

Gezondheidsnota gemeente Roerdalen 2020-2024

VASTGESTELD DOOR DE GEMEENTERAAD OP 2 JULI 2020

1. Samenvatting

De Gezondheidsnota 2020-2024 laat zien op welke speerpunten wij ons de komende vier jaren gaan richten om de volksgezondheid te bevorderen via gezond gedrag en een gezonde omgeving. Bij het opstellen van de gezondheidsnota is rekening gehouden met landelijke, provinciale, regionale en lokale kaders zoals het Nationaal Preventieakkoord, Landelijke Nota Gezondheidsbeleid, de Sociale Agenda 2020-2023, beleidsplan GGD Noord-Limburg, beleidskader Sociaal Domein Midden-Limburg Oost, het lokaal Sportakkoord, het participatie- en armoedebeleid en de Omgevingsvisie Roerdalen.

Gezondheidsproblemen of een ongezonde leefstijl worden vaak veroorzaakt door onderliggende factoren zoals armoede, schulden, werkloosheid, eenzaamheid, een beperking, ongunstige woonomstandigheden of sociale omstandigheden. We willen armoede beperken en zorgen dat iedereen mee kan doen in onze samenleving, waar mogelijk via betaald werk. Er is dus een belangrijke link met ons participatie- en armoedebeleid.

Ons streven is gelukkige en gezonde inwoners. Een positieve ontwikkeling is dat onze inwoners steeds ouder worden, maar dit gaat jammer genoeg steeds vaker samen met één of meer chronische aandoeningen. Veel van onze inwoners ervaren hun gezondheid als (zeer) goed. Het aantal inwoners met overgewicht blijft stijgen, daarentegen neemt het aantal inwoners die roken en overmatig alcohol gebruiken af. De eenzaamheid in Roerdalen neemt zowel onder volwassenen als senioren toe. De ongezonde leefstijl van jongeren wordt een steeds groter probleem. Om deze uitdagingen stap voor stap aan te pakken, gaan we de komende 4 jaar op basis van het gedachtegoed van positieve gezondheid werken aan het bevorderen van:

Hoofddoel 1. Gezond gedrag in het algemeen en in het bijzonder op:

- **Speerpunt 1 leefstijl:** Een gezonde leefstijl zorgt ervoor dat je als persoon goed in je vel komt te zitten, zowel geestelijk als lichamelijk, en kan zelfs (chronische) ziektes helpen voorkomen. Een gezond leefpatroon bestaat niet alleen uit goed eten en bewegen. Ook een balans tussen werk en ontspanning en een goede nachtrust zijn essentieel.
- **Speerpunt 2 mentaal welbevinden:** Het is belangrijk dat er aandacht is voor het welbevinden van onze inwoners. Onderdelen hiervan zijn goed in je vel zitten, vrolijk zijn, kunnen concentreren, om kunnen gaan met verandering en jezelf kunnen accepteren. De zojuist genoemde factoren zijn voor iedereen belangrijk en hebben een positieve invloed op de lichamelijke gezondheid.
- **Speerpunt 3 meedoen:** Het is belangrijk dat zo veel mogelijk mensen die willen meedoen in de maatschappij ook mee kunnen doen. Dit betekent dat belemmeringen om mee te kunnen doen, moeten worden weggenomen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan de kosten per beweegles als iemand in armoede leeft.

Hoofddoel 2. Veilige en gezonde leefomgeving door:

- **Speerpunt 4 het gesprek aan te gaan:** Het aangaan van het gesprek en het zoeken naar oplossingen die de inwoner zelf aangeeft zijn belangrijke elementen van het concept positieve gezondheid. Er wordt echt de tijd genomen om te luisteren naar de behoefte van onze inwoner(s) en iemand te ondersteunen in het vinden van zijn eigen oplossingen.
- **Speerpunt 5 vroegtijdig signaleren en samenwerken met de 1ste lijn:** Door vroeg te signaleren dat er hulp nodig is, kan ondersteuning sneller starten en kan worden voorkomen dat problemen onnodig veel groter worden. Op deze manier kan gezond gedrag en/of een gezonde leefomgeving in een vroeg stadium bevordert worden. Hiervoor is een goede samenwerking nodig met de 1e lijn van huisartsen, zorg en sociaal team

In het actie-overzicht (hoofdstuk 9) staat beschreven hoe we bovenstaande speerpunten behorende bij de 2 doelen gaan aanpakken. De aanpak die we hierbij gebruiken is zoveel mogelijk aansluiten bij wat er al is en dit versterken, dicht bij de praktijk en dicht bij de inwoners. Mogelijk dat door de effecten van de coronapandemie aanpassingen (die we nu nog niet kunnen weten) nodig zijn om de acties in het actie-overzicht te kunnen uitvoeren. Daarnaast gaan we verder met het stimuleren van inwoners om hierbij betrokken te raken, initiatief te nemen en bewust te worden van het belang van positieve gezondheid.

2. Inleiding

Terwijl de gezondheidsnota wordt geschreven staat de hele wereld op zijn kop. In december 2019 werden in China de eerste mensen positief getest op het coronavirus. Op dat moment leek dit voor ons in Roerdalen nog héél ver weg. Een aantal maanden verder, zijn helaas ook een aantal van onze inwoners besmet met het zogenoemde coronavirus. Dan komt het ineens heel dichtbij. Diederik Gommers, voorzitter van de Nederlandse Vereniging voor Intensive Care (NVIC), vertelde vrijdag 27 maart 2020 in het televisieprogramma Jinek dat 80 procent van alle Nederlandse coronapatiënten die op de intensive care worden behandeld, overgewicht heeft. De eerste concrete aanwijzingen voor het verband van het coronavirus en overgewicht zijn gevonden.

Volgens het regiobeeld van het RIVM¹, waarin de ontwikkelingen van overgewicht worden getoond, neemt het percentage inwoners in Roerdalen met overgewicht (BMI>25) de komende jaren met 5,9% toe (van 59,6% in 2020 naar 65,5% in 2030). Overgewicht kan een gevolg zijn van een ongezonde leefstijl en leefomgeving. Op dit moment worden mensen gestimuleerd om ongezonde keuzes te maken, terwijl gezonde keuzes ook kunnen worden aangemoedigd. Dit kan door de omgeving zo in te richten dat de mensen worden gestimuleerd om gezonde keuzes te maken waardoor uiteindelijk een gezond gewicht bevordert kan worden.

Niet alleen is er een verband gevonden tussen het coronavirus en overgewicht, er is ook een verband gevonden tussen sterfte door het coronavirus en de hoeveelheid fijnstof in de lucht². Vervuilde lucht, vergroot de kans om te sterven aan het coronavirus. Dat is de conclusie van onderzoekers van Harvard University die in week 15 de resultaten van een grootschalige epidemiologische studie online plaatsten. Fijnstof blijkt een nadelig effect op longweefsel of het immuunsysteem te hebben. Dit kan ook voor ons als Nederland gelden aangezien onze lucht behoorlijk vervuild is met dit zeer fijne stof.

Gezondheidsproblemen of een ongezonde leefstijl worden vaak veroorzaakt door onderliggende factoren zoals armoede, schulden, werkloosheid, eenzaamheid, een beperking, ongunstige woonomstandigheden of sociale omstandigheden. De gezondheid kan alleen maar verbeteren als de oorzaken ook aandacht krijgen en (deels) worden opgelost. Hiervoor is samenwerking tussen sectoren binnen en buiten volksgezondheid én een lange adem nodig. Denk hierbij aan de samenwerking tussen scholen, kinderopvang, sociaal team, GGD, ondernemers, sportclubs en ouderenverenigingen. Door het vroegtijdig signaleren van ongezond gedrag in de samenleving willen we voorkomen dat gezondheidsproblemen ontstaan. Een lange adem is nodig omdat het lastig is om gedragsverandering tot stand te brengen.

Een groot gedeelte van de gezondheidstaken voor de gemeente is wettelijk vastgelegd in de Wet publieke gezondheid. Deze wettelijke taken worden door de Gemeenschappelijke Gezondheidsdienst (GGD) uitgevoerd, hierin is weinig beleidsvrijheid. Voor het bevorderen van gezond gedrag hebben wij wel beleidsvrijheid, hier gaat het in deze nota voornamelijk over.

