Preventieakkoord
Overbetuwe



Actieplan
Samen maken we gezond gewoon!

2022-2023

OVERZICHT

Pijler 1: Rookvrije leefomgeving

Plannen

1.1 Gemeente Overbetuwe voor een Rookvrije Generatie
1.2 Aansluiten bij landelijke campagnes over stoppen met roken
1.3 Proef met ervarings-deskundigen en rolmodellen voor jongeren

Afspraken

1.4 Afspraken met zorg-professionals

Pijler 2: Verantwoord alcohol- en drugsgebruik

Plannen

2.1 Optimalisatie voorlichting jeugd
2.2 Aansluiten bij landelijke alcoholcampagnes

Afspraken

2.3 Alcoholgebruik door zwangeren
2.4 Betere voorlichting voor ouders (‘Mijn puber en ik’):
2.5 Alcoholvrije reclames op sportvelden
2.6 Procesmatig: betere afstemming binnen het JGO (Jeugd Groepen Overleg)

Ambities

2.7 Verantwoorde alcohol-verstrekking supermarkten en horeca
2.8 Verantwoorde alcohol-verstrekking algemeen
2.9 Terugdringen drugsgebruik jongeren

Pijler 3: Gezond gewicht

Plannen

3.1 Optimalisatie Gecombineerde Leefstijl Interventie-aanpak
3.2 Verbetering programma GO! Gezond Onderweg
3.3 Sport voor statushouders

Ambities

3.4 Verbetering vitaliteit thuiswonende ouderen
3.5 Gezonde keuze in de horeca
3.6 Gezonde voeding algemeen

Pijler 4: Integrale aanpak

Plannen

4.1 Gezonde sportomgeving
4.2 Ouderen gezond en fit
4.3 Betere signalering en doorverwijzing
4.4 Versterking promotie valpreventie activiteiten
4.5 Mentale gezondheid jeugd en jongeren
4.6 Aandacht voor leefstijlthema’s in project GeldKompas

Afspraken

4.7 Gezonde School en Gezonde Kinderopvang
4.8 Samenspel doet ons overwinnen
4.9 Versterking Gezonde Werkvloer vanuit JOGG-aanpak
4.10 Optimalisatie Meedoen-regeling
4.11 Beweeg jezelf financieel gezon

Ambities

4.12 Laaggeletterdheid en gezonde leefstijl

Pijler 5: Mentale weerbaarheid

Plannen

5.1 Kennis en inzicht in mentale weerbaarheid vergroten
5.2 Aanbod groeps- en individuele cursussen vergroten
5.3 Voorlichting onlinecursussen jeugd en jongvolwassen
5.4 Voorlichting en informatie op scholen
5.5 Stimuleren beweging van kinderen 4-6 jaar
5.6 Ervaringsdeskundigen
5.7 Suïcide preventie

Afspraken

- 10 september is wereld Suïcide preventie dag
- Week tegen de eenzaamheid
- Landelijke Sportweek in september

Ambities

5.8 Interventie stress van jongeren op en over werk
5.9 interventie voor 65+ inzetten

VOORWOORD

Samen maken we gezond gewoon in Overbetuwe

Ieder mens wil graag gezond zijn! Daarom werken we in Overbetuwe aan een plek waar gezond gewoon is. Met alle verleidingen van nu is dat een best een uitdaging. Het is belangrijk om gezondheidsproblemen te voorkomen. Daarom is er dit Preventieakkoord wat u kunt zien als een actieplan om gezond gewoon te maken in Overbetuwe.

Gezondheid niet vanzelfsprekend

Door goede maatregelen vooraf, groeien onze jongeren gezond en gelukkig op en vergroten we de kans op gezonde ouderdom. Helaas staat dit steeds meer onder druk. De afgelopen coronajaren droegen bijvoorbeeld bij aan toenemende mentale zorgen bij jongeren. Daarvoor nemen we acties op in dit akkoord. Net zoals we dat doen voor het terugdringen van roken, te veel alcoholgebruik en overgewicht.

Problemen voorkomen

Ik ben trots op alle activiteiten die we doen in Overbetuwe om gezondheidsproblemen te voorkomen. Denk bijvoorbeeld aan programma's als Gezonde school, Gezonde werkvloer, Kansrijke Start, JOGG en Valpreventie. Voeding en beweging zijn er belangrijk voor een gezond Overbetuwe. We zien ook dat zaken in de omgeving of geldzorgen de mentale en lichamelijke gezondheid beïnvloeden. Dit willen we het liefst voorkomen en daarop zetten we dan ook vol in.

We doen het samen

Gezondheidsproblemen voorkomen kunnen we niet alleen. Dit doen we met zoveel mogelijk maatschappelijke partijen. Ik ben hen erg dankbaar voor hun inzet. Ons doel is om zoveel mogelijk partijen te betrekken bij dit actieplan. Zo maken we samen gezond gewoon voor jong en oud!

Chantal Teunissen
Wethouder Overbetuwe





INLEIDING

Missie en doel

Samen met inwoners, organisaties, scholen en ondernemers werken aan een gezonde leefomgeving. Dat is waar het Overbetuwe Preventieakkoord om draait. Een omgeving waarin iedereen gezonde keuzes kan maken en voldoende beweging krijgt, maar ook op een gezonde manier kan omgaan met bijvoorbeeld stress of eenzaamheid. Zodat we kunnen genieten van een fitter, energieker en gezonder leven.

Met dat doel is dit Preventieakkoord Overbetuwe samengesteld. “Gezond Overbetuwe doen we samen!” is van iedereen en bestaat uit plannen, ambities en afspraken die organisaties in zorg, welzijn, onderwijs en sport, private partijen, gemeente, vrijwilligers en inwoners met elkaar gemaakt hebben.

De plannen van het Preventieakkoord zijn een uitvoering van de Wet publieke gezondheid (Wpg) en stimuleert en sluiten aan bij de ambities en acties van de bestaande beleidskaders:

- Beleidsplan Sociaal Domein 2020-2025; een sterke sociale basis,
- Preventie- en handhavingsplan alcohol 2021-2024,
- Sportakkoord Overbetuwe,
- Sport en beweegnota 2021-2025.

In het beleidsplan Sociaal domein vinden we de theoretische grondslag in het model van de Positieve Gezondheid. Dit model richt zich niet op de ziekte of het probleem, maar op de mensen zelf; op hun veerkracht en op wat hun leven betekenisvol maakt.

Een sterke sociale basis, kwaliteit van leven van inwoners, voldoende mogelijkheden om talenten te ontwikkelen en een leefbare en inclusieve samenleving. Dát is de gezamenlijke ambitie. Het welzijn van inwoners is een verantwoordelijkheid van de gehele samenleving. Daar waar inwoners zelf of als collectief hun ondersteuning kunnen organiseren, wordt dit gefaciliteerd. Het gezamenlijk doel bij gezondheid is: inwoners van Overbetuwe voelen zich vitaal, iedereen telt en doet mee en ondersteuning is passend en nabij.



Wat gaan we doen?

Dit lokale Preventieakkoord vormt op onderdelen een doorvertaling van het landelijk Preventieakkoord, waarin grote landelijke organisaties afspraken met elkaar hebben gemaakt om de gezondheid van Nederlanders te bevorderen. Daarnaast gaat het juist ook om invulling van lokale wensen en behoeften.

