Sociaal Domein

LOKALE PREVENTIE AGENDA



nieuwkoop

Inleiding

Voor u ligt de lokale preventie agenda Sociaal Domein van de gemeente Nieuwkoop.

Binnen het sociaal domein is preventie van groot belang. Preventie is het voorkomen van problemen bij het opgroeien, zelfredzaam en gezond zijn en het normaliseert problemen in een vroeg stadium. Met preventie investeren we in de gezondheid en het welzijn van onze inwoners en het kan een besparing op zwaardere zorg opleveren.

In het collegeprogramma voor de jaren 2022-2026 werd hierover het volgende opgenomen: "Na de decentralisaties is veel aandacht uitgegaan naar de drie grote wettelijke taken op het sociaal domein: de Jeugdwet, de Wmo en de Participatiewet". Goede en betaalbare voorzieningen voor mensen die het nodig hebben is van groot belang. Toch is het minstens zo belangrijk om de basis op orde te hebben. We willen ervoor zorgen dat mensen niet buiten de boot vallen. Wanneer dat toch gebeurt, willen we dat vroeg signaleren en snel ondersteuning beschikbaar stellen, zodat erger wordt voorkomen. Op het gebied van preventie en welzijn kan een gemeente als Nieuwkoop het verschil maken".

Om een gezonde en welvarende gemeenschap te creëren, is het noodzakelijk om te investeren in preventieve maatregelen. In deze lokale preventie agenda gaan we op zoek naar lichte en laagdrempelige oplossingen waarmee we als doel stellen om het beroep op zwaardere zorg terug te dringen. Daarnaast ligt de focus op het ondersteunen van de actieve gemeenschap en het versterken van de regierol van de gemeente. We stimuleren en ondersteunen ten slotte inwoners vanuit een visie op positieve gezondheid. Dat gaat niet alleen om de afwezigheid van ziekte, maar ook om het vermogen van mensen om met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen om te gaan en hun eigen welzijn te bevorderen. Het draait om het vinden van een balans in lichamelijke, mentale en sociale aspecten van het leven.

Vanuit dit idee willen we als gemeente een ondersteunend klimaat creëren, waarin inwoners de mogelijkheid hebben om regie te nemen over hun eigen gezondheid en welzijn. Om dit te realiseren, ontwikkelen we verschillende initiatieven en programma's die gericht zijn op het bevorderen van een goede gezondheid. Dit kan bijvoorbeeld inhouden dat we activiteiten organiseren die het sociaal netwerk van mensen versterken, voorlichting aanbieden over gezonde voeding en beweging en initiatieven ondersteunen die de mentale veerkracht van inwoners vergroten. We richten ons daarbij op het intensiveren en stimuleren van initiatieven en voorzieningen die er –in veel gevallen- al zijn. We stimuleren niet alleen de kracht van de gemeenschap, we versterken ook onze eigen regierol.

Door middel van deze aanpak kunnen we de kracht van de gemeenschap versterken en beter benutten, om gezondheidsproblemen en sociaaleconomische ongelijkheid tegen te gaan. We gaan ons daarnaast richten op het vroegtijdig herkennen van mogelijke problemen, zodat we snel kunnen ingrijpen en voorkomen dat problemen zich verder ontwikkelen. Dit vraagt om een stevige sociale infrastructuur met voldoende, goede en toegankelijke voorzieningen voor alle inwoners. Door hierop in te zetten, kunnen we de gezondheid en het welzijn van de inwoners bevorderen

en de maatschappelijke kosten van zorg en ondersteuning verminderen. Samenwerking tussen de gemeente en verschillende (vrijwilligers) organisaties, verenigingen en andere instanties is hierbij van groot belang.

We werken in deze agenda verder met een aantal van de uitgangspunten die geschetst werden in het Koersdocument Zorglandschap:

- We zijn een gemeente die haar inwoners faciliteert bij het werken naar een actieve, veilige en saamhorige samenleving.
- We hebben in veel kernen in Nieuwkoop een actieve gemeenschap die voor veel mensen een belangrijke rol kan vervullen bij het meedoen in de samenleving. We intensiveren onze huidige inzet op het ondersteunen en stimuleren van de initiatieven en voorzieningen die er in de verschillende kernen zijn.
- We zetten in op het vroeg herkennen van mogelijke problemen en op het bieden van een stevige sociale infrastructuur met voldoende, goede en toegankelijke voorzieningen voor alle inwoners. Hoe eerder problemen gesignaleerd worden, hoe eerder deze met lichte vormen van ondersteuning en hulp kunnen worden aangepakt. Escalatie van problematiek en de inzet van zwaardere zorg kan daarmee worden voorkomen".

Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA)

Deze preventie agenda dient ook als plan van aanpak voor het landelijke Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA). In dit akkoord, dat in februari 2023 werd afgesloten tussen gemeenten, rijksoverheid en zorgverzekeraars, zijn afspraken opgenomen waarin een gezonde samenleving centraal staat. Het akkoord richt zich op een gezonde generatie in 2040, met weerbare mensen die kunnen opgroeien, leven, werken en wonen in een gezonde leefomgeving en waarin sprake is van een sterke sociale basis. De fysieke en mentale gezondheid vanaf het prille begin wordt bevorderd en behouden en er gaat speciale aandacht uit naar mensen in kwetsbare situaties.

In het GALA akkoord worden zeven (inhoudelijke) subdoelen benoemd. Gemeenten kunnen voor hun inzet op deze doelen een beroep doen op een brede specifieke uitkering (SPUK). In deze SPUK worden bestaande middelen voor uiteenlopende programma's én een aantal nieuwe kabinetsmiddelen, gebundeld aangeboden. Nieuwkoop heeft op alle doelen middelen aangevraagd. De doelen met bijbehorende budgetten, zijn opgenomen in bijlage 3.
In deze lokale preventie agenda zijn de GALA doelen uitgewerkt en aangevuld met eigen 'Nieuwkoopse' doelen die betrekking hebben op preventie. Het college had al voor de komst van GALA het voornemen om een preventie agenda op te stellen. Preventie is ons inziens breder dan een gezonde samenleving en een sterke sociale basis. Er zijn daarom eigen doelen toegevoegd.

Er is in de afgelopen jaren regelmatig nieuw beleid ontwikkeld op allerlei deelgebieden van het Sociaal Domein. Onder andere een visie sport en bewegen, gezondheidsbeleid, een eenzaamheidsaanpak en een pakket aan maatregelen om de gevolgen van corona te bestrijden. Ook is er in Nieuwkoop een breed aanbod van vrijwilligers, (in)formele activiteiten en welzijnsvoorzieningen. We beginnen niet opnieuw. In deze agenda maken we een overzicht van wat we doen en gaan doen op het gebied van preventie. We kijken waar we zaken beter op elkaar af kunnen stemmen. De basis ligt er al, maar we willen beter aan elkaar verbinden, zien waar we nog kunnen intensiveren of waar we nog wat missen. De acties zijn gericht op de Nieuwkoopse situatie en in overleg met lokale partners, zoals het stakeholdersoverleg zorg en welzijn, kinderopvang en onderwijs, het kernteam sport en de adviesraad sociaal domein, tot stand gekomen.

Het Integraal Zorg Akkoord (IZA)

Het Integraal Zorg Akkoord (IZA) heeft als doel de zorg voor iedereen toegankelijk, kwalitatief goed en betaalbaar te houden. Het IZA zet daarom in op de verschuiving van zorg naar ondersteuning en preventie. Om deze beweging kracht bij te zetten zijn tussen gemeenten, VWS en zorgverzekeraars de afspraken in GALA gemaakt. In het IZA zijn afspraken opgenomen over regionale samenwerking, een regionale preventie infrastructuur en de inrichting van ketenaanpakken. In de regio Holland Rijnland is een samenwerkingsstructuur ingericht die focust op de verdere uitwerking van het IZA. Er zijn drie regionale werkgroepen actief: GGZ, Preventie en Ouderen. Deze werkgroepen moeten leiden tot regioplannen. De eerste deadline hiervoor is eind 2023. De regionale plannen vallen buiten de reikwijdte van deze lokale preventie agenda, maar we zijn als gemeente vertegenwoordigd in de werkgroepen en de lokale vertaling ervan wordt meegenomen in ons eigen beleid.

Leeswijzer

We beginnen deze agenda met inzicht in de belangrijkste cijfers op het gebied van gezondheid, sport, bewegen en de sociale basis in Nieuwkoop op dit moment. De notitie is daarna ingedeeld in drie thema's; "Licht en laagdrempelig", "Iedereen doet mee" en "Een leven lang gezond". Voor deze thema's hebben we elk een aantal doelen benoemd die we willen bereiken en waarmee de preventie in Nieuwkoop wordt vormgegeven. Voor elk van de doelen zijn acties geformuleerd. Sommige acties dienen meerdere doelen. In dat geval zijn ze één keer uitgeschreven en worden ze daarna kort genoemd.

Een aantal acties is reeds gestart, anderen moeten nog worden uitgezet. We kiezen daarbij voor de belangrijkste of meest in het oog springende acties. Het is ondoenlijk om iedere actie die we ondernemen of gaan ondernemen, op te nemen in dit plan. Zowel gemeente als al haar partners zijn voortdurend bezig om activiteiten te organiseren of voorzieningen te treffen en voortschrijdend inzicht leidt soms ook tot andere keuzes.

De thema's en de doelen vormen het kader voor het preventiebeleid van de komende jaren. Ze haken aan bij de doelen die de VNG en het Ministerie van VWS hebben geformuleerd in het Gezond en Actief Leven Akkoord en zijn in lijn met eerder vastgestelde beleidsstukken of plannen van aanpak. Deze zijn voor de volledigheid vermeld bij de betreffende doelen. De thema's en de doelen fungeren als houvast om regelmatig de balans op te maken en in de komende jaren nieuwe acties te formuleren. Deze preventie agenda is daarmee ook een werkdocument.

In bijlagen 1 en 2 worden de cijfers verder toegelicht en laten we zien hoe we de voortgang van de belangrijkste maatregelen gaan monitoren. In bijlage 3 vindt u tenslotte de GALA doelen en de brede SPUK middelen die het Rijk daaraan heeft toegewezen en de wijze waarop we ze in Nieuwkoop (voor zover nu bekend) gaan inzetten.

Belangrijkste opgaven Nieuwkoop

Eenzaamheid

Nieuwkoop	Hollands Midden
9% van de volwassenen en ouderen is ernstig eenzaam	13% van de volwassenen en ouderen is ernstig eenzaam

Mantelzorgers

Nieuwkoop	Hollands Midden
16% van de volwassenen en ouderen is mantelzorger	13% van de volwassenen en ouderen is mantelzorger
3,5% tamelijk zwaar t/m overbelast door geven mantelzorg	2,7% tamelijk zwaar t/m overbelast door geven mantelzorg

Vallen

Nieuwkoop	Hollands Midden
17% van de ouderen heeft problemen met evenwicht in het dagelijks leven	17% van de ouderen heeft problemen met evenwicht in het dagelijks leven
5% ouderen (65+) gevallen en daarvoor medisch behandeld	4% ouderen (65+) gevallen en daarvoor medisch behandeld

Geluidshinder

Nieuwkoop	Hollands Midden
22% van de volwassenen (18+) inwoners ervaart ernstige geluidshinder door vliegverkeer	7,7% van de volwassenen (18+) inwoners ervaart ernstige geluidshinder door vliegverkeer

Beweging

Nieuwkoop	Hollands Midden
46% van de volwassenen en ouderen voldoet aan de beweegrichtlijn	49% van de volwassenen en ouderen voldoet aan de beweegrichtlijn
22% van de jongeren (klas 2/4) beweegt dagelijks 1 uur of meer	18% van de jongeren (klas 2/4) beweegt dagelijks 1 uur of meer

Alcoholgebruik

Nieuwkoop	Hollands Midden
55% jongeren (klas 2 en 4) heeft ooit alcohol gedronken	49% jongeren (klas 2 en 4) heeft ooit alcohol gedronken
32% jongeren (klas 2 en 4) heeft recent alcohol gedronken	27% jongeren (klas 2 en 4) heeft recent alcohol gedronken
12% volwassenen en ouderen is een zware drinker	10% volwassenen en ouderen is een zware drinker

Overgewicht

Nieuwkoop	Hollands Midden
49% van de volwassenen en ouderen heeft overgewicht	49% van de volwassenen en ouderen heeft overgewicht
14% volwassenen en ouderen heeft obesitas	15% volwassenen en ouderen heeft obesitas

Psychosociale klachten

Nieuwkoop	Hollands Midden
27% jongeren (klas 2/4) ervaart psychische klachten	28% jongeren (klas 2/4) ervaart psychische klachten
16% van de volwassen inwoners ervaart psychosociale klachten	20% van de volwassen inwoners ervaart psychosociale klachten
48% van de volwassenen heeft een matig tot hoog risico op depressie of angst	51% van de volwassenen heeft een matig tot hoog risico op depressie of angst

Licht en Laagdrempelig

Doel 1
Problemen bij jeugdigen worden vroegtijdig herkend en zo eenvoudig mogelijk aangepakt

Acties
- We zetten in op het versterken van de preventieve voorzieningen voor jeugdige en hun ouders
- We bieden extra ondersteuning aan de jongste kinderen
- We versterken de samenwerking tussen het JGT en de huisartsen
- We zetten in op het voorkomen van complexe scheidingen

Doel 2
Door de inzet van laagdrempelige oplossingen wordt de zelfredzaamheid van onze inwoners vergroot

Acties
- We zetten in op preventieve voorzieningen waarmee we de mobiliteit van inwoners vergroten
- We zetten in op preventieve voorzieningen waarmee we mensen in staat stellen om langer thuis te wonen
- We signaleren problemen bij ouderen en dragen oplossingen aan
- We brengen welzijnsvoorzieningen actief onder de aandacht

Doel 3
Het verkleinen van kansenongelijkheid, armoede- en schuldenproblematiek

Acties
- We verstevigen preventieve voorzieningen die kansenongelijkheid en armoede aanpakken
- We werken aan het voorkomen en aanpakken van schulden
- We willen de kans op betaald werk vergroten
- We geven eenvoudige informatie en bereiken meer mensen

Doel 4
Gespecialiseerde hulp en informele organisaties (verenigingsleven) weten elkaar te vinden en werken samen

Acties
- We faciliteren de connectie tussen het formele en informele veld
- We sturen op samenwerking tussen gespecialiseerde hulp en informele organisaties in de contracten en subsidierelaties

1. Licht en laagdrempelig

Steeds meer inwoners hebben te maken met mentale, fysieke en/of financiële problemen. Daarbij wordt de problematiek van inwoners steeds complexer. Tegelijkertijd staan collectieve voorzieningen onder druk. Het gevolg hiervan is dat inwoners sneller een beroep doen op gespecialiseerde (individuele) voorzieningen. Deze voorzieningen zijn, het woord zegt het al, voor een specifiek persoon bestemd. Het gaat binnen het sociaal domein met name om voorzieningen die worden verstrekt in het kader van de Jeugdwet, de Wmo, de Participatiewet en de Wet gemeentelijke schuldhulpverlening. Voorbeelden hiervan zijn: een scootmobiel, een schuldhulpverleningstraject of Jeugdhulp Plus.

Individuele voorzieningen zijn vaak kostbaar, langdurig, meer specialistisch en hebben in sommige gevallen, als het niet de juiste keuze blijkt te zijn, een hoger afbreukrisico, terwijl de inzet van dit soort voorzieningen niet voor iedere hulpvraag nodig is. Soms worden problemen van inwoners niet tijdig herkend. Het risico hiervan is dat vrij eenvoudige problemen verergeren waardoor er meer, langer en zwaardere zorg of ondersteuning nodig is. Dat is niet altijd nodig. Er zijn andere oplossingen; door problemen zo vroeg mogelijk te signaleren, kunnen we in sommige gevallen nog laagdrempelige ondersteuning bieden en voorkomen we ernstige problemen. Ook dit is preventie.

Doel 1

Problemen bij jeugdigen worden vroegtijdig herkend en zo eenvoudig mogelijk aangepakt

De Jeugdwet is van kracht sinds 1 januari 2015. Deze wet regelt de ondersteuning, hulp en zorg voor jeugdigen tot 18 jaar en hun ouders of verzorgers. Het doel van de wet is om kinderen en jongeren gezond en veilig te laten opgroeien, waarbij zij de ondersteuning ontvangen die ze nodig hebben. Om dit te realiseren wordt er samengewerkt tussen verschillende instanties, zoals de gemeente, jeugdhulporganisaties, onderwijsinstellingen en gezondheidszorg. De Jeugdwet regelt een groot aantal individuele, specialistische voorzieningen, zoals geestelijke gezondheidszorg voor kinderen met psychische problemen, verblijf in een jeugdinstelling op vrijwillige of gedwongen basis, pleegzorg, of gesloten jeugdhulp voor jongeren met ernstige (gedrags)problemen. In de Jeugdwet is preventie onderdeel van de gemeentelijke taken en het richt zich op jeugdigen (en eventueel hun ouders) met een verhoogd risico op ontwikkelingsachterstand of uitval.

In Nieuwkoop hebben we een lokaal Jeugd en Gezinsteam (JGT), waarin verschillende deskundigen samenwerken. Het JGT biedt jeugdhulp en zet, indien nodig, hulp in van een specialistische jeugdhulpaanbieder. Circa 11% van de jeugdigen uit Nieuwkoop ontvangt een vorm van jeugdhulp. Het JGT is fysiek ondergebracht in het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG). In het CJG werken professionals zoals jeugdartsen, verpleegkundigen, maatschappelijk

werkers en pedagogen samen onder één dak. In het CJG kunnen inwoners naast het JGT terecht voor de Jeugdgezondheidszorg, het Opvoedadviespunt en cursussen met betrekking tot opgroeien en opvoeden.

Wat gaan we daarvoor doen?

1.1 We zetten in op preventieve voorzieningen voor jeugdigen en hun ouders door middel van een gezinsaanpak

Jeugd en Gezinsteam: biedt ondersteuning aan gezinnen, kinderen en jongeren als er vragen zijn over, of problemen met, opvoeden en opgroeien. Het JGT werkt nauw samen met huisartsen, onderwijs, kinderopvang, JGZ, Tom in de Buurt en het jongerenwerk. Signalen kunnen daardoor dichtbij en laagdrempelig worden opgepakt. Het team is daarmee enorm belangrijk als preventieve voorziening.

Jongerenwerk: sinds 2020 heeft Nieuwkoop zelf jongerenwerkers in dienst. Op deze manier hebben de medewerkers een stevige positie in het sociaal domein en zijn de lijnen kort. De jongerenwerkers wachten niet tot jongeren naar hen toe komen, maar leggen actief contact en hebben daarbij ook aandacht voor de rol van ouders. Daarnaast investeren de jongerenwerkers in het versterken en onderhouden van het netwerk van samenwerkingspartners in het (preventieve) jeugddomein. Ambities voor het jongerenwerk de komende jaren zijn: het bereik onder jongeren verder vergroten, zowel in de groepsgerichte inzet (inloop en ambulant werk) als in de individuele begeleiding van jongeren. Daarnaast het versterken en professionaliseren van de individuele begeleiding en coaching. Dit kan een belangrijke bijdrage leveren aan het ondersteunen en mogelijk voorkomen van de inzet van specialistische jeugdhulp. Dit laatste kan echter alleen met capaciteitsuitbreiding. De vraag of dit mogelijk is, wordt betrokken bij het opstellen van de Kadernota (ook doel 13).