De Gezondheidsnota 2020-2024 laat zien op welke speerpunten wij ons de komende vier jaren gaan richten om de volksgezondheid te bevorderen via gezond gedrag en een gezonde omgeving. Deze nota hebben wij geschreven op basis van de verkregen input van de Adviesraad Wmo en Participatiewet, basisschoolkinderen, praktijkondersteuners, initiatiefnemers en deelnemers van de Happy Fit activiteiten, collega's ruimtelijke ordening, jongerenwerker, opbouwwerker, mantelzorgondersteuner, seniorenwerker, de GGD, beleidsmedewerker ruimtelijke ordening, de Zonnebloem en seniorenverenigingen.

3. Achtergrond: aansluiting kaders op verschillende niveaus

In november 2018 is het Nationaal Preventieakkoord³ van start gegaan. Met dit Nationaal Preventieakkoord werken maatschappelijke organisaties, bedrijfsleven, patiëntenorganisaties, zorgaanbieders, zorgverzekeraars, gemeenten, fondsen, sportverenigingen en -bonden en het kabinet samen aan een brede beweging die Nederland nog gezonder en vitaler maakt, en die aansluit bij de energie in de samenleving. Het akkoord richt zich op het terugdringen van roken, overgewicht en problematisch alcoholgebruik. De ambitie is om Nederland gezonder te maken.

Sinds 2018 is er naast het Nationaal Preventieakkoord ook het Nationale Sportakkoord. Dit heeft als doel dat iedereen, met plezier kan meedoen aan sport- en beweeg activiteiten, nu en in de toekomst,

1) <https://www.regiobeeld.nl/gezondheid-leefstijl?gemeente=Roerdalen&vergelijk=Roerdalen>

2) <https://www.nrc.nl/nieuws/2020/04/09/vuile-lucht-vergroot-de-kans-om-te-sterven-aan-covid-19-a3996388>

3) <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/gezondheid-en-preventie/nationaal-preventieakkoord>

ongehinderd, in een veilige en gezonde omgeving. Om dit voor elkaar te krijgen hebben gemeenten de mogelijkheid om het Nationale Sportakkoord te ‘vertalen’ naar een lokaal sportakkoord. Wij zijn eind 2019 gestart met het maken van een lokaal sportakkoord. Dit houdt in dat er lokale afspraken tussen gemeente, sportaanbieders, maatschappelijke partners en bedrijfsleven worden gemaakt waarbij de inbreng van de inwoners een belangrijk onderdeel is. Dit sportakkoord heeft als doel om samenwerking en verbinding te stimuleren en uiteindelijk aan te zetten tot uitvoering.

De Sociale Agenda 2020-2023 van de provincie Limburg heeft als doel ‘Het vergroten van de zelfredzaamheid en samenredzaamheid van Limburgers in een kwetsbare positie en het verbeteren van hun participatie in de samenleving.’ Het richt zich op de veerkracht van Limburgers om eigen regie te nemen en dus zelfredzaam te zijn, ondanks alle uitdagingen waar iemand mee geconfronteerd kan worden. De Sociale Agenda draagt bij aan het realiseren van een trendbreuk, doordat ingezet wordt op het inlopen van gezondheidsachterstanden en het bevorderen van een inclusieve, open en participatieve samenleving.⁴

De ambitie van de Veiligheidsregio Limburg Noord is de veiligste en gezondste regio zijn (Beleidsplan 2020-2023 Deel IV GGD). De specifieke ambitie van de GGD Limburg-Noord is dat mensen zelf op een positieve manier regie over hun leven en gezondheid kunnen blijven voeren. Iedereen, jong en oud, moet actief kunnen blijven deelnemen aan de samenleving. Nu en in de toekomst. De GGD Limburg-Noord levert een bijdrage aan een gezond en vitaal leven voor onze inwoners. De GGD zet zich samen met ons als gemeente en partners in op het bevorderen van gezond leven en preventie vanuit publieke gezondheid. Daarbij is positieve gezondheid leidend.

Bij het opstellen van de lokale gezondheidsnota was het belangrijk om aansluiting te zoeken bij de landelijke, provinciale en regionale kaders zoals hierboven beschreven in hoofdlijnen.

In een gezonde en inclusieve sociale leefomgeving voelen mensen zich thuis, wonen ze veilig, krijgen ze steun en is de samenhang in de buurt groot. Mensen hebben behoefte aan een aantrekkelijke en herkenbare leefomgeving die uitnodigt tot ontmoetingen.⁵ Gezondheid wordt ook een belangrijk onderdeel van de omgevingsvisie die eind 2020/begin 2021 aan de raad wordt voorgelegd. In het kader van de Omgevingsvisie zal van de ene kant de nadruk worden gelegd op het aspect positieve gezondheid, maar van de andere kant ook op het voorkomen van ziektes en een ongezond leefklimaat. Bij het opstellen van de omgevingsvisie wordt de GGD betrokken en werken ambtenaren van het sociale en fysieke domein samen.

Wij sluiten aan bij de vier gezondheidsvraagstukken die het rijk met behulp van de landelijke nota Gezondheidsbeleid 2020-2024 met voorrang gaat aanpakken:

- Gezondheid in de fysieke en sociale leefomgeving
- Gezondheidsachterstanden verkleinen
- Druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen: mentale druk lijkt toe te nemen, onder meer door de prestatiedruk in het onderwijs en de maatschappij.
- Vitaal ouder worden.

4. Visie

Wij gaan uit van het concept positieve gezondheid. Positieve gezondheid gaat over hoe je veerkrachtig en betekenisvol kunt leven. Er wordt gekeken naar wat er wél goed gaat, en niet alleen naar wat niet goed gaat en/of ziekte/beperking. Positieve gezondheid is de uitwerking in 6 dimensies (dagelijks functioneren, lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven en meedoen) van de bredere kijk op gezondheid. Met die bredere benadering draag je bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. En om zo veel mogelijk eigen regie te voeren.

Deze benadering past goed bij de eigen kracht en zelfregie en het inzetten op Klein Geluk in onze gemeente.

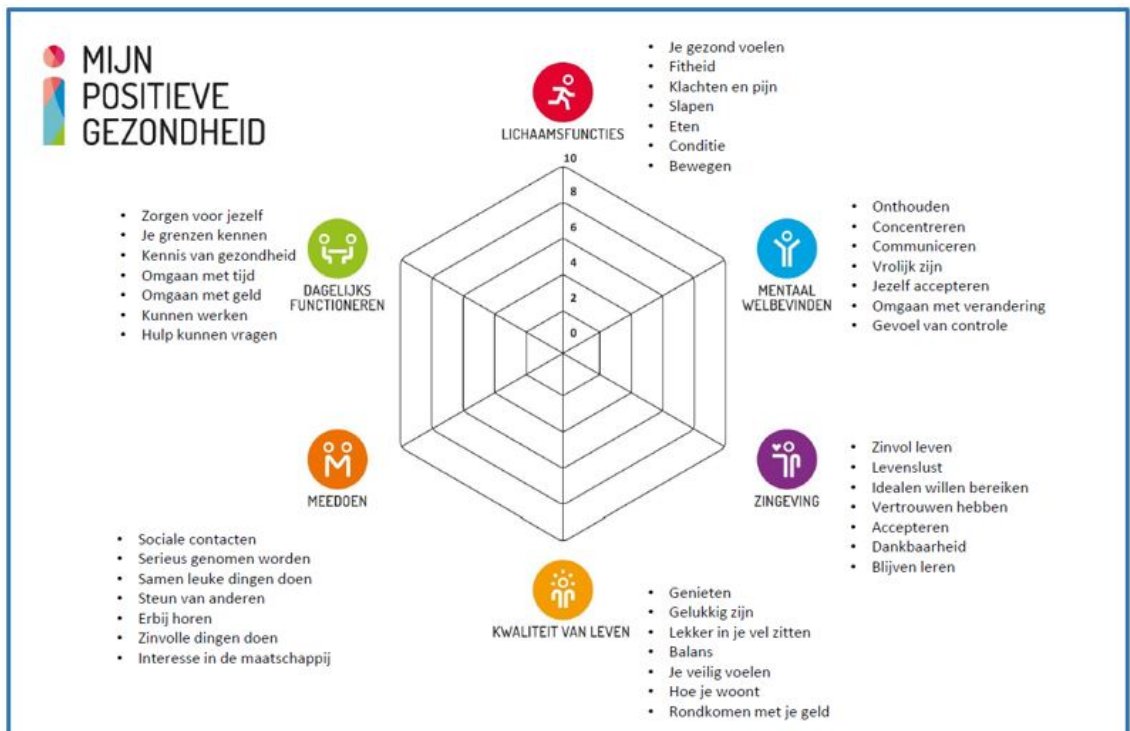
We kiezen voor de volgende uitgangspunten:

4) Uitvoeringskader Sociale Agenda 2020-2023 (Provincie Limburg).

5) Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 “Gezondheid breed op de agenda”

- Het werken aan gezondheid is een gedeelde verantwoordelijkheid, maar het begint bij de mensen zelf. Kwetsbare inwoners worden ondersteund bij het ontwikkelen van veerkracht en zelfregie;
- De gemeente werkt samen met inwoners, ondernemers, verenigingen, scholen en andere organisaties aan het beschermen en bevorderen van de gezondheid;
- De fysieke en sociale leefomgeving hebben invloed op gezondheid;
- De gemeente stimuleert en faciliteert initiatieven;
- Indien regels overtreden worden, zorgt de gemeente actief voor gezondheidsbescherming (*drank- en horecawet omgevingswet*). Denk aan handhaving.

Wij verbinden de aanpak voor gezondheidsbevordering met het integraal dorps- of gebiedsgericht werken. Dit betekent kleinschalig in de leefomgeving van de inwoners. Hierbij wordt het gesprek aangegaan vanuit het gedachtegoed positieve gezondheid (stel de sleutelvraag: wat zou jij willen veranderen?, geef geen advies en luister). Het doel hiervan is om de inwoner/gemeenschap tot inzichten te laten komen doordat de inwoner/gemeenschap zelf kiest waar hij/zij mee aan de slag gaat. Het gaat er niet om wat een professional denkt dat het beste is maar wat de inwoner zelf kiest (intrinsiek gemotiveerd is om tot verandering over te gaan).



FIGUUR 1 GESPREKSINSTRUMENT POSITIEVE GEZONDHEID

5. Terugblik inspanningen 2018-2019

In de afgelopen twee jaar is de focus op twee dingen gelegd. Ten eerste zoveel mogelijk draagvlak creëren onder inwoners, professionals en ondernemers als het gaat om positieve gezondheid. En ten tweede het nagaan waar de behoefte ligt bij onze inwoners, met in het bijzonder onze kwetsbare als het gaat om gezondheid. Hieronder wordt uitgelegd wat we de afgelopen twee jaar allemaal hebben gedaan. Daarnaast hebben we ook een filmpje gemaakt waarin te zien is op welke manieren we in 2018 en 2019 allemaal aan gezondheid hebben gewerkt. Via deze link komt u bij het filmpje terecht <https://youtu.be/Wt6kk0-vlQA>

Voor het creëren van draagvlak en uitzoeken waar de behoefte ligt, zijn we het gesprek aangegaan met allerlei partijen (zoals burgers, dorpscontactpersonen, GGD, CJG, Meru, lokale ondernemers en basisscholen). Tijdens deze gesprekken stemmen we af wat ons gezamenlijke belang is als er wordt gekeken naar het concept positieve gezondheid. Vaak is het alleen gebleven bij het kennismaken met het concept positieve gezondheid. Zo nu en dan kwam er echt actie. Een voorbeeld hiervan is dat de Rabobank het stuk fruit sponsort tijdens het naschools sporten, dit in samenwerking met een lokale fruitteler. Een tweede voorbeeld is Theelen die helpt met het grondverzet werk bij het opnieuw inrichten van de speeltuin in Posterholt. Een laatste voorbeeld is de ontmoeting tussen kleuters en ouderen in Herkenbosch. Vanuit de basisschool in Herkenbosch kwam het initiatief om op bezoek te gaan met een aantal kleuters bij Bosscherhof in Herkenbosch. De gemeente heeft de basisschool gekoppeld aan de contact-

persoon van de huiskamerplus in Bosscherhof. Vervolgens zijn er afspraken gemaakt en in september 2019 zijn ze gestart. 1x in de 6 weken gaan de kleuters naar de ouderen toe en doen ze samen een activiteit, denk aan bewegen of knutselen. Zowel de kinderen als de ouderen genieten er ontzettend van.

Daarnaast is de “Denktank Positieve Gezondheid” gestart. Het doel hiervan is om samen met inwoners, mensen uit de zorg, bedrijven en verenigingen na te denken over positieve gezondheid. De Denktank komt samen tijdens bijeenkomsten en brengt mensen met elkaar in contact rondom het onderwerp positieve gezondheid. Leden van de denktank bundelen hun kennis en krachten. Zo kunnen we samen meer doen met positieve gezondheid in Roerdalen. Uit de denktanks georganiseerd in 2019 is een aantal groepjes inwoners en initiatiefnemers ontstaan die samen aan de slag zijn gegaan met het uitwerken van zelf bedachte activiteiten. In 2019 is het nog niet tot uitvoering gekomen, maar hebben wij wel de initiatiefnemers op weg geholpen om in beeld te krijgen wat allemaal nodig is om een initiatief op het gebied van gezondheid te starten. Waar nodig is een opstartsubsidie mogelijk. De uitvoering van deze activiteiten zoals de hap- en trap fietstocht vindt plaats in 2020.



Om er achter te komen waar de behoefte op het gebied van gezondheid ligt bij onze inwoners en vooral kwetsbare inwoners, zijn we gaan praten met mensen met een beperking en hun begeleiders (PSW, Thomashuis, Pergamijn). Uit het gesprek bleek dat er geen sport/beweegaanbod is voor mensen met een beperking in Roerdalen en ze hier wel grote behoefte aan hebben. Op basis hiervan is er een structureel sportaanbod gecreëerd voor mensen met een beperking in samenwerking met verenigingen.



Een andere doelgroep die graag zou willen sporten zijn de mensen met een kleine beurs, om hier achter te komen is contact gelegd met de samspraak groepen in Herkenbosch en Melick, Oké Roerdalen en de participatieconsulenten. In november 2019 is Happy Fit Works gestart. Hierbij gaan inwoners onder leiding van een professional samen aan de slag met sport, gezonde voeding en sociale vaardigheden (Bij de evaluatie van de gelukspas blijkt dat het meeste gebruik wordt gemaakt van sportabonnementen. Tijdens de evaluatie is aangegeven aan de deelnemers dat ze rechtstreeks gebruik kunnen maken van Happy Fit Works. De eerste twee deelnemers zijn al gestart).



Het naschools sporten is gestart naar aanleiding van de resultaten van de fitheidstesten op de basisscholen waaruit is gebleken dat op 5 van de 6 scholen kinderen een veel hoger BMI hadden dan het landelijke gemiddelde. Het naschools sporten wordt iedere keer in een andere kern georganiseerd in blokken van 4 weken. In 2019 is gestart met een Pilot in Posterholt, dit was een groot succes waarbij 40 basisschoolkinderen hebben deelgenomen. Het aantal deelnemers in Vlodrop was minder namelijk 11. Maar uiteindelijk gaat het niet om het aantal dat deelneemt maar om de ervaring van de kinderen. Zoals je kunt zien in het YouTube filmpje (zie de eerste alinea van die hoofdstuk voor de link) zijn de kinderen razend enthousiast.



Ook zijn er een aantal praktische zaken uitgevoerd zoals:

- Verder gaan met het geven van de smaaklessen, leefstijllessen en fitheidstesten.
- Het verzorgen van de lunch door basisschoolkinderen (die smaaklessen hebben gevolgd) tijdens de bijeenkomst "Anders denken" van 3 juli 2018 die werd georganiseerd door de gemeente. Hier was heel zichtbaar dat de kinderen weten hoe ze met gezonde producten om moeten gaan en hoe belangrijk het is dat ze hygiënisch te werk gaan. De kinderen waren erg enthousiast dat ze de lunch mochten verzorgen en serveren.