"Gezond Overbetuwe doen we samen!" is opgebouwd uit drie hoofdpijlers:

- Een rookvrije leefomgeving
- Verantwoord alcohol- en drugsgebruik
- Gezond gewicht

Daarnaast richt een aantal plannen zich op een integrale aanpak van deze drie pijlers. Ook zijn er plannen gericht op factoren die een ongezonde leefstijlkeuze beïnvloeden, zoals stress, eenzaamheid en armoede.

Hoe gaan we dat doen?

Er is een vragenlijst uitgezet om input op te halen bij maatschappelijke organisaties uit diverse domeinen en bij inwoners zelf. Met de uitkomsten daarvan zijn diverse projectgroepen samengesteld om gewenste doelen te behalen passend bij onze beleidskaders. Over het algemeen kunnen we concluderen dat er veel energie is om gezondheid te bevorderen en er draagvlak is om bijbehorende acties op te pakken. De afgelopen maanden hebben verschillende projectgroepen plannen, ambities en afspraken gemaakt. De projectgroepen hebben geanalyseerd wat we al doen, wat we daarin missen en wat er extra aandacht nodig heeft van het Preventieakkoord. Voor de leesbaarheid vindt u de uitkomst van dit proces in dit Preventieakkoord van Overbetuwe.
De plannen, acties en ambities die zijn geformuleerd leveren elk op hun eigen manier een bijdrage aan een gezonde leefstijl. Soms zijn deze plannen al volledig uitgewerkt, soms gaat het om concrete afspraken tussen partijen, waarbij doelstellingen sneller en makkelijker behaald kunnen worden. In dit akkoord onderscheiden we:

- Plannen: volledig uitgewerkte plannen, inclusief activiteitenoverzicht, begroting en tijdslijn;
- Ambities: de probleemstelling en richting van het plan is geformuleerd. Het plan zelf wordt later verder uitgewerkt;
- Afspraken: concrete afspraken tussen bepaalde partijen die bijdragen aan de preventiedoelstellingen, maar geen uitgebreid plan nodig hebben.

Alle plannen (kunnen) starten in 2022 en kunnen doorlopen tot en met in ieder geval 2023. Alle betrokkenen werken samen om de activiteiten en gestelde doelen te realiseren.

Wat mag het kosten?

Vanuit het Rijk is een jaarlijks uitvoeringsbudget van € 30.000,- beschikbaar gesteld. Gemeente Overbetuwe versterkt enkele plannen die bijdragen aan het beleidsplan Sociaal Domein met eigen middelen. Daarnaast dragen partners vaak zelf bij in de vorm van een cofinanciering of in de vorm van uren. Elk plan kent een eigen begroting.

Contact

Voor meer informatie over het Preventieakkoord en/of een uitgebreide beschrijving per plan over inhoud, doel, doelgroep, activiteitenoverzicht, begroting en betrokken partners, neem contact op met preventieoverbetuwe@gmail.com.





Foto: Hein Arns

Inmiddels zijn sigaretten conform wetgeving verborgen voor het zicht van de klant.

Pijler 1: Rookvrije leefomgeving

Gemeente Overbetuwe wil rookvrij opgroeien vanzelfsprekend maken. Iedere week raken honderden kinderen in Nederland verslaafd aan roken. Ruim de helft van de rokers sterft aan de gevolgen ervan. Dat zijn elk jaar ongeveer 20.000 Nederlanders. Roken kan ziekten veroorzaken, zoals kanker, hart- en vaatziekten en luchtwegziekten. Ook van meeroken kunnen mensen ernstig ziek worden en er zelfs aan doodgaan.
Openbare ruimten, speeltuinen, parken en kinderboerderijen zijn plekken waar jongeren met roken geconfronteerd kunnen worden. Overbetuwe zet zich in om de jeugd op zo min mogelijk plekken te confronteren met roken, zodat de kans dat jongeren zelf op latere leeftijd gaan roken kleiner wordt.

Cijfers rookvrije leefomgeving

Het Nationaal Preventieakkoord richt zich op een gezonder Nederland in 2040. Met als ambitie een rookvrije generatie in 2040. Concreet betekent dit dat er in 2040 geen kind meer begint met roken. Van de volwassen rookt dan minder dan 5%.

Wat	Landelijke cijfers (2016)	Overbetuwe cijfers	Ambitie 2024	Ambitie 2040
Rokers volwassen	17%	17%**	15%	<5%
Rokers 3 VMBO	--	18%*	10%	0%
Rokers 4 Havo/VWO		5%*	7%	0%
Rokers zwanger	9%			0%

* = Jeugdmonitor GGD 2019 | ** = Volwassen monitor GGD 2020

"Als verloskundige is het motiveren tot en begeleiden met stoppen van roken een belangrijk onderdeel van mijn vak."

- Marieke Jurrius, verloskundige

Preventieakkoord
Overbetuwe

Pijler 1: Rookvrije leefomgeving

1.1 Rookvrije leefomgeving

Gemeente Overbetuwe zet zich, ondersteund door de GGD en in samenwerking met verschillende partners, in om te zorgen voor een rookvrije leefomgeving. Dat doen we op verschillende manieren:

- Rookvrije sportverenigingen en –accommodaties: Volgens de ambitie van het nationale Preventieakkoord zijn in 2025 (nagenoeg) alle sportverenigingen rookvrij. We gaan de acties die hier apart voor ontwikkeld zijn, versterken.
- Rookvrij gemeentehuis en gemeentelijke organisatie: Het gemeentehuis en de directe omgeving hiervan is sinds 2020 rookvrij. Vervolgacties zijn:
- Communicatie gericht op de interne organisatie en het personeel: bewustwording van voorbeeldfunctie, uitstraling/beeldvorming van roken buiten de rookvrije zone rondom het gemeentehuis.
- Acties gericht op inwoners van Overbetuwe (zoals bijv. Stoptober) brengen we ook onder de aandacht van het gemeentelijk personeel.
- Rookvrije speeltuinen, culturele centra/verenigingen;
- Inventariseren welke plekken al rookvrij zijn en welke nog niet. Hierbij kijken we welke hulp we kunnen bieden, zoals trainingen en/of informatiebijeenkomsten.
- Informeren, ondersteunen, handvatten en materialen bieden; benutten van de input/inzet vanuit de GGD.

1.2 Aansluiten bij landelijke campagnes PUUR Rookvrij en Stoptober

Met 'PUUR rookvrij' lanceert de Rijksoverheid een grote, landelijke campagne om te stoppen met roken. Naast deze landelijke campagne wordt ook jaarlijks Stoptober georganiseerd. Zoals gebleken uit onderzoek van Trimbos, hebben dit soort campagnes veel succes. Daarom doen we in Overbetuwe graag mee met deze campagnes. Daarbij vertalen we landelijke acties lokaal door, waarbij we ons specifiek richten op de jeugd. Ook is er vanuit de huisartsen in Overbetuwe aandacht voor stoppen met roken.

1.3 Proef met ervaringsdeskundigen en rolmodellen voor jongeren

Het jongerenwerk zet in op vroegtijdig tegengaan van roken en op langere termijn het voorkomen van beginnen met roken. Dit gebeurt door jongeren die al roken meer bewust te maken van de negatieve effecten en ze een alternatief te bieden. Het plan is om deze jongeren uit te nodigen voor interactieve en spelgerichte voorlichtings-/educatiebijeenkomsten in het jongerencentrum. Dit kan met inzet van ervaringsdeskundigen die praten over wat roken met je doet. Daar kunnen ze online ondersteuning bij gebruiken. Jongerenwerk verzorgt de monitoring en terugkoppeling.
Op basis van deze pilot ervaren we wat wel en niet werkt. Na optimalisatie kan het uitgerold worden naar meer jongerencentra en/of scholen.

