praktijkgericht onderzoek

Dit is onderzoek waarvan de vraagstelling wordt ingegeven door de praktijk en waarvan de kennis direct bijdraagt aan die praktijk. Vanaf de start zijn eindgebruikers, waaronder inwoners en bedrijven, nauw betrokken bij het onderzoek. Door de aanpak met co-creatie, co-design of het gezamenlijk ontwerp van het onderzoek, hebben de resultaten van het onderzoek een directe impact op de eindgebruiker.

De concrete vraagstukken of oplossingsrichtingen lenen zich goed voor onderzoek samen met studenten. De uitkomsten vormen input voor onderwijs en voor verdere ontwikkeling in bijvoorbeeld fundamenteel onderzoek of living labs.

Fundamenteel onderzoek

Uit praktijkgericht onderzoek kunnen vraagstukken voortkomen waarvoor fundamenteel onderzoek nodig is. De uitkomsten hiervan zijn niet direct toepasbaar in beleid en dragen op de lange termijn bij aan verdere ontwikkeling van praktijkkennis over gezond stedelijk leven.

Instellingen die onderzoekssubsidies verstrekken vragen tegenwoordig ook een sterke maatschappelijke inbedding van het fundamenteel onderzoek.

Proeftuinen

In proeftuinen komt alles samen: kennisinstellingen kunnen er hun kennis in de praktijk toetsen, bedrijven brengen oplossingsrichtingen in en overheden brengen vraagstukken in, brengen partijen bij elkaar en faciliteren. Het is bij uitstek de plaats om te oefenen in samenwerken met verschillende organisaties.

De inrichting van een proeftuin hangt af van het type vraagstuk, het ontwikkelstadium van de oplossingsrichting, welke partijen hierbij relevant zijn en welke rol ze innemen. Er is geen gestandaardiseerd format.

Voor elke proeftuin wordt een ambitie vastgesteld, die hoog of laag kan zijn, afhankelijk van de al aanwezige kennis. De belangrijkste inzet is om verschillende interventies uit te proberen, en daarbij rekening te houden met een klein slagingspercentage. Leren van wat goed gaat en wat beter kan, draagt ook bij aan kennis.

Geslaagde oplossingen komen in aanmerking voor opschaling en integratie in beleid. Dat gaat niet vanzelf, daarom besteden de kennispartners er tijdens het onderzoeksproces al aandacht aan. Ook kennis over succesvolle opschaling is inzet van de kennisalliantie.



*In onderzoek en
samenwerking wordt
ook kennis verzameld
waarmee **opschaling**
van oplossingen
en toepassingen
mogelijk is*

Onze ambities

De kennisalliantie draagt bij aan een gerichte kennisontwikkeling en –uitwisseling op het gebied van gezond stedelijk leven om met deze kennis op steeds meer plaatsen in de praktijk waarde te creëren.

Deze kennisagenda is een dynamische agenda met de focus op gezond stedelijk leven voor iedereen. Kennis wordt ontwikkeld en gedeeld op de vijf inhoudelijke thema's, en toegepast in onderwijs, praktijk en beleid.

Over vijf jaar hebben we het volgende bereikt:

- Er is een netwerk gezond stedelijk leven met mensen met verschillende expertises die samen oplossingsrichtingen ontwikkelen voor vragen van de regio en oplossingen testen in “living labs”.
- Kennisinstellingen creëren samen met praktijk (bewoners, professionals en bedrijven) en beleid extra waarde middels praktijkgericht en fundamenteel onderzoek, maar ook op basis van onderzoekssubsidies.
- Regionale en lokale overheden benutten de kennis voor hun eigen beleidsrichtingen en delen deze kennis en ervaringen actief op nationaal en internationaal niveau.
- De Kennisalliantie biedt (inter)nationale, regionale en lokale partijen een platform voor vragen rondom gezond stedelijk leven.
- Er zijn diensten en producten ontwikkeld waardoor mensen gezonde en duurzame keuzes kunnen maken.