- Samen met sportkantine aan de slag gegaan om een gezonde sportkantine te maken. Naast broodjes kroket een gezond alternatief aanbieden. De voetbalclubs FC Roerdalen, Oranje-Blauw'15 en SNA (Montfort) en de Sporthal in Posterholt zijn er mee aan de slag gegaan. Zo zie je bijvoorbeeld dat er in Posterholt een waterkan staat waar de leden gratis gebruik van kunnen maken.
- De begeleiders van de huiskamerplusprojecten hebben makkelijke oefeningen geleerd. Deze kunnen ze samen met de deelnemers uitvoeren. Deze gezamenlijk oefening is gezellig en ook nog goed voor het lichaam.
- Praktijkondersteuners kennis laten maken met positieve gezondheid. Ze waren erg enthousiast en een aantal is meteen de tool (spinnenweb) gaan toepassen indien mogelijk.
- Op basis van de behoefte is er begin 2019 een aantal weken op woensdagochtend sporten voor iedereen georganiseerd. Hier zijn ook de mensen van Kleur Dagbesteding uit Vlodrop naartoe gekomen. Een aantal weken hebben zij onder professionele begeleiding gesport en nu sporten ze zonder professionele begeleiding.
- In oktober 2019 is er een thema avond dementie georganiseerd waarbij er door twee ervaringsdeskundigen een dementiedialoog werd gehouden waarbij vooral de nadruk werd gelegd op de mooie momenten.





Deze avond was druk bezocht (ongeveer 65 inwoners) en onze inwoners waren zeer blij dat ze vragen konden stellen over dementie aan de casemanager en ervaringen konden uitwisselen met lotgenoten. Hier bleek de behoefte aan vervolgbijeenkomsten over dit thema groot, dit is dan ook als actie opgenomen in het actie-overzicht (hoofdstuk 9).

- HealthyLIFE is voorbereid in 2019 om te kunnen starten in 2020 (beweeggedeelte gestart 28-1-2020). Het is een gecombineerde leefstijlinterventie voor volwassenen vanaf 18 jaar. Doel is het bevorderen van een actieve leefstijl en gezond voedingspatroon. Het programma richt zich op zowel eten als op bewegen. Dit heeft meer effect dan een aanpak op een van deze twee onderwerpen. Daarom staan bewegen, gedrag, voeding centraal en wordt er gewerkt vanuit het concept positieve gezondheid. De nieuwe leefstijl draagt bij aan de kwaliteit van leven, de zelfredzaamheid, een betere gezondheid en langere participatie in de samenleving. Een huisarts kan een inwoner doorverwijzen als een inwoner overgewicht (BMI 25-30) én een (matig) verhoogd risico op hart- en vaatziekten of diabetes type 2 heeft. Of er sprake is van obesitas (BMI van 30 of meer).

De projecten Happy Fit Naschools Sporten, Happy Fit Works, Happy Fit Special lopen in 2020 (zie actie-matrix) allemaal door. Op deze manier kunnen we wat we tot nu toe hebben bereikt door laten gaan en het bestaande verbeteren door wat we geleerd hebben de afgelopen twee jaar. De eerste intakes voor het programma Healthy LIFE hebben in januari 2020 plaats gevonden. Het project waarin de ontmoeting tussen de kleuters en ouderen plaatsvindt, blijft ook doorlopen in 2020. In bijlage 1 is een visuele vertaling van waarom we inzetten op positieve gezondheid, hoe we dit doen en wat dat van ons vraagt bijgevoegd.

6. Gezondheidsprofiel Roerdalen nu en over 10 jaar

Het volgende valt op:

1. In Roerdalen ervaren veel inwoners hun gezondheid als (zeer) goed.
2. In Roerdalen zijn er veel inwoners met één, twee of meer chronische aandoeningen, meer dan in de regio en landelijk.
3. In Roerdalen zijn er steeds minder inwoners die roken en overmatig alcohol gebruiken en steeds meer inwoners met overgewicht.
4. De ongezonde leefstijl van de jeugd in Roerdalen is zorgelijk. Overgewicht, teveel, te vet, te zout en te suikerrijk eten, vergroot de kans op toekomstige chronische aandoeningen aanzienlijk. Toch ervaart 91% van de jongeren de gezondheid als goed.
5. Bijna de helft van de jongeren drinkt alcohol, dat is veel hoger dan het landelijk gemiddelde.
6. Het aantal volwassenen met overgewicht neemt toe terwijl het aantal dat voldoet aan de beweegrichtlijn ook toeneemt.
7. Het aantal senioren in onze samenleving neemt toe en ze worden steeds ouder. Zowel medische problemen als sociale problemen nemen hiermee toe, denk aan dementie en eenzaamheid.

Voor meer uitleg over de bovenstaande punten, zie onderstaande tekst. In het actie-overzicht (hoofdstuk 9) staat beschreven hoe we deze uitdagingen gekoppeld aan de speerpunten (hoofdstuk 7) gaan aanpakken.

Totale bevolking

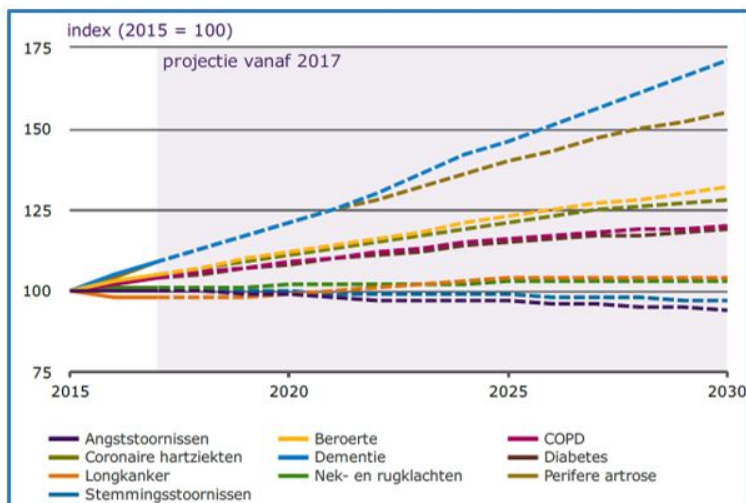
Op 1 januari 2019 had de gemeente Roerdalen 20.615 inwoners. De verdeling in leeftijd is 18,1% 0-19 jaar, 56,4% 20-64 jaar, 19,9% 65-79 jaar en 5,6% 80 jaar en ouder. Volgens het regiobeeld van het RIVM daalt het aantal inwoners in 2030 naar 20.065 inwoners. Met een verdeling in leeftijd als volgt: 16,7% 0-19 jaar, 50,3% 20-64 jaar, 23,2% 65-79 jaar en 9,8% 80 jaar en ouder.

Op dit moment (2020) ervaart 70,5% van onze inwoners van 20 jaar en ouder hun gezondheid als (zeer) goed. Volgens de trend daalt dit naar 69,9% in 2030, de daling (-0,6%) gaat ongeveer even hard ten opzichte van het landelijke gemiddelde en het gemiddelde van de regio Limburg-Noord.

Het aantal inwoners in 2020 met één aandoening (56,5%) en twee of meer aandoeningen (32,4%) ligt hoger dan het gemiddelde van de regio GGD Limburg-Noord (54,0% en 29,7%) en het landelijke gemid-

delde (51,3% en 26,8%). Volgens de trend in het regiobeeld stijgt dit percentage naar 58,7% en 35,5% in 2030.

In figuur 2 is de ontwikkeling te zien van een aantal geselecteerde aandoeningen in Roerdalen als percentage van de totale bevolking. Het aantal aandoeningen blijft stijgen. De hoogste stijging is zoals verwacht te zien bij dementie (hier wordt bij het kopje senioren verder op in gegaan).



FIGUUR 2 TREND IN AANTAL VAN AANDOENINGEN IN ROERDALEN. BRON: VOLKSGEZONDHEID TOEKOMST VERKENNING 2018 (RIVM)

Het Nationaal Preventieakkoord (2018) richt zich op het terugdringen van roken, overgewicht en problematisch alcoholgebruik. Hoe zit het met deze 3 ambities voor Roerdalen? Volgens de trend van het RIVM neemt het percentage mensen die roken (16,2% 12,4%) en overmatig alcohol gebruiken (7,3% 7,0%) af en het percentage mensen met overgewicht mensen met een BMI > 25 (59,6% 65,5%) toe in 10 jaar tijd. Daarentegen neemt het aantal mensen dat voldoet aan de beweegrichtlijn wel toe (52,8% 56,1%).