Sociaalpedagogisch medewerker op scholen: in Nieuwkoop is sociaalpedagogische begeleiding (spb) op de basisscholen aanwezig. Deze spb wordt ingezet vanuit het JGT. De betreffende kinderen krijgen de gewenste hulp van een deskundige op school en/of in de thuissituatie. De inzet van sociaalpedagogische begeleiding op school (op iedere school is er minimaal een dag per week een JGT'er aanwezig), past goed bij het uitgangspunt om zo vroeg mogelijk te signaleren en preventief te kunnen handelen.

We versterken ouders in hun ouderschapsrol: we stellen een plan van aanpak op, dat als kapstok dient voor de rol van ouders bij verschillende vormen van ondersteuning aan jeugdigen. Gebleken is dat ouderbetrokkenheid essentieel is voor de effectiviteit van ingezette interventies en dat in Nieuwkoop deze rol, met name bij oudere kinderen, nog onderbelicht is. Afhankelijk van de leeftijd van het kind is aandacht voor opvoedadvies, mediawijsheid, verslavingspreventie en scheiding en de rol die ouders daarin kunnen spelen. In het plan wordt ook meegenomen welke organisaties een rol spelen en hoe we de regierol van de gemeente vormgeven.

Gezinsbuddy: GezinsBuddy begeleidt de koppeling tussen vrijwilligers (buddy's) en steunbehoevende eenoudergezinnen. De gezinnen in de doelgroep hebben nog thuiswonende kinderen, kampen met multi-problematiek en hebben geen of een te beperkt netwerk. Aanvullend organiseert GezinsBuddy netwerk versterkende activiteiten in de schoolvakanties, waardoor de gezinnen elkaar ontmoeten, ervaringen delen en kunnen werken aan sociale vaardigheden.

1.2 We bieden extra ondersteuning aan de jongste kinderen

Kansrijke Start: een goede start begint al voor de geboorte, zelfs nog voor de conceptie en de zwangerschap. Kinderen die in de eerste

1.000 dagen van hun leven blootstaan aan risicofactoren zoals stress, slechte voeding, rook of mishandeling beginnen met een achterstand, hierdoor kunnen zij zich op fysiek, mentaal en sociaal gebied minder goed ontwikkelen. Kansrijke start is een landelijk actieprogramma, waarin gemeenten en het Rijk, samen met wijkteams, volwassen-ggz, geboorte- en jeugdgezondheidszorg, werken aan een kansrijke start voor zoveel mogelijk kinderen. In het kader van Kansrijke Start worden in Nieuwkoop onder andere de volgende interventies ingezet: Nu niet Zwanger, Babyclub/ Mama-café en het 18 maanden huisbezoek.

Pilot Peuterplusgroep: in oktober 2023 startten we met de pilot Peuterplusgroep. De Peuterplusgroep biedt jonge kinderen een combinatie van reguliere peuteropvang met meer specialistische ondersteuning. De peuterplusgroep is bedoeld voor kinderen tussen 2 en 5 jaar waarbij meer aan de hand is dan spraaktaalproblemen en/ of faseproblematiek/opvoedvragen. Door de expertise van zorg in de reguliere kinderopvang laagdrempelig in te zetten, is de verwachting dat opvallend gedrag en ontwikkelingsachterstanden bij kinderen op jonge leeftijd kunnen worden aangepakt. De pilot loopt van 1 oktober 2023 tot eind 2024. Tussentijds zal er geëvalueerd en waar nodig bijgestuurd worden. Wanneer de pilot een succes is, zullen we onderzoeken hoe we dit structureel kunnen inzetten.

Alert4You: we zetten vanaf 2024 Alert4You in bij de kinderopvang. Alert4You is er om medewerkers in de kinderopvang te scholen en te begeleiden in het signaleren van problemen bij kinderen. De coaching van Alert4You draagt bij aan een verdere professionalisering van de pedagogisch medewerkers. Hierna kunnen medewerkers van de kinderopvang vroegtijdig signaleren wanneer de ontwikkeling van een kind iets anders vraagt. Zo kan voorkomen worden dat problemen ontstaan of verergeren.

1.3 We versterken de samenwerking tussen het JGT en de huisartsen

In Nieuwkoop willen we de samenwerking tussen partijen die betrokken zijn bij de zorg voor kinderen en jongeren nog verder verbeteren. Een goede en snelle onderlinge afstemming kan bijdragen aan het zo snel mogelijk herkennen van problemen, het inzetten van hulp en daarmee aan het voorkomen van ernstige problemen. Het JGT gaat daarom de samenwerking met huisartsen intensiveren. Twee medewerkers uit het JGT zijn een aantal vaste dagdelen per week beschikbaar voor toeleiding vanuit de huisartsen, waarna casuïstiek multidisciplinair wordt besproken. Ook de huisartsen zijn beschikbaar voor consultatie vanuit het JGT. Als hulp nodig is, wordt dit multidisciplinair ingericht.

1.4 We zetten in op het voorkomen van complexe scheidingen

Uit onderzoek blijkt dat er een samenhang is tussen scheidingen van ouders en het jeugdzorggebruik bij de kinderen. We zien dat voor alle vormen van jeugdhulp kinderen van gescheiden ouders oververtegenwoordigd zijn. Scheidingen (en met name vechtscheidingen) hebben een aanzienlijke impact op kinderen. Preventieve maatregelen die gericht zijn op het voorkomen van vechtscheidingen en het bevorderen van conflictbeheersing en ouderschap na de scheiding kunnen een rol spelen bij het welzijn van kinderen (en ouders). Door het bieden van vroegtijdige ondersteuning en het bevorderen van constructieve communicatie tussen ouders kunnen de negatieve gevolgen worden verminderd.

Scheidingsspreekuur: we hebben in Nieuwkoop een scheidingsspreekuur. Dit is een samenwerking tussen het CJG, Tom in de buurt en een advocatenkantoor. Inwoners kunnen hier terecht voor ondersteuning en advies op het gebied van bijvoorbeeld communicatie en ouderschapsplannen.

Ook kan het spreekuur hulp bieden om een echtscheiding te voorkomen. Kinderen in een Scheiding (KIES): het CJG verzorgt begeleiding en ondersteuning aan kinderen die in een scheidingssituatie zitten. Ouders krijgen informatie over wat een scheiding betekent voor kinderen. Er zijn vier groepen per jaar. De interventie wordt als zeer nuttig ervaren, maar de groepen zitten niet altijd vol. We gaan onder andere met de huisartsen meer aandacht besteden aan het doorverwijzen naar deze voorziening.

Versnelde huisvesting bij scheiding: we onderzoeken de mogelijkheid van versnelde huisvesting voor mensen die een complexe scheiding doormaken. We willen daarmee voorkomen dat mensen noodgedwongen bij elkaar moeten blijven wonen, met alle gevolgen van dien.
Verkennen extra maatregelen: in 2024 verkennen we welke mogelijkheden de gemeente nog meer heeft om de gevolgen van een scheiding voor kinderen te beperken. We kijken daarvoor naar interventies die in andere gemeenten tot goede resultaten hebben geleid.

- Plan van aanpak corona steunpakketten jeugd
- Uitvoeringsplan Jongerenwerk

Doel 2

Door de inzet van laagdrempelige oplossingen wordt de zelfredzaamheid van onze inwoners vergroot

De Wet maatschappelijke ondersteuning 2015 (Wmo) regelt dat gemeenten zorgen voor passende ondersteuning voor mensen die vanwege een beperking of vanwege psychische of psychosociale problemen onvoldoende in staat zijn om (volledig) deel te nemen aan de maatschappij. In het kader van de wet worden zowel specialistische als collectieve voorzieningen aangeboden. Specialistische voorzieningen richten zich op mensen met complexe en/of specifieke ondersteuningsbehoeften, ze zijn op de persoon toegesneden. Voorbeelden zijn hulp in het huishouden, woningaanpassingen, maatschappelijke opvang en individuele begeleiding.
Collectieve voorzieningen binnen de Wmo zijn gericht op het bieden van ondersteuning aan groepen mensen met vergelijkbare behoeften, zoals een maaltijdvoorziening, een ontmoetingsruimte of collectief vervoer. Deze voorzieningen zijn meer algemeen van aard en zijn bedoeld om participatie en zelfredzaamheid te bevorderen. Ze zijn ook bedoeld om mensen met elkaar te verbinden, ontmoeting te creëren en daarmee mensen een sociaal vangnet te bieden. Het hebben van een netwerk vergroot de zelfredzaamheid van onze inwoners en dit werkt preventief. Vanuit de Wmo willen wij met preventie en vroegsignalering waar mogelijk voorkomen dat mensen (sneller) aangewezen raken op specialistische vormen van ondersteuning en zorg.

Wat gaan we daarvoor doen?

2.1 We zetten in op preventieve voorzieningen waarmee we de mobiliteit van inwoners vergroten

De Buurt Oproep Bus: de BOB-bus is een informele vervoersservice gerund door vrijwilligers, voor inwoners van de voormalige gemeente Ter Aar. Het

gaat om vervoer van deur tot deur met zorg. Wij ondersteunen –waar nodig- deze vervoersservice. Het is gewenst dat een dergelijke vervoersdienst ook in andere kernen van de gemeente Nieuwkoop gaat rijden. Wij onderzoeken de mogelijkheden voor deze uitbreiding.

Buurtbus: waar de reguliere OV-lijnen niet meer rijden en er toch behoefte is aan een vaste dienstregeling wordt de buurtbus ingezet. De buurtbus wordt gereden door vrijwilligers, het materieel wordt geleverd door Arriva. Buurtbus 727 wordt beheerd door de vereniging "Buurtbus Langeraar". Momenteel worden de mogelijkheden onderzocht voor een buurtbus op de route Nieuwkoop-Noorden-Woerden.

Beweging van regiotaxi naar openbaar vervoer: we zien een overlap tussen de gereden ritten van de regiotaxi en de lijnen van het openbaar vervoer. Uit eerder onderzoek blijkt dat openbaar vervoer niet gebruikt wordt vanwege onbekendheid of een te grote afstand naar de bushalte. We willen meer gebruikers van de regiotaxi stimuleren om over te stappen naar het OV. Momenteel wordt onderzoek gedaan naar de vervoersbehoefte van gebruikers van de regiotaxi. De uitkomsten daarvan gebruiken we bij de implementatie van de nieuwe concessie. Daarnaast bieden we deze groep een pas aan waarmee zij gratis met het openbaar vervoer kunnen reizen. Deze pas willen we komend jaar actiever inzetten.

2.2 We zetten in op preventieve voorzieningen waarmee we mensen in staat stellen om langer thuis te wonen

Maaltijdverzorging: voor inwoners die niet meer zelfstandig hun eten kunnen verzorgen bestaat de mogelijkheid om dagelijks een warme maaltijd te krijgen via Tafeltje Dek Je. Naast het bieden van de warme maaltijd heeft Tafeltje Dek Je ook een belangrijke signaleringsfunctie. De vrijwilligers van Tafeltje Dek Je zijn soms de enige mensen die dagelijks langskomen bij deze inwoners. We blijven deze dienst subsidiëren en monitoren de ontwikkelingen rondom deze service.

Klussendienst: in Nieuwkoop hebben we verschillende klussendiensten voor senioren en mensen met een beperking. Er worden kleine klusjes uitgevoerd zoals het ophangen van een lamp, het repareren van een stopcontact en het doen van lichte tuinwerkzaamheden. Wij initiëren een kennismaking en samenwerking tussen de verschillende initiatieven.

Zelfredzaamheid ondersteunen bij de indicatiestelling: het is belangrijk dat ouderen zoveel mogelijk dagelijkse activiteiten zelf blijven doen. Daarom willen we meer maatwerkvoorzieningen inzetten, waardoor de oudere zelf actief blijft en waarmee ze ondersteund worden in de zelfredzaamheid. Voorzieningen die hier aan kunnen bijdragen zijn bijvoorbeeld Reablement waarbij samen met de zorgaanbieders voor huishoudelijke hulp gekeken wordt naar alternatieve manieren om inwoners weer zelfredzamer te maken in het huishouden of easysteppers, wat een hulpmiddel is voor traplopen. We volgen ook ontwikkelingen rondom domotica die kunnen bijdragen aan de zelfredzaamheid van inwoners.

2.3 We signaleren problemen bij ouderen en dragen oplossingen aan

Het tijdig signaleren van problemen bij ouderen draagt bij het langer zelfstandig thuis wonen. Het creëert daarnaast bewustwording bij de oudere zelf (en hun omgeving) wat er nodig is om dat ook in de toekomst te kunnen blijven doen. Daarnaast krijgt de gemeente graag signalen vanuit de samenleving, wat daarvoor nodig is.

Welzijnsbezoeken: alle inwoners van 75 jaar en ouder krijgen een welzijnsbezoek aangeboden. Het welzijnsbezoek is een persoonlijk gesprek

waarbij geïnventariseerd wordt hoe het met de oudere gaat. Er wordt gesproken over thema's zoals gezondheid, welzijn en wonen. Tijdens het gesprek kunnen signalen en hulpvragen naar boven komen, deze worden verder opgepakt door het team De Verbinding. Naast een individuele hulpvraag levert het ook bewustwording bij onze inwoners op over bijvoorbeeld de geschiktheid van de woning en plannen voor de toekomst. Ook levert het signalen op over de fysieke leefomgeving en noodzakelijke collectieve voorzieningen, zoals openbaar vervoer. Tijdens het welzijnsbezoek ontvangt de oudere informatie in de vorm van folders en flyers die van toepassing zijn op de situatie en de behoefte van de persoon (ook doel 5).

Adviesraad Sociaal Domein: de leden van de Adviesraad Sociaal Domein zijn de oren en ogen van de Nieuwkoopse samenleving. De leden van de Adviesraad zijn zelf veelal actief bij ouderenorganisaties en hebben een breed netwerk. Wij werken samen met de Adviesraad Sociaal Domein, informeren hen en betrekken hen bij beleidsontwikkeling.

Platform Gehandicapten Senioren Nieuwkoop (PGSN): binnen dit platform zijn alle seniorenorganisaties in de gemeente Nieuwkoop vertegenwoordigd. De PGSN heeft een adviesfunctie. Zij vangt ook veel signalen op onder de oudere inwoners. De PGSN heeft structureel overleg met vertegenwoordigers van de gemeente. Wij zetten deze fijne samenwerking voort, inventariseren de signalen van de PGSN en denken samen na over oplossingen.

Stichting Welzijn Nieuwkoop (SWN): de SWN staat via hun diensten zoals het Servicepluspunt en Tafeltje Dek Je veel in contact met de oudere inwoners en krijgen signalen van inwoners. Medewerkers van het team De Verbinding zijn beschikbaar voor het bespreken van individuele vragen. Verder is er vaker contact met het Servicepluspunt om signalen en bevindingen met elkaar te bespreken en oplossingen te bedenken.

2.4 We brengen welzijnsvoorzieningen actief onder de aandacht

Platform Nieuwkoop Actief: meedoen in de samenleving zorgt voor sociale contacten, je hoort ergens bij en doet er weer toe. Weten wat er mogelijk is binnen de gemeente en af en toe een steuntje in de rug als je geïsoleerd bent of dreigt te raken, kan daarbij helpen. Dat doen we onder andere door het platform Nieuwkoop Actief. Dit is een website voor sportieve en creatieve activiteiten voor jong en oud. We gaan meer bekendheid geven aan het platform onder andere door actief nieuwsberichten te verspreiden.

Nieuwkoop Actief weken: rondom de week van de eenzaamheid en de nationale sportweek gaan we in de gemeente Nieuwkoop de Nieuwkoop Actief weken organiseren. In deze weken zullen ook activiteiten binnen de gemeente Nieuwkoop actief gepromoot worden, waarbij we de verschillende verenigingen en (vrijwilligers)organisaties zo veel mogelijk betrekken. Hierbij hopen we ook inwoners te bereiken die het vangnet hard nodig hebben.

Welzijn op recept: voor inwoners die niet zelf de weg weten te vinden naar de welzijnsvoorzieningen starten we met Welzijn op recept. Vanuit de eerstelijnszorg en vanuit het sociaal domein kan een inwoner worden aangemeld. Er wordt dan een passend welzijnsaanbod of vrijwilligerswerk voor de inwoner gezocht (ook doel 5).

Doel 3
Het verkleinen van kansenongelijkheid, armoede- en schuldenproblematiek

Vanuit de Participatiewet zetten wij instrumenten in die moeten voorkomen dat mensen buiten het arbeidsproces vallen en/of afhankelijk worden van een uitkering. Gemeenten zijn ook verantwoordelijk voor het armoedebeleid en de integrale schuldhulpverlening. Met preventieve maatregelen willen wij voorkomen dat mensen in armoede terecht komen, niet meer kunnen rondkomen, schulden maken en daarmee andere problemen krijgen. Het hebben van een laag inkomen brengt risico's met zich mee: een slechtere gezondheid, kortere levensverwachting, uitsluiting en vereenzaming, moeite met opvoeding van de kinderen en een grotere kans op schulden. Door mensen eerder te bereiken met preventieve maatregelen, kunnen wij hen veelal met lichtere ondersteuning weer op weg helpen.

Wat gaan we daarvoor doen?

3.1 We verstevigen preventieve voorzieningen die kansenongelijkheid en armoede aanpakken

Jeugdfonds sport & cultuur / Volwassenenfonds sport & cultuur: voor inwoners met een laag inkomen is het soms niet mogelijk om lid te worden van een vereniging. De fondsen betalen de contributie en eventuele benodigdheden. Door deelname aan sport of culturele activiteiten wordt maatschappelijke participatie gestimuleerd en de kans op sociale isolatie verminderd. Vooral voor kinderen is dit erg belangrijk. Ondanks de gestage groei gaan we ons inzetten om het aantal deelnemers verder te vergroten (ook doel 8).

Stichting Leergeld: Stichting Leergeld zorgt ervoor dat kinderen uit gezinnen met een laag inkomen dezelfde kansen krijgen als leeftijdsgenoten. Leergeld helpt bijvoorbeeld met schoolspullen, een laptop en een fiets.

Collectieve Zorgverzekering voor minima: de collectieve zorgverzekering voor minima is voor huishoudens met een inkomen niet hoger dan 130% van het sociaal mininum. Met deze verzekering bieden we mensen met een laag inkomen de mogelijkheid om zich uitgebreid maar goedkoop te verzekeren tegen ziektekosten. Door het aanbieden van deze verzekering willen we voorkomen dat de doelgroep zich onvoldoende verzekert en zorg gaat mijden.

Kledingbank en Voedselbank: sinds 2021 hebben we een overeenkomst met de Kledingbank Groene Hart. Huishoudens met een inkomen tot 120% kunnen hier twee keer per jaar terecht voor een paar nieuwe outfits. Een nieuwe outfit geeft mensen het gevoel er weer bij te horen, geeft meer zelfvertrouwen en kan ook helpen bij de zoektocht naar een baan.
Inwoners met een laag inkomen kunnen ook gebruik maken van de voedselbank, die door de gemeente wordt gesubsidieerd.

3.2 We werken aan het voorkomen en aanpakken van schulden

Coördineren van een papierwinkel: hulp bij het bijhouden van de administratie kan voorkomen dat mensen in de schulden raken. Er zijn in Nieuwkoop verschillende organisaties actief in het ondersteunen van mensen bij het doen van hun administratie en het invullen van formulieren.

