



vitamine z

Zwolle



**Samen naar een gezonder Zwolle**

Gezondheidsbeleid 2017 - 2021

<b><u>1. Samen naar een gezonder Zwolle</u></b>	<b><u>3</u></b>
<b><u>2. Samen verder bouwen</u></b>	<b><u>5</u></b>
<b><u>3. Visie</u></b>	<b><u>9</u></b>
<b><u>4. Speerpunten</u></b>	<b><u>11</u></b>
4.1 <u>We zetten actief in op het bevorderen van een gezonde leefstijl</u>	<u>12</u>
4.2 <u>We bevorderen de gezondheidsvaardigheden van onze inwoners</u>	<u>14</u>
4.3 <u>We richten ons op het verbinden van preventie, welzijn en zorg</u>	<u>16</u>
4.4 <u>We zetten in op de veerkracht van onze inwoners</u>	<u>17</u>
4.5 <u>We zetten in op een gezonde fysieke leefomgeving</u>	<u>20</u>
4.6 <u>Werken aan gezondheid doen we samen en integraal</u>	<u>22</u>

# 1. Samen naar een gezonder Zwolle

Vraag aan iemand wat hij of zij in dit leven echt belangrijk vindt, en de kans is groot dat het antwoord luidt: gezondheid. En met gezondheid bedoelen mensen méér dan alleen maar niet-ziek zijn. Gezondheid is ook op een prettige manier kunnen leven, je fit en gelukkig voelen, kunnen doen wat je wilt: voor jezelf en voor anderen. Gezondheid als een positieve impuls voor je leven.

Gezonder leven willen we allemaal wel. Al wil dat niet zeggen dat dat altijd makkelijk is. Bijvoorbeeld wanneer je wilt stoppen met roken terwijl je omgeving wel rookt. Dit vraagt veel doorzettingsvermogen. Zelf heb ik ook zelf ervaren hoe groot de sociale druk is en hoe lastig het dan is om gezonde keuzes te maken toen ik meedeed met Ik Pas (veertig dagen geen alcohol drinken). Voor de individuele mens is gezondheid belangrijk, maar ook voor de samenleving als geheel. Gezonde en fitte mensen kunnen goed deelnemen aan het arbeidsproces, doen vrijwilligerswerk of helpen als mantelzorger hun naasten en dierbaren.

En andersom heeft dat ook een effect; mee kunnen doen in de samenleving heeft ook een positief effect op de gezondheid van het individu.

Daarom is het bevorderen van de gezondheid van onze inwoners een belangrijke taak voor ons. We hebben daarbij specifiek aandacht voor groepen die om wat voor reden dan ook kwetsbaar zijn en voor wie een goede gezondheid niet vanzelfsprekend is.



Gelukkig werken we in Zwolle hier al jaren met veel partijen aan, onder andere in het netwerk Zwolle Gezonde Stad. De afgelopen jaren heeft dit samenwerkingsverband zich al ruimschoots bewezen en zijn er mooie resultaten geboekt. Hierop willen we voortbouwen. Zwolle Gezonde Stad is een merk dat niet meer weg te denken is. We willen aan deze samenwerking nog meer bekendheid geven zodat steeds meer Zwolse partijen aanhaken. Niet voor niets heet deze nota over gezondheidsbeleid Samen naar een gezonder Zwolle.

Verder zijn er veel nieuwe ontwikkelingen die kansen bieden. We weten bijvoorbeeld steeds beter dat niet alleen de levensstijl (voeding, bewegen) grote invloed heeft op de gezondheid, maar ook de fysieke en sociale omgeving (woning, buurtkwaliteit, verkeer, milieu) waarin mensen zich bevinden.

In de Omgevingsvisie, die momenteel wordt ontwikkeld, is het thema gezondheid daarom een van de pijlers voor de toekomstige inrichting en ontwikkeling van onze stad.

Ook weten we, dankzij uitgebreid onderzoek en de analyse van grote hoeveelheden data, steeds beter welke factoren van invloed zijn op de gezondheid en het welzijn van onze inwoners. Denk bijvoorbeeld aan de Jongerenindex die vorig jaar is gelanceerd of het uitgebreide Buurt voor Buurt-onderzoek. Mede op basis van deze groeiende kennis en toenemend inzicht kunnen we nog doelgerichter samenwerken aan een gezonder Zwolle.

