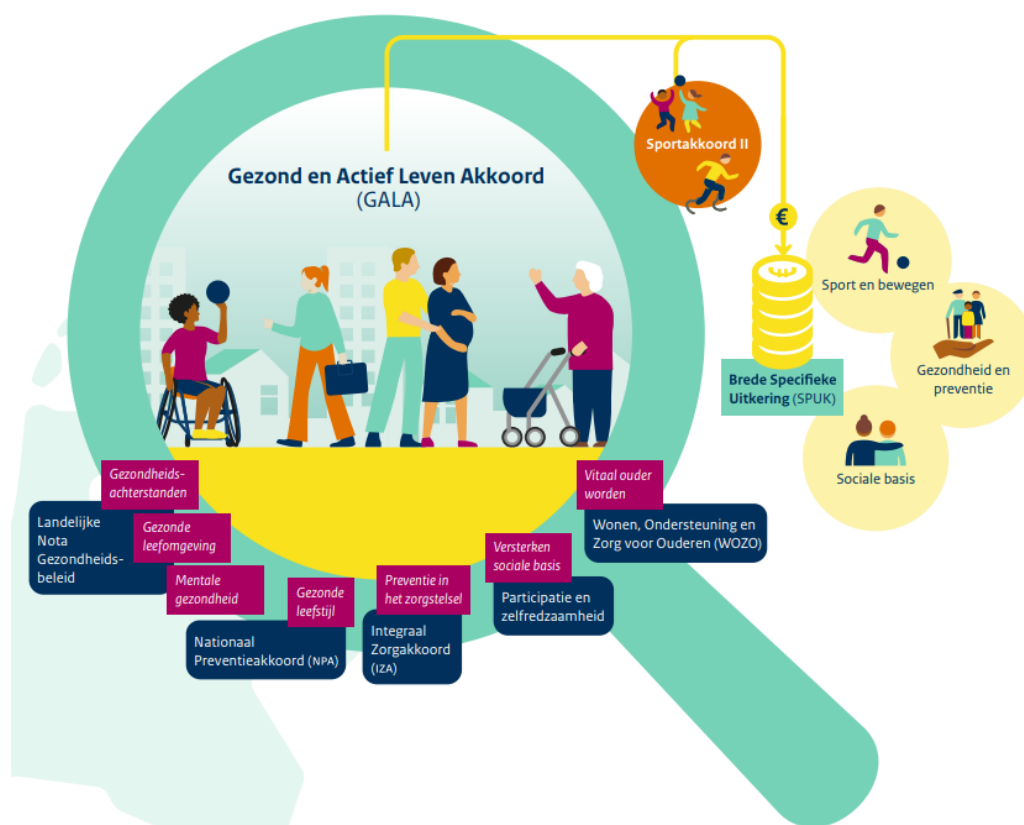




gemeente
SCHIERMONNIKOOG

Integraal preventie en gezondheidsplan Schiermonnikoog 2023 -2026

Samen werken aan een gezonde generatie in 2040



Naam gemeente:

Schiermonnikoog

Naam verantwoordelijk wethouder:

I. Zonneveld

Datum van insturen:

30-9-23

Contactpersoon voor aanvullende informatie:

Naam:

Wiebe Jansma

E-mailadres:

w.jansma@schiermonnikoog.nl

Inleiding.....	3
1. Huidige situatie.....	4
A. Sport, bewegen en cultuur.....	4
B. Gezondheid.....	6
C. Sociale Basis.....	7
D. Gezondheidsverschillen.....	8
E. Belangrijkste uitdagingen.....	9
2. Doelstellingen en ambities.....	10
A. Leidende principes.....	10
B. Lokale beleidsdoelstellingen.....	10
C. Doelen uit GALA.....	12
3. Ketenaanpakken.....	15
4. Domein overstijgende inzet vanuit regionale preventie structuur.....	18
5. Lokale borging.....	18
A. Lokale Samenwerking per thema.....	18
B. Monitoring en bijsturing.....	19
C. Financiën.....	20
6. Literatuurlijst.....	20
Bijlagen.....	21

Inleiding

Begin 2023 heeft de Vereniging Nederlandse Gemeenten (VNG) namens de gemeenten het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) ondertekend. De stip op de horizon is een gezonde generatie in 2040, met weerbare, gezonde mensen die kunnen opgroeien, leven, werken en wonen in een gezonde leefomgeving en waarin sprake is van een sterke sociale basis. Met het GALA worden de volgende gemeenschappelijke doelen onderschreven:



1. Terugdringen **gezondheidsachterstanden**



2. Een gezonde fysieke **leefomgeving** die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten



3. Het versterken van (de verbinding met) de **sociale basis**



4. Een **gezonde leefstijl**



5. Versterking van de **mentale weerbaarheid en mentale gezondheid**



6. **Vitaal ouder worden**



7. Domeinoverstijgende inzet vanuit een **regionale preventie infrastructuur**

Om dit te kunnen bereiken, ontvangen gemeenten middelen vanuit een specifieke uitkering. Gemeenten stellen een plan van aanpak op voor de besteding van deze middelen in de periode 2023-2026.

Integraal preventieplan

De gemeente Schiermonnikoog heeft vol overtuiging het GALA mede ondertekend, omdat de uitdagingen die middels het GALA aangepakt worden duidelijk zichtbaar zijn in onze gemeenschap. In ons gemeentelijk gezondheidsbeleid staan de thema's gezond gewicht, gezond ouder worden, matigen alcohol & middelengebruik (o.b.v. IJslands model) en mentale gezondheid centraal. Deze sluiten goed aan bij thema's uit het GALA.

In ons gemeentelijk beleid willen we meer aandacht voor thema's als bijvoorbeeld (jonge) mantelzorgers of vrijwilligers. Onze eilander samenleving is voor een deel van de inzet van deze mensen afhankelijk. Dit sluit aan bij het GALA en hier besteden we in dit plan expliciet aandacht aan. De thema's uit ons huidig beleid zijn geïntegreerd in dit plan van aanpak. Daarmee is dit plan het integrale preventieplan voor de gemeente Schiermonnikoog voor de periode 2023 – 2026.

Ketenaanpakken

Dit plan besteedt aandacht aan vijf ketenaanpakken, die de gemeente per 2024 verplicht is te implementeren. Dit is onderdeel van de afspraken in het GALA. Deze ketenaanpakken zijn:

1. Kansrijke Start
2. Valpreventie bij ouderen
3. Aanpak overgewicht kinderen
4. Gecombineerde leefstijlinterventie bij overgewicht en obesitas bij volwassenen
5. Welzijn op recept

In een apart hoofdstuk bespreken we de stand van zaken en de tijdlijn voor de implementatie van deze ketenaanpakken.

Financiën

De originele beschikking voor de Waddeneilanden voor de brede SPUK bij het GALA akkoord was niet genoeg om voor alle ambities en thema's programma's te ontwikkelen en acties te ondernemen. Na overleg met de VNG en het ministerie van VWS is ons een verhoogde bijdrage in het vooruitzicht gesteld die meer recht doet aan de omvang van de uitdagingen. De onzekerheid over financiële middelen heeft vertraging gebracht in de startdatum onze plannen. We proberen onze eigen middelen effectiever in te zetten en boren waar mogelijk andere financieringsmogelijkheden aan. De gemeenteraad heeft voor preventie op verschillende manieren geld vrijgemaakt.

Leeswijzer

In dit plan van aanpak benoemen we huidige situatie binnen de pijlers van het GALA. Hoofdstuk 2 maakt de doelstellingen uit het GALA en uit gemeentelijk beleid inzichtelijk. Hoofdstuk 3 gaat specifiek in op de ketenaanpakken. Hoofdstuk 4 beschrijft de samenwerkingen die we binnen dit plan tot stand willen brengen. De laatste hoofdstukken benoemen de leidende principes, de regionale inbedding en de monitoring en sturing. In een apart document is bijgevoegd een activiteitenplan en een globale planning voor de uitvoering hiervan. Ook is er in een matrix een verbinding gelegd tussen de activiteiten en de doelen vanuit het GALA.

Aanjagers

Voor sommige thema's en activiteiten is het tijdpad tot 2026 niet volledig bekend. Jaarlijks evalueren we dit plan met de betrokken stakeholders, onder leiding van de coördinator sport en preventie, de coördinator zorg en welzijn en de beleidsmedewerker sociaal domein, cultuur en sport. Hierbij herzien we ook het activiteitenplan in de bijlage.

