gezond

Zwolle



Uitvoeringsplan beleidsagenda gezondheid 2022-2026

Verkleinen van gezondheidsverschillen.

Daar zorgen we samen voor.

Voorwoord

Gezondheid is meer dan 'niet ziek zijn'. Gezondheid gaat ook over veerkracht, over meedoen in de maatschappij, over betekenisvol werk of andere activiteiten en over de omgeving waarin je leeft. De gemeente zet daarom in op alle aspecten van positieve gezondheid, zoals ook omschreven in ons Coalitieakkoord 2022-2026: samen voor een waarde(n)volle toekomst. We blijven steeds langer gezond, worden ouder en onze gezondheidszorg wordt steeds beter. In veel opzichten staan we er goed voor. Toch zijn er grote verschillen in gezondheid bij onze inwoners. Deze verschillen zijn de afgelopen jaren alleen maar groter geworden.



gezond

Niet iedereen leeft in de omstandigheden om zelf gezonde keuzes te maken. De oorzaak van gezondheidsverschillen is heel complex. Het draait niet alleen om sociaaleconomische factoren, het is een interactie van meerdere dingen, zoals ongelijkheid in onderwijs, arbeidsmarkt, sociale zekerheid, leefomgeving, gezondheid en sociale relaties. Als gemeente Zwolle willen we mensen ondersteunen en helpen gezonde keuzes te kunnen maken, zodat meer Zwollenaren gezonder, vitaler en weerbaarder worden. We hebben daarbij oog voor alle inwoners, maar zeker voor diegenen die daarbij wat extra hulp kunnen gebruiken.

Vanuit deze brede blik op gezondheid hebben we in de beleidsagenda 2022-2026 vijf speerpunten geformuleerd:

1. Bevorderen van een gezonde leefstijl
2. Gezond opgroeien met een kansrijke start
3. Mentale gezondheid in verschillende levensfasen
4. Gezonde leefomgeving
5. Vitaal en waardig ouder worden

De uitwerking hiervan volgt in voorliggend uitvoeringsplan. In het plan wordt per speerpunt aangegeven wat onze ambities zijn, waarop we monitoren en welke acties daaraan bijdragen. Elk jaar wordt het uitvoeringsplan bijgewerkt en aangevuld met acties of ontwikkelingen. De opzet, prioritering en ambities veranderen in principe niet gedurende de doorlooptijd van het gezondheidsbeleid. Naast de gemeente zijn er andere partijen en inwonerinitiatieven die zich individueel of samen inzetten voor een bepaald thema binnen gezondheid, zonder betrokkenheid van de gemeente. Deze komen niet terug in dit uitvoeringsplan, maar hebben uiteraard ook een bijdrage aan de positieve gezondheid van de Zwolse inwoners.

Michiel van Willigen
Wethouder Gezondheid



Speerpunt 1: bevorderen van een gezonde leefstijl

In de beleidsagenda 2022-2026 staat benoemd dat het bevorderen van een gezonde leefstijl een belangrijk speerpunt is. Een speerpunt dat eigenlijk alleen maar meer urgentie heeft gekregen. Het bevorderen van een gezonde leefstijl betekent meer dan alleen inzetten op gezond eten, voldoende slaap en bewegen. Het gaat ook om ontspanning, mentale gezondheid en sociale verbondenheid. We zetten sterk in op preventie waarbij meer Zwollenaren gezonder, vitaler en weerbaarder worden. In het coalitieakkoord van 2022 staat ook benoemd: ''We blijven inzetten op het bevorderen van gezonde leefstijl: een gezonde keuze moet de vanzelfsprekende keuze zijn. Ook samenwerking met scholen en (sport)verenigingen voor een 'gezonde kantine'. We ontmoedigen roken bij openbare ruimtes bij sportparken, speelplekken, kinderboerderijen en bibliotheken. Dit werken we uit in het uitvoeringsprogramma Gezondheid 2022-2026.''



gezond

In de cijfers is te zien dat de laatste jaren de gezonde leefstijl van mensen er niet op vooruit is gegaan. De corona pandemie lijkt hier een extra effect op te hebben gehad. Dit geldt zowel voor landelijk als de gemeente Zwolle. De Zwolse inwoners bewegen minder, zijn zwaarder en ook het alcoholgebruik is toegenomen. In 2016 voldeed 77% van de senioren aan de beweegrichtlijn. In 2020 is dat sterk gedaald naar slechts 40%. Het percentage inwoners met overgewicht is ook toegenomen, voor zowel jeugd, volwassenen als ouderen. Dit onderstreept de urgentie om in te zetten het bevorderen van een gezonde leefstijl en dan met name bij de inwoners waar de gezondheidsachterstanden het grootst zijn. Daarom zetten we extra in op mensen in een kwetsbare positie

Ons doel: de gezonde leefstijl van de Zwolse inwoners bevorderen (focus op mensen in een kwetsbare positie)

Subdoel A. Het aantal inwoners met overgewicht neemt af	
Cijfers 2017 jeugd 8% van groep 2 PO heeft overgewicht. 13% van groep 7 PO heeft overgewicht. 13% van klas 2 VO heeft overgewicht. 17% van klas 4 VO heeft overgewicht. **Cijfers 2016 volwassenen en ouderen** 39% van de 18-64 jarigen heeft overgewicht. 57% van de 65+'ers heeft overgewicht.	**Cijfers 2019 jeugd** 9% van groep 2 PO heeft overgewicht. 14% van groep 7 PO heeft overgewicht. 13% van klas 2 VO heeft overgewicht. 13% van klas 4 VO heeft overgewicht. **Cijfers 2020 volwassenen en ouderen** 43% van de 18-64 jarigen heeft overgewicht. 59% van de 65+'ers heeft overgewicht.

