



Nijmegen

Voortgangsrapportage
Gezondheidsagenda
2021– 2024

Samenwerken
aan gezondheid

Dit is een
interactief document
waar u doorheen kunt
bladeren. Gebruik daarvoor
het menu bovenaan de
pagina's en klik op de
knoppen.





Onze speerpunten

Gezond en veilig opgroeien	5
Gezond gedrag	8
Mentale gezondheid	10
Gezond ouder worden	12
Gezond met een beperkt budget	14
Gezond werkgeverschap	17
Gezonde leefomgeving	19

Inleiding

Ambitie	3
Uitgangspunten	3
Samenwerking	3
Groen, gezond en in beweging	4





Inleiding

Met de **Gezondheidsagenda 2021–2024 Samenwerken aan gezondheid** werken we aan de hand van zeven speerpunten concreet aan de doelstellingen van het gezondheidsbeleid. Door middel van deze voortgangsrapportage informeren we de raad over de voortgang van de uitvoering van deze speerpunten.

Ambitie

Onze ambitie is om gezondheidswinst te behalen voor iedereen en werk te maken van de aanpak van gezondheidsverschillen.

Uitgangspunten

- We passen de brede benadering van positieve gezondheid toe. Hierbij wordt gezondheid gezien als een geheel van lichamelijke gezondheid, mentale gezondheid, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren.
- We vinden het belangrijk dat iedereen mee doet in de maatschappij en dat we met beleid en uitvoering aansluiten bij de behoefte en mogelijkheden van inwoners.
- We willen, als gemeente, het goede voorbeeld geven als het gaat om de gezondheid en vitaliteit van mensen. Dit doen we als werkgever en in de uitvoering van sociale en ruimtelijke programma's.
- We werken aan het versterken van de preventiestructuur.

Samenwerking

Voor het bereiken van de doelstellingen op de verschillende speerpunten is het van essentieel belang om samen te werken, zowel tussen de verschillende beleidsterreinen binnen de gemeente Nijmegen, als met inwoners, organisaties en bedrijven in de stad. Met Groen, gezond en in beweging kent Nijmegen een uniek en stevig netwerk van partijen die met elkaar willen werken aan gezonde inwoners in een gezonde stad.

Onze ambitie is om gezondheidswinst te behalen voor iedereen en werk te maken van de aanpak van gezondheidsverschillen.



Groen gezond en in beweging

Groei netwerk

Het netwerk van Groen, gezond en in beweging blijft groeien en is uitgebreid met 8 nieuwe partners en 14 vrienden. In totaal zijn er nu 62 organisaties die samen werken aan de thema's van het Lokaal Preventieakkoord. Door corona konden fysieke netwerkbijeenkomsten niet plaatsvinden, maar met digitale bijeenkomsten op onder andere het thema bewegen, zijn partijen toch in staat geweest om contact te hebben en de samenwerking te versterken. In mei 2022 was er weer een geslaagde fysieke meet & greet over mentaal fit waar HR-professionals en leidinggevenden van diverse organisaties inspiratie hebben opgedaan en ideeën uitgewisseld over mentale fitheid van jonge medewerkers. In november 2022 is er een meet & greet geweest over hoe praktisch, beleid, onderzoek en onderwijs met elkaar kunnen versterken op de thema's van het Lokaal Preventieakkoord.

Inzet uitvoeringsbudget LPA

Het uitvoeringsbudget van het Lokaal Preventieakkoord (LPA) in 2021 en 2022 is ter beschikking gesteld aan het netwerk van Groen, gezond en in beweging. Hierdoor zijn er in Nijmegen diverse initiatieven ondersteund. In 2022 bijvoorbeeld 8 initiatieven die zich richten op mentaal fit of gezonde voeding of op mensen in kwetsbare situaties. Het gaat om het pop-up leefstijl festival 'Gesond en Gezellig', een lespakket 'less stress' voor MBO-docenten en studenten en een vervolg op project Fitcoins van Vincentius Vitaal.

Aandachtspunt

Het netwerk Groen, gezond en in beweging groeit en bestaat ondertussen uit grotere en kleinere organisaties, van een zorginstelling tot woningbouwcorporatie, van onderwijsinstelling tot bouwbedrijf, van verloskundigenpraktijk tot restaurant. De omvang en diversiteit van het netwerk is de kracht en tevens een uitdaging om met beperkte middelen het netwerk en de activiteiten te laten floreren.





Gezond
en veilig
opgroeien



Gezond en veilig opgroeien



Doel

Het creëren van gelijke kansen voor kinderen en jongeren om gezond, veilig en kansrijk op te groeien en naar vermogen mee te doen in de samenleving.

Rookvrije generatie

Op steeds minder plekken worden sigaretten verkocht en steeds meer bedrijven en organisaties worden rookvrij. In 2021 werden zwembaden rookvrij en zagen we steeds meer eigen initiatieven voor een rookvrije omgeving, zoals verschillende huisartsen met het initiatief voor rookvrije ingangen, maar ook het rookvrije Marikenhuis, de bibliotheek, De Lindenberg en restaurants en cafés zoals de Firma en koffiebar Koen.

Gezonde start

In 2021 heeft er scholing over Rookvrije Start plaatsgevonden voor 50 verloskundigen, kraamzorgmedewerkers, medewerkers uit het ziekenhuis en JGZ-medewerkers. Ze werden geïnformeerd over het nieuwe zorgpad 'stoppen met roken'. Ook was er veel aandacht voor de Rookvrije Start materialen, zoals e-learning Rookvrije Start, de CO-meter en beeldverhalen.