1. Huidige situatie

A. Sport, bewegen en cultuur

Schiermonnikoog is een gemeenschap waar tal van activiteiten op het gebied van sport, bewegen en cultuur plaatsvinden. Deels zijn deze activiteiten op bezoekers gericht, en deels op de inwoners van het eiland. Zo wordt er bijvoorbeeld door Lytje Willem in het hoogseizoen veel georganiseerd. Toch zien we dat inwoners van de Waddeneilanden ten opzichte van het Friese gemiddelde minder sporten dan gewenst (bijlage C, pagina 4). Daarnaast zien we dat vooral onder kinderen en jeugd overgewicht vaker voorkomt dan onder Friese leeftijdsgenoten (bijlage C, pagina 4). Voor Schiermonnikoog zijn geen separate cijfers beschikbaar, maar de bevindingen van zorgprofessionals op het eiland onderschrijven deze cijfers.

Buurtsportcoach

De buurtsportcoach wordt ingezet binnen het bewegingsonderwijs. De inzet binnen het bewegingsonderwijs wordt in lijn met de bestuurlijke afspraken ronden de Brede Regeling Combinatiefunctionarissen afgebouwd. De ruimte die hieruit vrijvalt wordt ingezet voor de doelen in dit plan van aanpak.

Buurtsportcoördinator

De buurtsportcoördinator is de uitvoerder van het gemeentelijk sportbeleid. Sport Fryslân voert voor de gemeente Schiermonnikoog het lokaal sportakkoord uit en heeft hiertoe personeel in dienst. In het lokaal sportakkoord is het lokaal sportbeleid vastgelegd. Binnen het GALA wordt de buurtsportcoördinator ook ingezet voor preventie. Zij is de coördinator sport en preventie op Schiermonnikoog.

Sportraad

Het ministerie van VWS, NOC*NSF en VSG zijn de 1e kernpartners en initiatiefnemers van het Nationaal Sportakkoord. Inmiddels ook het Platform Ondernemende Sport (POS). Hieruit is het lokaal sportakkoord voortgekomen.

Met het vaststellen van het lokaal sportakkoord in 2021 is de sportraad opgericht. De buurtsportcoördinator (Sport Fryslân/Team FRL Schiermonnikoog) en de sportraad dragen de gezamenlijke verantwoordelijkheid voor het uitvoeren van het lokale sportakkoord. In de sportraad zijn verschillende sportclubs vertegenwoordigd, evenals de gemeente, het onderwijs en team zorg en welzijn. Bij de sportraad kan financiering aangevraagd worden voor het organiseren van activiteiten die in lijn zijn met de doelstellingen van het sportakkoord. De sportraad komt minimaal elke zes weken samen.

Lokaal sportakkoord 2.0

In aanloop naar dit plan van aanpak is samen met de sportraad het sportakkoord herijkt op basis van de "hoofdpijnen Sportakkoord II". De hernieuwde ambities van het lokale sportakkoord zijn:

- a. We helpen mensen, die niet vanzelfsprekend sporten en bewegen, om in beweging te komen.
- b. Alle kinderen van 0-18 jaar bewegen hun hele jeugd en zijn motorisch vaardig en ontdekken waar zij hun sportplezier uit halen.
- c. Sportverenigingen moeten kwalitatief sterk, veilig en toegankelijk sportaanbod hebben voor iedereen.
- d. Door een beweegvriendelijke omgeving te creëren, verleiden we iedereen om in beweging te komen.

De ambities in het lokaal sportakkoord zijn in lijn met de ambities en doelstellingen van het Gezond en Actief Leven Akkoord, en sluiten ook aan bij ambities uit het coalitieakkoord op Schiermonnikoog.

Sportweek

Een groot succes dat voortgekomen is uit de sportraad is het organiseren van de jaarlijkse Sportweek, waar alle clubs en organisaties zich kunnen presenteren, en de inwoners op een laagdrempelige manier kennis kunnen maken met alles wat er op sportgebied op het eiland gebeurt. Ook kan men nieuwe sporten uitproberen.

Doortrappen

Schiermonnikoog is actief deelnemer van het Doortrappen programma. Vanuit Doortrappen worden activiteiten georganiseerd om ouderen zo lang mogelijk veilig en vitaal te laten fietsen. Schiermonnikoog is een autoluwe gemeente, en het in stand houden van de mobiliteit van ouderen is daarom erg belangrijk, ook ter voorkoming van afhankelijkheid en daarmee mogelijk gepaard gaande eenzaamheid. In 2023 zijn er gratis fietsspiegels aangeboden, zijn er onder begeleiding fietsgroepjes actief geweest op het eiland, is er fietsvalpreventie cursus gegeven en zijn er dagen georganiseerd om kennis te maken met vervoersmogelijkheden als driewielers of vierwiel fietsen. In Doortrappen verband worden wij ondersteund door de organisatie Doortrappen, Veiligheid NL en de fietsersbond.

Ouderengymnastiek

De fysiotherapeut organiseert ouderengymnastiek. In 2023 wordt dit uitgebreid. Waar dit eerst één groep was zijn er nu drie verschillende groepen actief. Deze vorm van gymnastiek draagt bij aan valpreventie, beweeglijkheid en kan een rol spelen in het tegengaan van eenzaamheid.

Culturele activiteiten

Er worden tal van culturele activiteiten georganiseerd, zowel voor de bezoekers als de inwoners van de gemeente Schiermonnikoog. De gemeente is actief betrokken bij de ondersteuning van cultureel centrum de Stag en het Dorpshuis "Ons Centrum", in financiering en in middelen. De gemeente biedt stimuleringsubsidies om de lokale culturele organisaties te ondersteunen in hun belangrijke maatschappelijke werk. De gemeente is eigenaar van het Koningshuis, van waaruit onder andere de schildersvereniging, de cultuurhistorische vereniging en team Zorg & Welzijn activiteiten organiseren. De gemeente ondersteunt en werkt samen met de bibliotheek en het hierin aanwezige Informatiepunt Digitale Overheid.. Daarnaast verstrekt de gemeente subsidie voor het muziekonderwijs, informatiecentrum het Baken en het Schiermonnikoog festival.

B. Gezondheid

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. Een goede manier om de algemene gezondheid te meten is de gezondheidsbeleving van mensen. We zien dat de gezondheidsbeleving op de Waddeneilanden onder theoretisch opgeleiden hoger ligt dan onder praktisch opgeleiden (bijlage C, pagina 4). Gezondheid bestaat daarnaast uit gezondheidsvaardigheden. Gezondheidsvaardigheden is een basisvaardigheid dat gaat over: weten waar je (gezondheids)informatie kunt vinden en dat je deze informatie kunt begrijpen, beoordelen en gebruiken bij het nemen van beslissingen. Voor sommige inwoners is dit een uitdaging. Iemand met lage gezondheidsvaardigheden vindt het lastig om keuzes te maken ten aanzien van de eigen gezondheid en ervaart een drempel in het gebruikmaken van zorg. Het gebruikmaken van medicijnen en het begrijpen van de bijsluiter is dan bijvoorbeeld een uitdaging. In samenwerking met de bibliotheek besteden we hier aandacht aan. Bij het onderdeel sociale basis en cultuur komt de samenwerking met de bibliotheek aan de orde. De mate van gezondheidsvaardigheden heeft invloed op de gezondheidsbeleving.

Vergrijzing

Op de Waddeneilanden hebben we te maken met een driedubbele vergrijzing. Het grootste gedeelte van de bevolking is 65+. Veel jeugd vertrekt van het eiland, en het merendeel van de nieuwe bewoners is boven de vijftig jaar. De groep ouderen wordt relatief steeds groter en ook steeds ouder. Het zorglandschap zullen we hierop moeten inrichten, maar we merken dat de zorg nu al onder druk staat. Een gezonde generatie in 2040 is voor deze groep in het bijzonder belangrijk. We zetten niet alleen in op het verbeteren van gezondheid, we richten ons ook op participatie. Het meedoen en van waarde zijn/voelen in de maatschappij willen we benadrukken.