1.4 Afspraken met zorgprofessionals

Verloskundigenpraktijk Buik, Baby, Borst, Ode Verloskundigen, De Geboortepartner en Kraamzorgorganisaties De Kraamvogel, Kraamzorg Zuid-Nederland, Kraamzorg Betuwe & Gelderse Vallei committeren zich aan het gebruik van de Toolkit Een Rookvrije Start.

Gemeente Overbetuwe sluit zich ook aan bij het regionaal integraal plan 'Stoppen met Roken' (met oa. Rijnstate, Onze Huisartsen en Menzis). Vanaf 2020 worden stoppen-met-rokenprogramma's vergoed vanuit de basisverzekering en vrijgesteld van het eigen risico, mits het programma via de huisarts loopt.
Acties:

- Alle varianten en mogelijkheden op het gebied van Stoppen met Roken bundelen op één website (naar voorbeeld van Nijmegen). Zowel individuele inwoners als professionals kunnen hier alle informatie op één digitale plek vinden.
- Deze website communiceren we via diverse kanalen naar inwoners, professionals, verenigingen, beheerders van sociale accommodaties, etc. Hiervoor zo mogelijk een brede aftrapbijeenkomst organiseren.





Pijler 2: Verantwoord alcohol- en drugsgebruik

Iedereen weet: (overmatig) alcoholgebruik is schadelijk voor de gezondheid. Voor de hersenontwikkeling van minderjarigen is alcoholgebruik zelfs zeer schadelijk. Overmatig alcoholgebruik heeft invloed op de hersenen, die tot het 25e levensjaar nog volop in ontwikkeling zijn. In de puberjaren zorgt alcoholgebruik voor aantasting van de prefrontale cortex, wat leer- en concentratieproblemen veroorzaakt. Alcohol heeft niet alleen schadelijke gevolgen voor de gezondheid van de persoon zelf. Voor zowel minderjaren als voor volwassenen zorgt problematisch alcoholgebruik voor negatieve gevolgen voor de omgeving. Denk hierbij aan minder productiviteit op het werk of op school, meer verkeersongevallen, ziekte en verslaving (en daarmee dus ook meer zorgkosten).

De plannen en afspraken die zijn opgenomen om deze doelen te bereiken, gaan over (1) het vergroten van bewustwording bij zowel de ouders als het kind, (2) het beter benutten van de rol van professionals en vrijwilligers, (3) het beter laten samenwerken van organisaties die hierin actief zijn en (4) het optimaliseren van verantwoorde alcoholverstrekking in bijvoorbeeld horeca, supermarkten en sportkantines. Overkoepelend zal worden onderzocht in hoeverre een adviesgroepje van jongeren kan worden ingericht die meedenken over de problematieken en meest effectieve oplossingen dan wel communicatie daarover.

Cijfers alcohol- en drugsgebruik

Sinds 2014 is het voor minderjarigen verboden om alcohol te kopen of dit bij zich te hebben in de openbare ruimte. Ook is het verboden om alcohol te verkopen aan minderjarigen, dit geldt voor alle mogelijke verkooppunten van alcohol.

Wat	Landelijke cijfers (2016)	Overbetuwe cijfers	Ambitie 2040
Overmatige drinker (18-65 jaar)	8,8%	6%**	5%
Zware drinker (18-65 jaar)	8,5%	9%**	5%
Recent alcohol gedronken 3 VMBO - 4 Havo/VWO	45%	36%*	25%
Recent alcohol gedronken	56%	41*	25%
Recent geblowd 3 VMBO	---	8%*	5%
Recent geblowd 4 Havo/VWO	---	8%*	5%

* = Jeugdmonitor GGD 2019 | ** = Volwassen monitor GGD 2020

Uit cijfers van de politie (aug 2021) zijn de drugsmisdrijven in Overbetuwe 0,95% en in Nederland 1,34%. Dit inzicht maakt dat we de focus leggen op de jeugd en drugsgebruik en niet op volwassen.

Pijler 2: Verantwoord alcohol- en drugsgebruik

2.1 Optimalisatie voorlichting jeugd

Gemeente Overbetuwe heeft samen met gemeente Lingewaard voor de periode van 2021-2024 een Preventie- en handhavingsplan Alcohol opgesteld. Samenwerking in preventie, handhaving en communicatie zijn van belang om de doelstellingen in het huidige plan te behalen.

Het doel van het Preventie- en handhavingsplan alcohol 2021-2024 is om zowel jong als oud bewust te maken van de schadelijke gevolgen van het gebruik van alcohol, vooral gebruik op jonge leeftijd, zodat jongeren geen alcohol gaan drinken voor hun 18e verjaardag. Handhaving ondersteunt deze bewustwording door gerichte controles.

Subdoelen:
1. Bewustwording creëren en kennis vergroten bij ouders/verzorgers van jongeren op het voorgezet onderwijs.
2. Inwoners bereiken met alcoholcampagnes.
3. Scholen kennen de juiste partners en geven, in samenwerking met hen, preventielessen aan hun leerlingen.
4. (Sport)verenigingen met een eigen kantine vertalen het alcoholbeleid naar de lokale situatie als het gaat om beleid/huisregels/acties en barvrijwilligers. Trainers, docenten en coaches hebben handvatten over hoe zij hier in de praktijk mee omgaan.

Gemeente Overbetuwe heeft op dit moment voldoende aandacht voor deze acties en doelen. Er is op dit moment geen extra inzet nodig om de huidige activiteiten uit te voeren. Het Preventieakkoord wordt benut om het belang ervan te benadrukken en extra aandacht aan deze acties te geven. Zo stimuleren we de betrokken partners om gemaakte afspraken snel in te richten.

2.2 Aansluiten bij landelijke alcoholcampagnes

Gemeente Overbetuwe heeft het initiatief genomen tot een communicatieplan voor preventie, met onder andere de ambitie om jaarlijks mee te doen aan diverse landelijke campagnes overalcoholmatiging. Deze campagnes worden vertaald naar de lokale situatie en herkenbaar gemaakt voor onze inwoners. Aan de hand van een jaarkalender worden elk jaar de meest relevante publiekscampagnes gekozen voor lokale promotie, in samenwerking met bijvoorbeeld scholen en sportverenigingen.

2.3 Alcoholgebruik door zwangeren

Verloskundigenpraktijk Buik, Baby, Borst, Ode Verloskundigen en De Geboortepartner committeren zich aan het gebruiken van de toolkit die de KNOV heeft ontwikkeld op het gebied van Zwangeren en Alcohol. Met onder andere een e-learning voor verloskundigen, die helpt bij het stellen van de juiste vragen en het open in gesprek gaan over dit onderwerp.

2.4 Voorlichting voor ouders via ‘Mijn puber en ik’

In Overbetuwe vinden speciale voorlichtingsavonden voor ouders plaats, waarbij eenacteursteam aan de hand van herkenbare scènes aan de keukentafel, (digitaal) in gesprek gaat met het publiek. Zowel verschillende opvoedstijlen en theorieën als algemene gesprekstechnieken komen aan bod. Ouders gaan naar huis met tips over hoe je op een gelijkwaardige, maar wel begeleidende manier, met je kind in gesprek gaat (waarbij er ook genoeg te lachen valt). De focus bij deze ouderavonden ligt op hoe te communiceren met je puber. Alcohol en drugs is één van de thema’s die worden besproken. Andere thema’s zijn: Game- en socialmedia(verslaving), Online Veiligheid en Dipje of Depressie. Ook mogelijk: lezingen over Loverboys, Eetstoornissen, Groepsdruk, Digipesten, Weerstand/gedrag.