Kansrijke start

Met het programma Kansrijke start willen we meer kinderen in Nijmegen een kansrijke start geven en daarmee uiteindelijk de gezondheidsverschillen verkleinen. Het programma is gericht op (aanstaande) ouders met kinderen van -9 maanden (voor de conceptie) tot 4 jaar, waarbij specifieke aandacht is voor kwetsbare groepen. De afgelopen periode is onder meer geïnvesteerd in het trainen van professionals in de geboortezorg in Rookvrije Start en Nu Niet Zwanger. Ook is door de GGD de interventie Voorzorg uitgevoerd, waardoor in 2022 acht kwetsbare gezinnen intensief worden ondersteund gedurende hun zwangerschap en de eerste twee levensjaren van hun kind. Door deze intensieve begeleiding worden de opvoedvaardigheden van ouder(s) versterkt en is er aandacht voor het versterken van het netwerk en de ontwikkeling van moeder. Hierdoor wordt het risico op mishandeling en verwaarlozing als gevolg van opeenstapeling problemen verlaagd. Daarnaast is een focusgroep opgericht met kwetsbare (aanstaande) ouders die zijn betrokken bij de kwaliteit van de Nijmeegse geboortezorg en het verbeteren ervan.



Gezond gewicht jeugd

Er is een stedelijke Drinkwater actie uitgevoerd (met de focus op de wijken Dukenburg en Hatert) om de Nijmeegse jeugd te stimuleren om meer water drinken. Bij negen scholen, zes wijkinstellingen en sporthallen is met Clean Graffiti het Drink Water-logo aangebracht. Daarnaast hebben de deelnemende scholen en organisaties ook raamstickers geplakt met het Drinkwater logo en zijn ze in hun activiteiten en lessen met het thema aan de slag gegaan.

In de wijken Dukenburg, Hatert en Willemskwartier zijn vanuit de preventieplatforms jeugd verschillende acties ondernomen om bewegen bij het jonge kind (0-6 jaar) te stimuleren. Eén van de activiteiten in dit kader is het beweegstimulerend inrichten van de consultatiebureaus in deze 3 wijken. Kinderen worden uitgedaagd om te bewegen en het gesprek met ouders komt makkelijker tot stand.



Vetlekker

Binnen het project 'Zet VetLekker op de kaart!' hebben kinderen samen met koks een receptenboekje ontwikkeld 'Favoriete gezinsrecepten: lekker, betaalbaar en gezond'. Betrokkenen waren vijf groepen kinderen scholen/activiteitenpleinen (Bindkracht 10) N=88, 7 restauranthouders, studenten HAN en sleutelfiguren binnen een panel. Er is een maaltijd-box samengesteld die is verspreid onder 160 gezinnen. Vanuit dit project zijn verbindingen gelegd met andere initiatieven in de stad gericht op gezonde voeding, zoals: Van Tuin tot Bord, Vincentius, Beweeg je Fit, Gezonde School en Kion. Daarnaast loopt de reguliere uitvoering van Vetlekker met vier nieuw deelnemende restaurants en vier activiteitenpleinen (Bindkracht10), waarbij kinderen samen met koks werken aan gezonde kindermenu's op de kaart. Ook wordt er een onderzoek uitgevoerd bij restauranthouders (Rumc) en stemmen we vanuit het project af met het landelijke netwerk gezonde Kindermenu's (o.a. JOGG).

Gezonde school / Gezonde kantine

De gezonde school aanpak heeft geresulteerd in meer certificaten van de Gezonde School. Er zijn 26 geregistreerde Gezonde Scholen met samen 38 themavignetten. 21 scholen vroegen (en ontvingen) dit jaar extra ondersteuningsaanbod (budget, training en advies)

2019 was een topjaar voor schoollocaties met een Gezonde Kantineschaal. Corona (scholen én school-kantines dicht) gecombineerd met de invoering van nieuwe richtlijnen rondom kantines (aanpassen van het assortiment) zorgden ervoor dat we die lijn niet konden doorzetten. Maar langzaam zit de stijgende lijn er weer in: 6 schoollocaties in Nijmegen (14 in Gelderland-Zuid) hebben een schaal behaald in schooljaar 2021-2022. Met 3 locaties in Nijmegen (6 in Gelderland-Zuid) zijn we nog aan de slag, en met meerdere locaties is weer contact geweest en is er mogelijk interesse om te beginnen aan een aanvraag voor de Gezonde Kantineschaal.



SchoolsOUT

Op 12 oktober werd het 20-jarig jubileum van SchoolsOUT gevierd met diverse workshops voor Nijmeegse scholen en kinderopvangorganisaties. Naast de reguliere contacten met PO-, VO-, en MBO scholen en voorlichtingsbijeenkomsten zijn er met de kinderopvangorganisaties Nannies en KION de eerste stappen gezet om aandacht te schenken aan seksuele en genderdiversiteit.

Helder op school

Op 12 april 2022 is er een themabijeenkomst/kick-off geweest 'Gezamenlijke aanpak middelenpreventie scholen Nijmegen e.o.' Deze aanpak is gebaseerd op de aanpak Helder op school, ontwikkeld door het Trimbosinstituut en onderdeel van de Gezonde School. Een werkgroep met afvaardiging van diverse scholen is onder leiding van IrisZorg en de GGD aan de slag met het maken van een plan van aanpak voor middelenbeleid voor alle VO scholen, met als doel leerlingen bewust te maken van de gevolgen en hen te stimuleren niet te roken of te drinken, geen drugs te gebruiken en niet te veel te gamen. Er wordt gewerkt aan een beleidsplan en er starten trainingen voor docenten in diverse lesmodules voor de leerlingen. Verder zijn bijna 100 docenten van het Mondial College getraind in het signaleren en bespreekbaar maken van middelengebruik. Daarnaast worden ook de jongerenwerkers van de VO scholen betrokken bij de aanpak.