Ed Anker,  
Wethouder Gezondheid



### Achtergrond

Gemeenten hebben vanuit de Wet publieke gezondheid de verantwoordelijkheid om gezondheidsbeschermende en gezondheidsbevorderende maatregelen voor hun inwoners te nemen en om ziekten te voorkomen en vroegtijdig op te sporen. Daarnaast zijn er beleidskaders vanuit het ministerie van VWS bij het opstellen van hun gezondheidsbeleid. Zo stelt het ministerie van VWS elke vier jaar de [landelijke prioriteiten voor collectieve preventie](#) vast. Naar aanleiding hiervan stellen gemeenten ook elke vier jaar hun actiepunten voor lokaal gezondheidsbeleid vast in een gemeentelijke nota.

## 2. Samen verder bouwen

**In Zwolle zetten we al jaren actief in op het bevorderen van een gezonde leefstijl en leefomgeving van onze inwoners. Dit doen we vooral binnen 'Zwolle Gezonde Stad'.**

Dit netwerk is in 2007 gestart als leefstijlprogramma onder de naam 'Samen Gezond' in de wijken Holtenbroek en Diezerpoort en richtte zich in eerste instantie op het voorkomen van overgewicht bij kinderen. Sinds 2010 werkt Zwolle, als eerste Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) stad van Nederland, aan een integrale aanpak van overgewicht onder 0-19 jarigen uit met name dezelfde wijken. Dit gebeurt via het bevorderen van een gezonde leefstijl (gezonde voeding en voldoende bewegen), een gezonde sociale en fysieke omgeving en een goede verbinding tussen preventie en zorg.

Sinds 2014 richt Zwolle Gezonde Stad zich ook op senioren en is de aanpak uitgebreid naar de Aa-landen, Zwolle-Zuid en de Pierik. Aan de thema's gezonde voeding en voldoende bewegen is ook verantwoord alcoholgebruik toegevoegd.

De afgelopen jaren hebben we onze inspanningen op gezondheidsgebied gericht op de thema's preventief ouderengezondheidsbeleid, verantwoord alcoholgebruik, gezond gewicht, sport en bewegen in de buurt en verbeteren van inzicht in de gezondheidssituatie van onze inwoners. We hebben gezien dat de integrale aanpak voor jongeren op gezond gewicht werkt. Het percentage kinderen op een gezond ge-



**Jet: voeding- en gedragscoach bij LEFF**

“Helaas ligt er een groot taboe op kinderen en volwassenen die boven een gezond gewicht zitten. Bij LEFF, dat uitgevoerd wordt door Travers Welzijn en SportService Zwolle, leren kinderen en hun ouders meer over voeding, bewegen en een gezonde leefstijl. Ze krijgen laagdrempelige, professionele begeleiding en leren op een positieve manier over zichzelf te praten, naar zichzelf te kijken en regie te nemen over hun leefstijl. Bij LEFF worden ze fitter, gezonder en blijer!”

wicht (dat in de voorgaande periode flink was gedaald) is vanaf schooljaar 2012/2013 tot 2016/2017 redelijk stabiel. Onze inspanningen zijn erop gericht dit zo te houden.

De destijds gestelde doelen voor signalering en ondersteuning op het gebied van mantelzorg en ouderen mishandeling zijn bereikt. De activering en ondersteuning van ouderen is ingebed in de wijkstructuur. We hebben gezien dat professionals zich meer bewust zijn van het belang van bewegen voor ouderen. We zien dat het aantal ouderen (75+) dat voldoet aan de landelijke beweegnorm is gestegen van 57 naar 63 procent.

Voldoende bewegen is belangrijk voor al onze inwoners. We blijven ons dan ook hiervoor inzetten, met name voor die groepen waarvoor dat niet vanzelfsprekend is.

De huidige cijfers van alcoholgebruik zijn niet te vergelijken met de vorige meting omdat de jeugdgezondheidszorg nu op een ander moment en op een andere wijze monitort. Wel kunnen we de Zwolse cijfers vergelijken met de regio. Daaruit blijkt dat Zwolse jongeren gunstig afsteken. In de hele regio is de leeftijd waarop wordt begonnen met het drinken van alcohol van 14,4 jaar in 2007 verschoven naar 15,2 jaar in 2015. Het aantal jongeren onder de 18 dat alcohol drinkt, is nog steeds aanzienlijk en de mogelijke schade groot. Alle redenen om ook hier de komende jaren op te blijven inzetten.

