Gezond en Actief Culemborg

Een domein-overstijgende, samenhangende aanpak voor gezond en actief leven in Culemborg

DEFINITIEF CONCEPT (TER VERSPREIDING), 16 juni 2023

Inhoud

1. Inleiding 3
2. Waar staat de Gemeente Culemborg? 5
   2.1. Gezond en actief Culemborg anno 2023 in beeld 5
   2.2. Huidige inzet binnen de gemeente Culemborg 6
3. Visie en ambities voor gezond en actief Culemborg 9
4. Speerpunten, doelen en acties 11
   4.1. Doelen en acties Bewegen & Sport 12
   4.2. Doelen en acties Gezondheid & Vitaliteit 13
   4.3. Doelen en acties Sociaal Welzijn 17
5. Organisatie, samenwerking en governance 19
   5.1. Uitgangspunten voor samenwerking 19
   5.2. De bestaande samenwerkingen verdiepen en verbreden 20
   5.3. Governance 20
   5.4. Uitvoeringskader 22
6. Monitoring & Evaluatie 24
   6.1. Landelijke monitoring 24
   6.2. Monitoring Gezond en Actief Culemborg 24
7. Begroting 25
   7.1. Financiële kader SPUK-regeling 25
   7.2. Vertaling naar begroting voor Gezond en Actief Culemborg 27

Bijlagen 29

Bijlage I - Landelijke akkoorden 29
Bijlage II - Partners betrokken bij totstandkoming 31
Bijlage III - Gezondheidsmonitors Culemborg 32
Bijlage IV - Stand van zaken Lokaal Preventieakkoord Culemborg 36

1. Inleiding

Alle inwoners van Culemborg moeten gezond en gelukkig kunnen deelnemen aan de samenleving. Daarom is preventie van ziekte en andersoortige problemen voor ons een speerpunt. Voorkomen is immers beter dan genezen. Een gezonde leefstijl en dagelijks bewegen spelen een essentiële rol in een gezonde toekomst van de inwoners van Culemborg. Zo kan een verandering in leefstijl veel aandoeningen vertragen en mogelijk voorkomen. Bewegen, gezonde voeding en je verbonden voelen met de mensen om je heen zijn belangrijke voorwaarden om je goed te voelen en gezond te blijven.

Op dit vlak doen we al heel veel. Zo investeren we via het preventieve jeugdbeleid en door deelname aan onderwijs, sport en cultuur in een gezonde en positieve toekomst voor de Culemborgse jeugd. En zijn we aan de slag met een dementievriendelijke gemeente en het tegengaan van eenzaamheid. Ook ondersteunen we vrijwilligers en mantelzorgers. Via het lokaal sportakkoord en preventieakkoord is geïnvesteerd in bewegen, sport en een gezonde leefstijl. En we ondersteunen (sport)verenigingen en cultuuronderwijs en creëren we mogelijkheden voor iedereen om hier aan mee te doen. We willen dat we iedere Culemborger - ongeacht achtergrond of omvang van hun portemonnee – mee kan doen aan het rijke culturele en sportieve leven in onze stad. Meedoen is namelijk niet alleen leuk, maar ook goed voor sociale verbindingen, gezondheid en welzijn.

Zorgstelsel onder druk
Verschillende ontwikkelingen vragen van ons om hier nog een stap bovenop te doen. Het zorgstelsel staat onder druk. De zorgvraag neemt toe (o.a. door de vergrijzing) en het aanbod neemt af (o.a. door afname van zorgpersoneel). Het voorkomen van gezondheidsproblemen is belangrijk om de kwaliteit, toegankelijkheid en houdbaarheid van het zorgstelsel te kunnen waarborgen. Het bevorderen van een gezond leven, vraagt om een domein-overstijgende, integrale en langjarige aanpak.

De Vereniging van Nederlandse Gemeenten (VNG), het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en de zorgverzekeraars (ZV) hebben afgesproken dat er een verschuiving van zorg naar preventie moet gaan plaatsvinden: een verschuiving van focus op ziekte naar focus op gezondheid. In het Gezond en actief leven akkoord (GALA), het Integraal Zorgakkoord (IZA) en het Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO) is uitgewerkt hoe dit zou moeten worden vormgegeven.

Brede specifieke uitkering (SPUK) voor alle gemeenten
In september 2022 heeft het ministerie van VWS aan alle gemeente een brede specifieke uitkering (SPUK) aangekondigd, ten behoeve van sport- en beweegstimulering, het bevorderen van cultuurparticipatie, gezondheidsbevordering en het versterken van de sociale basis 2023-2026. Deze regeling is in februari 2023 gepubliceerd. Voorwaarde voor deze specifieke uitkering is een samenhangend plan van aanpak voor alle onderdelen uit deze regeling, gerelateerd aan de doelen uit de verschillende landelijke akkoorden. Dit document “Gezond en Actief Culemborg” betreft dit plan op hoofdlijnen. Dit zal door de trekkers van verschillende speerpunten/onderdelen van dit plan nader uitgewerkt en uitgevoerd worden.

Totstandkoming van het plan “Gezond en Actief Culemborg”
Ons uitgangspunt punt was het ontwikkelen van een breed, samenhangend plan/programma. We willen geen fragmentatie vanuit de diverse landelijke akkoorden: het sportakkoord II, integraal zorgakkoord (IZA) en Gezond en actief leven akkoord (GALA). Bij het publiceren van de regeling bleek dat een separaat herijkt lokaal sportakkoord tot stand moest komen. Dus dat hebben later in het traject alsnog vormgegeven.

We hebben ambities uit landelijke en lokale plannen en akkoorden als uitgangspunt genomen (zie bijlage I voor de doelen in de landelijke akkoorden). Op basis hiervan hebben we een samenhangende visie en ambities geformuleerd.

Vervolgens zijn deze visie en ambities in een participatief traject getoetst en uitgewerkt naar doelen en acties. We zijn in gesprek gegaan met alle partners in de stad op het terrein van zorg, welzijn, bewegen, sport, onderwijs en cultuur (zie bijlage II voor lijst van betrokken partners). Tijdens deze bijeenkomsten is gezocht naar het antwoord op de vraag wat nu echt nodig is om de komende jaren het verschil te kunnen maken. De bijeenkomsten zijn goed bezocht, er is veel input opgehaald en de eerste contacten (verbindingen) tussen partijen zijn gelegd.

Daarnaast hebben we onze inwoners uitgenodigd om input te leveren via ons online participatieplatform. Bij de verdere uitwerking en uitvoering van de verschillende speerpunten zullen we inwoners nog meer geen betrekken. Dan kunnen we gericht per speerpunt de inwoners benaderen op wie dat speerpunt gericht is.

Ook heeft de gemeenteraad tijdens een beeldvormende bijeenkomst aangegeven wat zij belangrijk vindt voor een gezond en actief leven in Culemborg. De raad heeft gereageerd en aangevuld op de hoofdlijnen van het plan. Dit heeft ten eerste geleid tot enkele aanvullingen. Ten tweede wordt de reactie van de gemeenteraad samen met de verslaglegging van de werktafel-bijeenkomsten meegegeven aan de trekkers/werkgroepen die met de verdere concretisering en uitvoering aan de slag gaan.

Al deze input heeft geleid tot een concept uitgewerkt plan dat vervolgens aan alle partners uit de stad is voorgelegd. Hiermee hebben we de basis gelegd om met de organisaties uit alle sectoren nog meer samenhang te brengen tussen de verschillende onderdelen in gezondheidsbeleid, sport, bewegen en welzijn. We hebben in het traject veel urgentie en drive ervaren om samen aan de slag te gaan voor een Gezond en Actief Culemborg!

Afbakening
Dit plan gaat over gezond en actief leven in Culemborg. Er zijn veel levensdomeinen van invloed op en daarmee van belang voor de gezondheid van Culemborgers. Denk hierbij aan voldoende middelen om rond te komen, een woning en een veilig thuis. De opgaven die er op dit vlak zijn, zijn echter geen onderdeel van dit plan voor Gezond en Actief Culemborg. We volgen met dit plan de kaderstelling van de brede specifieke uitkering voor sport- en beweegstimulering, het bevorderen van cultuurparticipatie, gezondheidsbevordering en het versterken van de sociale

Leeswijzer
In dit plan wordt allereerst beschreven waar Culemborg nu staat (hoofdstuk 2). We brengen de situatie van Culemborg in cijfers in beeld en gaan in op de huidige inzet in Culemborg via het lokaal sportakkoord en preventieakkoord. Vervolgens wordt in hoofdstuk 3 de visie beschreven. Deze is uitgewerkt in drie ambities voor bewegen & sport, gezondheid & vitaliteit en sociaal welzijn. In hoofdstuk 4 zijn deze ambities vertaald naar speerpunten, doelen en acties.

In hoofdstuk 5 gaan we in op de governance van dit plan: hoe gaan we er in samenwerking tussen verschillende partners sturing en uitvoering aangeven? Hoofdstuk 6 beschrijft het financiële kader en de begroting. En in hoofdstuk 7 wordt tot slot de wijze van monitoring en evaluatie beschreven.

2. Waar staat de Gemeente Culemborg?

2.1. Gezond en actief Culemborg anno 2023 in beeld

In deze paragraaf schetsen we hoe het gezond en actief leven in Culemborg er voor staat. Daarbij gaan we achtereenvolgens in op de demografische ontwikkelingen en de gezondheid van de Culemborgse bevolking zoals deze naar voren komt uit de landelijke gezondheidsmonitors. In de paragraaf 2.2 gaan we in op de huidige inzet en stand van zaken vanuit het sportakkoord, preventieakkoord en de Brede Regeling Combinatiefuncties.

Demografie van Culemborg
Culemborg heeft momenteel een kleine 30.000 inwoners. In onderstaande bevolkingsprognose van het CBS is te zien dat onze bevolking naar verwachting gaat groeien naar ongeveer 33.000 inwoners in 2040. Opvallend hierbij is dat de leeftijdsopbouw flink gaat veranderen. Het percentage jongeren blijft volgens deze prognose gelijke. Het percentage ouderen stijgt van de huidige 20% naar 26% in 2040. Het aandeel volwassenen daalt van de huidige 58% naar 52% in 2040. Dit laat de landelijke trend zien dat er steeds meer ouderen zullen zijn, die langer thuis blijven wonen en meer zorg behoeven, terwijl het aantal arbeidskrachten daalt.

	Totale bevolking X 1000	0 tot 20 jaar		20 tot 65 jaar		65 jaar of ouder	
2023	29,5	6,6	22%	17,1	58%	5,9	20%
2025	30	6,5	22%	17,2	57%	6,2	21%
2030	31	6,6	21%	17,1	55%	7,2	23%
2040	32,9	7,3	22%	17	52%	8,6	26%
2045	33,3	7,5	23%	17,3	52%	8,6	26%
2050	33,7	7,5	22%	17,6	52%	8,5	25%

Tabel: Bevolkingsprognose Culemborg
Bron: CBS, regionale prognose 2023-2050 (gewijzigd 6 juli 2022)

Gezondheid van de Culemborgers
Om de gezondheid van de Culemborgers in beeld te brengen, gebruiken wij de landelijke gezondheidsmonitors.[1] De resultaten van de laatste gezondheidsmonitors zijn in bijlage III opgenomen. Hierin zijn de cijfers over de inwoners van Culemborg, geplaatst naast de cijfers van Nederland en GGD Gelderland-Zuid om ook een vergelijking met onze regio te kunnen maken.

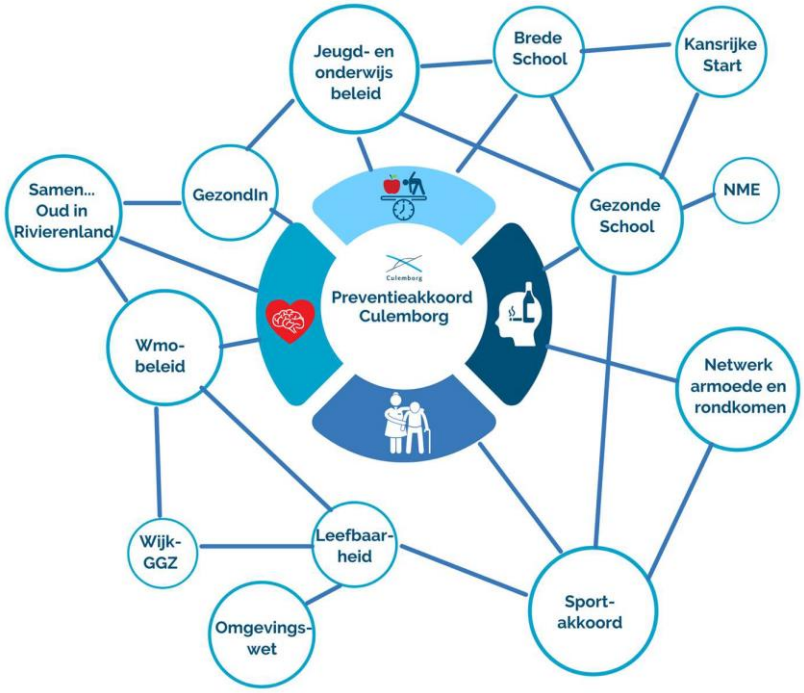
Het algemene beeld is dat Culemborgers in beide gezondheidsmonitors vergelijkbaar scoren als de rest van Nederland de gezondheid, waarbij Culemborgers het gemiddeld genomen net iets beter doen. ***Zowel de Culemborgse jeugd als volwassenen doen het beter wat betreft gezonde leefstijl (bewegen, overgewicht en middelengebruik).*** Dit wil echter niet zeggen dat het goed gaat. Ter illustratie: slechts iets meer dan 50% van de Culemborgers voldoet aan de beweegrichtlijn[2], dus daar is nog veel verbeterring mogelijk. Dit geldt ook voor de andere onderwerpen waar we het in vergelijking met Nederland iets beter doen.

[1] De Gezondheidsmonitors bestaan uit de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen en de Gezondheidsmonitor Jeugd. Deze monitors vinden beide elke vier jaar plaats. De Gezondheidsmonitor Jeugd is een samenwerking tussen de GGD'en en het RIVM. De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is een samenwerking tussen de GGD'en, het RIVM en het CBS. Beide Gezondheidsmonitors worden uitgevoerd in opdracht van het Ministerie van VWS en gemeenten.
[2] De beweegrichtlijn voor volwassenen en ouderen is als volgt: (1) Bewegen is goed, meer bewegen is beter. (2) Doe minstens 150 minuten per week aan matig intensieve inspanning, verspreid over diverse dagen. Langer, vaker en/ of intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel. (3) Doe minstens tweemaal per week spier- en botversterkende activiteiten, voor ouderen gecombineerd met balansoefeningen. (4) En: voorkom veel stilzitten.