Cijfers die we volgen

	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015
% kinderen en jongeren met overgewicht		14%		13%			13%	
% kinderen dat voldoet aan de beweegnorm		75%				75%		
% jongeren dat voldoet aan de beweegnorm		Kon niet berekend worden		47%				48%
% jongeren dat rookt		8%		8%				12%
% zwangeren dat rookt		5%			5%			
% jongeren dat middelen gebruikt (alcohol, drugs, lachgas)								
% jongeren dat binge drinkt		15%		14%				18%
% jongeren dat soft drugs gebruikt		7%		6%				7%
% jongeren dat lachgas gebruikt		2%		1%				0%
% scholen (PO/VO/SO/MBO) dat meedoet aan SchoolsOUT (nieuw)								
Aantal rookvrije speelplekken	3							
Aantal rookvrije sportverenigingen	98		89					
Aantal gezonde school kantines	6		22					
Aantal scholen dat werkt met gezonde school	26		67					





Gezond
gedrag



Gezond gedrag

Gezond gewicht volwassenen

Samen met de zorgverzekeraar VGZ en regiegemeenten zijn we van start gegaan met de pilot om de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) verder te brengen. In Nijmegen vindt deze pilot plaats in Hatert met de GLI Sportief in Beweging. De buurtsportcoaches bieden beweegadviesgesprekken aan en maken koppelingen met beweegaanbieders, zodat duurzaam sport en bewegen wordt gestimuleerd. Verder hebben inwoners in verschillende wijken weer meegedaan aan de Nationale Diabetes Challenge 2022, waarbij mensen, onder begeleiding, starten met wandelen.



Doel

We willen voor alle Nijmegenaren de gezonde keuzes makkelijker maken en de gezondheidsvaardigheden vergroten.

Gezonde sportkantine

De Nijmeegse voetbalclub Quick1888 behaalde de Topprestatiebadge Voeding, door de ondersteuning van een Teamfit coach en ROC studenten. Het bestaande assortiment eten en drinken is onder andere met een watertappunt, zelfbereide soep en vers fruit uitgebreid.

Stoppen met roken

Met 11 partners van het Lokaal Preventieakkoord is de website Nijmegenrookvrij.nl ontwikkeld met daarop het stoppen met roken-aanbod van alle geaccrediteerde aanbieders. Het aantal mensen dat professionele hulp aangrijpt om te stoppen met roken lijkt te groeien. Er zijn substantieel meer stoppen-met-roken groepen gestart in Nijmegen. Professionals zijn getraind om het gesprek over roken beter te voeren. Het gaat om 10 eerstelijns huisartsen en praktijkondersteuners (50%) en casuïstiek consultering door de verslavingsarts in Lindenholt.

Gezonde voeding

De gezondheidsmakelaars hebben samen met de Voedselbank en Bindkracht10 gekeken naar mogelijkheden voor gezonde voeding voor mensen met een kleine beurs. Er zijn verschillende manieren bekeken en opgepakt (recepten, proeverijen). Deze acties bleken niet het gewenste resultaat te bereiken. Met een grote groep betrokken organisaties wordt verder gekeken naar andere mogelijkheden om het nog makkelijker te maken voor deze groep, bijvoorbeeld niet door recepten te geven, maar kant en klare gezonde maaltijden. Wat ook onderkend wordt is dat gezonde leefstijl (en zeker voeding) absoluut niet de eerste prioriteit is van de klanten van de Voedselbank.



Gezond
gedrag



IkPas Battle

Samen met IrisZorg, de Radboud Universiteit, de HAN, de GGD, het Radboudumc en de gemeente Nijmegen hebben we ingezet om zoveel mogelijk medewerkers, inwoners en studenten deel te laten nemen aan IkPas/Dry januari 2022. Zij zetten een maand lang hun alcoholgebruik weer op pauze. Deze keer geen battle tegen een stad, maar tegen het hele land. Nijmegen wilde de grootste pauzestad van Nederland worden en dat is gelukt! Het resultaat: in januari 2022 deden 1311 ingeschreven deelnemers mee. Dit was ongeveer 30% minder dan het jaar ervoor, wat in lijn is met de landelijke cijfers. Vermoedelijk heeft dit ermee te maken dat mensen vanwege de coronamaatregelen lastiger te motiveren waren. Ook deze tweede IkPas-campagne werd gedragen door enthousiaste ambassadeurs. Sportlegende Perry Ubema en studente Rizka Simons van de RU bleken een waardevolle toevoeging aan de bekende gezichten van burgemeester en stuurgroepleden als boegbeelden van de campagne. De toolkit voor campagne voeren binnen de eigen organisatie functioneerde goed, terwijl de stadsbrede campagne ondersteunde via onder meer reclamezuilen, een promotiefilmpje en social media.

Van Tuin tot Bord

Met Van Tuin tot Bord is in 3 stadsdelen (Midden, Nijmegen Zuid en Lindenholt) een plek voor inwoners om elkaar te ontmoeten. Dit doen ze door samen te werken in de moestuin en gezellig samen te koken en te eten in het buurtrestaurant, waarbij groente de hoofdrol heeft. Naast een groep vaste vrijwilligers (+/-75), is er ook een grote groep gasten (250-300) die regelmatig komt eten op de verschillende locaties.