Gezondheidscijfers

Gezondheidsverschillen ontstaat niet alleen door individuele leefstijlfactoren. Op Schiermonnikoog leven we in een zeer gezonde, natuurlijke leefomgeving. Tegelijkertijd is het merendeel van de inwoners werkzaam in sectoren als horeca en toerisme, waar in piekmomenten veel van mensen gevraagd wordt op fysiek en mentaal gebied. Dit kan een grotere rol naarmate het "seizoen" langer wordt. Sociaaleconomische factoren zoals inkomen spelen een rol bij de mate van ervaren gezondheid en veerkracht.

Uit rapportages van de GGD blijkt dat overgewicht onder de jeugd een probleem is op de Waddeneilanden. (bijlage C, pagina 4).

Het aantal (zware) rokers en drinkers op de Waddeneilanden ligt (fors) hoger dan het Friese gemiddelde. Dit is op Schiermonnikoog bevestigd door een onlangs uitgevoerd onderzoek door het Trimbos Instituut (bijlage C, pagina 6).

Ook uit de meest recente gezondheidsmonitor V&O 2020 van de GGD Fryslân bevestigd deze cijfers. Opmerkelijk is ook het relatief hoge percentage harddrugsgebruik op de eilanden ten

opzichte van heel Friesland, respectievelijk 11% tegen 4% heeft ooit harddrugs gebruikt in de leeftijd 19 tot 64 jaar.

Werkgroep Gezonde Leefstijl

Om draagvlak te creëren en meer focus op gezondheid te krijgen is een werkgroep Gezonde Leefstijl gevormd op Schiermonnikoog. Hierin zijn onder andere de GGD, zorg & welzijn, maatschappelijk werk, VNN, de politie, Horeca en gemeente vertegenwoordigd. Op initiatief van de werkgroep is een onderzoek uitgevoerd naar alcohol en middelengebruik door het Trimbos Instituut. Dit onderzoek bevestigde de cijfers uit de GGD monitor. Samen met een kwartiermaker ontwikkelen we een lokale aanpak om overmatig alcohol- en middelengebruik tegen te gaan. Overmatig alcohol en middelengebruik is een gezondheidsrisico, maar brengt ook potentiële risico's voor de openbare orde en veiligheid met zich mee. Deze te ontwikkelen aanpak is gebaseerd op het IJslands model (opgroeien in een kansrijke omgeving, OKO) en haalt inspiratie uit het programma "Helder Terschelling". Vanwege vergelijkbare context wisselen we kennis uit met de andere Waddeneilanden. Het uitvoeringsplan dat hier uit voort komt wordt bij de jaarlijkse evaluatie in dit plan geïntegreerd.

Onderwijs

Binnen het onderwijs worden verschillende preventie- en gezondheidsprogramma's ingezet. Hier spelen de jongerenwerkers en de intern begeleider een rol in. Ook de GGD ondersteunt hierin. De scholen zijn tevens vertegenwoordigd in de sportraad. Binnen de looptijd van dit plan willen we het gezonde aanbod en het preventieaanbod op de scholen vergroten en versterken.

(Zorg)voorzieningen

Op Schiermonnikoog is een huisartsenpraktijk en een tandartspraktijk gevestigd. Er is een fysiotherapeut, een praktijkondersteuner (huisarts), intern begeleider (onderwijs), een maatschappelijk werker, een medewerker verslavingszorg, jongerenwerk en een zorg & welzijn team met specialismen ouderenzorg, Wmo en mantelzorgondersteuning. Thuiszorg 't Friese Land is actief op Schiermonnikoog. De basiszorg is gewaarborgd, maar we beseffen ons dat dat geen vanzelfsprekendheid is voor een eiland met nog geen 1000 inwoners. Al zorgt de eilander context ook voor stevige en robuuste sociale netwerken. Naar behoefte en noodzaak kijken we welke (nieuwe) voorzieningen we willen en kunnen organiseren op Schiermonnikoog, maar onze huidige voorzieningen verliezen we hierbij niet uit het oog.

C. Sociale Basis

Ouderenwerk

Door de ouderenwerker worden inloopochtenden georganiseerd in het Koningshuis. Hier kunnen ouderen terecht voor gezelschap, een praatje en eventueel een maaltijd. Door het jaar heen worden er verschillende activiteiten georganiseerd, zoals een paasontbijt, een diner in één van de horecagelegenheden, of uitstapjes naar de vaste wal. Dit is een voorbeeld van hoe we participatie en meedoen willen vormgeven.

Jongerenwerk

Voor de jeugd worden door de jeugd en jongerenwerkers activiteiten georganiseerd. Zij hebben hiervoor een eigen locatie ter beschikking. De jeugd en jongerenwerkers werken nauw samen met het onderwijs en hebben een belangrijke signalerende functie op het gebied van sociale problematiek. Zij staan ook in nauw contact met het gebiedsteam. Voorbeelden van activiteiten zijn preventieve workshops/escape games en voorlichting en preventie op het gebied van drugsgebruik- en verkoop.

Maatschappelijk werk

Op het gebied van sociale basis is ook een belangrijke rol weggelegd voor de maatschappelijk werker. Zij kunnen ondersteuning bieden aan mensen die vastlopen of hulp nodig hebben bij bijvoorbeeld het oplossen of voorkomen van schulden, of het aanvragen van toeslagen of andere regelingen. De maatschappelijk werker verzorgt ook schoolmaatschappelijk werk. Bij het doorontwikkelen van de ketenaanpak Kansrijke Start zien we een rol voor de maatschappelijk werker.

Verslavingszorg

Op het eiland is een outreachend medewerker van Verslavingszorg Noord Nederland actief. De outreachend medewerker heeft een belangrijke functie vanuit het preventieve veld en het gebied van bemoeizorg. Zij kan ondersteuning bieden, mensen naar het gebiedsteam doorverwijzen of naar behandeling of een kliniek aan de wal. Daarnaast zet VNN andere preventieve interventies in zoals bijvoorbeeld ouderavonden op school en contact met ketenpartners om deskundigheid over middelengebruik te vergroten. Dit sluit aan bij de problematiek, namelijk relatief hoog middelengebruik.

Cultuur

Naast het cultuurcentrum en het dorps huis stimuleert de gemeente met financiën en middelen initiatieven van bewoners ter bevordering van saamhorigheid en (culturele) participatie op het eiland.

Bibliotheek

De gemeente is betrokken bij de exploitatie van de bibliotheek en het Informatiepunt Digitale Overheid dat zich hier bevindt. De bibliotheek bevindt zich op Schiermonnikoog in het Dorps huis. De bibliotheek verzorgt laagdrempelige ondersteuning voor inwoners, onder meer in de vorm van inloopsprekken, hulp bij regelzaken en lessen op maat voor taal- en digitale vaardigheden. De bibliotheek organiseert tal van activiteiten die een relatie hebben met de sociale basis, en eenzaamheid tegengaan en participatie bevorderen. Denk hierbij aan de functie als ontmoetingsplek, het brei- en haakcafé, het faciliteren van de leeskringen en diverse cursussen.

Verenigingsleven en vrijwilligers

Schiermonnikoog kent een rijk verenigingsleven wat gedragen wordt door vrijwilligers. Ook veel activiteiten in het dorps huis of de bibliotheek drijven op vrijwillige inzet, net als het SIGMA-team, de brandweer en de KNRM. Daarnaast is er veel mantelzorg op het eiland. Deze verenigingen, organisaties en activiteiten zijn belangrijk voor de leefbaarheid en ook ontmoetingsplekken waar mensen hun sociale netwerk bouwen. Door een tekort aan bestuursleden en omdat mensen minder tijd besteden aan vrijwilligerswerk kan het verenigingsleven onder druk komen te staan. We merken dat hier op het eiland sprake van is.

D. Gezondheidsverschillen

Als bijlage bijgevoegd is de gemeentelijke rapportage van de GGD. Deze rapportage betreft de verschillende Waddeneilanden, omdat het inwonersaantal (<1000) van Schiermonnikoog te laag is om conclusies uit te kunnen trekken. De gegevens uit deze rapportage kunnen echter een vertekend beeld geven. De context van de Waddeneilanden is vergelijkbaar, al zijn de te nemen of genomen stappen soms verschillend. Op de schaal van Schiermonnikoog kan een enkeling in de statistieken het beeld al doen kantelen.