De focus bij leerlinglessen wordt bepaald door de scholen. Scholen maken waar dat kan een koppeling met leerlinglessen in dezelfde week over soortgelijke thema’s. Afgesproken is dat de gemeente dit aanbod voor ouders en leerlingen proactief blijft promoten, in samenwerking met PO- en VO-scholen. Waar gewenst biedt de gemeente ook ondersteuning bij optimalisatie, koppeling of aanvulling, afgestemd op de actualiteit.



Pijler 2: Verantwoord alcohol- en drugsgebruik

2.5 Alcoholvrije reclame op sportlocaties

In het Nationaal Preventieakkoord is de ambitie opgenomen dat er in 2023 geen reclame meer is voor alcohol op sportparken. NOC*NSF heeft deze afspraak gemaakt met de koepel van de Nederlandse brouwers. Om dit te realiseren, attenderen Overbetuwe Beweegt en gemeente Overbetuwe de sportclubs en de gemeentelijke binnensport accommodaties op deze ambitie. Hierbij doen zij het nadrukkelijke verzoek om zelf aan de bel te trekken als dit nog niet bij hen is geregeld. Daarvoor maken we gebruik van bijvoorbeeld een nieuwsbrief, social media, clubbijeenkomsten en een buurtsportcoach die bij sportclubs op de accommodatie komt.

2.6 Procesmatig: betere afstemming binnen het JGO (Jeugd Groepen Overleg)

Op dit moment vindt er structureel overleg plaats tussen gemeente, jongerenwerkers, politie en boa's om op een effectieve en integrale wijze criminaliteit en overlast door groepen jongeren in Overbetuwe aan te pakken en terug te dringen (het Jeugd Groepen Overleg). Hierbij is er specifiek aandacht voor het versterken van de sociale positie van deze jongeren en hen perspectief te bieden, de negatieve groepsdynamiek te verstoren en aanwas te voorkomen. Ook worden in het JGO alternatieve locaties voor jongeren besproken waarvan men verwacht dat op deze alternatieve locaties minder overlast zal zijn worden voor de omgeving. Hiertoe is er regelmatig afstemming door de JGO-partners met andere collega's van gemeente Overbetuwe (bijvoorbeeld speelplekkenbeleid, sportbeleid, WMO en JOGG). Met de JGO-partners is afgesproken dat de aanpak van overmatig alcohol- en drugsgebruik onder deze jongeren nadrukkelijker op de agenda wordt gezet. Waar nodig worden middelen van het Preventieakkoord ingezet voor deze doelgroep. Daarnaast worden deze partners ook expliciet als partner betrokken in de plannen die vanuit het Preventieakkoord binnen dit thema worden ontwikkeld.

2.7 Verantwoorde alcoholverstrekking supermarkten en horeca

Een belangrijke factor in verantwoord alcoholgebruik onder jongeren is de mate waarin jongeren makkelijk aan alcohol kunnen komen. Het gaat daarbij vooral om verstrekkers zoals supermarkten, horeca en sport- en cultuurkantines. In Overbetuwe gaan ondernemers en besturen van clubs in gesprek over of en hoe verantwoorde alcoholverstrekking kan worden geoptimaliseerd. Zoals ondersteuning bij (en training van) kassa- en barpersoneel, het delen van tips & tricks en het écht nemen van de eigen verantwoordelijkheden op dit onderwerp. Op basis van de eerste bijeenkomst in november 2021, worden plannen voor 2022 en 2023 ontwikkeld.

2.8 Lange termijn: Verantwoorde alcoholverstrekking

Recent heeft gemeente Overbetuwe veel acties gedaan om de ambitie rondom verantwoord alcoholgebruik te realiseren. Het is de wens om dit soort acties uiteindelijk niet alleen inhoudelijk, maar ook procesmatig te optimaliseren, door ze te verbinden aan acties in andere domeinen. En om gemeente, supermarkten, horeca, sport- en cultuurclubs beter te laten samenwerken in het kader van deze gezamenlijke inzet. Met de gemeente is afgesproken dat deze ambitie in 2022 concreter wordt gemaakt, waarna bijbehorende acties in 2023 worden uitgerold.

2.9 Vermindering drugsgebruik jongeren

Met het gemeentelijk beleidsplan wordt ingezet op preventie van drugsgebruik en het beperken van (gezondheids)schade. Het preventieakkoord zal worden benut om afspraken met onderwijs t.a.v. preventielessen voor jongeren te versterken, zodat 80% van de leerlingen weten wat de schadelijke effecten zijn van alcohol en drugs op hun eigen gezondheid. Ook wordt ingezet op optimalisatie van vroegsignalering bij zowel ouders als professionals en op de juiste doorverwijzing.



Pijler 3: Gezond gewicht

Overgewicht is (wereldwijd) een groeiend probleem. Afgezien van het fysieke ongemak dat overgewicht met zich meebrengt, is overgewicht/obesitas medeveroorzaker van diverse ziekten, waaronder diabetes type II en diverse soorten kanker. Veel kinderen met overgewicht/obesitas hebben ook tijdens hun volwassenheid te maken met overgewicht/obesitas. Met een effectieve aanpak bij kinderen kan overgewicht/obesitas tijdens volwassenheid worden tegengegaan. Daarmee wordt de kans op ziektes verminderd.

Rekening houdend met het feit dat een gezonde leefstijl vroeg begint en sterk worden beïnvloed door gedrag van ouders, grootouders, kinderopvang en basisschool. De plannen, afspraken en ambities zijn een aanvulling op de plannen ter bevordering van dagelijkse beweging en structureel sporten uit het Sportakkoord.

Cijfers gezond gewicht

Overgewicht is (wereldwijd) een groeiend probleem. Ook in Nederland stijgt het aantal personen met (ernstig) overgewicht.

Wat	Landelijke cijfers (2016)	Overbetuwe cijfers	Ambitie 2040
Overgewicht 18-65 jaar (BMI>= 25)	49%	47%**	38%
Obesitas 18-65 jaar (BMI>= 30)	14%	12%**	9%
Jeugd met overgewicht	14%	13%*	9%
Jeugd met Obesitas	3%	---	2%

* = Jeugdmonitor GGD 2019 | ** = Volwassen monitor GGD 2020

Pijler 3: Gezond gewicht

3.1 Optimalisatie GLI-aanpak

De GLI –Gecombineerde Leefstijl Interventie- loopt inmiddels een aantal jaar in een aantal kernen, met vijf aangesloten professionals. In overleg met huisartsen wordt de GLI steeds sterker geprofileerd, zodat de doorverwijzing wordt verbeterd. Daarnaast gaan GLI-aanbieders beter samenwerken om het aanbod te verbreden, de informatieverstrekking naar doorverwijzers en potentiële deelnemers te verbeteren en om doorstroom naar structureel blijven sporten te vergroten.