Vanuit team De Verbinding gaan we vanaf 2024 de onderlinge verbinding en samenwerking tussen deze initiatieven faciliteren en stimuleren, met als doel het voor de inwoner zo laagdrempelig en eenvoudig mogelijk te maken. Helpdesk Geldzaken: sinds 2022 kunnen inwoners van Nieuwkoop gebruik maken van de helpdesk geldzaken. Dit is een laagdrempelige helpdesk waar inwoners gratis advies kunnen krijgen over zaken als geld besparen, geldzorgen voorkomen of inzicht krijgen in je inkomsten en uitgaven. Daarnaast kan men hulp krijgen bij het aanvragen van toeslagen en regelingen. Ook zzp'ers kunnen met hun financiële vragen terecht bij de Helpdesk.

Schuldhulpmaatje: sinds 2021 is Schuldhulpmaatje actief binnen onze gemeente. De aanpak van Schuldhulpmaatje richt zich erop mensen met financiële problemen in een zo vroeg mogelijk stadium te bereiken, dat voorkomt dat schulden onnodig oplopen. Doel van schuldhulpmaatje is de hulpvrager te helpen naar een gezonde financiële huishouding. We willen het bereik van schuldhulpmaatje vergroten en de drempel voor mensen om deel te nemen verlagen.

Geldfit-test: sinds 2021 is Nieuwkoop aangesloten bij Geldfit van de Nederlandse Schuldhulproute (NSR). Op geldfit.nl kunnen inwoners via een (anonieme) online test zien hoe hun financiële situatie is en welke stappen ze kunnen zetten om weer grip op hun geld te krijgen. Als het nodig is, krijgen ze direct contactgegevens van lokale organisaties die ze daarbij kunnen helpen

Vroegsignalering van schulden: op grond van de Wet gemeentelijke schuldhulpverlening zijn leveranciers van energie en water, verhuurders en zorgverzekeringen verplicht een betalingsachterstand te melden bij de gemeente. Gemeenten zijn op hun beurt verplicht om naar aanleiding van deze meldingen een hulpaanbod te doen aan deze huishoudens. Bij grote achterstanden vindt een huisbezoek plaats. Door vroegsignalering voorkom je dat betalingsachterstanden verder oplopen en zich ontwikkelen tot een problematische schuldsituatie.

Onafhankelijk cliëntadviseur MEE: wettelijk is de gemeente verplicht om onafhankelijke cliëntondersteuning te bieden. Deze ondersteuning is er voor mensen die zorg, begeleiding of een andere voorziening nodig hebben. Het gaat om kwetsbare mensen, vaak met een licht verstandelijke beperking. In Nieuwkoop begeleidt de cliëntadviseur van MEE veel gezinnen en alleenstaanden in de doelgroep. Hij werkt daarvoor nauw samen met de medewerkers van het team De Verbinding, het zorgteam, het CJG en Tom in de Buurt. Door deze samenwerking zijn we in staat om preventief te handelen en te voorkomen dat mensen grote problemen krijgen zoals vervuiling, schulden of huisuitzetting.

3.3 We willen de kans op betaald werk vergroten

Van werk gaat in het algemeen een preventieve werking uit. Werkenden voorzien in hun eigen levensonderhoud en het is bekend dat werkenden gezonder zijn dan niet-werkenden. Daarnaast zorgt werk voor sociale contacten en een netwerk. Vanuit dat perspectief heeft werk een preventief effect richting andere voorzieningen binnen het sociaal domein.

Nieuwe instrumenten voor begeleiding naar werk: In de afgelopen jaren zijn enkele nieuwe instrumenten ontwikkeld om de kans op werk voor de groep werklozen te vergroten. Een voorbeeld is de integrale intake bij de aanvraag van een bijstandsuitkering. Op het moment van de aanvraag wordt direct gekeken wat iemands kansen zijn op de arbeidsmarkt en wordt daarvoor een plan van aanpak gemaakt. Er is ook aanzienlijk meer aandacht

voor praktijkleren en voor verkorte praktijkopleidingen, met name voor mensen zonder diploma of startkwalificatie.

Bestandsanalyse: in 2024 gaan we aan de slag met een uitgebreide data-analyse van het bijstandsbestand. Mensen in het bestand worden geselecteerd op doorgroeimogelijkheden. De focus zal in eerste instantie liggen de groep statushouders. Binnen deze groep zijn mensen met arbeidspotentie, maar is de taalvaardigheid vaak een barrière om aan de slag te kunnen. Een taalstage waarin zowel taal- als werkvaardigheden worden ontwikkeld, is een mogelijke oplossing.

Banenmarkt: in 2024 gaan we samen met Kaag en Braasem een banenmarkt organiseren. De banenmarkt richt zich op iedereen die van baan wil veranderen, meer wil gaan werken of aan het werk wil. We willen hierbij ook de Oekraïners betrekken. De banenmarkt wordt georganiseerd in samenwerking met Rijnvicus, de ondernemersverenigingen en het WSP.

Aanpak laaggeletterdheid: voldoende kunnen lezen, schrijven, rekenen en het beschikken over digitale vaardigheden, is een voorwaarde om een stabiele financiële situatie te krijgen en houden. Laaggeletterden hebben een grotere kans werkloos te worden en te blijven. Werkloosheid vergroot vervolgens weer de kans op andere problemen. We nemen deel aan regionale en lokale maatregelen die laaggeletterdheid terugdringen (ook doel 6).

3.4 We geven eenvoudige informatie en bereiken meer mensen

Voorzieningenboekje en voorzieningenwijzer: onbekendheid met voorzieningen kan ervoor zorgen dat juist de doelgroep er geen gebruik van maakt. Sinds medio 2023 is er een nieuw handzaam voorzieningenboekje waarin alle gemeentelijke voorzieningen voor huishoudens met een laag inkomen zijn opgenomen. We gaan deze zo breed mogelijk verspreiden. We oriënteren ons ook op aansluiting bij de Voorzieningenwijzer. De Voorzieningenwijzer is een praktisch (digitaal) instrument, waarin alle lokale én landelijke voorzieningen zijn opgenomen.

Formulieren eenvoudiger: het invullen van formulieren kan voor mensen met een lage taalvaardigheid een drempel zijn om een aanvraag in te dienen. We gaan daarom gemeentelijke formulieren nakijken op begrijpelijkheid en waar mogelijk eenvoudiger maken.

Informatie over goedkoop en gezond eten: Tom in de Buurt maakt inwoners bewust van gezond koken met een klein budget door het geven van kooktrainingen en het opstarten van nieuwe initiatieven. We onderzoeken samen met Tom in de buurt de verdere mogelijkheden om inwoners met een laag inkomen voor te lichten over gezond en betaalbaar eten. Een receptenboek zou daarop een goede aanvulling kunnen zijn.

- Actieplan laaggeletterdheid
- Vitaliteitsakkoord 2.0

Doel 4

Gespecialiseerde hulp en informele organisaties (verenigingsleven) weten elkaar te vinden en werken samen

De gemeente Nieuwkoop kenmerkt zich door een "rijk" verenigingsleven. Veel inwoners zijn actief en zetten zich vrijwillig in voor de samenleving. Het aantal vrijwilligers (32% van de inwoners) is in de gemeente Nieuwkoop hoger dan het gemiddelde in Hollands Midden (27%) en Nederland (25%).
Het is belangrijk dat deze kracht behouden blijft en beter benut wordt door gespecialiseerde hulpverleners.

Een goede samenwerking tussen informele en formele hulp, kan er aan bijdragen dat in een vroeg stadium eenvoudigere en laagdrempelige oplossingen gevonden worden. Daarnaast kan formele hulp worden afgeschaald en opgevangen worden door informele hulp. Het delen van informatie zorgt er ook voor dat mensen en organisaties zich meer verbonden voelen met elkaar. Dit bevordert de inzet en de waardering van het vrijwilligerswerk. Wij kunnen ervoor zorgen dat de mensen en organisaties elkaar wel weten te vinden. Dit doen we door partijen aan elkaar te verbinden en hierin de regierol op ons te nemen. Met onder andere de inzet van team De Verbinding geven we vorm aan die regierol.

Wat gaan we daarvoor doen?

4.1 We faciliteren de connectie tussen het formele en informele veld

Team De Verbinding: het gemeentelijk team De Verbinding heeft een actieve rol binnen de welzijnsvoorzieningen in de gemeente Nieuwkoop. Een aantal taken doet zij zelf, zoals de coördinatie van de welzijnsbezoeken of een beweegcoach voor ouderen. Verder hebben zij in het team Sociaal Makelaars en een Sportmakelaar. De makelaars kennen de lokale verenigingen en activiteiten en zijn een intermediair naar andere organisaties en professionele partners in de gemeente. De rol en de mogelijkheden van het team De Verbinding zijn nog niet overal goed genoeg bekend. We gaan daarom meer bekendheid geven aan het team. Ook verbeteren we de samenwerking tussen het team De Verbinding en de professionele partners in het Sociaal Domein en de eerstelijnszorg.



Platform voor vrijwilligers en het matchen van vraag en aanbod: er komt een platform waar vrijwilligers terecht kunnen met vragen naar bijvoorbeeld training en scholing. Dit kunnen algemene vragen zijn, maar ook hele specifieke, zoals hoe ga ik om met een inwoner met dementie. Er kan naar aanleiding hiervan scholing georganiseerd worden, waarbij wij onze partners van de gespecialiseerde zorg vragen dit te faciliteren. Bij het platform komt ook een mogelijkheid om vraag en aanbod voor vrijwilligerswerk bij elkaar te brengen.

Een up-to-date sociale kaart: om de samenwerking tussen partijen te bevorderen is het noodzakelijk te weten wie wat doet. Er ontbreekt nu een goede up-to-date sociale kaart. Op het bovengenoemde platform komt een sociale kaart die samen met andere partners in het sociaal domein en de eerstelijnszorg wordt gevuld. De sociale kaart zal worden bijgehouden door de sociaal makelaars van het team De Verbinding.

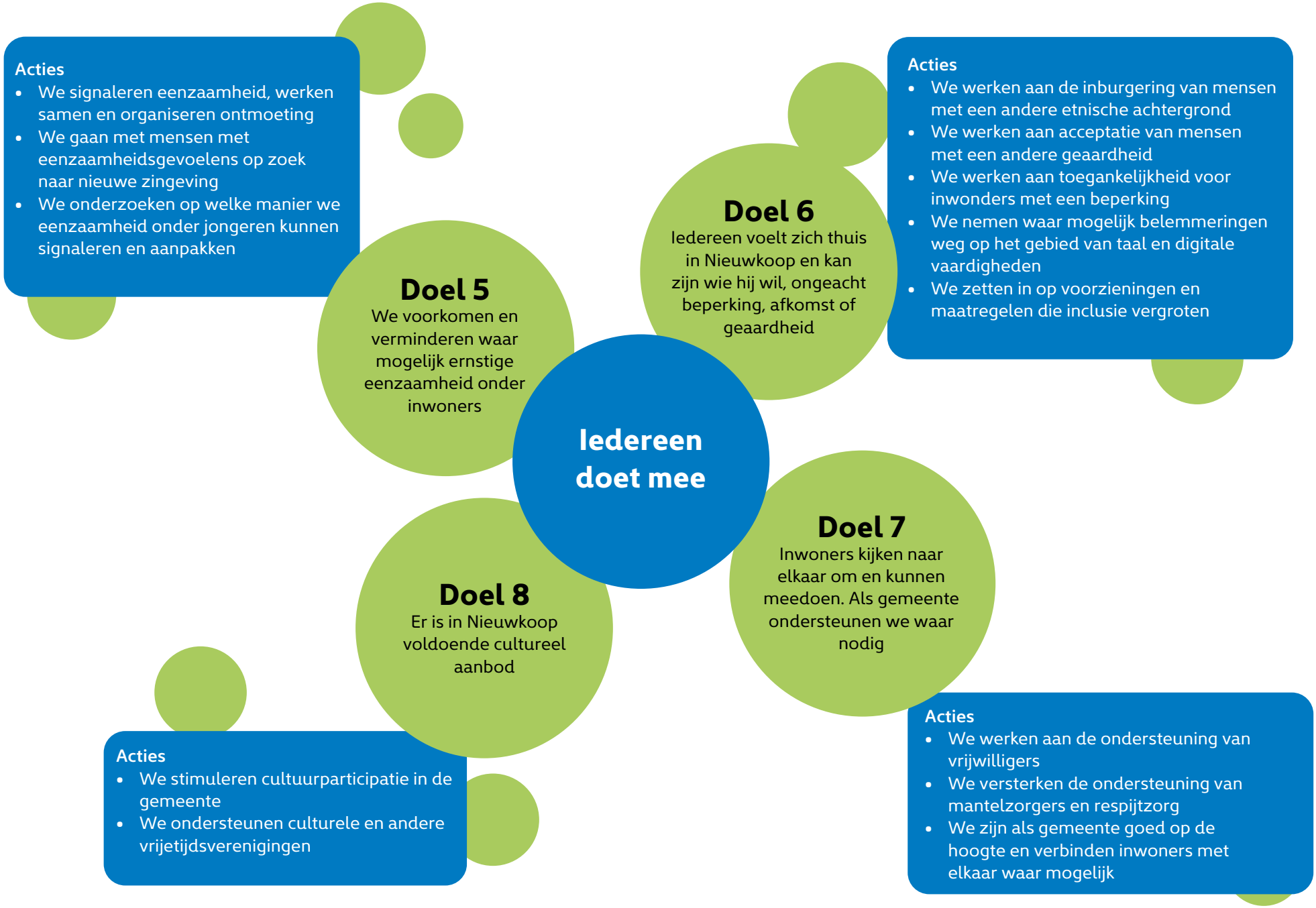
We brengen partijen met dezelfde doelgroep bijeen: we brengen partijen die voor dezelfde doelgroep actief zijn, of dezelfde soort ondersteuning bieden, bij elkaar. Hiermee brengen we de onderlinge samenwerking en het vormen van een netwerk op gang. In 2023 zijn we gestart met een bijeenkomst voor de papierwinkel, waar alle organisaties op het gebied van administratieve ondersteuning elkaar kunnen ontmoeten en samenwerken.

Ook het jongerenwerk werkt op deze manier. Zij behartigen de belangen van jongeren in de gemeente en brengen initiatief en uitvoering bij elkaar. De realisatie van een JOP (Jongeren Ontmoetingsplek) is hiervan een voorbeeld.

Communicatie over activiteitenaanbod: wij ondersteunen informele organisaties waar nodig bij het bekend maken van hun aanbod. Wij doen dit door actief te communiceren via Nieuwkoop Nieuws en sociale mediakanalen.

4.2 We sturen op samenwerking tussen gespecialiseerde hulp en informele organisaties in de contracten en subsidierelaties

De accounthouders van de gespecialiseerde hulp sturen actief op samenwerking met de informele organisaties. We leggen hiervoor kritische prestatie indicatoren vast met contractpartners en maken specifieke afspraken met onze subsidierelaties. Vanuit ons accounthouderschap voeren we regie op de samenwerking. Waar nodig verbinden partijen actief aan elkaar. Hierbij is het belangrijk dat de samenwerking op alle niveaus wordt gestimuleerd; uitvoerend, beleidsmatig en bestuurlijk.


Acties
• We signaleren eenzaamheid, werken samen en organiseren ontmoeting
• We gaan met mensen met eenzaamheidsgevoelens op zoek naar nieuwe zingeving
• We onderzoeken op welke manier we eenzaamheid onder jongeren kunnen signaleren en aanpakken
Doel 5
We voorkomen en verminderen waar mogelijk ernstige eenzaamheid onder inwoners
Doel 6
Iedereen voelt zich thuis in Nieuwkoop en kan zijn wie hij wil, ongeacht beperking, afkomst of geaardheid
Acties
• We werken aan de inburgering van mensen met een andere etnische achtergrond
• We werken aan acceptatie van mensen met een andere geaardheid
• We werken aan toegankelijkheid voor inwonders met een beperking
• We nemen waar mogelijk belemmeringen weg op het gebied van taal en digitale vaardigheden
• We zetten in op voorzieningen en maatregelen die inclusie vergroten
Iedereen doet mee
Doel 8
Er is in Nieuwkoop voldoende cultureel aanbod
Doel 7
Inwoners kijken naar elkaar om en kunnen meedoen. Als gemeente ondersteunen we waar nodig
Acties
• We stimuleren cultuurparticipatie in de gemeente
• We ondersteunen culturele en andere vrijetijdsverenigingen
Acties
• We werken aan de ondersteuning van vrijwilligers
• We versterken de ondersteuning van mantelzorgers en respijtzorg
• We zijn als gemeente goed op de hoogte en verbinden inwoners met elkaar waar mogelijk

2. Iedereen doet mee

Daar waar het thema Licht en laagdrempelig gaat over het voorkomen van problemen en het aanbieden van eenvoudige oplossingen, gaat dit thema over de kracht van de samenleving en de preventieve werking die daarvan uitgaat. Nieuwkoop is een sociale en actieve gemeente. Onze inwoners zetten zich in voor hun dorpsgenoten. Jong en oud zijn actief bij onder andere (sport) verenigingen en kerken. Elke kern heeft zijn eigen ouderenbond en twee kernen hebben een buurtbus die draait op vrijwilligers. Dit waarderen we en zien we als de kracht van onze gemeente. We bouwen voort op deze kracht en de vele initiatieven die er al zijn.

Meedoen gaat over het hebben van sociale contacten, serieus genomen worden, samen leuke dingen doen, steun van anderen, erbij horen en interesse in de maatschappij. Meedoen is een van de dimensies van Positieve Gezondheid: het is van invloed op de gezondheid van mensen. Niet iedere inwoner heeft een goede sociale basis. Er zijn inwoners die last hebben van gevoelens van eenzaamheid en het is niet voor alle inwoners vanzelfsprekend om mee te doen. Fysieke of psychische aandoeningen kunnen belemmeren, net als onvoldoende taalbeheersing of een onderwijsachterstand. Ook de seksuele diversiteit, leeftijd, financiële situatie en culturele achtergrond kunnen reden zijn voor uitsluiting.

We streven in Nieuwkoop naar een samenleving waarin iedereen kan en mag meedoen, waarin mensen omkijken naar elkaar en niemand wordt uitgesloten. We willen de sociale samenhang verstevigen om zo bij te dragen aan de positieve gezondheid van onze inwoners. We zijn daarvoor ook afhankelijk van al die vrijwilligers en mantelzorgers in de gemeente en zien het als onze opgave om deze inwoners zo goed mogelijk te ondersteunen.

Doel 5

We voorkomen en verminderen waar mogelijk ernstige eenzaamheid onder inwoners

Er zijn inwoners die voor korte tijd of langere tijd last hebben van gevoelens van eenzaamheid. Dit kan om verschillende redenen zijn: iemand heeft een naaste verloren, is nieuw in de gemeente of vindt het lastig om contact te leggen. Het aantal inwoners dat last heeft van eenzaamheid is relatief laag in Nieuwkoop. Uit de cijfers blijkt dat in de gemeente Nieuwkoop het percentage eenzaamheid (sociaal, emotioneel en ernstig) onder het landelijk gemiddelde ligt. De gemeente Nieuwkoop wil eenzaamheid echter wel serieus aanpakken. Eenzaamheid is de afgelopen jaren namelijk toegenomen onder inwoners. 9% van de volwassen en oudere inwoners is ernstig eenzaam. In 2022 is daarom een plan van aanpak eenzaamheid opgesteld.

