Samen scoren voor gezondheid!

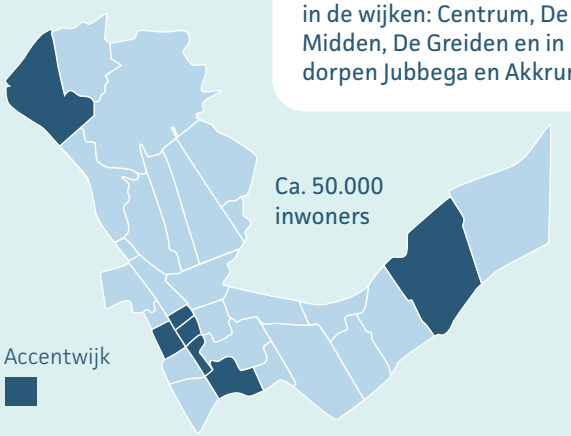
Uitvoeringsprgramma gezondheid 2021 - 2025

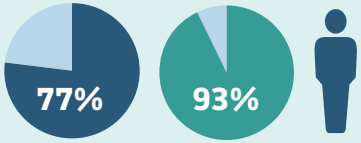
Een goede gezondheid en welzijn met gelijke kansen voor iedereen

Feiten

Gezondheidsachterstand per buurt

Accentwijken De grootste gezondheidsachterstanden zijn in de wijken: Centrum, De Akkers, Midden, De Greiden en in de dorpen Jubbega en Akkrum.





Ervaren gezondheid

77% van de inwoners ervaart haar gezondheid als goed /zeer goed en **93%** van de jeugd.

Gezondheidscijfers Gemeente Heerenveen

62	Lichamelijke gezondheid	53	Fysieke omgeving
38	Sociaal economische status	63	Sociale omgeving: veiligheid en huiselijke relaties
47	Leefstijl: bewegen en gewicht	43	Sociale omgeving: eenzaamheid
50	Leefstijl: roken en alcoholgebruik	33	Zorggebruik: gebruik regelingen
62	Mentale gezondheid	66	Kwaliteit van leven

Het cijfer voor de gezondheidsrader geeft aan hoe de gemeente Heerenveen 'scoort' ten opzichte van andere gemeenten. Hoe hoger het cijfer des te gunstiger de score. Het landelijke gemiddelde per gemeente is 50.

Factoren die de gezondheid beïnvloeden

Persoonsgebonden Genetisch en/of verworven factoren. Voorbeelden zijn: zijn bloeddruk, serumcholesterol en overgewicht.

Leefstijl Deze factoren worden ook wel gedragsfactoren genoemd. Hier gaat het om gedrag dat een gunstige of een ongunstige invloed kan hebben op de gezondheid, zoals lichaamsbeweging, roken en overmatig alcoholgebruik.

Omgevingsfactoren Hierbij gaat het om zowel de fysieke als de sociale omgeving. Voorbeelden van fysieke factoren zijn geluid, straling lucht-verontreiniging en de kwaliteit van het binnenmilieu. De sociale omgeving omvat het geheel van sociale, culturele en levensbeschouwelijke factoren dat van invloed is op het menselijk gedrag.



Negatieve gevolgen o.a:

- Overgewicht
- Diabetes en vermoeidheid
- Verhoogde kans op kanker
- Hart- en vaatziekte en longproblemen
- Slijtage van gewrichten en zwak spierstelsel
- Depressie en angststoornissen

De 6 pijlers van positieve Gezondheid

Lichaamsfuncties	'Ik voel me gezond en fit'
Mentaal welbevinden	'Ik voel me vrolijk'
Zingeving	'Ik heb vertrouwen in mijn toekomst'
Kwaliteit van leven	'Ik geniet van mijn leven'
Meedoen	'Ik heb goed contact met andere mensen'
Dagelijks leven	'Ik kan goed voor mezelf zorgen'

GEMEENTE HEERENVEEN

Versie 23 maart 2021

1/2 Actieplan ‘Samen naar een gezonder Heerenveen!’ 2021-2025

Missie

In de gemeente Heerenveen vinden we het belangrijk dat iedereen meedoet!



Ambitie

In 2040 is Heerenveen een gemeente waar inwoners gezond en vitaal ouder worden. We bieden inwoners volop mogelijkheden om op een positieve manier aan hun gezondheid te werken. De openbare ruimte in de wijken en dorpen is groener en aantrekkelijker geworden. Met inwoners en verenigingen is gewerkt aan de leefbaarheid van dorpen en wijken.



Strategie

Actieplan
Samen met inwoners, professionals en vrijwilligers hebben we een actieplan opgesteld voor de komende vijf jaar. Het actieplan bevat allerlei initiatieven ter bevordering van gezond gedrag.

Aanpak
We pakken de vraagstukken vanuit een breed perspectief aan. Gezondheid wordt in alle beleidsdomeinen meegewogen. ‘Health in All Policies-benadering’. Om onze ambitie te realiseren maken we gebruik van het **concept Positieve gezondheid**. Dit zien we als overkoepelende kapstok voor het gehele gezondheidsbeleid.

