



Gezonde Leefomgeving

# Ruimtelijk ontwerp voor sociale cohesie

## Auteurs

Jeroen Pronk, Suzan van Kempen,  
Jelle Dijkstra & Marloes van der Klauw

**TNO** innovation  
for life



## Van eenheid naar alleenheid

Een paar jaar geleden was het een levendige buurt. Mensen kenden elkaar bij naam. Kinderen speelden in het park. Buren maakten een praatje met elkaar. Evenementen zoals weekendmarkten brachten bewoners samen. Mensen vertrouwden elkaar en voelden zich met elkaar en met de buurt verbonden. Vanuit de noodzaak om een groeiend aantal bewoners te huisvesten kwam de sociale cohesie onder hoogspanning. De buurt werd voller. Er werd hoger gebouwd. De openbare en groene ruimte kromp. Er was minder vrije ruimte voor ongedwongen interactie. De groeiende gemeenschap maakte de buurt drukker, maar het onderlinge contact werd ook vluchtiger. Een hogere anonimiteit en een overbelaste infrastructuur zorgden voor gevoelens van eenzaamheid en onveiligheid, en voor frustratie onder bewoners. Het gemeenschapsgevoel dat de buurt eerder sociaal liet opbloeien is nu verdwenen.



# Inhoud

**Hoofdstuk 1** p.4

Sociale cohesie in Nederland neemt af

**Hoofdstuk 2** p.5

Wat is sociale cohesie?

**Hoofdstuk 3** p.6

Sociale cohesie voor gezonde bewoners en leefbare buurten

**Hoofdstuk 4** p.8

Sociale cohesie beïnvloeden vanuit het ruimtelijk domein

**Hoofdstuk 5** p.13

Aan de slag met sociale cohesie in de buurt

**Hoofdstuk 6** p.18

Conclusie: Sociale cohesie brengt gezondheid in de buurt

**Referenties** p.19

# Hoofdstuk 1

## Sociale cohesie in Nederland neemt af

De illustratie op pagina 2 beschrijft een beeld dat veel Nederlanders zullen herkennen. Bijna de helft van de Nederlandse volwassenen voelt zich eenzaam<sup>1</sup>. Het percentage eenzame Nederlanders is gestegen van 39% in 2012 naar 49% in 2022 (zie Figuur 1). Volgens de Monitor Brede Welvaart is het contact met familie, vrienden en/of burens in de afgelopen jaren afgenomen (vergelijk 2015-2022)<sup>2</sup>. Sociale cohesie krijgt van Nederlanders slechts een rapportcijfer van 6,5. Sommige groepen Nederlanders zijn hierbij extra kwetsbaar. Zo zijn een gebrekkige sociale cohesie en eenzaamheid een groot en groeiend probleem onder ouderen en mensen in kwetsbare buurten<sup>3-4</sup>. Sociale cohesie in de buurt is echter een bepalende factor voor gezondheid en leefbaarheid. Daarnaast kan het positieve economische gevolgen hebben voor de buurt (bijv. lagere zorgkosten, hogere vastgoedwaardes, en meer lokale werkgelegenheid en economische activiteit).

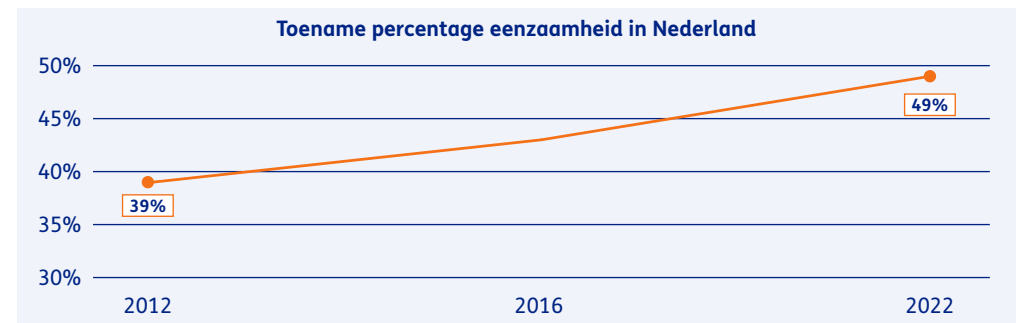
Het is dan ook belangrijker dan ooit om de sociale cohesie in de samenleving te versterken. Dit moet alleen gebeuren in een tijd van maatschappelijke transitie zoals die rondom het klimaat, energie en digitalisering. En in een tijd van sociale

verschraving, vergrijzing en verdichting<sup>5</sup>. Dit betekent dat de leefomgeving de komende jaren enorme en ingrijpende veranderingen zal ondergaan door woningbouw en gebiedstransformatie. De vrije openbare ruimte waarin sociaal contact met burens plaats kan vinden zal waarschijnlijk schaarser worden. Sociale cohesie maakt plaats voor anonimiteit<sup>6</sup>. Dit is dus hét moment voor verandering. Juist nu moet aan de tekentafel worden nagedacht over de lijn die ons bindt: sociale cohesie. Ondanks—en misschien wel dankzij—al deze opgaven is het goed mogelijk om de sociale cohesie te versterken. Het past ook nog eens goed binnen de gezondheidskaders van de nieuwe omgevingswet (zie kader). De vraag is alleen *hoe* we de leefomgeving in kunnen zetten om sociale cohesie in de buurt te versterken en de gezondheid van Nederlanders te stimuleren.

Het antwoord op deze vraag is zowel relevant voor stedelijke als sociale planners. Maar, voordat je de sociale cohesie in de buurt kan gaan versterken, moet duidelijk zijn wat het nu eigenlijk is en waarom het belangrijk is. We beginnen deze publicatie daarom met het definiëren van wat sociale cohesie is en waarom het zo belangrijk is

voor de gezondheid van buurtbewoners en de leefbaarheid van buurten. Vervolgens gaan we in op hoe factoren in de fysieke en sociale inrichting van de ruimte van invloed kunnen zijn op sociale cohesie. We geven hierbij ook inzicht in individuele verschillen

tussen mensen die als randvoorwaarde voor sociale cohesie kunnen dienen. We eindigen met een stappenplan om sociale cohesie mee te nemen in het beleid voor en ontwerp van ruimtelijke ingrepen in de openbare ruimte.



Figuur 1. Het percentage eenzame Nederlanders is gestegen tussen 2012 en 2022<sup>1</sup>.

### Nieuwe omgevingswet

De urgentie van het inzetten van de openbare ruimte voor gezondheidsdoeleinden wordt onderstreept door de nieuwe Omgevingswet die op 1 januari 2024 is ingegaan. Gemeenten zijn met de komst van deze wet verantwoordelijk geworden voor het garanderen van een gezonde leefomgeving van alle inwoners. Volgens artikel 1.3 van de Omgevingswet is een gezonde leefomgeving *een leefomgeving die bewoners ervaren als prettig, uitnodigt tot gezond gedrag en bescherming biedt tegen negatieve omgevingsinvloeden*. Bij het plannen van ingrepen in de openbare ruimte dient rekening gehouden te worden met de mogelijke effecten voor de gezondheid van de bewoners van een gebied.

## Hoofdstuk 2

# Wat is sociale cohesie?

Sociale cohesie komt voort uit sociale relaties (zie kader). Het is de lijm die mensen bij elkaar brengt en houdt<sup>7</sup>. Hierdoor is sociale cohesie een belangrijke voorwaarde voor sociale duurzaamheid. Wanneer mensen zich met elkaar verbonden voelen en elkaar ondersteunen, kunnen zij namelijk gezamenlijk toewerken naar een rechtvaardige, inclusieve en veerkrachtige gemeenschap. Voor sociale cohesie zijn drie zaken belangrijk. Allereerst moet er sprake zijn van wederzijdse en onderlinge steun tussen sociale relaties<sup>8</sup>. Sociaal contact moeten voor alle betrokkenen waarde en positieve gevolgen hebben. Ten tweede is sociaal kapitaal, ofwel de hoeveelheid en kwaliteit van de sociale relaties, belangrijk<sup>9</sup>. Hoe meer en hoe sterker iemands sociale contacten zijn, hoe beter iemand sociaal kan worden gesteund. Het kan daarnaast ook zorgen voor erkenning en waardering. Ten slotte, is de dynamiek tussen de sociale relaties relevant<sup>9</sup>. Sociale cohesie ontstaat wanneer (netwerken van) sociale contacten elkaar vertrouwen en zij normen en waarden delen.

Met sociale cohesie in de buurt bedoelen we daarom de interne bindingskracht die bewoners met elkaar en met de buurt hebben. Voelen bewoners zich met elkaar verbonden, betrokken en solidair? Dat kan je bijvoorbeeld terugzien in vriendelijk gedrag en een open houding naar medebewoners. Een buurt met sterke sociale cohesie kent samenhang tussen bewoners. Bewoners delen een identiteit, steunen elkaar en er is een gevoel van saamhorigheid. Het principe van “publieke familiariteit” speelt een belangrijke rol bij het creëren van sociale cohesie in de buurt<sup>10</sup>. Met publieke familiariteit wordt licht, spontaan en herhaald contact met medebewoners bedoeld. Juist dit soort “knikkende contacten” en losse banden zijn cruciaal voor sociale cohesie in de buurt. Je hoeft namelijk niet zo zeer goede vrienden te zijn met alle burens, maar je moet elkaar op straat wel herkennen en groeten. Wanneer het nodig is, kan je elkaar dan ook makkelijker steunen.