De invloed van eenzaamheid op iemands leven is groot. Het leidt, zeker als het langdurig aanhoudt, tot gezondheidsrisico's en een gevoel dat welzijn of geluk tekortschiet. Eenzaamheid verhoogt zelfs de kans op voortijdig overlijden. Gevoelens van eenzaamheid horen bij het leven. De gemeente kan eenzaamheid niet geheel oplossen of voorkomen, maar we hebben wel de taak om aandacht te geven aan het voorkómen en verminderen van ernstige eenzaamheid.

Wat gaan we daarvoor doen?

5.1 We signaleren eenzaamheid, werken samen en organiseren ontmoeting

Voortzetten van de welzijnsbezoeken 75+: we gaan door met de welzijnsbezoeken voor 75+. Tijdens de bezoeken wordt onder meer gevraagd naar het sociale netwerk van de oudere. Mocht er eenzaamheid gesignaleerd worden tijdens het bezoek, dan wordt de oudere in kwestie verder geholpen vanuit de gemeente (ook doel 3).

Week tegen Eenzaamheid: tijdens deze week wordt er jaarlijks aandacht besteed aan eenzaamheid en lokale activiteiten en welzijnsaanbod onder de noemer van de Nieuwkoop Actief weken.

Het lokale netwerk tegen eenzaamheid versterken: het lokale netwerk Een tegen Eenzaamheid bestaat uit zorgverleners, vrijwilligers, kerken, dorpsraden en belangstellenden. Jaarlijks komt het netwerk bij elkaar om de stand van zaken rondom eenzaamheid te bespreken. Er zal ingezet worden op meer samenwerking en kennisdeling.

Faciliteren ontmoeting en/of lotgenotencontact: we faciliteren ontmoetingen door onder andere een overzicht van beschikbare ruimtes in de gemeente te publiceren, zodat er thema- en ontmoetingsavonden georganiseerd kunnen worden voor diverse doelgroepen. Bijvoorbeeld voor en door inwoners met LVB, autisme, dementie, inwoners met een andere culturele achtergrond, vrouwen in de knel, of ex-verslaafden. Om ontmoeting te stimuleren, kan voor een activiteit subsidie verstrekt worden (ook doel 7).

Vergroten kennis eenzaamheid: we versterken de kennis over eenzaamheid om beter eenzaamheid te signaleren en inwoners te kunnen helpen bij gevoelens van eenzaamheid. Een medewerker van team de Verbinding, een medewerker van Tom in de Buurt en een vrijwilliger volgen de opleiding specialist eenzaamheid bij Factor 5 (post-HBO). Zij zullen na de opleiding de cursus Creatief Leven geven aan inwoners die langdurig last hebben van eenzaamheid.

5.2 We gaan met mensen met eenzaamheidsgevoelens op zoek naar nieuwe zingeving

Welzijn op recept: inwoners met psychosociale klachten, of fysieke klachten die een sociale en/of emotionele oorzaak hebben, kunnen via de eerstelijnszorg verwezen worden naar de sociaal makelaars van de gemeente. Tijdens een intakegesprek met de sociaal makelaar wordt aan de hand van het spinnenweb van Positieve Gezondheid besproken waar de inwoner specifiek behoefte aan heeft op het gebied van welzijn en hoe diegene geholpen kan worden. Indien gewenst zal vervolgens een vrijwillige welzijnscoach de inwoner ondersteunen naar het lokale activiteitenaanbod en/of vrijwilligerswerk. Het traject van Welzijn op Recept zal maximaal drie maanden duren. Een half jaar na de start van het traject wordt nog een keer contact opgenomen met de deelnemer om te horen hoe het gaat en of het traject heeft geholpen.

Inspraak van mensen met gevoelens van eenzaamheid: naast het lokale netwerk Een tegen Eenzaamheid, zullen deelnemers van de cursus Creatief Leven (een groepscursus voor inwoners met langdurige gevoelens van

eenzaamheid) en jongeren gevraagd worden mee te denken over beleid en/of acties tegen eenzaamheid.

5.3 We onderzoeken op welke manier we eenzaamheid onder jongeren kunnen signaleren en aanpakken

Signaleren eenzaamheid jongeren: het jongerenwerk krijgt een rol in het signaleren van eenzaamheid onder jongeren en er wordt onderzocht of de groepsinterventie Join Us ingezet kan worden (ook doel 13).

Eenzame jongeren begeleiden vanuit het jongerenwerk: het jongerenwerk biedt daarnaast wekelijks groepsbijeenkomsten aan voor jongeren die moeite hebben om in contact te komen met anderen. Deze bijeenkomsten worden voortgezet en beter onder de aandacht gebracht bij eerstelijns- en tweedelijnszorg.

- Plan van aanpak eenzaamheid
- Uitvoeringsplan Jongerenwerk

Doel 6

Iedereen voelt zich thuis in Nieuwkoop en kan meedoen ongeacht beperking, afkomst of geaardheid

Onze dorpen zijn hecht en kennen een sterke sociale samenhang. Toch is voor sommige groepen de letterlijke of figuurlijke drempel om mee te doen en geaccepteerd te worden, wat hoger. Het is niet voor alle inwoners vanzelfsprekend om economisch en/of maatschappelijk naar eigen wens en vermogen mee te doen. Bijvoorbeeld omdat er sprake is van fysieke of psychische belemmeringen, onvoldoende taalbeheersing of een onderwijsachterstand. Ook de seksuele diversiteit en culturele achtergrond kunnen reden zijn voor uitsluiting. Zolang zij niet meedoen, blijven het talent en potentieel van deze groepen inwoners onbenut. Voor henzelf én de samenleving is het belangrijk dat ook zij naar vermogen meedoen.

We besteden extra aandacht aan inwoners met een niet-Nederlandse achtergrond, inwoners met een beperking en LHBTI-inwoners omdat van deze doelgroepen bekend is dat ze vaker te maken krijgen met uitsluiting, discriminatie of geweld. Discriminatie kan leiden tot depressie, angst, stress en slecht slapen. LHBTI-jongeren zijn, vergeleken met andere jongvolwassenen, vaker slachtoffer van pesterijen, discriminatie en geweld. Zij ervaren doorgaans meer angst, depressie, paniekaanvallen en suïcidaliteit dan andere jongvolwassenen. Wij vinden het belangrijk dat iedereen in Nieuwkoop geaccepteerd wordt voor wie hij is en dat iedereen in onze gemeente veilig en prettig kan wonen en samenleven.

Wat gaan we daarvoor doen?

6.1 We werken aan de inburgering van mensen met een andere etnische achtergrond

Het team statushouders blijft zich, in samenwerking met vrijwilligers en lokale organisaties, inzetten om vluchtelingen, statushouders en nieuwkomers

te begeleiden in het deel worden van de Nieuwkoopse en Nederlandse samenleving.
We doen dit onder andere door iedere statushouder en zijn gezin een vrijwillige begeleider te bieden uit het eigen dorp voor een half jaar, door de inzet van het sport- en cultuurfonds waardoor bijna iedereen lid is van een vereniging en door te stimuleren dat statushouders naast hun inburgeringstraject actief zijn als vrijwilliger bij een vereniging of organisatie of stage gaan lopen bij een bedrijf. We brengen daarnaast statushouders en Oekraïense vluchtelingen met elkaar in contact, zodat ze elkaar kunnen steunen en wegwijs maken in de Nieuwkoopse samenleving. We geven ook Nederlandse les aan Oekraïners, zodat zij integreren en meer kans maken op de arbeidsmarkt.

6.2 We werken aan acceptatie van mensen met een andere geaardheid

Zichtbaarheid gemeente: we zijn als gemeente zichtbaar als het gaat om de omgang met en acceptatie van inwoners met een andere geaardheid. We letten op inclusief taalgebruik, hangen vlaggen uit op officiële dagen en vragen aandacht voor acceptatie van LHBTI-ers. Concrete acties nemen we op in de uitvoeringskalender inclusie.

In gesprek met verenigingen: we gaan in 2024 met clubs en verenigingen in gesprek om te bespreken wat zij bij kunnen dragen aan acceptatie en normalisatie van de doelgroep, dat kan het gaan over terugdringen van beledigende teksten op straat of langs de lijn of over het toepassen van adviezen gericht op inclusie vanuit de sportbonden, zoals het charter Sport & Inclusie.

Rol onderwijs: ook in het onderwijs willen we aandacht besteden aan normalisatie en acceptatie. We ondersteunen en vragen aandacht voor de Gender & Sexuality Alliance (GSA) op het Ashram College, organiseren gastlessen in het onderwijs en stimuleren activiteiten rondom Paarse Vrijdag.

Organiseren gesprek: we gaan in 2024 weer ontmoeting tussen inwoners met een LHBTI-achtergrond faciliteren.

6.3 We werken aan toegankelijkheid voor inwoners met een beperking

Aanpassing gebouwen: waar nodig en mogelijk worden er aanpassingen gemaakt aan gebouwen en bestratingen zodat de fysieke omgeving toegankelijk is voor inwoners met een fysieke beperking. Inwoners kunnen hiervan een melding maken via de website verbeterdebuurt.nl.

PGSN: we continueren de contacten met het platform Gehandicapten en Senioren Nieuwkoop (PGSN) om signalen op te vangen over de toegankelijkheid van diensten en fysieke omgeving voor inwoners met een beperking. De PGSN wordt daarnaast om advies gevraagd bij nieuwbouwprojecten die betrekking hebben op de doelgroep en levensloopbestendige woningen over de toegankelijkheid voor inwoners met een beperking.

Dementievriendelijke gemeente: 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 en waarin de gemeenschap hen een handje toesteekt wanneer zij het even niet meer weten. We streven ernaar om in 2025 een dementievriendelijke gemeente te zijn. Medewerkers van de gemeente volgen daarvoor de training ‘op het gemeentehuis’ en ‘aan de telefoon’ van dementievriendelijk Nederland. We besteden aandacht aan de training ‘goed omgaan met dementie’ in Nieuwkoop Nieuws en op sociale media en we gaan aan de slag met de uitkomsten en verbeterpunten van de dementiescan die in september 2023 is afgenomen.

6.4 We nemen waar mogelijk belemmeringen weg op het gebied van taal en digitale vaardigheden

Begrijpelijke taal: we bieden onze (digitale) producten en diensten in begrijpelijk, toegankelijk, herkenbaar en inclusief taal- en beeldgebruik aan. De informatie van de gemeente is voor alle groepen via meerdere zintuigen te begrijpen (auditief, visueel, fysiek en/of psychisch). We gaan advies inwinnen over inclusieve communicatie.

Het aanpakken van laaggeletterdheid: voldoende kunnen lezen, schrijven en rekenen en het beschikken over digitale vaardigheden, zijn belangrijk om deel te kunnen nemen aan de samenleving. We hebben met onder andere omliggende gemeenten en de bibliotheek een taalpact afgesloten, waarin het regionaal en lokaal verbeteren van de (digitale) geletterdheid van onze inwoners centraal staat. Er wordt ook ingezet op meer bekendheid over laaggeletterdheid en het beter herkennen en doorverwijzen van laaggeletterde inwoners (ook doel 3).

6.5 We zetten in op voorzieningen en maatregelen die inclusie vergroten

Anti-discriminatie voorziening: inwoners kunnen bij stichting iDb een klacht of melding maken van discriminatie. Een melding wordt alleen geregisterd en een klacht wordt verder behandeld door stichting iDb. De stichting neemt dan contact op met de melder voor een gesprek en geeft steun en advies.

Vergroten van kennis over diversiteit: dat doen we door vier keer per jaar aandacht te besteden aan inclusiviteit door middel van artikelen en advertenties in Nieuwkoop Nieuws, op sociale media en op de website van de gemeente.

Een uitvoeringsagenda inclusie: we stellen een agenda op waarin we acties opnemen die ten goede komen aan de inclusie van diverse minderheidsgroepen, waaronder LHBTI-ers, mensen met een beperking, mensen met een andere culturele achtergrond en laaggeletterden.

- Actieplan laaggeletterdheid

Doel 7

Inwoners kijken naar elkaar om en kunnen meedoen. Als gemeente ondersteunen we waar nodig

Inwoners dragen zelf steeds meer bij aan de lokale samenleving en de sociale basis van mede-inwoners. Deze informele zorg maakt het mogelijk dat inwoners geholpen worden door hun naaste omgeving op een laagdrempelige wijze. De verschuiving naar informele zorg vermindert bovendien het beroep op gespecialiseerde zorg.

Inwoners die elkaar helpen als vrijwilliger of mantelzorger zijn hierdoor van grote waarde voor de Nieuwkoopse samenleving. In de gemeente zijn er relatief veel inwoners die zich op deze manier inzetten. Als gemeente waarderen we hun inzet enorm. Vrijwilligers en mantelzorgers zijn nu en in de toekomst hard nodig, maar ze staan ook onder druk en moeten zo nu en dan uit de wind

worden gehouden. We bieden daarom ondersteuning aan vrijwilligers vanuit team De Verbinding en aan mantelzorgers vanuit Tom in de Buurt.

Wat gaan we daarvoor doen?

7.1 We werken aan de ondersteuning van vrijwilligers

Een vrijwilligersvacaturebank: we starten in 2024 met een online platform waar inwoners zich kunnen aanmelden als vrijwilliger, waarop professionele en vrijwilligersorganisaties vacatures voor vrijwilligersfuncties kunnen plaatsen en vrijwilligers gekoppeld kunnen worden aan een vereniging/ organisatie of aan elkaar (als maatje of burenhulp).

De sociaal makelaars: de sociaal makelaars zijn twee medewerkers van team De Verbinding die zich inzetten voor vrijwilligers en vrijwilligersorganisaties. De sociaal makelaars koppelen inwoners aan vrijwilligers als maatjes, zoeken naar passend aanbod voor een vrijwilliger, brengen het vrijwillig aanbod in kaart en beantwoorden vragen van vrijwilligers en organisaties. Daarnaast zullen ze de vrijwillige welzijnscoaches voor Welzijn op Recept gaan trainen en ondersteunen in het traject.

7.2 We versterken de ondersteuning van mantelzorgers en respijtzorg

De ondersteuning van mantelzorgers wordt in Nieuwkoop namens de gemeente gedaan door Tom in de buurt.

Training van medewerkers TinB: de training is erop gericht dat medewerkers van Tom in de Buurt mantelzorgers en hun kwetsbare positie sneller herkennen en weten wat ze daar vervolgens mee moeten doen. Dit gaat dan vooral om de medewerkers informatie en advies, toegangsmedewerkers en medewerkers die ondersteuning bieden. Mantelzorgondersteuning wordt een vast onderdeel van de trainingen die medewerkers krijgen. Indien nodig wordt mantelzorgondersteuning ook onderdeel van het individueel begeleidingsplan van de inwoners.

Netwerkbijeenkomsten mantelzorg: we verbeteren daarnaast de samenwerking tussen Tom in de buurt en andere professionals die te maken hebben met het ondersteunen van mantelzorgers, door het houden van netwerkbijeenkomsten waarin de rol van Tom in de buurt en de mantelzorgondersteuning goed wordt belicht.
Specialistische inzet voor jonge mantelzorgers: Tom in de buurt gaat een speciaal ondersteuningsaanbod maken voor jonge mantelzorgers.

Waardering en aanbod voor mantelzorgers: vanuit de gemeente komt waardering voor mantelzorgers op verschillende manieren tot uitdrukking, zoals bijvoorbeeld een jaarlijks geldbedrag, een cadeaubon, een dagje uit of een gratis theatervoorstelling. De mantelzorgers die deze waardering ontvangen, zijn in beeld bij Tom in de buurt en krijgen van hen ook een aanbod voor individuele ondersteuning indien nodig en gewenst.

Regionale pilot respijtzorgbedden: we nemen deel aan de regionale werkgroep respijtzorg. Respijtzorg houdt in dat een mantelzorger tijdelijk wordt ontlast, omdat iemand anders de taak even van ze overneemt. Dit kan voorkomen dat een mantelzorger overbelast raakt. Binnen de regionale werkgroep wordt een pilot ontwikkeld voor de start van 12 respijtzorgbedden in de regio.

Meer aanbod voor informele respijtzorg: samen met Tom in de Buurt gaan we actief vrijwilligers werven die ingezet kunnen worden voor kortdurende informele respijtzorg. Vraag en aanbod worden vervolgens aan elkaar gekoppeld.

7.3 We zijn als gemeente goed op de hoogte en verbinden inwoners met elkaar waar mogelijk

Signalerende functie: de samenleving verandert snel en problemen kunnen in een korte tijd ontstaan en verergeren. Om tijdig in te kunnen spelen op problemen die ontstaan in de samenleving, willen we als gemeente zo goed mogelijk op de hoogte zijn. We ontvangen signalen door onder andere de informatie die uit de Welzijnsbezoeken naar voren komt. Team De Verbinding werkt voortdurend aan de zichtbaarheid en bereikbaarheid voor inwoners en voor vrijwilligersorganisaties. We gaan ten slotte meer data gestuurd werken, onder andere met de tool Nieuwkoop in Cijfers. Deze tool verzamelt openbare cijfers vanuit verschillende bronnen en biedt inzicht in de verschillende domeinen waarop de gemeente actief is.

Overzicht van beschikbare ruimten: we faciliteren en/of versterken daarmee inwonersinitiatieven en ontmoeting (ook doel 6).

Doel 8
Er is in Nieuwkoop voldoende cultureel aanbod

Cultuurdeelname, zoals bezoek aan musea, theater of zingen in een koor, verbindt mensen met elkaar, vergroot hun veerkracht en draagt bij aan persoonlijke ontwikkeling. De World Health Organisation (WHO) heeft de gezondheidseffecten van cultuurdeelname in kaart gebracht. Uit dat onderzoek blijkt dat het actief of passief beleven van kunst de gezondheid en het algehele welbevinden bevordert. Dit komt doordat kunstbeoefening een beroep doet op je creativiteit, je talenten en mogelijkheden. Het helpt bij het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden en het vergroot je netwerk.

De gemeente Nieuwkoop kent een levendig kunst- en cultuurklimaat. Vanuit de samenleving wordt er veel georganiseerd op het gebied van kunst en cultuur. Zo zijn er verschillende culturele verenigingen, activiteiten, theater, musea en ateliers. We willen het culturele karakter van de gemeente behouden door de cultuursector toekomstbestendig te maken en versterken. Daarnaast willen we cultuurdeelname onder inwoners stimuleren.

Wat gaan we daarvoor doen?

8.1 We stimuleren cultuurparticipatie in de gemeente

Cultuurcoach: we stimuleren cultuurparticipatie en ondersteunen de cultuursector in Nieuwkoop door middel van de inzet van een cultuurcoach bij team De Verbinding vanuit de Brede Regeling Combinatiefuncties. In september 2023 is een cultuurcoach aangenomen. De cultuurcoach heeft als opdracht cultuurdeelname te bevorderen onder inwoners en cultuuraanbieders te ondersteunen bij financiële vragen, subsidieaanvragen, nieuwe ontwikkelingen en ledenwerving. De cultuurcoach zal hiervoor culturele activiteiten meer onder de aandacht brengen, samenwerking tot stand brengen tussen culturele aanbieders en helpen bij ondersteuningsvragen van culturele aanbieders.

Stimuleren breed aanbod: we stimuleren dat er voldoende laagdrempelige en betaalbare culturele activiteiten zijn waar iedereen aan mee kan doen en

waar mensen elkaar kunnen ontmoeten op centrale, toegankelijke locaties. Dit aanbod brengen we beter onder de aandacht met behulp van het platform Nieuwkoop Actief.