Thema: Gezondheidsverschillen en -achterstanden

In het hart van Nederland wonen meer dan een miljoen mensen te midden van fraaie natuur in een van Europa's best scorende regio's. De inwoners zijn over het algemeen goed opgeleid, hebben werk en vormen samen de gezondste regio van Nederland. Het is schrijnend te constateren dat er in deze welvarende regio grote verschillen zijn in gezondheid en gezondheidsvaardigheden en daarmee in kwaliteit van leven en levensduur. De geschiedenis heeft ons geleerd dat inspanningen voor preventie en het verbeteren van fysieke en mentale gezondheidsvaardigheden geen "quick wins" opleveren en gaan over generaties van mensen. Vandaar dat de kennisalliantie aansluit bij de ambitie die de Health Hub Utrecht heeft om voor iedereen "gezond opgroeien, gebalanceerd leven, gelukkig oud worden en waardig sterven" bereikbaar te maken. Op deze manier kunnen alle inwoners gelijkwaardig profiteren van de welvaartsgroei in de regio. Door bundeling van de krachten van praktijk, bedrijvigheid, kennis en beleid dragen we bij aan het verkleinen van de gezondheidsachterstanden in deze regio.

Vraagstukken

Wat helpt om inwoners zoveel mogelijk regie op hun leven en hun gezondheid (terug) te geven, zodat zij van jong tot oud actief en vitaal kunnen deelnemen aan het dagelijkse leven?

Het vermogen van inwoners om zo goed mogelijk om te kunnen gaan met fysieke en mentale klachten, ziektes of beperkingen vormt het uitgangspunt van denken en doen.

Een langer gezond leven kan bereikt worden door preventie centraal te stellen. Bevorderen van gezondheidsvaardigheden te starten met de jeugd (en hun ouders) is prioritair. Kennis op welke wijze deze gezondheidsvaardigheden het beste bevorderd kunnen worden, wordt ontwikkeld samen met de kennisinstellingen in verrijkte leeromgevingen (praktijk).

Mochten inwoners klachten of ziektes krijgen op welke manier worden zij dan het beste geholpen? Wordt er wel voldoende gebruik gemaakt van de digitale technologie die inmiddels via marktpartijen toepasbaar wordt gemaakt in de dagelijkse praktijk? Zijn deze digitale toepassingen wel

effectief, efficiënt, empathisch? Hebben we voldoende zicht op de ethische vraagstukken die spelen bij verdergaande digitalisering en welke antwoorden daarop worden of zijn geformuleerd? Met digitalisering wordt bedoeld een persoonlijke gezondheidsomgeving en optimale toegankelijkheid tot digitale hulpmiddelen voor alle inwoners. Voor beleidsmakers wordt gedoeld op datagedreven sturing om voorspellingen te kunnen doen.

Aanpak

Samenwerking met andere steden, denk bijvoorbeeld aan Amsterdam, Eindhoven, Rotterdam en Groningen, is essentieel. Een belangrijke stap is het filteren van de bestaande ideeën op zinvolle interventies, en hier vervolgens mee te experimenteren. Hier betrekken we naast kennisinstellingen en overheden, partijen uit vele sectoren zoals welzijn- en gezondheid, sport, ruimtelijke ordening, mobiliteit en werkgelegenheid.



*Binnen dit thema
hebben we de
ambitie voor iedereen
gezond opgroeien,
gebalanceerd leven,
gelukkig oud worden
en waardig sterven
bereikbaar te maken*



Thema: Gezonde leefomgeving

De omgeving waar mensen wonen, werken en recreëren heeft effect op de gezondheid. Een gezonde leefomgeving draagt in zichzelf bij aan de gezondheid van mensen en maakt gezond leven gemakkelijk. Door de gezondheid van inwoners te beschermen tegen schadelijke milieufactoren, zoals luchtverontreiniging, hittestress en geluidblootstelling. Diezelfde leefomgeving kan ook gezondheid bevorderen omdat deze uitnodigt tot bewegen en ontmoeting. Omgevingen met veel groen en water, fiets- en wandelverbindingen nodigen over het algemeen meer uit tot bewegen, en dragen daarmee bij aan gezondheid.

