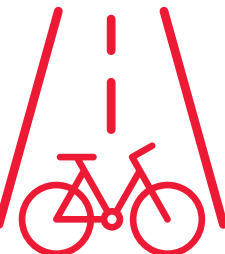
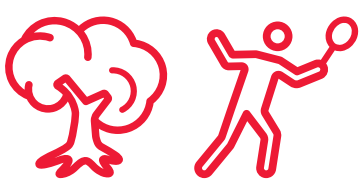


De Leidse Beweegsleutels, voor een beweegvriendelijke omgeving in Leiden

10 bouwstenen voor een openbare ruimte die uitnodigt tot sporten, spelen, bewegen en ontmoeten

1		De openbare ruimte is voor alle Leidenaren toegankelijk en bereikbaar; Sport- en speelplekken in de openbare ruimte, loop- en fietsroutes, openbare gebouwen en de omgeving worden ontworpen voor alle Leidenaren, voor kinderen en volwassenen.
2		De openbare ruimte is veilig, schoon en goed onderhouden; Een openbare ruimte die schoon, heel en veilig is vergroot het gevoel van veiligheid van mensen en draagt er aan bij dat mensen meer naar buiten gaan.
3		Ruim baan voor lopen en fietsen; Het stimuleren van dagelijks lopen en fietsen draagt er aan bij dat Leidenaren meer bewegen. Denk hierbij aan activiteiten zoals boodschappen doen, woon-werkverkeer of naar school gaan.
4		Aantrekkelijke routes en verbindingen; Aantrekkelijke, recreatieve routes en verbindingen in en om de stad nodigen uit om te bewegen. Denk hierbij aan wandel- en hardlooproutes, recreatieve fietsroutes en routes van speel- en beweegaanleidingen.
5		Bewegen door groen; Een groene openbare ruimte nodigt uit om te bewegen en draagt bij aan een goede gezondheid.
6		Water is beweegruimte; Water nodigt uit tot bewegen: om te roeien, te kanoën, te suppen of om mee te spelen. Maar ook om langs te wandelen, te fietsen of hard te lopen.
7		Bewegen in de buurt; Mensen bewegen meer in de openbare ruimte als dit dichtbij huis mogelijk is. Daarom is het van belang dat mogelijkheden voor sporten, spelen en bewegen onderdeel uitmaken van de wijkstructuur.
8		Variatie in speel- en beweegmogelijkheden; Een plek die variatie in speel- en beweegmogelijkheden biedt, is uitdagend en wordt meer gebruikt.
9		Speel- en beweegplekken zijn multifunctioneel; Speel- en beweegplekken die geschikt zijn voor meerdere doelgroepen worden meer gebruikt. Kinderen kunnen er spelen en jongeren en volwassenen kunnen er sporten.
10		Slim bouwen is meer bewegen; Een hogere bebouwingsdichtheid zorgt ervoor dat mensen eerder gaan lopen of fietsen naar dagelijkse voorzieningen zoals winkels, maar ook speelplekken en parken. Leiden streeft naar gebouwen die bewegingsinclusief zijn.