Cijfers die we volgen

	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016
% rokers lage SES			22%				27%
% volwassenen met overgewicht			38%				35%
% volwassenen dat overmatig alcohol gebruikt			19%				21%
% volwassenen dat groente/fruit eet			56% / 38%				56% / 35%
% volwassenen dat voldoet aan de beweegnorm			64%				65%
Aantal partners die aangesloten zijn bij het LPA / vrienden van GGIB	58 / 14	54	51	37			





Mentale
gezondheid



Mentale gezondheid

Impuls nav corona

Met extra middelen vanuit het corona steunpakket van het Rijk hebben we een impuls kunnen geven aan mentale gezondheid. We hebben aan IrisZorg een eenmalige subsidie verstrekt voor extra inzet op de aanpak Kinderen met ouders met psychosociale /psychiatrische problematiek (KOPP/KOV). Hierdoor konden alle leden van buurtteams Jeugd & Gezin worden getraind om hen handvaten te geven om met ouders en jeugdigen in gesprek te gaan over KOPP/KOV.

KinderrechtenNU in de klas

In 2022 is de pilot KinderrechtenNU in de klas met succes afgerond op 6 scholen in 3 gemeenten waaronder op 2 scholen in de gemeente Nijmegen. De volwassen deelnemers en een groot deel van de kinderen waren enthousiast. KRNU is een kansrijke aanpak om te normaliseren. Dit alles vanuit kind-perspectief. Op tijd praten met kinderen zodat problemen niet groter worden en zich opstapelen kan bijdragen aan de oplossing voor het probleem van het steeds frequenter doorverwijzen van kinderen naar Jeugdzorg. Samen met de GGD wordt nu binnen het onderwijs gekeken hoe (de essentie van) KinderrechtenNU in de klas een plek kan krijgen.

Doel



Mentale problematiek en (emotionele) kwetsbaarheid makkelijker bespreekbaar maken, een goed aanbod van informatie en hulp rond mentale gezondheid en in alle wijken een stevig netwerk ontwikkelen waar op basis van signalen gewerkt wordt aan (preventieve) oplossingen.

STORM aanpak

Naast de jaarlijkse bijeenkomsten voor het personeel van het VO door de GGD over mentale veerkracht, zijn we gestart met project STORM (Strong Teens and Resilient Minds). Het project is erop gericht om (via scholen) somberheidsklachten bij middelbare scholieren vroegtijdig te signaleren en aan te pakken, om depressie en zelfdoding onder jongeren kunnen worden voorkomen. Het project stimuleert de ontwikkeling van veerkracht, positief zelfbeeld en weerbaarheid van jongeren. Dit sluit aan bij de Landelijke Agenda Suïcidepreventie 2021-2025, waar het verstevigen van suïcidepreventie in de wijk en op school één van de zeven doelstellingen is.



Mentale
gezondheid



Wat loopt anders

Bij de uitvoering van de Gezondheidsagenda werken we aan een brede benadering van gezondheid, ook wel positieve gezondheid. Gezondheidsmakelaars werken al vanuit deze benadering en we zouden graag ook andere professionals willen laten kennismaken met deze benadering. Dit kan onder meer door gezamenlijke trainingen en het toewerken naar een gezamenlijk plan. Er is interesse bij verschillende professionals in wijken, maar het is lastig om deze gezamenlijke trainingen en werkwijze in te passen in andere werkzaamheden. Een eerste training in Oud-West staat wel gepland.

Welzijn op recept

Sinds 2018 voert Bindkracht10 Welzijn op recept uit in Nijmegen. We zijn gestart in 3 stadsdelen, inmiddels zijn er welzijnscoaches actief in de hele stad, en ook steeds meer specifiek gericht op jeugd. Bindkracht10 werkt daarbij nauw samen met huisartsen, Buurtteams, Sterker, Sportbedrijf en andere partners in de stad.

Cijfers die we volgen

	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015
% psychosociale problemen bij jongeren.		21%		12%				11%
% jongeren dat zich gestrest voelt. (door school, thuis, eigen problemen, anderen)		48%		44%				
% jongeren en volwassenen (en ouders) dat LHBT'ers accepteert.								
% jongeren dat LHBT'ers accepteert		Niet gevraagd		76%			71%	
% ouders dat LHBT'ers accepteert (inschatting jongeren)		Niet gevraagd		75%			74%	
% volwassenen dat LHBT'ers accepteert				Niet gevraagd			86%	
% matig tot hoog risico op angst en/of depressie bij volwassenen			61%				54%	
% volwassenen met onder gemiddelde veerkracht			26%				23%	
% volwassenen dat geen regie op eigen leven heeft			9%				9%	





Gezond
ouder
worden



Gezond ouder worden

Bewustwording

Wij plaatsen meerdere keren per jaar een informatief artikel op B1 niveau (begrijpelijk leesniveau) over Gezond ouder worden op de pagina 'Gewoon Meedoen' van de Brug. De strekking hiervan is dat je zélf actief aan de slag kunt om zo lang gezond en actief te blijven. Ook wordt er lokaal aanbod genoemd. Bijv. over wonen, gezond gewicht, slapen, bewegen, etc.

Valpreventie

In diverse wijken zijn multidisciplinaire werkgroepen actief om een integrale aanpak valpreventie uit te voeren, hierin is aandacht voor valtraining en blijven bewegen na deelname. Meer dan 50 begeleiders van ouderen zijn geschoold om valpreventie oefeningen in te brengen in hun regulier aanbod (dagbesteding, sportverenigingen, formele en informele beweeggroepen). Hierdoor wordt valpreventie laagdrempelig, goedkoop en voor een grote groep ouderen binnen bereik.

Doel

Volwassenen en ouderen realiseren zich wat ouder worden betekent, voelen zich zo lang mogelijk vitaal, blijven meedoen in de samenleving en het risico op kwetsbaarheid wordt bij ouderen verminderd of uitgesteld.



Bewegen

Buurtsportcoaches (BSC's) zijn door het Nijmeegse fietsloket opgeleid om ouderen vaardigheden aan te leren rondom 'veilig fietsen'. Een speerpunt dat zowel in het sportakkoord als de mobiliteitsvisie is genoemd. Er is een pilot 'veilig fietsen' uitgevoerd in Dukenburg. Uitrol in 2 wijken in 2023.