Zwolle Gezonde Stad is inmiddels geen programma meer, maar een netwerk van diverse publieke en private partijen in de stad.



### Henriëtte: Welzijn op Recept

Henriëtte: “Ik zat zes jaar ziek thuis toen de huisarts me wees op Welzijn op Recept van WijZ. Ik was niet eenzaam ofzo, maar had behoefte om iets te betekenen voor anderen. Bij WijZ begrepen ze dat en zagen ze mijn mogelijkheden. Dankzij Welzijn op Recept werk ik nu als gastvrouw in het Cultuurhuis in Stadshagen en bij IJsselheem in Werkeren. Eigenlijk is het de omgekeerde wereld: ik kwam zelf voor hulp en de oplossing is dat ik anderen help. Een oplossing die me veel nieuwe energie geeft!”

Samen maken zij zich sterk om een goede gezondheid mogelijk te maken voor de Zwolse inwoners.

Naast een netwerk is Zwolle Gezonde Stad ook een beweging geworden. Hoe meer partijen hierbij aanhaken, hoe groter het effect zal zijn.

Het uitvoeringsprogramma van het lokaal gezondheidsbeleid voor de komende vier jaar zal in samenspraak met het netwerk [Zwolle Gezonde Stad](#) tot stand komen en uitgevoerd worden. Op deze manier werken we op een programmatische en gedegen manier aan gezondheid.

### GGD

Op het gebied van gezondheid is de GGD onze vertrouwde adviseur. GGD IJsselland adviseert onze gemeente over lokaal gezondheidsbeleid en voert activiteiten uit ter bevordering van de gezondheid van de samenleving en het voorkomen van ziekten bij met name kwetsbare groepen, zoals kinderen, jongeren, ouderen en asielzoekers.

Samen met de GGD hebben we wijkgezondheidsprofielen ontwikkeld die ons inzicht bieden in de gezondheidssituatie van onze inwoners per wijk. Eind 2017 hopen we deze zelfs op buurniveau te hebben, zodat we gericht het gesprek kunnen aangaan met buurtbewoners en professionals over wat er nodig is in de wijk om de gezondheid van de bewoners te verbeteren. De komende vier jaar willen we deze samenwerking continueren en verder intensiveren.



## Wijkgericht werken

In Zwolle is wijkgericht werken al vele jaren het uitgangspunt. Door wijkgericht te werken kunnen we activiteiten en voorzieningen zo dicht mogelijk bij inwoners organiseren. Veel activiteiten voor inwoners spelen zich immers af in hun directe omgeving. Denk aan bijvoorbeeld de sportverenigingen en kinderen die in de buurt naar school gaan. De komende vier jaar gaan we nog effectiever inzetten op wijkgericht werken. Door beter gebruik te maken van wijkinformatie en door verschillende data bijeen te brengen, kunnen we onze activiteiten gerichter inzetten en maatwerk leveren voor verschillende doelgroepen.





### 3. Visie

De visie van Zwolle is:

**We willen dat inwoners van onze stad voldoende gezond zijn, zodat zij naar vermogen kunnen meedoen. Gezondheid bevorderen we samen, dat wil zeggen met lokale partners in de stad, integraal binnen de gemeentelijke organisatie en waar mogelijk in samenspraak met inwoners. Hierbij hebben we speciaal oog voor het verkleinen van gezondheidsachterstanden.**

Gezondheid is belangrijk voor mensen om deel te kunnen nemen aan de samenleving. Een betere gezondheid maakt dat mensen beter kunnen meedoen. Andersom geldt ook dat participatie leidt tot een betere gezondheid.

We kijken de laatste jaren anders tegen gezondheid aan. Waar voorheen gezondheid werd gedefinieerd als de afwezigheid van ziekte, wordt het nu gezien als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven ([Huber 2011](#)).

Gezondheid wordt niet alleen bepaald door leefstijlgedrag zoals voeding en bewegen, maar ook door de fysieke en sociale omgeving waarin mensen zich bevinden. Bij fysieke omgeving gaat het bijvoorbeeld om huisvesting, voorzieningen en de infrastructuur voor verkeer en vervoer. Zo voelen mensen zich bijvoorbeeld prettiger in een groene omgeving en wordt de fiets makkelijker gepakt als routes



veilig zijn. De sociale omgeving zijn de mensen om je heen; je familie, burens, vrienden. Deze mensen hebben invloed op bijvoorbeeld de sociale norm die er is ten aanzien van leefstijlgedrag en of iemand sociale steun ervaart.