Kinderen komen in aanraking met cultuur: met het programma Cultuureducatie met Kwaliteit en de pilot Rijke Schooldag dragen we bij dat kinderen in aanraking komen met cultuur en de culturele ontwikkeling van kinderen. Daarnaast kunnen kinderen in hun vrije tijd lid worden van culturele verenigingen. Ouders van kinderen die niet de contributie kunnen betalen aan culturele verenigingen, kunnen via het Jeugdfonds Sport & Cultuur een aanvraag indienen voor bekostiging van de contributie (ook doel 3) .

8.2 We ondersteunen culturele en andere vrijetijdsverenigingen

Verenigingsloket: door middel van overkoepelende verenigingsondersteuning vanuit het Verenigingsloket en door de verstrekking van structurele en incidentele activiteitensubsidies worden verenigingen financieel en inhoudelijk ondersteund door de gemeente. De cultuurcoach zal in samenwerking met het Verenigingsloket informatieavonden organiseren voor cultuuraanbieders om hen te informeren over de subsidie- en ondersteuningsmogelijkheden vanuit de gemeente. Ook voor de andere vrijetijdsverenigingen worden informatieavonden georganiseerd op basis van de vraag van de verenigingen zelf of actualiteiten. De huidige verenigingsondersteuning wordt naar behoefte van verenigingen daar waar mogelijk uitgebreid.

Aanpassen algemene subsidieverordening: vanuit de kracht van de samenleving nodigen we het verenigingsleven en het maatschappelijk middenveld uit om haar activiteitenaanbod, waar mogelijk, open te stellen voor bijzondere doelgroepen en om mee te denken en te werken aan de maatschappelijke doelen van de gemeente. De subsidie verordening wordt in 2024 aangepast en opgesteld aan de hand van de doelen van de preventie agenda.

Samenwerking mogelijk maken tussen clubs en verenigingen: door de bestemming te wijzigen van locaties kunnen verenigingen en clubs van elkaars ruimte gebruik maken en kunnen de ruimtes beter benut worden.




Een leven lang gezond
Doel 9
Het stimuleren van een gezonde leefstijl bij kinderen en jongeren en het tegengaan van overgewicht (t/m 24 jaar)
Acties
We stimuleren beweging en motorische vaardigheid van jongs af aan
We zetten in op de bestrijding van overgewicht
Met onderwijs wordt gewerkt aan de Rijke schooldag
Doel 10
Het voorkomen signaleren en terugdringen van middelengebruik
Acties
We voorkomen alcohol- en middelengebruik onder de 18 jaar
We werken aan verslavingspreventie
We stimuleren een rookvije omgeving
We normaliseren alcoholvrij voor alle inwoners+
Doel 11
Inwoners van Nieuwkoop bewegen regelmatig
Acties
We gaan aan het werk met het nieuwe Vitaliteitsakkoord
We werken aan een toekomstbestendige sportinfrastructuur
We dragen bij aan de ontwikkeling van beweegprogramma's
Doel 11
Inwoners worden vitaal ouder en maken actief onderdeel uit van de samenleving
Acties
We signaleren behoeften van ouderen en verwijzen proactief
We stimuleren een actieve leefstijl voor ouderen
We zetten programma's op voor valpreventie
We maken langer (semi) zelfstandig
Doel 12
Een schone en gezonde leefomgeving en een aantrekkelijke buitenruimte die uitnodigt tot sporten, ontmoeten en bewegen
Acties
We zetten in op een gezonde en aantrekkelijke buitenruimte die uitnodigt tot bewegen
We nemen maatregelen om de buitenruimte gezond te houden
Doel 13
Het versterken van de mentale weerbaarheid en -gezondheid
Acties
We zetten in op mentaal weerbare kinderen en jongeren
We organiseren laagdrempelige hulp voor mentale problemen
We normaliseren aandacht voor mentale problemen

3. Een leven lang gezond

Dit laatste en derde thema gaat over gezondheid, zowel mentaal als fysiek. Gezondheid is meer dan alleen 'niet ziek zijn'. Het is het vermogen van mensen om met de fysieke, psychische, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. Dit soort veerkracht werkt preventief en we noemen dit positieve gezondheid.

Onze leefstijl heeft grote invloed op onze gezondheid. Denk hierbij aan voldoende bewegen en gezond en gevarieerd eten. Ook het nemen van voldoende rust en tijd voor jezelf draagt bij aan hoe je je voelt. Hoe mensen zich gedragen en of ze gezonde keuzes maken, is in eerste instantie de verantwoordelijkheid van mensen zelf. Dat geldt uiteraard ook voor onze inwoners. De meeste inwoners hebben (onbewust) hun leven al gezond ingericht. We willen ervoor zorgen dat zij zich hier meer bewust van zijn en we willen hen die niet of onvoldoende gezond leven, stimuleren dit wel te doen. We doen dit door aandacht te vragen voor gezond gedrag en dit te faciliteren. Hiervoor werken we samen met verenigingen en organisaties. Velen van hen zetten zich al in om van Nieuwkoop een gezonde gemeente te maken.

Cijfers laten een gemengd beeld zien over dit thema. Inwoners van de gemeente bewegen veel en voelen zich gezond. Tegelijkertijd zijn er meer zware drinkers dan landelijk in de leeftijdsgroep tussen de 18 en de 65. Boven de 65 zijn er zelfs twee keer zoveel zware drinkers als het landelijk gemiddelde. Op het gebied van roken scoren volwassenen en jongeren iets beter dan de rest van de regio. Ook zijn er minder inwoners met overgewicht in onze gemeente dan in de rest van Hollands Midden.

Zowel overgewicht, roken en alcoholgebruik zijn opgenomen in de gezondheidsnota. Op basis van gesprekken met zorgprofessionals zetten we daarnaast in op beweegvaardigheid. Zij signaleren dat, hoewel kinderen nog steeds veel bewegen, de beweegvaardigheid afneemt. Belangrijk is dat mensen ook bij het vorderen van de leeftijd zo lang mogelijk vitaal blijven. Vitaal ouder worden gaat over lichamelijke vitaliteit (voldoende bewegen en goede voeding), maar ook over vitaal blijven op sociaal en mentaal gebied, met een sociaal netwerk waar je deel van uitmaakt en door activiteiten te ondernemen waardoor je je zinvol voelt. Het laatste speerpunt voor dit thema is de mentale gezondheid.

Doel 9

Het stimuleren van een gezonde leefstijl bij kinderen en jongeren en het tegengaan van overgewicht (t/m 24 jaar)

Een gezonde leefstijl betekent voldoende beweging en gevarieerd gezond eten. Voldoende ontspanning en een goede kwaliteit van slaap zijn ook belangrijk. Daarnaast heeft het gebruik van alcohol en andere genotmiddelen invloed op gezondheid. Lichaamsbeweging is belangrijk voor een goede gezondheid: Het vergroot het zelfvertrouwen van jongeren, bevordert de grove motoriek en vermindert daarnaast de kans op overgewicht.
Mensen met overgewicht lopen meer risico op gezondheidsproblemen, zoals suikerziekte, hoge bloeddruk, hart- en vaatziekten, rug- en gewrichtsklachten en bepaalde soorten kanker. Obesitas kan ook psychische problemen veroorzaken, zoals vermoeidheid, lusteloosheid, weinig zelfvertrouwen en zelfs depressie. Volgens de Gezondheidsraad moeten jongeren tot 18 jaar minimaal 1 uur per dag matig intensief bewegen. Uit de statistieken blijkt dat 22% van de jongeren uit Nieuwkoop aan deze eis voldoet (vergeleken met 18% in Hollands Midden).

Wat gaan we daarvoor doen?

9.1 We stimuleren beweging en motorische vaardigheid van jongs af aan

Meer regie op buurtsportcoaches 0-12 jaar: via de Brede Regeling Combinatiefuncties (BRC) is een opdracht voor buurtsportcoaches 0-12 jaar uitgezet. De opdracht was gericht op het stimuleren van sport en bewegen, verbeteren van motorische vaardigheden en bevorderen van de gezondheid van kinderen van 0 t/m 12 jaar. De buurtsportcoaches zorgen voor promotie van de activiteiten, waaronder een vermelding op nieuwkoopactief.nl.
Er wordt samengewerkt met verenigingen, kinderopvang, CJG en sportaanbieders. Jaarlijks worden de inzet en de eventuele nieuwe doelen besproken. Vanuit team De Verbinding vindt regie op die afspraken plaats. We kunnen zo beter sturen op de inzet van de buurtsportcoaches.

Meten en ontwikkelen motorische vaardigheden: de basis van motorische vaardigheden ontwikkelt zich tussen nul en acht jaar. Een motorische achterstand kan leiden tot overgewicht, problemen met de cognitieve ontwikkeling, sociaal isolement en gebrek aan zelfvertrouwen. In schooljaar 2022-2023 zijn de basisscholen daarom begonnen met het afnemen van een MQ-scan. De buurtsportcoaches gaan ondersteunen bij de MQ-scan en bij het opzetten van extra ondersteuning bij gebleken motorische achterstanden. In elke kern zijn open laagdrempelige naschoolse buurtsportactiviteiten met gratis deelname.



Kennismaken met bewegen: via Sjors Sportief en het platform Nieuwkoop Actief laten we kinderen kennismaken met een groot aanbod aan sport- en beweegactiviteiten.

Investeren in schoolpleinen die uitnodigen tot bewegen: op middelbare school het Ashram wordt geïnvesteerd in een voetbalkooi, die buiten schooltijd ook door buurtbewoners kan worden gebruikt. Bij het IKC Woerdense Verlaat wordt een trapveldje en jeu de boules baan overwogen.

9.2 We zetten in op de bestrijding van overgewicht

JOGG regisseur structureel: de regisseur voor JOGG (jongeren op gezond gewicht) blijft minimaal 1 dag per week verbonden aan de gemeente, zodat de behaalde resultaten, ook voor komende generaties goed geborgd zijn. *De JOGG regisseur gaat onder andere met scholen in gesprek over 3 minuten bewegen, een interventie van Erik Scherder.*

Landelijk model Ketenaanpak: we gaan werken met dit model voor kinderen met overgewicht en obesitas. Het streven is om te komen tot samenwerkingsafspraken met in ieder geval de JGZ, diëtisten, sport- en beweegaanbieders en schuldhulpverleners. Bij de implementatie van de ketenaanpak gebruiken we de ondersteuning door Kind naar Gezonder Gewicht. Dit wordt door het Rijk gefinancierd.

Stimuleren van interventies: in samenwerking met het onderwijs ondersteunen we aanpakken zoals de 'gezonde schoolomgeving', gezonde buurten, geen rommel in je trommel en de gezonde kantine.

9.3 Met onderwijs en opvang wordt gewerkt aan de Rijke Schooldag

In Langeraar loopt een pilot voor een Rijke schooldag, waarbij voor een periode van anderhalf tot twee jaar extra buitenschools aanbod op het gebied van sport en cultuur wordt aangeboden. De wisselende activiteiten worden twee à drie middagen in de week aangeboden door verschillende aanbieders. De activiteiten staan open voor alle leerlingen, maar vanuit de IKC-partners wordt gestimuleerd dat leerlingen die van huis uit weinig sporten of activiteiten aangeboden krijgen, gaan deelnemen. Indien de pilot succesvol is gebleken, gaan we met andere scholen in gesprek.

- Coronaplannen jeugd
- Plan van aanpak JOGG

Doel 10
Het voorkomen, signaleren en terugdringen van middelengebruik

Het gebruik van middelen heeft ernstige gevolgen voor de gezondheid. Risico's betreffen onder andere: hersenschade, achteruitgang van mentaal welbevinden, een vergrote kans op hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en toenemende kans op verschillende soorten kanker. Vroeg beginnen met het voorkomen van middelengebruik is noodzakelijk, blijkt uit cijfers over de leefstijl en gezondheid van jongeren. Er

zijn nog steeds veel jongeren die op jonge leeftijd beginnen met alcohol drinken, drugs of roken. Ook op latere leeftijd wordt nog veel bereikt door mensen met een (beginnend) middelenprobleem tijdig te herkennen en snel effectieve hulp te bieden. Zo kan (ernstig) gebruik voorkomen worden.

In Nieuwkoop is het middelengebruik -vooral alcohol- relatief hoog. Van de 16-jarigen heeft 64% alcohol geprobeerd. Onder de volwassen (18-64 jaar) inwoners is 13% een zware drinker. Daarnaast drinkt 6% van de volwassenen overmatig. Van de ouderen (65 jaar en ouder) drinkt 79% alcohol. Daarvan drinkt 9% van de ouderen overmatig.

In de gezondheidsnota "Een goed leven in Nieuwkoop" zijn "alcoholgebruik verminderen" en "roken verminderen" benoemd als speerpunten. De acties die de nota noemt, zijn: actief handhaven, preventiebeleid ontwikkelen gericht op jeugd en ouders, stimuleren van alcoholvrije alternatieven, aansluiten bij Rookvrije Generatie, zorgen voor bekendheid van stoponderseuning en onderzoeken hoe de bewustwording van gevaren van roken en alcohol kan worden vergroot onder volwassenen.

Wat gaan we daarvoor doen?

10.1 We voorkomen alcohol- en middelengebruik onder de 18 jaar

Voorlichting en educatie: we werken samen met de preventiepartners, Ashram Nieuwkoop en Jongerenwerk aan een uitgebreid voorlichtingsprogramma over alcohol. Voorbeelden hiervan zijn het programma Helder op School en de Puberbeurs. Ouders worden hierbij actief betrokken en we zoeken samenwerking met de andere Rijnstreekgemeenten, omdat veel van onze jongeren in buurgemeenten op school zitten.



Inzet jongerenwerk: het jongerenwerk signaleert problemen met middelengebruik tijdens de diverse inlopen, voert gesprekken met de jeugd en biedt een reikende hand als men hulp nodig heeft. Doordat het jongerenwerk aansluit bij jeugd, zich beweegt in de leefwereld van jongeren, weten jongeren hen te vinden. Indien nodig verwijst het jongerenwerk door of gaat mee voor een overdracht. Het jongerenwerk organiseert daarnaast de voorlichting in samenwerking met Brijder op enkele tentfeesten. Brijder sluit ook aan bij de inlopen van het jongerenwerk.
We onderzoeken tevens de mogelijkheden van een kleinschalige inzet in de vorm van een pilot van het programma Dealbreakers (weerbaarheid en bewustwording van kinderen tegen criminele ondermijning). Het jongerenwerk zal de voorlichtingslessen verzorgen. Ook komt er een groepsaanpak waarbij signalen omtrent (groepen) jeugd gebundeld worden.

Aansluiten bij landelijke campagnes: we nemen deel aan de landelijke campagne Ik Pas, NIX18 en Zien drinken, doet drinken. We ondersteunen de landelijke reclame-uitingen met lokale initiatieven en een lokale communicatiestrategie.

Een veilige sportomgeving: we zijn met sportverenigingen in gesprek over een verantwoord alcoholbeleid en ondersteunen hen daarbij. We bieden verenigingen gratis begeleiding via JOGG Teamfit en organiseren de cursus 'Instructie Verantwoord Alcoholschenken' voor barvrijwilligers.

Extra impuls aan het handhaven van de leeftijdsgrens
We controleren de leeftijdsgrens bij de verkoop van alcohol en het handhaven op alcoholgebruik bij activiteiten, tentfeesten en evenementen. Dit wordt extra ondersteund door het actualiseren van het gemeentelijk Preventie- en handhavingsplan Alcohol in de periode 2023-2024.

10.2 We werken aan verslavingspreventie

Subsidie verslavingspreventie: de GGD en Brijder ontvangen gemeentelijke subsidie voor activiteiten in het kader van verslavingspreventie. Deze activiteiten houden onder meer in dat er een open inloop voor inwoners georganiseerd wordt, dat de GGD en Brijder voorlichting bieden op scholen over middelengebruik en dat ze samenwerken met het Centrum voor Jeugd en Gezin en het lokale jongerenwerk.

Samenwerking en afstemming: we intensiveren de samenwerking met de GGD en Brijder verslavingszorg om drugspreventie verder vorm te geven én we starten een klankbordgroep met jongerenwerk en team Toezicht en Handhaving om acties gerichter in te zetten.

We starten een peer to peer buddy programma: in samenwerking met het jongerenwerk en Brijder verslavingszorg bespreken we hoe we dit gaan inrichten.

10.3 We stimuleren een rookvrije omgeving

We besteden aandacht aan rookvrij: door middel van de inzet van sociale media, onder meer via het onlineaccount van Jong in Nieuwkoop en JOGG, besteden we aandacht aan de gevolgen van roken en het stimuleren om te stoppen met roken. Daarnaast wordt er aandacht besteed aan Stoptober en neemt de gemeente deel aan de daarbij horende acties.

Verenigingen rookvrij: alle sportverenigingen, kinderboerderijen, scoutingorganisaties en commerciële sportaanbieders waar veel kinderen komen, zijn benaderd om rookvrij te worden. Via JOGG TeamFit worden zij begeleid en de gemeente verschaft gratis rookvrij materialen. Inmiddels is ongeveer 75% (gedeeltelijk) rookvrij. We streven naar 100% rookvrij in 2025. Samen met de GGD starten we een traject om de verenigingen/organisaties te ondersteunen bij de handhaving.

Speelplaatsen in de openbare ruimte rookvrij: de gemeente is begonnen om alle speeltuinen in de openbare ruimte rookvrij te verklaren. Volgens planning zijn eind 2024 alle speeltuinen rookvrij.

We informeren inwoners over de gevolgen van roken: we bieden voorlichtingsavonden aan voor en door clubs en verenigingen in samenwerking met Brijder en GGD. Daarnaast kunnen inwoners chatten met ervaringsdeskundigen van onder andere Brijder verslavingszorg.

10.4 We normaliseren alcoholvrij voor alle inwoners

We promoten een alcoholvrije maand (landelijke campagne IkPas) onder inwoners om de gevolgen van (overmatig) alcoholgebruik onder de aandacht te brengen. Ook besteden we aandacht aan de doelgroep

ouderen, bijvoorbeeld door het uitvragen van alcoholgebruik tijdens de Welzijnsbezoeken van inwoners vanaf 75 jaar. Brijder gaat contact leggen met de huisartsen en deskundigheidsbevordering verzorgen op het gebied van alcoholproblematiek.

- Gezondheidsnota
- Plan van aanpak alcoholpreventie
- Uitvoeringsplan jongerenwerk

Doel 11
Inwoners van Nieuwkoop bewegen regelmatig

Op dit moment beweegt meer dan de helft van de Nederlanders te weinig. Om bij te dragen aan een gezonde samenleving wordt er vanuit de landelijke overheid naar gestreefd dat sporten en bewegen in 2040 een vanzelfsprekend onderdeel is van het leven van iedere Nederlander. Sport en bewegen verbindt, geeft zelfvertrouwen, plezier en ontspanning, bevordert de gezondheid en vermindert de kans op eenzaamheid. Het is ook belangrijk bij het bereiken van andere maatschappelijke doelen. Het kan een bijdrage leveren bij het tegengaan van kansenongelijkheid en eenzaamheid, de mentale gezondheid, valpreventie, stoppen met roken en overgewicht.

Wat gaan we daarvoor doen?

11.1 We gaan aan het werk met het nieuwe Vitaliteitsakkoord

Onderdeel van de opdracht die GALA meegeeft aan gemeenten is het maken van een nieuw Sportakkoord (in Nieuwkoop een Vitaliteitsakkoord). Het akkoord is voor de zomer van 2023 tot stand gekomen in samenwerking met verschillende lokale partners en heeft als doel om bij te dragen aan een sportieve en gezonde samenleving.
We willen sporten en bewegen mogelijk maken voor iedere inwoner van Nieuwkoop. Daarom investeren we in kwalitatief sterke sportaanbieders. In onze gemeente hebben we een grote diversiteit aan aanbieders. Vanuit het Sportpunt willen we intensief contact onderhouden met deze organisaties. We vinden het belangrijk om als ondersteuner en partner van meerwaarde te zijn voor hen.