Helaas blijkt uit de gezondheidsmonitors ook dat ***zowel de Culemborgse jeugd als volwassenen vergeleken met de rest van Nederland meer klachten ervaren wat betreft hun mentale gezondheid*** (ervaren stress, psychische klachten, suïcide-gedachten bij de jeugd). Ook kent Culemborg ***meer zwaar belaste mantelzorgers***.

2.2. Huidige inzet binnen de gemeente Culemborg

De huidige inzet binnen de gemeente Culemborg op sport- en beweegstimulering, het bevorderen van cultuurparticipatie en gezondheidsbevordering loopt via verschillende beleidsplannen[3], akkoorden, projecten en maatschappelijke organisaties. Zie ter illustratie hiervan onderstaand netwerk van organisaties en initiatieven rond het preventieakkoord Culemborg.



In deze paragraaf beperken we ons tot het lokaal sportakkoord, het lokaal preventieakkoord en de Brede School Culemborg, omdat dit de initiatieven zijn die nu betaald worden uit voorlopers van de middelen die nu samen zijn gebracht in de brede SPUK-regeling.

Lokaal sportakkoord Culemborg
Het lokaal sportakkoord Culemborg is in 2020 opgesteld. Het akkoord is tot stand gekomen in samenwerking met lokale sport- en beweegaanbieders, maatschappelijke organisaties, het bedrijfsleven en de gemeente. Tijdens interactieve bijeenkomsten en werksessies in de periode van januari tot en met april 2020 zijn ambities en doelen ingebracht die leven in onze maatschappij.

In het lokaal sportakkoord zijn de volgende vier ambities geformuleerd:
1. Sport en bewegen voor iedereen in Culemborg.
2. Kinderen en jongeren bewegen vaker en beter.
3. De Culemborgse sporters en evenementen vormen een inspiratie voor de samenleving en de verbindende waarde van sport en bewegen.
4. De organisatie en financiën van vitale aanbieders zijn toekomstbestendig en voorzieningen zijn duurzaam en functioneel.

[3] Relevante Culemborgse beleidsplannen zijn: beleidsplan Rondkomen (2019), beleidsnota WMO-Jeugd 2021-2024, beleidsplan Kansrijk Opgroeien 0-12 jaar (2022) en beleidsplan Kansrijk Opgroeien 12+ (2023).

Ruim 50 sportverenigingen, sportbedrijven, onderwijsinstellingen, zorgverleners, fysiotherapeuten, zzp-ers en overige aanbieders van sport en beweegactiviteiten vormen samen een sportcoalitie. Hierbinnen vervullen het kernteam sportakkoord en de ambassadeurs een belangrijke functie. Het kernteam beoordeelt aanvragen en activiteiten en ambassadeurs zijn met een bepaald thema, zoals inclusief sporten of veilig sporten aan de slag gegaan.

Lokaal preventieakkoord Culemborg
Het preventieakkoord Culemborg is in juli 2021 ondertekend door de volgende partners: Gemeente Culemborg, GGD Gelderland-Zuid, Iriszorg, het voortgezet onderwijs (Lek en Linge en Koningin Wilhelmina College), Santé Partners, MEE Gelderse Poort, ELK Welzijn, Vereniging Culemborgse Huisartsen, Leefstijlcoaching de Betuwe, partners in het lokaal Sportakkoord Culemborg, Ziekenhuis Rivierenland, Menzis, FysioRivierenland, de Plus supermarkt en Focus 07. Door het preventieakkoord te ondertekenen, sloten deze organisaties zich aan bij de beweging om samen gezondheid en preventie in Culemborg te versterken en gaven zij aan gemotiveerd te zijn om zelf actief met andere partijen te willen werken aan gezondere inwoners en een gezondere stad.

Naast een eerste ‘schil’ van kernpartners die de bestuurlijke coalitie vormen, is er een vele grotere tweede schil van partijen die preventie een warm hart toedragen, actief werken aan een gezonde leefstijl binnen hun eigen organisatieopdracht of die zich verbinden in de uitvoering aan ambities en projecten. Het preventieakkoord Culemborg was de start voor het verder verbreden van de beweging waar in de toekomst ook steeds meer partijen en inwoners zich bij kunnen aansluiten.

In het lokaal preventieakkoord zijn de volgende vier ambities geformuleerd:
- Inwoners in Culemborg bewegen voldoende, eten gezond en hebben een gezond gewicht.
- Jeugd in Culemborg is weerbaar om gezonde keuzes te maken en mentaal gezond.
- In Culemborg wordt middelengebruik (roken, alcohol) onderen jongeren en volwassenen teruggedrongen.
- Culemborgse ouderen leven vitaal en zijn actief deel van de maatschappij.

Voor de uitvoering zijn deze ambities vertaald naar 10 speerpunten:
1. Gezonde School PO en VO
2. Signalering en ondersteuningsaanbod volwassenen met (ernstig) overgewicht
3. Starten sportloopbaan kwetsbare groepen
4. Gezond Gewicht Jeugd
5. Gezond beleid en Gezonde omgeving
6. Jeugd is weerbaar en mentaal gezond
7. Integrale aanpak genotmiddelen
8. Vallen en vitaal bewegen ouderen
9. Eenzaamheid ouderen
10. Dementie

Per speerpunt is een trekker gezocht die hiermee aan de slag is gegaan. Jaarlijks zijn deze speerpunten door de trekkers geconcretiseerd in uitvoeringsplannen: wat doen we, hoe dragen de activiteiten bij aan de realisatie van de ambities en wie zijn betrokken? Tevens zijn verbindingen gelegd tussen verschillende partners en bestaande initiatieven om te kijken hoe deze geoptimaliseerd kunnen worden. Daarnaast zijn ook inwoners, vrijwilligers en zelforganisaties betrokken.

Jaarlijks kijken de partners van het Lokale Preventieakkoord achteruit en vooruit. Wat waren de resultaten van de afgelopen periode en wat zijn de prioriteiten voor de periode die voor ons ligt. In bijlage IV is de laatste stand van zaken van resultaten en nieuwe plannen opgenomen.

Brede School Culemborg
De brede combinatiefuncties zijn tot nu toe binnen Culemborg ingezet voor sport- en cultuurstimulering en natuur- en milieueducatie voor alle basisschoolleerlingen van Culemborg. Deze activiteiten worden georganiseerd vanuit Brede School Culemborg.

Brede School Culemborg is een samenwerkingsverband tussen gemeente, onderwijs, kinderopvang, welzijn en verschillende sport-, cultuur-, natuur- en milieuorganisaties. Dit netwerk bestaat uit meer dan 50 partners. Deze partners leveren onder andere professionele vakdocenten. Zij verzorgen zowel binnenschoolse[4] als naschoolse activiteiten voor kinderen van basisscholen in Culemborg. Deze activiteiten vinden plaats op diverse locaties in Culemborg, bijvoorbeeld in de gebouwen Brede School West en Brede School Oost en in de sporthallen Parijsch en Interweij. Maar ook steeds meer op eigen locaties van partners.

De lessen van vakdocenten zijn slim gekoppeld aan de leerlijnen van het onderwijs. De lessen vormen een doorgaand ontwikkelingsmodel speciaal voor talentontdekking. Wanneer talent komt boven drijven, stimuleert Brede School Culemborg om lid te worden bij een sportorganisatie of cultuurinstelling.

[4] In het kader van de nieuwe Bestuurlijke afspraken Brede Regeling Combinatiefuncties 2023-2026 moeten de binnenschoolse sportlessen, bekostigd vanuit de BRC, afgebouwd worden.

3. Visie en ambities voor gezond en actief Culemborg

In dit plan voor een gezond en actief Culemborg gaan wij uit van ‘positieve gezondheid’. Positieve gezondheid biedt een brede kijk op gezondheid, waarbij de mens centraal staat en niet de ziekte. Als je door de bril van positieve gezondheid kijkt, dan ligt het accent op veerkracht en preventie. Het gaat om het versterken van het normale leven. Hiervoor is het belangrijk om in te zetten op preventie vanuit de lokale basisvoorzieningen.

Voor dit plan Gezond en Actief Culemborg hebben we de ambities en doelen uit de diverse landelijke akkoorden (zie bijlage I) en lokale akkoorden (zie paragraaf 2.2) als uitgangspunt genomen. Hierbij onderscheiden wij drie deelgebieden: bewegen & sport, gezondheid & vitaliteit en sociaal welzijn. Op basis van de bestaande plannen en akkoorden hebben we samen met onze partners de volgende visie en deelambities geformuleerd:

Visie Gezond en Actief Culemborg
Inwoners in Culemborg zijn in de basis gezond. Ze eten gezond en hebben een gezond gewicht. De Culemborgse jeugd groeit gezond op en Culemborgse ouderen leven vitaal en zijn actief deel van de maatschappij.

Bewegen en sport is voor iedereen in Culemborg. Het beweegaanbod is inclusief en iedereen kan sociaal veilig sporten.

In Culemborg kan iedereen meedoen, ongeacht leeftijd, beperking, culturele achtergrond of financiële mogelijkheden. Culemborgers ontmoeten elkaar en kijken naar elkaar om. Dit vindt plaats in buurten, sportverenigingen en bij culturele activiteiten en door mantelzorgers en de vele vrijwilligers die Culemborg rijk is. Soms is hierbij ook extra inzet nodig.

We houden rekening houden met de diversiteit aan Culemborgers. Verschillende inwoners hebben verschillende behoeften. We kijken niet naar ‘one size fits all’ oplossingen, maar stemmen af op de vraag en behoefte van de inwoners.



Bewegen & Sport
Sport en bewegen kunnen veel betekenen voor een goede gezondheid. Sport en bewegen leeft in Culemborg, zoals te zien is in het oude én herijkte lokaal sportakkoord. Een akkoord dat de gemeente, de sport en maatschappelijke organisaties bij elkaar brengt en zorgt dat de maatschappelijke waarde van sport en bewegen nog beter wordt benut.

Ambitie bewegen & sport
Bewegen en sport is voor iedereen in Culemborg. Het beweegaanbod is inclusief. Er wordt rekening gehouden met de diversiteit en mogelijkheden van inwoners. Zowel voor jeugd als volwassenen en ouderen is het aanbod aantrekkelijk, laagdrempelig en toegankelijk. En iedereen kan sociaal veilig sporten.

Bewegen en sport heeft ook een maatschappelijke waarde en zorgt voor meer betrokkenheid. Inwoners voelen zich mentaal en fysiek gezonder door te bewegen en ervaren dat bewegen preventief werkt. Het fundament van de sport is op orde. Organisatie en aanbieders van sport en bewegen zijn vitaal en toekomstbestendig.

Gezondheid & Vitaliteit
De definitie voor gezondheid volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO): “Gezondheid is een toestand van volledig lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk welzijn en niet slechts de afwezigheid van ziekte of andere lichamelijke gebreken.” Gezondheid is dus meer dan niet ziek zijn. Waar gezondheid draait om een stabiele basis creëren voor lichaam en brein, gaat vitaliteit over meer uit het leven halen. Het gaat om meer energie krijgen, fitter en sterker worden, jezelf ontwikkelen en positief in het leven staan.

Ambitie Gezondheid & Vitaliteit
Inwoners in Culemborg zijn in de basis gezond en vitaal. Ze eten gezond en hebben een gezond gewicht. De Culemborgse jeugd groeit gezond op en is weerbaar om gezonde keuzes te maken. Het middelengebruik (roken, alcohol, drugs) onderen jongeren en volwassenen wordt teruggedrongen. En Culemborgse ouderen leven vitaal en zijn actief deel van de maatschappij.

Culemborgers worden waar nodig ondersteund om gezonde keuzes te maken die gericht zijn op preventie & positieve gezondheid. En de leefomgeving nodigt uit tot spelen en bewegen.
De gemeente en haar samenwerkingspartners op het gebeid van bewegen & sport, welzijn en zorg dragen samen bij aan passende ondersteuning in de zelfredzaamheid van mensen en bevorderen het gezond en actief leven. Het uitgangspunt is passende ondersteuning / zorg op de juiste plaats door je juiste professionals. Samenwerking tussen de verschillende domeinen wordt verder verbreed. Daar worden de inwoners zelf bij betrokken.

Sociaal Welzijn
Vanuit het perspectief van positieve gezondheid is meedoen ook belangrijk voor de gezondheid van mensen. Mensen kunnen op allerlei manieren participeren: werk, (arbeidsmatige) dagbesteding, onderwijs, onderlinge hulp, vrijwilligerswerk, in verenigingen en sociale netwerken. Meedoen en ontmoeten vindt plaats in alle sectoren en heeft een grote relatie met het welzijn van inwoners.

Ambitie Sociaal Welzijn
In Culemborg kan iedereen meedoen, ongeacht leeftijd, beperking, culturele achtergrond of financiële mogelijkheden. Culemborgers ontmoeten elkaar en kijken naar elkaar om. Dit vindt plaats in buurten, sportverenigingen en bij culturele activiteiten en door mantelzorgers en de vele vrijwilligers die Culemborg rijk is. Soms is hierbij ook extra inzet nodig. Er zijn in Culemborg verschillende mogelijkheden om elkaar laagdrempelig te ontmoeten, zich te ontplooien, te ontspannen en elkaar te helpen. Hierin wordt de verbinding tussen zorg en welzijn, (sport)verenigingen, kunst & cultuur en natuurorganisaties en onderwijs verbreed en verdiept om gezondheidsverschillen te verminderen en het sociaal welzijn te bevorderen.

4. Speerpunten, doelen en acties

In dit hoofdstuk zijn de visie en ambities voor een Gezond en Actief Culemborg vertaald naar speerpunten, doelen en acties. Deze vertaling is tot stand gekomen op basis van gesprekken aan de werktafels met alle partners uit de stad en de beeldvormende bijeenkomst met de gemeenteraad. Ook zijn de richtlijnen vanuit de brede SPUK-regeling voor sport- en beweegstimulering, het bevorderen van cultuurparticipatie, gezondheidsbevordering en het versterken van de sociale basis meegenomen.

In dit hoofdstuk is zichtbaar dat bepaalde activiteiten al langer lopen (bijvoorbeeld vanuit het lokaal preventieakkoord) en worden gecontinueerd en uitgebouwd. Terwijl andere activiteiten nog in de kinderschoenen staan, waardoor er eerst nog nadere verkenning en planvorming nodig is voordat we tot uitvoering kunnen overgaan. Het is de bedoeling om deze slag de tweede helft van 2023 te zetten, waardoor vanaf 2024 op (vrijwel) alle onderdelen sprake is van daadwerkelijke uitvoering.