De Buurtsportcoaches zoeken actief de verbinding met andere organisaties (werkbedrijf, wijkverpleging, fysiotherapeuten, huisartsen) om ouderen optimaal te bereiken met hun beweegadviesgesprekken. Met als doel passend beweegaanbod voor zoveel mogelijk ouderen, bijvoorbeeld via de Walking Sports Academy van NEC en ROC. Ook zijn de BSC's actief aanwezig om bewegen in de wijk te promoten tijdens griep prikacties.



Gezond
ouder
worden



Medicatie

Door corona is er enige vertraging op dit onderdeel ontstaan. Langzaam aan worden diverse voorlichtingen en bijeenkomsten voor ouderen weer opgepakt, onder andere in Nijmegen-Midden. Een eerste pilot op medicatie reviews voor deelnemers bij de dagbesteding van Sterker laat kansrijke resultaten zien en krijgt een vervolg in 2023.

Wat loopt anders

Meer nog dan op andere onderdelen heeft corona ervoor gezorgd dat veel zaken on hold gezet zijn waardoor uitvoering is vertraagd of nieuwe onderdelen alleen zijn verkend, maar nog niet opgestart, zoals digitale vaardigheden en gezonde leefomgeving.

Mantelzorgers

Er zijn 2 mantelzorgcafé's in Nijmegen die maandelijks bijeenkomsten houden. Na corona is de deelname echter sterk afgenomen. Herbezinning over alternatief aanbod en ondersteuning in 2023. Sterker en ZZG zorggroep hebben actief samengewerkt om migranten mantelzorgers te bereiken en ondersteunen. Er is een cursus 'een zieke thuis verzorgen' uitgevoerd, die zeer goed is ontvangen. In dagbesteding 'Deel de tuin' zijn diverse activiteiten voor migrantenouderen ontplooid. Voortgang en verdere uitrol in 2023. Netwerk 100 heeft een bijeenkomst voor professionals georganiseerd over mantelzorgondersteuning.

Dementie vriendelijke wijk

Vanuit het 'Mentality project dementie vriendelijke gemeenschappen' is meegewerkt aan een pilot in Nijmegen Oost. Dit initiatief is er op gericht de wijk leefbaarder te maken voor mensen met dementie door bewustwording van buurtbewoners en dienstverleners (winkeliers, vrijwilligers, sportclubs) te vergroten. Enerzijds door hier aandacht aan te geven in de wijkkrant en anderzijds door het geven van korte trainingen voor buurtbewoners over het herkennen en benaderen van mensen met dementie. Dit thema is in verschillende vormen in meerdere wijken (o.a. Hazenkamp, Dukenburg) overgenomen. De wijkregisseurs en Sterker Sociaal Werk zijn hierbij betrokken.

Cijfers die we volgen

	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015
% ervaren gezondheid ouderen (slecht / zeer slecht)			6%				7%	
% ouderen dat zich sociaal eenzaam voelt			34%				37%	
% 65+ dat voldoet aan de beweegrichtlijn (150 min matig intensief /week)			43%				40%	
% 65+ dat voldoet aan de beweegrichtlijn (2dg/wk bot/spier versterkende oefeningen)			77%				73%	
% 65+ dat is gevallen afgelopen 3 maanden			22%				24%	
% overbelaste mantelzorgers			17%				12%	





Gezond
met een
beperkt
budget



Gezond met een beperkt budget



Doel

Het vergroten van de gezondheidskansen van inwoners met een beperkt budget door gezonde keuzes makkelijker te maken en daarmee de gezondheidsverschillen tussen inwoners te verkleinen.

Fitcoins

Het project Fitcoins heeft in 2021 en 2022 uitvoeringsbudget gekregen van het Lokaal Preventieakkoord. Inmiddels zijn er ca. 400 mensen die geheel op eigen initiatief een account hebben aangemaakt waarmee zij VincentiusVitaal-community-lid zijn geworden. Wekelijks staan er nieuwe producten in de VincentiusVitaal catalogus die deelnemers kunnen aanschaffen met hun verdiende Fitcoins. Er is onderzocht welke beloningen de deelnemers in beweging komen. Bonnen voor de supermarkt of drogist zijn populair. Borging van het project is een belangrijk aandachtspunt.

Meer groente en fruit

Met partners van Groen, gezond en in beweging en diverse partijen die zich bezighouden met stadslandbouw, voedselbossen en moestuinen is een start gemaakt om samenwerking tussen verschillende partijen rondom het thema gezonde voeding/gezond voedsel te verkennen en te versterken. De focus ligt op het vergroten van bekendheid van allerlei initiatieven en verkennen van mogelijkheden om groente en fruit ook voor de kwetsbare groepen beschikbaar te krijgen.



Gezond
met een
beperkt
budget



Uitbreiding CAZ

De collectieve aanvullende zorgverzekering (CAZ) is in 2022 uitgebreid. Door de gemeentelijke bijdrage te verhogen hebben we een beperkt aanvullend pakket. Hierdoor blijven de twee bestaande polissen betaalbaar. Met een polis met een beperkt aanvullend pakket bereiken we ook inwoners met een laag inkomen die beperkte zorgkosten hebben, denk aan jongeren en jonge gezinnen.

Leergeld en meedoen regeling

Via Stichting Leergeld en de Meedoen-regeling konden kinderen en volwassenen meedoen aan diverse activiteiten op het gebied van bijvoorbeeld sport en cultuur, wat bijdraagt aan de algemene welzijn en gezondheid.

