

# De gezonde stad

## Menno Moerman – Inbo



**Stedenbouwkundige**  
**Inbo Amsterdam**  
**Gaasterlandstraat 5**  
**Postbus 967 1000 AZ Amsterdam**  
**T +31 (0)20 421 24 22**  
**E [menno.moerman@inbo.com](mailto:menno.moerman@inbo.com)**

# Fietsen gezondheid en geld



Menno Moerman  
10 april 2013

# Onderzoek “De Gezonde Wijk” (2006-07)

Relatie tussen  
beweegpatroon bewoners  
en stedenbouwkundige  
opzet van wijk.



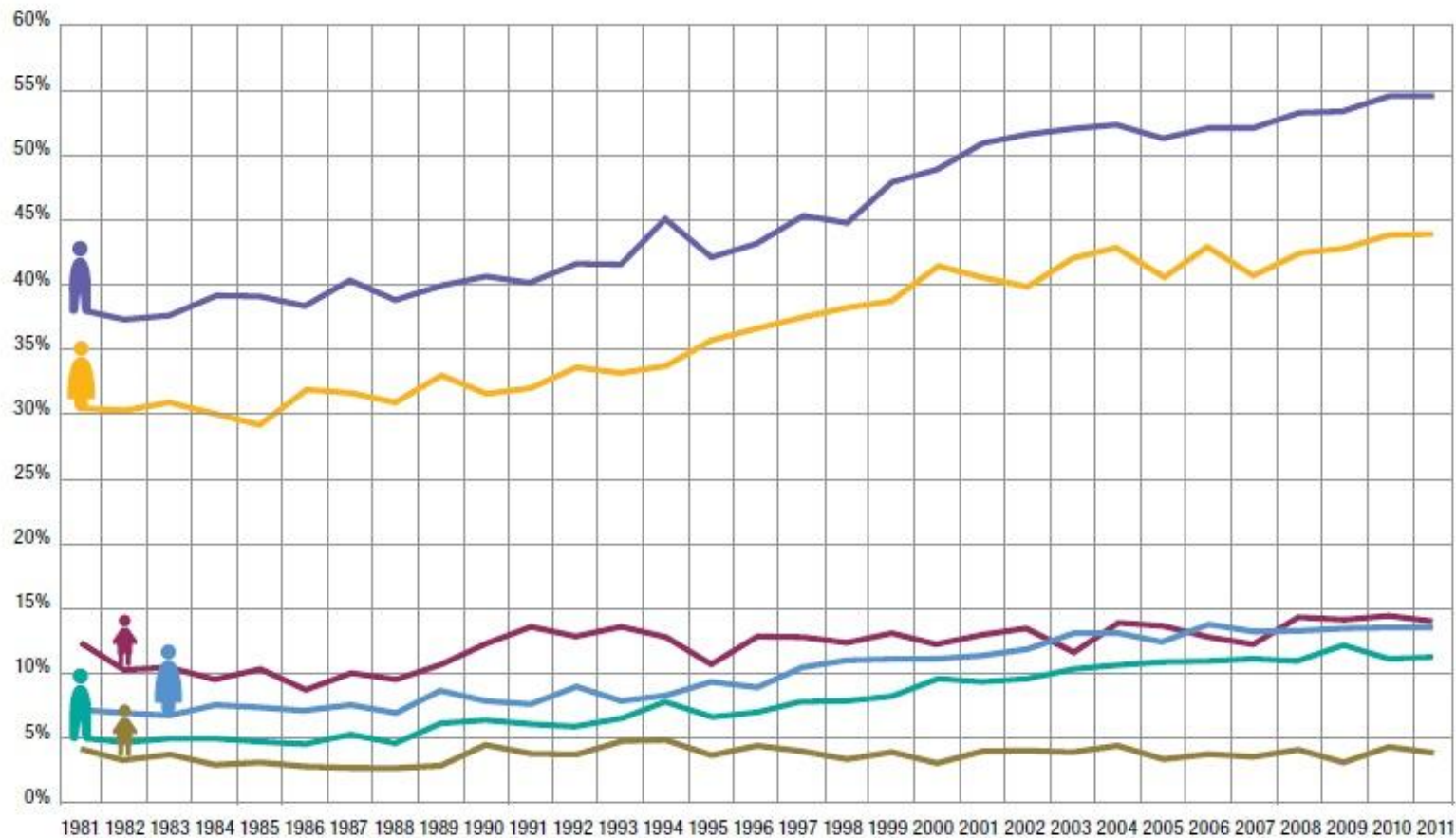
VU medisch centrum



inbo

# Overgewicht neem gestaag toe

Overgewicht en obesitas jongeren (2-20 jaar) en volwassenen (20+ jaar)