Hoofdlijnen “Gezond en actief Culemborg”

Van ambities naar speerpunten, doelen en acties

Bewegen & Sport	**I. Passend beweegaanbod** • Beweegaanbod in beeld • Inclusief sporten • Beweegzorg
Gezondheid & Vitaliteit	**II. Gezondheidsbevordering** • Gezondheidsverschillen terugdringen • Mentale gezondheid • Ketenaanpak overgewicht (GLI’s) • Gezonde leefomgeving • Virtueel gezondheidsloket/schakelpunt **III. Gezond opgroeien** • Kansrijke start • Mentale gezondheid jongeren • Ketenaanpak overgewicht kinderen en jongeren • Middelengebruik jongeren **IV. Vitaal ouder worden** • Zorg en ondersteuningsaanbod ouderen • Valpreventie • Culemborg dementievriendelijk
Sociaal Welzijn	**V. Sterke sociale basis** • Brede School Culemborg • Een tegen eenzaamheid • Mantelzorg ondersteuning • Versterking sociale basis • Cultuurparticipatie • Welzijn op recept

4.1. Doelen en acties Bewegen & Sport

Ambitie bewegen & sport
Bewegen en sport is voor iedereen in Culemborg. Het beweegaanbod is inclusief. Er wordt rekening gehouden met de diversiteit en mogelijkheden van inwoners. Zowel voor jeugd als volwassenen en ouderen is het aanbod aantrekkelijk, laagdrempelig en toegankelijk. En iedereen kan sociaal veilig sporten. Bewegen en sport heeft ook een maatschappelijke waarde en zorgt voor meer betrokkenheid. Inwoners voelen zich mentaal en fysiek gezonder door te bewegen en ervaren dat bewegen preventief werkt. Het fundament van de sport is op orde. Organisatie en aanbieders van sport en bewegen zijn vitaal en toekomstbestendig.

	I. PASSEND BEWEEGAANBOD		
	Doelen	*Concrete acties*	*Betrokken partners*
1.	**Beweegaanbod in beeld** Het beweeg -en sportaanbod is inzichtelijk en toegankelijk	- Het beweeg- en sportaanbod in Culemborg voor alle doelgroepen is in beeld (sociale kaart voor beweegaanbod) - Verkend wordt of en sport- of gezondheidsloket waar begeleiding naar passend en toegankelijk aanbod daarbij nuttig is. *(Professionals aan de werktafels hebben dit geopperd, bestuurders en gemeenteraad staan kritisch tegenover loketten.)*	- Sport- en beweegaanbieders
2.	**Inclusief sporten** Sport- en beweegaanbieders beschikken over deskundigheid en mogelijkheden om kwetsbare doelgroepen mee te laten doen en kansengelijkheid te bevorderen	- Sportaanbieders werken met de basiseisen sociale vaardigheid middels de regeling VOG, Gedragscode Sport, Vertrouwenscontactpersoon en Cursus of e-learning voor trainer-coaches. Hiervoor wordt een PvA gemaakt en uitgevoerd. - Deskundigheid wordt ook bevorderd door het volgen van aanvullende trainingen / workshops vanuit welzijn en zorg. - Sportaanbieders werken samen voor het bedienen van specifieke doelgroepen.	- Sport- en beweegaanbieders
3.	**Beweegzorg** De buurtsportcoach en beweegcoach[5] zorgen voor laagdrempelige beweegactiviteiten voor inwoners die niet aan regulier beweeg- of sportaanbod kunnen deelnemen.	- Inwoners die te weinig bewegen worden bereikt en er is beweegaanbod dat aansluit op de behoeften. Hierbij worden geen drempels opgeworpen (geen bureaucratie om deel te nemen). - Voorbereiding inzet buursportcoach en beweegcoach: aansturingsmodel buurtsportcoaches, functieomschrijving en werving buurtsportcoaches.	- Sport- en beweegaanbieders - Fysiotherapeuten - Huisartsen / POH / Wijkzorg

[5] De buurtsportcoach en beweegcoach vallen onder de Brede Regeling Combinatiefuncties (BRC). De buurtsportcoach (Sport, Welzijn en Sociaal domein) is de spin in de wijk, zorgt voor de verbinding met andere domeinen en brengt mensen aan het sporten en bewegen in de buurt. Dit kan op een trapveldje zijn of op de sportvereniging. De beweegcoach (Welzijn, Gezondheid en Zorg domein) begeleidt mensen die te weinig of niet sporten en bewegen. Voor deze groep mensen wordt indien nodig nieuw aanbod gecreëerd.

4.2. Doelen en acties Gezondheid & Vitaliteit

Ambitie Gezondheid & Vitaliteit
Inwoners in Culemborg zijn in de basis gezond en vitaal. Ze eten gezond en hebben een gezond gewicht. De Culemborgse jeugd groeit gezond op en is weerbaar om gezonde keuzes te maken. Het middelengebruik (roken, alcohol, drugs) onderen jongeren en volwassenen wordt teruggedrongen. En Culemborgse ouderen leven vitaal en zijn actief deel van de maatschappij.

Culemborgers worden waar nodig ondersteund om gezonde keuzes te maken die gericht zijn op preventie & positieve gezondheid. En de leefomgeving nodigt uit tot spelen en bewegen. De gemeente en haar samenwerkingspartners op het gebeid van bewegen & sport, welzijn en zorg dragen samen bij aan passende ondersteuning in de zelfredzaamheid van mensen en bevorderen het gezond en actief leven. Het uitgangspunt is passende ondersteuning / zorg op de juiste plaats door je juiste professionals. Samenwerking tussen de verschillende domeinen wordt verder verbreed. Daar worden de inwoners zelf bij betrokken.

	II. GEZONDHEIDSBEVORDERING		
	Doelen	*Concrete acties*	*Betrokken partners*
1.	**Gezondheidsverschillen terugdringen** Er is een lokale aanpak om gezondheidsverschillen terug te dringen.	- Binnen Culemborg zijn interventies op gezondheidsbevordering tot nu toe generiek ingezet (aanpak overgewicht, middelengebruik en valpreventie ouderen). Deze worden voortgezet (zie op andere plekken in dit plan). - Een aanpak specifiek op wijken met meer gezondheidsachterstanden wordt onderzocht en indien wenselijk ontwikkeld en uitgevoerd. Hierbij worden de doelgroepen betrokken die dit het meest nodig hebben.	Nader te bepalen.
2.	**Mentale gezondheid** Er is een lokale aanpak voor het bevorderen van de mentale gezondheid van volwassen en ouderen.	- Specifieke aandacht voor mentale gezondheid voor volwassen staat in Culemborg nog in de kinderschoenen, terwijl dit op basis van de gezondheidsmonitor hard nodig is. - We zetten in op Mental Health First Aid[6] bij (sport)verenigingen en andere maatschappelijke organisaties (van kerk, tot moskee, tot carnavalsvereniging) en op Welzijn op recept (opgenomen onder speerpunt V. Sterke sociale basis). - Ook is het nodig om verder te onderzoeken waardoor de mentale gezondheid van Culemborg slechter is dan in de rest van Nederland, zodat we ook weten welke interventies nuttig zijn.	- Pro Persona - Iriszorg - GGD

[6] Mental Health First Aid (MHFA) is een cursus waarmee kennis over psychische aandoeningen en signalen van mentale klachten wordt vergroot. Met deze kennis en vaardigheden kan het verschil gemaakt worden in het leven van iemand die het psychisch moeilijk heeft. Deze training is in 2000 in Australië ontwikkeld en is zo succesvol dat deze cursus inmiddels al in meer dan 27 landen wordt gegeven.

3.	**Ketenaanpak overgewicht (Gecombineerde leefstijlinterventies)** Er is een lokale ketenaanpak voor volwassen met overgewicht / obesitas	- Het GLI aanbod binnen de gemeente Culemborg wordt verder uitgewerkt, zodat er een aanbod is voor alle doelgroepen in Culemborg (bijvoorbeeld ook inwoners die v.w. de taal nu moeilijk mee kunnen komen). - Er wordt een breed netwerk van samenwerkingspartners gevormd om alle losse interventies samen te voegen tot een ketenaanpak	- Leefstijlcoaches - Fysiotherapeuten - Diëtisten - Beweegaanbieders - GGD
4.	**Gezonde leefomgeving** Bij besluitvorming over fysieke leefomgeving worden beweeg-, gezondheids- en sociale aspecten worden meegenomen.	- Er worden meer beweegvriendelijke openbare ruimte gecreëerd om toegankelijk te kunnen bewegen. - Beweeg-, gezondheids- en sociale aspecten worden meegenomen in de ontwikkeling van de nieuwe wijk in de Stationsomgeving. - In de omgevingsvisie van Culemborg (voorjaar 2024) wordt het belang van een gezonde leefomgeving verankerd.	Gemeente Culemborg.
5.	**Virtueel gezondheidsloket/ schakelpunt** Alle partijen die bijdragen aan gezondheidsbevordering weten elkaar rechtsreeks of via een gezondheidsmakelaar, die verbindingen legt tussen sport, welzijn en zorg, te vinden.	- Om slimme verbindingen te kunnen leggen is het nodig dat partners uit verschillende domeinen elkaar kennen of tenminste kunnen vinden. Hiervoor is een virtueel gezondheidsloket/schakelpunt nodig. - Hierin zouden de algemeen regisseur, coördinator sport en preventie en de buurtsportcoaches een rol kunnen vervullen. Dit wordt gaandeweg de uitvoering van dit plan uitgedacht.	Nader te bepalen.

	III. GEZOND OPGROEIEN		
	Doelen	*Concrete acties*	*Betrokken partners*
6.	**Kansrijke start** Er wordt in Culemborg gewerkt aan een kansrijke start[7] voor alle kinderen.	- Er wordt een lokale coalitie Kansrijke Start gevormd. - Vanuit deze coalitie wordt gewerkt aan een gezamenlijk plan voor een Kansrijke Start voor alle kinderen in Culemborg. - Daarmee worden bestaande activiteiten versterkt en integraal verbonden. Er is een start gemaakt met ‘Nu Niet Zwanger’ en ‘Centering Pregnancy’. - En daarnaast wordt de behoefte aan andere interventies zoals beschreven in loketgezondleven.nl gezamenlijk bepaald.	- GGD - Kraamzorg - JGZ 0-4 - Verloskundigenpraktijk - Humanitas (Homestart) - Buurtgezinnen - Elk Welzijn - Nu Niet Zwanger - Bibliotheek

[7] Kansrijke start gaat over de eerste 1000 dagen van het leven van een kind. Er is een landelijk programma om zo veel mogelijk kinderen een Kansrijke start te geven. De omgeving waarin een kind wordt geboren, groeit en zich ontwikkelt in de eerste 1000 dagen, bepaalt in grote mate de kansen voor later. Ongeveer 1 op de 6 kinderen in Nederland maken een minder goede start door

7.	**Mentale gezondheid leerlingen** Er is een lokale ketenaanpak voor het bevorderen van de mentale gezondheid van kinderen in het voorgezet onderwijs.	- Er is een integraal jaarplan waarin mentale gezondheid en middelengebruik structureel wordt besproken op het VO. - Er wordt onderzoek gedaan naar welke problemen er spelen op het gebied van mentale gezondheid en a.d.h.v. best practice voorbeelden wordt er een maatwerk plan van aanpak gemaakt en uitgevoerd. - Kwetsbare groepen PO en VO signaleren en uitdagen tot bewegen sporten in combinatie met een warm welkom bij sportverenigingen (aandacht voor behouden van leden ook bij bv financiële problemen) - Beide Culemborgse middelbare scholen hebben een jongeren informatiepunt (JIP) voor laagdrempelige ondersteuning, waarin ondersteuners van school samenwerken met jongerenwerkers en schoolmaatschappelijk werkers. - Er wordt in Culemborg gewerkt met een jongerencoach. - Schoolmaatschappelijk werkers op de basisschool zijn een belangrijke schakel naar leerlingen en hun ouders.	- GGD - PO / VO scholen - Pro Persona - Sociaal team
8.	**Ketenaanpak overgewicht kinderen** Er is een lokale ketenaanpak voor kinderen met overgewicht / obesitas in het primair en voorgezet onderwijs.	- De gezonde school aanpak binnen de gemeente Culemborg wordt gecontinueerd. - De pilot Kinderen naar een Gezond Gewicht (KNGG) op basis van de landelijke JOGG aanpak wordt uitgevoerd en in breder verband geïmplementeerd.	- GGD - Fysiotherapeuten - Diëtisten - PO / VO scholen - Beweegaanbieders
9.	**Middelengebruik jongeren** Vroegsignalering van middelengebruik onder jongeren is een onderwerp van aandacht binnen het onderwijs, de sport en het sociaal welzijn.	- Er is een integraal jaarplan waarin mentale gezondheid en middelengebruik structureel wordt besproken op het VO.	- Iriszorg - PO / VO scholen

bijvoorbeeld vroeggeboorte/laag geboortegewicht en blootstaan aan medische of sociale risicofactoren zoals stress, rook, slechte voeding of gebrek aan liefdevolle aandacht. Dit heeft een levenslang effect op zowel de fysieke als mentale gezondheid en ontwikkeling. En daarmee op de kansen op school, op de arbeidsmarkt en in de maatschappij. Door te investeren in een goede, kansrijke start voor elk kind, bouwen we aan een gezonde generatie in de maatschappij van morgen.

	IV. VITAAL OUDER WORDEN		
	Doelen	*Concrete acties*	*Betrokken partners*
10.	**Zorg en ondersteuningsaanbod ouderen** - Het ondersteuningsaanbod voor ouderen is inzichtelijk en toegankelijk in de wijk. - Vroegsignalering is een multidisciplinair onderdeel van de zorg en ondersteuning aan ouderen vanuit de verschillende zorg- en welzijn professionals.	- Inwoners weten waar ze terecht kunnen met vragen over hoe, wat, wie en waar omtrent het ondersteuningsaanbod voor ouderen. Hierin wordt verbinding gezocht met het Sociaal Team Culemborg en de huidige ontmoetingscentra Salaamander, Bolderburen en BonVie. - Borging van ontwikkeling van kennis in de aanpak van ondervoeding over de domeinen heen.	Nader te bepalen.
11.	**Valpreventie** Er is een lokale ketenaanpak valpreventie voor ouderen met een preventief cursusaanbod.	- De bestaande aanpak van valpreventie wordt verdiept n.a.v. een regionale pilot; hieruit wordt een ketenaanpak geïmplementeerd met alle samenwerkingspartners (verdieping LPA).	Partners in werkgroep valpreventie
12.	**Culemborg dementievriendelijk** Culemborg ontwikkelt zich verder als dementievriendelijke gemeente.[8]	- Het bestaande beleid omtrent de dementievriendelijke gemeente wordt verbreed en verdiept (verdieping LPA).	Partners in werkgroep Culemborg dementievriendelijk

[8] Een dementievriendelijke gemeente stimuleert en faciliteert burgers, bedrijven en organisaties om zich actief in te zetten voor een dementievriendelijke samenleving. Zo ontstaat er een gemeenschap waarin iedereen dementie accepteert. Waarin mensen met dementie gewoon boodschappen doen, hun bankzaken regelen, naar hun vereniging gaan of de bibliotheek of een museum bezoeken. En waarin de gemeenschap hen een handje toesteekt wanneer zij het even niet meer weten. De gemeente zet zich in om mensen met dementie en hun mantelzorgers zo lang mogelijk mee te laten doen in de samenleving.

