



De gezonde stad

Stel je eens voor...

Toen duidelijk werd dat de bevolking in Apeldoorn niet meer zou groeien, maar zelfs zou krimpen, heeft Apeldoorn sterk ingezet op het gezond houden van haar inwoners. Gezondheid heeft in alle beslissingen een doorslaggevende rol gespeeld. Voorop staat dat Apeldoorn een sterke sociale gemeenschap wil zijn. Omdat bleek dat mensen in de dorpen gelukkiger en gezonder waren, is in het stedelijk gebied gekozen voor een selectieve sloop. Dit zorgde voor kleinere gemeenschappen en meer groen in de stad.

*Hoe zou jij het vinden om deel uit te maken
van een sterke (woon)gemeenschap?*

De gezonde stad

Groen - bewezen effectief tegen depressies, en een stimulans voor beweging - heeft in het Apeldoornse DNA altijd een rol gespeeld, maar wordt nu ook gewaardeerd als vorm van ziektepreventie. Verzekeraars hebben fors geïnvesteerd in gezonde leefomgevingen. Met behulp van een persoonlijk DNA-profiel is van elke inwoner in kaart gebracht waar de risico's zitten. Wordt het persoonlijke gezondheidsadvies niet opgevolgd, dan vervalt de aanspraak op een vergoeding uit de zorgverzekering; verzekeringen vergoeden immers alleen tegen onvoorzienbare gebeurtenissen.

*Vind je een groene omgeving belangrijk?
Wie zouden moeten investeren in een gezonde leefomgeving,
de overheid, verzekeraars of anderen?*

Apeldoorn heeft een strenge gezondheidskeuring ingevoerd, voordat er nieuwe inwoners worden toegelaten. Daarom is er in de laatste jaren steeds minder sprake van ziekten en is de bevolking fit en gezond. DNA-reparaties bij ongeboren kinderen zorgen ervoor dat ook de kinderen die geboren worden gezond zijn. Bij ziekte is het gelukkig mogelijk steeds meer gepersonaliseerde zorg te bieden, zoals het printen van nieuwe organen en weefsel.

*Vind je het een taak van de overheid om op de gezondheid
van haar inwoners te letten?
Hoe ver mag dat gaan?*

De combinatie van zorgverzekeraars, ICT en maakindustrie heeft ervoor gezorgd dat Apeldoorn sterke innovaties kon doorvoeren en testen op het gebied van gezondheid. Doordat Apeldoorn voorop liep in de ontwikkeling van preventie en het stimuleren van gezondheid, is er in economisch opzicht een boost gegeven, waarbij vanuit de cross-overs van de traditionele sectoren nieuwe sectoren zijn ontstaan.

*Zou jij in een proeftuin willen leven op het gebied van gezondheid?
Hoe ziet dat er dan uit?*

De Hogeschool van Apeldoorn zorgt voor voortdurende competentieontwikkeling, door nauw samen te werken met bedrijven. Een van de tools die is ontwikkeld is de competentie-app, waardoor mensen duidelijk kunnen kijken hoe zij matchen met bedrijven en omgekeerd. Door MOOC's van Universiteiten over de hele wereld is er veel kennis beschikbaar, daar hoeft je dus niet meer voor naar school. Het ontwikkelen van menselijke competenties en de interactie tussen mensen onderling worden door de hogeschool verzorgd. Basisonderwijs en middelbaar onderwijs zijn opgegaan in deze nieuwe onderwijsvorm. Bijkomend effect is dat het contact tussen generaties niet alleen leerzaam bleek, maar ook positieve effecten heeft op het welbevinden van met name ouderen en pubers.

*Zou jij weer gaan leren als het je daar tijd en geld voor had?
Zou jij je kennis met anderen willen delen?
In wat voor omgeving zou je je willen ontwikkelen?*

Het basisinkomen heeft de mensen veel stress bespaard, omdat het nu gemakkelijker is om te zorgen voor hun ouders en kinderen. Bovendien zijn mensen veel meer gaan doen wat ze betekenisvol vinden, omdat ze niet meer voortdurend hoeven denken aan hun levensonderhoud. Dit heeft een positief effect gehad op hun geluksgevoel en hun gezondheid.

Wat zou jij doen als je niet meer hoefde te werken voor je geld?