Overleg brede school over armoede

Bindkracht10 heeft op diverse brede scholen schoolcoördinatoren ingezet. In 2021 leefde bij de Brede Scholen de vraag hoe ouders in armoede of met financiële problemen zijn te bereiken. Scholen zijn geholpen om deze problemen eerder en beter te signaleren.

Vanuit de school zijn verschillende acties ondernomen: laptops regelen via Stichting Leergeld en fruit geven aan deze kinderen. Daarnaast wordt er nauw samengewerkt met de Financieel Expert in de Wijk (FEW) en scholen.

Taboeonderwerpen bespreekbaar maken onder de migranten doelgroep

Samen met Bindkracht10, Movisie, Gemeente Nijmegen, Landelijk Knooppunt Huwelijksdwang en Achterlating, GGD, FSAN is een werkgroep gevormd om taboeonderwerpen bespreekbaar te maken onder mensen met een migratieachtergrond. Samen zijn er een tweetal bijeenkomsten georganiseerd. Bij de training waren professionals van welzijns-, maatschappelijke-, en onderwijsorganisaties en sleutelpersonen van migranten/vluchtelingen-organisaties die actief zijn in de gemeente Nijmegen aanwezig. Er is een aanpak in voorbereiding voor het organiseren van dialoogtrainingen en bijeenkomsten binnen migrantengroepen.





Gezond
met een
beperkt
budget



Project 'Minder stress en armoede, meer ervaren gezondheid en participatie'

We zijn partner in het onderzoek van het consortium 'Minder stress en armoede, meer (ervaren) gezondheid en participatie'. Het doel was om meer te leren over de relatie tussen armoede, (financiële) stress en gezondheid, en het opzetten van interventies die de gezondheid van mensen met financiële problemen helpen te bevorderen.

In drie bijeenkomsten werd met diverse partijen besproken welke interventie het beste zou leiden tot minder stress en armoede. Daarbij werden drie keuzes voorgelegd, die elders in het land goed werken: Kansrijk Groningen, Krachtwerk en Mobility Mentoring. Deze interventies werden uitvoerig besproken. Bij de geplande vierde bijeenkomst zou besloten worden welke interventie geïmplementeerd zou worden. Deze bijeenkomst is dit jaar niet meer doorgegaan omdat het te snel kwam voor de mensen in de uitvoering.

Wat loopt anders

De pilot stoppen met roken in Dukenburg is niet opgestart mede door corona. De bereidheid was zeker aanwezig bij de betrokken partijen om de pilot door te laten gaan maar er zijn toen andere prioriteiten gesteld. Gezien de tijd die er inmiddels over heen gegaan moeten we opnieuw bij de professionals nagaan of die bereidheid nog steeds aanwezig is. Belangrijk is in ieder geval dat er echt commitment is vanuit de huisarts en praktijkondersteuner.



Cijfers die we volgen

	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016
% mensen met een lage SES die groente / fruit eten			38% / 36%				39%/33%
% mensen met een lage SES met gaat wel/ slecht / zeer slechte ervaren gezondheid			37%				46%
% gezinnen waarin spanning voorkomt door geldgebrek		6%				7%	



Gezond
werkgever-
schap



Gezond werkgeverschap

Gezamenlijke acties

Samen met de partners in de stad doet de gemeente mee aan activiteiten van Groen, gezond en in beweging. In 2021 deden 34 partijen mee met de Vitaliteitsweek en in 2022 meer dan 20 partijen.



Doel

Als gemeente het goede voorbeeld geven en onze medewerkers stimuleren en ondersteunen als het gaat om vitaliteit, gezonde leefstijl en duurzame inzetbaarheid. Ook steeds meer werkgevers in Nijmegen zetten gezond werkgeverschap op de agenda en leveren zo een bijdrage aan de gezondheid van werknemers en inwoners in Nijmegen.

Gemeentelijk programma

Er is een vernieuwd Arbobeleid gemaakt dat meer gericht is op vitaliteitsbevordering. Dat blijkt o.a. uit de themagestuurde aanpak van prioritaire Arbo-onderwerpen zoals hybride werken en gezond thuiswerken op maat. Ook heeft P&O de opdracht gekregen om nog in 2022 met een toekomstbestendig plan voor duurzame inzetbaarheid te komen. We inventariseren de huidige instrumenten en maatregelen die we hebben op het gebied van duurzame inzetbaarheid en we komen met voorstellen voor aanvullende maatregelen en instrumenten. Ook doen we een voorstel voor het borgen en bestendigen.



Gezond
werkgever-
schap



Thuiswerken

Hybride werken is de nieuwe manier van werken bij de gemeente Nijmegen, waarbij de medewerker zijn/haar werkplek kiest, afhankelijk van het soort werk/werkzaamheden. Dit kan thuis zijn, op het stadhuis of elders in de stad. Medewerkers hebben de mogelijkheid om standaard randapparatuur (beeldscherm, muis, toetsenbord, laptopstandaard en bureaustoel) in bruikleen van de gemeente Nijmegen te nemen. Daarnaast krijgt iedere medewerker een thuiswerkvergoeding voor iedere dag dat men thuiswerkt. Er is een risico- en evaluatieanalyse (RI&E) gedaan voor het thema thuiswerken. Op de kantoorlocaties zijn meer faciliteiten gekomen om het hybride werken te ondersteunen. Denk hierbij aan nieuwe videobelruimtes (incl. noise reduction koptelefoons), ontmoetingsruimtes en hybride vergadermiddelen zoals de Owl.