4.3. Doelen en acties Sociaal Welzijn

Ambitie Sociaal Welzijn
In Culemborg kan iedereen meedoen, ongeacht leeftijd, beperking, culturele achtergrond of financiële mogelijkheden. Culemborgers ontmoeten elkaar en kijken naar elkaar om. Dit vindt plaats in buurten, sportverenigingen en bij culturele activiteiten en door mantelzorgers en de vele vrijwilligers die Culemborg rijk is. Soms is hierbij ook extra inzet nodig. Er zijn in Culemborg verschillende mogelijkheden om elkaar laagdrempelig te ontmoeten, zich te ontplooien, te ontspannen en elkaar te helpen. Hierin wordt de verbinding tussen zorg en welzijn, (sport)verenigingen, kunst & cultuur en natuurorganisaties en onderwijs verbreed en verdiept om gezondheidsverschillen te verminderen en het sociaal welzijn te bevorderen.

	V. STERKE SOCIALE BASIS		
	Doelen	*Concrete acties*	*Betrokken partners*
1.	**Brede School Culemborg** Vanuit de Brede School Culemborg is er binnen- en naschools aanbod voor 6-12 jarigen voor sportstimulering, cultuurparticipatie en NME.	- De Brede School Culemborg (samenwerking gemeente, onderwijs, kinderopvang, welzijn en verschillende sport-, cultuur- , natuur- en milieuorganisaties) wordt voortgezet. Hiervoor worden combinatiefunctionarissen ingezet. - Ontwikkelpunt: in verband met de nieuwe bestuurlijke afspraken BRC 2023-2026 moet het binnenschools sportaanbod met inzet van de combinatiefunctionarissen worden afgebouwd.	- PO scholen - Combinatiefunctionarissen onderwijs
2.	**Mantelzorg ondersteuning** Mantelzorgers worden ondersteund bij het uitvoeren van hun taken en het respijtzorgaanbod wordt verder doorontwikkeld.	- ElkWelzijn zet activiteiten voor mantelzorg ondersteuning voort. - Daarnaast wordt aan ElkWelzijn gevraagd hoe dit verder versterkt en ontwikkeld zou kunnen worden. - Doorontwikkeling respijtzorg	- ELK Welzijn - VVT organisaties
3.	**Een tegen eenzaamheid** Eenzaamheid wordt in Culemborg besteden via het actieplan een tegen eenzaamheid.	- Het huidige actieplan één tegen eenzaamheid (nu alleen gericht op ouderen) vanuit het LPA wordt voortgezet én doorontwikkeld voor andere doelgroepen (nu alleen gericht op ouderen).	- ELK Welzijn - GGD - Ouderenbonden - Sociaal team

4.	**Versterking sociale basis**[9] Culemborg kent een sterke sociale basis, toegerust voor actuele en toekomstige vraagstukken.	In een te ontwikkelen beleidsplan sociale basis wordt omschreven hoe de Culemborgse sociale basis wordt versterkt t.b.v. ontwikkelingen in de Culemborgse samenleving (vergrijzing, complexe jeugdproblematiek) en wettelijke ontwikkelingen (beschermd thuis, hervormingsagenda jeugd, GALA, IZA, WOZO). Hierin worden in ieder geval de volgende onderwerpen meegenomen: - laagdrempelige, levendige buurthuizen en ontmoetingslocaties. - Dagbesteding voor ouderen met een migrantenachtergrond- Aandacht voor inwoners met een klein - Ontwikkelen van nabuurschap - Betrekken van sleutelfiguren, maatjes, ervaringsdeskundigen, die onderlinge contacten hebben, de weg weten te vinden, overzicht hebben. Het gaat om mensen die aanspreekbaar zijn voor inwoners mensen. - Het Sociaal Team is breed toegankelijk en vindbaar en heeft de sociale basis (incl. sport en cultuur) goed in beeld.	Nader te bepalen
5.	**Cultuurparticipatie** Culturele activiteiten krijgen een plaats in bestaande Culemborgse activiteiten in de sociale basis.	- Cultuurorganisaties sluiten aan in verschillende activiteiten om cultuurparticipatie te integreren in het bestaande activiteitenaanbod in de sociale basis in Culemborg.	- Culturele partners in samenwerking met andere maatschappelijke partners
6.	**Welzijn op recept** In Culemborg worden inwoners met psychosociale klachten geholpen in samenwerking tussen huisarts, eerstelijns zorgverlener, welzijn en het sociaal domein.	- Er wordt een werkgroep ingericht om Welzijn op recept[10] te verkennen en implementeren. Welzijn op recept is eerder in Culemborg niet van de grond gekomen. We zien de SPUK-regeling als een nieuwe impuls.	- Huisartsen / POH / Wijkzorg - Sociaal Team - ELK welzijn

[9] In het Gezond en Actief Leven Akkoord wordt de sociale basis omschreven als: vrij toegankelijke formele en informele activiteiten en voorzieningen gericht op het elkaar ontmoeten en ondersteunen, ontplooien en ontspannen die zorgen dat mensen kunnen samenleven en meedoen. In navolging van het Verwey-Jonker Instituut onderscheiden:
- De sociale basis Collectieve voorzieningen en voorzieningen / ondersteuning waar je zonder indicatie gebruik van kan maken (consultatiebureau / Jgz, bibliotheken, vrijwillige ondersteuning, en voor sommigen ook laagdrempelige partijen als de huisarts, CJG's en andere eerstelijns hulp). Wij noemen dit de institutionele sociale basis.
- Netwerken van inwoners in de lokale samenleving. Deze kunnen formeel (verenigingen, clubs, levensbeschouwelijke organisaties), als informeel (zonder formele status) georganiseerd zijn. Wij noemen dit de gemeenschappelijke sociale basis.
- De inwoner en diens sociale netwerk. Wij noemen dit de persoonlijke sociale basis

[10] Welzijn op recept is een interventie waarbij mensen met psychische klachten door de huisarts worden doorverwezen naar een welzijnsinterventie. Welzijn op recept is in Nederland veel gemeenten geïmplementeerd, maar in Culemborg nog niet. We zien de brede SPUK-regeling als een nieuwe impuls/

5. Organisatie, samenwerking en governance

In dit hoofdstuk beschrijven we hoe we in samenwerking sturing en uitvoering gaan geven aan de speerpunten, doelen en acties voor een Gezond en Actief Culemborg. De afgelopen jaren is er veel in gang gezet op gezondheid, preventie, een sterke sociale basis, sport, bewegen en cultuur. Om tot samenhang te komen is het noodzakelijk om vanuit de verschillende domeinen met elkaar samen te werken. Deze domein overstijgende samenwerking is op onderdelen al zichtbaar en zal verder worden verdiept en uitgebreid.

Hieronder beschrijven we allereerst onze uitgangspunten voor samenwerking (paragraaf 5.1) en hoe we verder willen bouwen op de samenwerkingen die de afgelopen jaren vanuit het lokaal preventieakkoord en sportakkoord zijn ontstaan (paragraaf 5.2). Daarna beschrijven we in paragraaf 5.3 de governance voor de sturing en uitvoering van het dit plan. En tot slot kijken we in paragraaf 5.4 vooruit naar de uitvoeringsfase met een uitvoeringskader voor de trekkers van de verschillende speerpunten.

5.1. Uitgangspunten voor samenwerking

Hieronder beschrijven we de uitgangspunten voor de manier waarop wordt samengewerkt aan (de uitvoering van) een het plan Gezond en Actief Culemborg.

1. Politiek, bestuurlijk en maatschappelijk draagvlak. Het college van B&W en de raadsleden zijn enthousiaste en betrokken ambassadeurs van het plan Gezond en Actief Culemborg. Zij zorgen dat een gezonde omgeving en leefstijl op de agenda staat van ál het gemeentelijk beleid, van zorg en welzijn tot ruimtelijke ordening en van sport tot economische zaken. Ook alle samenwerkingspartners kijken binnen hun eigen organisatie breed naar hoe gezondheid en gezondheidsbevordering in hun beleid en activiteiten kunnen worden versterkt en geborgd.
2. Participatie en betrokkenheid inwoners. Samen werken met de mensen om wie het gaat is een van de succesfactoren om tot een effectieve aanpak te komen. Door behoeften en drijfveren van en met inwoners in beeld te brengen kunnen we onze inzet en activiteiten beter laten aansluiten. Per onderdeel bekijken we hoe participatie het beste kan worden vorm gegeven. We zoeken actief de verbinding met inwoners van diverse achtergronden en leeftijden, zowel georganiseerd (bijvoorbeeld adviesraad sociaal domein, wijkraden, moskee, kerk) als ongeorganiseerd.
3. Publiek-private samenwerking. De gezondheid van alle Culemborgers is een gedeelde maatschappelijke verantwoordelijkheid. Dat krijgen we alleen voor elkaar door met publieke én private partijen samen te werken.
4. Samenhangende aanpak. Integraal werken betekent dat we verschillende maatregelen en interventies in samenhang inzetten voor verschillende doelgroepen en hun omgeving. Bij iedere ambitie geven we een eigen aanpak vorm, waarbij aandacht is voor: fysieke en sociale omgeving, gedrag en vaardigheden, voorlichting en educatie, signalering, advies en ondersteuning, regelgeving en handhaving. Het bieden van gelijke gezondheidskansen houdt in dat maatregelen, beleid en interventies rekening houden met verschillen tussen mensen en groepen.
5. Een procesgerichte, planmatige aanpak. We werken we cyclisch en planmatig. Op basis van een gedeeld beeld kiezen we prioriteiten en doelen, komen we tot een passende mix van bestaand beleid en activiteiten en nieuwe interventies en monitoren en evalueren we onze aanpak. Hierbij brengen we ook in planning prioritering aan waar mee te starten. En ook het aanhaken van andere organisaties en inwoners geven we structureel vorm. Er is een neutrale en onafhankelijke procesbegeleider die samen met betrokkenen tot een gedragen akkoord komt volgens bovenstaande uitgangspunten.

5.2. De bestaande samenwerkingen verdiepen en verbreden

Binnen het lokaal preventieakkoord Culemborg zijn de afgelopen jaren verschillende samenwerkingen tussen de organisaties uit verschillende domeinen gerealiseerd. Hieronder noemen we enkele voorbeelden:

- De GGD, Pro Persona, Iriszorg en VO scholen werken samen aan voorlichting en deskundigheidsbevordering voor jongeren. Met een jaarkalender worden alle thema's rondom jongeren goed verdeeld over het jaar, zodat deze ook aansluiten bij de verschillende gezondheidsweken en landelijke campagnes.
- Ook voor de doelgroep ouderen wordt er breed samengewerkt; de GGD, VVT-organisaties, huisartsen, paramedici, sociale teams, welzijnsorganisaties, het sportakkoord en de middenstand dragen bij aan de projecten Eén tegen eenzaamheid, valpreventie en de Culemborg Dementievriendelijke
- In samenwerking tussen partners van het preventieakkoord en het sportakkoord wordt er een Culemborgs event georganiseerd waarin preventie en gezonde leefstijl voor jong & oud het uitgangspunt zijn.
- Vanuit het thema "nooit te oud om te bewegen bestaat" uit het sportakkoord bestaat "walking atletiek" en "rollator lopen" waarbij er wekelijks trainingen o.l.v. een fysiotherapeut en looptrainer zijn voor Culemborgers die moeite hebben met op straat lopen. Uiteraard zijn inclusief en veilig sporten vanzelfsprekend; waarbij de kansengelijkheid wordt bevorderd zoals tijdens de summerschool waar er aandacht is voor verbinding met gezonde leefstijl en bewegen. Kortom al veel samenwerking binnen verschillende doelgroepen, thema's en projecten.

Deze samenwerkingen willen we verdiepen, verbreden en uitbreiden met slimme verbindingen tussen nog meer thema's en organisaties. Hiervoor zijn tijdens de totstandkoming van dit plan al de eerste stappen gezet. Tijden de werktafel-bijeenkomsten met veel betrokken partners op het gebied van bewegen en sport, zorg en welzijn, onderwijs en cultuur, werden nieuwe verbindingen gelegd en vervolgafspraken gemaakt.

5.3. Governance

Dit plan betreft een domein-overstijgende, samenhangende aanpak voor gezond en actief leven in Culemborg. Hierin worden, zoals de naam het al aangeeft, samenhang en verbinding gezocht tussen de inzet vanuit de verschillende domeinen die van invloed zijn op gezond en actief leven. Deze verbinding roept de vraag op op welke wijze wij binnen de gemeente Culemborg sturing en uitvoeren gaan geven aan het realiseren van al deze samenhangende speerpunten en interventies. Dat is het vraagstuk van de organisatie/governance.

Het uitgangspunt voor de governance is een **integrale aansturing en effectieve uitvoering**.
Dit vertaalt zich naar het volgende schematische overzicht, dat op de volgende pagina wordt toegelicht.

Besturing	**Brede stuurgroep Gezond en Actief Culemborg** *sport, zorg, welzijn, onderwijs, cultuur, wonen, ondernemers*		
Coördinatie	• Regisseur Gezond en Actief Culemborg • Coördinator Sport en Preventie • Coördinatie combinatiefuncties (vanuit de BRC)		
Wat?	**Herijkt sportakkoord Culemborg**	**Plan voor Gezond en Actief Culemborg**	**Inzet brede regeling combinatiefuncties**
Door wie?	• Trekkers voor de verschillende speerpunten • Combinatiefunctionarissen		

Wat? Gezamenlijk vastgestelde, structurele activiteiten

We bepalen samen met alle partners de activiteiten die nodig zijn om de ambities en doelen te bereiken zoals omschreven in dit plan Gezond en Actief Culemborg en het herijkt lokaal sportakkoord. Er is dus geen sprake van een model waarbij partners aanvragen kunnen doen voor activiteiten die bij de doelen passen.

Besturing - Eén brede stuurgroep

De noodzaak van blijvende verbinding vraagt om een brede, verbindende sturing vanuit één brede stuurgroep 'Gezond en Actief Culemborg'. Aan deze stuurgroep wordt verantwoording afgelegd over het herijkt sportakkoord, het plan Gezond en Actief Culemborg en de inzet van de Brede Regeling Combinatiefuncties daarbij. In het kader van monitoring worden jaarlijks de resultaten besproken en daar waar nodig bijgestuurd.