Jongeren zijn gematigd ontevreden over hun leefomgeving. Dit zijn signalen die bij de gemeente bekend zijn. Overigens wijkt dit niet significant af van het Friese percentage (bijlage C, pagina 5).

De cijfers omtrent de sociale basis zijn tweeledig. Aan de ene kant zien we veel onderling contact (gemeenschap, korte lijnen). Aan de andere kant zien we relatief weinig mantelzorgers

in de officiële. Wij zien in onze gemeente juist meer mantelzorgers dan in de cijfers terugkomen. De conclusie hieruit is dat onze mantelzorgers ofwel zich niet willen registreren als mantelzorger of zichzelf niet als mantelzorger zien (bijlage C, pagina 8).

E. Belangrijkste uitdagingen

De eilanden stellen gezamenlijk een vierjaarlijkse gezondheidsnota op, maar geven in de uitvoering hier hun eigen accenten aan. De gezondheidsnota geeft een goed beeld van wat er speelt op de eilanden.

De afgelopen jaren is er gericht op de volgende speerpunten:

- a. Gezond gewicht en gezonde leefstijl
- b. Preventie en matigen middelengebruik
- c. Gezond ouder worden
- d. Mentale gezondheid

Gezond gewicht en gezonde leefstijl

Op de Waddeneilanden ligt het percentage inwoners dat minder sport dan gewenst hoger dan het Fries gemiddelde. Daarnaast zien we een toename van obesitas en overgewicht, onder zowel volwassenen als kinderen. Voor volwassenen en ouderen ligt dit percentage op het Fries gemiddelde, voor kinderen en jongeren ligt dit percentage er sterk boven (bijlage C, pagina 3).

Voldoende sport en beweegactiviteiten voor alle leeftijdsgroepen en voldoende gezond aanbod van voedsel zijn belangrijke elementen om gezond gewicht en een gezonde leefstijl te bereiken. We zoeken de samenwerking met de diëtist en de huisarts op, en bepalen welke elementen van de JOGG-aanpak passend zijn in de lokale context.

Preventie en matigen middelengebruik

De geografische ligging, kleine aantallen leeftijdsgenoten en demografische samenstelling van Schiermonnikoog brengt jongeren in een relatief kwetsbare positie. Ervaren stress onder jongeren ligt op de Wadden iets hoger dan het Friese gemiddelde, en weerbaarheid iets lager (bijlage C, pagina 7). We ontvangen signalen dat de cijfers op Schiermonnikoog mogelijk hoger liggen dan we terugzien in de cijfers.

Het percentage inwoners dat stevig rookt, drinkt of andere middelen gebruikt ligt hoger dan het Fries gemiddelde (bijlage C, pagina 6). Uit het onderzoek dat het Trimbos Instituut in 2022 op Schiermonnikoog uitgevoerd heeft is gebleken dat er sprake is van overmatige of zware drinkpatronen onder (groepen) inwoners. De cijfers worden bevestigd door de gesprekken die gevoerd zijn binnen het onderzoek. Ook zien we dat men op (te) jonge leeftijd begint met drinken.

Eén van de aanbevelingen uit het Trimbos rapport is het inzetten van een gedragen aanpak om overmatig alcohol en middelengebruik te verminderen. Hiertoe huren we een kwartiermaker in, die samen met de werkgroep Gezonde Leefstijl een uitvoeringsprogramma opstelt met concrete acties voor de verschillende deelnemers. De aanpak zal geïnspireerd zijn op het IJslands model (opgroeien in een kansrijke omgeving/OKO) en "Helder Terschelling". Op dit gebied gebeurt al veel, en hiermee wordt de volgende stap gezet. De lopende interventies en activiteiten worden hierin geïntegreerd.

Gezond ouder worden

Op de Waddeneilanden hebben we te maken met een driedubbele vergrijzing. Het grootste gedeelte van de bevolking is 65+. Veel jongeren vertrekken van het eiland, en nieuwe inwoners zijn veelal boven de vijftig. De groep ouderen wordt relatief steeds groter en ook steeds ouder. Het zorglandschap zullen we hierop op een toekomstbestendige manier moeten inrichten,

maar we merken dat de zorg nu al onder druk staat. Een gezonde generatie in 2040 is voor deze groep in het bijzonder belangrijk.

We willen onze oudere inwoners zo lang mogelijk vitaal, gezond en gelukkig houden. De beweging naar de voorkant (preventie) is daar een onderdeel van. Een belangrijk onderwerp in dit plan is valpreventie. Met bijvoorbeeld de fysiotherapeut en ondersteuning van Sport Fryslân en de buurtsportcoördinator ontwikkelen we een ketenaanpak valpreventie.

Op Schiermonnikoog wordt veel mantelzorg verleent. We willen de mantelzorgers de ondersteuning en waardering bieden die zij verdienen. Hiertoe ontwikkelen we mantelzorgbeleid en een mantelzorgsteunpunt. We willen hierbij ook nadrukkelijk aandacht besteden aan jonge mantelzorgers.

Mentale gezondheid

De leeftijdsgroep 12 tot en met 18 jaar zien we op Schiermonnikoog een groei van het aantal jongeren met psychosociale problemen. Deze ontwikkeling is sinds de coronaperiode toegenomen. In deze periode hebben leerlingen diverse achterstanden op hebben gelopen. De mentale gezondheid van deze doelgroep is hierdoor achteruit gegaan. De zorgen zijn het grootst als het gaat om de sociaal-emotionele ontwikkeling, welzijn en motivatie onder jongeren. Mentale klachten, zoals angst, eenzaamheid en slaapproblemen, zijn voornamelijk toegenomen bij de leerlingen die voor de coronacrisis al bestaande problemen ervaarden.

De cijfers omtrent welbevinden en de sociale basis op de Wadden liggen dicht bij het Friese gemiddelde (bijlage C, pagina 8 en 9). Toch komen er (meer) signalen binnen van eenzaamheid, onder zowel jongeren als ouderen. We vermoeden dat dit onder ouderen met beginnende dementie sterker speelt. We willen een vorm van dagbesteding organiseren op het eiland. Dit versterkt sociale banden en kan de mentale gezondheid verbeteren.

2. Doelstellingen en ambities

A. Leidende principes

Vanuit het Gezond en Actief Leven Akkoord wordt een integrale benadering van het preventiebeleid nagestreefd. Uitgangspunten hierbij zijn health in all policies en positieve gezondheid. In zowel beleid als de uitvoering moeten deze principes vorm krijgen. In de planvorming, waaronder dit plan van aanpak, wordt aan deze principes invulling gegeven.

Vanuit het herijkte lokaal sportakkoord ligt de nadruk op inclusiviteit/toegankelijkheid, vitaliteit en duurzaamheid. Deze principes sluiten goed aan op de principes in het Gezond en Actief Leven Akkoord, en worden in het kader van integraliteit ook meegenomen in de andere programma's.

Vanuit het coalitieakkoord en het college-uitvoeringsplan staat samenwerking, veiligheid en dialoog centraal. Ook deze principes liggen in het verlengde van de principes die uit het Gezond en Actief Leven Akkoord naar voren komen.

B. Lokale beleidsdoelstellingen

Coalitieakkoord Schiermonnikoog

In het coalitieakkoord "Omsjain nooi ineeuwr en ferút!" (omzien naar elkaar en vooruit!) staan de volgende doelstellingen die aansluiten bij de doelen uit het Gezond en Actief Leven Akkoord:

Omzien

1. Eilanders blijven zo lang mogelijk wonen op Schiermonnikoog.
2. We werken aan een omgeving waarin jongeren veilig, gezond en kansrijk opgroeien.
3. We willen sociaal en cultureel werk uitbreiden met behulp en kennis van eilanders.

Fijn wonen en veilig buiten zijn

4. Het centrum wordt ingericht als een autoluw woonerf.
5. De wijze waarop het beheer van de openbare ruimte wordt aangepakt krijgt een meer biodivers karakter.
6. We willen overmatig alcohol- en drugsgebruik een halt toeroepen.

Over vrijwilligers zegt het coalitieakkoord het volgende: “we zijn zuinig op onze vrijwilligers, zij zijn de motor waar onze samenleving op draait”.

Over de buurtsportcoördinator zegt het coalitieakkoord het volgende: “Actief deelnemen aan sport- en culturele activiteiten is erg belangrijk voor mensen om zich gelukkig en gezond te voelen. De sportcoördinator helpt hierbij. Voor de uitvoering van het lokaal sportakkoord vinden wij de sportcoördinator onmisbaar.”