3.2 Verbetering programma GO! Gezond Onderweg

GO! is een preventief en effectief programma dat bestaat uit een multidisciplinair en wijkgericht programma voor signalering en behandeling van kinderen van 0-18 jaar met overgewicht en obesitas. Momenteel wordt GO! aangeboden in Elst en in Herveld/Zetten en wordt gekeken naar uitbreiding hiervan. In het kader van preventie en samenwerking tussen de verschillende domeinen (0e,1e en 2e lijn) is deze uitbreiding nodig. Dat gebeurt door:

- Fase 1 - Promotiefilmpje: in korte video's leggen coaches aan kinderen, ouders en professionals uit wie ze zijn en wat ze doen. Dit enthousiasmeert en is laagdrempelig, met als doel: toename van aantal deelnemers.
- Fase 2 - Inventariseren: We halen binnen de huidige kernen en bestaande overleggen op wat er nodig is om de deelname van ouders en kinderen te vergroten. In potentiële nieuwe kernen: Go! onder de aandacht brengen en mogelijk enthousiasmeren voor deelname. Onderzoeken van mogelijke samenwerking van de coaches in de gemeente Overbetuwe.
- Fase 3 - Onderzoeken samenwerking: we onderzoeken of er (inhoudelijke) samenwerking en afstemming mogelijk is met gemeente Lingewaard.

3.3 Sportexpedities voor nieuwkomers

Nieuwe Nederlanders in Overbetuwe worstelen vaak of hebben te kampen met gezondheidsklachten, die zijn ontstaan door stress. Deze stress hangt samen met de leefomstandigheden en vaak traumatische ervaringen ontstaan door het vluchten vanuit een onveilige situatie, de onzekerheid hier in Nederland over het verblijf, weinig sociale contacten of een nieuw leven in een nieuwe maatschappij. Veel mensen uit de doelgroep zijn eenzaam, inactief of passief en vaak in de veronderstelling dat ze eerst de taal moeten kunnen, voordat ze deel kunnen nemen aan de nieuwe, samenleving. Sport geeft nieuwe energie en kan helpen om 'in actie' te komen, het verbetert fysieke en mentale gezondheid. Door te sporten bij een club vormt zich een nieuw netwerk. Vanuit passief afwachten tot actief in beweging komen en meedoen en daardoor ook de taal moeten gebruiken, wordt meedoen in de maatschappij makkelijker.

Om die reden wordt in 2022 een pilot gestart: 5 dagdelen per groep, met 8 deelnemers per groep. Doel: Laagdrempelig kennismaken met verschillende sporten en sportverenigingen in gezamenlijke sfeer, maar met persoonlijke begeleiding. En secundair; sportclubs bewust maken van het belang van hun gastvrijheid en sociale netwerk, dat de nieuwkomers kan ondersteunen. Bij een geslaagde pilot is het voornemen om in 2023 opnieuw voor 2 groepen sportexpedities te organiseren.

3.4 Verbetering vitaliteit thuiswonende ouderen

Het is de wens om ouderen die nog thuis wonen te ondersteunen in voldoende lichaamsbeweging. Met dat doel wordt geïnventariseerd welke bestaande laagdrempelige manieren het meest geschikt zijn voor de doelgroep in Overbetuwe. En wordt gekeken op welke wijze informatie hierover kan worden ingericht, door dit bijvoorbeeld te integreren in werkzaamheden van zowel ouderenwerkers als zorgprofessionals.



Pijler 3: Gezond gewicht

3.5 Gezonde keuze in de horeca

Om kinderen te helpen bij het maken van gezonde keuzes helpt het als de keus al gezond is. Met dat doel gaan horeca-ondernemers in Overbetuwe met elkaar in overleg, ondersteund door de KHN (Koninklijke Horeca Nederland). Door bijvoorbeeld kindermenu's gezonder te maken, duidelijker aan te geven welke keuzes gezond zijn, te belonen bij het maken van de gezonde keuze en meer aandacht te besteden aan hoe leuk en lekker gezond eten is. Ook basisschoolleerlingen denken hierover mee. In het najaar van 2021 wordt deze ambitie geconcretiseerd, op basis van wensen, behoeften en ideeën van de aangesloten ondernemers. Aansluitend zal worden onderzocht in hoeverre horeca ondernemers kunnen bijdragen aan een betaalbare gezonde daghap voor (eenzame) ouderen.

3.6 Gezonde voeding algemeen

Uit een vragenlijst onder professionals, vrijwilligers en inwoners kwam de behoefte naar voren om –naast concrete acties- in zijn algemeenheid meer aandacht te geven aan gezonde voeding. De betrokken organisaties geloven dat met de huidige plannen en acties deze beweging al in gang gezet wordt. Daarom is besloten om niet meteen een overkoepelende campagne te starten, maar naar aanleiding van de ingezette acties op een later moment te kijken wat er aanvullend nodig is. Dit wordt vanaf half 2022 inhoudelijk opgepakt.





Pijler 4: Integrale aanpak

In een aantal gevallen is een integrale aanpak nodig om een gezonde leefstijl te faciliteren. Bijvoorbeeld in omgevingen waar veel jeugd samenkomt, zoals op school of in vrije tijd, of bij onderwerpen die indirect van invloed zijn op het maken van gezonde leefstijlkeuzes.

Zo is bekend dat mensen die in armoede leven meer kans hebben op gezondheidsproblemen. Slechte voeding, overmatig alcohol- en drugsgebruik en roken komt meer voor binnen deze doelgroep. Daarom proberen we de cirkel van armoede te doorbreken. Door in te zetten op preventie van schulden (financiële educatie), het versterken van executieve functies, mentoring of monitoring van jongeren en stimuleren tot deelname aan maatschappelijke activiteiten, of een combinatie van deze instrumenten. Binnen het thema eenzaamheid wordt een groot aantal acties ingezet vanuit Één tegen Eenzaamheid, hiervoor zijn in dit akkoord geen aparte acties opgenomen.

Daarnaast geven we invulling aan het landelijke actieprogramma Kansrijke Start, om kinderen tot en met 3 jaar en hun ouders de beste begeleiding te geven die mogelijk is. Met extra aandacht en ondersteuning van kwetsbare gezinnen. Het bieden van een kansrijke start is alleen mogelijk door een tijdige signalering en de inzet van passende interventies binnen de gehele geboortezorgketen, van preconceptiezorg tot aan de jeugdgezondheidszorg en lokale teams, zoals wijk- of buurtteams.

De plannen, afspraken en ambities onder deze pijler dragen elk in eigen mate bij aan de gestelde doelen die onder pijler 1, 2 en 3 staan benoemd. Maar hebben –soms nog veel belangrijker- ook ‘een niet in cijfers uit te drukken’ invloed op de gezondheid van inwoners van Overbetuwe.

Pijler 4: Integrale aanpak

4.1 Gezonde sportomgeving

In de gemeente Overbetuwe gaat JOGG/Team:Fit in samenwerking met Overbetuwe Beweegt aan de slag om een gezonde sportomgeving te realiseren in de sport(accommodaties). Gericht op drie thema's: rookvrije sportaccommodatie, alcoholbeleid en gezonde sportkantine. Sportclubs worden geïnspireerd op simpele maar doeltreffende wijze aan de slag te gaan met één of meerdere thema's. Ze leren van elkaars tips & tricks en kunnen gebruik maken van enkele aanvullende ondersteuningsopties. Het gaat om informeren, inspireren, motiveren, kennis delen en begeleiden. Doel is om in 2022 met 3 clubs aan de slag te gaan met minimaal 1 van de 3 genoemde thema's en in 2023 met 3 extra clubs.

