

Gezondheid en Welzijn

De binnentuinen in Oud West zijn van groot belang voor een prettig leefklimaat en de gezondheid en het welzijn van de bewoners. Dit geldt voor de bewoners met een tuin, maar ook voor de bewoners die op de eerste verdieping of hoger wonen. De binnentuinen bieden rust en ruimte. In Oud West, waar aan de voorzijde van de (woon)bebouwing de drukte van de stad duidelijk aanwezig is en de mogelijkheden tot recreëren in een rustige omgeving zich op enige afstand van de woning bevinden, dient de rust aan achterzijde van de woning als compensatie. Op het moment dat de tuinen bebouwd worden, gaat dit ten koste van de ruimtelijke beleving van de binnentuin. Dit geldt voornamelijk voor de bewoners op hogere verdiepingen. Zij hebben immers niet de baten die de ondernemers en bewoners op de begane grond wel hebben van de tuinbebouwing.

Een groene en stille omgeving is essentieel voor het goed kunnen rusten en ontspannen (zie "[Quiet Areas and the Need for Quietness in Amsterdam](#)", H. Booi en F. van den Berg, 2012, <https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2006/07/04/stille-gebieden-en-gezondheid>, <https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2004/06/09/invloed-van-natuur-op-sociaal-psychisch-en-lichamelijk-welbevinden>). Lawaai is schadelijk voor de gezondheid, terwijl stille plekken in de stad juist kunnen compenseren voor de drukte van de stad, bijdragen aan herstel en 'op adem komen' (Stille gebieden in de stad, De stad is stiller dan je denkt, Ministerie van VROM, 2009). Het belang van een stille ruimte in combinatie met een aangenaam, rustig aanzicht, wordt ook in de literatuur in de gezondheidswetenschappen bevestigd (zie "[The acoustic and visual factors influencing the construction of tranquil space in urban and rural environments tranquil spaces-quiet places?](#)"; Pheasant e.a., 2007). Geluidsbelaste locaties veroorzaken meer hinder als ze ook een druk aanzicht hebben. Analoog hieraan neemt de hinder af als het aanzicht aangenaam is. De geluiden in de binnentuinen zijn hoofdzakelijk geluiden die door mensen, dieren en weersomstandigheden worden voortgebracht, mede dankzij het jarenlange verbod op een bedrijfsmatig gebruik van de tuin. Deze "natuurlijke" geluiden worden over het algemeen als prettig en niet storend ervaren. Om de stille beleving van de binnentuinen kracht bij te zetten en daarmee het verblijfsklimaat aangenaam te houden, is een verregaande (visuele) verdichting van de binnentuinen niet wenselijk.