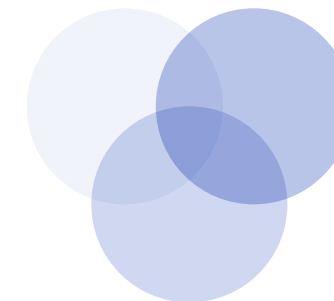
### Lokale en algemene sociale relaties

Mensen hebben lokale en algemene sociale relaties<sup>6</sup>. Bij lokale sociale relaties gaat het over contacten in de directe leefomgeving. Denk aan het langsgaan bij de buurman of buurvrouw voor een kopje suiker. Bij algemene sociale relaties gaat het over contacten buiten de directe leefomgeving. Denk aan op bezoek gaan bij familie en vrienden in een andere stad of buurt. Voor verschillende doelgroepen zijn verschillende soorten sociale relaties belangrijk. Voor ouderen zijn bijvoorbeeld lokale sociale relaties belangrijk, terwijl voor jongvolwassenen algemene sociale relaties vaak belangrijker zijn. De buurt heeft vooral invloed op lokale sociale relaties.

### Sociale contacten leiden tot sociale cohesie door:

1. Wederzijdse en onderlinge steun

2. Kwantiteit en kwaliteit



3. Gedeelde normen en waarden

## Hoofdstuk 3

# Sociale cohesie voor gezonde bewoners en leefbare buurten

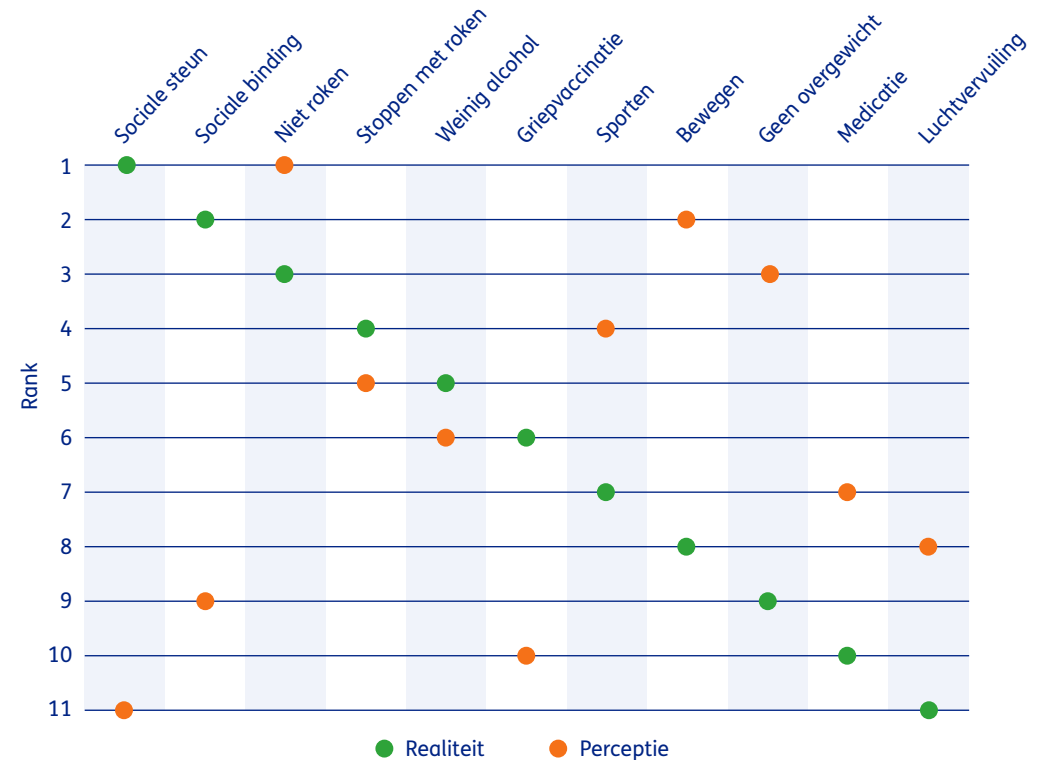
Als mensen gevraagd wordt wat de grootste impact heeft op hun gezondheid, noemen ze vaak leefstijl factoren zoals gezond eten, voldoende bewegen en niet roken. Dat sociale factoren zoals sociale steun en sociale verbondenheid ook invloed hebben op gezondheid is een stuk minder bekend. Uit onderzoek blijkt echter dat sociale factoren minimaal net zo sterk, zo niet sterker, bijdragen aan een goede gezondheid en een hoge levensverwachting (zie ook kader en Figuur 2)<sup>11-12</sup>.

Sociale relaties kunnen namelijk helpen om bestaande gezondheidsproblemen te verminderen en om te beschermen tegen de ontwikkeling van nieuwe gezondheidsproblemen<sup>13</sup>. Zo zorgt bijvoorbeeld sociaal contact op straat voor afleiding van de dagelijkse routine<sup>14</sup>. Het vermindert zo stress en versterkt de persoonlijke veerkracht. Daarnaast zorgt sociaal contact niet alleen voor steun. Het vermindert ook het gevoel van eenzaamheid<sup>15</sup>. Dit kan weer helpen bij mentale gezondheidsproblemen zoals depressie en gevoelens van suïcidaliteit. Vooral ook voor ouderen is sociale cohesie in de buurt belangrijk voor het mentaal welzijn<sup>16</sup>. Sociaal contact

kan ten slotte helpen om positief gezondheidsgedrag aan te leren door relevante informatie over gezond gedrag te krijgen<sup>17</sup>. Denk bijvoorbeeld aan het krijgen van praktische informatie over gezonde voeding en vaccinaties, of aan waar of naar wie je met bepaalde gezondheidsklachten het beste naartoe kan voor hulp.

### Blue Zones

Bewijs voor het belang van sociale cohesie voor gezondheid wordt ook geleverd door de blue zones. Dit zijn plaatsen op de wereld—zoals Sardinië in Italië en Okinawa in Japan—waar mensen vaker, en vooral ook gezond(er), oud(er) worden. De levensverwachting is er tot wel 12 jaar hoger dan het westers gemiddelde. Uit onderzoek blijkt dat naast voeding, lichaamsbeweging en zingeving, vooral ook sterke familiebanden en een goed sociaal netwerk cruciaal zijn voor de gezondheid van mensen in Blue zones<sup>18</sup>. Ook hier draagt sociale cohesie dus bij aan een langer gezond leven.



**Figuur 2.** De invloed van leefstijl factoren, inclusief sociale factoren op gezondheid (perceptie en realiteit). De verticale as geeft de invloedpositie aan van 1 (meeste invloed) tot 11 (minste invloed). *Figuur geadapteerd van Haslam en collega's<sup>11</sup>.*

Vooral ook voor mensen met een sociaal-economische achterstand kan sociale cohesie in de buurt een extra hulpmiddel zijn tegen problemen op het gebied van gezondheid. Zij leven namelijk gemiddeld 7 jaar korter, en 15 jaar korter in goede gezondheid dan mensen met een hoge sociaaleconomische positie<sup>19</sup>. Dit komt niet alleen door individuele factoren zoals een ongezonde leefstijl, chronische stress en lagere gezondheidsvaardigheden. Ook de directe leefomgeving, en de interactie tussen en stapeling van factoren in de directe leefomgeving (zoals bijv. veroorzaakt door verstedelijking, mobiliteitsarmoede, energiearmoede en kansengelijkheid), dragen hieraan bij.

Vaak wonen mensen met een sociaal-economische achterstand geclusterd in “kwetsbare buurten”. Deze buurten worden vaker en sterker geconfronteerd met nadelige stedelijke effecten zoals luchtverontreiniging en geluidsoverlast (o.a. door mobiliteit), een slecht binnenklimaat (o.a. door slecht geïsoleerde huizen), en hittestress (o.a. door weinig groen in de omgeving). Deze stapeling van problemen kan leiden tot een afname van sociale cohesie, omdat bewoners zich minder verbonden en meer gestrest voelen.

Anderzijds kan het versterken van sociale cohesie in kwetsbare buurten negatieve

effecten tegengaan. Door in te zetten op het versterken van sociale cohesie in kwetsbare buurten kunnen we een positie van (meer) gezondheidsgelijkwaardigheid (*health equity*) in de samenleving realiseren.

Sociale cohesie in de buurt is niet alleen goed voor de gezondheid van bewoners, maar ook voor de leefbaarheid van de buurt en de brede welvaart van bewoners<sup>20</sup>. Want, een buurt met sterke sociale cohesie, voelt—en is—veiliger omdat mensen voor en naar elkaar uitkijken<sup>5</sup>. Dat veiligheidsgevoel komt de fysieke gezondheid natuurlijk weer ten goede, omdat mensen zonder zorgen de straat op durven en hierdoor vaker en meer zullen bewegen. Daarnaast zorgt sociale cohesie in de buurt er ook voor dat mensen zich meer betrokken voelen bij de lokale gemeenschap en de medebewoners<sup>5</sup>. Er ontstaat een buurtgevoel (*sense of place*) en bewoners zetten zich gezamenlijk in voor het verbeteren van de fysieke en sociale leefomgeving in de buurt. Er kan bijvoorbeeld gezamenlijk worden ingezet op een buurt die een gezondere leefstijl ondersteunt of waarin het aanbod in gezondheidszorg verbeterd<sup>16-18</sup>.

Uit "de Friese paradox" blijkt dat sociale cohesie zelfs gelukkiger kan maken dan geld. De Friese paradox is het fenomeen dat inwoners van Friesland ondanks een lager bruto binnenlands product gemiddeld gezonder zijn en meer tevreden met het

leven door een sterkere sociale cohesie<sup>20</sup>. Deze verbondenheid staat bekend als de “Friese Mienskip”: de onderlinge verbondenheid die ooit is ontstaan om de gemeenschap te beschermen tegen het water en te versterken ondanks het relatieve isolement van dorpen.