Tegelijkertijd stimuleren we sport- en beweegaanbieders om meer als collectief op te treden om elkaar te kunnen versterken. Daarbij willen we hen stimuleren om een toegankelijke en veilige sportomgeving te realiseren en garanderen.
Een belangrijke ambitie is ook om sporten en bewegen zo goed mogelijk in te zetten als preventiemiddel, omdat we weten dat dit positieve effecten heeft op gezondheid en welzijn. We vinden het belangrijk dat sport een bijdrage levert aan maatschappelijke doelen. Het Vitaliteitsakkoord II richt zich dus op de waarde die sport heeft voor de maatschappij: energie, plezier en zingeving in het dagelijks leven, maar ook een bijdrage aan het tegengaan van eenzaamheid en kansenongelijkheid, of het bevorderen van gezondheid.

11.2 We werken aan een toekomstbestendige sportinfrastructuur

Sportpunt: we maken een verbinding tussen sport, cultuur & bewegen, gezondheid & preventie en sociale basis door het Sportpunt van team De Verbinding. Het Sportpunt is hét loket waar verenigingen, maar ook professionele organisaties, onderwijs en andere aanbieders terecht kunnen voor hulp, vragen of ondersteuning. Het Sportpunt bestaat uit de Sportmakelaar, het Verenigingsloket en de buurtsportcoaches. Eind 2023 worden een beweegcoach en een cultuurcoach aan het Sportpunt toegevoegd. Het Sportpunt is verantwoordelijk voor de uitvoering van het Vitaliteitsakkoord II. Het werkt daarbij samen met beweeg- en eerste lijnspartijen.

Kernteam: dit team geeft sturing aan de uitvoering van het Vitaliteitsakkoord. In het kernteam zitten mensen uit diverse disciplines van de samenleving van Nieuwkoop. De lokale sportverenigingen, commerciële sportsector, gezondheidszorg en onderwijs zijn vertegenwoordigd. Vanuit de gemeente zijn de sportmakelaar en de coördinator sport en preventie lid van het kernteam.

Sterke vitale sportverenigingen: met vitale sportaanbieders richten we ons op kwalitatief sterk, veilig en toegankelijk sportaanbod voor iedereen. We willen graag dat verenigingen nog meer hun maatschappelijke rol pakken en we stimuleren dat door ons subsidiebeleid daar nog meer op af te stemmen. In Nieuwkoop willen we de beschikbare sportieve faciliteiten, accommodaties en buitenruimte zo goed en zo veel mogelijk gebruiken. We zetten in op een zo hoog mogelijk maatschappelijk rendement van de accommodaties. Meer samenwerken en gezamenlijk vraag en aanbod in de wijk op elkaar afstemmen draagt daaraan bij.

11.3 We dragen bij aan de ontwikkeling van beweegprogramma's

Ontwikkeling en communicatie beweegprogramma's: we dragen als gemeente bij aan het ontwikkelen van beweegprogramma's en (kansrijke) interventies. Landelijk werken we mee aan deze ontwikkeling door ervaringen te delen en lokaal is het aanbod van beweegprogramma's voor diverse doelgroepen vindbaar via de website van het Nieuwkoopse Sportpunt.

Inzet beweegcoach: onze beweegcoach 55+ richt zich op inactieve ouderen en stimuleert dat ze blijven bewegen. We organiseren gezondheidsdagen waar senioren kunnen testen op vitaliteit en verwijzen hen door naar beweegprogramma's zoals valpreventie, Doortrappen en een groot aanbod van seniorensport bij diverse clubs en verenigingen.

Onderzoek beweegconsult voor mensen met chronische aandoening: we doen met de huisartsen onderzoek naar de mogelijkheden van een beweegprogramma voor chronisch zieken. We kijken daarbij naar de grootte van de doelgroep, naar de mogelijkheden van beweegprogramma's op maat en naar dekking door de collectieve verzekering voor mensen met een laag inkomen. Bewegen voorkomt dat deze mensen verder achteruitgaan.

- Buurtsportcoachregeling
- Vitaliteitsakkoord 2.0

Doel 12

Een schone en gezonde leefomgeving en een aantrekkelijke buitenruimte die uitnodigt tot sporten, ontmoeten en bewegen

Een gezonde woon- en leefomgeving stimuleert inwoners om hun gezondheid te verbeteren. Een wijk die veilig, duurzaam en klimaatbestendig is, met fiets- en wandelpaden die goed bereikbaar en veilig is, nodigt uit tot activiteiten buitenshuis. Net als een buurt waar ontmoetingsplekken en voorzieningen zijn en waar de buitenruimte voor iedereen toegankelijk is. Een goede inrichting van de openbare ruimte draagt bij aan het welbevinden van inwoners en daarmee aan hun gezondheid.

Wat gaan we daarvoor doen?

12.1 We zetten in op een gezonde en aantrekkelijke buitenruimte die uitnodigt tot bewegen

Inrichting van de fysieke leefomgeving: we houden rekening met voldoende mogelijkheden tot laagdrempelig en dichtbij bewegen in de buurt. We oriënteren we ons extra op fiets- en wandelroutes. De routes worden duidelijk aangeven met borden en op internet. Bij de inrichting van de openbare ruimte wordt altijd iemand met gezondheidskundige kennis betrokken.

Speelvoorzieningen gericht op spelen en bewegen: in het (door) ontwikkelen van onze omgeving zorgen wij voor voldoende aandacht voor het aspect van gezondheid en aanzetten tot een actieve leefstijl, spelen, sporten en bewegen. We gaan op zoek naar locaties waar deze verbinding kan worden gemaakt of verbeterd en bij een herinrichting of vernieuwing van de speelplaats realiseren we dit met extra voorzieningen.

Rookvrij maken speeltuinen en sportverenigingen: we zetten door met het rookvrij maken van alle speeltuinen in Nieuwkoop. Door het plaatsen van borden en het handhaven van het rookverbod werken we aan een rookvrije toekomstige generatie. We blijven in gesprek om hetzelfde te bereiken op de Nieuwkoopse sportverenigingen.

12.2 We nemen maatregelen om de buitenruimte gezond te houden

Maatregelen die de geluidsoverlast door vliegverkeer beperken: door de ligging van Nieuwkoop, onder de rook van Schiphol, wordt er in de gemeente meer dan gemiddeld overlast ervaren van het vliegverkeer. Gemeenten hebben niets te zeggen over luchtverkeer of aanvliegroutes. Dat wil niet zeggen dat er niets gedaan wordt, voorbeelden zijn dat we op verschillende manieren proberen te bewerkstelligen dat er minder vliegtuigen over onze gemeente vliegen. In overleggen proberen we aandacht te vragen voor de Nieuwkoopse situatie. Ook hebben we (het ontbreken van) de vergunning van Schiphol juridisch aangevochten. De minister heeft aangegeven dat Schiphol moet krimpen tot 440.000 vluchten per jaar.
In Vrouwenakker wordt een nieuwe woonwijk gerealiseerd waarbij extra aandacht is voor het beperken van de hinder door vliegtuiglawaai. De positionering van de woningen, de toepassing van materialen in de openbare ruimte (absorberend materiaal), openbaar groen (wuivende bomen en struiken die lawaai verstrooien en geluid maken dat afleidt van vliegtuiglawaai) en goede geluidsisolatie van de woningen moeten zorgen voor een goede leefomgeving.

Onderzoek naar Schone Lucht Akkoord: we verkennen als gemeente de mogelijkheid om aan te sluiten bij het Schone Lucht Akkoord (SLA). Het doel van het akkoord is om de luchtkwaliteit in Nederland permanent te verbeteren. Het is een akkoord tussen Rijk, provincies en een groot aantal gemeenten.

Maatregelen klimaatverandering: we nemen als gemeente maatregelen met betrekking tot hitte als gevolg van klimaatverandering, zoals bijvoorbeeld een lokaal en regionaal hitteplan. Dit doen we samen met diverse beleidsterreinen (fysiek en sociaal domein), maatschappelijke partners en inwoners. In het voorjaar en in de zomer maken we inwoners daarnaast bewust van de schadelijke effecten van de zon. Dit doen we door bijvoorbeeld in te zetten op voorlichting én door plekken als stranden, zwembaden en speeltuinen te voorzien van palen met gratis zonnebrandcrème.

- Gezondheidsnota
- Sportvisie

Doel 13

Het versterken van de mentale weerbaarheid en -gezondheid

Mentale gezondheid en weerbaarheid zijn belangrijke voorwaarden voor een gezond leven. De levensverwachting van mensen met een slechte mentale gezondheid is 15 tot 20 jaar lager dan mensen met een goede mentale gezondheid. Mentaal gezonde burgers zijn bijvoorbeeld effectiever op hun werk, hebben minder fysieke gezondheidsklachten en kunnen beter omgaan met de uitdagingen van het leven.

De mentale gezondheid van met name de jongeren is de laatste jaren achteruitgegaan. Uit de landelijke cijfers (CBS) is gebleken dat in de eerste twee kwartalen van 2021 15 % van de bevolking van 12 jaar of ouder psychisch ongezond was. Uit de gezondheidsmonitor van de GGD (die ook op het Ashram College in Nieuwkoop is uitgevoerd), bleek dat meer jongeren kampen met depressie, angsten, eenzaamheid en dat er vaker gedacht wordt aan suïcide. Versterking van mentale gezondheid van de jeugd begint bij het bieden van goede basisvoorzieningen zoals onderwijs, kinderopvang en vrijetijdsvoorzieningen. Naast ouders hebben de medewerkers in deze basisvoorzieningen een belangrijke rol bij de ondersteuning en het op tijd signaleren van problemen. Voor volwassenen vanaf 18 geldt dat zekerheid over de basisbehoeften en verbinding in sociale netwerken bijdraagt aan mentale weerbaarheid en gezondheid. Ook helpt het als er een goed overzicht beschikbaar is voor inwoners van welke organisaties hulp kunnen bieden, er aandacht is voor mentale problemen en als het stigma op problemen wordt bestreden.

Mentale gezondheid kan niet los worden gezien van de bredere sociale, fysieke en maatschappelijke leefomgeving van het individu. Zo kunnen terreinen als sport en bewegen, bestaanszekerheid, onderwijs, fysieke en sociale leefomgeving en kunst en cultuur de mentale gezondheid van inwoners verbeteren. Het verbeteren van mentale gezondheid is zodoende indirect in vrijwel alle doelen en acties opgenomen.

Wat gaan we daarvoor doen?

13.1 We zeten in op mentaal weerbare kinderen en jongeren

Verschillende trainingen voor jeugd en jongeren: er worden verschillende trainingen aangeboden voor door jongerenwerk en het CJG/JGT voor kinderen en jongeren ter versterking van de mentale weerbaarheid en het omgaan met psychische problemen:
Rots en Water: deze weerbaarheidstraining wordt aangeboden voor kinderen vanaf basis- tot en met voortgezet onderwijs. Er is een aparte groep voor meiden. In de training worden sociale en emotionele competenties versterkt.
Brusjes-groep: ontmoetingsgroep voor broers of zussen van een kind met een beperking, een stoornis of ziekte. Kinderen vinden herkenning, kunnen hun verhaal kwijt en doen leuke dingen.
KOPP/KOV-groepen (Kinderen van Ouders met Psychische Problemen en Kinderen van Ouders met een Verslaving): deze training is voor kinderen die last hebben van de problemen van hun ouders. In de training leren zij wat de ziekte van hun ouder precies is en hoe zij er mee om kunnen gaan, om te voorkomen ze zelf problemen krijgen.

Grip op je Leven: deze training is voor kinderen van 12-18 jaar die niet lekker in hun vel zitten en niet weten hoe hier mee om te gaan. Het doel is dat de kinderen zich na de training beter voelen, positiever denken en beter om kunnen gaan met teleurstellingen. Deze training wordt door het jongerenwerk gezamenlijk met het JGT gegeven aan jongeren.

Schooljudo op de basisscholen: we zetten in op schooljudo als preventief instrument om kinderen sociaal vaardig en weerbaar te maken en ze te trainen in vallen. Tijdens de lessen leren kinderen samenwerken, grenzen stellen en op een respectvolle manier met elkaar omgaan door middel van fysieke oefeningen gelieerd aan judo.



Oriëntatie op de groepsinterventie Join Us: we kijken of we voor jongeren de groepsinterventie Join Us kunnen inzetten in de gemeente. Deze interventie bestaat uit tweewekelijkse bijeenkomsten voor jongeren die last hebben van eenzaamheid. Onder begeleiding van twee jongerenwerkers wordt gewerkt aan sociale redzaamheid, zodat ze hun eigen netwerk kunnen opbouwen. Tijdens de groepsbijeenkomsten organiseren de jongeren activiteiten, leren ze van elkaar en hebben ze plezier. Daarnaast hebben jongeren een persoonlijke 'challenge' waarin ze werken aan hun eigen sociale uitdagingen. Om deze interventie in te kunnen zetten, is er uitbreiding van capaciteit nodig bij het jongerenwerk (ook doel 1).

13.2 We organiseren laagdrempelige hulp voor mentale problemen

Inzichtelijk maken ondersteuningsaanbod: we maken het ondersteuningsaanbod op het gebied van mentale gezondheid inzichtelijk door middel van een digitale sociale kaart. Inwoners kunnen op een

overzichtelijke en laagdrempelige manier het aanbod raadplegen. De sociale kaart zal begin 2024 beschikbaar zijn voor inwoners via de website nieuwkoopactief.nl.

Verbinding eerstelijnszorg en het sociaal domein: door middel van Welzijn op Recept zal er een betere samenwerking ontstaan tussen huisartsenzorg en het sociaal domein. Er worden afspraken gemaakt met de eerstelijnszorg. Daarnaast wordt het contact en de samenwerking met Tom in de Buurt geïntensiveerd, zodat er een warme overdracht plaatsvindt en cases besproken worden. De welzijnstrajecten helpen om de sociale basis van een inwoner te versterken. Daarmee wordt ook de mentale gezondheid verbeterd.

Collectieve preventie GGZ Rivierduinen en Lumen: vanuit de collectieve preventie wordt onder andere het volgende aanbod afgenomen: Met Lef!, Psychische problemen in de familie en omgaan met autisme, Met alle geweld een relatie, Mijn baby en ik en de ondersteuningsgroep voor vrouwen in een toxische relatie. Vanaf 2024 zullen er preventie-op-maat trajecten voor volwassenen worden aangeboden.

Pilot POH Sociaal: samen met Tom in de buurt onderzoeken we in 2024 de mogelijkheden voor de inzet van een POH Sociaal. Met de inzet van de POH Sociaal komt er een directe samenwerking tussen de huisarts en het sociaal domein. Inwoners met psychosociale problemen veroorzaakt door bijvoorbeeld schulden, rouw en verlies komen zo op een laagdrempelige manier in contact met het sociaal domein.

13.3 We normaliseren aandacht voor mentale problemen

Aansluiten dag van de mentale gezondheid MIND: ieder jaar wordt er op 10 oktober tijdens de World Mental Health Day van de WHO aandacht besteed aan mentale gezondheid. MIND geeft hier invulling aan middels de campagne "#OpenUp" van 2-10 oktober. Door in deze week via sociale mediaboodschappen, materiaal in de openbare ruimte en activiteiten gericht op mentale gezondheid mee te doen aan de #OpenUp-campagne, bestrijden we stigma's om over mentale problemen te praten en kunnen we informatie bieden over waar mensen terecht kunnen met hun vragen.
Aandacht voor suïcide(preventie): in Nieuwkoop heeft 8% van de volwassenen tussen de 18 en 64 jaar en 6% van de 65+'ers gedacht(en) aan zelfdoding. Dit zijn respectievelijk 1351 en 384 inwoners. Omdat suïcide, -pogingen en –gedachten grote impact hebben op mentaal welzijn van de inwoner en de naaste omgeving, inventariseren wij welke acties uit het stappenplan lokaal actienetwerk van 113 zelfmoordpreventie wij lokaal gaan toepassen. Daarnaast is in de collectieve preventie van GGZ Rivierduinen aandacht voor nabestaanden van personen met zelfdoding, omdat zij een groep zijn met verhoogd risico op suïcide.

- Plan van aanpak eenzaamheid
- Uitvoeringsplan jongerenwerk

Doel 14

Inwoners worden vitaal ouder en maken actief onderdeel uit van de samenleving

Het aantal inwoners in Nieuwkoop van boven de 65 jaar neemt in de komende jaren toe. Dit leidt ook tot een groeiend aantal ouderen met een zorgvraag. De mogelijkheden om aan de zorgvraag te voldoen nemen juist af. Het is daarom belangrijk dat onze inwoners ook bij een toenemende leeftijd zo lang mogelijk vitaal blijven. Vitaal ouder worden gaat over lichamelijke vitaliteit waaraan voldoende bewegen en gezonde voeding bijdragen. Maar het gaat ook over sociaal en mentaal vitaal blijven; onderdeel zijn van een fijn sociaal netwerk en dingen doen die je als zinvol ervaart.

Wat doen we daarvoor?

14.1 We signaleren behoeften van ouderen en verwijzen proactief door

Warme doorverwijzing Welzijnsbezoeken: vanuit de Welzijnsbezoeken wordt actief en warm doorverwezen naar de voorzieningen die er zijn om vitaal ouder te worden. Waar nodig wordt hiervoor de coördinator welzijnshuisbezoeken ingeschakeld (ook doel 3).

We werken met het instrument Positieve Gezondheid in de eerstelijnszorg en het sociaal domein. Wanneer aandacht nodig is voor de dimensie lichaamsfuncties wordt actief en warm doorverwezen naar programma's voor gezonde voeding, meer bewegen en valpreventie.

We organiseren gezondheidsdagen in Nieuwkoop

Tijdens deze dagen krijgen inwoners vrijblijvend een lichamelijke check. Naast de algehele gezondheid en conditie wordt ook het valvermogen bepaald (high, medium of low) en is er aandacht voor gezonde voeding.

14.2 We stimuleren een actieve leefstijl voor ouderen

Welzijn op recept: deze nieuwe werkwijze draagt bij aan actief blijven op hogere leeftijd (ook doel 5). Ouderen die zinvol bezig willen zijn en zelf niet goed weten hoe, worden hierin begeleid.

Beweegcoach voor 55+: voor de doelgroep ouderen is in de Sportvisie een apart uitwerkingsplan gemaakt om deze doelgroep meer te laten bewegen. De uitvoering wordt ondergebracht bij team de Verbinding vanwege de sterke samenhang met andere activiteiten binnen dat team, zoals welzijn op recept, de welzijnsbezoeken en de regie op de inzet van de andere buurtsportcoaches.



Onderzoeken mogelijkheden voor een beweegpas voor ouderen: ouderen die het moeilijk vinden om te gaan bewegen en sporten of niet weten welke activiteit bij hen past, kunnen met een beweegpas verschillende activiteiten en/of sporten uitproberen. Op deze laagdrempelig manier is het makkelijk kennis te maken en wordt meedoen gestimuleerd.

Programma Doortrappen: we doen mee aan dit programma, een initiatief van het ministerie van VWS. Doortrappen zorgt ervoor dat ouderen zo lang mogelijk veilig kunnen fietsen. Fietsen zorgt ervoor dat senioren langer gezond, sociaal en zelfredzaam blijven.