Coördinatie

De coördinatie wordt als volgt ingericht:

- We stellen een 'regisseur Gezond en Actief Culemborg' aan die formeel in opdracht van de gemeente werkt en materieel in opdracht van de stuurgroep. Deze regisseur voert ten eerste regie op de uitvoering van het plan Gezond en Actief Culemborg door in verbinding te staan met de trekkers van de verschillende speerpunten/doelen. De regisseur stuurt daarbij ook op de samenhang tussen de verschillende speerpunten/doelen, bijvoorbeeld door het organiseren van overleg tussen verschillende trekkers, of een netwerkbijeenkomsten met alle partners uit Gezond en Actief Culemborg.
- De regisseur ondersteunt tevens de stuurgroep in haar taak van het vervullen van een initiërende, signalerende en op doelstellingen bijsturende rol over het plan Gezond en Actief Culemborg. Dit betekent het regie houden op de doelstelling, het resultaat en de risico's van het plan (en de verschillende speerpunten), en het (laten) verzorgen van planrapportages.
- We stellen een 'coördinator sport en preventie' aan die enerzijds uitvoering geeft aan het herijkt Sportakkoord Culemborg en anderzijds de verbinding legt met de speerpunten/acties in het plan Gezond en Actief Culemborg. De coördinator sport en preventie maakt planningen, monitort de activiteiten en signaleert knelpunten. De betreffende coördinator zorgt dat de werkzaamheden soepel verlopen.
- Wat betreft de coördinatie van de inzet van de combinatiefunctionarissen maken we onderscheid tussen zakelijke coördinatie (contracten en facturatie) en inhoudelijke coördinatie (programmering van de inzet):
    - Inhoudelijke coördinatie. Tot nu toe worden combinatiefunctionarissen volledig ingezet binnen de Brede School Culemborg. De inhoudelijke programmering vindt plaats in een overleg van de bassischooldirecteuren. In lijn met de nieuwe bestuurlijke afspraken BRC 2023-2026, voegen we daar nieuwe profielen toe, van waaruit gewerkt wordt aan de doelen van het herijkt sportakkoord en het speerpunt Passend Beweegaanbod uit dit plan Gezond en Actief Culemborg. De inhoudelijke coördinatie wordt herijkt en aangepast op deze nieuwe situatie.
    - Zakelijke coördinatie. De huidige én toekomstige inzet van de combinatiefunctionarissen vindt plaats vanuit een zakelijk schakelpunt.

Door wie? Uitvoering door partners ondersteund door kartrekkers en combinatiefunctionarissen

- Er worden voor de verschillende speerpunten/doelen kartrekkers aangewezen die er zorg voor dragen dat de acties samenhangend en effectief worden uitgevoerd.
- De combinatiefunctionarissen worden ingezet voor het programmeren van activiteiten voor alle doelgroepen.

5.4. Uitvoeringskader

Om tot concrete uitvoering van de plan over te gaan wordt per speerpunt/doel bekeken welke werkvorm daarbij hoort. Voor de meeste onderwerpen wordt een werkgroep samengesteld met voor iedere werkgroep een kartrekker. Bij een aantal onderwerpen is (voorlopig) alleen een trekker of kwartiermaker in beeld. Deze professionals gaan het plan verder concretiseren en uitvoeren op basis van het werkbudget dat aan het betreffende speerpunt/doel wordt gekoppeld.

1. Kartrekkers voor speerpunten/doelen
    - Het kartrekkerschap is veelal onderdeel van het reguliere subsidiecontract met de gemeente en dus regulier werk. Daar waar dat niet het geval is, kunnen er nadere afspraken gemaakt worden over inzet van additionele uren van de kartrekker.
    - De kartrekker zorgt ervoor dat er een uitvoeringsplan voor dat speerpunt/doel wordt opgesteld en zoekt hierbij ook de samenhang met andere onderdelen van Gezond en Actief Culemborg.
    - De kartrekker is het aanspreekpunt voor de regisseur Gezond en Actief Culemborg en de gemeente.

2. Werkgroepen voor speerpunten/doelen
    - Iedereen (waaronder instellingen, zelforganisaties, burgers) is welkom als partner en is welkom in de werkgroep die past bij zijn/haar activiteiten/doelen.
    - De trekker nodigt actief (nieuwe) partners uit om aan te sluiten. Indien partijen zich zelf melden omdat zij een bijdrage willen leveren, kan dit rechtstreeks bij de kartrekker of via de regisseur Gezond en Actief Culemborg.
    - De kartrekker is het aanspreekpunt voor alle huidige (en nieuwe) partners in de werkgroep en fungeert als voorzitter van de werkgroep.
    - De kartrekker spreekt de partners aan op het toewerken naar een Culemborgs samenwerkingsmodel waarbij doelen en activiteiten samen door de deelnemende partners worden geconcretiseerd.

3. Financieel uitvoeringskader
    - De gemeente stelt zo veel mogelijk per speerpunt/doel een (jaarlijks) werkbudget vast en stelt dit ter beschikking aan de uitvoering. De gemeente zet alle financiële dekkingsmiddelen in (voor het plan) die zij tot haar beschikking staan.
    - De kartrekker informeert de regisseur Gezond en Actief Culemborg en de gemeente vooraf over het uitvoeringsplan met de concrete zakelijke – nader te maken – uitvoeringsafspraken. Er zijn op dat moment nog géén verplichtingen aangegaan. Op basis van de uitvoeringsplannen dienen de uitvoerders offertes in bij de gemeente en worden er nadere opdrachten verstrekt (dan wel met als betaaltitel ‘subsidie’ met alle bijbehorende rechten/plichten over en weer, dan wel met de betaaltitel ‘inkoop’ met alle bijbehorende rechten/plichten over en weer).

4. Inhoudelijk uitvoeringskader
    - Per speerpunt of doel wordt door de trekker/werkgroep een uitvoeringsplan uitgewerkt met concrete resultaten.
    - Daarbij wordt de diverse input benut die tijdens de totstandkoming van dit plan is verzameld. Dat gaat in ieder geval op de verslagen van de twee werktafel-bijeenkomsten en van de beeldvormende bijeenkomst met de gemeenteraad op 1 juni.
    - Daarbij worden ook de Culemborgers betrokken voor wie het plan bedoeld is.
    - Er wordt ingezet op een lerende aanpak. De werkgroep leert van de eigen uitvoering (wat werkt/wat werkt niet?), van voorbeelden uit andere gemeenten en van de beschikbare kennis bij de verschillende expertisecentra (RIVM, Pharos, Movisie, etc)
    - Wat betreft de vijf ketenaanpakken (de gecombineerde leefstijlinterventie bij overgewicht en obesitas van volwassenen, de aanpak overgewicht kinderen, Welzijn op recept, Valpreventie bij ouderen en Kansrijke Start) worden de uitgangspunten gevolgd zoals omschreven in het Gezond en Actief Leven Akkoord.

- De trekker verantwoordt zich jaarlijks aan de stuurgroep over de bereikte resultaten in relatie tot de doelen en neemt daarin ook bovenstaande punten uit de inhoudelijk uitvoeringskader mee.

5. Voortgangsbewaking en bijsturing
   De plannen, voortgang en resultaten van de werkgroep worden vastgelegd en teruggekoppeld aan de stuurgroep Gezond en Actief Culemborg. De regisseur Gezond en Actief Culemborg bevraagt de kartrekkers regelmatig over de voortgang van bovenstaande punten. Mocht blijken dat het niet lukt om tot een integrale samenhangende programmering te komen, dan wordt dit in de stuurgroep Gezond en Actief Culemborg besproken. Indien nodig gaat de gemeente in overleg met de werkgroep.

6. Monitoring & Evaluatie

Landelijke, regionale en lokale monitoring is essentieel om te kunnen bepalen in hoeverre de afspraken uit de diverse akkoorden en de brede SPUK regeling in de lokale en regionale praktijk worden uitgevoerd en welk effect ze laten zien. Uitkomsten uit de monitoring kunnen bijdragen aan het maken van goed onderbouwde keuzes op lokaal (en regionaal) niveau om bij te sturen waar nodig. In dit hoofdstuk beschrijven we zowel de landelijke monitoring, die we in Culemborg kunnen benutten én waar we een bijdrage aan moeten leveren, als de wijze waarop we onze eigen monitoring inrichten

6.1. Landelijke monitoring

Op dit moment zijn er al diverse monitors ontwikkeld, die relevant zijn voor het Gezond en actief leven akkoord en de brede SPUK-regeling. Zo is er onder andere:

- de gemeentezorgspiegel die gemeenten en zorgverzekeraars benutten bij de regionale samenwerkingsagenda's;
- de landelijke monitoring van de gecombineerde leefstijl interventie bij overgewicht en obesitas van volwassenen;
- de monitor van de aanpak kansrijke start;
- de opbrengsten van de JOGG-aanpak;
- en daarnaast meer in algemene zin de GGD-monitors.

Het streven is om voor alle programma's vallend onder de brede SPUK-regeling monitoring in te richten. Deze monitoring kan er per programma anders uitzien. Er is echter meer stroomlijning en uniformering in de monitoring nodig, en aandacht voor dwarsdoorsnijdende thema's als gezondheidsachterstanden. Het ministerie van VWS heeft advies gevraagd aan het RIVM, de GGD-en en het Mulier Instituut over het monitoren van het GALA en de SPUK-regeling op zowel overkoepelende als beleidsinhoudelijke doelen van programma's of aanpakken, en de toepassing in de praktijk van ketenaanpakken. Dit advies wordt in Q2 2023 opgeleverd. Dit wordt meegenomen in de monitoring van de brede SPUK-regeling in Culemborg. De gemeente Culemborg zal gegevens verstrekken conform de voorwaarden uit de brede SPUK-regeling.

6.2. Monitoring Gezond en Actief Culemborg

De monitoring van Gezond en Actief Culemborg wordt gericht op output, ervaringen en procesevaluatie[11]. Er wordt gemeten op output (gedane inspanningen, hoeveel inwoners zijn bereikt) en ervaringen van deelnemers: welk profijt hebben zij van alle inspanningen ervaren, hoe worden deelnemers meegenomen; wat zijn evaluaties van cursussen, in welke mate wordt het aanbod benut, etcetera? Daarnaast evalueren we het proces: wat zijn de effecten op de samenwerkingen en waar zien we daadwerkelijke versnellingen van processen? Hiervoor gaan we periodiek in gesprek gaan met diverse partijen.

De kartrekkers van de verschillende speerpunten en doelen uit het plan voor Gezond en Actief Culemborg wordt gevraagd om in hun uitvoeringsplannen ook de evaluatie en monitoring te beschrijven. Jaarlijks zullen de resultaten hiervan worden verzameld en worden besproken in de brede stuurgroep Gezond en Actief Culemborg. Hierdoor kunnen resultaten in samenhang worden besproken en kan er, zo nodig, in samenhang worden bijgestuurd.

[11] Bij uitvoering van het lokaal preventieakkoord is gebleken dat het lastig is om te monitoren op gezondheidseffecten. Mogelijke gezondheidseffecten worden pas na een langere periode (jaren) zichtbaar. Daarnaast is het zo dat er verschillende interventies tegelijk worden gestart en het meestal n niet duidelijk is welk resultaat door welke interventies komt.

7. Begroting

7.1. Financiële kader SPUK-regeling

De brede SPUK-regeling ten behoeve van sport- en beweegstimulering, het bevorderen van cultuurparticipatie, gezondheidsbevordering en het versterken van de sociale basis 2023-2026 omvat 15 onderdelen ondergebracht onder drie hoofdthema's, te weten: 1) Sport, bewegen en cultuur; 2) Gezondheid & Sociale basis; 3) Ondersteunende onderdelen.

In de regeling zijn alle bedragen gepubliceerd die er per gemeente per onderdeel beschikbaar zijn. Voor Culemborg is het financiële kader vanuit deze regeling zoals in onderstaande tabel.

		2023	2024	2025	2026
Sport, bewegen en cultuur					
1	Lokaal Sportakkoord	€ 20.656	€ 20.656	€ 20.656	€ 15.882
2	Brede Regeling Combinatiefuncties *Dit betreft alleen de Rijksbijdrage. Voorwaarde voor deze middelen is een cofinanciering in de verhouding 40% Rijksmiddelen, 60% overige middelen.*	€ 142.210	€ 142.208	€ 142.208	€ 137.380
Gezondheid & Sociale basis					
3	Terugdringen Gezondheidsachterstanden	€ 31.779	€ 31.778	€ 31.778	€ 31.764
4	Kansrijke Start	€ 23.834	€ 25.423	€ 25.423	€ 31.764
5	Mentale Gezondheid	€ 11.123	€ 7.945	€ 7.945	-
6	Aanpak overgewicht en obesitas	€ 27.806	€ 27.806	€ 27.806	-
7	Valpreventie	€ 81.830	€ 75.473	€ 75.473	€ 77.822
8	Leefomgeving	€ 15.889	€ 15.889	€ 15.889	-
9	Opgroeien in een Kansrijke Omgeving en Vroegsignalering Alcoholproblematiek	€ 3.972	€ 3.972	€ 3.972	-
10	Versterken sociale basis	€ 57.996	€ 57.201	€ 57.201	€ 42.882
11	Mantelzorg	€ 15.889	€ 15.889	€ 15.889	€ 14.294
12	Eén tegen Eenzaamheid	€ 15.889	€ 15.889	€ 12.711	-
13	Welzijn op recept	€ 8.739	€ 15.095	€ 18.272	€ 21.441
Ondersteunende onderdelen					
14	Versterking kennis- en adviesfunctie GGD	€ 3.972	€ 3.972	€ 3.972	-
15	Coördinatie-kosten regionale aanpak preventie	€ 14.142	€ 11.599	€ 11.599	-
Totaal		**€ 475.726**	**€ 470.795**	**€ 470.794**	**€ 373.229**

Voorwaarden inzet middelen

- Gemeenten zijn voor elk onderdeel waarvoor een uitkering wordt aangevraagd gehouden aan de doelen zoals benoemd in de bestuurlijke akkoorden. Daarbij hebben gemeenten niet allemaal dezelfde startpositie.
- De middelen voor een onderdelen mogen met een maximaal percentage van 15% van de uitkering betreffende dat onderdeel aangewend worden voor een ander onderdeel onder hetzelfde hoofdthema, mits wordt voldaan aan de doelen van dat onderdeel zoals beschreven in de bestuurlijke afspraken in het GALA en Sportakkoord II.
- Indien een voor een onderdeel voor het jaar 2023 verleende uitkering niet of niet geheel in het jaar 2023 is besteed, kan het overschot tot een maximum van 20% in het jaar 2024 worden besteed aan het betreffende onderdeel.

Procesgang besluitvorming

- Een voorwaarde bij het aanvragen van de middelen voor het lokaal sportakkoord is dat het lokaal sportakkoord herijkt wordt aan de hand van het ‘Raamwerk Afspraken Sportakkoord’. Het herijkt sportakkoord moet uiterlijk 30 juni 2023 met de Vereniging Sport en Gemeenten worden gedeeld.
- Gemeenten moeten vóór 30 september 2023 hun integrale plan van aanpak sturen naar de kerngroep via gezondenactiefleven@vng.nl en info@sportengemeenten.nl. De kerngroep geeft advies over de plannen.
- Vervolgens sturen gemeenten hun plannen, inclusief een positief advies van de kerngroep, vóór 31 oktober 2023 naar DUS-I. Daarna volgt besluitvorming.