Bron: CBS 2012



Percentage  
overgewicht  
mannen



Percentage  
overgewicht  
vrouwen



Percentage  
obesitas  
mannen



Percentage  
obesitas  
vrouwen



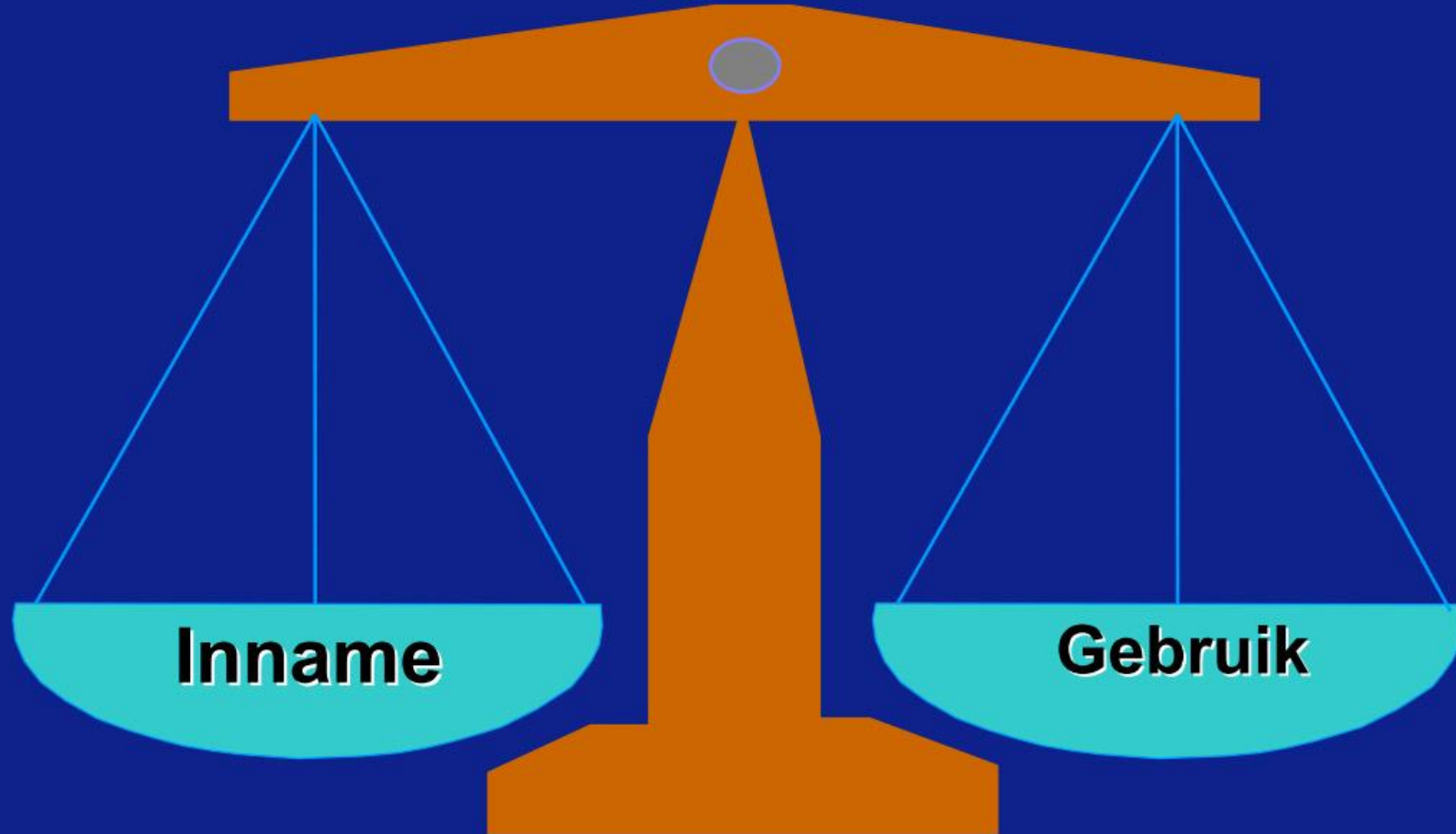