Gebaseerd op dezelfde idealen (zelfredzaamheid, wederzijdse afhankelijkheid en verbondenheid binnen een gemeenschap), groeien de laatste jaren gemeengoeden (of *commons*) in populariteit binnen de samenleving en onder beleidsmakers (zie bijvoorbeeld [hier](#)).



## Hoofdstuk 4

# Sociale cohesie beïnvloeden vanuit het ruimtelijk domein

Er is al veel bekend over de mogelijke effecten van ingrepen in de openbare ruimte op de fysieke gezondheid van bewoners, bijvoorbeeld rondom bewegen, luchtkwaliteit- en geluidsnormen. Dit zie je ook steeds duidelijker terug in de

openbare ruimte. Denk aan rookvrije ruimtes, autoluwe binnensteden, en de groene lopers in diverse Nederlandse steden. Minder bekend is dat ingrepen in de openbare ruimte ook een positief effect kunnen hebben op de mentale gezondheid

van bewoners, bijvoorbeeld door het versterken van de sociale cohesie. Wij onderscheiden in de volgende 3 paragrafen drie factoren waarop we kunnen sturen om sociale cohesie in de buurt te stimuleren, namelijk:

- **Individuele verschillen in voorkeuren:** Wat is de samenstelling van de buurt en voor wie (her)ontwikkelen we dus de buurt?
- **De fysieke inrichting van de buurt:** Welke aspecten van de openbare ruimte moeten we prioriteren om ontmoeting te stimuleren en anonimiteit te voorkomen?
- **De sociale inrichting van de buurt:** Voor welke voorzieningen en faciliteiten moeten we plek maken in de buurt om ontmoeting te stimuleren en anonimiteit te voorkomen?

direct iets zeggen over de buurt, zijn ze essentieel voor de impact van sociale en ruimtelijke ingrepen op sociale cohesie. Er zijn vaak belangrijke relaties tussen de buurt en de mensen die er wonen. Buurtbeleving varieert enorm tussen verschillende groepen mensen, en ook tussen individuen binnen die groepen.

Een buurt moet zo worden ingericht dat deze voor iedereen werkt. Het omarmen van diversiteit in leefstijlen, gewoontes en behoeften is een voorwaarde voor een bruisende buurt. In Tabel 1 geven we een overzicht van individuele verschillen tussen mensen en beschrijven we hoe deze de sociale interactie met de buurt kunnen beïnvloeden.

### 4.1. Individuele verschillen in voorkeuren

Individuele verschillen bepalen of iemand zin, tijd, energie, geld en/of kennis heeft om anderen te ontmoeten en betrokken te raken bij de buurt. Deze kenmerken bepalen of en hoe iemand cohesie ervaart. Een plek wordt namelijk gemaakt door de mensen die er wonen. Hoewel deze kenmerken niet





Tabel 1. Individuele verschillen tussen bewoners en voorbeelden van invloed op sociale cohesie in de buurt.

Individueel verschil	Voorbeeld
Inkomen <sup>21-22</sup>	Financiële stabiliteit geeft mensen de kans om actief en meer flexibel deel te nemen aan verschillende activiteiten, vaak ook buiten hun eigen buurt. Voor mensen met een lagere sociaaleconomische status is dit veel moeilijker. Inkomensongelijkheid kan het vertrouwen in instituties ondermijnen en hierdoor de betrokkenheid in de buurt verminderen. Mensen met zware fysieke banen of die 's nachts of in het weekend werken hebben vaak minder energie en tijd om aan (buurt)activiteiten deel te nemen. Daarnaast is er verschil tussen bewoners die koper vs. huurder zijn. Woningeigenaren kunnen meer investeren in de buurt(-banden), omdat zij hier op de lange termijn de vruchten van plukken. Huurders daarentegen blijven doorgaans tijdelijk wonen en hebben daardoor minder motivatie om in de buurt te investeren.
Gezondheid <sup>23</sup>	Mensen die gezond zijn gaan vaker naar buiten en doen actief mee in de buurt. Ze ontmoeten meer mensen en kunnen zelfstandig meer plekken bereiken. Een slechte gezondheid kan hierdoor een obstakel zijn voor sociale contact.
Leeftijd <sup>24-25</sup>	Leeftijd beïnvloedt hoe betrokken mensen zijn bij hun buurt. Oudere mensen zijn vaak minder mobiel en komen hierdoor minder buiten. Ze zijn meer afhankelijk van hun buurt en wonen er vaak ook al langer. Hierdoor zijn ook de sociale banden en het vertrouwen in burens hoger bij oudere mensen. Dit versterkt de sociale cohesie in de buurt. Jongere mensen kunnen makkelijker deelnemen aan buurtactiviteiten, maar hun levensstijl en sociale netwerk reiken vaak verder dan de buurt. Kinderen gaan meestal in de buurt naar school, sporten, en spelen met anderen, wat hun band (en vaak ook die van hun ouders) met de buurt versterkt.
Cultuur <sup>26-27</sup>	Verschillen in culturele normen, waarden, ideeën en overtuigingen kunnen het wederzijds vertrouwen belemmeren. Cultuur kan echter ook bewoners verenigen wanneer diversiteit juist wordt omarmd in de buurt (al dan niet gefaciliteerd door sociale programma's) en bewoners interesses en bezigheden delen. Het overbruggen en nuanceren van culturele verschillen kan de betrokkenheid en solidariteit tussen buurtbewoners versterken.
Sociale status <sup>28, 29, 30</sup>	Sociale status bepaalt de toegang tot financiële, culturele en economische hulpbronnen, en daarmee de mogelijkheden voor betrokkenheid met de buurt. Mensen van hogere sociale status hebben vaak betere toegang tot netwerken en middelen, wat participatie bevordert. Mensen van lagere sociale status stuiten vaak op barrières door beperkte middelen en stigmatisering. Taalbeheersing, opleidingsniveau en vertrouwen in instituties spelen hierbij een belangrijke rol. Echter, buurten waarin de sociale statuspositie van bewoners goed gemixt is, kunnen bijdragen aan veelzijdige sociale dynamieken en de aanwezigheid van steunende informele sociale netwerken.
Gender <sup>31</sup>	Vergeleken met mannen ervaren vrouwen een lagere sociale veiligheid in de openbare ruimte. Dit kan sociale interacties in de buurt belemmeren.



#### 4.2. Fysieke inrichting van de ruimte

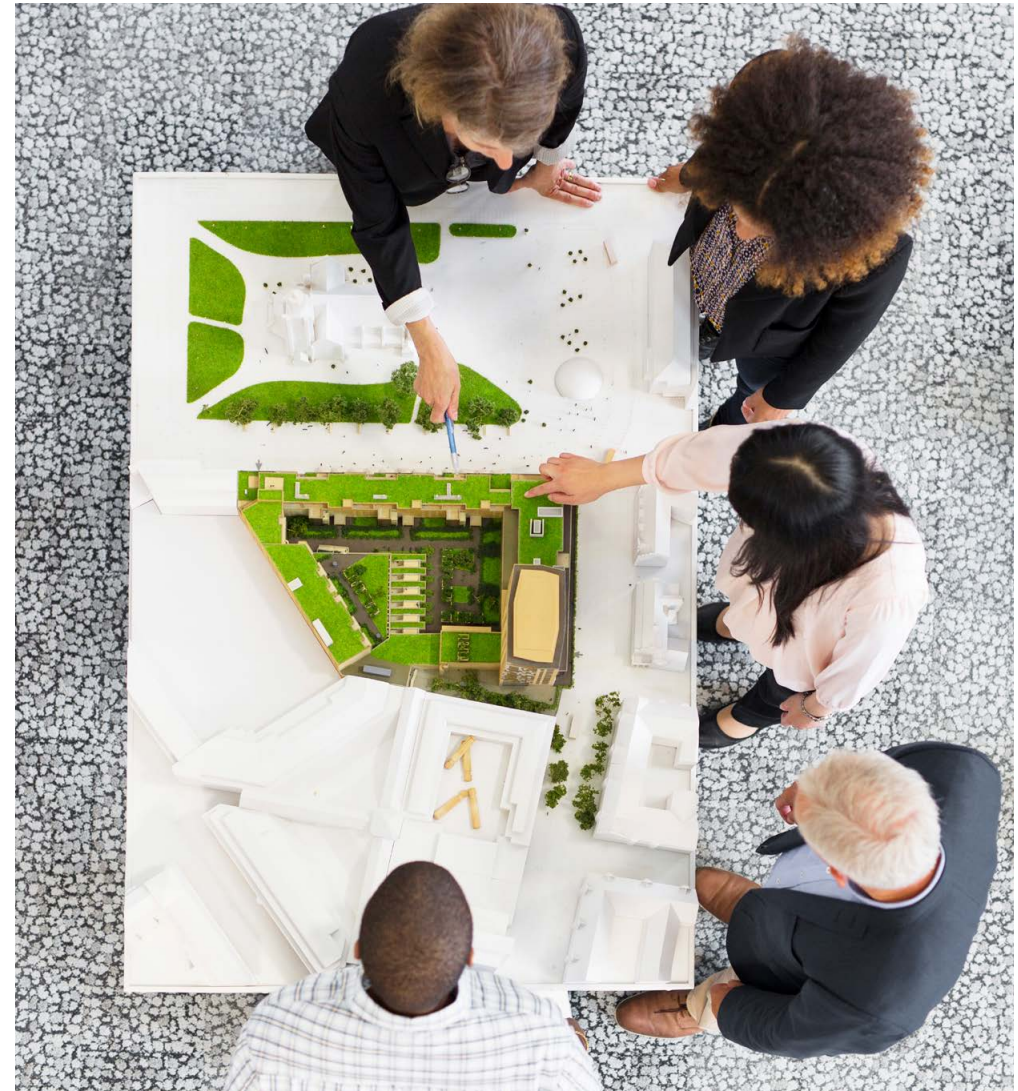
De fysieke inrichting van de openbare ruimte kan sociale ontmoetingen en relaties vergemakkelijken en stimuleren. Makkelijke en betere toegang tot voorzieningen en infrastructuur versterkt de sociale cohesie, net als een omgeving die uitnodigt tot wandelen en bewegen<sup>32</sup>. Openbaar vervoer bevordert spontane sociale interacties tussen mensen, terwijl groene (en blauwe) ruimtes en een gevarieerde ruimte (d.w.z., functiemenging) in de buurt interactie en activiteiten aanmoedigen<sup>33</sup>.