Nota Gezondheidsbeleid Friese Waddeneilanden

De Friese Waddeneilanden stellen gezamenlijk een gezondheidsnota op. De vier pijlers uit de gezondheidsnota 2022-2026 zijn:

- a. Gezond gewicht en gezonde leefstijl
- b. Preventie en matigen middelengebruik
- c. Gezond ouder worden
- d. Mentale gezondheid

Doelen bij de pijler gezond gewicht en gezonde leefstijl:

1. Een gezond gewicht van jongeren (0 tot 19 jaar) op de vier Friese Waddeneilanden bevorderen.
2. Een gezonde leefstijl van jongeren (0 tot 19 jaar) op de vier Friese Waddeneilanden bevorderen.
3. Hoofddoelstelling JOGG De Friese Wadden: het aantal jongeren (0 tot 19 jaar) met matig tot ernstig overgewicht op de vier Friese Waddeneilanden is op langere termijn gedaald.

De Friese Waddeneilanden willen bovenstaande doelstellingen bereiken via thema's en activiteiten, gericht op:

1. Water drinken stimuleren (meer water drinken als alternatief voor gezoete dranken)
2. Gezond en bewust eten (meer groente en fruit eten, bewuste eetkeuzes maken)
3. Beweegstimulering (bijvoorbeeld via laagdrempelige toegang tot bewegen en via een link met het Lokaal Sportakkoord)
4. Voldoende ontspanning en slaap

Doelen bij de pijler preventie en matigen middelengebruik zijn:

1. Roken, alcohol en drugsgebruik door jongeren onder 18 jaar voorkomen.
2. Overmatig roken, alcohol en drugsgebruik door jongvolwassenen tussen 18 en 24 voorkomen.

Het opzetten van de werkgroep Gezonde Leefstijl en het ontwikkelen van een gedragen aanpak middelengebruik (geïnspireerd op het IJslands model) zijn activiteiten om deze doelen te bereiken.

Doelen bij de pijler “gezond ouder worden” zijn:

1. Activiteiten om te ondersteunen bij een gezonde leefstijl en meer bewegen
2. Bevorderen van de gezamenlijke ontwikkeling en aanpak vroeg-signalering.
3. Voorkomen van eenzaamheid bij ouderen.

4. In VAST-verband samen optrekken op specifieke gezondheidsproblemen bij ouderen en willen leren van elkaars succesvolle interventies en deze overnemen waar mogelijk.
5. Ouderen in staat stellen zo lang en zo gezond mogelijk zelfredzaam op het eiland te blijven wonen.

Binnen de pijler “mentale gezondheid” wordt een integrale aanpak ontwikkeld ten aanzien van mentale gezondheid vanuit de gedachte van positieve gezondheid gedurende de gehele levensloop, waarbij de komende 4 jaar wordt ingezet op:

1. Het stimuleren van sociale samenhang & ontmoeting.
2. Een preventieve aanpak ter voorkoming van armoede en sociale uitsluiting.
3. Mentale gezondheid van jeugd & mantelzorgers

De pijlers uit de Nota Gezondheidsbeleid overlappen sterk met de pijlers uit het GALA. Bovenstaande doelstellingen zijn verwerkt in dit plan van aanpak.

Lokaal sportakkoord 2.0

In aanloop naar dit plan van aanpak is het lokaal sportakkoord in samenwerking met de sportraad herijkt en geactualiseerd. De herziene doelstellingen in het lokaal sportakkoord zijn:

1. We helpen mensen, die niet vanzelfsprekend sporten en bewegen, om in beweging te komen.
2. Alle kinderen van 0 tot 18 jaar bewegen hun hele jeugd en zijn motorisch vaardig en ontdekken waar zij hun sportplezier uit halen.
3. Sportverenigingen moeten kwalitatief sterk, veilig en toegankelijk sportaanbod hebben voor iedereen.
4. Een beweegvriendelijke omgeving creëren – zo verleiden we iedereen om in beweging te komen.

Preventie en Handhavingsplan

Het preventie- en handhavingsbeleid heeft de volgende doelstellingen:

1. verstrekkers en andere betrokkenen bewust maken van de nadelige gevolgen van alcoholgebruik, met name voor jongeren.
2. Verstrekkers ertoe bewegen om op verantwoorde en rechtmatige wijze alcohol te (laten) verstrekken.
3. Gebruikers en andere betrokkenen ertoe bewegen het alcoholgebruik door jongeren te beperken of te voorkomen.

C. Doelen uit GALA

Dit hoofdstuk ligt per thema toe wat de doelen zijn vanuit GALA en lokaal beleid, wat hun link is met positieve gezondheid en hoe zij bijdragen aan het terugdringen van gezondheidsverschillen.

Terugdringen van gezondheidsachterstanden

Doelen

Beoogde resultaat in het GALA is dat elke gemeente een lokale aanpak heeft voor het terugdringen van gezondheidsachterstanden, waarbij ook wordt gekeken naar de interactie met andere beleidsterreinen. Uitgangspunt is een brede, domein overstijgende aanpak, bijvoorbeeld langs de volgende sporen:

1. goed toegankelijk (preventie- en zorg)aanbod in de wijk;
2. stimuleren van gezond gedrag en gezondheidsvaardigheden
3. zorgen voor een gezonde leefomgeving en sociale omgeving



4. stimuleren dat mensen actief mee kunnen doen aan de maatschappij.

Link met positieve gezondheid en preventie

De aanpak van gezondheidsachterstanden vergt meer dan alleen de inzet op gezondheid. Er is vaak sprake van achterliggende problematiek zoals bestaansonzekerheid, armoede en kansenongelijkheid, een ongezonde leefomgeving en zwakke gezondheidsvaardigheden. De aanpak van gezondheidsachterstanden loopt daardoor als een rode draad door de GALA-thema's.

Om impact te maken bij mensen in kwetsbare sociaal-economische posities is het belangrijk om in beleidsontwikkeling te differentiëren en zo rekening te houden met kansengelijkheid op het bereiken van een goede gezondheid voor iedereen: verschil maken om verschil te verminderen

Verkleinen gezondheidsverschillen

Meer bewegen in het dagelijks leven en minder zitten levert voor alle lagen van de bevolking, voor alle leeftijden en voor verschillende gezondheidsproblemen winst op: zowel voor fysieke problemen (overgewicht, valpreventie) als voor de mentale gezondheid.

Om gezondheidsverschillen te verkleinen is het belangrijk dat iedereen mee kan doen. Daarom zijn we aangesloten bij het jeugdfonds en het volwassenenfonds sport en cultuur.

Daarnaast is differentiatie belangrijk. De gemeente Schiermonnikoog kent minder dan 1000 inwoners. Per casus wordt een aanpak ontwikkeld. Dit doen we al en blijven we doen.

creëren van een gezonde fysieke leefomgeving, die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten

Doelen

Het GALA noemt twee concrete doelstellingen voor dit thema:

1. Bij besluitvorming over de fysieke leefomgeving (zoals in omgevingsplannen) wordt gezondheidskennis toegepast. Die kennis gaat over gezondheidsbevordering én over gezondheidsbescherming.
2. Er wordt ingezet op meer kennis en maatregelen om (kwetsbare) mensen zo goed mogelijk te beschermen tegen hitte, allergieën, infectieziekten en uv-straling.

Link met positieve gezondheid en preventie

Een gezonde woon- en leefomgeving stimuleert inwoners om hun gezondheid te verbeteren. Een wijk die veilig, duurzaam en klimaatbestendig is. Met fiets- en wandelpaden die goed bereikbaar en veilig zijn. En in de buurt ontmoetingsplekken, voorzieningen en leuke activiteiten die voor iedereen toegankelijk zijn. Door samen met inwoners vanuit positieve gezondheid aan een gezonde leefomgeving te werken kan deze aansluiten op de lokale situatie.

Verkleinen gezondheidsverschillen

Verschillen in leefomgeving en blootstelling aan bijvoorbeeld milieuvervuiling worden steeds meer erkend als oorzaak van gezondheidsverschillen. Denk aan zaken als woningnood, energiearmoede, tekort aan groen in de omgeving, onveiligheid, milieuvervuiling, slechte luchtkwaliteit, de terugloop van biodiversiteit, geluidsoverlast en een gebrek aan mogelijkheden om gezond te eten, bewegen en ontmoeten. Volgens de WHO ligt een derde (29%) van het verschil in zelf gerapporteerde gezondheid tussen laag- en hoogopgeleide mensen in Europa aan de leefomgeving.