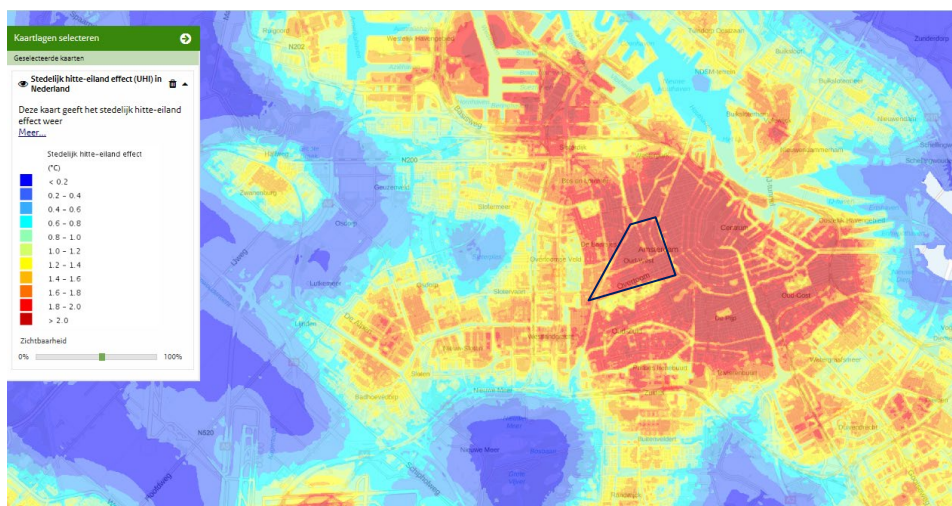
Hittestress

Een ander thema dat zich steeds meer manifesteert in de stad is hitteproblematiek en hittestress. Klimaatverandering leidt tot hetere zomers, meer warme en tropische nachten en meer hittegolven (<http://www.klimaat-effectatlas.nl/nl/kaartverhaal-hitte>). Dit heeft invloed op de gezondheid en welzijn van mensen, de leefbaarheid van buurten en comfort in woningen en gebouwen. In versteende gebieden zoals Oud West zijn de effecten hiervan groter dan in meer groene gebieden binnen en buiten de stad (zie kaart hitte-stress). Oud West is binnen Amsterdam een versteend gebied met relatief weinig groen (zie kaart verharding en groen in Amsterdam en Oud West).

Hoge temperaturen kunnen leiden tot hittestress. Hittestress vormt een bedreiging voor de gezondheid. Hittestress kan leiden tot verminderd thermisch comfort, slaapverstoring, gedragsverandering (grotere agressie) en verminderde arbeidsproductiviteit. Hittestress kan ook tot zwaardere aan hitte gerelateerde ziekten leiden zoals: huiduitslag, krampen, oververmoeidheid, beroertes, nierfalen en ademhalingsproblemen, met mogelijk levensbedreigende gevolgen. Hittestress zorgt voor een groeiend aantal zieken, ziekenhuisopnamen en sterfgevallen; arbeidsprestaties nemen af en het arbeidsverzuim neemt toe. In Nederland stijgt tijdens hittegolven de sterfte met 12% (ongeveer 40 doden per dag extra) (zie: <https://www.tno.nl/media/3959/factsheet-hittestress.pdf>, <https://www.quickscangezondeleefomgeving.nl/wp-content/uploads/2018/02/GGW-Factsheet-Hitte-v2.o.pdf>). Hittestress komt met name voor bij ouderen, baby's, mensen met chronische aandoeningen, personen die bepaalde medicijnen gebruiken en mensen met een lage sociaal economische status omdat zij vaak al een hoge ziektelast (of zwakkere gezondheid) hebben. Vergrijzing en het gegeven dat ouderen steeds langer thuis blijven wonen zal in de komende decennia leiden tot een grotere groep kwetsbaren. (Zie: [De Meer G et al, GGD-richtlijn medische milieukunde. Gezondheidsrisico's van zomerse omstandigheden, RIVM 2012](#), <https://www.rivm.nl/hitte>).

De temperatuur in de stad of wijken kan onder meer verlaagd worden door meer groen en minder bestrating of bebouwing. Groen kan voor schaduw zorgen en door verdamping vindt verkoeling plaats. Op een hete zomerse dag kan het wel 10 tot 15 graden koeler zijn onder een boom dan in de zon. In Oud West vormen de binnentuinen een belangrijke bijdrage aan de hoeveelheid groen.

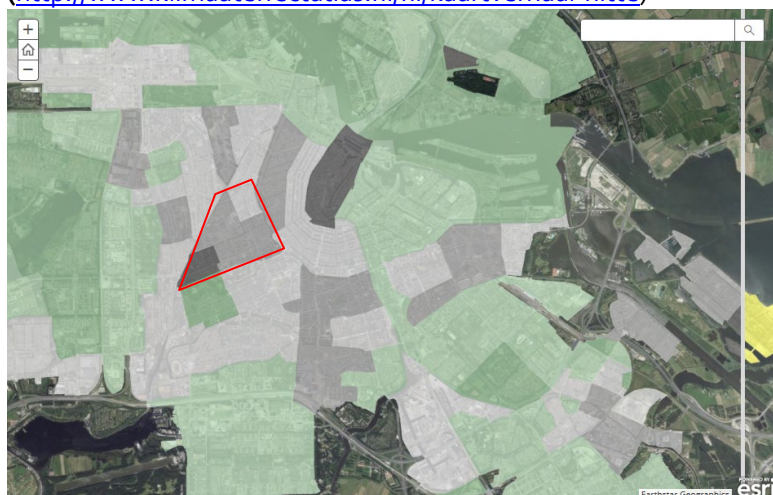
Kaart hitte-stress (Bron: Atlas Natuurlijk Kapitaal)