7.2. Vertaling naar begroting voor Gezond en Actief Culemborg

In onderstaande tabel wordt een voorlopige vertaling gegeven van de het financiële kader vanuit de brede SPUK naar de speerpunten in Gezond en Actief Culemborg en het herijkt lokaal sportakkoord. Zoals we in paragraaf 5.4 hebben beschreven gaat de gemeente per speerpunt/doel een werkbudget vaststellen. Dit werken we in de zomer uit en bespreken we eind augustus/begin september tijdens een opstartbijeenkomst met alle beoogde kartrekkers. Daarna wordt deze paragraaf definitief ingevuld.

		2023	2024	2025	2026	Speerpunten Gezond en Actief Culemborg
Sport, bewegen en cultuur						
1	Lokaal Sportakkoord	€ 20.656	€ 20.656	€ 20.656	€ 15.882	- Herijkt sportakkoord
2	Brede Regeling Combinatiefuncties *Bedrag in cursief betreft het totaalbedrag: 40% rijksbijdrage plus 60% cofinanciering.*	€ 142.210 *€ 355.525*	€ 142.208 *€ 355.520*	€ 142.208 *€ 355.520*	€ 137.380 *€ 343.450*	- Herijkt sportakkoord (verenigingsondersteuning) - Passend beweegaanbod - Brede School Culemborg
Gezondheid & Sociale basis						
3	Terugdringen Gezondheidsachterstanden	€ 31.779	€ 31.778	€ 31.778	€ 31.764	- Gezondheidsverschillen terugdringen
4	Kansrijke Start	€ 23.834	€ 25.423	€ 25.423	€ 31.764	- Kansrijke start
5	Mentale Gezondheid	€ 11.123	€ 7.945	€ 7.945	-	- Mentale gezondheid - Mentale gezondheid jongeren
6	Aanpak overgewicht en obesitas	€ 27.806	€ 27.806	€ 27.806	-	- Gecombineerde leefstijl interventies - Ketenaanpak overgewicht kinderen en jongeren
7	Valpreventie	€ 81.830	€ 75.473	€ 75.473	€ 77.822	- Valpreventie
8	Leefomgeving	€ 15.889	€ 15.889	€ 15.889	-	- Gezonde leefomgeving
9	Opgroeien in een Kansrijke Omgeving en Vroegsignalering Alcoholproblematiek	€ 3.972	€ 3.972	€ 3.972	-	- Middelengebruik jongeren
10	Versterken sociale basis	€ 57.996	€ 57.201	€ 57.201	€ 42.882	- Versterking sociale basis - Cultuurparticipatie
11	Mantelzorg	€ 15.889	€ 15.889	€ 15.889	€ 14.294	- Mantelzorg
12	Eén tegen Eenzaamheid	€ 15.889	€ 15.889	€ 12.711	-	- Een tegen eenzaamheid
13	Welzijn op recept	€ 8.739	€ 15.095	€ 18.272	€ 21.441	- Welzijn op recept
Ondersteunende onderdelen						

14	Versterking kennis- en adviesfunctie GGD	€ 3.972	€ 3.972	€ 3.972	-	- Kennisfunctie GGD
15	Coördinatie-kosten regionale aanpak preventie	€ 14.142	€ 11.599	€ 11.599	-	- Regisseur Gezond en Actief Culemborg
Totaal		**€ 475.726**	**€ 470.795**	**€ 470.794**	**€ 373.229**	

Bijlagen

Bijlage I - Landelijke akkoorden

Hoofdlijnen Sportakkoord II "Sport versterkt" (december 2022)
In het Hoofdlijnen Sportakkoord II ligt de nadruk op drie ambities, die weergeven wat de partners samen willen bereiken om de sport in Nederland te versterken. Die ambities zijn leidend in dit Sportakkoord en geven een kader mee voor de lokale Sportakkoorden en de nadere uitwerking met de sportsector. Het gaat om de volgende ambities:

1. Het fundament op orde
   Het fundament op orde brengen betekent dat we de voorwaarden verbeteren om te kunnen sporten en daar plezier aan te beleven. Met fundament doelen we op de mensen, organisaties, cultuur (waarden en normen) en materiële voorzieningen in de sport. Voor de lange termijn bouwen we aan een robuust sportstelsel en inclusieve, veilige en positieve sportcultuur, die beter meegaan in maatschappelijke ontwikkelingen en sterk genoeg zijn om deze en nieuwe uitdagingen het hoofd te bieden.
2. Een groter bereik
   Deze ambitie gaat over de mensen die we met onze inzet bereiken: (potentiële) sporters, toeschouwers en vrijwilligers. We willen hen beter bereiken en meer laten genieten van sport. Voor een groter bereik streven de partners van het Sportakkoord naar kansengelijkheid. Dat betekent een inclusieve sector waarin niemand nog drempels voelt om te (blijven) genieten van sport en sportevenementen. Bereik gaat ook over het organiseren van een passend aanbod en prikkelen van de vraag ernaar, waar we met dit Sportakkoord meer aan gaan werken. Niet iedereen heeft behoefte om te sporten, maar er is nu nog een te grote groep mensen die we onvoldoende weten te bereiken.
3. Meer (zichtbare) betekenis
   Betekenis gaat over de waarde van sport, topsport en sportief bewegen voor de hele maatschappij. Sport geeft energie, plezier, inspiratie en zingeving in het dagelijks leven van zij die het beoefenen of volgen, maar levert ook een bijdrage aan maatschappelijke doelen zoals het tegengaan van eenzaamheid en kansenongelijkheid of het bevorderen van gezondheid. Op de lange termijn is het streven om, via zowel de breedte- als topsport, de maatschappelijke waarde van sport en sportief bewegen te laten groeien. Het bieden van meerwaarde als sportsector aan andere maatschappelijke domeinen is daarbij het uitgangspunt ("Sport in all policies").

Gezond en Actief Leven Akkoord (januari 2023)
Het kabinet heef een gezonde generatie in 2040 met een focus op de jeugd door sport, voeding en bewegen in het regeerakkoord als doel omarmd. Dat betekent dat de Nederlandse jeugd in 2040 de gezondste van de wereld is. Een ambitie waar breed in de samenleving veel draagvlak voor is , en waarbij meer aandacht is voor preventie en een gezonde leefstijl van jongs af aan. Want kinderen die ongezond opgroeien staan veelal op een achterstand. Het verminderen van vermijdbare gezondheidsachterstanden vergt dan ook extra aandacht, vanaf de eerste duizend dagen van een kind. Het verminderen van gezondheidsachterstanden is weliswaar apart als doel benoemd, maar snijdt dwars door de overige doelen heen.

Naast de focus op kinderen en jongeren richten we ons met de gezonde generatie ook op volwassenen met onderstaande gemeenschappelijke doelen en op (het behoud van) de vitaliteit van het toenemend aantal ouderen.

VWS, gemeenten, GGD'en en zorgverzekeraars onderschrijven de volgende gemeenschappelijke doelen:

a) Terugdringen gezondheidsachterstanden (waaronder Kansrijke Start)
b) Een gezonde fysieke leefomgeving die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten
c) Het versterken van (de verbinding met) de sociale basis
d) Een gezonde leefstijl
e) Het versterking van mentale weerbaarheid en mentale gezondheid
f) Vitaal ouder worden
g) Domein-overstijgende inzet vanuit een regionale preventie-infrastructuur

Bestuurlijke afspraken Brede Regeling Combinatiefuncties 2023-2026 (februari 2023)
Met de Brede Regeling Combinatiefuncties wordt deelname aan sport en cultuur verbonden met ten minste één andere sector, zoals de zorg of het onderwijs. Door de jaren heen hebben de functionarissen zich ingezet om de verbinding tussen sectoren te realiseren.

<u>Inzet vanaf 2023: functionarissen binnen het sport-, beweeg- en cultuurdomein</u>
De gezamenlijke ministeries en VNG/VSG zetten zich in om de komende jaren vraaggericht de toeleiding en begeleiding naar sport-, beweeg- en cultuuraanbod te versterken, zodat meer mensen actief betrokken raken bij en deelnemen aan sport, bewegen en cultuur en daarmee gezonder, actiever en fitter worden.

Doelen:
- Meer kinderen, jongeren en volwassenen die sporten, bewegen en meedoen aan cultuur. Het gaat hierbij ook om kwetsbare groepen en mensen die achterblijven in sport-, beweeg- en cultuurdeelname;
- Sterke aanbieders in sport, bewegen en cultuur waarbij kwaliteit, veiligheid en toegankelijkheid geregeld is;
- Een sterke verbinding tussen sport, bewegen en cultuur met andere domeinen en programma's (onderwijs, gezondheid, zorg, welzijn en sociale zaken/armoede & schulden) die bijdragen aan de bovenste twee ambities.

Bijlage II - Partners betrokken bij totstandkoming

PM Wordt nog toegevoegd.

Bijlage III - Gezondheidsmonitors Culemborg

In deze bijlage zijn de resultaten van Culemborg in de meeste recente gezondheidsmonitors[12] opgenomen. Deze bijlage eindigt met twee totaaltabellen van beide gezondheidsmonitors. Voorafgaand daaraan lichten we er de aspecten uit waar Culemborgers het vergelijken met de rest van Nederland beter of juist minder goed doen.

Gezondheidsmonitor volwassen

In onderstaande diagram op de volgende pagina zijn enkele scores uit de gezondheidsmonitor volwassenen uitgelicht. Hierin valt het volgende op:

- De volwassen gezondheidsmonitor laat zien dat we het vergeleken met Nederland gemiddeld genomen iets beter doen. Culemborgers bewegen iets meer dan de gemiddelde Nederlander. Verder is er in Culemborg minder ernstig overgewicht, wordt er minder gerookt en is er minder sprake van overmatig drinken. Ook op eenzaamheid scoren we lager dan in de rest van Nederland.
- Overigens is het feit dat maar iets meer dan 50% van de Culemborgers voldoet aan de beweegrichtlijn[13] een veel te laag percentage. En dit geldt natuurlijk ook voor de andere hiervoor genoemde onderwerpen.
- Daarnaast zijn er een aantal onderwerpen waar de cijfers in Culemborg negatief afsteken ten opzichte van de rest van Nederland. Culemborgers ervaren meer stress. En hoewel er in Culemborg minder mantelzorgers zijn, kent Culemborg relatief meer zwaar belaste mantelzorgers. Dit laatste is het meest opvallende getal.

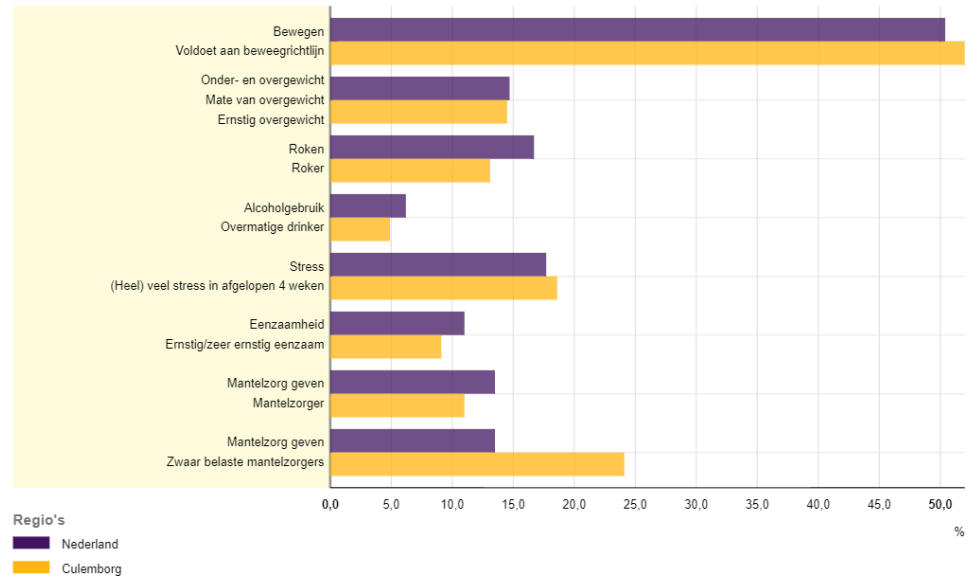


Diagram: Gezondheidsmonitor volwassen (2020) – alle volwassenen Culemborg

[12] De Gezondheidsmonitors bestaan uit de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen en de Gezondheidsmonitor Jeugd. Deze monitors vinden beide elke vier jaar plaats. De Gezondheidsmonitor Jeugd is een samenwerking tussen de GGD'en en het RIVM. De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is een samenwerking tussen de GGD'en, het RIVM en het CBS. Beide Gezondheidsmonitors worden uitgevoerd in opdracht van het Ministerie van VWS en gemeenten.

[13] De beweegrichtlijn voor volwassenen en ouderen is als volgt: (1) Bewegen is goed, meer bewegen is beter. (2) Doe minstens 150 minuten per week aan matig intensieve inspanning, verspreid over diverse dagen. Langer, vaker en/ of intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel. (3) Doe minstens tweemaal per week spier- en botversterkende activiteiten, voor ouderen gecombineerd met balansoefeningen. (4) En: voorkom veel stilzitten.

Gezondheidsmonitor jeugd

In de gezondheidsmonitor valt het volgende op ten aanzien van de Culemborgse Jeugd:

- Wat betreft gezonde leefstijl doet de Culemborgse jeugd het gemiddeld beter dan in heel Nederland. Ze bewegen ongeveer evenveel, maar sporten meer in verenigingsverband. Daarnaast is het middelengebruik over de hele linie beter dan in de rest van Nederland. Ook hier geldt overigens net als bij de volwassenen dat het goed is om te constateren dan we het beter doen dan de rest van Nederland, maar dat de cijfers op zichzelf niet positief zijn.
- Wat betreft de mentale gezondheid van onze jongeren zien we helaas een ander beeld. Culemborgse jongeren ervaren meer psychische klachten, ervaren meer eenzaamheid en hebben meer suïcidale gedachten. Met name dit laatste ligt ook flink hoger dan in de rest van Nederland.
- Deze mentale gezondheid heeft wellicht te maken met dat de Culemborgse jeugd met meer ingrijpende gebeurtenissen te maken hebben dan de gemiddelde Nederlandse jeugd. En daarbij ervaren zij ook minder zorg en ondersteuning.

