

**To:** [redacted] (10)(2e) [redacted] @rivm.nl]  
**From:** (10)(2e) (10)(2e) (10)(2e) Urban Sync  
**Sent:** Mon 5/25/2020 6:45:29 AM  
**Subject:** Hoe wij bouwen aan plekken voor een gezond en langer leven  
**Received:** Mon 5/25/2020 6:45:35 AM



[view in browser](#)



## Samen bouwen aan gezonde steden

Beste [redacted]

In de afgelopen maanden hebben we meegemaakt dat een bedreiging van onze gezondheid alles kan stoppen. Door de Corona-crisis zijn we met onze neus op de feiten gedrukt: [gezondheid is ons grootste goed](#).

Het team van Urban Sync onderzoekt en implementeert nu drie jaar op welke manier gebiedsontwikkeling kan bijdragen aan een gezonder en gelukkiger leven. Deze zoektocht is in de afgelopen tijd in een stroomversnelling geraakt.

## Gezonde gebieden om de weerstand tegen infecties te verhogen



Op 7 mei 2020 rapporteerde het RIVM aan de Tweede Kamer over onderzoek onder 90.000 mensen naar de effecten van de Corona-crisis. En wat blijkt? 53% van de mensen beweegt (veel) minder en 28% rookt meer. Ook is een derde van de mensen meer angstig, somber, gestrest en eenzaam en ervaart 20% meer slaapproblemen.

Volgens [onderzoekers en artsen](#): *"juist deze gedragingen die zorgen voor minder weerstand, in een tijd waarin we juist veel baat hebben bij méér weerstand"*

Wat moet er dan wel gebeuren: volgens deze artsen moeten we gezonde en makkelijke keuzes maken. Dus een ruimtelijk ontwerp maken waar de auto verder weg staat dan de

fiets. Een groene wijk waar ontspanning en ontmoeting wordt gestimuleerd. "Zodat Nederland en de Nederlanders gezonder en veerkrachtiger worden. En zodat SARS-CoV-2 en andere virussen minder heftige gevolgen hebben"

Bovenstaand onderzoek geeft volgens ons aan dat we op een goed spoor zitten met gezonde gebiedsontwikkeling. Wil jij aansluiten bij onze Stichting Gezonde Gebiedsontwikkeling? Neem dan contact op met [\(10\)2e](#)

## Samenwerking Data- en Kennishub Gezond Stedelijk Leven (DKH-GSL).

De [DGH-GSL](#) is een onafhankelijk en open platform van publieke en private organisaties. Urban Sync is één van de partners van deze hub. We werken binnen de hub samen aan het ontwikkelen van wetenschappelijk onderbouwde, datagedreven concepten en maatregelen die een positief effect hebben op de gezondheid van iedereen die woont, werkt of recreëert in een stedelijke omgeving.



De DKH-GSL gaat met organisaties en inwoners concrete en praktische oplossingen ontwikkelen met impact op gezond leven in stedelijke gebieden. Voorbeelden daarvan zijn de projecten [Snuffelfiets](#) en [Gebiedsontwikkeling Cartesiusdriehoek](#).

We zijn er trots op om aan dit living lab mee te mogen werken dat op 14 mei jl is gelanceerd. Wil jij meer weten? Neem dan contact op met [\(19\)2e](#), [10\)2e](#), [10\)2e](#), [10\)2e](#).



## Digitale co- creatie

Naast ons onderzoek over gezonde gebiedsontwikkeling zijn we de afgelopen periode erg druk geweest met het omzetten van fysieke co-creatie trajecten naar digitale co-creatie in Haarlem en in Leiden. In deze co-creatie trajecten werken we samen met ontwikkelaars, gemeenten en bewoners samen aan het vormgeven van nieuwe plannen en projecten.

Hieronder lees je meer over deze twee projecten.

### Online challenges in Haarlem Zuidwest

(10)(2e) en (10)(2e) | (10)(2e) zagen dat hun co-creatie traject dreigde stil te vallen door de intelligente lockdown. Met digitale middelen zijn ze toch doorggegaan met participatie vanuit de huiskamer en het was een succes. Ze bouwden hun fysieke bijeenkomsten om tot online challenges waarbij bewoners een week lang elke dag een andere korte vraag of opdracht kregen. Ze organiseerden elke dag een nieuwe activiteit met een ander onderwerp.

- Op dag één, een introductie over het thema met filmpjes en een quiz;
- Op dag twee een werkblad met de vraag hoe je samen in de buurt groene activiteiten zou willen ondernemen;
- Op dag drie werkbladen over hittestress en hoosbuien enzovoort;
- Telkens begeleid met informatie, links naar websites en youtube filmpjes over het onderwerp.

Om het sociale element van een buurtbijeenkomst, elkaar beter te leren kennen, niet voorbij te laten gaan hadden ze ook een forum beschikbaar gemaakt waar de deelnemers zich zouden kunnen voorstellen en voor het uitwisselen van meningen. En als laatste was toch ook een Zoom gepland in de vorm van een digitale inloopavond. Om de resultaten te delen en samen doelen te formuleren. [Het gehele traject is hier nader omschreven.](#)



### Jaar van het dak: Online activatie campagne in Leiden

(10)(2e) en (10)(2e) werken samen met de gemeente Leiden, Innovatiecentrum PLNT en architectuur platform RAP aan het '[Jaar van het dak](#)'. In dit programma proberen we zo veel mogelijk bewoners en bedrijven te stimuleren om iets met hun dak te doen. Of het nu gaat om een groen dak, zonnepanelen of een dakopbouw. Het helpt om Leiden te verduurzamen en om meer gezinnen te huisvesten. Door de Corona-crisis waren de fysieke bijeenkomsten niet meer mogelijk. Het blijkt dat het ook mogelijk is om op afstand en met video's mensen te enthousiasmeren en in de actiestand te zetten. [Meer over dit project lees je hier.](#)



**Urban Sync B.V.**  
Langegracht 70, Leiden  
Netherlands

(10)(2e)

(10)(2e)@urbansync.nl

je krijgt deze email omdat met ons hebt samengewerkt, naar een event bent geweest of je hebt aangemeld voor onze nieuwsbrief.

[Als je onze nieuwsbrief niet meer wilt ontvangen kan je hier klikken](#)