De fysieke inrichting van de openbare ruimte kan echter ook sociale cohesie belemmeren door bewoners te ontmoedigen om met elkaar in contact te komen en hierdoor juist te zorgen voor anonimiteit. Belemmerende factoren zijn uiteraard meestal met een ander doel tot stand gekomen. Echter, wanneer je inzicht hebt in factoren die ongewenste effecten hebben op sociale cohesie, kan je actie ondernemen om de ongewenste effecten te niet te doen (bijv. aanpassen, verwijderen, of herinrichten). Het is belangrijk om hiernaar uitvraag te doen onder bewoners, omdat individuele verschillen hier een grote rol (kunnen) spelen. Zo kunnen bijvoorbeeld onregelmatige stoeptegels of gebruik van kinderkopjes op pleinen een belemmering zijn om hier sociale interactie aan te gaan voor mensen met een fysieke beperking.

In Tabel 2 (zie volgende pagina) geven we een overzicht van elementen in de fysieke inrichting van de ruimte en beschrijven we hoe deze de (herhaalde) sociale interactie in buurt stimuleren en vergemakkelijken.

##### Voorbeelden van belemmeringen in sociale cohesie in de buurt:

- Leegstand
- Onverzorgde en vuile openbare ruimte
- Onpersoonlijke gebouwen
- Fysieke barrières
- Slechte of ontbrekende verlichting
- Beperkte zitgelegenheid
- Beperkte vrije openbare ruimte
- Onbewoonde verkeersroutes



Tabel 2. Elementen in de fysieke ruimte en voorbeelden van hun invloed op sociale cohesie in de buurt.

Element	Voorbeeld
Toegankelijkheid (en veiligheid) <sup>34</sup>	Toegankelijke openbare ruimtes zijn cruciaal voor het versterken van sociale cohesie in de buurt. Ze bieden kansen voor dagelijkse betrokkenheid en culturele activiteiten, wat essentieel is voor een sterk buurtgevoel. Alleen al de gezamenlijke aanwezigheid van diverse groepen en activiteiten bevordert de sociale cohesie. Veiligheid is hierbij wel belangrijk, wanneer bewoners zich bijvoorbeeld veilig voelen door de aanwezigheid van avondverlichting en buurtpreventie, zullen zij eerder geneigd zijn om naar buiten te gaan.
Voetgangersvriendelijkheid <sup>35-36</sup>	Een voetgangersvriendelijke ruimte met brede stoepen (min. 2 meter) met regelmatige stoeptegels en overzichtelijke straten en pleinen nodigt uit tot wandelen en ontmoeten.
Bereikbaarheid (en veiligheid) <sup>37</sup>	Overzichtelijke en goed bereikbare plekken met meerdere ingangen en goede zichtbaarheid maken de buurt interessant voor diverse groepen. Dit stimuleert sociale interactie. Avondverlichting maakt de openbare ruimte ook 's avonds bereikbaar door een hoger sociaal veiligheidsgevoel. Dit effect kan echter ook doorslaan en onveiligheid creëren, bijvoorbeeld wanneer plekken zoals pleinen door de goede bereikbaarheid worden gebruikt voor doorgaand (fiets) verkeer.
Aantrekkelijkheid <sup>38</sup>	Comfortabele zit- en rustplekken, en openbaar vervoer zorgen voor een prettige ervaring en stimuleren sociale interactie. Kunstobjecten en goed onderhouden voorzieningen maken de buurt aantrekkelijk en stimuleren ook de sociale interactie. Buurtbetrokkenheid wordt zo gestimuleerd. Dit soort fysieke elementen versterkt het veiligheidsgevoel en het gevoel dat je langer in de ruimte wil verblijven, wat een voorwaarde is voor sociale cohesie.
Groen en blauw <sup>39, 40, 41</sup>	Groene en blauwe structuren bieden niet alleen een aangename omgeving maar dienen ook als ontmoetingsplaatsen waar mensen kunnen samenkomen, ontspannen en verbinden. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Moestuinen, volkstuinten en parken zijn plekken waar bewoners samen in de natuur bezig kunnen zijn. Dit stimuleert de verbondenheid en interactie tussen bewoners.</li> <li>• Met de steeds warmer wordende zomers bieden veilige zwemplekken verkoeling en recreatie en dienen watertappunten als informele ontmoetingsplekken. Ook zitplekken aan oevers bieden ruimte voor ontspanning en sociale interactie, wat mensen aantrekt en spontane ontmoetingen stimuleert.</li> </ul>
Gebalanceerd ruimtegebruik <sup>34, 42, 43</sup>	Het combineren van verschillende functies en elementen in de buurt creëert een levendige en inclusieve omgeving. Een mix van oude en nieuwe, en hoge en lage gebouwen maakt de omgeving divers en prikkelend. Hierbij hoort een goede balans tussen rust en bedrijvigheid zodat de leefomgeving als prettig wordt ervaren door verschillende groepen. Gebieden met winkels, cafés, woningen, recreatie en andere voorzieningen zorgt voor constante activiteit in de openbare ruimte. Maar ook de rust en stilte van plantsoenen en parkjes nodigt uit tot een knikje en een 'goedemorgen'. Ook toegeëigende overgangszones tussen privé en openbare ruimtes (bijv. d.m.v. bankjes of plantenbakken) zijn belangrijk voor spontane ontmoetingen. Kunst, verplaatsbaar straatmeubilair en speeltoestellen stimuleren sociale interactie.

### De 'Delftse' of 'Hollandse' stoep.



De zogeheten 'Delftse' of 'Hollandse' stoep is een smalle strook tussen de woning en een trottoir die tegenwoordig op steeds meer Nederlandse steden zijn terugkeer doet en sociale cohesie kan bevorderen. Van oudsher was dit de plek om spullen uit het paard en wagen te laden. Tegenwoordig plaatsen bewoners doorgaans bloembakken of bankjes. Dit stukje stoep fungeert dus als verlengstuk van het huis, maar komt uit in de openbare ruimte waardoor het zowel ruimtelijk als sociaal van groot belang is voor het gebruik van de straat.

### 4.3. Sociale inrichting van de ruimte

Individuele verschillen tussen bewoners en de fysieke inrichting van de ruimte beïnvloeden beiden de bereidheid van bewoners om zich met medebewoners te binden. Ook de sociale inrichting van de ruimte—zowel tastbaar door sociale voorzieningen als minder tastbaar door de sociale basis—kan bijdragen aan buurtbinding. In buurten met een gebrekkige sociale infrastructuur zijn bewoners op zichzelf aangewezen. We stimuleren de sociale cohesie in de buurt het meest door informele ontmoetingen tussen bewoners te vergemakkelijken. Een sterke sociale inrichting van de ruimte bevordert de publieke familiariteit en maakt vluchtige ontmoetingen mogelijk. Deelname aan buurtcollectieven of inspraakavonden kan namelijk voor veel mensen nog een te grote stap of te zware inspanning zijn.

Bij het plannen en ontwikkelen van de sociale inrichting van de buurt is het belangrijk om rekening te houden met de diversiteit in behoeften tussen bewoners. Hoe en met wie bewoners contact maken, is een kwestie van vrije wil. Maar dat ze contact maken, is een waardevol doel. In Tabel 3 geven we een overzicht van elementen in de sociale inrichting van de ruimte en beschrijven we hoe deze een rol spelen bij het bevorderen van sociale interactie tussen bewoners.

Tabel 3. Elementen in de sociale ruimte en voorbeelden van hun invloed op sociale cohesie in de buurt.

Element	Voorbeeld
Sociale voorzieningen <sup>44, 45, 46</sup>	Sociale voorzieningen zijn cruciaal voor het opbouwen van sociale cohesie en het versterken van onderlinge banden. Zo kunnen scholen dienen als centrale punten voor activiteiten en interacties tussen ouders, leerlingen en personeel. Third places (d.w.z., locaties buiten huis en werk) zoals cafés, restaurants, bars, winkels (vooral van kleine, lokale ondernemers), kappers en markten, bieden ruimte voor informele ontmoetingen en bevorderen gemeenschapsvorming. Informele eetgelegenheden zoals kraampjes en kiosken dragen ook bij aan sociale interactie door hun toegankelijke, informele en laagdrempelige setting. Deze voorzieningen vormen het sociale weefsel van de stad.
Sociale basis <sup>34, 47, 48, 49</sup>	Het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) benadrukt het belang van de sociale basis voor ontmoeting, ondersteuning, ontplooiing en ontspanning. De sociale basis bestaat uit de niet-tastbare aspecten van de buurt die interactie en cohesie bevorderen. Vooroordelen, stereotyperingen en vermeende verschillen tussen mensen en groepen nemen af naarmate het onderlinge contact toeneemt. Mensen die betrokken zijn bij informele sociale netwerken (zoals leesclubs, sportverenigingen, vrijwilligersgroepen en collectieven) ervaren meer sociale cohesie. Het hebben van een gemeenschappelijk doel en samenwerken versterkt namelijk de onderlinge band. Gevoelens van eigenaarschap en inspraak stimuleren autonomie binnen de gemeenschap. Denk aan gezamenlijk eigendom of beheer van openbare ruimtes, betrokkenheid bij de inrichting van de buurt, en deelname aan gemeenschapsprojecten en lokale evenementen.