In groeiende steden en dorpen is het een uitdaging om de balans te bewaren tussen woningbehoefte en groene plekken en sportbeweegmogelijkheden. De kernvraag van dit thema is hoe deze groei een gezonde groei kan zijn voor mens en economie, én hoe in gebieden waar deze groei niet plaatsvindt de fysieke en sociale leefomgeving bijdraagt aan de gezondheid van de inwoners.

Vraagstukken

Groei van steden en dorpen betekent groei van het aantal inwoners, bezoekers, groei van woningaanbod, en bijvoorbeeld groei van mobiliteit.

Vraagstukken zijn hoe je met behoud of verbeteren van het leefklimaat een omgeving kunt verdichten en tegelijkertijd ook vergroenen. Hoe je daarbij wateroverlast en extreme hitte als gevolg van klimaatverandering kunt voorkomen. Hoe je de transitie naar slimme en duurzame mobiliteit zo kunt vormgeven dat deze bijdraagt aan gezonde groei. En, tenslotte, hoe de opgave van een energieneutrale omgeving kan bijdragen aan de gezondheid van de inwoners. Hoe kun je woningen aanpassen of bouwen zodat ze aansluiten bij de behoeften van de inwoners? En hoe kun je dit verbinden aan de duurzaamheidsopgave en gezondheidsopgave?

Daarnaast biedt technologie mogelijkheden om gezond (stedelijk) leven voor iedereen te bevorderen. Hoe kan de gezondheidsbevorderende potentie van de omgeving beter benut worden en toegankelijker (en aantrekkelijker) gemaakt worden voor iedereen? Hierbij is het belangrijk beter inzicht te krijgen in de blootstelling aan omgevingsfactoren

(zoals groene plekken) en verschillen hierin tussen mensen met een verschillende sociaaleconomische status. Belangrijke vraagstukken zijn dan hoe je inwoners bewuster kan maken van ‘gezonde plekken’ (die uitnodigen tot o.a. bewegen, ontspannen en ontmoeten). Hoe kunnen inwoners meer betrokken worden bij de (gezonde) inrichting van hun leefomgeving? Hoe kunnen inwoners (met specifieke focus op mensen met een gezondheidsachterstand) verleid worden meer gebruik te maken van ‘gezonde plekken’? Hierbij is het van belang meer zicht te krijgen op technologie in relatie met de omgeving en gedrag, redenerend vanuit de eindgebruiker. Binnen het thema zoeken we naar oplossingsrichtingen die al deze vraagstukken verbinden.

Aanpak

Het onderzoek binnen dit thema omvat zowel de inrichting, het gebruik van en blootstelling aan de leefomgeving als de beschikbaarheid van woningen die aansluiten bij de behoefte van de inwoners. Aanwezigheid van rustige en veilige plekken, groen en water in de leefomgeving is niet voor iedereen direct aanleiding om hier ook gebruik van te maken. Eén van de mogelijkheden om mensen bewust te maken van deze gebieden

en ze te stimuleren om er gebruik van te maken is de inzet van digitale (game-)technologie. Kansrijk aan het inzetten van (game) technologie is dat de omgeving een nieuwe betekenis en functie kan krijgen en zo via de omgeving mensen kunnen worden ‘verleid’ tot gezondere gedragskeuzes.

Voor woningen is de aanpak om het perspectief van de inwoner als uitgangspunt te nemen, waarbij gezondheid en duurzaamheid basisvoorwaarden zijn. Met het Selficient project heeft Hogeschool Utrecht hier samen met regionale en landelijke partners al een eerste stap in gezet.

*Een gezonde
leefomgeving draagt
bij aan gezondheid en
maakt **gezond leven**
gemakkelijk*



Thema: Duurzaam en gezond voedsel

Wat je eet is van invloed op de gezondheid van mens én milieu. De keuzes van Utrechtse inwoners voor gezond en duurzaam voedsel zijn van invloed op hoe de regio Utrecht verstedelijkt. De kernvraag van dit thema is: wat beweegt mensen om gezonde en duurzame keuzes te maken? Het gaat daarbij om fundamentele kennis over de factoren die een rol spelen bij het maken van voedingskeuzes en hoe je die keuzes kunt beïnvloeden.