14.3 We zetten programma's op voor valpreventie

We starten actief met het in beeld brengen van en informatie verstrekken over valrisico voor ouderen door middel van een test. We pakken dit aan op drie manieren:

Zorgdomein: We maken met de eerstelijnszorg partners afspraken over de afname van de valrisicotest en het uitvoeren van de verdere valanalyse bij inwoners met een verhoogd risico. We betrekken hen actief bij het uitbreiden van het huidige beweegaanbod.

Informele domein: We informeren inwoners, mantelzorgers en andere naasten over vallen op oudere leeftijd en de gevolgen hiervan via de lokale media. We promoten hierbij actief het huidige beweegaanbod en nodige inwoners uit mee te doen. Wij organiseren extra bijeenkomsten over valpreventie bij de lokale 50+ clubs. Hierbij maken wij vrijwilligers en leden van deze clubs bekend met de risico's van vallen, het beweegaanbod en interventieprogramma's.

Sociaal domein: Via de medewerkers van team de Verbinding scholen we vrijwilligers van de welzijnsbezoeken en welzijn op recept op de afname van de valrisicotest bij ouderen. Zij kunnen de test afnemen tijdens de huisbezoeken en doorverwijzen en toeleiden naar passend beweegaanbod. Wij geven de Wmo-adviseurs opdracht om de valrisicotest onderdeel te maken van de leefgesprekken die zij houden met ouderen. Bij een verlaagd risico wordt besproken hoe je fit kunt blijven. Bij een verhoogd risico wordt doorverwezen voor een verdere analyse van het valrisico.

14.4 We maken langer (semi) zelfstandig wonen mogelijk

Woonzorg concepten: inwoners wonen steeds langer zelfstandig thuis. Daar is een geschikte woon- en leefomgeving voor nodig. We creëren in onze gemeente meer geclusterde (zorg)geschikte woningen. Deze woonvormen dragen bij aan een effectievere inzet van benodigde zorg en faciliteert ontmoeting. Dit doen we door in de nieuwbouw ook ruimte te maken voor het bouwen van:

Nultredenwoningen (de woning, keuken, badkamer toilet en minimaal 1 slaapkamer is te bereiken zonder trap)

Geclusterde woningen (een woonvorm met zelfstandige nultredenwoningen met een inpandige ontmoetingsruimte en voor minimaal de helft bewoond door 55-plussers).

Zorggeschikte woningen (onderdeel van een geclusterde woonvorm, woningen die zo ingericht zijn dat het goed verpleegzorg geleverd kan worden. De woning is rolstoel toe- en doorgankelijk).

De opgave voor deze woningen wordt vastgelegd in de woonzorgvisie.

Bijlage 1: Cijfers

Algemeen
De gemeente Nieuwkoop bestaat uit dertien kernen met 29.463 inwoners (per 1-1-2023). De gemiddelde leeftijd van de inwoners is 43,7 jaar. Er zijn in totaal 12.100 huishoudens. De bevolking van de gemeente Nieuwkoop groeit; de verwachting is dat de bevolking in Nieuwkoop met 18,3% stijgt tot 34.690 inwoners in 2050. De verwachting is dat 16% van de inwoners van Nieuwkoop in 2050 75 of ouder is, dit is nu nog 9,8% van de inwoners.

Voorzieningen Sociaal Domein
16% van de inwoners maakt gebruik van een voorziening in het sociaal domein (landelijk gemiddeld 20,2%). Daarvan heeft 2,1% van de huishoudens een bijstandsuitkering (landelijk 4,9%). Circa 11% van de jeugdigen uit Nieuwkoop ontvangt een vorm van jeugdhulp.

Het aantal inwoners met een Wmo voorziening is de afgelopen jaren redelijk stabiel. In 2022 maakten gemiddeld 1.285 inwoners gebruik van hulpmiddelen en diensten. 575 Inwoners hadden in 2022 hulp bij het huishouden. 280 inwoners hadden in 2022 ondersteuning thuis.

Sport, Bewegen en Cultuur

Bewegen & sport
Volgens de Gezondheidsraad moeten jongeren tot 18 jaar minimaal 1 uur per dag matig intensief bewegen. Uit de statistieken blijkt dat 22% van de jongeren uit Nieuwkoop aan deze eis voldoet (vergeleken met 18% in Hollands Midden). Op de vraag aan jongeren of zij 5 of meer dagen per week minimaal 1 uur matig intensief bewegen antwoordt in 2021 57% positief. We zien hierin echter wel een dalende trend in de periode 2008-2021, zo was dit percentage in 2019 nog 63%.

Daarnaast wordt het advies gegeven om minimaal drie keer per week spier- en botversterkende activiteiten doen. In Nieuwkoop zien we dat de sportactiviteit afneemt naar mate de jeugd ouder wordt. Van de jonge kinderen van 10-11 jaar sport 91% wekelijks bij een club, vereniging of sportschool. Op de middelbare school is dit percentage in klas 2 nog 83% en bij leerlingen uit klas 4 is het gedaald tot 76%.

Van de volwassen inwoners (18-64 jaar) voldoet 47% aan de beweegrichtlijn, dit aantal is de afgelopen jaren redelijk stabiel gebleven. 62% van de volwassen inwoners sport wekelijks, dit is de afgelopen jaren wat toegenomen. 3,2% van de volwassen inwoners doet niet aan beweging.

Onder de oudere inwoners (65 jaar en ouder) voldoet 43% aan de beweegrichtlijn, dit is de afgelopen jaren flink toegenomen. 75% van de ouderen doet aan bot- en spierversterkende activiteiten. 11% doet balansoefeningen. 47% van de ouderen sport wekelijks. 9% van de ouderen is inactief.

17% van de ouderen heeft problemen met evenwicht in het dagelijks leven, dit is de afgelopen jaren toegenomen. Geschat wordt dat 26% van de inwoners een verhoogd valrisico heeft. Landelijk belandt elke vijf minuten een 65-plusser op de Spoedeisende Hulp (SEH) na een val. Vallen is de meest voorkomende oorzaak van letsel door een ongeval bij ouderen. Het



aantal SEH-bezoeken door een valongeval stijgt vooral door de dubbele vergrijzing: het aantal 65-plussers neemt toe en het aandeel oudere ouderen neemt fors toe.

Motoriek

De motorische vaardigheden van kinderen zijn minder goed ontwikkeld dan 20 jaar geleden (Collard et al., 2014). Ruim 22% van de kinderen in Nederland heeft een motorische achterstand. Een motorische achterstand hangt samen met lagere sportdeelname op latere leeftijd en kan leiden tot overgewicht, problemen met de cognitieve ontwikkeling, sociaal isolement, gebrek aan zelfvertrouwen en overige fysieke aandoeningen. De basis van motorische vaardigheden wordt ontwikkeld van 0-8 jaar.

In het schooljaar 2022-2023 is er in de gemeente een start gemaakt met het meten van de motorische ontwikkeling van basisschoolkinderen door middel van de MQ-scan. Het laat zien of kinderen gemiddeld, bovengemiddeld of ondergemiddeld motorische vaardigheden hebben voor hun leeftijd. Deze test wordt twee keer per schooljaar afgenomen. Uit de eerste resultaten blijkt dat 10% van de Nieuwkoopse basisschoolleerlingen waarbij de MQ-scan is afgenomen onder gemiddeld scoort en 3% scoort ruim onder gemiddeld. Landelijk scoort 11% van de kinderen waar de MQ is afgenomen onder gemiddeld en 6% ruim onder gemiddeld.

Cultuur

Er zijn geen lokale cijfers bekend over de cultuurparticipatie van inwoners. De meest recente cijfers over cultuurdeelname zijn uit 2020. De landelijke ontwikkeling is dat er minder mensen culturele activiteiten en evenementen bezoeken sinds de coronacrisis. Het totale aandeel mensen dat cultuur bezoekt zakt van 94% in 2018 naar 84% in 2020. Bij erfgoedparticipatie is er een grotere daling: waar eerst nog twee derde van de Nederlandse bevolking iets van erfgoed bezocht in de vrije tijd, is dat tijdens de coronacrisis in 2020 minder dan de helft. De klap is nog het grootst bij de podiumkunsten, zoals ook te zien is aan de forse terugloop van publieksinkomsten, met name bij de vrije producenten. Bij poppodia was er in 2020 een daling van 76 procent van het aantal optredens.

De corona crisis is van grote invloed geweest op de cultuurparticipatie van Nederlanders. Bij de volgende meting zullen we kijken of de deelname aan cultuur blijvend is gedaald of dat deze hersteld is.

Gezondheid

Ervaren gezondheid

Binnen onze GGD-regio is aan leerlingen uit klas 2 en klas 4 van het voortgezet onderwijs in 2021 gevraagd hoe zij hun eigen gezondheid ervaren. Hieruit blijkt dat 84% dit als zeer goed ervaart. 15% van de leerlingen ervaart zijn gezondheid als matig en 1% als zeer slecht. Ondanks dat een hoog percentage zijn/haar gezondheid als zeer goed ervaart, zien we ten opzichte van de resultaten in 2019 wel een daling. In 2019 gaf nog 91% van de leerlingen aan zijn gezondheid als zeer goed te ervaren. Dit betekent niet automatisch dat hun gezondheid goed is, omdat het een subjectief oordeel betreft.

Van de volwassen inwoners ervaart 22% de eigen gezondheid als matig of slecht. Dit aantal is de afgelopen jaren flink toegenomen (12% in 2020). 3,9 % van de inwoners ervaart de gezondheid als (zeer) slecht, dit is de afgelopen jaren ook toegenomen (1,1% in 2020). Hier staat tegenover dat 78% van de volwassen inwoners hun gezondheid als goed ervaart.

De ervaren gezondheid van ouderen is de afgelopen jaren verslechterd. 34% van de ouderen ervaart de gezondheid als matig of slecht. 7% van de ouderen ervaart de eigen gezondheid als (zeer) slecht. Met name het aantal ouderen dat de gezondheid als zeer slecht ervaart is toegenomen (van 2,5% in 2020 naar 7% in 2022).

Voeding

Uit de cijfers blijkt dat 16% van de leerlingen (VO-klas 2 en 4) in Nieuwkoop minder dan 5 dagen per week ontbijt, dit ligt lager dan Hollands Midden (24%). Het percentage stijgt echter naarmate de leerlingen ouder worden. In klas 2 ontbijt 10% minder dan 5 dagen per week, tegenover 22% van de leerlingen in klas 4. Ook is er een groot verschil tussen jongens (8%) en meisjes (22%).

In Nieuwkoop drinkt 75% van de leerlingen (middelbare school) dagelijks water, in Hollands Midden is dit 77%. Van de leerlingen uit Nieuwkoop geeft 7% aan (bijna) nooit water te drinken. Dit percentage is gemiddeld een stuk hoger dan Hollands Midden (4%). Daarnaast blijkt dat in Nieuwkoop gemiddeld 32% van de jongeren uit klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs dagelijks suikerhoudende dranken drinkt. Wat opvalt is dat jongens (35%) vaker drankjes met suiker drinken dan meisjes (29%).

Middelengebruik

Het middelengebruik in de gemeente Nieuwkoop ligt relatief hoog, met name het gebruik van alcohol. Er zijn meer jongeren in Nieuwkoop dan in de regio Hollands-Midden die aangeven ooit alcohol te hebben gedronken in klas 2 en 4. Het gaat om gemiddeld 55% van de jongeren, met name in klas 4 hebben veel leerlingen alcohol geprobeerd (64%).

Onder de volwassen (18-64 jaar) inwoners is 13% een zware drinker: drinkt regelmatig bij één gelegenheid minstens 6 glazen alcoholhoudende drank (voor mannen) of 4 glazen (voor vrouwen). Dit aantal schommelt de afgelopen jaren en ligt hoger dan het landelijk gemiddelde en het gemiddelde van Hollands Midden (beide 10%). Daarnaast drinkt 6% van de volwassenen overmatig: drinkt gemiddeld minstens 21 glazen alcoholhoudende drank per week (voor mannen) of 14 glazen per week (voor vrouwen). Dit aantal is de afgelopen jaren steeds meer afgenomen. Ook rookt 16% van de volwassen inwoners.

Van de ouderen (65 jaar en ouder) drinkt 79% alcohol. Daarvan drinkt 9% van de ouderen overmatig en is 8% van de ouderen een overmatige drinker. Deze aantallen zijn de afgelopen jaren toegenomen. Daarnaast rookt 6% van de ouderen, dit is de afgelopen jaren afgenomen.

Op 11 nov. 2023 zijn er alcoholcontroles gedaan bij verenigingen, supermarkten en winkels in de gemeente Nieuwkoop. Van de 15 organisaties waar de boa's langs zijn geweest, zijn er 10 die de fout zijn ingegaan.

Met betrekking tot andere middelen, heeft 6,7% van de leerlingen (klas 2 en 4) ooit een hele sigaret of shag gerookt, dit is minder dan heel Hollands Midden (9,0%). Dit aantal neemt toe naarmate jongeren ouder worden (2,6% in klas 2 tegenover 10,3% in klas 4). In Nieuwkoop heeft 6,8% van de jongeren ooit wiet of hasj gebruikt, in Hollands Midden is dit 8,1%. Opvallend is dat wiet- of hasjgebruik hoger is onder meisjes dan onder jongens.

In Nieuwkoop heeft 3,7% van de jongeren ooit lachgas gebruikt. Van de leerlingen die in klas 2 zitten heeft 4% lachgas gebruikt, dit geldt voor 3,5% van de leerlingen in klas 4. Meisjes hebben iets vaker lachgas gebruikt dan jongens. In Nieuwkoop heeft 2% van de leerlingen ooit harddrugs gebruikt, in heel Hollands Midden is dit 2,5%.

Mentale gezondheid

Uit de nieuwste cijfers van Gezondheidsenquête van het CBS (2021) is gebleken dat in de eerste twee kwartalen van 2021 15% van de bevolking van 12 jaar of ouder psychisch ongezond was. Dit percentage is sinds 2001, het jaar waarin het CBS begon met de monitoring van de mentale gezondheid, niet zo hoog geweest. Ook uit de gezondheidsmonitor van de GGD die ook op het Ashram College in Nieuwkoop is uitgevoerd bleek dat meer jongeren kampen met depressie, angsten, eenzaamheid en dat er vaker gedacht wordt aan suïcide.

18% van de volwassen inwoners ervaart psychische klachten. 52% van de volwassenen heeft een matig tot hoog risico op depressie of angst, dit is de afgelopen jaren toegenomen. 7% van de inwoners heeft een hoog risico op angst/depressie. 16% van de volwassenen ervaart veel stress. Deze cijfers wijzen niet op de klinische aanwezigheid van angststoornissen en depressies. Mensen met een matig risico kunnen de klachten waarschijnlijk te boven komen met zelfhulp of steun uit de omgeving, maar voor mensen met een hoog risico is professionele zorg nodig. Het aandeel volwassenen 18-64 jaar dat suïcidegedachten heeft is 8%, voor 65+'ers is dit 6%. Dit is lager dan het gemiddelde van Hollands Midden, maar nog steeds hoog.

Uit de kernenanalyse van 2022 van Tom in de Buurt blijkt dat de meeste klanten de leeftijd 26-65 jaar hebben. De meest voorkomende diagnoses van de klanten die in 2022 in behandeling waren bij Tom in de Buurt zijn autisme, borderline, ADHD en depressie.

4,5% van de oudere inwoners ervaart veel stress, dit is wat toegenomen, maar aanzienlijk minder dan onder de volwassen inwoners. 35% van de ouderen heeft een matig tot hoog risico op angst of depressie, dit is de afgelopen jaren afgenomen. 3,9% van de ouderen heeft een hoog risico op angst/depressie, dit aantal is wat toegenomen.

Fysieke gezondheid

Van de volwassen inwoners heeft 47% overgewicht, dit is de afgelopen jaren wat afgenomen. 13% van de inwoners heeft obesitas, dit is de afgelopen jaren ongeveer gelijk gebleven. Daar tegenover heeft een meerderheid van de volwassen (51%) een gezond gewicht.

Van de oudere inwoners heeft 55% overgewicht. 17% van de ouderen heeft obesitas. Deze aantallen zijn de afgelopen jaren wat afgenomen. Daarnaast heeft 21% van de ouderen een functiebeperking, dit is de afgelopen jaren wat afgenomen. 14% van de ouderen heeft een mobiliteitsbeperking, 9% heeft een gehoorbeperking en 5% een gezichtsbeperking.

Geluidshinder
In de gemeente Nieuwkoop ondervindt 21,5% van de bevolking ernstige geluidshinder door vliegverkeer. Dit aantal ligt aanzienlijk hoger dan in de rest van de regio (Zuid-Holland Noord). In de gemeente Nieuwkoop (11,9%) ondervinden de meeste inwoners ernstige slaapverstoring door vliegverkeer. Dit aantal ligt ook hoger dan in de regio.

Ernstige geluidshinder is geassocieerd met nadelige gevolgen voor de gezondheid (WHO Environmental Noise Guidelines for the European region). Inwoners die geluidshinder ervaren, ervaren ook meer stress dan inwoners die er geen last van hebben. Ook zijn inwoners die geluidshinder ervaren, minder vitaal en ze beoordelen hun woning en woonomgeving vaker met een onvoldoende dan inwoners die geen last hebben van geluidshinder.



Sociale Basis

Vrijwillige inzet
Veel inwoners zijn actief en zetten zich vrijwillig in voor de samenleving. Het aantal volwassen vrijwilligers (31% van de inwoners) is in de gemeente Nieuwkoop aanzienlijk hoger dan het gemiddelde in Hollands Midden (27%) en van Nederland (25%). De meeste vrijwilligers zijn 65 jaar en ouder (34%).

Ondanks het hoge aantal vrijwilligers, daalt dit aantal (in 2009 was 46% nog vrijwilliger). Daarnaast heeft 74% van de ouderen wekelijkse activiteiten. Dit is de afgelopen jaren ook afgenomen (in 2012 was dit nog 89%).

Eenzaamheid
Het percentage eenzamen in de gemeente Nieuwkoop is relatief laag. Het percentage eenzaamheid (sociaal, emotioneel en ernstig) ligt onder het landelijk gemiddelde. Desondanks voelt 28% van de volwassen inwoners zich sociaal eenzaam, 21% voelt zich emotioneel eenzaam en 9% voelt zich ernstig eenzaam.

Onder sociaal eenzaam wordt verstaan dat het aantal of de kwaliteit van de persoonlijke relaties minder is dan gewenst. Onder emotioneel eenzaam wordt verstaan dat men een gemis heeft aan intimiteit in persoonlijke relaties Ernstig eenzaamheid is het ervaren van een onplezierige of ontoelaatbaar gemis aan (de kwaliteit van) bepaalde sociale relaties

Er zijn geen recente cijfers over eenzaamheid onder jongeren in de gemeente Nieuwkoop. Wel zijn er regionale cijfers bekend uit Hollands Midden. Een kwart van de deelnemende jongvolwassenen in Hollands Midden voelt zich sterk eenzaam. Eenzaamheid komt het meest voor bij praktisch opgeleide jongvolwassenen (voortgezet speciaal onderwijs, praktijkonderwijs, vmbo of mbo-niveau 1), vrouwen en alleenwonenden. Zowel sterke emotionele (26%) als sociale (22%) eenzaamheid komt veel voor onder jongvolwassenen.
Van de ouderen (65+) voelt 22% zich emotioneel eenzaam, dit is de

afgelopen jaren erg toegenomen (in 2009 was dit 9%). 9% van de ouderen voelt zich ernstig eenzaam, dit is de afgelopen jaren ook toegenomen (in 2012 was dit nog 4,2%). 28% van de ouderen voelt zich sociaal eenzaam, dit is de afgelopen jaren wat afgenomen.