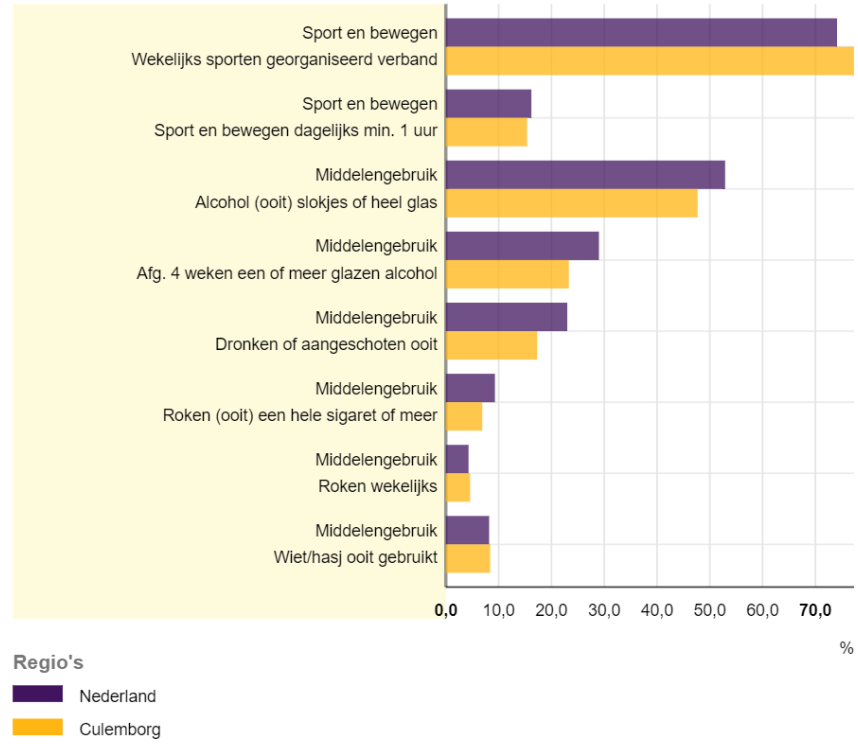


Diagram: Gezondheidsmonitor Jeugd (2021) – gezonde leefstijl

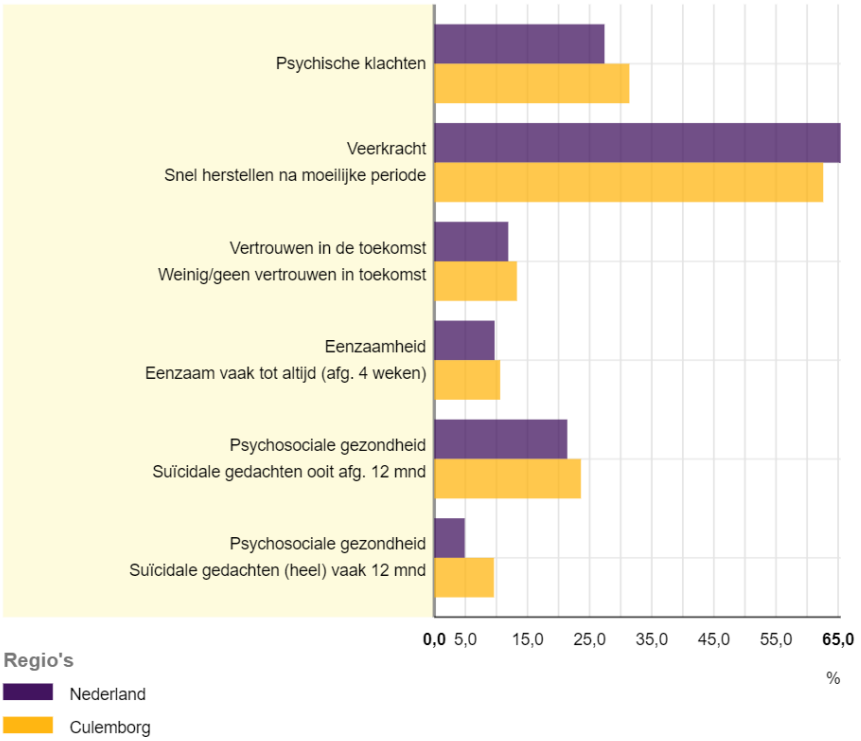


Diagram: Gezondheidsmonitor Jeugd (2021) – Mentale gezondheid

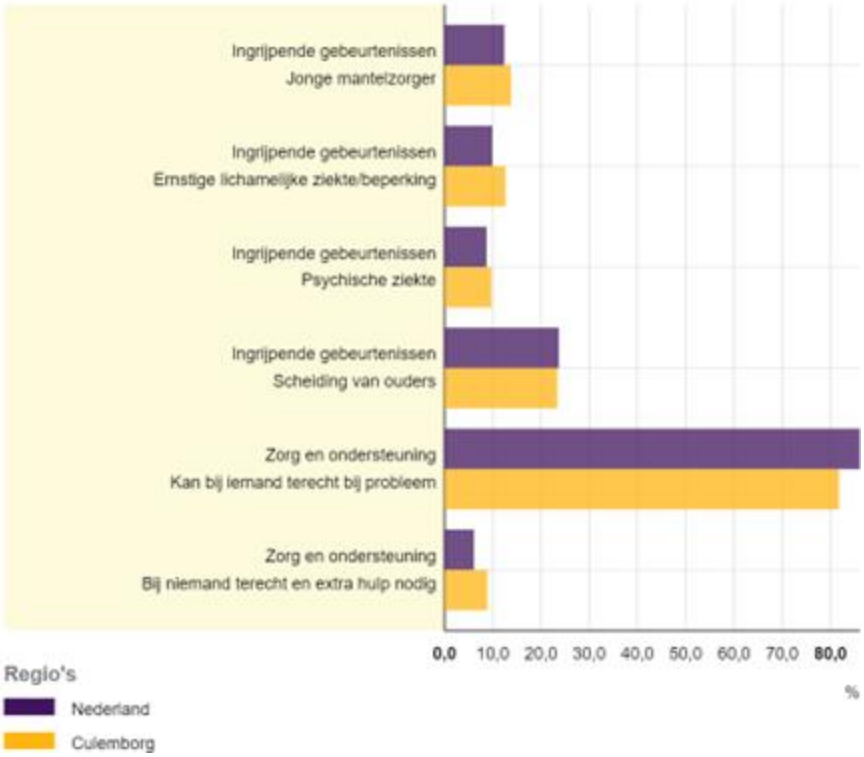


Diagram: Gezondheidsmonitor Jeugd (2021) – Ingrijpende gebeurtenissen en ondersteuningen

Corona Gezondheidsmonitor Jeugd (2021)

Onderwerp		Nederland	Culemborg	GGD Gelderland-Zuid
Ervaren gezondheid (zeer) goed	%	82,7	80,0	81,0
Gelukkig voelen meestal (zeer)	%	76,6	78,0	79,1
Ongelukkig voelen meestal (zeer)	%	6,3	6,1	6,1
Psychische klachten	%	27,4	31,4	29,1
Veerkracht				
Snel herstellen na moeilijke periode	%	65,4	62,6	66,1
Vertrouwen in de toekomst				
Veel vertrouwen in toekomst	%	53,2	51,8	54,8
Eenzaamheid				
Eenzaam vaak tot altijd (afg. 4 weken)	%	9,7	10,6	9,8
Eenzaam soms tot altijd (afg. 4 weken)	%	29,6	29,8	28,5
Ingrijpende gebeurtenissen				
Jonge mantelzorger	%	12,4	13,8	12,6
Ernstige lichamelijke ziekte/beperking	%	9,9	12,6	10,0
Psychische ziekte	%	8,7	9,7	9,8
Scheiding van ouders	%	23,7	23,4	22,4
Sport en bewegen				
Wekelijks sporten georganiseerd verband	%	74,1	77,3	72,9
Sport en bewegen dagelijks min. 1 uur	%	16,2	15,4	14,7
Stress				
Stress d. één of meer fact. (zeer) vaak	%	44,4	44,2	44,5
Middelengebruik				
Alcohol (ooit) slokjes of heel glas	%	52,9	47,7	57,0
5/meer drankjes één gel.heid afg. 4 wkn.	%	19,7	13,7	23,6
Dronken of aangeschoten ooit	%	23,0	17,3	25,2
Roken (ooit) paar trekjes/hele sigaret	%	15,7	10,7	17,0
Roken wekelijks	%	4,3	4,6	5,0
Wiet/hasj ooit gebruikt	%	8,2	8,4	8,8
Zorg en ondersteuning				
Kan bij iemand terecht bij probleem	%	86,1	81,8	85,4
Bij niemand terecht en extra hulp nodig	%	6,1	8,9	6,7
Voldoende weerbaar	%	87,7	82,6	85,7
Psychosociale gezondheid				
Suïcidale gedachten ooit afg. 12 mnd	%	21,4	23,6	23,9

Bron: Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021, GGD'en en RIVM

Corona Gezondheidsmonitor 18 jaar en ouder (2022)

Onderwerp		Totaal			18 tot 65 jaar			65 jaar of ouder		
		Nederland	Culemborg	GGD Gelderland-Zuid	Nederland	Culemborg	GGD Gelderland-Zuid	Nederland	Culemborg	GGD Gelderland-Zuid
Bewegen										
Voldoet aan beweegrichtlijn	%	50,4	52,0	49,4	54,2	55,3	52,6	38,2	41,2	38,5
Ervaren gezondheid (goed/zeer goed)	%	79,1	77,2	76,6	82,8	80,0	80,1	67,1	67,6	64,7
Onder- en overgewicht										
Mate van overgewicht										
Matig overgewicht	%	34,8	33,6	35,2	32,8	30,9	33,3	41,3	42,7	41,8
Ernstig overgewicht	%	14,7	14,5	14,5	13,9	13,9	13,6	17,3	16,5	17,7
Roken										
Roker	%	16,7	13,1	18,0	18,9	14,4	20,5	9,7	8,7	9,7
Alcoholgebruik										
Voldoet aan alcohol richtlijn	%	43,4	47,0	41,6	40,2	44,9	38,4	54,0	54,2	52,8
Overmatige drinker	%	6,2	4,9	6,1	5,9	4,7	6,0	7,0	5,9	6,7
Lichamelijke gezondheid										
Eén of meer langdurige aandoeningen	%	32,2	30,7	33,0	27,5	25,9	27,9	47,1	46,4	49,9
Langdurige ziekte en beperkt	%	28,2	24,9	29,3	22,9	19,9	23,9	45,1	41,2	47,2
Beperkingen										
Eén of meer lichamelijke beperkingen	%	14,5	12,5	13,2	10,7	9,1	9,3	26,1	23,4	26,1
Hoog risico op angst of depressie	%	6,4	7,3	6,6	7,2	8,4	7,6	3,9	3,8	3,1
Stress										
(Heel) veel stress in afgelopen 4 weken	%	17,7	18,6	18,9	21,2	22,5	22,7	6,5	6,1	6,4
Matig/veel regie over eigen leven	%	90,6	91,1	90,5	92,0	92,1	91,7	86,1	87,8	86,5
Eenzaamheid										
Eenzaam	%	46,6	45,5	44,8	45,7	44,8	43,0	49,3	47,6	50,7
Ernstig/zeer ernstig eenzaam	%	11,0	9,1	9,4	11,2	9,1	9,4	10,3	9,3	9,5
Mantelzorg geven										
Mantelzorger	%	13,5	11,0	13,1	13,2	11,2	12,7	14,6	10,4	14,5
Uren mantelzorg per week	aantal	11,6	16,1	11,7	9,8	15,5	9,5	17,1	18,4	18,2
Zwaar belaste mantelzorgers	%	13,5	24,1	15,0	13,7	25,5	15,1	13,0	19,5	14,6
Vrijwilligerswerk	%	25,4	25,7	25,1	24,5	23,6	24,0	28,1	32,6	28,8

Bron: Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020, GGD'en, CBS en RIVM

Bijlage IV - Stand van zaken Lokaal Preventieakkoord Culemborg

In deze bijlage wordt de stand van zaken van het Lokaal Preventieakkoord weergegeven.
Hierin wordt teruggekeken op 2022 en worden de plannen voor 2023 (gepland voor de totstandkoming van dit plan voor Gezond en Actief Culemborg) verwoord.

I. Inwoners in Culemborg bewegen voldoende, eten gezond en hebben een gezond gewicht.

Gezonde school

Activiteiten 2022 Gezonde school aanpak

- Doorlopende advisering Gezonde School aanpak
  - scholen kunnen op ieder moment in het schooljaar terecht met vragen/een traject starten.
  - Voorjaar 2022 → landelijke Gezonde School subsidie aan te vragen → 5 scholen gestart
  - Ook buiten de subsidieaanvragen lopen verschillende trajecten op de thema's Seksualiteit en Relaties, Welbevinden, Voeding, Bewegen en Sport.
- 5 scholen gestart met Gezonde school subsidie
- Jaarplanning VO scholen voor integraal programma met andere samenwerkingspartners van het LPA
- Kind en covid jeugdmonitor zijn uitgezet
- Studiemiddagen voor docenten VO onderwijs verzorgd
- Nieuw behaalde themacertificaten:
  - KWC Gershwinhof: Relaties & seksualiteit
  - Kon Julianaschool, Oranje Nassaulaan: Voeding
  - Kon Julianaschool, Oranje Nassaulaan: Bewegen en Sport
  - Kon Julianaschool, Oranje Nassaulaan: Welbevinden

Plannen 2023 Gezonde schoolaanpak	
Activiteiten	**Deelactiviteiten**
Passende school aanpak op iedere school	- Inventariseren op alle scholen wat wensen en behoeften zijn en deze actief opvolgen gezamenlijk met Pro Persona en Iris zorg - Actief aanbod vanuit passende school aanpak onder de aandacht brengen - Voordelen Gezonde School met voorbeelden delen - Inzetten op een beperkt aantal thema's en verdieping opzoeken welke passend is bij de school
Leefstijlweekend	Voorbereidingen deelname feel a life 2023

Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)

Activiteiten 2022 Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)

- GLI voor verzekerden met een Garant polis
  - Aparte vitaliteitsgroep opzetten voor GLI
- Start 2 vitaliteitsgroepen (zonder Garant polis) met aanvullend beweegaanbod
  - Vitaliteitsgroep wordt 2 jaar ondersteund in leeftsijlcoaching met groepslessen; individuele begeleiding en sporten o.b.g.v. een fysiotherapeut / sportcoach
- Ontwikkelen pre GLI aanbod voor groepen in kwetsbare situaties
  - Gezamenlijk programma met leefstijlcoach en voeding; er bleek onvoldoende animo voor het starten van een groep