## Hoofdstuk 5

# Aan de slag met sociale cohesie in de buurt

Het (her)inrichten van een buurt is en blijft een kwestie van het balanceren van allerlei cruciale functies. Het is een flinke uitdaging om hierbij alle bovengenoemde factoren volledig mee te nemen. Ook is er geen gouden standaard voor het realiseren of versterken van sociale cohesie in de buurt. Sociale cohesie in de buurt is afhankelijk van de kenmerken (de individuele verschillen) van de bewoners. Iedere buurt is anders en maatwerk is dus nodig (zie ook kader).

Toch zijn er wel degelijk knoppen in de fysieke en sociale inrichting van de ruimte waar je aan kunt draaien om de sociale cohesie in een buurt te versterken. De (her)inrichting van de openbare ruimte in een buurt moet hiervoor afgestemd zijn op de sociale programmering. Dit vraagt allereerst intensieve samenwerking tussen ruimtelijke en sociale domeinen. Daarnaast moeten ook de wensen en behoeften van bewoners een integraal onderdeel zijn van het besluitvormingsproces. Alleen dan kan

de schaarse beschikbare openbare ruimte zo passend mogelijk—waar mogelijk multifunctioneel en flexibel—worden ingericht ten bate van de sociale cohesie in de buurt. Wanneer dit niet gebeurt, is het goed mogelijk dat bijvoorbeeld nieuwe voorzieningen in een buurt onvoldoende gebruikt zullen worden en op termijn weer verdwijnen<sup>50</sup>. Dit werkt dan juist sociale verschraving in de hand. Kortom, bij het (her)inrichten van de openbare ruimte is een bottom-up benadering nodig die past bij de buurt en

diens bewoners. Op de volgende pagina's werken we in een stappenplan uit hoe je dit kan aanpakken.

**Placemaking** is het versterken van de verbinding tussen bewoners en hun omgeving door de openbare leefomgeving te gebruiken als centrale spil voor de lokale gemeenschap. Door in te zetten op placemaking, maak je van de buurt een “thuis” voor de bewoners. Je zet bijvoorbeeld in op het bouwen en/of verbeteren van de leefomgeving met als doel bewoners en buurt met elkaar te verbinden en de gezondheid en veiligheid te stimuleren en versterken. Placemaking is het meest effectief wanneer je dit bottom-up en participatief doet met de lokale experts, dus in cocreatie met bewoners.

TNO zet in het project [Improve Equity](#) in op een bottom-up en participatief placemaking proces om een innovatieve strategie te ontwikkelen waarmee lokale ongelijkwaardigheid op het gebied van obesitas en overgewicht terug kan worden gedrongen. In actieve samenwerking met inwoners en andere lokale stakeholders wordt gewerkt aan multidisciplinair sociaal en ruimtelijk beleid. Het resulteert in lokale maatwerkoplossingen die aansluiten bij de wensen en behoeften van alle betrokkenen.



# Stappenplan voor het faciliteren van sociale cohesie in de buurt

Hoe maak je passende keuzes uit de ingrepen die je in de leefomgeving kan doen om de sociale cohesie in de buurt te versterken en zo de gezondheid van de bewoners te stimuleren? En hoe betrek je de bewoners als integraal onderdeel van dit besluitvormingsproces? Dit stappenplan biedt stedelijke ontwerpers, buurtwerkers, beleidsmakers, sociale en ruimtelijke beleidsmakers, welzijnswerkers, en iedereen die bezig is met gezonde leefomgeving—bij voorkeur in samenwerking—handvatten om van de buurt een fijn thuis te maken voor en met de bewoners en andere lokale stakeholders.

## 1 Breng de huidige situatie van de buurt in termen van sociale cohesie in kaart.

**1A.** Inzicht in de diversiteit en belangen van de buurtbewoners en andere lokale stakeholders is een cruciale voorwaarde voor het beïnvloeden van de sociale cohesie in de buurt. Start je inventarisatie daarom met het opstellen van buurtprofielen.

- Wat is de buurtsamenstelling qua bewoners (zie 4.1)?<sup>a</sup> En, welke andere stakeholders zijn er (zie kader voor inspiratie van stakeholder soorten)?

- Wat is de huidige situatie met betrekking tot sociale cohesie, gezondheid en welzijn?<sup>a</sup>
- Welke belangen zijn er voor de stakeholders in de buurt om de sociale cohesie te versterken en hoe wegen deze tegen elkaar af (zie kader)?

### Enkele **stakeholders** voor sociale cohesie in de buurt:

- **Bewoners:** Zij wonen in de buurt
- **Gemeente:** Zij zijn verantwoordelijk voor stedelijke en sociale planning in de buurt
- **Lokale bedrijven:** Zij hebben baat bij een aantrekkelijke buurt
- **Woningcorporaties:** Zij hebben woningen in de buurt in het beheer
- **Non-profitorganisaties:** Zij zetten zich in voor sociale activiteiten in de buurt
- **Instellingen voor onderwijs, zorg, cultuur en religie:** Zij brengen bewoners bij elkaar
- **Politie en hulpdiensten:** zij garanderen de veiligheid en samenwerking in de buurt

### Afwegen van belangen en effecten

Het belang van sociale cohesie verschilt per type stakeholder. Voor inwoners is het allicht van belang je prettig voelen in de buurt, je buurman om hulp kunnen vragen, en je minder eenzaam voelen. Voor een gemeente ligt de waarde misschien veel meer op het terugdringen van zorgkosten en het voorkomen van sociale onrust en onveiligheid. En uiteraard spelen kosten een rol. Het in kaart brengen en tegen elkaar af te wegen van de effecten, belanghebbenden en bijkomende voordelen voor andere domeinen biedt ruimte voor samenwerking en investeringen over beleidsdomeinen heen (Health in/for all Policies).

Met de [Wise Cube](#) heeft TNO een set tools ontwikkeld die kan worden gebruikt om bij het ontwikkelen van beleidsinitiatieven vooraf de effecten op het welbevinden per bevolkingsgroep inzichtelijk te maken<sup>51</sup>. Dit resulteert in een visualisatie van effecten die wordt ingezet voor dialogen met belanghebbenden om te komen tot een beter geïnformeerd besluitvormingsproces.

**1B.** Koppel het objectieve bewonersprofiel van de buurt aan de huidige situatie van de leefomgeving. Inventariseer de leefomgeving in de buurt en stel een leefomgevingsprofiel op:

- Welke sociale cohesie versterkende of belemmerende kenmerken zijn er in de buurt met betrekking tot:
  - de fysieke inrichting (zie 4.2)?
  - de sociale inrichting (zie 4.3)?

De inventarisatie van het objectieve bewoners- en leefomgevingsprofiel leggen de weg bloot naar het ontwikkelen van maatwerkoplossingen voor meer sociale cohesie in de buurt. Je maakt zo een objectieve startfoto of startkaart voor buurtverbetering. Wanneer je de startkaart visueel vormgeeft, kan je het ook gebruiken als ondersteuning bij het aangaan van het gesprek met bewoners en andere stakeholders. Vanuit TNO wordt er ingezet op [DILaN](#) om deze inventarisatie visueel en procesmatig te ondersteunen.

<sup>a</sup> Hiervoor zijn openbare databronnen en dashboards te gebruiken zoals de Leefbaarheids- of Gezondheidsmonitor en/of CBS in uw buurt.

## 2 Zet de stem van de bewoners (en andere stakeholders) centraal om van de buurt een thuis te maken.

Voor een succesvol placemaking proces is het cruciaal inzicht te krijgen in wat de bewoners en andere stakeholders (niet) waarderen aan de buurt en waar hun wensen en behoeften liggen. Wat zijn de aanwezige sociale parels in de buurt? Welke succesvolle stadmakersinitiatieven lopen er al in de buurt? Raadpleeg de bewoners en andere stakeholders en breng ze samen om als gemeenschap na te denken over het versterken van de sociale cohesie in de buurt. In dit stappenplan gaan we hierbij uit van de Asset Based Community Development methodiek (zie kader)<sup>52</sup> in combinatie met [tips en trucs](#) voor het vasthouden van bewonersbetrokkenheid op basis van onze praktijkervaringen.

Zo kan je op systematische wijze de sociale cohesie in de buurt bevorderen:

**2A.** Kijk naar de samenstelling van de buurt (zie stap 1A). Stel op basis hiervan een

buurtpanel op dat de lokale gemeenschap weerspiegeld (d.w.z., bewoners en andere stakeholders). Zijn er al buurtcollectieven in de buurt? Kijk dan of hier aansluiting mee kan worden gezocht.