Mantelzorg

15% van de volwassen inwoners van de gemeente Nieuwkoop is mantelzorger. Dit percentage ligt hoger dan het gemiddelde van Hollands Midden en Nederland (13%). 3,3% van de volwassen inwoners geeft aan tamelijk tot zwaar overbelast te zijn door het geven van mantelzorg, dit aantal is toegenomen (2020 1,6%).



De meeste mantelzorgers zijn 65 jaar of ouder (18%), dit aantal is de afgelopen jaren toegenomen (14% in 2020) tegenover 13% gemiddeld landelijk. 4,1% van de oudere mantelzorgers geeft aan tamelijk tot zwaar overbelast te zijn door het geven van mantelzorg, dit is de afgelopen jaren gestegen (1,6% in 2020).

Conclusie

Kijkend naar de bovenstaande cijfers en landelijke ontwikkelingen, zijn de onderstaande onderwerpen in het oog springende opgaven voor de gemeente Nieuwkoop. Deze opgaven en de maatregelen die we daarvoor nemen, zijn meegenomen in de thema's en doelen.

Ernstig eenzame volwassenen en ouderen: in Nieuwkoop is 9% van de volwassenen en van de ouderen ernstig eenzaam. Het aantal ernstig eenzame ouderen en volwassenen is de afgelopen jaren toegenomen. In doel 5 staat beschreven hoe we eenzaamheid onder volwassenen en ouderen willen verminderen.

Het ondersteunen van mantelzorgers: Nieuwkoop vergrijst, net als de rest van Nederland. In Nieuwkoop zijn er meer mantelzorgers dan het landelijk gemiddelde. Dat is positief, deze mantelzorgers zijn echter wel in toenemende mate overbelast. De aanpak hiervoor staat beschreven in doel 7.

Het verminderen van overgewicht: overgewicht is landelijk een zorgelijk verschijnsel. In doel 9 wordt beschreven op welke manier we overgewicht willen verminderen.

Het verminderen van het alcoholgebruik onder jongeren en volwassenen: alcoholgebruik is al langer een aandachtspunt in Nieuwkoop, in doel 10 staat beschreven hoe we alcoholgebruik willen voorkomen en verminderen.

Inwoners van Nieuwkoop blijven bewegen: jongeren gaan minder bewegen tijdens en na de middelbareschooltijd. Van de volwassen inwoners (18-64 jaar) voldoet 47% aan de beweegrichtlijn. 62% van de volwassen inwoners sport wekelijks. Onder de oudere inwoners (65 jaar en ouder) voldoet 43% aan de beweegrichtlijn. 47% van de ouderen sport wekelijks. We willen stimuleren dat inwoners voldoende blijven bewegen, in doel 11 wordt beschreven welke acties we daarvoor inzetten.

Geluidshinder: geluidshinder geeft stress en is slecht voor de gezondheid. In Nieuwkoop zijn de problemen, vanwege de nabijheid van Schiphol, ernstiger dan elders. In doel 12 staat beschreven wat de gemeente onderneemt om deze problemen waar mogelijk terug te dringen.

Het verminderen van psychosociale klachten onder jongeren en volwassenen: de toename van psychosociale klachten, in Nieuwkoop met name onder jongeren, is een landelijk fenomeen. De corona epidemie heeft hier hoogstwaarschijnlijk een rol in gespeeld, maar ook de complexiteit van de samenleving en een veelvoud aan informatie die inwoners op zich afkrijgen kan een rol spelen. In doel 13 leggen we uit op welke manier we proberen deze trend te keren.

Het voorkomen van ouderen die vallen: vallen is de meest voorkomende oorzaak van letsel door een ongeval bij ouderen. Door de vergrijzing is het belangrijk dat er ingezet wordt op valpreventie. In doel 14 wordt uitgelegd op welke wijze we de valpreventie vorm gaan geven in Nieuwkoop.

Bijlage 2: Monitoring en evaluatie

We bewaken de voortgang van onze acties door met betrokken medewerkers van beleid en uitvoering in een projectgroep de voortgang te bespreken. Waar mogelijk en nodig worden ook externe betrokkenen hierin meegenomen.
De meeste acties zijn of gestart in 2023 of zullen starten in 2024. Eind 2025 vindt een algehele evaluatie van de eerste periode plaats. We zullen kijken naar de resultaten van de acties en waar bijgestuurd moet worden. Deze evaluatie zal worden gedeeld met de gemeenteraad.



Thema 1: Licht en laagdrempelig

Belangrijke nieuwe maatregelen van thema 1 zijn het voorkomen van complexe scheidingen, het opzetten van een platform voor vrijwilligers en het versterken van de gemeentelijke regiefunctie.

Monitoring en evaluatie

19% van de leerlingen in klas 2 en 4 hebben een scheiding van ouders meegemaakt. Ongeveer 10 tot 15% van alle scheidingen is een vechtscheiding. Het is onduidelijk hoeveel kinderen precies te maken hebben met een vechtscheiding in Nieuwkoop. De interventies die gericht zijn op het voorkomen van complexe scheidingen (scheidingspreekuur, KIES, de mogelijkheid voor versnelde verhuizing na scheiding) worden geëvalueerd in 2025 en indien nodig worden er extra maatregelen ingezet.

Het platform van vrijwilligers zal in 2024 online gaan. Het platform zal na het eerste jaar gebruik geëvalueerd worden in samenwerking met Deedmob, de beheerder van het platform. Er wordt gekeken naar het gebruik van het platform, het aantal matches en de hoeveelheid vrijwilligers.

De gemeentelijke regiefunctie wordt versterkt en is allereerst terug te vinden in de overeenkomsten die worden aangegaan met partners en beschikkingen die worden afgegeven. Voor de verbinding tussen het formele en het informele veld zetten we de sociaal makelaars in. We monitoren het aantal vrijwilligers dat actief is en het aantal contacten dat de sociaal makelaars hebben.

Thema 2: Iedereen doet mee

Belangrijke nieuwe maatregelen van thema 2 zijn het opzetten van Welzijn op Recept, de inzet van een cultuurcoach en het versterken van de mantelzorgondersteuning en respijtzorg.

Kritische Prestatie Indicatoren

De belangrijkste opgaven (zie conclusie bijlage 1) van thema 2 zullen aan de hand van Kritische Prestatie Indicatoren (KPI's) worden gemonitord en geëvalueerd. Deze indicatoren meten we door middel van de GGD monitor volwassen en ouderen. In het najaar van 2024 wordt een nieuwe Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen uitgevoerd. Voor eenzaamheid kijken we naar de resultaten van de cursus Creatief Leven en Welzijn op Recept. De waardering van mantelzorgondersteuning wordt gemeten aan de hand van het klanttevredenheidsonderzoek onder mantelzorgers.

Opgave	2023	Doel 2030
Verminderen ernstige eenzaamheid volwassenen en ouderen	9% van de volwassen en ouderen is ernstig eenzaam	7% volwassenen en ouderen ernstig eenzaam
Verminderen van overbelasting door het geven van mantelzorg onder volwassenen en ouderen.	3,3% van volwassenen overbelast / 4,1% ouderen overbelast Waardering mantelzorgondersteuning Tom in de Buurt: streefcijfer 7,5	2% van de volwassenen en ouderen overbelast Waardering mantelzorgondersteuning Tom in de Buurt: streefcijfer 8 Toename aantal mantelzorgers in ondersteuning

Monitoring en evaluatie

Welzijn op Recept wordt vanaf de start per fase gemonitord. Als Welzijn op Recept goed loopt zal het op jaarlijkse basis worden gemonitord. Daarbij wordt gekeken naar de hoeveelheid aanmeldingen, de aard van de klachten en het resultaat van het traject. Dit wordt bijgehouden in Zorgned. De inzet van de cultuurcoach wordt jaarlijks gemonitord. Hierbij wordt gekeken naar geboekte resultaten, naar tevredenheid onder cultuuraanbieders en de cultuurdeelname onder inwoners wordt gemeten.



Thema 3: Een leven lang gezond

De belangrijkste maatregelen van thema 3 zijn het voortzetten van de JOGG regisseur, het bestrijden van overgewicht, de inzet van een beweegcoach, alcoholpreventie, de inzet van judo op school en valpreventie onder ouderen.

Kritische Prestatie Indicatoren

De belangrijkste opgaven (zie conclusie H1) van thema 3 zullen aan de hand van Kritische Prestatie Indicatoren (KPI's) worden gemonitord en geëvalueerd. Deze doelen zullen gemonitord worden aan de hand van de GGD-monitor volwassenen en ouderen en de GGD-monitor jeugd. De eerstvolgende gezondheidsmonitor jeugd zal in het najaar van 2023 afgenomen worden, de resultaten daarvan zullen in de loop van 2024 beschikbaar zijn. Daarnaast zal er in 2024 een nieuwe meting van de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen worden uitgevoerd. De gezondheidsmonitor onder volwassenen en ouderen wordt in 2025 gepubliceerd.

Opgaven volwassenen en ouderen	2023	Doel 2030
Verminderen overgewicht	Gemiddeld 49% heeft overgewicht	Gemiddeld 40% heeft overgewicht
Verminderen obesitas	Gemiddeld 14% heeft obesitas	Gemiddeld 10% heeft obesitas
Verminderen zware drinkers	13% is een zware drinker	10% is een zware drinker
Verminderen overmatige drinkers	6% drinkt overmatig	4% drinkt overmatig
Valrisico verminderen	26% inwoners 65+ heeft een verhoogd valrisico	20% inwoners 65+ heeft een verhoogd valrisico
Risico op angst of depressie verminderen	48% heeft een risico op angst of depressie	44% heeft een risico op angst of depressie
Ervaren gezondheid verbeteren	25% ervaart gezond-heid slecht 4,7% ervaart gezond-heid zeer slecht	20% ervaart gezond-heid slecht 2% ervaart gezondheid zeer slecht

Opgaven jongeren	2021	2030
Overgewicht onder kinderen verminderen	12,2% 2-14 jaar heeft overgewicht	Dit percentage is gedaald in 2030.
Alcoholgebruik onder jongeren verminderen	32% van de leerlingen in klas 2 en 4 heeft recent alcohol gedronken in 2021	Dit percentage is gedaald in 2030
Meer jongeren houden zich aan NIX18	21% drinkt geen alcohol in klas 2 en 4	Dit percentage is gestegen in 2030
Psychische klachten onder jongeren verminderen	27% jongeren ervaart psychische klachten in 2023	22% ervaart psychische klachten in 2030

Monitoring en evaluatie

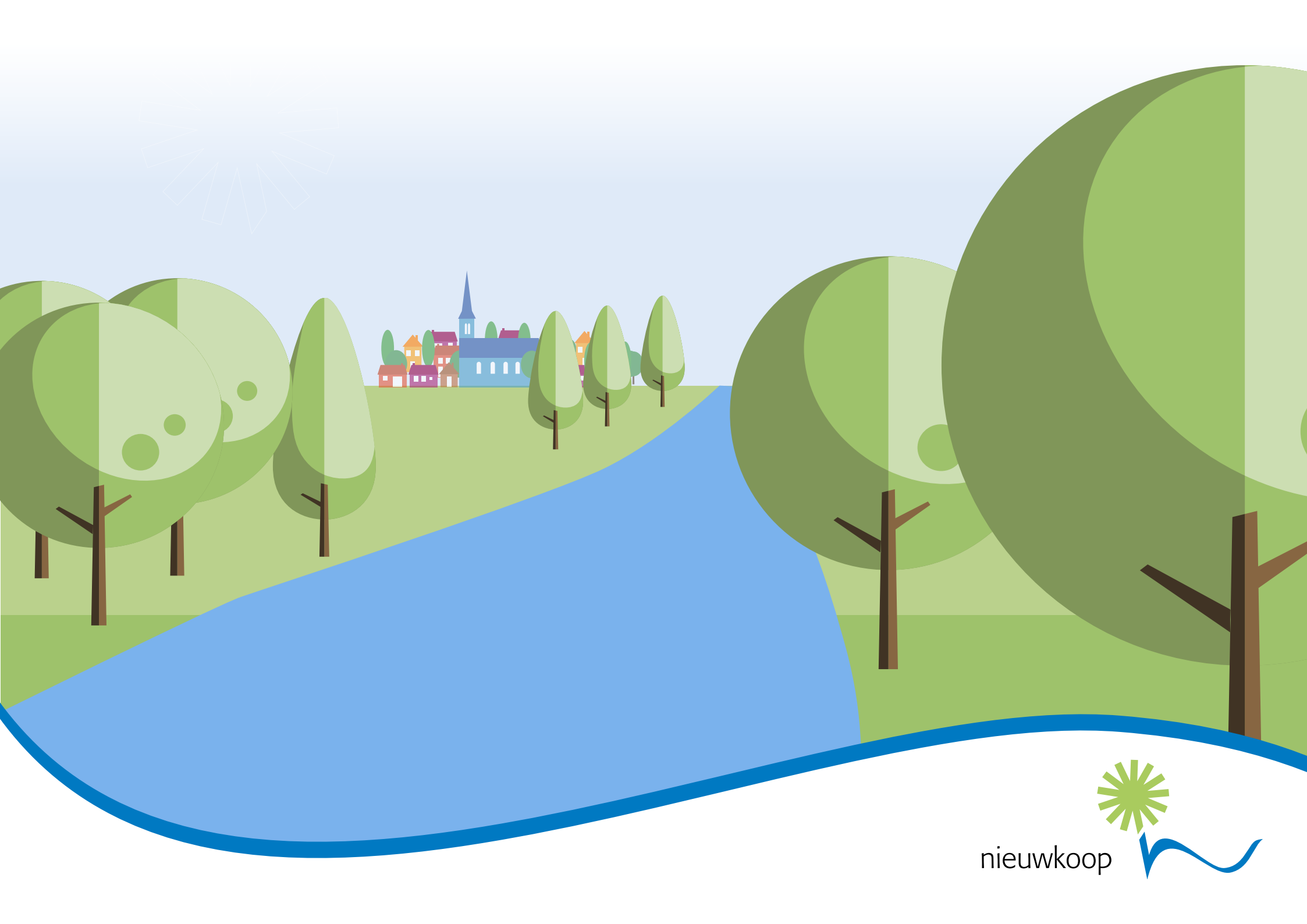
De inzet van de JOGG-regisseur wordt in het eerste kwartaal van 2024 gemeten aan de hand van de gedragsdoelstellingen zoals opgenomen in het Plan van Aanpak 'Gezonde Jeugd, Gezonde Toekomst in Nieuwkoop'. Hierbij wordt gekeken naar indicatoren als gezonde leefstijl, bewegen, voeding, water drinken, suikerhoudende dranken en alcohol en genotmiddelen. De monitoring en evaluatie van het vitaliteitsakkoord wordt ook aan de hand van deze indicatoren opgepakt.

Jaarlijks wordt schooljudo geëvalueerd aan de hand van een enquête onder ouders en leerlingen. Op basis van deze enquête wordt bekeken of en hoe de schooljudo wordt voortgezet.

Bijlage 3: GALA doelen en budgetten

GALA doelen	2023	2024	2025	2026
Lokaal sportakkoord	€ 20.840	€ 20.839	€ 20.839	€ 16.023
Brede regeling combinatiefuncties	€ 143.474	€ 143.471	€ 143.471	€ 138.601
Terugdringen gezondheidsachterstanden	€ 32.061	€ 32.061	€ 32.061	€ 32.047
Kansrijke start	€ 24.046	€ 25.649	€ 25.649	€ 32.047
Mentale gezondheid	€ 11.221	€ 8.015	€ 8.015	€ 0
Aanpak overgewicht en obesitas	€ 28.054	€ 28.053	€ 28.053	€ 0
Valpreventie	€ 82.558	€ 76.144	€ 76.144	€ 78.514
Leefomgeving	€ 16.031	€ 16.030	€ 16.030	€ 0
Opgroeien kansrijke omgeving en vroegsignalering alcoholproblematiek	€ 4.008	€ 4.008	€ 4.008	€ 0
Versterken sociale basis	€ 58.512	€ 57.709	€ 57.709	€ 43.263
Mantelzorg	€ 16.031	€ 16.030	€ 16.030	€ 14.421
Eén tegen eenzaamheid	€ 16.031	€ 16.030	€ 12.824	€ 0
Welzijn op recept	€ 8.817	€ 15.229	€ 18.435	€ 21.631
Versterking kennis- en adviesfunctie GGD	€ 4.008	€ 4.008	€ 4.008	€ 0
Coördinatiekosten regionale preventie infrastructuur	€ 14.267	€ 11.702	€ 11.702	€ 0
Totaal	**€ 479.959**	**€ 474.978**	**€ 474.978**	**€ 376.547**

GALA middelen	Actie preventie agenda
Lokaal sportakkoord	11.1 We gaan aan het werk met het nieuwe Vitaliteitsakkoord
Brede regeling combinatiefuncties	8.1 We stimuleren cultuurparticipatie in de gemeente
	9.1 We zetten in op beweging en fysieke ontwikkeling van jongs af aan
	11.3 We dragen bij aan de ontwikkeling van beweegprogramma's
Terugdringen gezondheidsachterstanden	3.2 We werken aan het voorkomen en aanpakken van schulden
	3.4 We geven eenvoudige informatie en bereiken meer mensen
Kansrijke start	1.1 We zetten in op het versterken van de preventieve voorzieningen voor jeugdigen en hun ouders
	1.2 We bieden extra ondersteuning aan de jongste kinderen
Mentale gezondheid	13.1 We zeten in op mentaal weerbare kinderen en jongeren
	13.2 We organiseren laagdrempelige hulp voor mentale problemen
Aanpak overgewicht en obesitas	9.2 We zetten in op de bestrijding van overgewicht
Valpreventie	14.1 We signaleren behoeften van ouderen en verwijzen proactief door
	14.2 We stimuleren een actieve leefstijl voor ouderen
	14.3 We zetten programma's op voor valpreventie
	14.4 We maken langer (semi) zelfstandig wonen mogelijk
	13.1 We zetten in op mentaal weerbare kinderen en jongeren
Leefomgeving	12.1 We zetten in op een gezonde en aantrekkelijke buitenruimte die uitnodigt tot bewegen
Opgroeien kansrijke omgeving en vroegsignalering alcoholproblematiek	10.1 We voorkomen alcohol- en middelengebruik onder de 18 jaar
	10.2 We werken aan verslavingspreventie
Versterken sociale basis	4.1 We faciliteren de connectie tussen het formele en informele veld
	2.4 We brengen welzijnsvoorzieningen actief onder de aandacht
	6.3 We zetten ons in om een dementievriendelijke gemeente te worden
	7.1 We werken aan de ondersteuning van vrijwilligers
	5.1 We signaleren eenzaamheid, werken samen en organiseren ontmoeting
Mantelzorg	7.2 We versterken de ondersteuning van mantelzorgers en respijtzorg
Eén tegen eenzaamheid	5.3 We onderzoeken op welke manier we eenzaamheid onder jongeren kunnen signaleren en aanpakken
Welzijn op recept	5.2 We gaan met mensen met eenzaamheidsgevoelens op zoek naar nieuwe zingeving.


nieuwkoop