Doordat gezondheid door zoveel factoren wordt bepaald, is het van belang om gezondheid met een breed spectrum aan partijen te bevorderen. Zowel binnen de gemeente als bij de lokale samenwerkingspartners vraagt dit om een multidisciplinaire en integrale aanpak. Dit betekent dat we inzetten op een mix van interventies en activiteiten op verschillende vindplaatsen (in de wijk, op het werk, op school en in de zorg) en dat we dit doen samen met een mix aan partijen die direct en indirect betrokken zijn bij gezondheid.

We worden gemiddeld steeds ouder en ons leven telt steeds meer gezonde jaren. Alleen is die goede gezondheid niet gelijk verdeeld over de Nederlandse bevolking. Mensen met lagere inkomens en een lagere opleiding leven gemiddeld 6 jaar korter en 19 jaar minder in goed ervaren gezondheid dan mensen met een hoge opleiding. Dit noemen we [sociaal economische gezondheidsverschillen](#).

Mensen met een lagere opleiding leven vaker in minder goede omstandigheden. Zo hebben ze minder te besteden en wonen ze vaker in minder aantrekkelijke wijken. Deze omstandigheden vergroten de verschillen in gezondheid tussen hoog- en laag opgeleiden. Omdat we vinden dat iedereen kans op een goede gezondheid verdient, gaan we in Zwolle specifiek aandacht besteden aan het verkleinen van deze sociaal economische gezondheidsverschillen.



### Jan (81 jaar): SportService Zwolle

“Ik ben jaren ziek geweest. Om weer fit te worden doe ik via SportService Zwolle mee met het seniorenaanbod van de Verbinding in Stadshagen. Zo zet ik mijn spieren weer aan het werk en word ik weer fitter. Daarnaast vind ik het fijn om onder de mensen te zijn.”

## 4. Speerpunten

De speerpunten van de gemeente Zwolle zijn:

**4.1 We zetten actief in op het bevorderen van een gezonde leefstijl**

**4.2 We bevorderen de gezondheidsvaardigheden van onze inwoners**

**4.3 We richten ons op het verbinden van preventie, welzijn en zorg**

**4.4 We zetten in op de veerkracht van onze inwoners**

**4.5 We zetten in op een gezonde fysieke leefomgeving**

**4.6 Werken aan gezondheid doen we samen en integraal**

In de volgende teksten worden de speerpunten toegelicht en wordt beschreven hoe we de komende jaren hierop willen inzetten. Ook wordt per speerpunt een aantal doelen beschreven. De doelstellingen geven aan wat we over vier jaar bereikt willen hebben.



## 4.1 We zetten actief in op het bevorderen van een gezonde leefstijl

**De meeste gezondheidswinst is nog steeds te behalen op gebied van roken, overmatig alcoholgebruik, (ernstig) overgewicht, te weinig bewegen, depressie en diabetes. In Zwolle kiezen we expliciet voor vier leefstijlthema's: overgewicht, bewegen, voeding en alcoholgebruik. Deze thema's liggen in lijn met de inzet van de afgelopen jaren en worden dus gecontinueerd.**

Inwoners weten zelf wat zij belangrijk vinden als het gaat over hun gezondheid en maken zelf de keus wat zij willen doen aan hun leefstijl. We beogen de gezonde keus makkelijk te maken en mensen hiervoor de benodigde kennis en vaardigheden aan te reiken.

### Hoe doen we dat?

Om een gezonde leefstijl te bevorderen, zetten we breed in. We stimuleren scholen om integraal en planmatig te werken aan gezondheidsbevordering. Ook motiveren we (sport)verenigingen te investeren in gezondheid. We stimuleren bedrijven om te werken aan de gezondheid van hun medewerkers. Daarnaast richten we ons op gezond werkgeverschap binnen de gemeentelijke organisatie.