**2B.** Plan een bijeenkomstserie in de buurt met het panel of collectief. Gebruik deze bijeenkomst(en) om:

- te werken aan het ontwikkelen van een vertrouwensband met de bewoners. Stel je transparant op: wat wil je ophalen bij de bewoners en waarom? Benadruk ook: wat breng je de bewoners terug en wat levert hun bijdrage hen en de buurt op?
- het gesprek aan te gaan over de huidige situatie met betrekking tot sociale cohesie in de buurt (zie 1.). Gebruik hierbij de startkaart die je hebt opgesteld: hoe denken bewoners en andere stakeholders over sociale cohesie in de buurt? En komt de startkaart overeen met hun beleavingswereld en weerspiegelt deze goed de belangen van sociale cohesie voor iedereen?

**Asset Based Community Development (ABCD)** is een bottom-up positieve psychologische benadering voor de ontwikkeling van buurtgemeenschappen. ABCD richt zich niet op tekortkomingen in de buurt maar gebruikt juist de krachten, talenten en middelen die al aanwezig zijn om verdere duurzame groei te stimuleren door de leefbaarheid van een buurt en het welzijn van bewoners te verbeteren.

In het project [Improve Equity](#) past TNO de ABCD methodiek toe om bewoners van kwetsbare wijken integraal onderdeel te maken bij het ontwikkelen van maatwerkoplossingen om gezondheidsongelijkwaardigheid op het gebied van obesitas en overgewicht terug te dringen.

Twee voorbeelden van laagdrempelige participatieve methodieken om de sociale cohesie in een buurt in kaart te brengen:

- **Leefplekmeter** is een instrument dat kan worden ingezet om bewoners thematisch hun leefomgeving te laten evalueren en hier vervolgens gestructureerd het gesprek over aan te kunnen gaan. De focus ligt op de directe leefomgeving en wat er hierbinnen goed gaat en wat beter zou kunnen. De Leefplekmeter bekijkt de leefomgeving vanuit breder perspectief, maar is zeker ook bruikbaar voor sociale cohesie. Kijk [hier](#) voor meer informatie.
- **PhotoVoice** is een instrument dat kan worden ingezet om bewoners positieve en negatieve elementen in de leefomgeving te laten visualiseren met foto's. De methode is laagdrempelig voor bewoners en opent op elegante wijze de dialoog richting buitenstaanders (bijv. beleidsmakers) en faciliteert de discussie over sociale cohesie bevorderende en belemmerende elementen in de buurt.

- de bewoners “op pad” te sturen en te laten delen wat zij als sociale parels waarderen in de buurt en/of wat er nog sterker kan. Je kan hiertoe participatieve methodieken inzetten (zie kader). In diverse projecten is vanuit TNO expertise opgedaan rondom doelgroep participatie. Onze ervaringen zijn gebundeld [hier](#) te vinden.

**2C.** Verzamel de verschillende subjectieve bewonersdata en integreer deze met de (visuele) startkaart voor buurtverbetering om:

- de objectieve buurtbeleving (stap 1) in termen van sociale cohesie te kunnen koppelen aan de subjectieve buurtbeleving (stap 2B).
- de discussie aan te kunnen gaan met het buurtpanel/-collectief: welke sociale cohesie bevorderende elementen zouden verder versterkt kunnen worden of breder

kunnen worden uitgezet binnen de buurt (en waarom)? En, welke elementen in de buurt zijn minder sterk en zouden verbeterd kunnen worden (en waarom)?

In de discussie met het buurtpanel/-collectief is het vooral ook belangrijk om naast bewoners ook de andere stakeholders (zie eerder overzicht als inspiratiebron voor lokale stakeholders) mee te nemen bij het inkleuren van de wensen en behoeften van de bewoners. Zo komt de gemeenschap gezamenlijk tot ideeën en invullingen van voorzieningen en (sociale) programmeringen. Welke mogelijkheden zijn er die passen bij de wensen en behoeften van bewoners en is bijvoorbeeld flexibele en multifunctionele invulling mogelijk?

2D. Synthetiseer de uitkomsten van de bewonersinventarisatie. Deel en presenteer de uitkomsten vervolgens aan de buurt:

- Ga hierbij altijd ook na of de gemaakte plannen ook breder in de buurt weerklank vinden.
- Maak duidelijk op welke manier en op welke termijn uitvoering zal worden gegeven aan de door de buurt aangedragen verbeteringen voor sociale cohesie. Of leg uit waarom (bepaalde) voorgestelde verbeteringen (nu nog) niet realiseerbaar zijn.

### 3 Van plaats naar plek

Bij de ontwikkeling of herstructurering van de leefomgeving in de buurt komt het uiteindelijk aan op het bepalen van functies, routes en plekken. Voor wie gaan we deze plek ontwikkelen en welk idee (of welke ideeën) staat daarbij centraal? De schaal waarop functies gemengd moeten worden hangt af van de context. Het is cruciaal dat deze functies *toegankelijk* (is het zichtbaar en bereikbaar?), *bruikbaar* (kan je hier iets nuttigs/prettigs doen of ervaren?) en *passend* (is het in lijn met de rest van de

buurt?) worden ervaren. Om het ontwikkelingsproces te faciliteren en om de effecten van mogelijke ingrepen te kunnen voorstellen en simuleren werkt TNO aan [DILaN](#). DILaN is een stappenplan, ondersteund door een digital twin, voor gezamenlijke besluitvorming tussen ruimtelijk en sociaal domein.

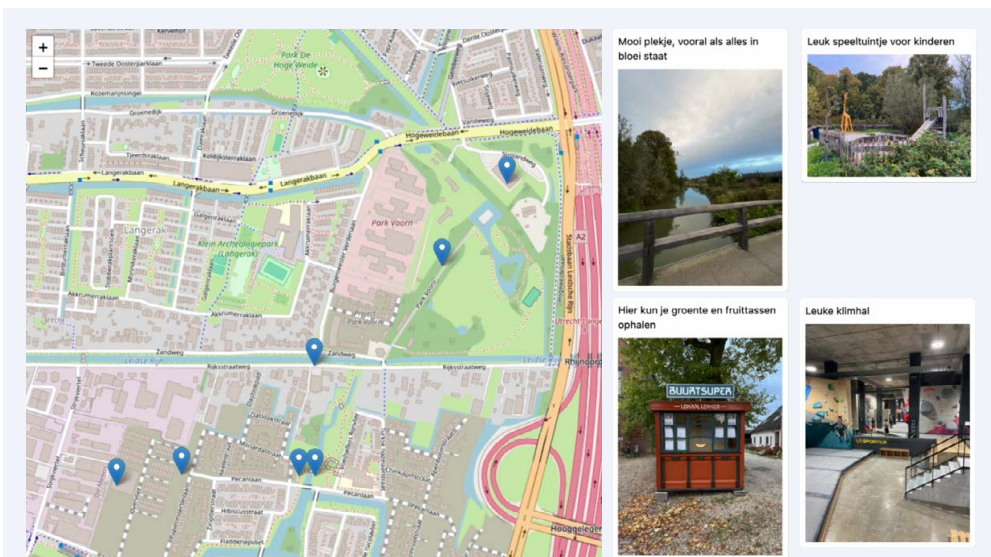
Houdt de volgende zaken in het achterhoofd bij het verbeteren van sociale cohesie in de buurt:

- **STOMP-principe<sup>b</sup> en 15 minuten stad:** hoe kan deze plek zo bereikbaar en voetganger-/fietsvriendelijk mogelijk worden?
- **Holistisch denken en variatie in design:** uitzoomen van postzegel naar grotere geheel en afvragen wat de visie is van de plek en hoe de ingreep aansluit bij de rest van de omgeving. Is het meer van hetzelfde of iets nieuws, en hoe integreer je dit?
- **Sociale mix in woningtypen** (huur, koop, sociaal, grootte): de verschillende woningtypen in de buurt zijn sterk bepalend voor de bewonerssamenstelling. Kijk goed naar de sociaal-demografische kenmerken en doorsnede van de gemeenschap. Een sociale mix is daarbij niet zonder meer bevorderend voor iedere wijk. Er is veel discussie over de vraag of het toevoegen van verschillende soorten woningen in wijken wel echt gelijkheid bevordert, omdat het door marktwerking

ook bestaande bewoners kan verdringen en de prijzen op kan drijven.

- **Multifunctioneel en gemengd ruimtegebruik:** een buurt wordt niet bruisend door eentonig ruimtegebruik. De openbare ruimte wordt pas een katalysator voor ontmoeting en betrokkenheid wanneer je deze in kan zetten voor meerdere functies (bijv. winkelen en recreëren), doelgroepen (combineer zaken die interessant zijn voor verschillende soorten mensen) en dagdelen (stimuleer verschillend gebruik over bijv. ochtend, middag en avond).
- **Een passende digitale omgeving** helpt de sociale verbinding in de openbare ruimte te bevorderen. Vandaag de dag speelt een groot deel van het sociale leven zich digitaal af. Er zijn tools en methodes om mensen via digitale wegen meer inspraak en representatie in de openbare ruimte toe te kennen.

Om een buurt echt tot leven te brengen, moet bij elke ingreep in de leefomgeving worden gelet op veiligheid, gedeeld eigenaarschap, inclusie, en diversiteit. Dit betekent dat bij elk project van begin tot eind de veiligheid van bewoners gewaarborgd wordt, dat iedereen zich betrokken en verantwoordelijk voelt, en dat er ruimte is voor verschillende achtergronden en perspectieven. Alleen zo ontstaat een buurt waar iedereen zich thuis voelt.



Participatieve methodiek PhotoVoice zoals toegepast in het TNO project [Better Together](#).