Subdoel B. Zwollenaren bewegen meer	
Cijfers 2018 kinderen 68% van de 4-12 jarigen (beweegt 7 uur of meer per week) is actief. 3% van de 4-12 jarigen (beweegt minder dan 3 uur per week) is inactief. **Cijfers 2019 jongeren** 48% van de jongeren beweegt 5 of meer dagen per week minstens 1 uur. 77% van de jongeren sport wekelijks bij club, vereniging of sportschool. **Cijfers 2016 volwassenen** 59% van de 18-64 jarigen voldoet aan de beweegrichtlijn. 77% van de 65+'ers voldoet aan de beweegrichtlijn.	**Cijfers 2021 kinderen** 40% van de 4-12 jarigen beweegt 5 elke dag minstens 1 uur. 46% van de 4-12 jarigen sport wekelijks bij een sportvereniging. **Cijfers 2021 jongeren** 43% van de jongeren beweegt 5 of meer dagen per week minstens 1 uur. 78% van de jongeren sport wekelijks bij club, vereniging of sportschool. **Cijfers 2020 volwassenen** 58% van de 18-64 jarigen voldoet aan de beweegrichtlijn. 59% van de 18-64 jarigen sport minstens 1 dag in de week. 40% van de 65+'ers voldoet aan de beweegrichtlijn. 34% van de 65+'ers sport minstens 1 dag in de week.

Subdoel C. We zetten ons in voor een gezond voedselaanbod en - omgeving voor alle Zwolse inwoners (meer gezonde sportkantines en buurtverenigingen)	
Cijfers 2017 kinderen (tussen 4-12 jaar) 69% eet dagelijks fruit. 51% eet dagelijks groente.	**Cijfers 2021 kinderen (tussen 4-12 jaar)** 72% eet dagelijks fruit. 52% eet dagelijks groente. Twee sportverenigingen hebben een thema van team. Fit behaald (gezonde sportkantine).

Subdoel D. Alle bibliotheken, kinderboerderijen, speeltuinen en sportverenigingen zijn rookvrij.	
Cijfers 2020 73% van de Zwolse sportverenigingen zijn rookvrij. 100% van de speeltuinverenigingen zijn rookvrij. 12% van de (kinder)boerderijen zijn rookvrij.	

Subdoel E. Het percentage Zwolse inwoners dat overmatig drinkt daalt	
Cijfers 2016 volwassenen 16% van de 18-64 jarigen drinkt overmatig. **Cijfers 2019 jongeren** 17% van de jongeren is weleens aangeschoten of dronken geweest. 19% van de jongeren heeft de laatste 4 weken alcohol gedronken.	**Cijfers 2020 volwassenen en ouderen** 18% van de 18-64 jarigen drinkt overmatig. 18% van de 65+'ers drinkt overmatig. **Cijfers 2021 jongeren** 15% van de jongeren is weleens aangeschoten of dronken geweest. 20% van de jongeren heeft de laatste 4 weken alcohol gedronken.

Subdoel F. Het aantal rokers is afgenomen	
Cijfers 2016 volwassenen en ouderen 22% van de 18-64 jarigen rookt. 11% van de 65+'ers rookt. **Cijfers 2019 jongeren** 2% van de jongeren rookt dagelijks. 3% van de jongeren rookt wekelijks.	**Cijfers 2020 volwassenen en ouderen** 20% van de 18-64 jarigen rookt. 9% van de 65+'ers rookt. **Cijfers 2021 jongeren** 1% van de jongeren rookt dagelijks. 2% van de jongeren rookt wekelijks.

Subdoel G. Het percentage jongeren dat drugs gebruikt is gedaald	
	Cijfers 2021 jongeren 6% van de jongeren heeft ooit hasj of wiet gebruikt.

Hoe willen we deze doelen gaan bereiken?

Stimuleren van een gezonde leefstijl vraagt om gedragsverandering van mensen en daarmee een langdurige inzet. Het kost tijd om de mensen te bereiken, motiveren en stimuleren tot ander gedrag. Daarom zetten we in op integrale projecten, met gedachtegoed van positieve gezondheid en specifiek aandacht voor het verkleinen van gezondheidsverschillen. De projecten en programma's zullen de komende jaren ook niet veel veranderen, wellicht in vorm of extra inzet, maar langdurige en duurzame inzet is van belang.

Netwerk Zwolle Gezonde Stad is een belangrijk platform voor het bevorderen van de gezonde leefstijl, daar zitten veel partners die daar een bijdrage aan leveren, via activiteiten of binnen de organisatie zelf. Komende jaren wil de gemeente nog meer inzetten op netwerkvorming en verbinding tussen organisaties en inwoners (en onderling) om de inzet op gezonde leefstijl te versterken. De cijfers zijn duidelijk, er is extra aandacht en inzet nodig.

Daarnaast komt er voor 2022 en 2023 een subsidieregeling gericht op activiteiten m.b.t. het stimuleren van een gezonde leefstijl voor mensen in een kwetsbare positie.

Hieronder volgt een overzicht van de interventies, programma's en acties die nu lopen en een bijdrage leveren aan het doel en bepaalde subdoelen. Zoals eerder genoemd, dit is geen uitputtende lijst. In de stad vinden meer mooie projecten en initiatieven plaats die bijdragen aan de doelstellingen zoals gesteld in dit plan.

