

# Beïnvloeding van gedrag

Pal achter het centraal station van Utrecht verrijst vanaf 2023 een nieuw stukje stad. Deze nieuwe wijk, het Beurskwartier, wordt een innovatieve, duurzame en groene aanvulling op de historische stadskern. Met bijzondere aandacht voor een schone, aantrekkelijke en vooral ook gezonde leefomgeving.



## OVER HET ADVIES

De adviesnotitie 'Uitnodigen tot Gezond Gedrag' is opgesteld door Bovenkamers. Dit advies gaat over de doelen, de strategie en de doelgroepen voor gezond stedelijk leven in het toekomstige Beurskwartier, vanuit het perspectief van menselijk gedrag.

De principes 'uitlokken gezond gedrag' kunnen worden meegenomen in ontwerp en in ondersteunend beleid.

## WAT IS HET LIVING LAB

Gemeente Utrecht, provincie Utrecht, het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat (IenW) en het ministerie van Economische Zaken en Klimaat (EZK) werkten samen in het Living Lab om van Utrecht een 'Slimme en Gezonde Stad' te maken. Het Living Lab Beurskwartier zette drie jaar (2016-2018) in op kennisontwikkeling en innovatief ontwerpend onderzoek op het gebied van een gezonde stedelijke leefomgeving. Via vier inhoudelijke werklijnen wordt hieraan invulling gegeven: Klimaatneutrale en klimaatrobuuste stad, Circulaire economie, Duurzame en schone mobiliteit en Ontwerp en inrichting (gedrag).



Foto: Bart Mühl /Hollandse Hoogte

### ONDERZOEKSVRAGEN:

- Hoe komen we tot een omgeving met natuur en groen, water, een goede luchtkwaliteit en met een goede geluidomgeving, die:
  - uitnodigt tot bewegen, spelen en sporten;
  - fietsen, wandelen en OV-gebruik stimuleert en zorgt voor goede bereikbaarheid;
  - er voor zorgt dat mensen elkaar kunnen ontmoeten;
  - een aantrekkelijke en gevarieerde openbare ruimte heeft?
- Welke belemmeringen zijn er om gezond gedrag te vertonen en hoe nemen we die belemmeringen weg?
- Welk ongewenst gedrag wordt (on)bewust gestimuleerd en kunnen we dat verminderen?
- Hoe kan kennis van gedrag ontsloten worden en toegepast worden in het fysieke en sociale domein?

### TOELICHTING: WERKLIJN 'ONTWERP EN INRICHTING: UITNODIGEN TOT GEZOND GEDRAG IN DE STAD'

In deze werklijn is onderzocht hoe het ontwerp en de inrichting van een duurzame leefomgeving gezond gedrag stimuleert.

Steeds meer mensen leven ongezond, denk aan overgewicht en obesitas, en de gevolgen daarvan voor de samenleving zijn groot. Onze gezondheid wordt beïnvloed door veel factoren o.a. onze leefstijl en de mate waarin zorg beschikbaar is. Gezondheid wordt echter ook beïnvloed

door de omgeving waarin wij wonen, werken en leven. Het gaat hierbij om aspecten die de gezondheid van mensen negatief beïnvloeden: slechte luchtkwaliteit, geluidshinder, onveilige oversteekplekken. Maar ook om het creëren van een leefomgeving waar je je als mens prettig voelt en waar een keuze voor gezond gedrag vanzelfsprekend is.

### MOGELIJKE INTERVENTIES

In het toekomstige Beurskwartier en Lombokplein wonen straks circa 5.400 mensen in ongeveer 3.600 woningen. In hetzelfde gebied werken straks circa 3.000 mensen in kantoren en honderden mensen in veelal kleinschalige winkels en ondernemingen. Op piekdagen komen er ruim 12.500 mensen naar de Jaarbeurs. Gezondheid is een lange termijn opgave die dagelijks korte termijn opofferingen vraagt. Dat is lastig voor onze hersenen. Qua interventies kunnen we gebruiken maken van:

- Beïnvloeding van het automatische gedrag.
- Verandermomenten, waarbij mensen open staan voor argumenten.
- Bewuste beïnvloeding, in de vorm van uitgangspunten, opdrachten, eisen en spelregels.



Foto: EyeEm GmbH/Hollandse Hoogte

### CONTINUE OPGAVE

Beïnvloeding van gedrag vindt plaats vanuit het ontwerp van de leefomgeving en vanuit beleid van overheden en particuliere partijen. Dit is geen eenmalig vraagstuk maar een continue opgave, waarbij de effecten van de beïnvloedingen

gemeten en zo nodig bijgesteld moeten worden. Voor het meten van gedrag moet vooral naar het gedrag zelf gekeken worden, niet zozeer naar opvattingen en meningen van betrokkenen. Veel gedrag is immers onbewust.

### PRINCIPES UITLOKKEN GEZOND GEDRAG

1. Liever een gezonde, duurzame en prettige leefomgeving voor de gebruikers dan goede mobiliteit en realisatie van bouwopgaven van overheden.
2. Gebouwen en de publieke omgeving lokken bewegen, recreëren en ontmoeten uit.
3. Langzaam verkeer gaat het snelst.
4. Gezond gedrag is makkelijk en leuk.
5. Gezonde dingen zien, leidt tot gezond doen.

### MEER INFORMATIE

U leest meer over het Living Lab Utrecht op [slimmeengezondestad.nl/Pilotsteden/Utrecht](https://slimmeengezondestad.nl/Pilotsteden/Utrecht)

### Overige factsheets

U kunt de afzonderlijke factsheets downloaden via [slimmeengezondestad.nl/Kennisnetwerk/publicaties](https://slimmeengezondestad.nl/Kennisnetwerk/publicaties)