Jeugd 0 - 19 jaar

Uit GGD-gegevens blijkt dat het overgewicht van jongeren⁶ in Roerdalen gestaag stijgt en met de leeftijd toeneemt. Net als in de regio heeft 15% van hen overgewicht. Zij hebben een ongezondere leefstijl als het gaat over voeding en lichaamsbeweging. Slechts 14% haalt de fruitnorm. De groenteconsumptie daalt in tien jaar van 50 naar 41% in 2015, weinig rooskleurig. 27% Drinkt elke dag frisdrank, terwijl 40% elke dag snoept. In Roerdalen hebben meer jongens dan meisjes overgewicht, omgekeerd aan de regio. Slechts 25% voldoet aan de bewegnorm⁷, ook al is 75% lid van een sportvereniging. Jongeren brengen steeds meer tijd zittend door. Van hen zit 69% dagelijks meer dan 2 uur achter een beeldscherm, buiten schooltijd. Jongens overwegend gamend, meisjes overwegend actief met sociale media. Deze ongezonde gewoonten vergroten het risico op latere gezondheidsproblemen en aandoeningen als diabetes of hart- en vaatziekten, geeft de GGD aan.

We zien een toename van alcoholgebruik. 43% Drinkt (regionaal 39%; landelijk 31%) en 11% rookt. Het komt voor dat rond het 13e levensjaar wordt geëxperimenteerd met partydrugs, sigaretten en drank. 37% Heeft een chronische aandoening als astma of diabetes. Toch ervaart 91% van de jongeren in Roerdalen de gezondheid als goed.

Volwassenen 20 – 64 jaar

Er is sprake van een hoog percentage chronische aandoeningen bij volwassenen⁸, namelijk 36% (regionaal is dat 29%). Ruim de helft van de volwassen heeft overgewicht: 55% (regionaal 48%). In 2012 was dat nog 50%. Van de volwassenen voelt 45% zich wel eens eenzaam. In 2012 was dat nog 35%, een flinke toename. 19% heeft wel eens geldzorgen of moeite met rondkomen. 12% Van de volwassenen in Roerdalen drinkt overmatig en 22% rookt, terwijl 42% niet voldoet aan de bewegnorm.⁹ In 2012 was

6) Gezondheidsmonitor Jeugd heeft betrekking op de jongeren in de leeftijd 13-16 jaar, 2015 (deze cijfers zijn niet recenter, de nieuwe monitor verschijnt eind 2020)

7) Minstens een uur intensieve lichaamsbeweging per dag.

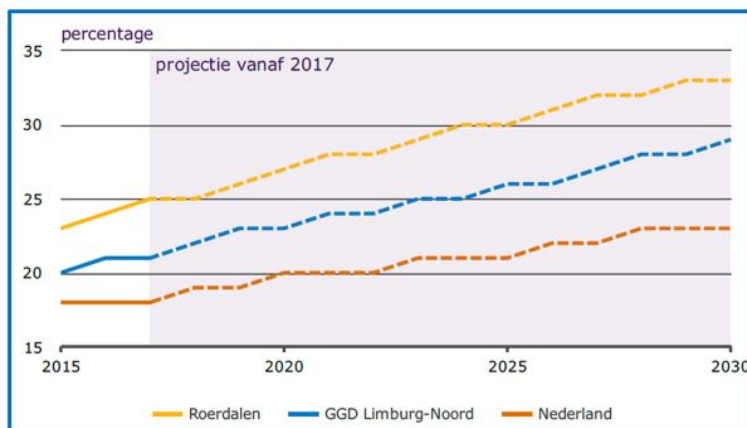
8) Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen, GGD Limburg-Noord, 2016 (deze cijfers zijn niet recenter, de nieuwe monitor verschijnt in 2021)

9) Tenminste een half uur per dag intensief bewegen.

dat nog 31%. Toch geven de volwassenen en senioren een 8 voor hun geluksbeleving, is 65% tevreden met het leven en ervaart 77% van de volwassenen de gezondheid als goed, wat lager dan in de regio.

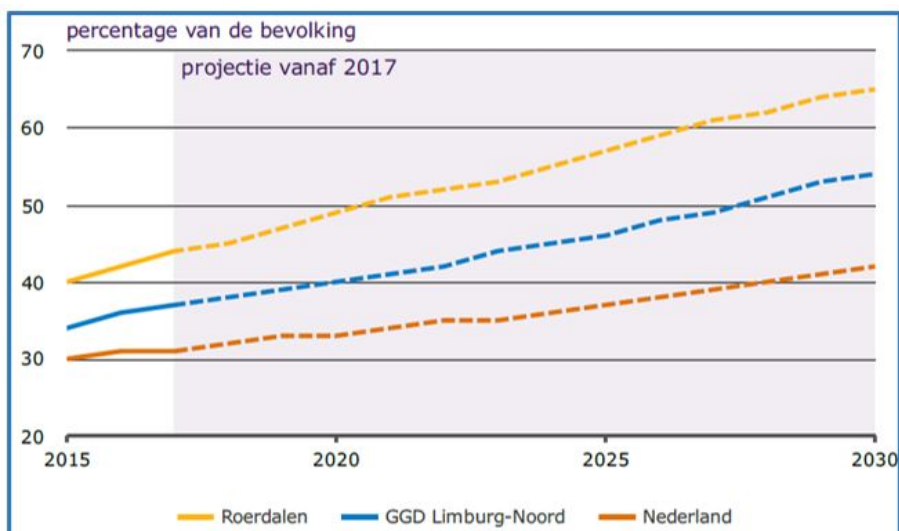
Senioren 65+

Het aantal senioren (65 plussers) in Roerdalen stijgt veel sneller ten opzichte van de rest Nederland en stijgt gelijk met de regio GGD Limburg-Noord (zie afbeelding 3). Het aantal senioren in Roerdalen en GGD Limburg-Noord zal met 6% (toename in Roerdalen van 5.572 naar 6.609, dus 1.037) toenemen van 2020 tot 2030. Dit ligt 3% hoger dan de toename landelijk gezien.



FIGUUR 3 TREND PERCENTAGE 65 JAAR EN OUDER IN ROERDALEN. BRON: PRIMOS-PROGNOSE, ABF RESEARCH.

Zoals in figuur 3 te zien is neemt het aandeel senioren in onze samenleving toe, en ze worden steeds ouder. Hierdoor hebben steeds meer mensen een chronische aandoening (53% t.o.v. 49% regionaal) en vaak ook meerdere tegelijkertijd.¹⁰ Van de senioren heeft 61% overgewicht. Niet alleen medische, maar ook sociale problemen zoals eenzaamheid nemen toe. Iets meer dan de helft van de ouderen (52%) in Roerdalen voelt zich (weleens) eenzaam. Er bestaan verschillende soorten eenzaamheid. Het belangrijkste onderscheid dat wordt gemaakt, is tussen sociale eenzaamheid en emotionele eenzaamheid. Daarbij gaat het achtereenvolgens om het aantal contacten en de kwaliteit van de contacten. Iets meer dan de helft van de senioren voelt zich sociaal eenzaam: 51% en een derde voelt zich emotioneel eenzaam (33%). Senioren wonen vaker zelfstandig en ook vaker alleen. Door deze ontwikkelingen ontstaat er meer druk op zowel de formele als de informele zorg en wordt de zorg complexer.



FIGUUR 4 TREND GRIJZE DRUK IN ROERDALEN. BRON: PRIMOS-PROGNOSE, ABF RESEARCH.

In figuur 4 is de trend van de grijze druk in Roerdalen te zien. De grijze druk geeft de verhouding tussen het aantal personen van 65 jaar of ouder en het aantal personen van 20 tot 64 jaar weer. Dit cijfer laat

¹⁰Monitor volwassenen en ouderen, GGD, 2016 (deze cijfers zijn niet recenter, de nieuwe monitor verschijnt in 2021).

de verhouding tussen de senioren en de 'productieve leeftijdsgroep' zien. Ook hier is een grotere stijging te zien in Roerdalen (stijging van 16% tussen 2020 en 2030) ten opzichte van het gemiddelde in Nederland (stijging van 9% tussen 2020 en 2030) veel groter.