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Financiën	Portefeuil-lehouder en beleidsterrein	Status
1.1	Project Kind naar Gezonder Gewicht: keten-aanpak voor een duurzame bevordering van de gezonde leefstijl bij kinderen en hun gezin met aandacht voor onderliggende factoren. Doel pilotjaar: implementatie, uitvoering en evaluatie van de aanpak. **Bijdrage aan doel A en B**	GGD, SWT en JOGG	Start medio 2022 pilotjaar	Rijksmiddelen voor het pre-ventieakkoord (2021-2023)	Michiel van Willigen Gezondheid Zie ook in-formatienota raad	In uitvoering
1.2	Uitvoering leefstijlinterventie Cool 2B Fit voor kinderen tussen 8 en 13 jaar met 4 pijlers: • betrokkenheid van ouders • beweging/ sport • voeding en voedingsgewoonten • gedragsverandering Elke anderhalf jaar start er een groep van 8 -12 kinderen. **Bijdrage aan doel A en B**	Kinderfysio de Regge en diëtisten i.s.m. SportService Zwolle en GGD	Huidige groep: sep-tember 2021 tot en met febru-ari 2023. Nieuwe groep start in najaar 2022	Subsidie uit bud-get preventieve gezondheid	Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering
1.3	Uitvoering preventieakkoord gezonde leefstijl in wijken waar de gezondheidsachterstanden het grootst zijn. - 2021 verkenningsfase - 2022 actiefase • Coalitie gezond(er) voedselaanbod in de wijk • Netwerk verstevigen rondom gezondheid in de wijk • Inwonerperspectief ophalen. **Bijdrage aan doel A, B en C**	WijZ, Sport-service Zwolle, Huisartsen-praktijk Geert Grote, Travers, de Fysiothe-rapeut Zwolle, GGD, Icare, Carinova en nader te betrek-ken partijen.	Start in 2021 in de wijk Diezerpoort Preventieak-koord loopt t/m 2023	Rijksmiddelen voor het pre-ventieakkoord (2021-2023)	Michiel van Willigen Gezondheid Zie ook in-formatienota raad	In uitvoering
1.4	Programma Gezonde School • De Gezonde School-aanpak: dit is een werkwijze voor scholen om structureel te werken aan gezondheid. • Gezonde School – activiteiten: concrete lesprogramma's en/of projecten die ingezet kunnen worden op school. Deze activiteiten vormen een onderdeel van de Gezonde School-aanpak. • Het vignet Gezonde School: hiermee laten scholen zien dat zij structureel aan gezond-heid werken en voldoen aan de kwaliteits-criteria. Een school die het vignet heeft behaald, mag zich Gezonde School noemen. • De website Gezondeschool.nl: de centrale vindplek voor scholen met alle informatie over Gezonde School. Op dit moment hebben 16 scholen in Zwolle een vignet **Bijdrage aan doel A en B**	GGD (Ge-zonde School adviseur) en aangesloten scholen (voor vo, po, so en MBO) voeren dit uit	2021-2024 (huidig program-maplan)	Landelijke financiering	Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering
1.5	Activiteiten op gebied van Sport en Bewegen: - Initiëren en borgen sport- en beweegaanbod in wijken ter bevordering van een life-time sportdeelname • I.s.m. buurt en onderwijs • Bij voorkeur in verbinding met sportverenigingen • (Ver)nieuw(end) aanbod indien nodig • Impuls geven aan de kwaliteit van het sport en beweegaanbod in en rondom school • Loketfunctie voor Zwolse burgers **Bijdrage aan doel B**	Opdracht belegd bij Sportservice Zwolle	Activiteiten-plan 2022 Sportservice Zwolle	Bestaande prestatieafspraken binnen subsidie	Michiel van Willigen Sport	In uitvoering

gezond

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Financiën	Portefeuil-lehouder en beleidsterrein	Status
1.6	Kantines van sport- en buurtverenigingen gezonder maken. Team Fit begeleidt mensen van deze kantines voor gezonder voedselaan-bod en tips voor omgaan met alcohol en roken op het terrein. • Nieuw starten met aanbod voor buurtver-enigingen vanuit team Fit. • Versterken inzet op gezonder maken sportkantines i.s.m. Sportservice Zwolle **Bijdrage aan doel C, D en F**	Team Fit in samenwerking met Sportser-vice Zwolle	Start in 2022 met bena-deren van buurtvereni-gingen door gemeente i.s.m. team Fit	Bestaande prestatieafspraken binnen subsidie Landelijke finan-ciering via JOGG	Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering
1.7	Vitaliteit en gezondheid bevorderen onder mensen die Tiem begeleidt bij zoeken naar werk en SW-medewerkers. Gemeente neemt deel in stuurgroep. **Bijdrage aan A, B, C, D en F**	Tiem	Q1 en Q2 2022: start uitwerking plan van aanpak door kernteam Q3 e.v. uitvoering vitaliteits-programma	Specifieke uitkering Rijk t.b.v. leefstijlinterventies	Michiel van Willigen Dorrit de Jong Participatie, inkomen en gezondheid	In uitvoering
1.8	Roken en alcoholgebruik ontmoedigen via landelijke campagne's zoals Stopober en DryJanuary. • Via social media aandacht hieraan besteden in januari en oktober • Materiaal beschikbaar stellen voor organi-saties in Zwolle rondom Rookvrije Generatie • Inzetten op rookvrije zones bij openbare ruimtes waar kinderen komen. **Bijdrage aan doel E en F**	GGD en IkPas	Jaarlijks	Budget preven-tieve gezondheid	Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering
1.9	De opgave Jeugd en Veiligheid is in voorbe-reiding.De ambitie van de opgave is dat 'alle jongeren gezond en veilig opgroeien'. Binnen deze opgave komen een aantal uitdagingen rondom jongeren samen, waaronder mid-delengebruik. De opgave gaat dan ook uit van samenhang en een integrale aanpak, met als basis een datagedreven en cyclische aanpak. Daarbij maken we gebruik van de vier belang-rijkste risico- en beschermende factoren uit het zogenaamde IJslands preventiemodel: • Peergroup • School • Gezinsfactoren • Vrije tijd **Bijdrage aan doel E, F en G**	Opgave Jeugd en Veiligheid	Oplevering plan van aanpak q3 en q4 2022	N.t.b.	Michiel van Willigen Peter Snijders Gezondheid, Jeugd en Veiligheid	In ontwik-keling