Cijfers die we volgen

	2022	2021	2020	2019	2018
Aantal organisaties en bedrijven dat meedoet met de jaarlijkse vitaliteitsweek	>20	34	21	9	6





Gezonde
leef-
omgeving



Gezonde leefomgeving

Actief bewegen

In diverse vormen is er gewerkt aan het stimuleren van actief bewegen in de openbare ruimte. Zo realiseren we begin 2023 in Hegdambroek en Brakkenstein de eerste groene sociale knooppunten in de stad gerealiseerd en we zitten we in de opstartfase van het realiseren van groene sociale knooppunten in Bottendaal, Landbouwbuur, Hatert, Oud Lent en de Ackerwijken. In Meijhorst komt een zesde Kwiekroute (planning voorjaar 2023), in Bottendaal is samen met het ROC een QR-fit route aangelegd en in Lindenholt is een pumptrack aangelegd. Eind 2022 ontvangt de raad de verkenning naar een Skatepark in de stad en vanaf oktober zijn we, samen met Jantje Beton, gestart met het project Gezonde buurt in Hatert/Grootstal, waar samen met kinderen en omwonenden kijken hoe we in de buurt een fijne plek kunnen maken waar burens elkaar ontmoeten en kinderen kunnen spelen.

Doel

Een leefomgeving die bijdraagt aan de gezondheid van inwoners door toegankelijke, aantrekkelijke openbare ruimte die uitnodigt tot spelen, bewegen en ontmoeten, door groene en blauwe netwerken voor mens en dier en door veilige, leefbare en gemengde wijken met een gevarieerd en betaalbaar aanbod van woningen en voorzieningen.

Schoolmoestuinen

De groene makelaar van de GGD en bureau Beleef&Weet ondersteunen scholen in het realiseren van schoolmoestuinen. Er zijn steeds meer scholen die graag met een schoolmoestuin of met moestuinbakken op het schoolplein aan de slag willen. Door de ondersteuning komen er steeds meer schoolmoestuinen bij (medio 2022 zijn het er 25) en wordt de organisatie hiervan op en rondom de scholen wat professioneler georganiseerd, wat de kwaliteit en continuïteit van de tuinen verbeterd.



Gezonde
leef-
omgeving



Stadsvergroening/ Natuurontwikkeling

Met Lentekracht en Bindkracht10 is een tweejarige campagne “Wij koelen de wijk” gestart om ideeën bij bewoners en corporaties op te halen om de wijken in Oud-West te vergroenen. De campagne Operatie Steenbreek, die wordt uitgevoerd door De Bastei, is weer voor drie jaar verlengd. Allerlei acties worden gerealiseerd samen met bewoners. Ook wordt De Bastei ingezet voor vergroeningsmaatregelen in het kader van Actieplan Binnenstad, zoals bloembakken bij ondernemers en geveltuintjes in vele straten.

Voedselomgeving / Stadslandbouw

Vanuit Groen, gezond en in beweging zijn twee bijeenkomsten georganiseerd om partijen die betrokken zijn bij gezonde voeding en voedselproductie met elkaar kennis te laten maken en gezamenlijk te kijken wat zij kunnen betekenen als het gaat om het stimuleren van gezond eten. Dit krijgt de komende periode een vervolg met concrete activiteiten. Verder zijn er raadvragen beantwoord over de vestiging van een fastfood keten op de grens van Nijmegen en Wijchen.

Wat loopt anders

In 2022 zouden we komen met een uitvoeringsprogramma Groene, gezonde stad uit de Omgevingsvisie, maar we hebben er voor gekozen om eerst de focus te leggen op de ontwikkeling Winkelsteeg. We starten binnenkort met het traject actualisatie Omgevingsvisie, waarin we ook kijken hoe de ruimtelijke keuze Groene, gezonde stad vorm moet krijgen in de uitvoering.

Cijfers die we volgen

	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016
% ouders dat de buurt kindvriendelijk vindt		87%				82%	
Aantal wijken met beweegmogelijkheden (nieuw)	17						
Aantal nieuwe beweegroutes	2		2	3			
Aantal sociale knooppunten (nieuw)	2						
Aantal schoolmoestuinen	25		16				
% groene schoolpleinen (nieuw)	74%						
Boomkroonoppervlakte in de wijk (zie kaart pag. 21)							
Groennorm (WHO, binnen 300m vanuit elk huis 5.000m² groen (zie kaart pag. 21)							
% volwassen dat ernstige hinder ondervindt door geluid							16%





Gezonde
leef-
omgeving



3-30-300 regel

Boomkroonbedekking van 30%

De 30 uit de regel betekent dat de omgeving van een woning, school of werkplek voor ten minste 30% door boomkronen wordt bedekt. Deze kaart toont de boomkroonbedekking in een straal van vijfhonderd meter rond een woning. Alle bomen met een hoogte van meer dan drie meter worden hierbij meegeteld.

Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat bij een boomkroonbedekking van ten minste 30% de mentale en fysieke gezondheid van mensen significant beter is, de bomen doorslaggevend zijn in het verkoelen van de omgeving en de biodiversiteit fors toeneemt. Ook draagt de boomkroonbedekking bij aan een betere sociale cohesie en zelfs een gezond geboortegewicht.