Percentage  
overgewicht  
jongeren



Percentage  
obesitas  
jongeren

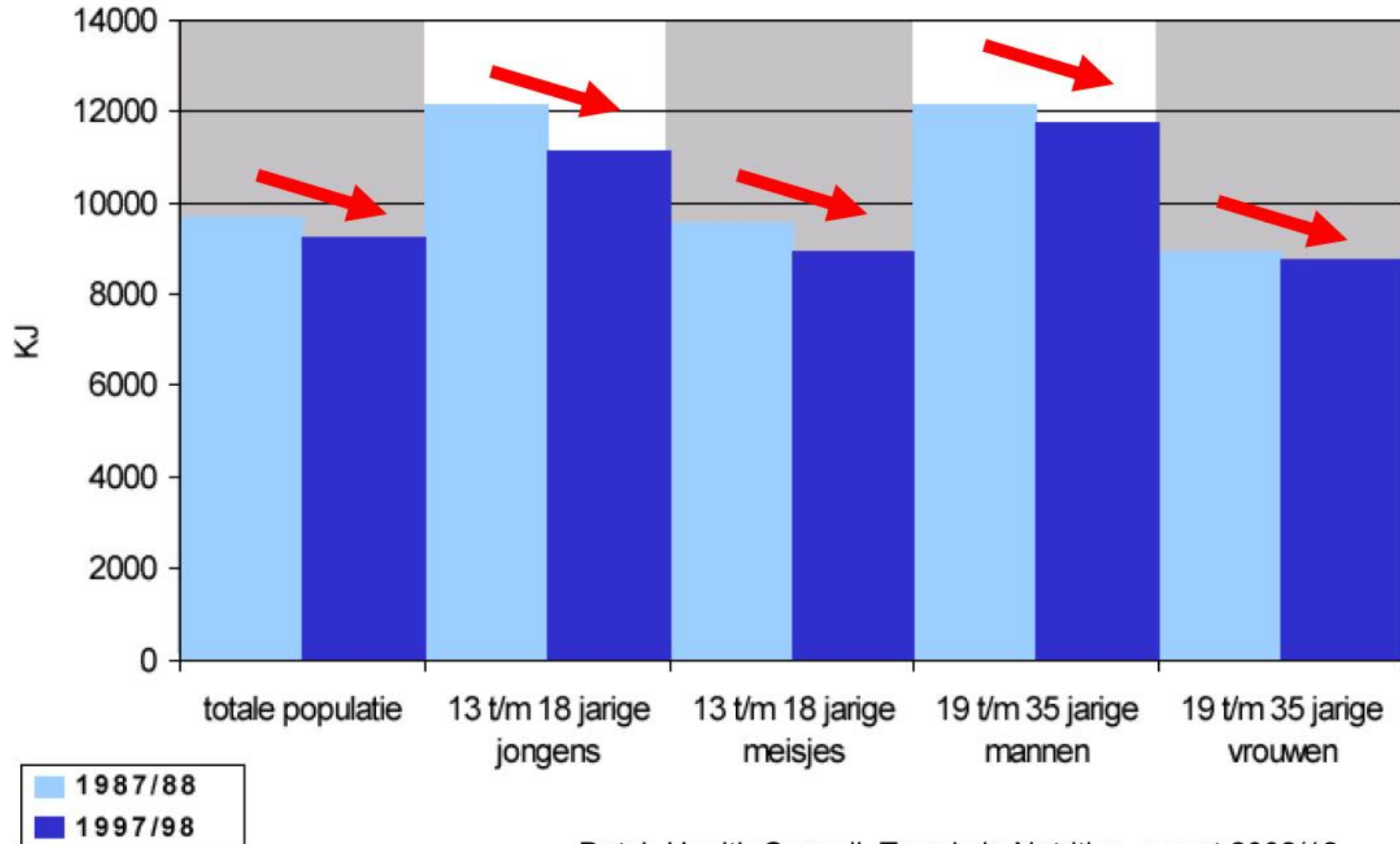
**Als je meer inneemt dan gebruikt wordt je dik**