Een ander belangrijk aandachtspunt bij onder andere senioren is dementie. Dementie is de snelst groeiende doodsoorzaak in Nederland, volgens het CBS. Dementie is een ziektebeeld waarbij de geestelijke vermogens ernstig zijn afgenomen. Als gevolg hiervan kan iemand dagelijkse handelingen, die voorheen moeiteloos werden gedaan, minder goed of niet meer uitvoeren. Het gaat dan om handelingen als zich aankleden, het bereiden van voedsel, correcte inname van medicatie, of het betalen van rekeningen. Het aantal mensen met dementie is aan het stijgen. In 2020 zijn de verwachtingen dat er ongeveer 420 mensen dementie hebben in Roerdalen. Volgens het rapport van Alzheimer Nederland (1-11-2018) loopt dit in 2030 op tot 600 mensen.¹¹

7. Hoofddoelen en speerpunten

De inzichten uit de vorige paragrafen zijn de basis voor de speerpunten in dit beleid. De gekozen speerpunten zijn gebaseerd op de landelijke gezondheidsnota, onze visie op gezondheid, het gezondheidsprofiel van onze gemeente en de input van onze inwoners, partners en ambtelijke collega's. Met deze speerpunten geven we aan waar de komende tijd de focus ligt. In het volgende hoofdstuk worden de acties per speerpunt toegelicht.

Ons streven is gelukkige en gezonde inwoners. Een positieve ontwikkeling is dat onze inwoners steeds ouder worden, maar dit gaat jammer genoeg steeds vaker samen met één of meer chronische aandoeningen. Het aantal inwoners met overgewicht blijft stijgen en de eenzaamheid neemt toe. De ongezonde leefstijl van jongeren wordt een steeds groter probleem. Om deze uitdagingen stap voor stap aan te pakken, gaan we de komende 4 jaar op basis van het gedachtegoed van positieve gezondheid werken aan het bevorderen van:

Doel 1. Gezond gedrag in het algemeen en in het bijzonder op:

- **Speerpunt 1 leefstijl:** Een gezonde leefstijl zorgt ervoor dat je als persoon goed in je vel komt te zitten, zowel geestelijk als lichamelijk, en kan zelfs (chronische) ziektes helpen voorkomen. Een gezond leefpatroon bestaat niet alleen uit goed eten en bewegen. Ook een balans tussen werk en ontspanning en een goede nachtrust zijn essentieel. Het beleid in het sociaal domein gaat landelijk uit van zelfredzaamheid en eigen kracht. Probleem is dat een deel van de inwoners niet zelfredzaam is als het gaat om gezondheid en gezond gedrag. Onder meer leefstijl coaching kan mensen helpen om zelfredzamer te worden. Vanuit intrinsieke motivatie en het perspectief van positieve gezondheid.
- **Speerpunt 2 mentaal welbevinden:** Het is belangrijk dat er aandacht is voor het welbevinden van onze inwoners. Onderdelen hiervan zijn goed in je vel zitten, vrolijk zijn, kunnen concentreren, om kunnen gaan met verandering en jezelf kunnen accepteren. De zojuist genoemde factoren zijn voor iedereen belangrijk en hebben een positieve invloed op de lichamelijke gezondheid.
- **Speerpunt 3 meedoen:** Het is belangrijk dat zo veel mogelijk mensen die willen meedoen in de maatschappij ook mee kunnen doen. Dit betekent dat belemmeringen om mee te kunnen doen, moeten worden weggenomen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan de kosten per beweegles als iemand in armoede leeft.

Doel 2. Veilige en gezonde leefomgeving door:

- **Speerpunt 4 het gesprek aan te gaan:** Het aangaan van het gesprek (waarbij er niet wordt geadviseerd maar geluisterd en vragen worden gesteld) en het zoeken naar oplossingen die de inwoner zelf aangeeft zijn belangrijke elementen van het concept positieve gezondheid. Er wordt echt de tijd genomen om te luisteren naar de behoefte van onze inwoner(s) en iemand te ondersteunen in het vinden van zijn eigen oplossingen.
- **Speerpunt 5 vroegtijdig signaleren en samenwerken met de 1ste lijn:** Door vroeg te signaleren dat er hulp nodig is, kan ondersteuning sneller starten en kan worden voorkomen dat problemen onnodig veel groter worden. Op deze manier kan gezond gedrag en/of een gezonde leefomgeving in een vroeg stadium bevordert worden. Hiervoor is een goede samenwerking nodig met de 1e lijn van huisartsen, zorg en sociaal team.

In de komende periode blijven we samenwerken met inwoners, ondernemers en professionals om aan deze speerpunten invulling te geven. Wij laten het aan initiatiefnemers over om zélf hun resultaten te stellen en stimuleren en faciliteren als gemeente de totstandkoming van waardevolle initiatieven die invulling geven aan de speerpunten.

¹¹ <https://leidraadlangerzelfstandigwonen.nl/wp-content/uploads/2019/02/Factsheet-dementie-per-gemeente.pdf>

8. Aanpak

We gaan verder met onze aanpak waarbij we zoveel mogelijk aansluiten bij wat er al is en dit willen versterken, dicht bij de praktijk en dicht bij de inwoners. Het is belangrijk dat er doelen worden bereikt (zie het actie-overzicht), maar deze doelen hoeven niet altijd cijfermatig in beeld gebracht te worden. Kwalitatieve gegevens, die we verkrijgen door het gesprek aan te gaan met onze inwoners, zeggen vaak meer dan alleen cijfers. Ze helpen ons ook om cijfers beter te kunnen interpreteren. Daarom is een combinatie van deze twee belangrijk. We gaan verder met het stimuleren van inwoners om hierbij betrokken te raken, initiatief te nemen en bewust te worden van het belang van positieve gezondheid. In de aanpak staat een tweesporenbeleid centraal: een extern spoor met een netwerkbenadering én een intern spoor vanuit de organisatieontwikkeling.

In hoofdstuk 2 gaven wij aan dat er een verband is tussen sociale ongelijkheid, armoede, ongezond gedrag, 'verkeerde keuzes', en problemen met opvoeden (*zoals gebleken uit de gezondheidsmonitors van de GGD*). Wij verbinden gezondheid met de aanpak armoede en de preventieve jeugdaanpak en stimuleren en faciliteren dat mensen die onvoldoende zelfredzaam zijn, weerbaar worden. In de klant-gesprekken MER, voor mensen met een uitkering en afstand tot de arbeidsmarkt wordt coaching gezonde leefstijl aangeboden (Happy Fit Works). Er zijn in andere delen van Nederland op het gebied van gezondheid en bewegen al positieve ervaringen opgedaan door het coachen van mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt.

Met de preventieve acties jeugd verkennen wij samen met (*een vertegenwoordiging van*) de huisartsen, de intern begeleiders van de basisscholen en de jeugd- en gezinswerkers, welke laagdrempelige vorm van ondersteuning van gezinnen gewenst is. Deze acties worden in samenhang met de benadering van positieve gezondheid gezien.

Wij stimuleren bovendien dat de aanpak gezonde leefstijl, beweging en voeding op de school kan worden voortgezet. Dit doen we door leefstijl coaching te faciliteren. We gaan met de scholen in gesprek hoe we hier in het vervolg gezamenlijk de verantwoordelijkheid voor kunnen dragen.

Specifiek wordt sinds het schooljaar 2016-2017 op het gebied van aanpak alcoholmisbruik samengewerkt tussen de basisscholen, de GGD Limburg-Noord, het CJG, Stichting Vincent van Gogh en Stichting Halt. Er zijn gastlessen beschikbaar voor scholen op het gebied van voorlichting omtrent alcohol en drugs. Het CJG kan bij voldoende animo ook voorlichtingsavonden organiseren voor ouders. Daarnaast is het ook een taak voor de jongerenwerker in Roerdalen om dit thema bespreekbaar te maken met jeugdigen.

Leefomgeving, geluk en gezondheid

Geluk en gezondheid versterken elkaar. Wij koppelen het geluksconcept aan positieve gezondheid, in het bijzonder denken wij aan de geluksplekken in onze gemeente, de gelukscoaches, de geluksworkshops, de geluksdag en de geluksambassadeurs. Dit kan ook betrekking hebben op gezonde activiteiten, natuurbeleving, de leefomgeving en het bevorderen van ontmoetingsmogelijkheden, bijvoorbeeld in dorpshuizen of dagbesteding.