Plannen 2023 Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)	
Activiteit	**Deelactiviteiten**
GLI voor verzekerden met een Garant polis (voor mensen met BMI > 25)	Deze groep inwoners wordt samengevoegd met de groep zonder Garant polis (praktisch gezien niet mogelijk om te scheiden gezien de aantallen)
Start 2 vitaliteitsgroepen (zonder Garant polis) met	2e vitaliteitsgroep gaat starten met meer aandacht voor de overdracht naar de reguliere setting

aanvullend beweegaanbod	
Ontwikkelen pre GLI aanbod voor groepen in kwetsbare situaties (kennismakingscursus)	Gezamenlijk programma leefstijlcoaching en voeding wordt breder opgepakt, zodat het bereik voor deze cursus groter wordt
Kartrekker	Rol van kartrekker gaat over van Mura naar de GGD
Leefstijlweekend	Voorbereidingen deelname aan manifestatie juni 2023
Inventariseren wie als partner nog meer kunnen aansluiten	Er komen steeds meer leefstijlcoaches; aansluiting laten vinden bij gezamenlijk doel en dat ze meedenken in programmeringstafel.
Aansluiten meerdere partners	Doorlopend proces; Aandacht voor integraliteit in samenwerkingen en opkomst van commerciële bedrijven. Hiervoor duidelijke richtlijnen opstellen)

Lekker in je Vel

Activiteiten 2022

- Samen Leren Gezond Gewicht / Lekker in je Vel
  - Project eind 2022 afgerond; nu evaluatie
- Aansluiten van het consultatiebureau
  - Concept beweegvriendelijk consultatiebureau wordt uitgewerkt
- Voorstellingen “voor je het weet, zijn ze groot”
  - Bewustwording van gezonde leefstijl bij ouders / verzorgers

Plannen 2023 Lekker in je Vel	
Activiteit	**Deelactiviteiten**
Collectieve / selectieve preventie	• Collectieve preventie; stimuleren gezonde leefstijl voor alle kinderen van 0 – 12 jaar en hun ouders/opvoeders. • Selectieve preventie; betere signalering, ondersteuning en zorg voor kinderen boven een gezond gewicht.
Pilot ketenaanpak	
Gezondheidsevent	• (mede)organiseren gezondheidsevent in Culemborg; creëren beweegvriendelijk consultatiebureau
Leefstijlweekend	Voorbereidingen deelname aan manifestatie 2023
Samenwerking	• Samenwerking met andere partners LPA behouden en elkaar inspireren / informeren. • Gezamenlijke doelen meer concretiseren

II. Jeugd in Culemborg is weerbaar om gezonde keuzes te maken en mentaal gezond.

Activiteiten 2022 op het gebied van Mentale gezondheid van Jeugd / Jongeren

- Gezamenlijke scholingsmiddagen met samenwerkingspartners voor VO scholen
- Get2KnowU (VO)
  - Voorbereiding programma (leerlingen laten openstaan voor elkaars verhaal (begrip)
- Deskundigheidsbevorderingen voor ouders / verzorgers
  - Angst / depressie en stress
- Theateravond “Praten met je puber”

Plannen 2023 Mentale gezondheid jeugd	
Activiteit	**Deelactiviteiten**
Breder bespreken kindmonitor	• Acties uitzetten en ophalen wensen en behoeften vanuit IB-ers PO scholen
Cursus Rouw & Verlies	
Get2knowU	• Droombeeld ket2knowU verwezenlijken
Leefstijlweekend	Voorbereidingen deelname aan manifestatie 2023

III. In Culemborg wordt middelengebruik onderen jongeren en volwassenen teruggedrongen.

Integrale aanpak rondom middelengebruik (roken & alcohol)

Activiteiten 2022

- Integrale aanpak roken
  - Campagne rookvrije sport i.s.m. kartrekker sport
  - Aandacht stoptober
- Integrale aanpak Alcohol
  - Ondersteunen / meedenken op VO met middelen regelement
  - Signalering (trainen docenten)
  - Voorlichting/educatie 1e jaars VO
  - Ouderavonden
- Trainen professionals
  - Docenten Lek & Linge getraind
- Aansluiten bij landelijke campagnes
  - Stoptober
  - NIX 18

Plannen 2023 Integrale aanpak rondom middelengebruik	
Activiteit	**Deelactiviteiten**
Nalevingsonderzoek	• Uitkomsten van het nalevingsonderzoek Alcohol in kaart brengen en acties op uitzetten.
Voorlichting / begeleiding VO	• Voorzetten van de voorlichting en begeleiding van het onderwijs; structureren en borgen en waar gevraagd uitbreiden.
Theatervoorstelling	
Rookvrije sport	• Invoering rookvrije sport in samenwerking met kartrekker sportakkoord
Aansluiten bij landelijke campagnes	• Stoptober • Ik PAS; Culemborg eigen pagina • NIX 18
Leefstijlweekend	Voorbereidingen deelname aan manifestatie 2023

IV. Culemborgse ouderen leven vitaal en zijn actief deel van de maatschappij.

Vallen & vitaal bewegen

Een integrale werkgroep (zorg, welzijn, sport) ontwikkelt en voert concrete activiteiten uit:

a. Lokaal preventieve aanpak met een bredere benadering gericht op het positief doel ‘vitaal blijven en bewegen’.
b. Ontwikkelen Çulemborgs samenwerkingsmodel incl. communicatiecampagne ter voorlichting en bewustwording, aanbod aan valpreventiecursussen en sluitend sport en beweegaanbod en een beweegvriendelijke omgeving (i.s.m. Sportakkoord).
c. Regionaal is er een projectgroep die de zorg wil verbinden met de lokale situatie in de verschillende gemeenten middels het zorgpad ‘Blijf in de been, voorkom vallen’. Hierin wordt het pad van signalering tot de beoordeling / behandeling in het ziekenhuis beschreven. De aanbevelingen uit de regionale pilot worden meegenomen in de uitvoering van de lokale werkgroepen.

Uitvoeringsplan met activiteiten is, in samenwerking met een actieve werkgroep waarin verschillende disciplines vertegenwoordigd zijn, ontwikkeld. Een onderdeel is het Culemborgs samenwerkingsmodel voor valpreventie trainingen met daarin een jaarrond programma gericht op voorlichting en bewustwording, signalering en verwijzing, valpreventieve interventies/ trainingen met samenwerkingsafspraken rondom planning en deelnemerskosten) en deskundigheidsbevordering.

Speerpunten	Concrete acties
Voorlichting en bewustwording	• **Jaarlijkse uitgave van folder 'goed voorbereid ouder worden'** voor inwoners in Culemborg met daarin aandacht voor valpreventie activiteiten zoals medicatiechecks apotheek, valpreventietrainingen, overzicht van het sport en beweegaanbod voor ouderen, tips om vallen te voorkomen en ervaringsverhalen. • **Seniorenbeurs 2021 en 2022;** aandacht voor valpreventie d.m.v. van beweeg/ balanstestjes en een informatiekraam • **Korte voorlichtingsfilm over de Culemborgse valpreventietrainingen** voor inwoners. Verspreid onder huisartsen en fysiotherapeuten t.b.v. hun wachtkamerschermen. • **Raadsavond thema ouderen;** met filmpjes uit de praktijk.
Deskundigheids-bevordering	• Succesvol i.s.m de gemeente west Betuwe uitgevoerd met totaal 40 deelnemers, waarvan er 22 uit Culemborg kwamen. Deelnemers waren vertegenwoordigd vanuit sport, zorg en fysiotherapie. • In 2023 bieden we een zelfde training aan voor mantelzorgers en vrijwilligers, de werving loopt goed. • **Basistraining valpreventie** voor professionals door veiligheid NL; 16 deelnemers van verschillende disciplines uit Culemborg. • **Online training valpreventie voor medewerkers gemeente sociaal domein;** in samenwerking met Buren, West Betuwe en Maasdriel. Gegeven door Veiligheid NL.
Valpreventieve interventies/trainingen	• **Balanstraining** wordt ieder voor- en najaar gestart. De 3e serie start in het najaar van 2023. Er hebben nu rond de 24 mensen deelgenomen. Voor de 3e serie staan er al deelnemers op de wachtlijst. • **Training Vallen Verleden tijd** wordt ieder voor- en najaar gestart. De 4e serie start in het najaar van 2023. Er hebben nu rond de 33 mensen deelgenomen. Voor de 4e serie staan er al deelnemers op de wachtlijst. • **Gratis kennismaking/ proeflessen bij reguliere sportverenigingen** • **Doorstroom naar beweegaanbod; t**ijdens de balans- en vallen verleden tijd training wordt altijd d.m.v. gastsprekers het vervolgaanbod naar bewegen in Culemborg gepresenteerd.

<u>Plannen 2023 en verder</u>

- **2023: seniorenbeurs 'feel alive' event** met aandacht voor valpreventie
- **Herdruk folder** Goed voorbereid ouder worden
- **Op aanvraag: lezingen bij seniorencollectief/ouderenbond door apotheker**
- **interview apotheker in lokale krant**
- **Praktische workshop vallen en opstaan** voor mantelzorgers en vrijwilligers, de werving loopt goed.
- **Serie 3 Balanstraining**
- **Herhaalcursus oud deelnemers Balanstraining**
- **Serie 4 vallen verleden tijd training,** met voorafgaand een intake en test
- **Beweegactiviteit;** wekelijks door een fysiotherapeut in bestaande ontmoetingsplek start in juni. Goede plek voor signalering en doorverwijzing naar regulier sport/ beweegaanbod en valpreventie trainingen.
- **Mobiliteitsprogramma's** voor inwoners zoals 'zeker op de (elektrische) fiets, veilig met de rollator op stap'
- **Uitbreiding van het beweegaanbod voor ouderen**, hopelijk met buurtsportcoach. Maar ook d.m.v. bijvoorbeeld kwiekroutes.
- **Fysieke inrichting;** koppeling maken met fysiek domein gemeente. Samenwerking bevorderen.
- **Aanbod valpreventie programma's uitbreiden;** benaderen fysiotherapeuten, aanbod vergroten (bijvoorbeeld OTAGO)
- **Samenwerking bevorderen onderling** op meerdere thema's voor ouderen (zoals valpreventie, gezondheidsbevordering, eenzaamheid en dementievriendelijk)

Eenzaamheid

Speerpunten en activiteiten 2022

a. De coalitie ontwikkelt zich tot de belangenbehartiger voor de lokale aanpak eenzaamheid
b. Communicatie-campagne ter voorlichting en bewustwording: kennis over en bewust zijn van eenzaamheid. Zowel eenzaamheid als alleen zijn (geen/onvoldoende netwerk) als je eenzaam voelen.
c. Betere signalering van eenzame mensen (herkennen en vinden): zoals signaleringskaart, signaalpunt/meldloket, trainingsprogramma over signaleren.
d. Ondersteunen en activeren van eenzame mensen: Aanbod binnen gemeente is goed in kaart en inwoners weten het te vinden.
e. Deskundigheidsbevordering professionals/vrijwilligers: kennislunch, train de trainer, zingeving.
f. Er wordt integraal samengewerkt: organisaties werken effectief samen binnen de coalitie. Lokale ondernemers zijn ook betrokken bij de aanpak eenzaamheid (zorg, welzijn, ondernemers).

Speerpunten	**Concrete acties**
Coalitie is opgezet en actief	Verschillende disciplines zijn aangehaakt bij de coalitie. Er is een actieve werkgroep maar ook een schil er omheen die vooral tijdens de week tegen eenzaamheid aanhaakt.
Communicatie en bewustwording	• Tijdens de feestdagen in lokale krant • Aanschrijven van huisartsen, signaleren van eenzaamheid. • Verspreiden van signaleringskaart onder huisartsen • Tijdens de week tegen eenzaamheid • Door Elk Welzijn met de eigen reguliere activiteiten gericht op eenzaamheid
Bestaand aanbod	Inventarisatie bestaand aanbod uitgevoerd en gedeeld
Jaarlijkse week tegen eenzaamheid	In 2021 en 2022 georganiseerd. De gehele week staat in het teken van eenzaamheid, met (ontmoet)activiteiten door de gehele stad: • **Koffie drink momenten** (zoals op de markt, bij de Hema, bij de Plus) • **Gezamenlijke 'soep eet momenten'** • **Bestaande ontmoetingsplekken** besteden aandacht aan het onderwerp en het taboe op eenzaamheid • **folder "kom erbij in Culemborg"** voor inwoners met programma van de week, feiten en cijfers, waar kun je na de week terecht, hoe herken je signalen van eenzaamheid en wat kun je zelf doen. • **persberichten** en aandacht op digitale bord van de stad
Deskundigheids-bevordering professionals	• training eenzaamheid bij migranten ouderen • training signaleren van eenzaamheid
Activiteiten overig	• **Verschillende Gespreksgroepen** zingeving/ dialoog over eenzaamheid Elk Welzijn • **Seniorenbeurs 'feel alive' event** met aandacht voor valpreventie • **Raadsavond thema ouderen;** met filmpjes uit de praktijk • **Elk welzijn** organiseert al veel en is erg actief. Bijvoorbeeld in de bestaande ontmoetingsplekken in de stad.

Plannen 2023 en verder

- **2023: seniorenbeurs 'feel alive' event** met aandacht voor eenzaamheid
- **Organisatie week tegen eenzaamheid** met weekprogramma activiteiten, folder en communicatie
- **Deskundigheidsbevordering professionals**
- **Culemborg voor elkaar** meer gebruiken om ontmoeting en verbinding te stimuleren
- **Bestaande activiteiten Elk Welzijn** e.a. onder de aandacht brengen
- **Nieuwe plannen ontwikkelen 2024 en verder;** waar gaan we op inzetten samen met de coalitie
- **Samenwerking bevorderen onderling** op meerdere thema's voor ouderen (zoals valpreventie, gezondheidsbevordering, eenzaamheid en dementievriendelijk)

Dementie

Activiteiten 2022

- Participeren in landelijke campagnes gerelateerd aan dementie
- Invulling van dementievriendelijke Gemeente; startbijeenkomst en verdere plannen ontwikkelen
- Aandacht voor de dementie binnen migrantengroepen
- Onderzoeken samenwerking met andere programmeringstafels gericht op ouderen

Plannen 2023 Dementie	
Activiteit	**Deelactiviteiten**
Dementievriendelijke Gemeente	• Dementievriendelijke Gemeente verder uitwerken met input van landelijke ontwikkelingen en voorbeelden
Samenwerking Jeugd / ouderen	• Samenwerking / link zoeken tussen de ouderen en jeugd in de vorm van maatschappelijke stages vanuit het VO en ouderenzorgorganisaties
Alzheimercafé	
Aansluiten bij landelijke campagnes	• Volgen van landelijke trends op het gebeid van dementie en deze verwerken / toepassen in het bestaande beleid
Positionering werkgroep	• Positionering van de werkgroep in relatie tot andere veel lopende projecten betreffende ouderen en dementie. Er zijn veel projecten waar dezelfde sleutelfiguren aan tafel zitten; hoe kunnen we kwalitatief goed input krijgen voor de verschillende werkgroepen, maar de professionals zo min mogelijk belasten (vissen uit dezelfde vijver)