## Energiebalans





# De Energie-inname neemt in NL al 20 jaar af!



**.... maar we zijn nog veel minder energie gaan gebruiken!**



**We zijn te dik  
omdat we te weinig  
bewegen !**





# En dat kost heel veel geld....

## McKinsey: overgewicht wordt grootste kostenpost zorg

Date: 07-02-2011  
Source: Consultancy.nl

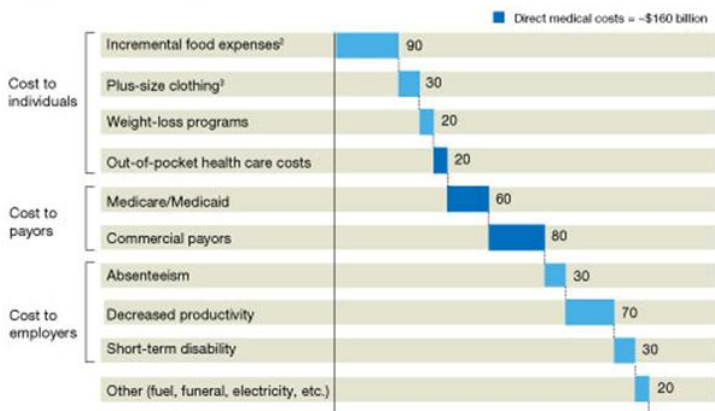
De wereld wordt dik. Uit een analyse van McKinsey & Company blijkt dat obesitas (ernstig overgewicht) naar verwachting snel 's werelds eerste oorzaak van vroegtijdig overlijden zal worden. Als gevolg daarvan wordt het de duurste aandoening voor de gezondheidszorg en voor overheden. In veel landen is de hoeveelheid mensen die een ongezond gewicht hebben in de afgelopen decennia meer dan verdubbeld. Wereldwijd hebben ten minste 1.3 miljard volwassenen en meer dan 42 miljoen kinderen overgewicht of obesitas. Naar schatting sterven hierdoor jaarlijks 2.6 miljoen mensen.

### Obesitas heeft grote gevolgen

De consequenties van obesitas voor de maatschappij zijn aanzienlijk. Excessief gewicht vergroot de kans op meerdere ziektes, waaronder diabetes, hart- en vaatziekten en bepaalde soorten kanker. Sommige epidemiologen denken dat overgewicht op korte termijn roken zal evenaren als 's werelds belangrijkste oorzaak van vroegtijdig overlijden. De wereldwijde gezondheidseffecten van obesitas kunnen de verhoging van de levensverwachting, die door afname van het aantal rokers is bereikt, weer teniet doen.

### Hoge impact op gezondheidszorgsystemen

Obesitas legt internationaal een hoge druk op de gezondheidszorgsystemen. In het Verenigd Koninkrijk bedragen de obesitas-gerelateerde medische kosten bijvoorbeeld meer dan £4 miljard per jaar (op basis van cijfers uit 2007). Analisten verwachten dat de totale kosten zullen stijgen tot ongeveer £9.7 miljard in 2050. De Verenigde Staten besteden hieraan op dit moment ongeveer \$160 miljard – tweemaal zoveel als tien jaar geleden – en dat bedrag kan tegen 2018 opnieuw verdubbelen.



## Overgewicht kost 3 miljard per jaar

ANP - 02/11/10, 18:45



**DEN HAAG - Het bedrijfsleven heeft er groot belang bij dat overgewicht en ernstig overgewicht (obesitas) worden aangepakt. Dat zegt voorzitter Paul Rosenmöller van het Convenant Gezond Gewicht, een koepelorganisatie die zich inzet om overgewicht te bestrijden.**

Cijfers wijzen uit dat overgewicht en obesitas de maatschappij per jaar ongeveer 1,2 miljard euro kosten aan medische zorg en daarbij zo'n 2 miljard aan gederfde arbeidsproductiviteit en kosten voor arbeidsongeschiktheid. Deze bedragen stijgen. 'Werkgevers hebben voor de toekomst gewoon gezond personeel nodig, dat goed in zijn vel zit en van aanpakken weet. Steeds meer werkgevers begrijpen dat dondersgoed', zegt de oud-politicus.