Meeste gezondheidswinst / extra aandacht voor
- Preventieve interventies worden met voorrang ingezet in de accentwijken.
- Kinderen, van de periode vlak voor de zwangerschap tot en met het 18de levensjaar.
- degenen met de grootste gezondheidsachterstand (zoals mensen met een lage sociaaleconomische status).

Doelstelling 2021 - 2025

- **Heerenveen is in 2025 gezonder**
- **Beter benutten van gezondheids-potentieel van inwoners in accentwijken** *(Zie Feiten pag. 1)*

Concept Positieve Gezondheid

“Het vermogen van de mens om zich aan te passen en eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven”

Thema’s

Voor de leesbaarheid is er per thema 1 doelstelling genoemd. In het uitvoeringsprogramma zijn er meer opgenomen.

Gezonde leefstijl			Gezonde leefomgeving	Psychosociale gezondheid
Roken	**Alcohol**	**Voeding en bewegen**		
Het aantal rokers neemt af.	**Het aantal drinkers neemt af.**	**Het % inwoners met overgewicht en obesitas neemt af of blijft gelijk.**	**Gezondheid wordt een vast onderdeel van de belangen-afweging in ruimtelijk beleid.**	**Het aantal inwoners met een risico op depressie en angststoornis is afgenomen.**
In 2016 rookte 21% van de volwassenen en van de jeugd rookt 4% iedere dag en heeft 25% heeft ooit gerookt.	In 2016 voldeed 41% van de volwassenen aan de alcoholrichtlijn en 38% van de jeugd heeft ooit gedronken.	In 2016 had 50% van de volwassenen overgewicht en 13% had obesitas. In 2016 had 7% van de jeugd overge-wicht en 4% had obesitas.	In omgevingsplannen is aandacht voor het creëren van een beweegvriendelijke omgeving.	In 2016 had 39% van de volwassenen een matig/ hoog risico op angst/ depressie en 5% een hoog risico en van de jeugd had 8% te maken met matige en ernstige psychosociale problematiek.



Financiën

Voor de uitvoering van de maatregelen uit het actieplan is in de periode 2021 t/m 2025 in totaal € 717.000 benodigd.

Monitoring en sturing

Er volgt een tussenevaluatie in 2023 aan de hand van ervaringen van professionals en inwoners. In 2024 is de eindevaluatie van de doelstellingen d.m.v. GGD-cijfers.

GEMEENTE HEERENVEEN

Versie 23 maart 2021

2/2 Actieplan ‘Samen naar een gezonder Heerenveen!’ 2021-2025

Speerpunten en maatregelen

1 Gezonde leefstijl

1. Verstevigen samenwerking en faciliteren van netwerkoverleggen.
2. Aanstellen aanjager overkoepelend gezondheid breed.
6. Inzet van een buurtsportcoach in de rol van beweegmakelaar.
7. Stimuleren gezonde scholen, sportverenigingen en dorpshuizen.
8. Rookvrij Heerenveen; Rookvrije Generatie.
9. Kinder kookschool FIKKS borgen
10. Stimuleren verbeteren van naleving alcoholgrens.

2 Gezonde leefomgeving

3. Inzetten op communicatie en bewustwording.
4. Training en deskundigheidsbevordering.
5. Uitzetten van nadere onderzoeksvraag-stukken bij kennisinstituten.
11. Stimuleren van gezonde buurten m.b.v. ‘Gezonde wijkaanpak en ‘blue zone’.
12. Een aantal schoolomgevingen autoluw of autovrij maken.

3 Psychosociale gezondheid

13. Plan van aanpak steunpakket gericht op sociaal en mentaal welzijn.
14. Pilot welzijn op recept.
15. Beschikbaar stellen van een subsidie aan het Odensehuis.

In 2020 is het Eenzaamheid 2020-2028 (infographic Gemeente Heerenveen) vastgesteld. Conform dit plan focussen we op jongeren en ouderen. We zetten in op drie speerpunten.

Planning 2021-2025

Korte termijn 2021	1 Aanstellen aanjager	2 Inzet van een buurtsportcoach in de rol van beweegmakelaar	3 Pilot welzijn op recept	4 Beschikbaar stellen van een subsidie aan het Odensehuis	5 Plan van aanpak steunpakket gericht op sociaal en mentaal welzijn	6 Uitzetten van nadere onderzoeks-vraagstukken	7 Kinder kook-school FIKKS borgen	8 Stimuleren verbeteren van naleving alcoholgrens
Lange termijn 2021-2025	Verstevigen samen-werking	Training en deskundigheids-bevordering *(Start in 2021)*	Inzetten op communicatie en bewust-wording	Stimuleren van gezonde buurten m.b.v. ‘Gezonde wijk-aanpak en ‘blue zone’	Stimuleren gezonde scholen, sportverenigingen en dorpshuizen	School-omgevingen autoluw maken.	Inzetten op rookvrije Generatie	

GEMEENTE HEERENVEEN

www.heerenveen.nl/gezondheid | **E** gezondheid@heerenveen.nl | **T** 14 0513

Versie 23 maart 2021