Vraagstukken

De sociaaleconomische status van mensen is van invloed op de voedingskeuzes die zij maken, mensen met een lagere sociaaleconomische status maken vaker ongezonde keuzes. Het besteedbaar budget van mensen aan voeding is een belangrijke factor, maar niet alles verklarend. Minder is bekend over overige factoren die daaraan ten grondslag liggen.

Er is lang gedacht dat het bij gezonde voedingskeuzes vooral ging om individuele vaardigheden, zelfcontrole en kennis over welk soort voedsel gezond is. Maar voedselkeuzes worden veelal niet weloverwogen en rationeel gemaakt. Er zijn ook steeds meer aanwijzingen dat de omgeving

ook een belangrijke rol speelt in voedselkeuzes. En die omgeving verandert. Er komen steeds meer eettentjes op de plaats waar vroeger winkels zaten. En in boekwinkels komen koffiecorners. Wat is het effect daarvan op eetgedrag?

Ook gaat het hierbij om hoe voedsel wordt aangeboden. Het aanbod van sterk-bewerkt en goedkoop eten en drinken is in de afgelopen jaren sterk toegenomen en 24/7 verkrijgbaar (in de stad). Meestal ligt het ongezonde gemaksvuedsel voor het grijpen en moet je vragen om een gezonder alternatief. Maken mensen gezondere keuzes als je dat omdraait? En hoe kun je het voor ondernemers aantrekkelijk maken om dat te doen? Welke instrumenten heeft de overheid hiervoor in handen?

Daarnaast speelt nog de vraag hoe je mensen meer bewust kunt maken van de herkomst van hun voedsel, en hoe je ze meer waarde kunt laten hechten aan regionaal geproduceerd duurzaam voedsel. En tenslotte ook nog hoe gezond en duurzaam voedsel kan bijdragen aan betere resultaten van medische en mentale interventies én herstel na ziekte.

Aanpak

In wijkontmoetingscentrum Nieuw Welgelegen experimenteren de Universiteit Utrecht, de gemeente Utrecht en het Globe College in een living lab met ‘nudges’ – duwtjes in de goede richting – om meer water te drinken. In dit experiment heeft het wijkontmoetingscentrum de leiding, brengt de universiteit kennis in en voert het onderzoek uit, en heeft de gemeente de partijen bij elkaar gebracht.

In de wijk Kanaleneiland is een onderzoek gestart naar gezond snack-gedrag onderweg (De gezonde tour). Mensen die onderweg zijn naar school, werk of supermarkt krijgen hierin gezonde alternatieven aangeboden op logische plekken, wellicht mobiel.

Hogeschool Utrecht ontwikkelde in het project Participatief ontwerpen voor kinderoncologie <https://poko-toolkit.nl/>, samen met regionale en landelijke partners, een aanpak om kinderen met kanker te stimuleren om adequaat te blijven eten en bewegen.

Naast deze praktijkprojecten voert de Universiteit Utrecht fundamenteel onderzoek (Geography of Food Consumption) uit naar de effecten van de omgeving op voedselconsumptie van mensen met hogere en lagere economische status.



Een **gezonde**
voedselkeuze

*makkelijk maken vraagt
onder meer kennis over
omgeving en gedrag*



Thema: Stedelijke mobiliteit

Mobiliteit is van groot belang voor de economie en het sociale leven. Mensen reizen naar hun werk, school, hobby of sociale activiteiten, met verschillende soorten vervoermiddelen. Met de groei van de regio Utrecht nemen naast bezoekersaantallen ook het woon-werk verkeer van en naar de stad toe. En daarmee de druk op het ov-knooppunt Utrecht Centraal en de ringwegen rond de stad. Dat heeft negatieve gevolgen voor de bereikbaarheid, blootstelling aan luchtverontreiniging en geluidsbelasting. Mensen worden gestimuleerd om gebruik te maken van gezonde en schone vormen van mobiliteit, die ook de bereikbaarheid verbeteren. Kan dat beter?