gezond



Speerpunt 2: gezond opgroeien met een Kansrijke Start

Ieder kind verdient de best mogelijke start van zijn of haar leven en een optimale kans op een goede toekomst. De eerste 1000 dagen van een kind zijn cruciaal voor een goede start. De gezondheid van een kind voor, tijdens en na de geboorte blijkt een belangrijke voorspeller te zijn van problemen – zowel fysiek als mentaal - op latere leeftijd.



gezond

Het belang van gezondheid voor de kansen en prestaties van de jeugd in Zwolle is belegd bij verschillende beleidsdomeinen en partners die bij het opgroeien van jeugd betrokken zijn; naast jeugdgezondheidszorg, sociale wijkteams, gemeentelijke toegang en jeugdzorg, o.a. ook onderwijs, voorschoolse voorzieningen, welzijn en sport. Het Sociaal Wijkteam heeft wijknetwerken opgericht om met partners te komen tot wijkallianties om domein overstijgend en integraal samen te werken rondom het jonge kind. Het gaat hierbij om het versterken van vroeg signalering, vroeg interveniëren en kansenongelijkheid te verkleinen. Het onderwijskansenbeleid en doorgaande leerlijn 0 tot 18 jaar zijn hier ook aan verbonden.

Ons doel: inzetten op een gezondere start van het (ongeboren) kind in een gezonde omgeving, door ouders in een kwetsbare situatie te ondersteunen en tijdig in te zetten op het verminderen van risicofactoren en het versterken van beschermende factoren.

Kengetallen	2017	2018	2019	2020
% vrouwen en mannen in reproductieve leeftijd (19-45 jaar) met psychische of psychiatrische problemen	2,4%	2,1%	1,7%	1,5%
% vrouwen in de reproductieve leeftijd (19-45 jaar) dat rookt				16,5%
% vrouwen en mannen in de reproductieve leeftijd (19-45 jaar) met problematische schulden	2,4%	2,1%	1,7%	1,5%
% laaggeletterden onder jongeren (<30 jaar) zonder partner en kinderen				13%
Aantal prenatale huisbezoeken		3	7	2
Aantal deelnemers voorzorg trajecten.	16	12	13	12

Indicatoren om het doel te monitoren	2017	2018	2019	2020
% zwangere vrouwen met psychische of psychiatrische problemen	10,2%	11,6%	10,8%	
% zwangere vrouwen in een zeer kwetsbare situatie	1,3%	1,7%	1,2%	
% vrouwen dat heeft gerookt tijdens zwangerschap	5,8%	7,9%	5,9%	6%
% vrouwen dat weleens alcohol drinkt tijdens de zwangerschap	1,1%	0,8%	1,0%	0,7%
% kinderen 0-2 jaar dat opgroeit in een gezin waar ouders te maken hebben met psychische of psychiatrische problemen				1%
% kinderen dat geboren wordt in een gezin in een zeer kwetsbare situatie	6,2%	5,8%	5,6%	
% kinderen dat geboren wordt in een gezin met problematische schulden	3,3%	3,0%	2,6%	2,3%
% kinderen met overgewicht op de leeftijd van 2 jaar tijdens het contactmoment met JGZ-organisatie	12,5%	9,7%	10,5%	

Hoe willen we deze doelen gaan bereiken?

Door in te zetten op de actielijnen binnen het programma Kansrijke Start. Kansrijke Start is een landelijk actieprogramma waarin gemeenten en het Rijk samen met medewerkers van wijkteams, welzijnswerk, volwassen-ggz, geboorte- en jeugdgezondheidszorg, werken aan een kansrijke start voor zoveel mogelijk kinderen. Er zijn drie actielijnen binnen het landelijke programma en daarbinnen ligt de focus op het versterken van de coalities: verbeteren van de samenwerking en elkaar vinden op de inhoud. GGD speelt daarnaast hierin een grote rol door verschillende programma's rondom kwetsbare zwangeren en het jonge kind. We werken wijkgericht per project waar dat nodig is en waaruit data blijkt dat daar de meeste inzet vereist is.

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Finan-ciën	Portefeuil-lehouder en beleid-sterrein	Status
2.1	Uitvoering motie preconceptie: Oproep college: Om samen met GGD en lokale partijen te verkennen op welke manier preconceptiezorg een plek kan krijgen in het gezondheidsbeleid en voor de financiering hierover in overleg te treden met verzekeraars	Beleidsterrein jeugd, GGD, verloskundigen en andere betrokken partijen geboortezorg	Eerste oriënterende bijeenkomst Q1 2022 over preconceptie en Nu Niet Zwanger Tweede bijeenkomst najaar 2022 ter versterking coalitie Kansrijkste Start: voor de zwangerschap	N.t.b.	Michiel van Willigen Gezond-heid en jeugd	In uitvoering
2.2	In aanvulling op de reguliere signalering van mogelijke problemen voor, bij of na de geboorte van een kind vanuit het regionale basistakenpakket jeugdgezondheidszorg voert de GGD de volgende activiteiten uit: a. Prénatale voorlichting in samenwerking met verloskundigen en kraamzorg. Gezamenlijk verzorgen kraamzorg, verloskundigen en jeugdgezondheidszorg op 4 plekken in de stad 2x per kwartaal een voorlichting voor alle aanstaande ouders. Beoogde resultaten: • Versterkte zorg van alle ouders en kinderen • Versterking van de autonomie van aanstaande ouders • Bevordering van een goede overgang van verloskundige en kraamzorg naar jeugdgezondheidszorg. b. Prénatale huisbezoeken gericht op het beter omgaan met aanstaand ouderschap en het verbeteren van de zelfredzaamheid. Beoogde aantal huisbezoeken: 100. c. Voorzorg: richt zich op kwetsbare jonge moeders en hen te ondersteunen in het bieden van een goede start in het leven voor hun kind gericht op het bevorderen van de gezondheid en het vergroten van de ontwikkelingskansen van moeders en kinderen. Activiteiten: Het geven van intensieve begeleiding aan (aanstaande) jonge moeders bij het opgroeien en opvoeden tot hun kind 2 jaar wordt. Doel om 12 deelnemers per jaar te begeleiden.	Aanvullende subsidie voor Jeugdgezond-heidszorg	Jaarlijkse afspraken	Subsidie aanvul-lende activitei-ten JGZ	Michiel van Willigen Gezond-heid en jeugd	In uitvoering