4.2 Ouderen gezond en fit

Ook voor ouderen is er op het gebied van gezondheid nog de nodige winst te behalen. Tijdens bestaande sociale activiteiten (van sterke bestaande netwerken) informeren we ouderen eens in de zoveel tijd over bepaalde gezondheidsaspecten. Zoals voldoende beweging, deelname aan valpreventie activiteiten, bespreken van overmatig alcoholgebruik en (gezamenlijk) stoppen met roken. Met een brede range aan te benutten sociale activiteiten, zoals biljartclub, koffie-drink ochtend, huiskameractiviteiten. Daarnaast worden geïnteresseerde ouderen ondersteund met een goede doorverwijzing naar partners voor extra hulp of naar activiteiten waar ze aan kunnen deelnemen. Algemeen doel is ouderen op een laagdrempelige manier deelnemers bewust te maken van het belang van een goede gezondheid, waar een goede gezondheid mee samenhangt en hoe je langer gezond kunt blijven.

4.3 Betere signalering en doorverwijzing

In onze gemeente komen veel partijen thuis bij inwoners. Deze professionals en vrijwilligers hebben de mogelijkheid om tijdig te signaleren of er hulp nodig is en om door te verwezen naar partijen die hulp kunnen bieden. Het gaat hierbij om signalen die betrekking hebben op leefstijlkeuzes of onderliggende problematiek, verbonden aan gezondheidsfactoren en/of het maken van gezonde keuzes. In alle gevallen is het van belang dat er voldoende kennis is bij de verschillende partijen en dat er een netwerk is waarin kan worden afgestemd en samengewerkt.
We inventariseren of de ondersteuning van deze partijen voldoende is, of alle partijen elkaar goed kennen en gaan na wat er nodig is om de signaleringsfunctie en het doorverwijzen te verbeteren. Met als uitgangspunt dat professionals en vrijwilligers die achter de voordeur komen niet zelf alle expertise hoeven te hebben, maar wel de verantwoordelijkheid nemen signalen te herkennen en naar een centraal punt door te verwijzen voor verdere ondersteuning op maat. In eerste instantie richten we ons op ondersteuning van professionals en vrijwilligers t.a.v. jeugd. In een vervolg kan dit worden uitgebreid naar ook volwassenen en ouderen.

4.4 Versterking aanbod en/of promotie valpreventie activiteiten

Valongevallen vormen een belangrijk en toenemend probleem onder ouderen. Een valongeval is de belangrijkste oorzaak van letsel bij ouderen. Iedere 4 minuten wordt er een 65-plusser op de Spoedeisende Hulp opgenomen omdat hij gevallen is. In de gemeente Overbetuwe wonen 9.325 65-plussers. Er zijn bewezen effectieve interventies die ingezet kunnen worden om het aantal valongevallen te verminderen. Toch bereiken we hiermee lang niet genoeg ouderen. De doelgroep is, zeker in deze tijd, moeilijk te bereiken. Daarom willen we de beweeginterventie 'In Balans' beter onder de aandacht te brengen in gemeente Overbetuwe. Het doel is om per jaar minimaal 50 deelnemers te krijgen voor de interventie. In Balans werkt door bewustwording van risicofactoren en verbetering van balans, mobiliteit, conditie en toename van zelfvertrouwen. Einddoel is het aantal valongevallen onder 65-plussers met 5% te verminderen.



Pijler 4: Integrale aanpak

4.5 Mentale gezondheid jongeren

Het jongerenwerk richt zich binnen mentale gezondheid voor jongeren op 3 aspecten:

- Eenzaamheid, somberheid en depressiviteit
- Sociale media; weerbaar worden in de sociale media
- Sociale ontwikkeling

Vermindering van mentale gezondheid is direct gelieerd aan de corona pandemie. Maar ook naast corona speelde dit thema al in Overbetuwe. Zeker de jongeren die al kwetsbaar waren voor de coronacrisis ervaren meer eenzaamheid. Het sociale netwerk is vaak weggevallen en het blijkt lastig is om dat weer te herstellen. Groepen zijn uit elkaar gevallen. Zo blijven deze eenzame gevoelens ook na de coronacrisis bestaan. Daarom gaat Jongerenwerk mentale weerbaarheid van jongeren versterken, zowel individueel als door groepsactiviteiten. Doel is om jaarlijks minimaal 4 individuele coachingstrajecten op te zetten en 5 groepstrajecten binnen 2 jaar tijd (groepsactiviteit kan ook een cyclus zijn). Een aantal methoden wordt daarvoor op dit moment onderzocht, zoals de Young-methodiek, Hackshield en Cyber24. Daarnaast wordt ingezet op het onderling verbeteren van contacten tussen de jongeren.

4.6 Minima - Aandacht voor leefstijlthema's in project GeldKompas

Geldkompas is een project waarbij kinderen (12 – 18 jaar) en hun gezinnen die opgroeien in armoede gebruik van kunnen maken. We gaan in gesprek met de jongeren en het gezin en brengen hun behoeften in kaart. Wat hebben zij nodig om uit de schulden te raken/blijven? We bieden ondersteuning op maat of verwijzen naar bestaand aanbod. Onze ambitie is om de armoedecirkel te doorbreken met een integraal aanbod (op maat) van allerlei partijen.

Omstreeks januari 2022 maken we de balans op en weten we welke behoeften er leven bij de jongeren en hun gezinnen. Daar kunnen we vervolgens activiteiten voor ontwikkelen. Enkele ideeën hiervoor zijn: Gezinscoaching op gebied van 'ontstressen', het versterken van executieve functies, versterken van de positie van de ouder en investeren in het sociale aspect en weerbaar maken van het gezin. Werving van vrijwilligers die training krijgen op gebied van schulden, omgang met jongeren en cultuursensitiviteit en het vergroten van sociaal vangnet, die vervolgens fungeren als 'mentor'. Ook wordt onderzocht in hoeverre de schuld van de jongere kan worden overgenomen. Deze jongere is dan verplicht om aantal jaar deel te nemen maatschappelijke activiteiten (JPF).

Na inventarisatie van deze behoeften zal een concreet actieplan worden geformuleerd. Het preventieakkoord wordt benut door gebruik te maken van het netwerk, de heersende energie en bijdrage in financiën.

4.7 Gezonde School en Gezonde Kinderopvang

In de gemeente Overbetuwe is de Gezonde School en Gezonde Kinderopvang aanpak gestart. Inmiddels heeft het OBC Elst 2 vignetten van de gezonde school, behaald op de thema's voeding en beweging. T.a.v. Gezonde Kinderopvang zijn 6 locaties getraind richting de gezonde kinderopvang. Beide aanpakken verlopen naar wens en krijgen voldoende aandacht de komende jaren. Het preventieakkoord wordt benut om onderwijs- en kinderopvangpartners te stimuleren gebruik te maken van de ondersteuningsmogelijkheden.

4.8 Samenspel doet ons overwinnen

Voor sportverenigingen is het belangrijk dat trainers en leiders van de jeugd- en jongerengroepen goed uitgerust zijn om opvallend gedrag tijdig te kunnen signaleren bij hun (jeugd)leden. Hierdoor kunnen problemen en escalaties voorkomen worden. Door professionele inzet worden trainers en leiders getraind om opvallend gedrag bij de jeugd/ jongeren te signaleren. Er worden Tips en tools aangereikt om zorgwekkende signalen te herkennen en aan te pakken door de inzet van een ketenaanpak. Oplossingen worden gezocht binnen de keten waarbij maatwerk centraal staat.