De gezonde stad

Doordat er gesloopt is in de steden, wordt er ook meer voedsel geproduceerd in de stad. Het sterke onderscheid tussen agrarisch gebied en stedelijk gebied is vervaagd. Er mag alleen nog lokaal geproduceerd voedsel op de markt gebracht worden. Dit is voedzaam en hoeft bovendien niet ver vervoerd te worden, wat erg scheelt in de CO2-uitstoot. Het buitengebied heeft zich daarbij vooral toegelegd op biologische productiemethoden, terwijl in de steden ruimte is gemaakt voor high tech gecontroleerde voedselproductie.

Hoe zou je het vinden om geen tropische vruchten meer te eten?

Een deel van het buitengebied is ingericht als energielandschap, om te voorzien in voldoende lokaal geproduceerde energie. Een deel van de agrarische productie is gericht op het stoken van biomassacentrales, die een aanvulling zijn op de andere hernieuwbare energiebronnen. Omdat zonnepanelen erg goedkoop zijn geworden, is ieder huis voorzien van panelen. Virtual Power Plants (lokale energiecentrales) zijn per buurtschap opgezet om de opgewekte energie op te slaan. Dit werkt ook versterkend voor de gemeenschappen, omdat ze samen verantwoordelijk zijn voor de energieopslag en -verdeling.

Zou jij samen met je buurt eigenaar willen zijn van een energieopwekker (windmolen, zonnepanelen, opslagfaciliteit)? Of moeten bedrijven dat doen?

Ook elektrische auto's spelen een rol in de energiehuishouding. Omdat is besloten dat auto's buiten de stadsgrenzen moesten blijven, werd het gemakkelijk om ze bij elkaar op te bergen. In deze parkeergarages worden overdag de accu's opgeladen waar auto's 's avonds bij kunnen 'tanken'. Bijkomend voordeel van deze parkeergarages is dat ze dienen als buffer voor tijden dat vraag en aanbod van energie niet met elkaar matchen.

Hoe zou je buurt eruit zien als er geen auto's meer voor de deur stonden? Zou jij zonder je auto kunnen als je heel makkelijk met andere vervoersmiddelen (fiets, tram, bus, taxi) zou kunnen reizen?

Binnen de stadsgrenzen is goed elektrisch openbaar vervoer aangelegd, maar de meeste mensen geven de voorkeur aan de fiets of lopen. Elke vorm van lichaamsbeweging wordt bijgehouden in een persoonlijke gezondheidsdossier, waarbij punten zijn te verdienen als je je houdt aan je persoonlijke gezondheidsplan. Op de geïmplanteerde chip, die elke inwoner op 8-jarige leeftijd krijgt, worden alle gegevens bijgehouden. De punten geven je korting op je verzekering, maar ook op uitjes en recreatieve activiteiten.

Hoe belangrijk vind je je gezondheid? Wat zou je daarvoor over hebben? Zou je gebruik maken van het OV als er geen auto's mochten rijden?

Vrachtverkeer is al beperkt doordat er zoveel mogelijk lokaal geproduceerd wordt, maar de goederen die van buiten worden aangevoerd worden via een logistiek punt via drones en zelfrijdende voertuigen naar de plaats van bestemming gebracht. Bovendien zijn er veel lokale productiemogelijkheden bijgekomen, omdat de 3d-printingtechnologie volwaardige producten kan afleveren, zelfs kleding.

Zou jij ook je spullen en kleding lokaal willen laten produceren?

De gezonde stad

Apeldoorn staat bekend om zijn fitte en gezonde ouderen. Doordat ze zo lang gezond blijven, en door de mogelijkheid zich telkens bij te scholen, beginnen vele ouderen een 3e of 4e carrière. Zware lichamelijke en gevaarlijke arbeid wordt door robots gedaan. De hulpbehoevende ouderen worden gekoesterd. Bovendien blijkt het zorgen voor de medemens positieve effecten te hebben op het welbevinden van de verzorgende, dus het wordt gestimuleerd om voor ouderen te zorgen. Dit wordt door de hele buurtschap opgepakt. Er heerst een sterke gemeenschapszin, waarin iedereen voor elkaar zorgt en naar vermogen en talent bijdraagt aan de samenleving.

Hoe zou jij je inzetten voor de samenleving?