Interne organisatie

Wij zijn gestart met een werkgroep gezond gelukkig op de werkvloer. De werkgroep haalt op bij de werknemers welke activiteiten zij zouden willen bijwonen om gezonde(re) en gelukkige(re) werknemers te worden of blijven. Daarnaast probeert de werkgroep op een leuke manier werknemers bewust te maken van de keuzes die ze maken (denk hierbij aan gezonde traktaties voor je verjaardag i.p.v. altijd vlaai). Tijdens de week van het werkgeluk worden er extra activiteiten georganiseerd met een gezamenlijke aftrap. Dit gaan we in 2020 en volgende jaren verder voortzetten.

Organisatie en budget

Er was een budget beschikbaar van €75.000 in 2018 en 2019. Er wordt €40.000 bezuinigd in 2020 en 2021. Er is minimaal €35.000 nodig om de activiteiten die in 2018 en 2019 gestart zijn en succesvol waren, voort te kunnen blijven zetten in 2020 en 2021. Tot en met 2021 is er geen budget beschikbaar voor nieuwe activiteiten. Tot en met 2021 werken we volgens het principe 'nieuw voor oud'. Dat betekent dat eventuele nieuwe activiteiten tot en met 2021 ten kosten gaan van een 'oude' reeds bestaande activiteit. Na 2021 is er helemaal geen budget meer beschikbaar voor positieve gezondheid. Om positieve gezondheid te continueren is er ook vanaf 2022 jaarlijks minimaal €35.000 nodig. Bij het opstellen van de begroting 2022 zullen wij hier over besluiten.

Evaluatie en communicatie

De acties die in het actie-overzicht staan beschreven (zowel extern als intern) worden twee keer per jaar geëvalueerd. Over de voortgang wordt de raad één keer per jaar geïnformeerd door middel van

een raadsinformatiebrief. De acties en daaruit voortvloeiende initiatieven worden onder de aandacht gebracht in al onze mogelijke communicatiemiddelen zodat zichtbaarheid vergroot en er een sneeuwbal effect wordt aangewakkerd.

9. Actie-overzicht

| Basis werkwijze/Speerpunt | Actie(s) | Wat hopen we te bereiken? (doelen) | Wanneer en met wie? |
|--|---|---|---|
| Positieve gezondheid is de basis om te gaan werken | Trainen sociaal team leden en Wmo/Pw consultants/genera- listen | Handvatten aanreiken zodat het concept positieve gezondheid hun basis werkwijze wordt om met inwoners in gesprek te gaan. | Januari 2020 t/m april 2020 Sociaal teamleden Wmo/Pw consultants/genera- listen Trainer Avans Hogeschool |
| | Per jaar organiseren wij twee gesprekken in een van onze kernen met als thema positieve gezondheid. Vanuit deze gesprekken worden vervolgspraken gemaakt met inwoners die initiatieven willen (helpen) ontwikkelen. | Bewustwording Samenwerken met inwoners Draagvlak Mensen betrekken die initiatieven willen nemen; Achterhalen wat inwoners belangrijk vinden als het gaat over gezondheid en een gezonde leefomgeving. | 2020-2021 (in het voor – en najaar) Na 2021 afhankelijk van budget Inwoners Dorpscontactpersonen Ondernemers Collega's intern GGD Limburg-Noord Opbouwwerker Ouderenwerker Jongerenwerker |
| | Aansluiten bij het Hagro-overleg (huisartsenoverleg), hierbij agendeert de beleidsmedewerker om een huisarts te vinden die intrinsiek gemotiveerd is om te gaan werken vanuit het concept positieve gezondheid. | Een huisarts vinden die intrinsiek gemotiveerd is om te werken vanuit het concept positieve gezondheid. Bevorderen positieve gezondheid in de eerste 1 ^{ste} lijn. | 2020 – 2021 (een keer per jaar) Beleidsmedewerker Huisartsen Praktijkondersteuners |
| Speerpunt 1 leefstijl | Het inzetten en aansturen van de leefstijlcoach in zijn acties als het gaat om happy fit works, happy fit special en happy fit naschools sporten (voor nadere uitleg zie bladzijde 7 en 8). | Meer mensen worden bereikt om aan de activiteiten deel te nemen (voor happy fit works betekent dit minimaal 15 deelnemers, happy fit special minimaal 15 en happy fit naschools sporten minimaal 30). | 2020-2021 (10 keer per jaar) Leefstijlcoach Beweegcoach Communicatie Sociaal team Verenigingen |
| | Contact opnemen met leefstijl- en beweegcoach om te kijken hoe het programma Healthy Life (voor nadere uitleg zie bladzijde 8) loopt en zo nodig bijsturen. | Van de doorgestuurde deelnemers werkt 80% goed mee aan dit programma en vinden een beweegactiviteit die ze in hun dagelijks leven zelf kunnen blijven voortzetten. | November 2019 t/m december 2020 loopt het programma Halverwege 2020 het programma evalueren en kijken of en hoe we verder gaan Medita Beweegcoach Leefstijlcoach Ecsplora Deelnemers programma Healthy Life |
| | Gezondheidsfestival organiseren waarbij thema's als bewe- | Inwoners krijgen een beeld van hun algemene gezond- | Zomer 2021 |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | gen, ontspanning, voeding en balans centraal staan. | heid en kunnen als ze willen hierover in gesprek gaan om samen met professionals te kijken wat er anders kan. | Meru Inwoners Opbouwwerker (+ overige sociaal team leden) Fysiotherapeuten Ondernemers |
| Speerpunt 2 mentaal welbevinden | Hoe kan een bezoek (door een vrijwilligersgroep) aan iemand die 75 jaar wordt worden georganiseerd. Zodra dit bekend is, overgaan tot uitvoering. | Signaleren van eenzame senioren Senioren de weg wijzen en ze bekend laten worden met de mogelijkheden (bijvoorbeeld een huiskamerplus). | 2021 uitzoeken hoe dit mogelijk gemaakt kan worden 2021 - 2024 uitvoering van deze bezoeken Seniorenvereniging/zonnebloem Vrijwilligers |
| | Twee keer per jaar wordt een bijeenkomst omtrent dementie georganiseerd. | Bewustwording De weg kunnen vinden, om het moeilijk te accepteren probleem dementie zo "makkelijk" mogelijk te maken | April en oktober 2020-2024 Samen met de casemanagers dementie en ketenregisseur organiseren wij deze bijeenkomsten (per keer wordt nog bekeken wie we laten invliegen, denk bijvoorbeeld aan onze mantelzorgondersteuner). |
| Speerpunt 3 meedoen | De partijen die betrokken zijn bij het welzijn van de senioren bij elkaar brengen zodat ze afspraken kunnen maken over hoe ze goed integraal kunnen samenwerken. Tijdens deze bijeenkomst bespreken hoe er ook een koppeling kan gemaakt worden met jongeren en andere doelgroepen. | De betrokken partijen samen krijgen. Zodat iedere betrokken partij weet wat ze voor elkaar kunnen betekenen en ze samen een zo goed mogelijke ondersteuning kunnen bieden. Sociale samenhang vergroten door verschillende doelgroepen bij elkaar te brengen. | Start derde kwartaal 2020 Seniorenvereniging/zonnebloem Jongeren Woningcorporatie Sociaal team GGD Zorginstellingen Thuiszorgorganisaties Ouderenwerker Opbouwwerker Jongerenwerker Beleidsmedewerkers |
| | Zorgen dat de opbouwmedewerker de beweegbehoefte van onze senioren in kaart brengt. Aan de hand van deze behoeftebepaling wordt gekeken welk laagdrempelig beweegaanbod we kunnen aanbieden. | Meer senioren aan het bewegen krijgen. | Eind 2020 begin 2021 behoefteonderzoek afgerond 2021 opzetten en uitvoeren van plan Inwoners (zonnebloem/seniorenvereniging) Sportverenigingen Opbouwwerker |
| Speerpunt 4 het gesprek aangaan | In vergaderingen afspraken maken hoe de verschillende partijen gezamenlijk in een casus optreden. | In een casus gezamenlijk optreden en van elkaar weten wat ze doen. | 2020-2024 (een keer per kwartaal) Collega's ruimtelijke domein. GGD Limburg-Noord Cjg (sociaal team) |
| Speerpunt 5 vroegtijdig signaleren en samenwerken met de 1ste lijn | Er wordt een bijeenkomst georganiseerd waarbij de eerste lijn van huisartsen, zorg (o.a. jeugdgezondheidszorg) en het sociaal team bij elkaar worden gebracht om afspraken te maken over de vroegtijdige signalering. | De eerste lijn van huisartsen, zorg (o.a. jeugdgezondheidszorg) en het sociaal team weten elkaar te vinden om zo snel mogelijk en zo goed mogelijk onze inwoners te ondersteunen. | Eerste bijeenkomst zal plaatsvinden eind 2020 begin 2021 en vervolgens wordt jaarlijks geëvalueerd hoe de afspraken worden nagekomen. Sociaal team Onderwijs |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | GGD Limburg-Noord (jeugd-gezondheidszorg) |
|--|--|--|---|