Met de organisatie van een pilot met deze methodiek in 2021 en 2022 laten Overbetuwe Beweegt en Forte Welzijn een interessante preventieve aanpak zien in samenwerking met sportverenigingen. Met Overbetuwe Beweegt, Forte Welzijn en gemeente Overbetuwe is afgesproken dat deze pilot in de gemeente Overbetuwe een vervolg krijgt waarbij de methode uitgerold wordt op meerdere sportverenigingen. Zodra dit vervolg concreet wordt kan het preventieakkoord worden benut ter aanvulling van benodigde financiële middelen in 2023.



Pijler 4: Integrale aanpak

4.9 Versterking Gezonde Werkvloer vanuit JOGG-aanpak

Met behulp van het preventieakkoord geven we De Gezonde Werkvloer, een bestaand JOGG-project in de gemeente, een boost. Het idee is om het WK Volleybal Dames (september 2022) daarbij als feestelijk startmoment aan te grijpen. In aanloop naar en tijdens het WK vinden diverse side events plaats waarbij sport en gezonde voeding centraal staan. We betrekken ook lokale ondernemers bij De Gezonde Werkvloer. Er is al een aantal JOGG partners betrokken, zoals XXL-press, Jumbo Maclean, OCO en de Rabobank. Ook hebben we een nauwe samenwerking met topsport Gelderland. Zij ondersteunen De Gezonde Werkvloer door webinars en de inzet van topsporters ter inspiratie.

4.10 Optimalisatie Meedoen-regeling

Gemeente Overbetuwe heeft een 'Meedoenregeling', bedoeld om inwoners met een inkomen tot 120% van het sociaalminimum via inkomensondersteuning de mogelijkheid te bieden om mee te doen aan het maatschappelijk leven. In de webwinkel van de Meedoenregeling zijn veel lokale producten en diensten, waaronder een groot en veelzijdig sportaanbod aan volwassenen en kinderen. De meeste ondertekenaars van het Sportakkoord zijn hierbij aangesloten.

Aan de optimalisatie van het gebruik van deze regeling wordt sinds de start ervan in 2020 gewerkt. In het tweede jaar van uitvoering wordt via commun icatie weer aandacht besteed aan potentiele deelnemers en verwijzers binnen de keten armoedebestrijding. Ook het preventieakkoord netwerk zal hiervoor worden benut.

4.11 'Beweeg jezelf financieel gezond'

Forte Geldzaken, dienst van Forte Welzijn, ondersteunt inwoners met financiële vragen en, soms grote, financiële problemen. In de pilot "beweeg jezelf financieel gezond" willen Forte Welzijn, Overbetuwe Beweegt en Santé Partners 10 inwoners uitdagen om actief met hun financiële problemen aan de slag te gaan. Deze inwoners zijn bekend in de keten schuldhulpverlening en tussen 35-60 jaar.
De pilot -een traject van 6 maanden- heeft meerdere doelen: het vergroten van het zelfvertrouwen, inzicht krijgen in de eigen financiële situatie, inzicht krijgen in het eigen financieel handelen, het realiseren van gedragsverandering en het stimuleren van een actieve, gezonde leefstijl. Daarnaast versterken de deelnemers een aantal sociale contacten, zodat een sociaal isolement voorkomen wordt. Na 6 maanden worden er afspraken gemaakt over een vervolgtraject met een follow-up na 3 en 6 maanden. Met het inzetten van de tool "Mijn Positieve Gezondheid" wordt de ontwikkeling van de deelnemers in kaart gebracht.
Met deze nieuwe manier van ondersteuning hopen we de kans op een geslaagd traject in de schuldhulpverlening te vergroten en de kans op terugval te verkleinen. Met de partners van deze aanpak is afgesproken dat we bij een positieve evaluatie van deze pilot (verwachting: juni 2022) gaan kijken in hoeverre het preventieakkoord een bijdrage kan leveren aan een constructief vervolg. Bijvoorbeeld door inzet van netwerk, communicatie en/of financiële middelen in de tweede helft van 2022 of in 2023.

4.12 Laaggeletterdheid en gezonde leefstijl

Vanuit het Taalnetwerk Lingewaard en Overbetuwe wordt al drie jaar met kennis en enthousiasme passende taalhulp geboden aan inwoners uit Overbetuwe die dit nodig hebben. Bibliotheek, RijnIJssel, Vluchtelingenwerk, Forte Welzijn, IVIO, Prago en gemeente Overbetuwe werken nauw samen om deze inwoners goede formele en/of informele taalhulp te bieden. De (professionele) schil om de laaggeletterden verdient hierbij voortdurend aandacht. Door de professionals op het gebied van gezondheid/leefstijl/voeding te informeren over laaggeletterdheid en het bestaande aanbod aan taalhulp in Overbetuwe, kunnen zij op dit punt beter signaleren. En hun cliënten vervolgens doorverwijzen voor wat betreft taal of camouflageaanbod. We zetten in op twee sporen:

1. Inventarisatie of professionals op het vlak van gezondheid/leefstijl/voeding (door bewustwording, signaleren en doorverwijzing) kunnen bijdragen aan meer toeleiding van laaggeletterden uit Overbetuwe naar passende taalhulp. (Waarbij laaggeletterdheid van invloed lijkt te zijn om het maken van ongezonde leefstijlkeuzes).
2. Mocht blijken dat uit een verbeterd inzicht bij taal-professionals behoefte ontstaat bij inwoners aan themagroep rond voeding en beweging opgezet vanuit laaggeletterdheid dan wordt hier een pilot over opgezet.





Pijler 5: Mentale weerbaarheid

We zetten in op een beweging voor een mentaal gezond Overbetuwe, gericht op alle inwoners van Overbetuwe. We starten met specifieke aandacht voor de jeugd en jongvolwassen. De mentale gezondheid van jongeren in Nederland staat onder druk. Uit onderzoek blijkt onder meer dat 1 op de 7 jongeren depressieve klachten heeft, 1 op de 3 prestatiedruk ervaart en dat het stigma omtrent mentale problemen ook onder jongeren nog groot is. Ook blijkt dat 75% van de psychische problemen ontstaat vóór het 25e levensjaar.
Mentale gezondheid is de manier waarop je je verhoudt tot jezelf en tot anderen en hoe je omgaat met de uitdagingen in het dagelijks leven. Tegelijkertijd gaat het ook over hoe jij en anderen in de samenleving dit ervaren. De coronacrisis heeft bestaande problemen nog scherper aan het licht gebracht en nieuwe problemen veroorzaakt.

Cijfers Mentale gezondheid

Depressie, angststoornissen en problemen met alcohol en drugs treffen jaarlijks zo'n 1,8 miljoen Nederlanders in de leeftijdsgroep van 18 tot 65 jaar. Circa 840.000 jongeren ervaren mentale uitdagingen en/of klachten en 1 op de 15 jongeren in Nederland kampt met een depressie; dit zijn 80.000 jongeren tussen de 13 en 18 jaar oud. 1,3 mln. werknemers ervaarden in 2019 burn-out of burn-out klachten.

In Overbetuwe heeft 1 op de 10 jongvolwassenen (18-34 j) een hoog risico op angst en depressie. Daarnaast heeft 24% van de jongvolwassenen (heel) veel stress ervaren, vaak over werk en geldzaken. De maatregelen van de Coronacrisis hebben grote impact gehad op veel jongvolwassenen (Jeugd monitor GGD 2020).