### VERWANT NIEUWS

(333 woorden) **Overgewicht ten dele te wijten aan genen** - 11/10/10

(132 woorden) **Jeugd zit te veel en sport te weinig** - 08/10/10

(351 woorden) **Groenten tegen opkruipende kilo's** - 04/10/10

(412 woorden) **Dikke tieners vallen af in de idyllische bossen** - 23/09/10

(446 woorden) **Fit en gezond-acties doeltreffend?** - 25/08/10

### MEER OVER

Gezondheid Gezondheidszorg

Osterhaus buigt zich over nieuw coronavirus

Geen junkfood meer in ziekenhuizen New York

Máxima opent Vrouw Moeder Kind



# Je hebt bewegen en bewegen



**Wat kunnen wij hiermee?**





# 1. Dagelijkse beweging levert de meeste gezondheidswinst....





# 1. Dagelijkse beweging levert de meeste gezondheidswinst....



## Your Neighborhood Is Why You're Fat

And it's also why you're not. Data shows that there is something as important as what you eat to your overall health: how where you live is laid out.



Academic literature defines an "obesogenic environment" as "promoting gaining weight and one that is not conducive to weight loss." But there's a simpler way of putting it: It is a neighborhood that makes you fat.

The developed world is full of them: suburbs where the only option is driving, and where stores and recreation are too far away for walking or cycling. No wonder we have an obesity crisis, with a third of adults, and 17% of children, classified as unhealthily overweight. It's not all about what we eat.

“”

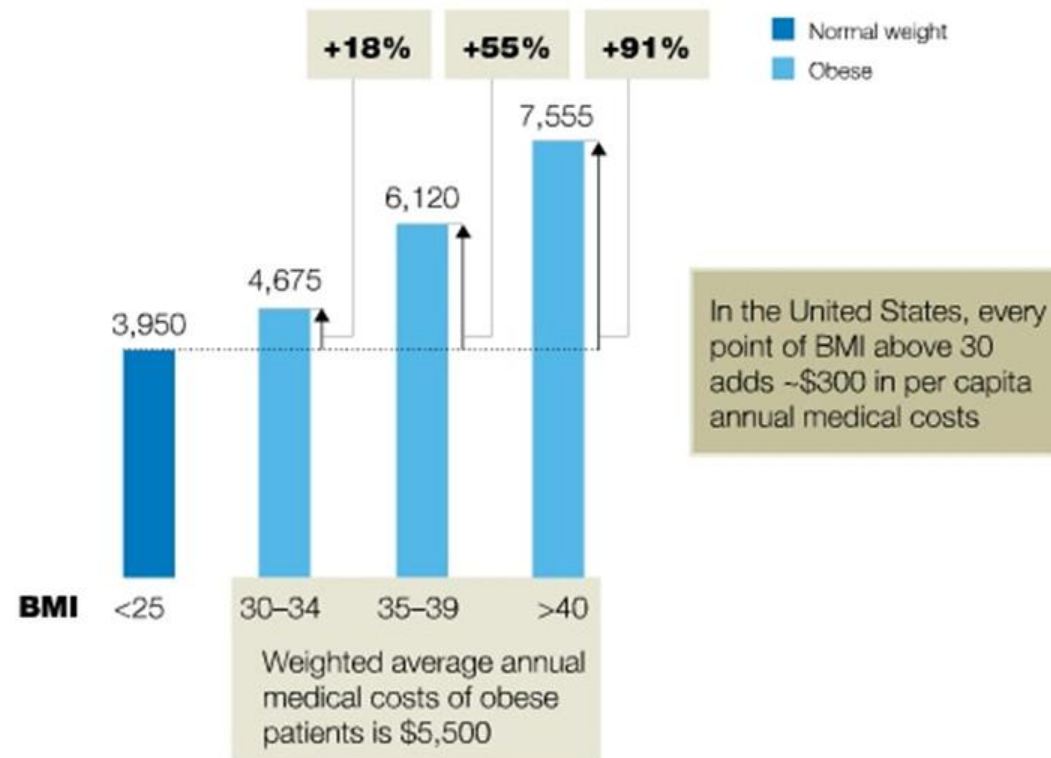
**Local infrastructure can support health-enhancing behaviors.**

The good news, though, is that the opposite is also true. If people have options to shop and exercise locally, they will take them, and health can improve. A recent [study](#) from Western Australia, which surveyed 1,400 people before and after relocating to new developments, found that nearby stores increased walking by an average of 5 to 6 minutes per week, and that access to a park or beach increased physical activity by 21 minutes a week.