We vergroten de bewustwording van het belang van voldoende bewegen, gezonde voeding en verantwoord alcoholgebruik bij instellingen voor ouderen en geestelijke gezondheidszorg. Het Sociaal wijkteam vergroot haar kennis over leefstijl (specifiek voeding, bewegen en opvoeding) en maakt dit onderwerp bespreekbaar tijdens de contacten die zij heeft met inwoners. Zo nodig kan het wijkteam verwijzen naar passend aanbod.



We zetten extra in op een ketenaanpak van gezond gewicht bij kinderen. Hierin betrekken we diverse partijen zoals de jeugdgezondheidszorg, huisartsen, verloskundigen en het ziekenhuis om afspraken te maken over de signalering van (ernstig) overgewicht en het realiseren van passend aanbod.

We richten ons ook op de preventie van middelengebruik door jongeren. We continueren de educatie op scholen en maken afspraken met de horeca. Ook continueren we de leeftijdshandhaving die voortvloeit uit de nieuwe drank- en horecawet. We haken aan bij landelijke campagnes zoals 'Stoptober' en 'IkPas'. Tot slot bevorderen we een actieve leefstijl en voldoende beweging en richten ons daarbij specifiek op mensen met een laag opleidingsniveau.

### Hierbij stellen we de volgende doelen:

We zetten in op het gelijk blijven of - indien wijken onder het gemiddelde scoren – verbeteren als het gaat om:

- Alcohol- en middelengebruik bij jongeren
- Overgewicht bij kinderen en jongeren
- Beweggedrag bij kinderen en jongeren
- Ontbijtgedrag van jongeren
- Overgewicht bij volwassenen/ouderen
- Beweggedrag bij volwassenen/ouderen



### Marion (81 jaar): WijZ

“Bewegen is altijd een belangrijke factor in mijn leven geweest. Ik was docent op een school voor meervoudige gehandicapte kinderen, waarbij ik voortdurend moest helpen en bezig was met verplaatsen en sjouwen. Nu zijn mijn dagen gevuld met gym, (dynamic) tennis, fietsen en wandelen. Als vrijwilligster van WijZ ben ik ook betrokken bij 'Fiets en Geniet' en wandelen in groepsverband. Dat draagt bij aan mijn gezondheid en zo blijf ik ook sociaal in beweging.”

## 4.2 We bevorderen de gezondheidsvaardigheden van onze inwoners

**Ruim 25% van de Nederlandse bevolking heeft beperkte gezondheidsvaardigheden. Dit betekent dat zij meer moeite hebben met het vinden van de weg in de zorg, het zoeken van de juiste informatie op internet, het begrijpen van schriftelijke informatie zoals brieven, formulieren en bijsluiters en het voeren van gesprekken met zorgverleners.**

Ook het begrijpen van de negatieve effecten van roken of overgewicht en daarmee de noodzaak om er iets aan te doen kan voor deze groep lastig zijn. Vaak heeft men moeite met eigen doelen stellen, het leven (re)organiseren en met zelfmanagement.

Onderdeel van lage gezondheidsvaardigheden is laaggeletterdheid. Dit betekent dat mensen moeite hebben met lezen en schrijven. Eén op de negen mensen in Nederland is laaggeletterd.

Het hebben van beperkte gezondheidsvaardigheden vormt een belangrijke verklaring voor gezondheidsachterstanden. We vinden het daarom belangrijk om gezondheidsvaardigheden te stimuleren, zodat ook voor dit grote deel van de bevolking het gezondheidsperspectief beter wordt.

### Hoe doen we dat?

We vergroten de bewustwording van het probleem van lage gezondheidsvaardigheden en laaggeletterdheid bij professionals,



mantelzorgers en vrijwilligers. We doen dit in een breed veld van onder meer Zwolse samenwerkingspartners, het Sociaal wijkteam, de Stadkamer en de kerken. Samen willen we de signalering van beperkte gezondheidsvaardigheden door professionals en vrijwilligers verbeteren en hen handvatten bieden om mensen naar de juiste plek toe te leiden, zodat gezondheidsvaardigheden bij verschillende doelgroepen worden versterkt.

Verder verbeteren we gezondheidsvaardigheden door in bestaande scholingen - zoals taalscholing, inburgering of schuldhulpverleningscursussen - aandacht te besteden aan gezondheid.

Tot slot maken we alle gemeentelijke informatie en communicatie-uitingen over gezondheid begrijpelijk en toegankelijk voor al onze inwoners, dus ook voor mensen die laaggeletterd zijn.