Deze gezondheidsverschillen spelen ook rondom het onderwerp van klimaatverandering en klimaatbestendigheid. Vaak zijn de minst hittebestendige wijken ook die waar de armste



mensen wonen. Ook zijn mensen met chronische aandoeningen en overgewicht extra kwetsbaar voor de gevolgen van hitte. Mensen die in een groene omgeving wonen voelen zich echter gezonder en hebben minder last hebben van depressieve gevoelens. Mensen die na een operatie in het ziekenhuis op een groene omgeving uit kijken herstellen sneller. Schiermonnikoog is al erg groen, we willen dit zo houden. Dit is nodig om hittestress te voorkomen.

Het versterken van (de verbinding met) de sociale basis

Doelen



Ontleend aan GALA hfdst 3c en SPUK blz 136:

1. Verbeteren van de mogelijkheden voor inwoners om elkaar (laagdrempelig) te ontmoeten, zich te ontplooiën, te ontspannen en elkaar te helpen. Specifieke aandacht nodig voor ouderen.
2. Verbeteren van mogelijkheden voor laagdrempelige ondersteuningsvormen (zoals zelfregie- of zelfhulpgroepen) en voorzieningen in de sociale basis (zonder indicatie).

Link met positieve gezondheid en preventie

Binnen positieve gezondheid staat de (verander)wens van de inwoner centraal staat. Positieve gezondheid kan een uitkomst zijn van een sterke sociale basis die zingeving genereert, zelf- en samenredzaamheid bevordert en leidt tot ontmoeting.

Verkleinen gezondheidsverschillen

Een versterkte sociale basis kan eenzaamheid verminderen. Een versterkte sociale basis draagt bij aan het welzijn, de capaciteiten en het individueel potentieel van mensen.

Het bevorderen van een gezonde leefstijl

Doelen



1. Schiermonnikoog scoort in gezondheidscijfers niet lager dan het Friese gemiddelde, onder alle leeftijdsgroepen.
2. Er is sprake van een bewegings- en activiteitenaanbod dat voorziet in de vraag en behoefte van de inwoners.
3. Het stimuleren van een gezonde maatschappij wordt één van de prioriteiten van het gezondheidsbeleid.
4. Gezond eten en voldoende beweging wordt de norm, we gebruiken hiervoor elementen uit de JOGG-aanpak die passend zijn voor de lokale context.

Link met positieve gezondheid en preventie

Positieve gezondheid gaat uit van de wens en behoefte van de inwoner. Omgevingsfactoren zijn van invloed op de keuzes die men maakt. Door de omgevingsfactoren te beïnvloeden wordt men in staat gesteld gezondere keuzes te maken. Dit vergroot op termijn de gezondheid en het welbevinden.

Verkleinen gezondheidsverschillen

Een gezonde leefstijl is duurder dan een ongezonde leefstijl. Mensen met een lager inkomen zijn minder snel geneigd gezonde keuzes te maken. We willen daarom inzetten op gezonder aanbod, een gezondere leefomgeving en tegelijkertijd het ondersteunen van inwoners met lagere inkomens en lage gezondheidsvaardigheden. Dit doen we door tegemoetkomingen en toeslagen, maar ook door nood en hulpfondsen als het jeugdfonds en volwassenenfonds sport en cultuur en ondersteuning door de bibliotheek.

Versterken van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid

Doelen



Gemeenten integreren mentale gezondheid in hun bredere aanpak gezondheid/preventie, waardoor:

1. het voor alle inwoners van Nederland gebruikelijker is om te praten over hun mentale gezondheid. Onder meer door cultuur;
2. alle inwoners van Nederland beter weten waar ze binnen hun gemeenten laagdrempelige ondersteuning kunnen vinden;
3. alle inwoners van Nederland weten welke handvatten er zijn om met hun mentale gezondheid aan de slag te gaan.

Link met positieve gezondheid en preventie

Positieve gezondheid draait om de persoonlijke gezondheidsbeleving. Meerdere dimensies van positieve gezondheid gaan over de mentale- en sociale gezondheid. 'Mentaal welbevinden', 'zingeving' en 'meedoen' zijn hierin belangrijke onderdelen.

Verkleinen gezondheidsverschillen

Chronische stress en een verslechterde mentale gezondheid komen vaker voor onder mensen die in armoede leven, werkloos zijn of in een slechte woonsituatie zitten. Er kan een vicieuze cirkel ontstaan waarin mentale klachten leiden tot fysieke gezondheidsklachten. Het is in van belang om oog te hebben voor het doorbreken van deze vicieuze cirkel.

Vitaal ouder worden

Doelen



1. Versterkte uitvoeringspraktijk van artikel 5a van de Wet Publieke Gezondheid, wat bijdraagt aan het preventiebeleid rond het verminderen van kwetsbaarheid bij ouderen.
2. Ondervoeding bij ouderen wordt vroegtijdiger gesignaleerd door zorgprofessionals en professionals in het sociaal domein.
3. Er is aandacht voor de specifieke behoeften van ouderen rond bewegen en dit wordt ondersteund met een passend beweegaanbod.

Link met positieve gezondheid en preventie

Vitaal ouder worden is sterk verbonden met positieve gezondheid. Door je goed te voelen in je eigen lichaam, leefomgeving en sociale omgeving leef je positief gezonder. Door te werken vanuit positieve gezondheid leg je nadruk op de vitaliteit, in plaats van het oude beeld van 'aftakeling'.

Verkleinen gezondheidsverschillen

De grootste uitdaging voor de implementatie van interventies ligt in het bereiken van de juiste doelgroep. Ouderen in een lagere sociaaleconomische positie kunnen het aanbod vaak slecht vinden. Daarnaast kan het aanbod niet aansluiten bij de behoefte. Het is belangrijk om tijdens de ontwikkeling van aanbod in gesprek te gaan met de doelgroep om zo goed mogelijk aan te sluiten.

3. Ketenaanpakken

In dit hoofdstuk is specifiek aandacht voor de ketenaanpakken. Met de acties en programma's gerelateerd aan de pijlers van het GALA wordt een voorzet gegeven op de integrale ketenaanpakken die per 2024 geïmplementeerd moeten worden. Het gaat hier om de volgende vijf aanpakken:

1. Kansrijke Start
2. Valpreventie bij ouderen
3. Aanpak overgewicht kinderen
4. Gecombineerde leefstijlinterventie bij overgewicht en obesitas bij volwassenen
5. Welzijn op recept

1. Kansrijke Start

Met het programma Kansrijke Start, richten we ons op de eerste 1000 levensdagen van het kind. De middelen vanuit het GALA geven de mogelijkheid om Kansrijke Start in de gemeente nog verder uit te werken en in te bedden in de sociale basis. Dit gebeurt vanuit een vijftal uitgangspunten:

1. Het implementeren, verbeteren en borgen van de reeds ingezette activiteiten.
2. Het wegnemen van financiële drempels tijdens en vlak na de zwangerschap.
3. Het werken vanuit nabijheid en beschikbaarheid.
4. Het versterken van het informele netwerk.
5. Een faciliterende en aanjagende rol van de gemeente.

Samenwerking met de buurtsportcoaches, de GGD, huisartsen en onderwijs zijn nodig om impact te kunnen maken. Zonder deze partijen zal het niet mogelijk zijn het eerste doel van het GALA te behalen. Samenwerking speelt dan ook een belangrijke rol.

Kansrijke start wordt op Schiermonnikoog, vanwege de lage aantallen aan alle zwangeren aangeboden via de GGD. Het is niet bekend hoeveel zwangeren er in de afgelopen jaren van het aanbod van prenataal huisbezoek gebruik gemaakt hebben. Dit gaan we in kaart brengen. Zwangeren hebben niet de keuze om te bevallen op Schiermonnikoog. Enige tijd voor de bevalling moeten zij naar de vaste wal. In samenwerking met o.a. de GGD en de huisarts willen we onderzoeken of en hoe we de geboortezorg op Schiermonnikoog kunnen verbeteren aan de hand van bovenstaande uitgangspunten.

