

AANBEVELINGEN VOOR RUIMTELIJK ONTWERPERS EN BELEIDSMAKERS

voor het creëren van levensloopbestendige routes in woonwijken

In het kader van Age-Friendly Amsterdam is in 2018 een aantal ruimtelijke ingrepen gedaan om in de Amsterdamse wijken Kortvoort, de Indische Buurt en Buitenveldert levensloopbestendige routes te creëren. Deze levensloopbestendige routes leiden als een circuit door de wijk en nodigen uit tot ontmoeten en bewegen. De routes gaan langs relevante voorzieningen, woningen, verblijfsplekken en haltes van het openbare vervoer. Onderzoekers van de Hogeschool van Amsterdam, de GGD Amsterdam en de Vrije Universiteit Amsterdam hebben het effect van deze ingrepen geëvalueerd.

Daaruit zijn vijf aanbevelingen naar voren gekomen die u als ruimtelijk ontwerper of beleidsmaker kunt gebruiken bij het creëren van levensloopbestendige routes in andere gebieden. U vindt ze op de volgende pagina's.



1. Plaats speciale, ouderen-vriendelijke bankjes

Zorg ervoor dat op verscheidene plekken langs de route bankjes staan met een hoge zit, een rugleuning en armleuningen, zodat ouderen regelmatig comfortabel kunnen gaan zitten om even uit te rusten en gemakkelijk weer kunnen opstaan.



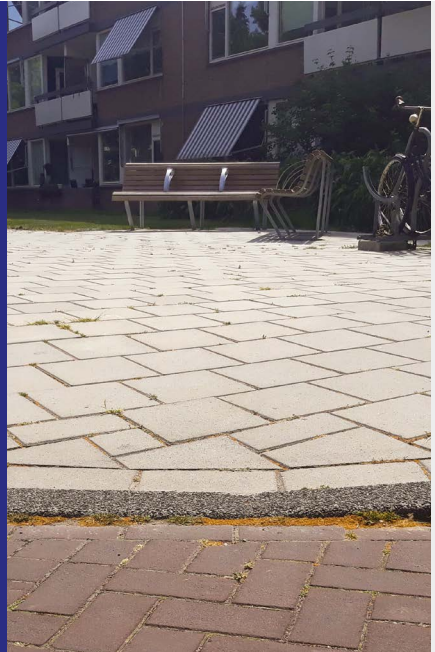
2. Creëer aantrekkelijke ontmoetingsplekken

Creëer – waar dat kan – aantrekkelijke plekken, waar ouderen elkaar kunnen ontmoeten. Zet bijvoorbeeld een aantal bankjes bij elkaar op een strategische plek of bij een kiosk, waar ook iets te eten of te drinken te koop is.



3. Zorg voor goed begaanbare trottoirs en goed groen

Goed beheer en onderhoud van de openbare ruimte is belangrijk om ouderen in staat te stellen goed te bewegen en elkaar te ontmoeten. Besteed daarom veel aandacht aan geëgaliseerde trottoirs, aflopende trottoirs bij oversteekplaatsen en zorg ervoor dat het groen regelmatig en tijdig wordt gesnoeid.



4. Verbeter de toegankelijkheid van het openbaar vervoer

Om ouderen in staat te stellen zich binnen de wijk en de stad gemakkelijk te verplaatsen, moet het openbaar vervoer goed toegankelijk zijn. Kijk daarom kritisch naar de toegankelijkheid van de haltes binnen de wijk en op stedelijk niveau naar de toegankelijkheid van het openbaar vervoer als geheel.

5. Betrek oudere bewoners bij alle fases van het plan

Levensloopbestendige routes worden vooral gecreëerd voor ouderen. Creëer die routes dan ook mét hen. Zij kennen als geen ander de mogelijkheden en beperkingen in de openbare ruimte in hun wijk. Een place game of buurtschouw is een goed middel om die in een eerste fase te inventariseren. Maar blijf ook in latere fases (besluitvorming en uitvoering) de wijkbewoners informeren. Houd bij de participatieprocessen rekening met de lokale (wijk) situatie en de specifieke behoeften van oudere bewoners. Wat in de ene wijk werkt, is in de andere mogelijk veel minder effectief.



Meer informatie over dit project vindt u in de 'Eindrapportage Evaluatie levensloopbestendige route in drie gebieden'. Als u vragen heeft kunt u contact opnemen met Dr. Lea den Broeder, lector Gezondheid en Omgeving, Hogeschool van Amsterdam, Urban Vitality.
l.den.broeder@hva.nl.

Foto credits

Voorpagina: Fotobank Gemeente Amsterdam.
Aanbeveling 1,2,3 en 4: privé archief.
Aanbeveling 5: Fred van Diem fotografie.