## 2. Je kunt die winst in geld uitdrukken....

As weight increases, so too do the associated medical costs. <sup>x</sup>

Medical costs by body mass index (BMI)<sup>1</sup>  
\$ per capita, 2007





# 3. Dat plaatst de discussie over kosten fietsvoorzieningen in ander perspectief

**BN** DeStem

HOME & REGIO ▾

ALGEMEEN ▾

SPORT ▾

FOTO'S

VIDEO'S

## Fietsparkeren: kosten rijzen de pan uit!

16 jan 2010 in Actueel | Leo Nooteboom jr

In de commissie Werk werd duidelijk dat een gebouwde fietsenstalling € 3.600,-- per fiets gaat kosten. De automobilist gaat dit betalen. Leo Nooteboom vraagt zich af waar we nu helemaal mee bezig zijn? Hij zegt: "Er ligt aan de raad een voorstel voor voor een fietsparkeervoorziening onder het gemeentehuis waar de plaatsen niet € 1.500,-- per plaats gaan kosten, maar € 3.600,--. We hebben onlangs het fietsparkeerplan vastgesteld en daar wordt nu gelijk weer van afgeweken. En dan komen er maar 200 plaatsen in plaats van 300. De plannen zijn nog zo recent dat hij hoogst verbaasd is dat het nu al allemaal weer anders ligt. En de automobilist mag dit via de parkeertarieven allemaal ophoesten. Dat vindt hij onwaarschijnlijk. Wie houden we hier voor de gek?"

"Het gebouwde fietsparkeren onder het raadhuis is bijna 2,5 x zo duur als in het fietsparkeerplan werd aangegeven. Als deze kostenoverschrijding een trend wordt, zullen de te bouwen fietsparkeervoorzieningen tezamen, die de gemeente volgens het fietsparkeerplan € 1,5 miljoen zouden kosten, wel even wat duurder worden. Deze ontwikkeling van de bouwkosten zou, in een tijd van crisis in de bouw met de nodige bouwhonger, toch wel een punt van aandacht moeten zijn in het raadsvoorstel. Echter, in het raadsvoorstel van wethouder Sanders wordt alleen iets gezegd over minder plaatsen, niets over de enorme kosten. Het lijkt erop dat de financiën van het fietsparkeerplan nog maar eens bekeken moeten worden, evenals de kosten waarvoor de automobilist moet opdraaien".

De VVD-fractie gaat zich nog buigen over de dit voorstel. De auto is geen melkkoe en als het gaat om het centrum vinden wij het belangrijk dat deze economische motor aantrekkelijk blijft. Als de parkeertarieven fors blijven doorgroeien dan zal dit een ongunstig effect hebben voor het centrum.

## Nieuwe fietsbrug over de Mark is veel te duur

21 juli 2009 | Laatste update: 21 juli, 07:00

1



**STANDDAARBUITEN -** Standdaarbuiten krijgt géén fietsbrug over de Mark.

Onlangs stuurde het Moerdijks college een brief naar de dorpsraad van Standdaarbuiten waarin staat dat de aanleg van een fietsbrug veel te duur is en daarom uit het dorpsplan wordt geschrapt.

"Dat heeft ons een beetje verbaasd omdat de fietsbrug in het dorpsplan was opgenomen en dat plan is destijds goedgekeurd door de raad", zegt Marleen Dubbeldam van de dorpsraad Standdaarbuiten. "Het is wel jammer dat het nu niet doorgaat. Het was toch een wens van veel



degezondewijk

Frank den Hertog  
Martina Druif-Poel  
Mario Moerman  
Roman van Tilgerburg





A sepia-toned photograph of a person riding a bicycle on a city street. The person is wearing a dark jacket and has a messenger bag slung over their shoulder. The background is blurred, suggesting motion. The word "Dank" is overlaid in white text in the center of the image.

**Dank**