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Finan-ciën	Portefeuil-lehouder en beleid-sterrein	Status
2.3	Borstvoedingsvriendelijke gemeente worden De stad aantrekkelijker maken om borstvoeding te kunnen geven. In 2021 kreeg 31% van de pasgeboren kinderen uitsluitend moedermelk als voeding. In 2017 was dit 35% Doel voor 2022: 30 borstvoedingsvriendelijke locaties in Zwolle	GGD en borstvoedings-vriendelijke locaties	Q1 2022 oproep ver-stuurd naar potentiële borstvoedingsvrien-delijke locaties Q2 en 3 extra com-municatie inzet	Budget preven-tieve gezond-heid	Michiel van Willigen Gezond-heid en jeugd	In uitvoering
2.4	Inzetten op doorontwikkeling Kansrijke Start, zoals stevigere coalitievorming en samen acties uitvoeren.	Beleidsterrein jeugd, GGD en andere betrok-ken partijen Kansrijke Start	Q1 bijeenkomst actie-lijn voor de geboorte Q3 fysieke bijeenkomst	Rijks-midde-len t.b.v. Kans-rijke Start	Michiel van Willigen Gezond-heid en jeugd	In uitvoering
2.5	Verkennen start Programma Nu Niet Zwanger. Nu Niet Zwanger ondersteunt kwetsbare mensen om een bewuste keuze te maken over het moment van hun kinderwens.	Beleidsterrein jeugd, GGD, regio Nu Niet Zwanger	2023 mogelijke start programma	Aan-vraag begro-ting 2023	Michiel van Willigen Gezond-heid en jeugd	In uitvoering

Speerpunt 3: mentale gezondheid in verschillende leeftijdsfases

De mentale druk in ons dagelijkse leven neemt toe. Dat geldt voor jongeren, (jong) volwassen en ouderen. Uit onderzoek van onder andere het Trimbos-instituut blijkt dat psychische klachten toenemen, zoals depressie, angststoornissen en eenzaamheid. Met als gevolg veel ziektelast; denk hierbij aan langdurige beperkingen in gezondheid en verzuim van school of werk. De Zwolse jeugd groeit op in een prestatiemaatschappij. Eenzaamheid, depressies en burn-out kunnen een gevolg zijn van de (steeds meer) ervaren mentale druk onder jongeren. De Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (2017) omschrijft dit als een landelijke ontwikkeling.



gezond

Maar liefst 78 procent van de jongeren tot 24 jaar (landelijk) geeft aan prestatiedruk te ervaren. Ook de sociale druk neemt toe. Zo moeten ze veel ballen hooghouden: social mediasucces, school, populariteit. Ook in Zwolle wordt deze landelijke ontwikkeling teruggezien. Het percentage jongeren dat vaak stress ervaart door huiswerk neemt toe en het percentage jongeren dat weerbaar is, is iets afgenomen. En het percentage ouders dat zich zorgen maakt over faalangst bij hun kind is gestegen van 21 naar 31% in vier jaar tijd.

Onze ambitie is om te verkennen hoe positieve gezondheid nog meer kan bijdragen aan de mentale gezondheid van de Zwolse inwoners.

Cijfers	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
% van de jongeren dat (zeer) vaak stress door huiswerk ervaart					30%		32%
% van de jongeren dat (zeer) vaak stress ervaart door een of meerdere factoren					42%		42%
% van de jongeren dat voldoende weerbaar is					90%		88%
% van de 18-64 jarigen dat de afgelopen 4 weken (heel) veel stress heeft ervaren						20%	
% van de 65+'ers dat de afgelopen 4 weken (heel) veel stress heeft ervaren						8%	

Hoe willen we deze doelen gaan bereiken?

De mentale druk verlagen van de Zwolse Inwoners is een complexe opgave. Wanneer ben je geslaagd? Gemeente Zwolle wil blijven inzetten op mentaal welbevinden van jeugd op school door middel van programma's zoals THINK, Marietje Kessels, interventies van Impluz en de onderwijsteams op de scholen. Vanuit de GGD is er specifiek aandacht voor suïcidepreventie i.s.m. 113 zelfmoordpreventie. Mentaal welbevinden is ook onderdeel van de gezonde school aanpak. En wordt er aandacht besteed aan mentale gezondheid van statushouders.

