



WANDELNET

Altijd in beweging

**Lopen en wandelen in de
gemeentelijke praktijk**
Investeren in loopinfrastructuur
en wandelkwaliteit

OPENGESTELD
VOOR
WANDELAARS

BETREDEN
OP EIGEN RISICO

HONDEN
AAN DE LIJN

www.boerenlandpad.nl

Over Wandelnet: Wandelnet gelooft dat wandelen en lopen iedereen vooruithelpt omdat het leuk en gezond is én bijdraagt aan economische ontwikkeling en een duurzame, vitale samenleving. Wandelnet beheert 12.000 km aan Lange-Afstand-Wandelpaden (LAW's®) en Streekpaden en maakt zich op landelijk, regionaal én lokaal niveau sterk voor de belangen van wandelaars en voetgangers.

Voor elke inwoner van uw gemeente een ommetje vanaf de voordeur

Investeer in infrastructuur en wandelkwaliteit

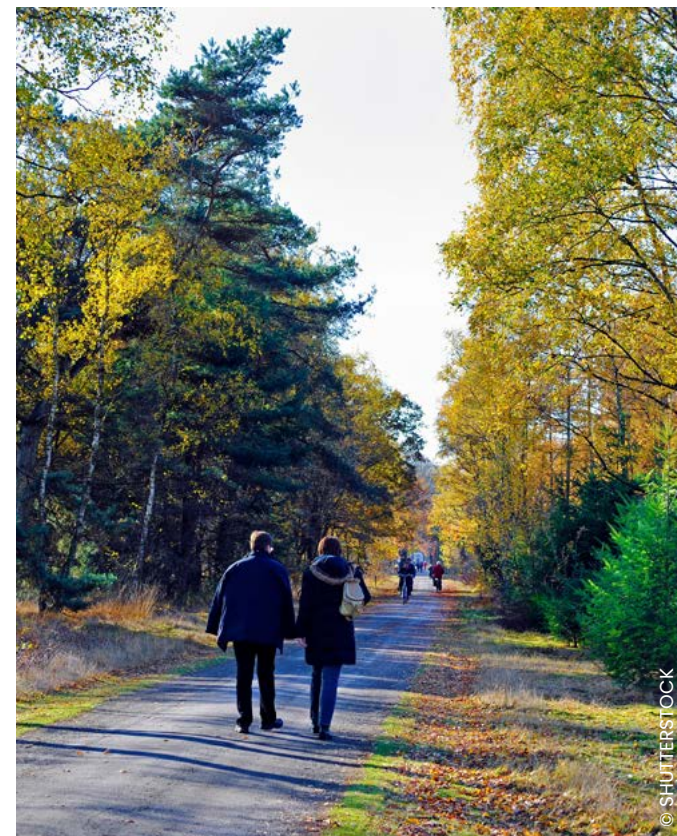
Uit de Nationale Wandelmonitor blijkt dat wandelen en lopen voor vrijwel alle Nederlanders (94%) onderdeel is van het leven. In de praktijk zien we echter dat loopinfrastructuur en wandelkwaliteit nog niet altijd de aandacht krijgt die het verdient in gemeentelijke plannen en beleid voor de openbare ruimte. Dit ondanks de positieve bijdragen van wandelen en lopen¹ aan gezondheid, welzijn en een leefbare omgeving. De tijd is daarom aangebroken dat gemeenten inzetten op meer ruimte voor lopen en de voetganger een volwaardige plek geven in ruimtelijke ontwikkelingen. Samen komen we tot een gezond, gelukkig en leefbaar Nederland!

Ongeveer driekwart van de Nederlanders wandelt wekelijks, voor ongeveer de helft van deze groep is dit zelfs dagelijks het geval. Als reden om te wandelen worden ontspanning, dagelijkse beweging, het doorbrengen van tijd met vrienden en/of familie en het verbeteren van de gezondheid genoemd. Daarnaast is er een aanzienlijke groep die loopt als onderdeel van hun reis naar een specifieke bestemming. Wandelen is hiermee niet enkel een doel op zich, maar draagt ook bij aan andere maatschappelijke doelen en ambities in Nederland.

Helder is dat te voet verplaatsen voor veel mensen, ook in uw gemeente, onderdeel is van het leven. Toch maakt niet iedereen op regelmatige basis de keuze om te gaan lopen.

¹ Met wandelen bedoelen we de recreatieve verplaatsing, bij lopen gaat het om een functionele verplaatsing.

De oorzaak hiervan is voor een groot deel te vinden in het gebrek aan aantrekkelijke en/of veilige wandel- en looproutes. Nederlanders vinden in algemene zin een groene en blauwe omgeving (parken, bossen, water) met weinig verkeer en aantrekkelijke looproutes van belang.