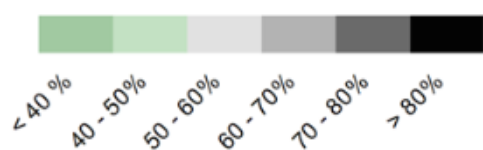
Deze kaart geeft het stedelijk hitte-eiland effect (UHI) weer in °C. Dit is het gemiddelde luchttemperatuurverschil tussen de stedelijke en omliggende landelijke gebieden. Het stedelijk hitte-eiland effect is het sterkst 's nachts. Het zorgt ervoor dat de luchttemperatuur 's nachts niet daalt waardoor gevoelige bevolkingsgroepen (baby's, kinderen, ouderen) gezondheidseffecten ondervinden. De waarden op de kaart zijn jaargemiddelden. Het temperatuurverschil tussen stad en omringend gebied blijft daardoor onder de 3 graden. Op hete zomerdagen kan het verschil echter beduidend verder oplopen dan de waarden in de kaart, zeker tijdens de avonden als het platteland sneller afkoelt dan de stad

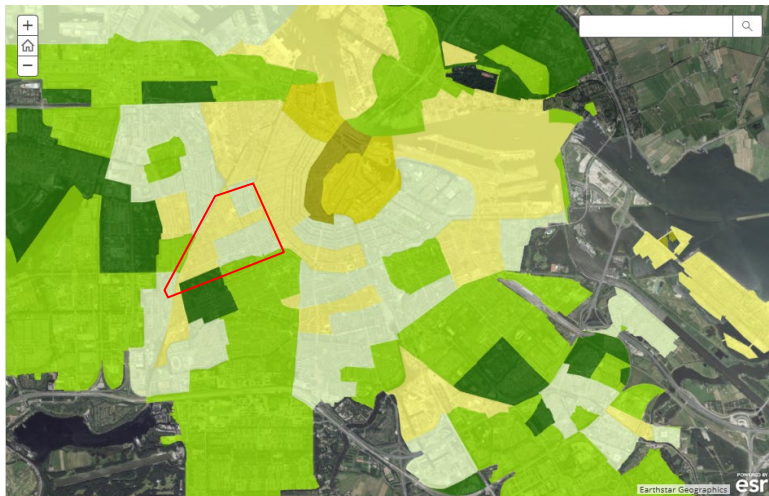
Kaart verharding en groen Amsterdam en Oud West

(<http://www.klimaat-effectatlas.nl/nl/kaartverhaal-hitte>)

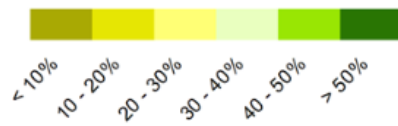


PERCENTAGE VERHARDING





PERCENTAGE GROEN



Conclusie

De binnentuinen in Oud West spelen een belangrijke rol in de bijdrage aan een prettig leefklimaat en de gezondheid en het welzijn van de bewoners. Binnentuinen bieden de bewoners een rustige en stille omgeving. In combinatie met een aangenaam uitzicht biedt dit de bewoners aan de achterzijde van de woning een plek voor rust en ontspanning. Daarnaast leveren de binnentuinen een bijdrage aan het mitigeren van de toenemende hitteproblematiek door de verkoelende werking van groen. Een afname van het groen door bebouwing in binnentuinen kan in het al erg versteende Oud West bijdragen aan meer hittestress. Verdichting van de binnentuinen is vanuit gezondheidsoogpunt niet wenselijk.