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Financiën	Portefeuille-houder en beleidsterrein	Status
3.1	Suïcidepreventie. Project Zelfmoord? Praat erover! Wordt uitgevoerd door de GGD. In 2022: • Roadshow door alle gemeenten in IJsselland • Organisatie gatekeepertraining suïcidepreventie • Communicatieacties rondom campagne 1K Z1E J3	GGD, 113 zelf-moordpreventie en maatschap-pelijke organisaties zoals Dimence	Project krijgt vanaf 2023 een structurele aard	Financiering vanuit algemene inwonerbijdrage GGD	Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering
3.2	Gezondheidsbevorderaars geven voorlichting, training en educatie aan statushouders onderverdeeld in specifieke doelgroepen (taal, geslacht en eventueel leeftijd) ten aanzien van het thema Gezondheidszorg in Nederland, het thema Seksuele Gezondheid en opvoeding in twee culturen.	GGD en ISK	Regulier aanbod GGD IJsselland	Financiering vanuit algemene inwonerbijdrage GGD	Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Financiën	Portefeuille-houder en beleidsterrein	Status
3.3	**Mentale weerbaarheid op scholen** Uitvoering THINK op school op VO-scholen met als resultaat dat jongeren beter kunnen omgaan met zichzelf, met anderen en met hun omgeving. Activiteiten dragen bij aan het duurzaam positief ontwikkelen van kinderen en jongeren. In 2022 gaat dat om in ieder geval 1146 lessen. Het uitvoeren van het preventieve "Marie-tje Kessels Project" door middel van het realiseren van 43 groepen op Zwolse basis-scholen. Met het project worden kinderen op weg geholpen richting een veiligere leefsitu-atie en het opbouwen van hun persoonlijke weerbaarheid	THINK op School Stichting Vechterweerd	Subsidie-afspraken 2022	Financiering vanuit bestaande subsidieafspraken	Michiel van Willigen Jeugd	In uitvoering
3.4	**Collectieve preventie GGZ** Preventie activiteiten die bijdragen aan de doelstelling, op het gebied van: • Kind en opvoeding • Huiselijk geweld • Kinderen van een ouder met psychische problematiek (KOPP) • Depressie Doel van de ingezette activiteiten is om negatieve gevolgen van psychische en psy-chiatrische problematiek voor het leven van kinderen, jongeren en ouders te voorkomen of te beperken.	Impluz	Subsidie-afspraken 2022	Financiering vanuit bestaande subsidieafspraken	Michiel van Willigen Jeugd	In uitvoering

Speerpunt 4: gezonde leefomgeving

Gezondheid verbindt het fysieke en sociale domein met elkaar. De fysieke leefomgeving heeft alles in zich om een positieve bijdrage te leveren aan de gezondheid van onze inwoners. In de nieuwe Omgevingsvisie ´Mijn Zwolle van morgen 2030´ is, naast aandacht voor bescherming van de gezondheid aan de hand van normen op het gebied van milieu, geluid en geur, ook nadrukkelijk aandacht voor een fysieke leefomgeving die gezondheid en een gezonde leefstijl van onze inwoners bevordert en stimuleert. Zo wordt er toegewerkt naar een aantrekkelijke en gevarieerde openbare ruimte waarin we volop kunnen bewegen. Ieder op zijn of haar eigen manier. Een wandeling in je pauze tijdens het werk, hardlopen in het park, fietsen in de uiterwaarden of fitnessen met toestellen buiten.



gezond

De buitenruimte is van ons allemaal. Het is niet alleen iets om te gebruiken, maar ook om van te genieten. Groen om je heen draagt bij aan je gezondheid. Contact met de natuur zorgt voor meer geluk en vermindert stress. Het bevordert vitaliteit, creativiteit en stimuleert ontmoetingen tussen mensen. De ervaring van het zijn in de buitenruimte noemen we ook wel buitengeluk. Dat is voor iedereen anders.
In ons coalitieakkoord 2022-2026 staat dit ook benoemd: "Sport en bewegen is leuk, goed voor de gezondheid en moet voor iedereen toegankelijk en mogelijk zijn. De inrichting van de omgeving moet uitnodigen tot bewegen in de openbare ruimte. Hier houden we al rekening mee bij het (her)inrichten van gebieden. We maken werk van een nieuw skatepark in Zwolle."

Onze ambitie is om te blijven werken aan een leefomgeving die uitnodigt om te bewegen en een positieve bijdrage levert aan de gezondheid van de Zwolse inwoners.

Doel: meer inwoners vinden hun woonomgeving gezond							
Cijfers	**2015**	**2016**	**2017**	**2018**	**2019**	**2020**	**2021**
% Zwolse inwoners dat tevreden is over de groenvoorziening in de buurt		74%		73%		72%	
% van de 18-64 jarigen dat vindt dat hun woonomgeving gezond is						80%	
% van de 65+'ers dat vindt dat hun woonomgeving gezond is						87%	
% Zwolse inwoners dat vindt dat er (veel) te weinig zorgvoorzieningen aanwezig zijn in de buurt.				9%		10%	
% van de 18-64 jarigen dat meer beweegt, omdat hun buurt groen is						59%	
% van de 65+'ers dat meer beweegt, omdat hun buurt groen is						72%	
% Zwolse inwoners dat tevreden is met bereikbaarheid van de voorzieningen in de buurt met de fiets		91%		92%		93%	
% Zwolse inwoners dat vindt dat er (veel) te weinig sportvoorzieningen aanwezig zijn in de buurt.				12%		12%	
% inwoners dat vindt dat er (veel) te weinig voorzieningen voor jongeren in de openbare ruimte, zoals trap- of basketbalveld, aanwezig zijn in de buurt.				20%		21%	

Hoe willen we deze doelen gaan bereiken?