Veel stimulerende maatregelen en acties in dit kader worden bij uitstek op gemeentelijk niveau besloten en gefaciliteerd en hebben daar ook de grootste impact. Graag roepen wij roepen u daarom op tot het volgende:

1. Maak het ommetje vanaf de voordeur voor iedere inwoner in uw gemeente mogelijk

Iedere inwoner van uw gemeente moet de mogelijkheid hebben een veilig, aantrekkelijk en toegankelijk ommetje te maken in de directe woonomgeving. Uit de Wandelnet-publicatie 'iedereen een ommetje' blijkt dat ook in (de omgeving van) uw gemeente een opgave ligt om het buitengebied rondom de bewoningsgrenzen beter bereikbaar te maken. Onze oproep is dit belang op te nemen in beleid, het omgevingsplan en/of omgevingsprogramma's.

2. Zorg bij ruimtelijke ontwikkelingen en woningbouwlocaties voor een goede loopinfrastructuur

Om lopen en wandelen voor iedereen een logische keuze te maken is een loopvriendelijke inrichting van de directe woon- en leefomgeving van groot belang. Essentieel is daarom er bij ruimtelijke ontwikkelingen en woningbouwlocaties een duidelijke positie is ingericht voor de voetganger en dat belangrijke voorzieningen op loopafstand bereikbaar zijn. Ontwerp de openbare ruimte daarom zoveel als mogelijk vanuit het belang van de voetganger (i.e. het STOMP-principe).

3. Realiseer voldoende ruimte voor recreatie

Veel mensen hebben onvoldoende toegang tot de recreatieruimte in hun nabije woonomgeving. Vaak is de ruimte wel aanwezig, maar is deze onbereikbaar door de aanwezigheid barrières (o.a. spoorlijnen, rivieren/kanalen en (snel)wegen of een onvoldoende infrastructurele verbinding tussen stad en land. Door actief in te zetten op het bereikbaar maken en houden van deze gebieden, bijvoorbeeld door het realiseren van toegang d.m.v. een brug of tunnel, wordt in grote mate bijgedragen aan de mogelijkheden voor het maken van een wandeling vanaf de voordeur, met alle positieve maatschappelijke bijdragen van dien.

Voorbeelden in de praktijk

In verscheidene gemeenten zijn voorbeelden te vinden van locaties, beleid of plannen waar het belang van lopen op een goede manier is meegenomen. In dit kader wijst Wandelnet u graag op de inspiratiebundel 'Lopen in steden en dorpen'. In deze bundel zijn inspirerende voorbeelden opgenomen over de manier waarop lopen een duidelijke en belangrijke positie kan krijgen in beleid een planvorming en over de keuzes die in de praktijk te maken zijn. De bundel biedt hiermee goede handvatten voor het loop- en wandelvriendelijk inrichten van uw gemeente. Ook wijzen we u graag op het 'Charter for Walking'² in het kader van het creëren van gezonde, efficiënte en duurzame gemeenschappen waar mensen ervoor kiezen om te wandelen.

Tot slot

Wandelnet hoopt dat u het belang van wandelen en lopen, en de noodzaak om hier proactief op in te zetten, inziet. Graag vragen wij u aandacht te hebben voor dit belang bij de te maken keuzes in en de verdere uitwerking van het coalitieakkoord. In de bijlage kunt u enkele concrete tekstvoorstellen die van nut kunnen zijn.

Vanzelfsprekend is Wandelnet graag bereid verder met u in gesprek te treden om vragen te beantwoorden, informatie te verstrekken en/of te spreken over de verbetermogelijkheden rondom wandelen en lopen in uw gemeente. Indien u hier interesse in heeft kunt u contact opnemen met Cas van Hardeveld via cvhardeveld@wandelnet.nl of de u reeds bekende provinciale of regionale Wandelnet-belangenbehartiger.



² <https://walk21.com/resources/international-charter-for-walking/>

Concrete tekstvoorstellen per thema

Zoals hierboven aangegeven draagt de inzet op wandelen en lopen, naast dat het een prettige en aantrekkelijk vorm van verplaatsen en recreatie is, ook positief bij aan tal van maatschappelijke ambities en doelen. Hieronder biedt Wandelnet u graag een overzicht van relevante thema's en de mogelijkheden om hierin koppelingen te maken.

Woon- en werkomgeving

Het op de juiste manier inrichten van de leefomgeving, of het inzetten op specifieke stimulerende inrichtingsmaatregelen, kan in grote mate bijdragen aan de keuze om vaker te gaan lopen. Mensen lopen over het algemeen graag in veilige, aantrekkelijke en toegankelijke omgevingen, waarin relatief gemakkelijk een ommetje kan worden gemaakt.