Naast de 'externe' acties werken we ook steeds integraler aan bepaalde onderwerpen waardoor je ook acties per beleidsveld krijgt.

| Beleidsveld | Actie 2020 | Wat hopen we te bereiken? (doelen) | Wanneer en met wie? |
|-------------|--|--|---|
| Jeugd | <p>De jongerenwerker werkt volgens de principes van positieve gezondheid. Deze manier van denken wordt toegepast in de werkwijze van de jongerenwerker. Hij zoekt aansluiting bij jongeren in onze gemeente en verbindt jongeren met de buurt en ondersteunt ze bij het opzetten van activiteiten. Dit doet hij door in gesprek te gaan met de doelgroep over die onderwerpen die daar leven en door aan te sluiten bij wat een jongeren graag zou willen aanpakken/doen/veranderen/ondernemen.</p> <p>Voorlichting omtrent alcohol- en drugsgebruik blijft ook in 2020 prioriteit. De gemeente maakt dit onderwerp bespreekbaar met scholen en vraagt professionals in de gemeente alert te zijn op misbruik. Diverse partijen kunnen gastlessen geven op scholen en ook het CJG kan veel betekenen in het voorlichten van ouders. Tenslotte blijft het bespreekbaar maken van dit onderwerp ook in 2020 een van de voornaamste taken van de jongerenwerker.</p> <p>Samenwerken met alcoholverstrekkers, hen informeren over de wet. Horecagelegenheden, sportkantines en supermarkten mogen geen alcohol verstrekken aan jongeren onder de achttien jaar. Campagnes van de nationale overheid (NIX 18) hierbij extra onder de aandacht brengen.</p> <p>Ouders bewust maken van hun invloed en rol als opvoeders. Hierbij liften we mee met de landelijke en regionale voorlichtingscampagnes. Hier ligt echter ook een taak voor het Sociaal Team Roerdalen en het CJG om dit in gesprekken waar nodig bespreekbaar te maken.</p> <p>Bij de basisscholen in Roerdalen aandacht vragen voor voorlichting omtrent alcoholmisbruik op jonge leeftijd. Hier heeft onze jongerenwerker en het Centrum voor Jeugd en Gezin een groot aandeel in.</p> | <p>De jongerenwerker werkt volgens de principes van positieve gezondheid.</p> <p>Minder jongeren gebruiken alcohol ten opzichte van 2016 en de startleeftijd wordt verhoogd vergeleken met 2016.</p> | <p>Jongerenwerk (als onderdeel sociaal team) volgt begin 2020 een cursus positieve Gezondheid</p> <p>Voorlichting omtrent alcohol- en drugsgebruik blijft ook in 2020 prioriteit voor onze preventiewerkers (Sociaal Team, jongerenwerk, CJG, GGD en bureau Halt).</p> <p>Ook handhaving zal in 2020 actief blijven controleren of de wet wordt nageleefd en zo nodig communiceren met onze preventiewerkers.</p> |

| | | | |
|-----------------------------|---|---|---|
| | <p>GGD, Halt en het CJG stimuleren om alcoholpreventie op de agenda te plaatsen.</p> <p>Jongeren weerbaar maken zodat ze gezondere keuzes maken en weerstand kunnen bieden aan de ongezonde verleidingen die opgroeiende jongeren tegenkomen. Dit kan plaatsvinden aan de hand van sociale weerbaarheidstrainingen die worden aangeboden op basisscholen en door het CJG.</p> | | |
| Participatie | Vier leden van het Sociaal Team worden getraind om te werken met de VoorzieningenWijzer. Een groot onderdeel van de VoorzieningenWijzer is de collectieve zorgverzekering. Nog te veel mensen maken de verkeerde keuzes als het gaat om het kiezen van een zorgverzekering. En betalen vaak te veel of te weinig, en komen zo voor vervelende verrassingen te staan. Het achterliggende doel hierbij is dat er een sterkere verbinding wordt gelegd tussen Participatie en Wmo. | Het doel is schulden te voorkomen of te verminderen door op het terrein van zorgverzekering, energierekening, toeslagen, minimaregelingen en inkomstenbelasting een screening te doen en inwoners te adviseren hoe zij kunnen besparen en meer inkomen kunnen genereren. | Halverwege 2020 start de training. Vier leden uit het Sociaal Team, van verschillende organisaties, zullen de training volgen. |
| Onderwijs | Tijdens de reguliere overlegmomenten met basisscholen en kinderopvangorganisaties samen verkennen of positieve gezondheid onderdeel kan gaan uit maken van de Lokale Educatieve Agenda. | <p>Streven is om samen met basisscholen en kinderopvangorganisaties een lokale educatieve agenda op te stellen waarin gezamenlijke speerpunten/doelen worden opgenomen ten aanzien van een doorgaande leerlijn, zorgstructuur en maatschappelijke & sociale ontwikkeling van kinderen.</p> <p>Bedoeling is dat medewerkers binnen het onderwijs en de kinderopvang gaan werken volgens de principes van positieve gezondheid. Nagestreefd wordt dat deze manier van denken wordt toegepast in de werkwijze van onderwijs en kinderopvang.</p> | Streven is dat uiterlijk met ingang van schooljaar 2021-2022 een Lokale Educatieve Agenda is opgesteld in samenwerking met de 6 basisscholen in Roerdalen en kinderopvangorganisaties Wee-Play en Leef Kind |
| Sociaal Team/Wmo | Sociaal teamleden, Wmo consulenten en participatie consulenten worden in het eerste kwartaal van 2020 getraind in het gebruiken/toepassen van het concept positieve gezondheid. | Handvatten aanreiken zodat het concept positieve gezondheid hun basis werkwijze wordt om met inwoners in gesprek te gaan. | Eerste kwartaal 2020 Sociaal teamleden Trainer Avans hogeschool |
| Dorpscontactpersonen | Ondersteunen van Stichting activiteiten de Beuk Posterholt bij het realiseren van een aantal kleine percelen waarop kinderen van de lagere school en jeugd onder begeleiding van senioren kunnen tuinieren en leren hoe gezonde voeding tot stand komt. | <p>Kinderen leren over de voedselkringloop en hoe groente en fruit verbouwd worden. Hiermee vergroot de bewustwording over gezonde voeding.</p> <p>Senioren participeren aan groepsactiviteiten met</p> | <p>Voorjaar 2020 opent: 'Tuintjes de Beuk' haardeuren.</p> <p>Stichting Activiteiten de Beuk heeft vrijwilligers om het project te begeleiden.</p> |

| | | | |
|-------------------|--|--|--|
| | | jeugd en anderen waardoor eenzaamheid vermindert; | Contacten met basisschool en jeugdclubs zijn gelegd voor de invulling van de activiteiten. |
| Veiligheid | Inwoners waar intensieve zorg nodig is en sprake is van multi problematiek (ook forensisch), nog meer benaderen vanuit positieve gezondheid. | <p>Stress verminderen, waardoor psychische klachten afnemen en gevaar/overlast voor persoon zelf en omgeving verminder.</p> <p>Het vrijwillig meewerken aan benodigde behandeling.</p> <p>Voorkomen en verminderen van dak- en thuislozen.</p> | <p>Alle partners die betrokken zijn bij het vangnet kijken al met een integrale blik naar wat nodig is bij casuïstiek.</p> <p>In 2020 wordt dit voortgezet en ook de samenwerking en aansluiting met Sociaal Team verder geïntensiveerd.</p> |

Bijlage 1: Samen aan de slag met positieve gezondheid

Een visuele vertaling van waarom we inzetten op positieve gezondheid, hoe we dit doen en wat dat van ons vraagt.