Nijmegen

mei 2022

Legenda

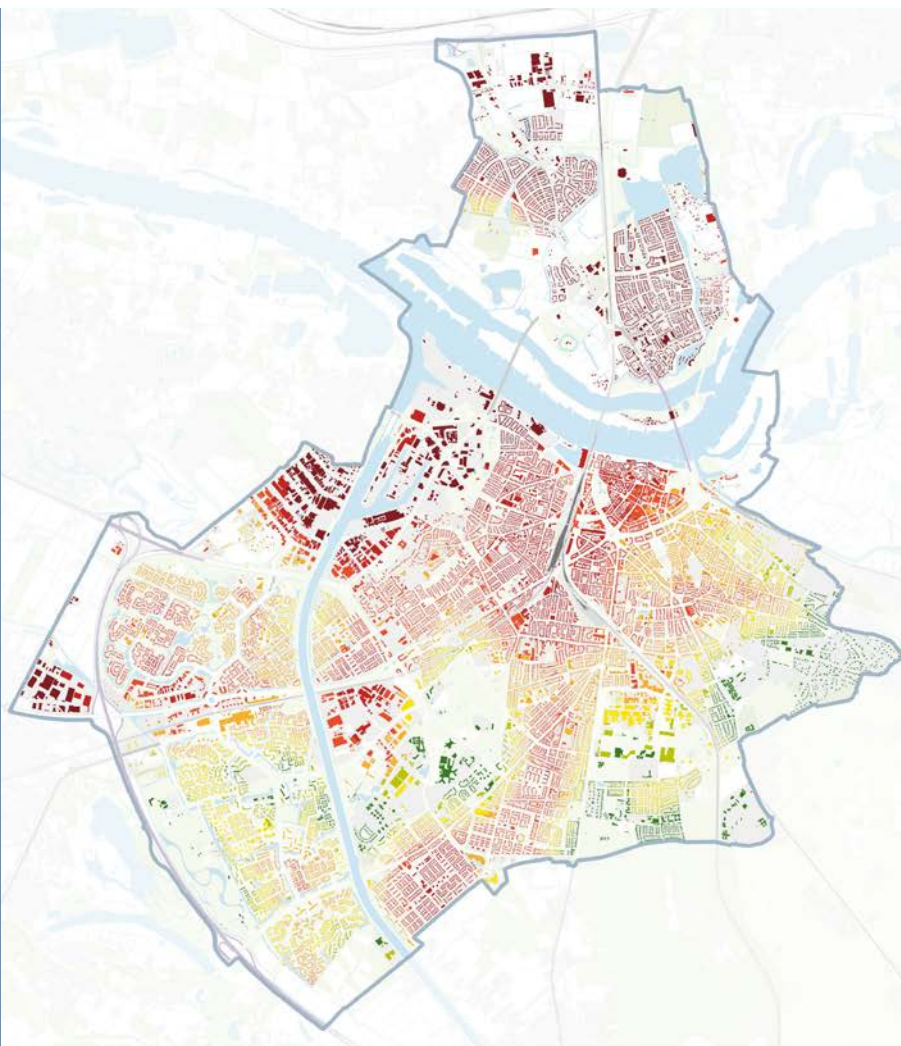
Boomkroonbedekking

- 0 - 10%
- 10 - 15%
- 15 - 20%
- 20 - 25%
- 25 - 30%
- 30 - 35%
- 35 - 100%

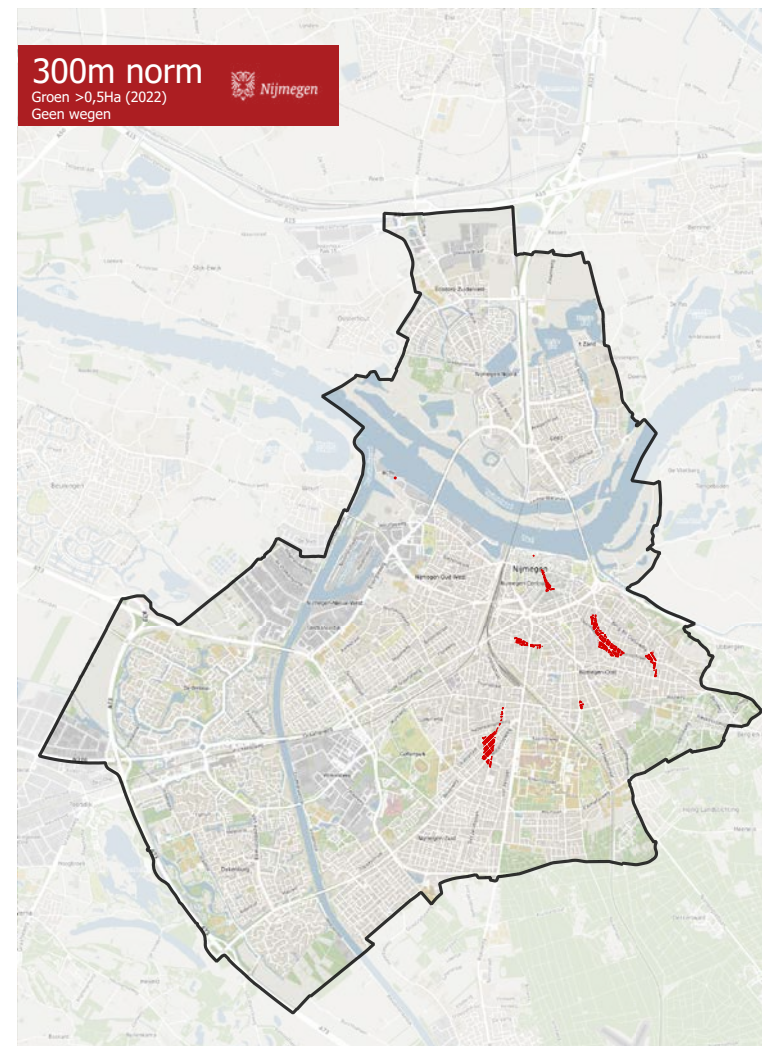
cobra
GROENINZICHT

Voor de leefomgeving van morgen!

www.cobra-groeninzicht.nl



Boomkroonoppervlakte in de wijk



Groennorm (WHO, binnen 300m vanuit elk huis 5.000m² groen)



Voortgangsrapportage **Gezondheidsagenda** 2021– 2024

Colofon

Uitgave

Gemeente Nijmegen
Korte Nieuwstraat 6, 6511 PP Nijmegen
Postbus 9105, 6500 HG Nijmegen

Vormgeving

Parijs Ontwerp en communicatie

