

Onderwerp: Met lopen kom je verder

Datum: 26-03-2024, Amersfoort

Geachte onderhandelaars,

Lopen biedt tal van voordelen. Ook voor maatschappelijke vraagstukken waar u zich mee bezighoudt. En de urgentie voor dit ontwerp is groot: Nederland kampt met beweegarmoede, we zijn massaal te zwaar en het aantal mensen met hart- en vaatziekten blijft stijgen. Desondanks is er de afgelopen jaren bezuinigd op de preventie van ziekten.

Lopen is natuurlijk gezond, maar het is ook goed voor de lokale economie. Goede looproutes en voorzieningen zorgen voorlevendige centra en een aantrekkelijke loopomgeving zorgt ook voor ruimte voor ontmoeting, wat kan helpen om eenzaamheid tegen te gaan.

Nederlanders willen meer bewegen. Lopen is laagdrempelig, want het is gratis en kan direct vanaf de voordeur. Miljoenen Nederlanders maken daarom dagelijks ommetjes. Iedereen kan lopen ook al heb je er een rolstoel of rollator bij nodig. Maar je doet het vaker wanneer je omgeving dat mogelijk maakt en het stimuleert. Daarom verdient de voetganger blijvend aandacht.

Gek genoeg is een voetgangersvriendelijke omgeving die uitnodigt om meer te bewegen niet vanzelfsprekend. Veel gemeenten experimenteren met voetgangersbeleid, maar om echt door te pakken is er nu een samenhangende visie vanuit het rijk nodig.

Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

**Wij zetten ons in voor een veilige en aantrekkelijke omgeving voor iedereen die te voet gaat, met toegang tot groene netwerken op 300 meter vanaf de voordeur. Waarbij mensen lopend naar voorzieningen kunnen en waarbij ze elkaar ontmoeten. Hiermee stimuleren wij een gezonde en duurzame samenleving.**

Op de volgende pagina's vindt u meer tekstvoorstellen voor het akkoord op hoofdlijnen, uitgewerkt per thema. Heeft u na het lezen van de teksten nog vragen of opmerkingen, dan horen we het graag. Uiteraard kunnen wij een toelichting geven. En wij werken graag met u samen aan meer ruimte voor lopen: in beleid, in het hoofd en op straat. Bij deze brief hebben wij de overzichtskaart van Lange-Afstand-Wandelpaden toegevoegd, voor een nieuwe frisse kijk op de kaart van Nederland. Tot slot nog een persoonlijk advies. Maak op een drukke werkdag – ook tijdens de formatie af en toe een ommetje. Want: 'uit je hoofd, in de benen' is ons adagium.

Hartelijke groet,

Ankie van Dijk  
Directeur Wandelnet  
avandijk@wandelnet.nl



## Lopen stimuleert een gezonde leefstijl

Meer dan de helft van de Nederlanders beweegt te weinig. De Wereld Gezondheidsorganisatie (WHO) noemt de bewegingsarmoede al jaren een pandemie. De helft van de volwassen Nederlanders heeft overgewicht. Dit aantal is verdubbeld sinds de jaren 80. Als we niets doen, stijgt het aantal mensen met overgewicht tot 62 procent in 2040 (RIVM).

Meer aandacht voor lopen kent vele voordelen, want als je beweegt ben je productiever, creatiever en gezonder. Mensen die veel lopen ervaren een betere levenskwaliteit en lopen is voor de meeste mensen tot op hoge leeftijd mogelijk. Dat is van groot belang, want beweging bevordert de gezondheid en juist met het stijgen van de leeftijd ontwikkelen zich veel (chronische) gezondheidsproblemen.

De matige inspanning van lopen zorgt voor meer verbranding van calorieën, voor sterke botten en spieren en voor mentale ontspanning. Beweging verkleint het risico op hersenaandoeningen, zoals dementie, depressie en beroerte. Actief bewegen draagt bij aan de vermindering van overgewicht, diabetes, hart- en vaatziekten en osteoporose en de daarmee gepaard gaande kosten in de gezondheidszorg. Lopen verbetert slaap, stemming, geheugen en coördinatie. Ook zijn er aanwijzingen dat lopen beschermt tegen (borst)kanker en draagt het bij aan valpreventie onder ouderen.

Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

- We creëren een omgeving die bewegen, lopen en fietsen vanaf de voordeur bevordert. Met routes en verbeterde infrastructuur.
- Zowel in dorpen en steden als in de natuur realiseren we plekken in de openbare ruimte voor bewegen, spelen en ontmoeting, voor alle leeftijden.
- We stimuleren lopen als alledaagse activiteit, bijvoorbeeld voor de boodschappen, het woon-werkverkeer, werkoverleggen en als vorm van ontmoetingen.



## Lopen en ruimtelijke inrichting

De beschikbare ruimte staat onder druk, mede vanwege de enorme woningbouwopgave. Daarom moeten we op zoek naar doeltreffende manieren om de ruimte efficiënter te benutten. Verdichting en nabijheid van voorzieningen spelen daarbij een belangrijke rol.