Vraagstukken

Actieve vervoerswijzen als lopen en fietsen en de combinatie van lopen en fietsen met openbaar vervoer hebben grote gezondheidsvoordelen. Voetgangers en fietsers ervaren ook meer blootstelling aan luchtverontreiniging door schadelijke stoffen die andere vervoermiddelen uitstoten, en aan het geluid dat die vervoermiddelen produceren.

Mogelijke manieren om hier verandering in te brengen zijn het verbeteren van de openbare ruimte om lopen en fietsen aantrekkelijk te maken en

de introductie van nieuwe vervoersconcepten zoals elektrische auto's, deelauto's, (elektrische) deelfietsen en mobility as a service – het kiezen van het vervoermiddel dat op dat moment het beste past bij je verplaatsing. Ook voor het transport van goederen zijn nieuwe concepten nodig. Denk bijvoorbeeld aan een overslaglocatie op een bedrijventerrein buiten de stad voor nieuwe en gebruikte bouwmaterialen. Het gevolg is minder vervoer met zware vrachtwagens in de woonwijken.

Hiernaast is er ook aandacht nodig voor vervoerarmoede bij groepen die beperkt toegang hebben tot vervoer. Dat zijn bijvoorbeeld ouderen die het openbaar vervoer niet begrijpen en niet meer kunnen fietsen, mensen die geen auto kunnen betalen, en mensen die door hun culturele achtergrond niet gewend zijn om te fietsen.

Tenslotte is het, voor het streven naar gezonde en duurzame mobiliteit, essentieel dat mobiliteitsdeskundigen en stedenbouwkundigen samenwerken. Inrichting en verandering van de fysieke omgeving kan bijvoorbeeld van grote invloed zijn op de bereikbaarheid van locaties en de vervoerswijzekeuzes die mensen maken. Zo nodigen grote ruime wegen in de stad uit tot autogebruik, en stimuleren snelle fietsroutes door groenzones tot meer fietsen.

Aanpak

Studenten en afstudeerders van Universiteit en Hogeschool Utrecht pakken als onderwijsactiviteit concrete cases op die spelen in de stad en regio Utrecht. Studenten en onderzoekers van de Hogeschool Utrecht nemen deel aan het UtrechtLab van de provincie Utrecht. Een van de cases die zij daar aanpakken is de knooppuntontwikkeling rondom NS-station Bunnik. In de stad Utrecht zijn studenten van de Universiteit Utrecht betrokken bij de aanleg van woningen die verkocht worden met *mobility as a service* in plaats van een parkeerplaats, een concept dat is komen bovendrijven uit overleg tussen de universiteit en de gemeente Utrecht.

Het zijn eerste initiatieven die uiteindelijk moeten leiden tot gezamenlijke projecten, die bijdragen aan een gezonde stad en regio Utrecht en kennis opleveren. Samenwerking met ov-bedrijven, kennispartners en aanbieders van slimme technologie en diensten ligt daarbij voor de hand.



*Dit thema vraagt bij
uitstek om **innovatie en
samenwerking** tussen
onderzoek, onderwijs,
overheid en ondernemers*



Thema: Werk van de toekomst

Mensen met werk zijn over het algemeen gezonder dan mensen zonder werk, of dit nu betaald werk is of vrijwilligerswerk. Een gezonde regio wil haar inwoners werk kunnen bieden. Dat is een zorgpunt, omdat de banengroei groter is dan de huidige demografische groei van Utrecht. De vraag naar werknemers in (gezondheids)zorg, welzijn, techniek, ict en onderwijs is nu al groter dan het aanbod.

Daarnaast hebben maatschappelijke en technologische veranderingen invloed op het soort werk. En is de spreiding van werk en wonen over de regio steeds onevenwichtiger. De kernvraag van dit thema is hoe werk en werkgelegenheid veranderen, en wat er nu al gedaan kan worden om daarop in te spelen.