Bewoners identificeren via foto's plekken in hun wijk die zij als belangrijk beschouwen voor hun welzijn en welke plekken zij hiervoor missen of anders zouden inrichten. Foto's met korte verhalende omschrijvingen vormen een (interactieve) kaart van en voor de wijk om het gesprek over buurtverbetering te starten.

<sup>b</sup> Het STOMP-principe prioriteert menselijke mobiliteit van Stappen (voetgangersvriendelijkheid), Trappen (fietsen), Openbaar vervoer, en Mobiliteitsdiensten (deelvervoer, apps en hubs) tot Personenauto. Meer info [hier](#).



#### 4 Beschouw sociale cohesie als een doorlopend en maatwerk proces

Ten slotte vraagt sociale cohesie om duurzame investering en doorlopend beheer. Vaak wordt er wel bij nieuwe buurten en bij de herinrichting van buurten geïnvesteerd in sociale cohesie, maar komt het onderhoud er bekaaid vanaf. Deels komt dit omdat er slechts kleine potjes voor het onderhoud beschikbaar zijn. Sociale cohesie vraagt echter om duurzame investering, ook nog na 2, 5, 10, en 15 jaar. Werken aan sociale cohesie in de buurt vraagt dus om een langetermijnvisie.

Uiteraard liggen er ook hier kansen om bewoners meer verantwoordelijkheid en middelen te geven om zelf initiatieven ten baten van de sociale cohesie te starten en/of verder voort te zetten. Zo kennen gemeenten budgetten toe aan buurtprojecten of stellen zij ruimtes beschikbaar voor gemeenschapsactiviteiten. Buurtcollectieven nemen in toenemende mate een prominente rol in of dienen als voorbeeld voor de bewoners.

TNO, gemeenten en kennispartners werken in de Regio Deal Waterwegregio samen om de brede welvaart in de regio te vergroten. Met behulp van de door TNO ontwikkelde [UNLOCK](#)-methode—waarin systeemdenken centraal staat—wordt onder anderen gewerkt aan het versterken van de sociale cohesie. Door analyse van patronen en verkenning van uitdagingen ontstaan structurele en duurzame oplossingen.

Anderzijds kunnen woningcorporaties technologieën inzetten zoals mobiele apps om bewoners met elkaar in contact te brengen en/of te ondersteunen bij het opzetten van nieuwe initiatieven voor sociale cohesie. Ten slotte kan ook het voortzetten van het raadplegen van de opgestelde buurtpanels bijdragen aan het verduurzamen en doorlopend beheer van investeringen in de sociale cohesie in de buurt.

Met het project [Better Together](#) duikt TNO dieper in de wereld van de burgercollectieven om uit te zoeken hoe deze initiatieven beter kunnen worden gefaciliteerd. Collectieven spelen een cruciale rol in maatschappelijke transitie. Met lokale kennis van zaken, contacten in de buurt en eigenbelang hebben buurtbewoners een streepje voor. Interactie in de buurt is hierbij onmisbaar. Meer informatie over dit project kan je [hier](#) vinden.



## Hoofdstuk 6

# Conclusie: Sociale cohesie brengt gezondheid in de buurt

De gezonde leefomgeving krijgt steeds meer aandacht in de samenleving. Hierdoor is ook de kennisbasis gegroeid over hoe de openbare ruimte kan worden ingericht en ingezet om het welzijn en de gezondheid van mensen te stimuleren.

Wij hebben laten zien dat de sociale cohesie in de buurt de gezondheid van bewoners en de leefbaarheid van de buurt ten goede komt. Dit gaat vooral op voor meer kwetsbare bewoners, zoals ouderen en mensen met een lagere SES. Zij zijn nog meer dan anderen afhankelijk van en aangewezen op wat er dichtbij huis gebeurt. Wanneer we bij de (her)inrichting van een buurt ook rekening houden met sociale cohesie, kunnen we overigens niet alleen de gezondheid van alle bewoners positief beïnvloeden, maar mogelijk ook economische voordelen zoals lagere maatschappelijke zorgkosten realiseren.

Ons stappenplan kan stedelijke en sociale planners hierbij ondersteunen. Specifiek bij het betrekken van bewoners en andere stakeholders als integraal onderdeel en cruciale speler bij het verbeteren van de buurt. Dit resulteert in oplossingen die de

sociale cohesie, leefbaarheid en veiligheid van de buurt ten goede komen en de gezondheid van bewoners ondersteunen.

Bij TNO is vanuit het [team gezonde leefomgeving](#) expertise in huis om het proces richting een gezondere buurt door een sterkere sociale cohesie te faciliteren. Tevens zijn er vanuit TNO (technische) innovaties beschikbaar die dergelijke processen kunnen vergemakkelijken. Bijvoorbeeld waar het aankomt op het visualiseren van de objectieve buurtsituatie, het includeren van de burgerstem in het proces, en/of het maken van een maatschappelijke kosten-baten analyse voor sociale cohesie in de buurt.

### Interesse in meer informatie?

Neem contact op met:

- Jeroen Pronk  
([jeroen.pronk@tno.nl](mailto:jeroen.pronk@tno.nl))
- Marloes van der Klauw  
([marloes.vanderklauw@tno.nl](mailto:marloes.vanderklauw@tno.nl))



# Referenties

- 1 CBS (2022). Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. <https://www.vzinfo.nl/eenzaamheid>
- 2 CBS (2023). Monitor Brede Welvaart en de Sustainable Development Goals 2023. <https://www.cbs.nl/nl-nl/dossier/dossier-brede-welvaart-en-de-sustainable-development-goals/monitor-brede-welvaart-en-de-sustainable-development-goals-2023>
- 3 Pharos (2021). Gezondheid en Kwaliteit van Zorg voor Iedereen: Eenzaamheidsinterventie. <https://www.pharos.nl/kennisbank/eenzaamheidsinterventies/>
- 4 SCP (2018). Kwetsbaar en Eenzaam? Risico's en Bescherming in de Ouder Wordende Bevolking. <https://www.scp.nl/publicaties/publicaties/2018/06/15/kwetsbaar-en-eenzaam>
- 5 Beenackers, M.A., Kruize, H., Barsties, L., Acda, A., Bakker, I., Droomers, M., ... & Ruijsbroek, A. (2024). Urban Densification in the Netherlands and its Impact on Mental Health: An Expert-Based Causal Loop Diagram. *Health & Place*, 87, 103218. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2024.103218>
- 6 Mouratidis, K. (2021). Urban Planning and Quality of Life: A Review of Pathways Linking the Built Environment to Subjective Well-Being. *Cities*, 115, 103229. <https://doi.org/10.1016/j.cities.2021.103229>
- 7 Schmeets, H. & te Riele, S. (2013) Declining Social Cohesion in The Netherlands? *Social Indicators Research*, 115, 791–812 (2014). <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0234-x>
- 8 Fonseca, X., Lukosch, S., & Brazier, F. (2019). Social Cohesion Revisited: A New Definition and How to Characterize it. *Innovation: The European journal of social science research*, 32(2), 231-253. <https://doi.org/10.1080/13511610.2018.1497480>
- 9 Verwey-Jonker (2019). Literatuurstudie Sociale Cohesie. <https://www.verwey-jonker.nl/publicatie/literatuurstudie-sociale-cohesie/>
- 10 KIS (2023a). Publieke Familiariteit in Superdiverse Wijken. <https://www.kis.nl/publicatie/publieke-familiariteit>
- 11 Haslam, S.A., McMahon, C., Cruwys, T., Haslam, C., Jetten, J., & Steffens, N.K. (2018). Social Cure, What Social Cure? The Propensity to Underestimate the Importance of Social Factors for Health. *Social Science & Medicine*, 198, 14-21. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.12.020>
- 12 Holt-Lunstad, J., Smith, T.B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review. *Perspectives on psychological science*, 10(2), 227-237. <https://doi.org/10.1177/1745691614568352>
- 13 Movisie (2016). Wat Werkt bij Sociaal en Gezond? Over de Bijdrage van Sociale Factoren aan Gezondheid. <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/publication-attachment/Wat-werkt-dossier-Sociaal-en-gezond%20%5BMOV-11388262-1.2%5D.pdf>
- 14 Wan, C., Shen, G.Q., & Choi, S. (2021). Underlying Relationships Between Public Urban Green Spaces and Social Cohesion: A Systematic Literature Review. *City, culture and society*, 24, 100383. <https://doi.org/10.1016/j.ccs.2021.100383>
- 15 Oberndorfer, M., Dorner, T.E., Leyland, A.H., Grabovac, I., Schober, T., Šramek, L., & Bilger, M. (2022). The Challenges of Measuring Social Cohesion in Public Health Research: A Systematic Review and Ecometric Meta-Analysis. *SSM - Population Health*, 17, 101028. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2022.101028>
- 16 Gale, C.R., Dennison, E.M., Cooper, C., & Sayer, A.A. (2011). Neighbourhood Environment and Positive Mental Health in Older People: The Hertfordshire Cohort Study. *Health & Place*, 17(4), 867-874. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2011.05.003>
- 17 Kim, ES., Chen, Y., Kawachi, I., & van der Weele, T. J. (2020). Perceived Neighborhood Social Cohesion and Subsequent Health and Well-Being in Older Adults: An Outcome-Wide Longitudinal Approach. *Health & Place*, 66, 102420. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102420>
- 18 Sociale Vraagstukken (2015). Sociale Cohesie Maakt het Leven Langer en Gezonder. <https://www.socialevraagstukken.nl/sociale-cohesie-maakt-het-leven-langer-en-gezonder/>
- 19 Pharos. (2022). Sociaal economische Gezondheidsverschillen (SEGV). <https://www.pharos.nl/factsheets/sociaaleconomische-gezondheidsverschillen-segv/>
- 20 Het PON & Telos (2023). Brede Welvaart in Beleid: Van Ambitie naar Actie. <https://hetpon-telos.nl/content/uploads/2023/12/Brede-welvaart-in-beleid-van-ambitie-naar-actie-handreiking.pdf>
- 21 Schnell, I., & Yoav, B. (2001). The Sociospatial Isolation of Agents in Everyday Life Spaces as an Aspect of Segregation. *Annals of the Association of American Geographers*, 91(4), 622-636. <https://doi.org/10.1111/0004-5608.00262>
- 22 Fischer, C.S. (1982). *To Dwell Among Friends: Personal Networks in Town and City*. University of Chicago Press. <https://press.uchicago.edu/ucp/books/book/chicago/T/bo5962418.htm>