#### **Hierbij stellen we de volgende doelen:**

- We brengen de verschillende groepen mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden in kaart en gaan na hoe wij hen kunnen bereiken.
- We zoeken de samenwerking met het beleidsterrein laaggeletterdheid en komen tot een gezamenlijke doelstelling.
- We stellen laaggeletterdheid aan de orde binnen de keten van preventie tot zorg en vragen aandacht voor de signalering, bewustwording, het bespreekbaar maken en verwijzing.



### 4.3 We richten ons op het verbinden van preventie, welzijn en zorg

**Veel vragen komen onnodig terecht in de gezondheidszorg, terwijl ze hun oorsprong hebben in problemen in de opvoeding, op het werk, op school in de relatie of in de woonomgeving.**

Vanuit deze gedachte vindt een verschuiving plaats binnen de aanpak van gezondheidsproblemen. Er wordt beter gekeken naar de daadwerkelijke oorzaken en/of belemmeringen die een oplossing in de weg staan. Er wordt meer in de breedte gekeken naar de klacht en ook de context wordt betrokken. Dit kan betekenen dat interventies die niet gericht zijn op gezondheid passender zijn. Bijvoorbeeld in het geval van overgewicht kan het zijn dat niet het gewicht centraal staat, maar dat eerst ingezet wordt op het opheffen van schulden of het verbeteren van de gezinssituatie. Wanneer in een zo vroeg mogelijk stadium de juiste preventie op maat wordt geboden, kan zorg verminderd worden.

Om deze beweging in gang te zetten, is het nodig dat er meer aansluiting komt tussen preventie, welzijn en zorg. Dit betekent concreet dat er verbinding ontstaat tussen eerstelijnszorg, GGD, welzijnsorganisaties, sportaanbieders, scholen, ouderenzorg, informele zorg, gemeente en zorgverzekeraars.

#### **Hoe doen we dat?**

In Zwolle zijn al stappen gezet om deze verbindingen tot stand te brengen. We continueren binnen Zwolle Gezonde Stad de diverse netwerken die er zijn om de werelden van preventie, welzijn en zorg





bij elkaar te brengen. Ook binnen de gemeente zoeken we afstemming met de aanpalende beleidsdomeinen, zoals jeugd, ouderen en Wmo. We zetten in op vroegsignalering en tijdige doorverwijzing, bijvoorbeeld ten aanzien van eenzaamheid, dementie en leefstijlonderwerpen. Ten aanzien van jeugd werken we in dit kader aan ondersteuning van huisartsen en onderwijsinstellingen. We ondersteunen de groeiende groep ouderen die langer zelfstandig thuis blijft wonen. We maken afspraken met partijen zoals de zorgverzekeraar over inzet op het grensvlak van preventie, welzijn en zorg.

### Hierbij stellen we de volgende doelen:

- We zorgen ervoor dat alle relevante partijen aangehaakt zijn bij Zwolle Gezonde Stad.
- We stimuleren organisaties hun aanbod op elkaar af te stemmen, zodat er een sluitende keten ontstaat.
- Er zijn afspraken met de zorgverzekeraar over aansluiting preventie/zorg.



### Emirhan: Sutur

Jongeren in Holtenbroek hebben statiegeldflessen verzameld en zo hun steentje bijgedragen aan de komst van de Sutur, een interactieve voetbalmuur. Emirhan, één van de kartrekkers: “Het is een project dat door Zwolle wordt gestimuleerd, maar als je er dan zelf iets aan kan bijdragen, is dat natuurlijk helemaal mooi.” De andere financiers van de Sutur zijn de partners binnen het samenwerkingsverband Zwolle Gezonde Stad: Rabobank, Deltion College, Novon, Hogeschool Windesheim en gemeente Zwolle.

#### 4.4 We zetten in op de veerkracht van onze inwoners

**De nieuwe definitie van gezondheid benadrukt de kracht van mensen en legt minder focus op de afwezigheid van ziekte. Het formuleert gezondheid in termen van veerkracht, functioneren en participatie. Dit vraagt om een andere benadering, namelijk een die gericht is op gezondheidspromotie in plaats van op ziektepreventie.**

Naast het stimuleren van een gezonde leefstijl, zetten we ook in op een betekenisvol bestaan en het hebben van een goed sociaal netwerk. We willen mensen stimuleren regie te nemen over hun eigen leven en deel te nemen aan de samenleving. Dit vergroot de veerkracht van mensen. De overheid heeft hierin een voorwaardescheppende rol, met name gericht op kwetsbare groepen.