Verdichting leidt tot meer vraag naar mobiliteit binnen een beperktere ruimte. Hierdoor past het huidige gebruik van vervoersmiddelen, waarin de auto een groot aandeel heeft, niet meer. Er is een verschuiving nodig naar meer ruimte efficiënte vervoerssoorten om toch aan de vervoersbehoefte te kunnen voldoen; lopen, fietsen en OV. Lopen speelt hierin een grote rol en zorgt er ook voor dat de leefbaarheid van de stedelijke omgeving verbetert.

Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

- We zetten in op nabijheid van voorzieningen op loopafstand door ervoor te zorgen dat wonen, werken, voorzieningen, recreatie en groen in de leefomgeving aanwezig zijn.
- We zetten in op verdichting van wonen, werken en voorzieningen rond OV-knooppunten. Bij uitbreidingen van steden en kernen zorgen we ervoor dat er vanaf het begin hoogwaardig OV aanwezig is. Lopen en OV versterken elkaar enorm, OV zorgt ervoor dat je verder kan komen dan alleen met lopen en lopen zorgt ervoor dat je van het OV tot je bestemming kan komen.
- Er wordt een top 10 gemaakt van de belangrijkste voetganger barrières in Nederland en wij maken geld vrij om deze op te lossen.



## Lopen en duurzame mobiliteit

De verstedelijking biedt kansen om de broodnodige mobiliteitstransitie naar duurzame mobiliteit te versterken. Het realiseren van woningen binnen bestaande dorpen en steden leidt namelijk tot kortere verplaatsingen. Daarmee stimuleert inbreiding gezonde, actieve mobiliteit.

Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

- In en rond gebiedsontwikkelingen krijgen de mobiliteitsstructuren een nieuw ontwerp vanuit de menselijke maat. Ontwikkelaars en gemeenten ontwerpen mobiliteit 'andersom', volgens het STOMP principe, waarbij wordt gestart met de voetganger en fietser. We beginnen bij de directe leefomgeving, zodat mensen zodra ze buitenkomen een veilige, toegankelijke en aantrekkelijke looproute ervaren. Bijvoorbeeld naar de basisschool of het treinstation. Pas daarna volgt de vormgeving van de overkoepelende verkeersstructuren.
- We ondersteunen gemeenten en provincies bij het maken van loopnetwerkkarten. We maken geld vrij om ervoor te zorgen dat de belangrijkste netwerken vrij van barrières worden.
- We verbinden groene compacte steden met efficiënte multimodale en duurzame infrastructuur zoals lightrail en ander openbaar vervoer. Ook lopen als vervoersmiddel krijgt meer betekenis in het voor- en natransport van het OV. Goede looproutes van en naar een OV-halte zullen het verzorgingsgebied van de halte vergroten.



## Lopen en groen

Nederland krijgt steeds meer te maken met hittestress, wateroverlast en luchtvervuiling in de leefomgeving. Daarom zullen wij onze bebouwde omgeving moeten vergroenen. En lopen in een groene omgeving, met een bepaalde basiskwaliteit, is nóg gezonder dan gewoon lopen. Wandelen in het groen is goed voor lichaam en geest, dat blijkt ook uit onderzoek. Daarnaast verleidt een groene omgeving ook tot meer beweging en brengt het kinderen en volwassenen in contact met de natuur.

Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

- Wij investeren in een fijnmazig groen wandelnetwerk voor iedereen. Deze netwerken zorgen voor wateropvang, zorgen voor koelteplekken en bestrijden droogte. We stellen groennormen voor bestaande wijken en nieuwe stedelijke ontwikkelingen, zodat een zekere basiskwaliteit gewaarborgd is.
- Wij kijken voorbij de grenzen van de wijken, dorpen en steden. Daarom zorgen wij ervoor dat de groene wandel- en fietsnetwerken vanuit de leefomgeving doorlopen tot in de recreatie- en natuurgebieden en het landelijk gebied. Hiermee worden de steden en dorpen voor mens en dier verbonden met het buitengebied en vice versa.
- Wij zorgen voor het behoud van de huidige recreatieve voorzieningen, zoals (wandel)paden, bankjes en prullenbakken in de natuurgebieden. Dit doen we door de beheerfinanciering voor recreatieve voorzieningen weer te herstellen.



## Lopen en ontmoeting

Eenzaamheid is een groot probleem wat steeds vaker voorkomt, bij jong en oud. Steeds minder mensen kennen hun buren en kijken daardoor minder naar elkaar om. Wanneer mensen op straat lopen en elkaar ontmoeten in hun dorp of wijk, dan zorgt dat voor bloeiende gemeenschappen, sociale cohesie en fysiek en mentaal welzijn. Tevredenheid met de woonomgeving en nabijheid van voorzieningen bepalen de kwaliteit van de leefomgeving. Daarom richten we de buitenruimte daarop in.

Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

- Er komt meer ruimte voor groen en ontmoetingsplekken voor alle leeftijden in de buurt. Met voorzieningen zoals een wijkgebouw of dorps huis, bibliotheek, plein, kerk, school, een gemeenschappelijke tuin, jeugd ontmoetingsplek (JOP), sportfaciliteiten, culturele voorziening of een speeltuin op loopafstand.
- We stimuleren de mogelijkheden voor ouderen om samen te lopen. We zorgen daarbij voor fysieke en sociale veiligheid in de buurt, door activiteiten te stimuleren, toezicht en handhaving te regelen en het borgen van goed onderhoud en beheer.
- Wij brengen de nabijheid van voorziening terug naar de mensen door deze kleinschalig op loop- en fietsafstand te organiseren. Hiermee kunnen ouderen langer zelfredzaam blijven en zorgen we voor een samenleving waarin iedereen kan meedoen. Daarnaast zorgen we dat de looproutes van verzorgingstehuizen naar voorzieningen als de supermarkt, huisarts en parkjes extra goed onderhouden zijn en geen oneffenheden bevatten.



## Lopen en veiligheid

In Nederland kun je niet altijd veilig over straat. Aan de ene kant is de fysieke voetgangersveiligheid in het geding. Denk hierbij aan aanrijdingen met auto's en fietsers en aan oneffen stoepen en stoepranden. Afgelopen jaar zijn er hierdoor 57 voetgangers overleden en 22.700 voetgangers zijn met letsel op de spoedeisende hulp beland.

Aan de andere kant ervaren veel mensen een gevoel van sociale onveiligheid in de publieke ruimte, bijvoorbeeld door straatintimidatie, misdrijven of overlast door andere mensen. Ontspannen in de openbare ruimte is niet vanzelfsprekend. Straatintimidatie blijft een hardnekkig probleem; waarbij volgens statistieken een meerderheid van de slachtoffers vrouw is.

Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

- Wij investeren in voetgangersveiligheid door lokale overheden financieel te ondersteunen bij het realiseren van oversteekplaatsen, de snelheid in de bebouwde kom te verlagen naar maximaal 30 km/u en te zorgen voor zoveel mogelijk voetpaden zodat voetgangers niet hoeven uit te wijken naar fietspaden of autowegen.
- Straatintimidatie vraagt om een brede aanpak. Daarom zetten we in op verschillende maatregelen, zoals bestraffen, handhaving, campagnes en voorlichting. Waarbij zichtbaarheid, eenduidigheid, toegankelijkheid en aantrekkelijkheid (ZETA) essentieel is. Ook zorgen we voor voldoende verlichting in de publieke ruimte met name in tunnels om de sociale veiligheid te vergroten. Bij het verbeteren van de groenvoorziening in de bebouwde omgeving houden we rekening met de sociale veiligheid door voldoende open ruimte te scheppen.
- Wij vinden het belangrijk dat kinderen zelfstandig lopend of fietsend naar school kunnen. Daarom maken wij geld vrij om de belangrijkste routes naar scholen veilig en toegankelijk te maken voor zelfstandig reizende kinderen.



## Lopen en lokale economie

Lopen loont voor de lokale economie, want voetgangers en wandeltoeristen dragen flink bij aan de omzet van winkels. Om de dorpskernen en wijkcentra economisch vitaal te houden, zijn bezoekers van essentieel belang. Een voor voetgangers aantrekkelijke openbare ruimte trekt meer bezoekers. En meer bezoekers betekent een gunstiger vestigingsklimaat en hogere waarde van vastgoed.

Ruim 80 procent van de winkeliers geeft aan dat in verbeterde, aantrekkelijkere voetgangersgebieden, een toename geconstateerd is in hun totale omzet. Ook is aangetoond dat voetgangers meer omzet genereren dan automobilisten, omdat voetgangers frequenter een winkelgebied bezoeken. Kortom: we moeten meer investeren in lopen en dus de voetganger een aantrekkelijkere openbare ruimte bieden. Wij raden daarom aan om in het akkoord op hoofdlijnen in ieder geval op te nemen:

- We realiseren voorzieningen dichtbij de mensen, zodat het aantrekkelijker wordt om te lopen naar voorzieningen.
- Met toegankelijke en kwalitatief goede voetpaden en voetgangersroutes stimuleren we lopen naar winkels en overige voorzieningen binnen een straal van 1,3 kilometer. Hiermee bouwen we aan de nabijheid van voorzieningen en daarmee de loopafstanden en -tijden te verkorten.
- We stimuleren meer voetgangersvriendelijke dorpskernen en wijkcentra, met een aantrekkelijke ruimte voor lopen en verblijven.
- We stimuleren dat huidige voetgangersgebieden aantrekkelijker worden, door meer verblijfskwaliteit toe te voegen, waardoor bezoekers langer verblijven in winkelcentra en binnensteden.