Er is doorlopend aandacht voor gezondheid in de openbare ruimte, bij gebiedsontwikkeling maar ook bestaande gebieden herinrichten. In de coronacrisis is bevestigd dat bewegen en sporten in de openbare ruimte, goed samengaan. En er is ook een duidelijke link tussen hoe groen jouw buurt is en hoeveel je vervolgens beweegt. Mensen bewegen meer, als hun wijk aantrekkelijk is. Binnen het fysieke domein door bijvoorbeeld Buitengeluk wordt hier al volop op ingezet. Naast het bewegen helpt een gezonde voedselomgeving ook om mensen te stimuleren gezonde keuzes te maken.

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Financiën	Portefeuillehouder en beleidsterrein	Status
4.1	Interne werkgroep bewegen stimuleren in de openbare ruimte, met als doel integraler naar dit thema kijken en een visie ontwikkelen voor speel- en beweegbeleid.	Beleidsterrein spelen, recreatie, sport en omgevingsvisie	Start in 2022	N.t.b.	Michiel van Willigen	In ontwikkeling
4.2	Verkennen opstellen van een voedselstrategie. Doel om in 2022 mogelijkheden hiervoor inzichtelijk te maken.	Fysiek domein, omgevingsvisie	Start in q3 2022	N.t.b.	Michiel van Willigen Gezondheid Gerdien Rots Ruimtelijke ordening/ Omgevingsvisie	In ontwikkeling
4.3	Gezondheid versterken als onderdeel bij ruimtelijke projecten, gebiedsontwikkeling en herinrichting.	Fysiek domein	Doorlopend	N.t.b.	Michiel van Willigen Gezondheid Gerdien Rots Ruimtelijke ordening/ Omgevingsvisie	In uitvoering
4.4	COVID-19 programma 'Bewegen in een gezonde leefomgeving'. Onderzoek in Holtenbroek, omdat daar sprake is van bewegingsarmoede. Doel: ingrepen in de openbare ruimte om bewegen te stimuleren, daarnaast aandacht voor de gedragskant en behoefte ophalen bij inwoners.	Fysiek domein en bureau UUM	Q1 2022 Oplevering propositie met aanbevelingen voor de verbetering van de beweegvriendelijkheid van de wijk Holtenbroek. Q2, 3 en 4: sociale en fysieke interventie in Holtenbroek	Landelijke financiering voor COVID-19 programma	Gerdien Rots Ruimtelijke ordening/ Omgevingsvisie Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering

Speerpunt 5: Vitaal en waardig ouder worden

Het aantal ouderen in de samenleving neemt toe, zij bereiken vaker een hoge leeftijd en hebben vaker meerdere aandoeningen tegelijk. Niet alleen medische, maar ook sociale kwetsbaarheid neemt toe. In een omgeving waar van ouderen juist meer zelfredzaamheid wordt gevraagd. De groep senioren in Zwolle groeit in tien jaar tijd van ruim 19.000 65 plussers naar bijna 27 .000 in 2030. Veel senioren redden zich prima, wonen in een levensloopbestendige woning of zorgen zelf voor de nodige aanpassingen en hebben een actieve leefstijl. Maar er zijn senioren die daar minder goed in slagen en een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Zo is eenzaamheid onder ouderen een groeiend probleem net als dementie. Dementie leidt tot een relatief groot verlies aan kwaliteit van leven, is daarnaast een belangrijke doodsoorzaak en de ziektelast neemt in de komende jaren toe.



gezond

Onze ambitie is om de gezonde leefstijl van de Zwolse ouderen te bevorderen.

Cijfers 2016 ouderen	Cijfers 2020 ouderen
77% van de 65+'ers voldoet aan de beweegrichtlijn 57% van de 65+'ers heeft overgewicht 65% van de 65+'ers ervaart hun gezondheid als (zeer goed) 8% van de 65+'ers is ernstig tot zeer ernstig eenzaam	41% van de 65+'ers voldoet aan de beweegrichtlijn 59% van de 65+'ers heeft overgewicht 69% van de 65+'ers ervaart hun gezondheid als (zeer goed) 11% van de 65+'ers is ernstig tot zeer ernstig eenzaam 53% van de 65+'ers heeft matige gezondheidsvaardigheden en 10% heeft onvoldoende gezondheidsvaardigheden

Hoe willen we deze doelen gaan bereiken?

Zoals omschreven in het eerste speerpunt is inzet op gezonde leefstijl een belangrijk punt in het Zwolse gezondheidsbeleid. Uit cijfers blijkt dat ouderen minder zijn gaan bewegen, steeds zwaarder worden en maar liefst 53% heeft matige gezondheidsvaardigheden. Om een bijdrage te leveren aan Vitaal en Waardig ouder worden, zet de gemeente Zwolle zich in om de gezonde leefstijl van ouderen te bevorderen. Dan gaat het bijvoorbeeld om roken, weinig bewegen, overgewicht e.d. Dit zijn thema's waarop we ons richten met ons preventieve gezondheidsbeleid. Binnen het netwerk senioren van Zwolle Gezonde Stad is er nadrukkelijk aandacht voor het aantrekkelijk en gemakkelijk maken van een gezonde leefstijl voor onze senioren. Met initiatieven die aansluiten bij de belevingswereld en mogelijkheden van deze senioren, zoals aangepast sporten, valpreventie en welzijn op recept.