##### **Hoe doen we dat?**

Meerdere beleidsterreinen binnen de gemeente Zwolle stimuleren maatschappelijke participatie, eigen regie en zelfredzaamheid. Vanuit het beleidsdomein gezondheid doen we dit door inwoners actief mee te laten denken over het gezondheidsbeleid en de daaruit voortkomende activiteiten. We gaan hiervoor met inwoners in gesprek. Ook vragen we professionals, mantelzorgers en vrijwilligers na te gaan waar de behoefte en motivatie van inwoners ligt om te werken aan hun veerkracht.

We zetten in op het versterken van sociale netwerken van mensen. Binnen sociale netwerken kunnen mensen elkaar ondersteunen, samen oplossingen voor problemen bedenken en kan eenzaamheid



worden voorkomen. Het bevordert de gezondheid van mensen en daarmee de maatschappelijke participatie.

Voor senioren implementeren we de komende jaren het project Vitaal & Veilig Thuis Zwolle voor senioren. Dit project is er op gericht om ouder wordende inwoners te ondersteunen bij het langer thuis wonen en onveiligheid, maar ook eenzaamheid te signaleren.

### Hierbij stellen we de volgende doelen:

- In vier buurten van wijken met een relatief lage sociaal economische status (lage SES-wijken) is met inwoners gesproken over wat gezondheid voor hen betekent en waar aangrijpingspunten liggen voor verbetering. Vervolgens geven we hier samen vorm aan.
- We stimuleren huisartsen om te verwijzen naar preventie- en welzijnsactiviteiten zoals Welzijn op Recept, in plaats van verwijzing naar zorg.
- We implementeren het programma Vitaal & Veilig Thuis Zwolle voor senioren. Jaarlijks wordt dit in één wijk van Zwolle uitgevoerd.



### Marloes: Vitaal & Veilig Thuis Zwolle

Marloes, projectleider Vitaal & Veilig Thuis: “Inwoners die meedoen aan ons project brengen samen met een vrijwilliger hun thuissituatie in kaart. Ze krijgen advies over veilig wonen, brand- en inbraakpreventie, bewegen en valpreventie. Er wordt besproken of de inwoner zich goed kan redden. Zo nodig brengen we ze in contact met de thuiszorg, politie, brandweer, Sociaal wijkteam of organisaties die sport- of beweegactiviteiten aanbieden. Hierdoor hopen we dat inwoners zich zo lang mogelijk vitaal voelen en op een prettige en veilige manier thuis kunnen blijven wonen.”

## 4.5 We zetten in op een gezonde fysieke leefomgeving

**De inrichting van de directe leefomgeving heeft invloed op de gezondheid van de inwoners van Zwolle. Het kan de gezondheid beperken. Bijvoorbeeld als men zich onveilig voelt in de buurt en niet naar buiten durft of als men in een bedrijfsrestaurant uitsluitend keuze heeft uit ongezonde producten.**

Maar het kan de gezondheid ook bevorderen, bijvoorbeeld door de aanwezigheid van veilige fietspaden of aantrekkelijke ontmoetingsplaatsen. Mensen zijn in hun vrije tijd het meest aanwezig in hun eigen woonomgeving. Als we willen dat mensen gezonde leefstijlkeuzes maken, moeten we de directe fysieke omgeving van mensen dusdanig inrichten dat mensen tijdens hun dagelijkse bezigheden worden verleid tot gezond gedrag en dat gezond gedrag de logische keuze wordt.

### Hoe doen we dat?

We houden bij de inrichting van de omgeving rekening met veiligheid, gezondheid en levensloopbestendigheid. Gezondheid krijgt een plaats in de nieuwe Zwolse omgevingsvisie. Dat wil zeggen dat bij ieder besluit binnen de fysieke leefomgeving gezondheidsaspecten in de volle breedte aan de voorkant worden meegewogen. Bij de uitvoering van de Omgevingsvisie krijgt de GGD een adviserende rol.

Verder gaan we de samenwerking aan met het beleidsdomein bereikbaarheid, gericht op de verschillende initiatieven die er zijn rondom fietsen. Door gezondheid, recreatie en bereikbaarheid te koppelen, ontstaat er een win-winsituatie en wordt alledaagse beweging gestimuleerd.



