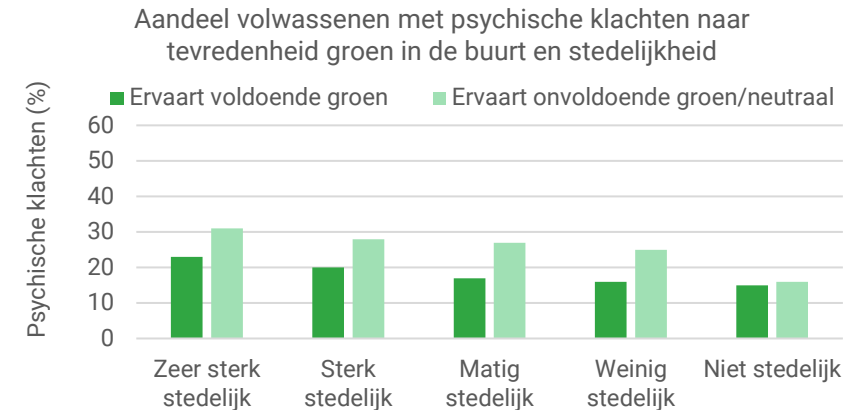
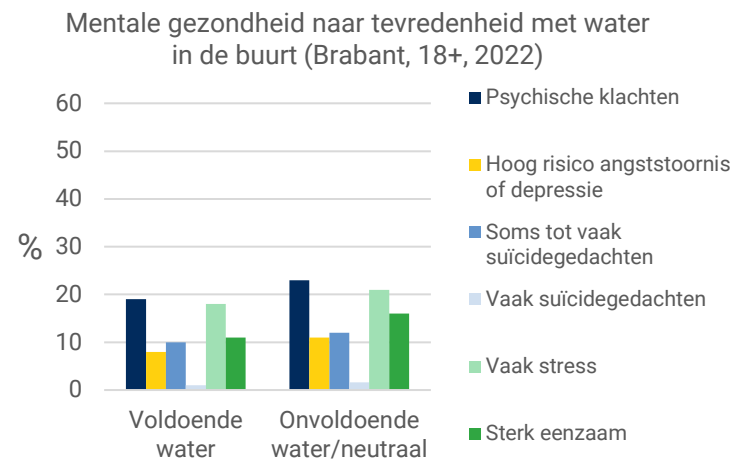
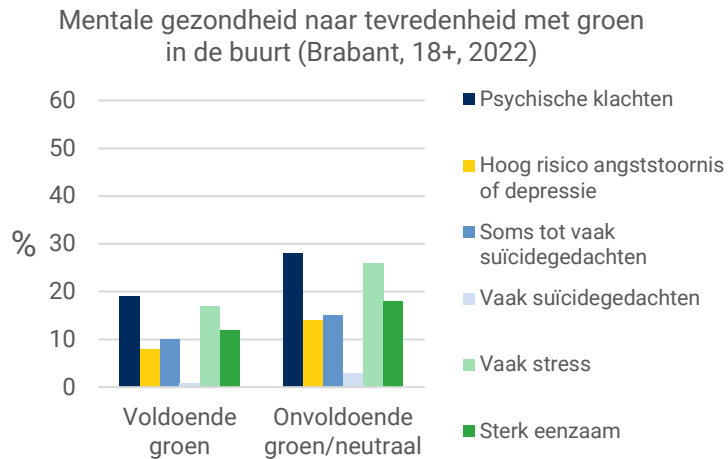


# Themakaart leefomgeving en mentale gezondheid in Brabant

Een groene omgeving kan zorgen voor positieve gezondheidseffecten. Het vermindert stress en verbetert de concentratie en kan de schadelijke effecten van hitte, geluid en luchtverontreiniging verminderen ([RIVM](#)). Het [WHO](#) concludeert op basis van reviewonderzoek dat er voldoende bewijs is voor het positieve effect van groene en blauwe (water) gebieden op de mentale gezondheid. Het advies is dan ook om deze kennis mee te nemen bij ruimtelijke ontwikkelingsplannen.

Brabanders die vinden dat er in hun buurt voldoende groen is zijn positiever over aspecten van hun mentale gezondheid. Ook tussen mentale gezondheid en de beleving van 'water in de buurt' is dit verband er, maar in mindere mate. De aspecten van mentale gezondheid waar dit voor geldt zijn: psychische klachten, een hoog risico op een angststoornis of depressie, het soms of vaak hebben van suïcidegedachten, vaak stress ervaren en sterk eenzaam zijn<sup>1</sup>.



## Concluderend:

De beleving van groen en water in de leefomgeving hangt positief samen met mentale gezondheid. Een oorzaak-gevolg relatie kan op basis van dit onderzoek niet vastgesteld worden, maar volgens het WHO is daar wel voldoende bewijs voor. Naast een impact op de mentale gezondheid kan meer groen en blauw in de woonomgeving ook helpen bij klimaat-adaptatie en bij het versterken van sociale cohesie ([WHO](#)).

De samenhang tussen groen en blauw in de buurt en mentale gezondheidsuitkomsten verdwijnt niet als we dit corrigeren voor geslacht, leeftijdscategorie, inkomen in kwintielen en stedelijkheid van de gemeente (zie pagina 2). Zowel bij mensen met een laag inkomen als bij mensen met een hoog inkomen is er een verband tussen groen in de buurt en mentale gezondheid. Ook bij mensen die in een zeer sterk stedelijke omgeving wonen en bij mensen die in een weinig stedelijke omgeving wonen is dit verband er. Alleen bij mensen in een 'niet stedelijke' omgeving is het verband tussen de beleving van groen in de buurt en mentale gezondheid er niet meer<sup>1</sup>.

## > uitkomsten multivariate analyse volwassenen Brabant

	Hoog risico op angststoornis of depressie	Psychische klachten (Mental Health Index-5)	Soms tot vaak gedacht aan zelfdoding	Vaak gedacht aan zelfdoding	Veel stress	Erg eenzaam
Niet voldoende groen in de buurt (vs voldoende groen)	1,4*	1,4	1,4	2,5	1,3	1,5
*Odds ratio: te interpreteren als de kans op de mentale gezondheidsuitkomst voor de groep die de hoeveelheid groen in de buurt niet voldoende vindt versus de groep die dit wel vindt. De modellen zijn gecorrigeerd voor verschillen in gender (man/vrouw), leeftijdsklasse (18-34 jr, 35-49 jr, 50-64 jr, 65+), inkomen in kwintielen en stedelijkheid van de gemeente. De odds ratio's zijn significant groter dan 1.						

	Hoog risico op angststoornis of depressie	Psychische klachten (Mental Health Index-5)	Soms tot vaak gedacht aan zelfdoding	Vaak gedacht aan zelfdoding	Veel stress	Erg eenzaam
Niet voldoende water in de buurt (vs voldoende water)	1,2*	1,3	1,2	1,4	1,2	1,3
*Odds ratio: te interpreteren als de kans op de mentale gezondheidsuitkomst voor de groep die de hoeveelheid water in de buurt niet voldoende vindt versus de groep die dit wel vindt. De modellen zijn gecorrigeerd voor verschillen in gender (man/vrouw), leeftijdsklasse (18-34 jr, 35-49 jr, 50-64 jr, 65+), inkomen in kwintielen en stedelijkheid van de gemeente. De odds ratio's zijn significant groter dan 1.						