2. Valpreventie bij ouderen

Door te voorkomen dat ouderen vallen, behouden zij langer hun zelfstandigheid en voorkom je intensieve zorg. Zo blijven ouderen vitaal en kunnen ze blijven genieten van dingen die belangrijk voor hen zijn. De ketenaanpak valpreventie bij ouderen richt zich op 65 plussers en bestaat uit de volgende stappen:

1. Opsporen

De ouderenwerker, WMO-consulent en de fysiotherapeut staan in nauw contact met de ouderen. Middels het stroomschema gebaseerd op de wereldrichtlijn valpreventie maken zij een inschatting of een oudere een verhoogd valrisico heeft.

2. Screenen

De valanalyse kan uitgevoerd worden door verpleegkundigen, de huisarts of de fysiotherapeut. De NZA is in overleg over de precieze bekostigingswijze. Zorgverzekeraars maken hierover afspraken met de betrokken zorgverleners.

3. Interventies

De interventies zijn gericht op het verminderen van de risicofactoren voor vallen. Deze interventies kunnen door de fysiotherapeut en de buurtsportcoördinator uitgevoerd worden.

4. Structureel aanbod

Door de fysiotherapeut wordt beweegaanbod voor ouderen georganiseerd. Ook de buurtsportcoördinator kan hier een rol in spelen.

5. Borgen

Binnen de werkgroep gezonde leefstijl zitten de stakeholders van de ketenaanpak valpreventie aan tafel. Hier wordt jaarlijks de ketenaanpak valpreventie geëvalueerd en waar nodig bijgesteld.

3. Aanpak overgewicht kinderen

Voor een goed werkende ketenaanpak dient minimaal in het sociaal domein beschikbaar te zijn:

1. Schuldhulpverlening
2. Opvoedondersteuning
3. Sport- en beweegaanbod
4. Activiteiten op het gebied van gezonde voeding
5. Activiteiten op sociaal-emotionele ontwikkeling

Vanuit de gedachte van het IJslands Model (opgroeien in een kansrijke omgeving/OKO) willen we sport en beweegactiviteiten nog laagdrempeliger toegankelijk maken. We stimuleren gezond aanbod op de sportverenigingen en in het zwembad. In samenwerking met het onderwijs willen we gezonde voeding onder de aandacht brengen. We onderzoeken de mogelijkheden van een gecombineerde sportpas die toegang biedt tot verschillende sportverenigingen. De activiteiten vanuit JOGG worden geïntegreerd in bijvoorbeeld het op te stellen seizoensprogramma. Ook blijft Schiermonnikoog aangesloten bij het jeugdfonds en het volwassenenfonds sport & cultuur. Vanuit de GGD is pedagogische ondersteuning beschikbaar. JGZ is ondergebracht bij de GGD. In deze ketenaanpak willen we de connectie tussen de (school)maatschappelijk werker en de GGD versterken. Via de nieuwsbrief wordt dit onder de aandacht gebracht. Schuldhulpverlening is laagdrempelig ingericht in samenwerking met onze buurgemeente Noard East-Fryslân en de maatschappelijk werkster.

Vaak staan onderliggende problemen een gezonde leefstijl in de weg. Er wordt door de ketenpartners aandacht besteed aan psychische en psychosociale factoren of problemen in het gezin die een rol kunnen spelen.

Belangrijke ketenpartners zijn de buurtsportcoördinator, de jongerenwerkers, de GGD, de JOGG organisatie, team zorg en welzijn, de onderwijsinstellingen en de sportverenigingen. Deze partijen zijn in verschillende organen vertegenwoordigd. De sportraad en de Werkgroep Gezonde Leefstijl worden de platformen waarin overgewicht bij kinderen een bespreekpunt zal worden. We kiezen ervoor om geen nieuwe overlegorganen op te richten. Per onderwerp zullen we de bijpassende partners uitnodigen.

4. Gecombineerde leefstijlinterventie bij overgewicht en obesitas bij volwassenen

De gecombineerde leefstijlinterventie (GLI) helpt mensen met overgewicht meer te bewegen en gezond te eten. Mensen die in aanmerking komen, krijgen dit vergoed van hun zorgverzekeraar. De gecombineerde leefstijlinterventie moet zorgen voor een gezonde verandering in gedrag op lange termijn. De gecombineerde leefstijlinterventie duurt twee jaar en bestaat uit een herstel en onderhoudsfase. Doorverwijzing gebeurt door de huisarts. Op dit moment kan de GLI niet op Schiermonnikoog aangeboden worden. We onderzoeken de mogelijkheden dit wel aan te kunnen bieden. Dit zal enorm helpen in onze strijd tegen obesitas.

5. Welzijn op recept

Welzijn op Recept is een alternatief voor mensen met psychosociale klachten. In plaats van een medisch recept voor te schrijven, verwijst de huisarts deze patiënten door naar een welzijnscoach. De welzijnscoach gaat samen met de cliënt op zoek naar wensen, behoeften en mogelijkheden. Omdat ieder individu anders is en andere wensen en behoeften heeft, is hier altijd sprake van maatwerk.

Het doel van Welzijn op Recept is het verhogen van het welbevinden van mensen met psychosociale problematiek die hiervoor bij de huisartsenpraktijk komen en hiervoor geen medische of psychologische behandeling nodig hebben. Huisartsen verwijzen de 'patiënt' naar de welzijnscoach. De welzijnscoach gaat in een serie oplossingsgerichte ondersteuningsgesprekken en samen met de 'cliënt' na hoe deze haar of zijn situatie kan verbeteren en weer positieve emoties kan ervaren. Cliënten krijgen inzicht in wat er speelt,

worden gemotiveerd om actie te ondernemen, ondersteund om te achterhalen hoe dit aan te pakken en bij het zetten van daadwerkelijke stappen. Bijvoorbeeld richting een activiteit.

Op dit moment is er geen officiële welzijnscoach op het eiland. Verschillende organisaties waar we al mee samen werken zijn bezig hun personeel bij te scholen om ook de rol van welzijnscoach te kunnen vervullen. In de uitvoering wegen we de verschillende opties. Een deel van de werkzaamheden die een welzijnscoach zou uitvoeren wordt immers al op verschillende manieren vervuld door de hulpverleners op het eiland, zonder de functietitel van welzijnscoach.

4. Domein overstijgende inzet vanuit regionale preventie structuur



5.1 Regionale samenwerking

In Friesland is in 2020 De Friese Preventieaanpak ingericht als een netwerkstructuur om samen te werken aan preventie. Al snel is een subsidie uit de Regeling Preventiecoalities van VWS verworven op basis waarvan de FPA verder kon worden opgebouwd. De FPA is de grootste samenwerking op het gebied van preventie in Friesland en vormt daarmee de basis voor de preventie-infrastructuur zoals bedoeld in GALA en IZA. Bestaande preventieprogramma's waar we als Friese gemeenten al op samenwerkten (bv. Nuchter op gewicht, Rookvrije generatie, Nuchtere Fries, Kansrijke start) zijn ondergebracht in coalities en leernetwerken van de FPA. De FPA is de vorm van een preventie-structuur waar we als gezamenlijke gemeenten met partners in Friesland samen voor hebben gekozen. Kenmerkend zijn de brede inzet op preventie met aandacht voor achterliggende factoren, de programmalijnen weten, delen en doen en de aandacht voor de levensloop en levensfasen.

5.2 Versterking kennis- en adviesfunctie GGD

Voor de middelen die wij ontvangen voor de 'versterking van de kennis- en adviesfunctie van de GGD' stellen we i.s.m. met de andere Friese gemeenten een opdrachtbeschrijving aan de GGD op waarvoor deze middelen voor 2024 en 2025 op in te zetten. GGD Fryslân bereidt een voorstel hiertoe voor op basis van een analyse van de plannen van aanpak van de Friese gemeenten en de handreiking die GGD GHOR Nederland en de VNG hiervoor voorbereiden. Betreffende het budget voor 2023 is besloten dat de GGD 80% van het budget inzet voor kennis over Vitaal ouder worden/Fitaal Wiis. De reden is dat de formatie vanuit de GGD momenteel onvoldoende is om opvolging te geven aan de eerder door de Bestuurscommissie vastgestelde visie 'Vitaliteit in de derde levensfase' terwijl de opgave er juist in het jaar van planvorming voor GALA er wél is. Met de extra inzet in 2023 kan de GGD een voorstel schrijven voor structurele borging van Fitaal Wiis in Fryslân.