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Financiën	Portefeuille-houder en beleidsterrein	Status
5.1	Valpreventie. WijZ voert Vitaal & Veilig Thuis uit, waarbij vrijwilligers 70-plussers bezoeken. Tijdens het huisbezoek wordt stilgestaan bij de wensen, mogelijkheden, welzijn en behoeften van de persoon. En wordt er ook gekeken naar de veiligheid in en om de woning, hierbij is valpreventie één van de onderdelen die aan bod komen. FysioZwolle, Stichting WijZ, Senioren Raad Zwolle en GGD IJsselland hebben in samenwerking met Isala, Zilveren Kruis, Icare en de Gemeente Zwolle de handen ineen geslagen om een Regiobeeld op te stellen als stap naar een effectieve valpreventie aanpak in Zwolle.	WijZ, GGD IJsselland, Isala Klinieken, Zilveren Kruis, Icare, Regionale Zorgalliantie, fysiotherapeuten en huisartsenpraktijken.	2022 en verder	Financiering vanuit bestaande subsidieafspraken	Dorrit de Jong Ouderen	In uitvoering
5.2	Welzijn op Recept De nadruk van Welzijn Op Recept ligt niet bij problemen en klachten, maar bij de drijfveren en acties waar iemand zich goed bij voelt. In het gesprek worden de mogelijkheden hiervoor verkend en wordt gericht een passende activiteit gezocht, die bijdraagt aan plezier en zin in het leven. WijZ voert gesprekken met mensen die verwezen worden door de eerste lijn. Verwachting is 150 verwijzingen in 2022	WijZ	Subsidieafspraken 2022	Financiering vanuit bestaande subsidie en prestatieafspraken	Dorrit de Jong Ouderen	In uitvoering

gezond

Acties		Wie zijn er betrokken?	Tijd	Financiën	Portefeuille-houder en beleidsterrein	Status
5.3	**Sportactiviteiten voor ouderen** WijZ organiseert laagdrempelige activiteiten gericht op sport en bewegen voor kwetsbare ouderen waarbij aandacht is voor een gezonde leefstijl. De activiteiten zijn op basis van de vraag uit de wijken en op initiatief van en in samenwerking met de bewoners. Deze activiteiten vinden veelal plaats in cursusverband, waarbij twee keer per jaar een reeks van lessen wordt gegeven. WijZ organiseert ongeveer 85 cursussen met 1100 deelnemers (boven de 70 jaar).	WijZ	Subsidieafspraken 2022	Financiering vanuit bestaande subsidie en prestatieafspraken	Dorrit de Jong Ouderen	In uitvoering
5.4	Dementievriendelijke stad Inzet is Zwolle tot dementie-vriendelijke gemeente te maken op basis van de landelijke normen hiervoor. In het plan van aanpak Zwolle Dementievriendelijk zijn acties uitgewerkt voor de lijnen • voorzieningen voor thuiswonende mensen met dementie • voorzieningen en ondersteuning voor mantelzorgers • kennis en expertise in de zorg- en dienstverlening • bewustwording in de Zwolse samenleving • samenwerking tussen organisaties in de keten en organisaties en mantelzorgers, alsmede • voorzieningen in de openbare ruimte.	Klankbordgroep bestaande uit Alzheimer Nederland, casemanagers dementie, het regionale dementienetwerk, WijZ, ZwolleDoet!, lector Goed leven met dementie Windesheim, het SWT, mantelzorgers en vrijwilligerswerk van de gemeente Zwolle.	Uitvoering plan van aanpak 2022 e.v.	Financiering vanuit bestaande subsidie en prestatieafspraken	Dorrit de Jong ouderen Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering
5.5	Eén tegen eenzaamheid. Doel om de trend van eenzaamheid onder ouderen te doorbreken. Via een brede beweging in de samenleving die ervoor staat dat ouderen meedoen en voelen dat ze ertoe doen – ook als ze minder vitaal en actief zijn.	Travers Welzijn, WijZ Welzijn, ZwolleDoet, Dock24, Sociaal Wijkteam, Zwolse maatjesinitiatieven, SamenZwolle en Vitaal & Veilig Thuis	Uitvoering: • Week tegen de Eenzaamheid • Samen tegen eenzaamheid op Samen-Zwolle.nl	Financiering vanuit bestaande subsidie en prestatieafspraken.	Dorrit de Jong ouderen Michiel van Willigen Gezondheid	In uitvoering

Communicatie

Gezondheid is een enorm breed thema. Dat heeft ook gevolgen voor de manier waarop we willen communiceren en wie de doelgroep is. Soms zal een publiekscampagne geschikt zijn en andere momenten kiezen we voor het verbinden van professionals.

Vanuit Zwolle Gezonde Stad organiseren we twee keer per jaar een stadsdialoog over allerlei thema's binnen gezondheid. Met als doel om professionals aan elkaar te verbinden en te inspireren. We willen het netwerk verstevigen. Daarnaast komt er extra aandacht voor Zwolle Gezonde Stad op social media, een website en andere geschikte communicatie-uitingen om bijvoorbeeld diverse projecten in het zonnetje te zetten. Dit is met name gericht op professionals, maar met het doel om daarmee een bijdrage te leveren aan de gezondheid van onze inwoners.

Daarnaast willen we inzetten op communicatie om gedragsverandering te realiseren. Gezond leven vraagt om andere keuzes te maken. Dit willen we voor iedereen zo makkelijk en goed mogelijk doen. Verschillende communicatiemiddelen kunnen hieraan bijdragen, zoals een bewustwordingscampagne. Dit is dan gericht op de Zwolse inwoner.

Tot slot gaan we ook door met communicatie om zichtbaarheid te vergroten. Zichtbaar maken wat er in Zwolle afspeelt op het gebied van gezondheid. Maar ook zichtbaar uitstralen dat bijvoorbeeld een gezonde leefstijl goed voor je is. Door het vaak te zien, zal dit ook normaler worden voor inwoners. En wordt het aanbod op dit gebied hopelijk duidelijker.



gezond

Colofon

Titel	Uitvoeringsplan beleidsagenda gezondheid 2022-2026
Uitgave:	Gemeente Zwolle
Vormgeving:	Communicatie, Gemeente Zwolle

augustus 2022

www.zwolle.nl