- 23 O'Mara-Eves, A., Brunton, G., Oliver, S., Kavanagh, J., Jamal, F., & Thomas, J. (2015). The Effectiveness of Community Engagement in Public Health Interventions for Disadvantaged Groups: A Meta-Analysis. *BMC Public Health*, 15, 1-23. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1352-y>
- 24 Gough, C., Lewis, L.K., Barr, C., Maeder, A., & George, S. (2021). Community Participation of Community Dwelling Older Adults: A Cross-Sectional Study. *BMC Public Health*, 21, 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10592-4>
- 25 Holden, M. (2018). Community Well-Being in Neighborhoods: Achieving Community and Open-Minded Space Through Engagement in Neighborhoods. *International Journal of Community Well-Being*, 1(1), 45-61. <https://doi.org/10.1007/s42413-018-0005-1>
- 26 Brennan, M.A. (2005). The Importance of Incorporating Local Culture into Community Development: FCS9232/FY773, 10/2005. *Edis*, 2005(15). <https://doi.org/10.32473/edis-fy773-2005>
- 27 Saunders, D. (2010). Arrival city: How the largest migration in history is reshaping our world. Random House.
- 28 Siisainen, M. (2003). Two Concepts of Social Capital: Bourdieu vs. Putnam. *International Journal of Contemporary Sociology*, 40(2), 183-204. <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=f7ae4c609459516036b8e313d99d3ac7a8e13304>
- 29 Wingen, T., Englich, B., Estal-Muñoz, V., Mareva, S., & Kassianos, A.P. (2021). Exploring the Relationship Between Social Class and Quality of Life: The Mediating Role of Power and Status. *Applied Research in Quality of Life*, 16(5), 1983-1998. <https://doi.org/10.1007/s11482-020-09853-y>
- 30 Simons, A.M., Houkes, I., Koster, A., Groffen, D.A., & Bosma, H. (2018). The Silent Burden of Stigmatisation: A Qualitative Study Among Dutch People With Low Socioeconomic Position. *BMC Public Health*, 18, 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5687-5>
- 31 Tandogan, O., & Ilhan, B.S. (2016). Fear of Crime in Public Spaces: From the View of Women Living in Cities. *Procedia Engineering*, 161, 2011-2018. <https://doi.org/10.1016/j.proeng.2016.08.795>
- 32 RIVM (2021). Impactvolle determinanten: Bewegen. [https://www.rivm.nl/sites/default/files/2021-07/LR\\_012065\\_131709\\_Factsheet%20bewegen\\_V5.pdf](https://www.rivm.nl/sites/default/files/2021-07/LR_012065_131709_Factsheet%20bewegen_V5.pdf)
- 33 Van den Berg, M., Van Poppel, M., Van Kamp, I., Andrusaityte, S., Balseviciene, B., Cirach, M., ... & Maas, J. (2016). Visiting Green Space is Associated With Mental Health and Vitality: A Cross-Sectional Study in Four European Cities. *Health & Place*, 38, 8-15. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2016.01.003>
- 34 Qi, J., Mazumdar, S., & Vasconcelos, A.C. (2024). Understanding the Relationship Between Urban Public Space and Social Cohesion: A Systematic Review. *International Journal of Community Well-Being*, 2024, 1-58. <https://doi.org/10.1007/s42413-024-00204-5>
- 35 Bollenbach, L., Niermann, C., Schmitz, J., & Kanning, M. (2023). Social Participation in the City: Exploring the Moderating Effect of Walkability on the Associations Between Active Mobility, Neighborhood Perceptions, and Social Activities in Urban Adults. *BMC Public Health*, 23(1), 2450. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17366-0>
- 36 Van der Ham, S. (2021). Presentatie Sander van der Ham, Provincie Utrecht. [https://www.provincie-utrecht.nl/sites/default/files/2021-01/presentatie\\_sander\\_van\\_der\\_ham.pdf](https://www.provincie-utrecht.nl/sites/default/files/2021-01/presentatie_sander_van_der_ham.pdf)
- 37 Platform31 (2024). Samenleven in Diversiteit: De Kracht van de Openbare Ruimte. <https://www.platform31.nl/artikelen/samenleven-in-diversiteit-de-kracht-van-de-openbare-ruimte/>
- 38 RVS, (2022). Ruimte Maken voor Ontmoeting. <https://adviezen.raadrvs.nl/advies-ruimte-maken-voor-ontmoeting/>
- 39 Jennings, V., & Bamkole, O. (2019). The Relationship Between Social Cohesion and Urban Green Space: An Avenue for Health Promotion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 452. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030452>
- 40 Delshad, A.B. (2022). Community Gardens: An Investment in Social Cohesion, Public Health, Economic Sustainability, and the Urban Environment. *Urban Forestry & Urban Greening*, 70, 127549. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2022.127549>
- 41 Wang, X., Ouyang, L., Lin, J., An, P., Wang, W., Liu, L., & Wu, L. (2023). Spatial Patterns of Urban Green-Blue Spaces and Residents' Well-Being: The Mediating Effect of Neighborhood Social Cohesion. *Land*, 12(7), 1454. <https://doi.org/10.3390/land12071454>
- 42 Platform31 (2023). Ontwerp van Ontmoeten. <https://www.platform31.nl/wp-content/uploads/2023/01/Ontwerp-van-ontmoeten.pdf>
- 43 Janssen, C. (2018). Tips voor een Inclusieve Stad: Creëer Ruimte voor Ontmoeting en Stimuleer sociale Cohesie. *Gebiedsontwikkeling.nu*. <https://www.gebiedsontwikkeling.nu/artikelen/tips-voor-een-inclusieve-stad-cre%C3%A8er-ruimte-voor-ontmoeting-en-stimuleer-sociale-cohesie/>
- 44 Flap, H., & Völker, B. (2004). Gemeenschap, Informele Controle en Collectieve Kwaden in de Buurt. In *Burgers in de Buurt: Samenleven in School, Wijk en Vereniging* (pp. 41-67). Amsterdam University Press. <https://pure.rug.nl/ws/portalfiles/portal/62441219/FlapH-Gemeenschap-2004.pdf>

- 45 Currie, G., & Stanley, J. (2008). Investigating Links Between Social Capital and Public Transport. *Transport Reviews*, 28(4), 529-547. <https://doi.org/10.1080/01441640701817197>
- 46 PBL (2010). Bedrijvigheid en Leefbaarheid in Stedelijke Woonwijken. [https://www.pbl.nl/sites/default/files/downloads/Bedrijvigheid\\_en\\_leefbaarheid\\_WEB.pdf](https://www.pbl.nl/sites/default/files/downloads/Bedrijvigheid_en_leefbaarheid_WEB.pdf)
- 47 VWS (2023). Gezond en Actief Leven Akkoord. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2023/01/31/gala-gezond-en-actief-leven-akkoord>
- 48 KIS (2023b). Sociale Verbinding Tussen Nieuwkomers en Andere Wijkbewoners. <https://www.kis.nl/sites/default/files/2022-06/sociale-verbinding-in-de-wijk.pdf>
- 49 Parsons, T. (2013). *The Social System*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203992951>
- 50 RLI (2023). Elke Regio Telt! <https://www.rli.nl/publicaties/2023/advies/elke-regio-telt>
- 51 Vonk, T., Smit-Rietveld, C.J.C. & Sluijs, T. (2022). ERP Wise Policy Making, mobiliteitscasus Rotterdam. Den Haag: TNO. [https://www.tno.nl/publish/pages/7935/p10526a\\_mobiliteitscasus\\_2022.pdf](https://www.tno.nl/publish/pages/7935/p10526a_mobiliteitscasus_2022.pdf)
- 52 Kretzmann, J.P., & McKnight, J.L. (1993). *Building communities from the inside out: A path toward finding and mobilizing a community's assets*. Evanston, IL: Institute for Policy Research. <https://resources.depaul.edu/abcd-institute/publications/Documents/GreenBookIntro%202018.pdf>

Meer weten of samenwerkings-  
mogelijkheden verkennen?



#### Contact

Jeroen Pronk

Onderzoeker Equity in all contexts  
Healthy Living & Work

✉ [jeroen.pronk@tno.nl](mailto:jeroen.pronk@tno.nl)

☎ +31 6 15476800

#### De gezonde leefomgeving en sociale cohesie

Sociale cohesie is een belangrijke factor voor de gezondheid en leefbaarheid in buurten en wijken. In dit rapport beschrijven we wat sociale cohesie is en hoe factoren in de fysieke en sociale inrichting van de ruimte van invloed kunnen zijn op sociale cohesie. We eindigen met een stappenplan om sociale cohesie mee te nemen in het beleid voor, en ontwerp van ruimtelijke ingrepen in de openbare ruimte.