Gebruik basis GGZ en/of POH-GGZ
Overbetuwe: 4,8 % en NL: 4,6 %

Doelgroep

We richten ons breed op inwoners die het meeste baat hebben bij het versterken van mentale weerbaarheid. In eerste instantie gaan we ons richten op onze kinderen, tieners en jongvolwassenen.

Pijler 5: Mentale weerbaarheid

5.1 Kennis en inzicht in mentale weerbaarheid vergroten

Er is meer kennis nodig bij professionals en vrijwilligers om inwoners met mentale problemen te signaleren en verder te helpen. Investeren in op deskundigheidsbevordering bij partners van het STO en jongerenwerk verder versterken in de dagelijks in contact staan met jongeren.
Dit betekent dat we beter kunnen signaleren en afstemmen met onze partners in het STO, kinderopvang, scholen en de 1e lijns zorg over nieuwe projecten en versteviging van de bestaande projecten: gezonde school, gezonde kinderopvang, gezonde werkvloer, Geldkompas van Forte Welzijn, schoolmaatschappelijk werk, JGZ, Jongeren werk van, MOVE (Mentale problemen en sport).

5.2 Aanbod groeps- en individuele cursussen vergroten

Het preventieve aanbod voor geestelijke gezondheidszorg in Overbetuwe door een erkende organisatie als ProPersona vergroten en versterken. Denk aan Vol-uit-leven, Kinderen van ouders met psychische problemen en lotgenotencontact.

5.3 Voorlichting onlinecursussen jeugd en jongvolwassen

Er is voldoende gratis online aanbod voor de doelgroep jeugd en jongeren. B.v. Grip op je dip, Brein de baas. Het online hulpaanbod sluit mooi aan bij de behoefte van deze doelgroep. Maar wat is het bereik van dit aanbod onder jongeren? Het aanbod moet onder de aandacht gebracht worden van deze doelgroep. De afdeling communicatie komt met een plan van aanpak.

5.4 Voorlichting en informatie op scholen

We zijn trots op het in eigen beheer ontwikkelde lesboek “Jij in de maatschappij”. Dit lesboek gaan we verder ontwikkelen door het gericht opnemen van informatie over mentale weerbaarheid.
We investeren ook in de Gezonde school, het lesboek: “Jij in de maatschappij” en voorlichtingsavonden voor ouders (Ik en mijn Puber).

5.5 Stimuleren beweging van kinderen 4-6 jaar

In de corona-lock downs zijn kinderen geïsoleerder geweest dan anders. Het gebruik van telefoon, tablet en laptop onder deze doelgroep is toegenomen.
De sociale vaardigheden zijn afgenomen. Dit heeft zijn weerslag in de klas en bij het spelen met leeftijdgenootjes. Extra aandacht voor ontwikkeling spel voor kinderen 4-6 jaar.

5.6 Ervaringsdeskundigen en lotgenoten

Onderzoeken met onze partners en het STO, hoe we ervaringsdeskundigen en lotgenoten (meer) op een effectieve wijze kunnen inzetten. Het is aangetoond dat bij deze doelgroep jeugd en jongvolwassen een ervaringsdeskundige of lotgenoot (die in leeftijd dicht bij ze staat) direct aanspreekt.

5.7 Suïcide preventie

Suïcide preventie wordt vanaf 2024 onderdeel van de Wet Publieke Gezondheid. Er komt een plan van aanpak voor een pilot rondom suïcide preventie in Q2 2023. Met dit plan proberen we aan te sluiten bij regionale projecten.

10 september is wereld Suïcide preventie dag (113preventie)

Aansluiten bij de landelijke campagne. Veel mensen kennen iemand die zelfdoding heeft gepleegd of iemand die een vriend of familielid heeft verloren door zelfdoding. Één suïcide raakt gemiddeld 135 mensen. Wereld Suïcide Preventie Dag is een dag om met elkaar stil te staan bij zelfdoding én bij de waarde van het leven.

Week tegen de eenzaamheid

Aansluiten bij de landelijke campagne elk jaar in oktober. Tijdens de Week tegen Eenzaamheid zijn er elk jaar honderden activiteiten waar mensen elkaar ontmoeten en nieuwe contacten kunnen leggen.

Landelijke sportweek in september

Overbetuwe sluit al meerdere jaren aan bij de Nationale Sportweek. Deelnemen aan sport betekent vaak deelnemen aan de maatschappij. Sportclubs spelen daarbij een cruciale rol en zijn een ontmoetingsplek voor allerlei mensen. We winnen veel met sport.

5.8 Interventie stress van jongeren op en over werk

Van alle jongeren tussen de 15 en 25 jaar met betaald werk zei 21 procent in 2021 regelmatig of vaak stress over hun werk te hebben. We gaan inventariseren welke interventies passend zijn voor de situatie in Overbetuwe.

5.8 Interventie voor 65+ inzetten

Inventariseren welke erkende interventies we inzetten en nog missen voor de bevordering van mentale gezondheid van 65-plussers.

FINANCIËN

Er is jaarlijks uitvoeringsbudget van € 33.670,00 vanuit Het Rijk beschikbaar gesteld om de plannen te realiseren. Gemeente Overbetuwe versterkt enkele plannen die bijdragen aan het beleidsplan Sociaal Domein met eigen middelen. Daarnaast dragen partners vaak zelf bij in de vorm van een cofinanciering of in de vorm van uren. Voor elk plan is ook een aparte begroting opgesteld.

De verdeling van budget per pijler is als volgt:

		2022		2023
Pijler 1: Een rookvrije leefomgeving:	€	3.500,00	€	4.500,00
Pijler 2: Verantwoord drugs en alcohol gebruik:	€	3.500,00	€	1.200,00
Pijler 3: Gezond gewicht:	€	3.735,00	€	3.735,00
Pijler 4: Integrale aanpak gezondheidsthema's:	€	13.475,00	€	13.500,00
Pijler 5: Mentale weerbaarheid:	€	8.670,00	€	8.670,00
Buffer aanvulling huidige of nieuwe plannen	€	0,00	€	1.065,00
Coördinatie en overkoepelende communicatie:	€	790,00	€	1.000,00
Totaal:	€	**33.670,00**	€	**33.670,00**

Verantwoording en coördinatie

Het budget over alle plannen en ambities is verdeeld onder leiding van de stuurgroep. Deze stuurgroep bestaat uit:

- Chantal Teunissen – wethouder Welzijn, Zorg en Onderwijs gemeente Overbetuwe (voorzitter)
- Anne-Marie te Kate - vanuit Welzijn (Forte Welzijn)
- Liane Ermstrang - vanuit zorg (GEZ Midden Betuwe)
- Suzanne van de Noort - vanuit onderwijs / kinderopvang (Skar)
- Carin Wüstefeld - coördinator Preventieakkoord (secretaris).

Deze stuurgroep monitort de voortgang van de plannen, ambities en afspraken en stuurt inhoudelijk en financieel bij. Voor de dagelijkse aansturing zal een preventiecoördinator worden aangesteld die er namens de stuurgroep op toe ziet dat de projectleiders het budget benutten voor de gestelde doelen en activiteiten.

Contact: preventieoverbetuwe@gmail.com



PARTNERS

Kernpartners

Bondgenoten

Op deze pagina staan de logo's van partners die tot nu toe betrokken zijn en/of zich aan bepaalde afspraken hebben gecommitteerd. In de uitvoeringsfase zullen nog veel extra partners betrokken en gevraagd worden. Iedereen is van harte welkom zich bij het Preventieakkoord aan te sluiten!

Coverfoto: Ellen Koelewijn