In de wijk gaan we met inwoners in gesprek om knelpunten voor dagelijks voldoende bewegen in kaart te brengen en suggesties op te halen.

### Hierbij stellen we de volgende doelen:

- Er zijn in het kader van de omgevingswet en de Zwolse omgevingsvisie afspraken gemaakt op welke wijze gezondheid wordt getoetst bij besluiten en beleid binnen de ruimtelijke ordening.
- Er is vastgelegd op welke wijze GGD IJsselland adviseert binnen deze besluitvorming.
- In vier buurten van lage SES-wijken is met inwoners gesproken over hoe hun fysieke leefomgeving verbeterd kan worden, zodat zij meer gaan bewegen.



### Daniël: Kaboutersport, SportService Zwolle

Kaboutersport wordt aangeboden door SportService Zwolle. Daniël: “Kaboutersport is erg leuk, omdat ik dan kan klimmen en klauteren met mijn vriendjes. Het leukste vind ik een toren bouwen en die heel hard omgooien met een bal.” Rick, vader van Daniel: “Ik vind het belangrijk dat mijn zoon op jonge leeftijd wordt uitgedaagd om te bewegen. Bij Kaboutersport zijn ze fysiek bezig en werken ze samen met andere kinderen in een veilige situatie.”

## 4.6 Werken aan gezondheid doen we samen en integraal

**Gezondheid wordt bepaald door leefstijlfactoren en de sociale en fysieke omgeving waarin mensen leven. Om dit complexe samenspel van verschillende factoren te beïnvloeden, is een gezamenlijke en integrale aanpak van veel partijen nodig.**

Dit vraagt van lokale netwerkpartijen om samen te werken. De gemeente heeft hierin een regiefunctie. Ook samenwerking tussen de verschillende beleidsdomeinen binnen de gemeentelijke organisatie zorgt voor effectievere inzet op gezondheid.

### Hoe doen we dat?

We willen binnen de gemeente bij andere beleidsdomeinen dan gezondheid de bewustwording vergroten dat zij (indirect) ook werken aan de gezondheid van de Zwolse inwoners en dat hier mogelijkheden voor afstemming en/of samenwerking liggen. Zo zoeken we onder andere de samenwerking met het domein armoedebeleid. Mensen die behoren tot de risicogroep voor armoede - bijvoorbeeld doordat zij geen betaalde baan hebben of schulden maken, hebben een slechtere gezondheid dan inwoners voor wie dit niet geldt. Het samen werken aan armoedebestrijding biedt dus een win-win situatie.

Daarnaast blijven we inzetten op de beweging Zwolle Gezonde Stad en beogen we dat steeds meer partijen (zowel publiek als privaat) een bijdrage leveren aan de beweging.

Verder continueren we de ingezette koers om gegevens van bijvoorbeeld de GGD te koppelen aan gegevens uit gemeentelijke



onderzoeken. Door deze samenwerking kunnen we nog meer inzicht krijgen in de gezondheidssituatie op wijk- of buurniveau en de samenhang met andere kenmerken van deze inwoners, waardoor we interventies gericht kunnen inzetten.

Tot slot willen we dat het onderwerp gezonde leefstijl onderdeel wordt van alle wijkopgaven. Hiermee ontstaat de mogelijkheid om het stimuleren van een gezonde leefstijl, een gezonde omgeving en een goede ketenaanpak beter te implementeren in de wijkgerichte aanpak in heel Zwolle.

#### **Hierbij stellen we de volgende doelen:**

- We breiden de beweging Zwolle Gezonde Stad in de komende periode uit met zowel private als publieke partijen.
- Bij de totstandkoming van al het gemeentelijk beleid moet gezondheid in het proces overwogen zijn.
- Daar waar er gedeelde opgaves zijn met andere domeinen dan het domein gezondheid, gaan we de samenwerking aan.
- We ontwikkelen wijkgezondheidsprofielen, zodat de inzet van passende interventies gericht plaats kan vinden.
- Gezondheid wordt als doel opgenomen in de wijkopgaven





## Colofon

Uitgave: Gemeente Zwolle, september 2017

Vormgeving: Hans Dienaar bNO | Vormcommunicatie.nl

[www.zwolle.nl](http://www.zwolle.nl)