5.3 Coördinatie regionale aanpak preventie

Het gaat hier om middelen die de gemeenten uit de SPUK ontvangen om deel te kunnen nemen aan de regionale preventiestructuur. De focus moet worden bepaald in overleg met de zorgverzekeraar en de GGD. Voor 2024 en 2025 volgt dit najaar een voorstel hiervoor. Er is een sterke samenhang met de IZA-regeling ('SPUK IZA'), die op dit moment nog niet is gepubliceerd en de doorontwikkeling van de preventieinfrastructuur.

5. Lokale borging

A. Lokale Samenwerking per thema

Vanwege de geografische situatie en het inwoneraantal van de gemeente Schiermonnikoog is er sprake van korte lijnen en goede samenwerking tussen tal van partijen op het eiland. Ook

op regionaal niveau wordt er samengewerkt op thema's waar de beleidsdoelstellingen zich op richten. Er wordt kort beschreven welke partners bij welk thema betrokken zijn.

Terugdringen gezondheidsachterstanden

Op het gebied van signalering en doorverwijzing zijn de belangrijkste partners de huisarts, GGD en het gebiedsteam (hierin zijn o.a. Z&W, maatschappelijk werk, VNN en jongerenwerk vertegenwoordigd).



Bij het aanpakken van gezondheidsachterstanden zijn de belangrijkste partners Sport Fryslân, buurtsportcoach, buurtsportcoördinator, de sportraad & verenigingen, scholen, en fysiotherapeut.

De rol van de Gezonde Leefstijl werkgroep wordt uitgebreid. Veel acties, plannen en interventies in dit plan van aanpak hebben een relatie met de werkgroep Gezonde Leefstijl. Eind 2023 beginnen we onder begeleiding van Trimbos met de ontwikkeling van een aanpak middelengebruik. In de werkgroep Gezonde Leefstijl zijn de horeca, politie, gemeente, scholen, en het gebiedsteam vertegenwoordigd.

Een gezonde fysieke leefomgeving die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten



Er is veel natuur op Schiermonnikoog die uitnodigt om te bewegen. Gemeente, Natuurmonumenten en het Wetterskip Fryslân zorgen voor een uitgebreid netwerk van fiets- en wandelpaden. Het strand biedt jaarrond ruimte om rond te dolen en mee te doen aan strandactiviteiten. Op het eiland zijn veel formele en informele plekken om anderen te ontmoeten.

Het versterken van (de verbinding met) de sociale basis

Team zorg en welzijn organiseert koffieochtenden en andere activiteiten in het Koningshuis. Zij spelen een belangrijke rol in het bereiken van (met name) oudere inwoners. Andere partners zijn de buurtsportcoaches, VNN, maatschappelijk werk, thuiszorg het Friese Land en de bibliotheek. De bibliotheek organiseert tal van activiteiten gerelateerd aan de sociale basis. Denk hierbij aan als de functie van ontmoetingsruimte, het brei- en haakcafé, het faciliteren van leeskringen en diverse cursussen en ondersteuning op het gebied van digitalisering en taal.



Bevorderen van een gezonde leefstijl

Voor het bewerkstelligen en stimuleren van een gezonde leefstijl werken we samen met Sport Fryslân, de sportraad, de werkgroep Gezonde Leefstijl, Trimbos, de huisarts en de GGD.



Versterking van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid

Op dit onderdeel wordt samengewerkt met o.a. het onderwijs, de GGD, VNN, maatschappelijk werk, Koningshuis, ouderenwerk, mantelzorgsteunpunt, jongerenwerk, en de praktijkondersteuner huisarts.



Vitaal ouder worden

Partners in het stimuleren van vitaal ouder worden zijn de fysiotherapeut, doortrappen, ouderenwerk en de buurtsportcoaches.



B. Monitoring en bijsturing

De coördinator sport en preventie (buurtsportcoördinator), de beleidsmedewerker sociaal domein, cultuur en sport en de coördinator zorg en welzijn zijn verantwoordelijk voor het monitoren van de voortgang van dit plan van aanpak. Zowel de beleidskant als de uitvoerende

kant zijn daarmee vertegenwoordigd. Deze samenstelling bevordert de samenhang tussen de verschillende onderdelen.

Elk halfjaar evalueren de coördinatoren de voortgang, en elk jaar wordt in de sportraad, in de werkgroep gezonde leefstijl en in het gebiedsteam met de stakeholders geëvalueerd en waar nodig bijgestuurd. We kiezen er bewust voor dit in bestaande overleggen te doen, omdat vrijwel alle stakeholders hierin reeds vertegenwoordigd zijn. Er zit overlap tussen de stakeholders in de verschillende gremia, dit komt de synergie tussen de onderdelen ten goede.

Bij het monitoren en evalueren maken we gebruik van beschikbare data en cijfers. Dit doen we onder andere door gebruik te maken van landelijke monitorinstrumenten en data, waaronder [waarstaatjegemeente.nl](https://www.waarstaatjegemeente.nl) en de GGD-monitor. Voor de Waddeneilanden, en Schiermonnikoog in het bijzonder is het vanwege het lage inwoneraantal vaak lastig objectieve gegevens te verkrijgen. Daarom nemen we signalen van de verschillende samenwerkingspartners mee in de evaluatie. Jaarlijks wordt ook de gemeenteraad op de hoogte gesteld van de ontwikkelingen.

Voor de onderdelen gerelateerd aan sport en bewegen hebben we regelmatig overleg met Sport Fryslân. Sport Fryslân stuurt de buurtsportcoach en de buurtsportcoördinator in onze gemeente aan, en is ook bij andere gemeenten betrokken bij het uitvoeren van sportbeleid en het monitoren van de effecten daarvan.

De doelen per pijler leiden tot verschillende acties en interventies. Een deel van de te ondernemen acties zijn bekend, hiermee starten we in 2023. Met andere onderdelen beginnen we in 2024. We halen met regelmaat input op bij inwoners en stakeholders. Niet alle acties vanaf 2024 zijn al bekend. Tijdens de jaarlijkse evaluatie wordt ook de tijdlijn herzien en worden nieuwe activiteiten toegevoegd.

C. Financiën

De originele beschikking voor de Waddeneilanden voor de brede SPUK bij het GALA akkoord was niet genoeg om voor alle ambities en thema's programma's te ontwikkelen en acties te ondernemen. Na overleg met de VNG en het ministerie van VWS is ons een verhoogde bijdrage in het vooruitzicht gesteld die meer recht doet aan de omvang van de uitdagingen.

De activiteiten, onderzoeken, programma's en plannen in dit plan van aanpak worden voor een deel gefinancierd uit de brede SPUK die hoort bij het GALA-akkoord. Een deel komt uit de reguliere sociaal domein en sportbegroting. Per 2024 wordt geïnvesteerd in opwaardering van de uren van de jongerenwerkers, de buurtsportcoördinator en het team zorg & welzijn. Per 2023 zijn in de begroting middelen beschikbaar gesteld voor het ontwikkelen van een aanpak alcohol- en middelengebruik en preventiebeleid in brede zin. Dit plan van aanpak is daar een onderdeel van.

6. Literatuurlijst

Dit plan van aanpak bouwt voort op en put uit de volgende (beleids)documenten en onderzoeken:

- Coalitieakkoord Schiermonnikoog 2022-2026 (Omsjain nooi ineeuwr en feurút!)
- Collegeuitvoeringsprogramma Schiermonnikoog 2022-2026 (Met elkaar vooruit!)
- Notitie financieel kader Schiermonnikoog 2024-2027
- Friese Preventieaanpak 2020
- Gezondheidsbeleid Friese Waddeneilanden 2022 -2026
- Trimbos scanner alcohol – en middelengebruik op Schiermonnikoog 2022
- Mantelzorgagenda 2023 – 2026

- Gezond en Actief Leven Akkoord
- Integraal Zorgakkoord
- Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen GGD 2022
- Preventie en handhavingsplan Schiermonnikoog 2022 - 2025

Bijlagen

- a. Activiteitenoverzicht en planning
- b. Koppeling activiteiten en doelen (matrix)
- c. Gemeentelijk profiel Waddeneilanden – GGD 2023