Tekstsuggesties:

- Als we wandelen een vanzelfsprekend onderdeel van de dag willen maken, moeten we de openbare ruimte zo inrichten dat het uitnodigt om daadwerkelijk stappen te zetten.
- Door in te zetten op beweegvriendelijke infrastructuur, bijvoorbeeld door barrières te slechten en veilige en obstakelvrije voetpaden te realiseren, maken we naast de gezonde keuze ook de makkelijke keuze.
- Elke investering in een beweegvriendelijke leefomgeving is een investering in de fysieke en mentale gezondheid van inwoners.
- Een beweegvriendelijke leefomgeving begint bij het creëren van aantrekkelijke veilige, groene en toegankelijke plekken waar iedereen actief kan zijn.

Actieve Mobiliteit

Er is veel winst te behalen met het stimuleren van functionele verplaatsingen te voet. Door lopen meer onderdeel te laten zijn van de gehele vervoersketen, bijvoorbeeld in het kader van voor- en natransport in relatie tot OV-haltes, wordt niet alleen meer bewogen, maar is er tegelijkertijd sprake van positieve milieu- en duurzaamheidseffecten.

Tekstsuggesties:

- Door in te zetten op veilige en toegankelijke infrastructuur voor voetgangers stimuleren we actieve mobiliteit.
- Elke verplaatsing te voet draagt bij aan een gezondere samenleving, zowel in het kader van de persoonlijke gezondheid als in het kader van milieu, klimaat en leefbaarheid.
- De overstap naar actieve mobiliteit is een kleine verandering, maar met een grote positieve impact op de maatschappij.
- Een beweegvriendelijke omgeving nodigt uit tot actieve mobiliteit en maakt gezonde keuzes vanzelfsprekend.
- Elke stap is een stap naar een gezondere en duurzamere toekomst.

Vrije tijd/Recreatie

Uit onderzoeken blijkt dat wandelen de meest favoriete vorm van vrijetijdsbesteding is in Nederland. Dit komt enerzijds door de voordelen van wandelen (gezondheid en sociale cohesie), maar anderzijds ook doordat het een zeer toegankelijk recreatie vorm is (zowel financieel als qua bereikbaarheid). Gezien de toenemende vraag naar recreatieruimte is het daarom cruciaal dat ook de mogelijkheden voor wandelrecreatie meegroeien en/of gemakkelijker toegankelijk worden gemaakt.

Tekstsuggesties:

- Goede ontsluiting van woonwijken en verbindingen tussen stedelijk en landelijk gebied dragen bij aan de beschikbare ruimte voor recreatie en de mogelijkheden om een ommetje te maken.
- De instandhouding van de landelijke en regionale wandelroutenetwerken is essentieel om de kwalitatieve wandelrecreatiemogelijkheden te borgen.
- Inzetten op wandelmogelijkheden behoudt en stimuleert deze gemakkelijke en bereikbare vorm van vrijetijdsbesteding, met alle positieve effecten van dien.

Vrije tijd/Recreatie

Voor veel Nederlanders geldt dat zij tijdens het werk/in hun werkweek nog te veel stilzitten en dus onvoldoende bewegen. Dit gegeven maakt dat juist hier nog winst te behalen valt. Vanwege de matig intensieve inspanning die wordt geleverd met lopen/wandelen is dit hiervoor de perfecte beweegvorm.

Tekstsuggesties:

- Door bewegen op de werkvloer te stimuleren, creëren we een gezondere werkomgeving en verlagen we het ziekteverzuim.
- Een actieve werkdag draagt bij aan een fittere, productievere en meer betrokken werknemer.
- Kleine beweegmomenten tijdens de werkdag, zoals een lunchwandeling of staand vergaderen, maken een groot verschil voor zowel lichaam als geest.
- Het stimuleren van actieve mobiliteit als onderdeel van het woon-werkverkeer helpt werknemers om de dag fris en energiek te beginnen

Zorg

Het stimuleren van wandelen en lopen als vorm van bewegen kunnen in grote mate bijdragen aan het behalen van de (dagelijkse) beweegrichtlijn. Met dagelijks of meermaals per week een ommetje van 3000 stappen (ongeveer 30 minuten) kan de beweegrichtlijn voor een groot deel worden behaald. Dit heeft positieve effecten op de gezondheid en daarmee op de (vermeden) zorgkosten.

Tekstsuggesties:

- Beweging is het beste medicijn: investeren in wandelen en lopen (als vorm van preventie) is investeren in een gezondere toekomst.
- Het stimuleren van wandelen en lopen zorgt ervoor dat meer mensen zullen voldoen aan de beweegrichtlijn voor een goede gezondheid.



W/WANDELNET

Altijd in beweging



www.wandelnet.nl