Vraagstukken

We hebben acht opkomende markten laten onderzoeken waarop de regio positie heeft en die bijdragen aan gezond stedelijk leven en nieuwe of andere werkgelegenheid opleveren in de toekomst: nieuwe energie, slimme mobiliteit, circulair bouwen, sustainable finance, zelfmanagement, data-economie, sociaal ondernemerschap en voeding en gezondheid. De

uitdaging is de groei en de bouwopgave van stad en regio te verbinden aan deze opkomende markten.

In de financiële sector bijvoorbeeld in Utrecht, en ook daarbuiten, vallen steeds meer ontslagen als gevolg van de digitalisering. Ook zien we dat er een transitie gaande is naar sustainable finance, waarin banken en verzekeraars zich steeds meer onderscheiden op duurzaamheid en mensenrechten. De landelijk best presterende financiële instellingen op het gebied van sustainable finance bevinden zich in Utrecht. Aansluiten op deze transitie biedt mogelijkheden om werkgelegenheid voor de toekomst te verzekeren.

Ook de producten en diensten van de zorgsector veranderen sterk door de digitalisering. Dat raakt aan het vraagstuk van langer gezond thuis leven. Om die verandering te faciliteren kan een gemeente bijvoorbeeld al vroeg op een andere manier zorg inkopen en woningen ontwikkelen, die passen bij de toekomstige situatie.

Een ander vraagstuk is de verdeling van werkgelegenheid over de stad. De werkgelegenheid is steeds meer verplaatst van bedrijventerreinen naar de duurdere woonmilieus in de binnenstad. Mensen met lagere opleiding en inkomen komen steeds verder van hun werk te wonen, meer mensen moeten verder reizen voor hun werk. Omdat het werk in de diensten- en kenniseconomie weinig overlast geeft, zijn er mogelijkheden om werk en wonen veel meer te mengen.

Tenslotte is het ook zaak de juiste bedrijven aan te trekken of te behouden, met het oog op de transitie naar een gezonde en duurzame stad. Zo is met de reeds aanwezige bouwindustrie ingezet op circulair bouwen.

Aanpak

Het gaat in dit thema vooral om het anticiperen op veranderingen die plaatsvinden in werk en werkgelegenheid. En om het vestigingsklimaat voor werk dat ook op langere termijn bijdraagt aan het versterken van gezond stedelijk leven voor iedereen. Om substantiële stappen te zetten kiezen we binnen dit thema voor de strategie van follow the money. Waar grote geldstromen naartoe gaan is veel energie en ruimte om nieuwe concepten te adopteren. In de regio Utrecht wordt jaarlijks 1.5

miljard euro geïnvesteerd in groei van de gebouwde omgeving: nieuwe woningen, nieuwe wegen, voorzieningen etc. In dergelijke projecten kun je met duurzame mobiliteit en circulair en energieneutraal bouwen echt stappen zetten.

Gezondheid is ook de
juiste bedrijven *trekken*
en mensen opleiden voor
de banen van de toekomst



Kennis bundelen

Samen aan de slag, dat is waar de Kennisagenda Gezond Stedelijk Leven van de regio Utrecht om draait. Overheden, bedrijven, kennisinstellingen en maatschappelijke organisaties, uit de regio Utrecht of daarbuiten, zijn van harte welkom zich aan te sluiten. Om hun kennis of technologie te delen en te testen, of om een vraagstuk of faciliteiten in te brengen.

Contact opnemen

Miriam Weber (gemeente Utrecht)
m.weber@utrecht.nl

Liesbeth van Holten (provincie Utrecht)
liesbeth.van.holten@provincie-utrecht.nl

Dick Ettema (Universiteit Utrecht)
d.f.ettema@uu.nl

Nadia Verdeyen (Hogeschool Utrecht)
nadia.verdeyen@hu.nl

© 2018 gemeente Utrecht, provincie Utrecht, Universiteit Utrecht en Hogeschool Utrecht.

Niets van deze uitgave mag worden verveelvuldigd en/of openbaar gemaakt op welke manier dan ook, zonder toestemming.

