Gezond gewicht

Gewenste situatie gezond gewicht conform ambities en doelstellingen	**Universeel** mensen zonder bekende risicofactoren/problemen	**Selectief** mensen met verhoogd risico	Mensen met (zorggerelateerde) problemen
inwoners van Assen worden gestimuleerd om tot een gezonde leefstijl te komen en zijn zich bewust van het effect	Belangrijk om je te richten op de vier pijlers van de integrale aanpak (zie onderaan matrix)	Gezond budget koken PR - campagne filmpjes en fysieke workshops	Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)
inwoners van Assen kunnen gebruik maken van optimale en passende ondersteuning in het sociale- en zorgdomein	Pilot 'B-Fit' basisscholen Pittelo (gezondere leefstijl)	Er wordt gewerkt aan een traject van 2 jaar voor sport- en beweging	Eetteam Assen (kinderen) GLI (plus) Zorg1.5
	Fun Fit PIT (campagne)	Integrale netwerk aanpak overgewicht volwassenen	Cool2B-Fit
inwoners van Assen hebben een gezonde, sociale, economische en fysieke omgeving, die gezond leven stimuleert	Vitaliteitschallenge onder Asser bedrijven Gezond op de werkvloer (campagne) De gezonde bedrijfskantine Lunch wandelen	Ketenaanpak 'Kind naar Gezond Gewicht'	Fun Fit Pit Eetproblemen jongeren (baas over Obesitas) Accare
	Sport- en beweegactiviteiten	Cool2beFit	GLI Obesitas (volwassenen poli WZA)

inwoners van Assen plukken de vruchten van de samenwerkende partners en de verbindingen onderling *(cursief = Vaart Welzijn)*	Gezonde school vignet JOGG	FunFit Pit (interventie) Voel je goed	Diabetisch challenge ((Huisartsen en POH jeugd, POH-s Voel je goed (Kinderarts Poli WZA)
	Puur Gezond! (gezonde voeding- puur eten)	Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) 99gram (99 gram.nl)	
	Daily Mile basisonderwijs		
	Bewegen in openbare ruimte (via MBA)	*Welzijnscoaches (actief bij huisartsen) verbinden voorliggende vraag en (beweeg)aanbod*	
	Beweegspreekuur | fittest	*Kookgroepen | Workshops*	
		Werkwijze positieve gezondheid in klantcontacten door: *Bespreekbaar maken van een breed aantal thema's, ook (overmatig) middelengebruik. Signalerende, adviserende, ondersteunende (en verbindende) rol met inzet op dit gezamenlijke akkoord in de individuele klantcontacten.*	

Alcohol

Gewenste situatie alcoholgebruik	**Universeel** mensen zonder bekende risicofactoren/problemen	**Selectief** mensen met verhoogd risico	**Geïndiceerd** mensen met (zorggerelateerde) problemen
Geen alcoholgebruik tijdens de zwangerschap In 2025 is het aantal zwangere vrouwen dat alcohol drinkt, gedaald (incl. vrouwen die nog niet weten dat ze zwanger zijn).	Verspreiding van informatie door zorgprofessionals, waaronder verloskundigen over alcohol vóór, tijdens en na de zwangerschap	Deskundigheidsbevordering voor professionals, waaronder huisartsen, verloskundigen en kraamzorg in het signaleren en bespreekbaar maken van middelengebruik	Coaching/gesprekken voor zwangeren, die willen stoppen met alcoholgebruik Online cursus voor zwangeren www.alcoholvrijzwanger.nl
Geen alcoholgebruik onder de 18 jaar In 2025 is het aantal scholieren (12-16 jaar) dat alcohol heeft gedronken, gedaald.	Campagne NIX18 voor ouders en kinderen Lesprogramma Helder op school: -educatie aan leerlingen -voorlichting aan ouders -training onderwijspersoneel Campagne Zien drinken, doet drinken voor ouders en opvoeders	Adviesgesprek voor ouders t.a.v. het alcoholgebruik van hun kind Alcoholadviesgesprek voor jongeren App Wat Drink Jij? voor MBO studenten tussen 16-24 jaar Instructie Verantwoord Alcoholgebruik voor barvrijwilligers van sportkantines en buurthuizen	

		Interventies voor horeca -Inzetten van mystery guests en buiten-gewoon opsporingsambtenaren (BOA's) -Beperking van alcoholverstrekking -Stimuleren naleving leeftijdsgrens	
Minder overmatig en zwaar alcoholgebruik 1. In 2025 is het percentage Nederlanders van 18 jaar en ouder dat overmatig drinkt, gedaald. Met vooral aandacht voor overmatige drinkers van 50+. 2. In 2025 is het aantal Nederlanders van 18 jaar en ouder dat zwaar drinkt, gedaald. Met vooral aandacht voor het aandeel zware drinkers onder jongvolwassenen (18-30 jaar).	Campagne IkPas voor volwassenen die matig of bovenmatig alcohol drinken.	Adviesgesprek voor volwassenen t.a.v. eigen alcoholgebruik of het gebruik van een naaste, zoals partner/ouder/kind Alcoholadviesgesprek voor jongeren	Adviesgesprek voor mensen met alcoholproblematiek en mogelijke doorverwijzing naar hulpverlening Gespreksgroepen voor naasten
Toename van de bewustwording van het eigen drinkgedrag en de effecten daarvan	Campagne NIX18 voor ouders en kinderen	Telefonische dienst en Chatservice voor iedereen, die vragen heeft over zijn eigen alcoholgebruik of het gebruik van een	

1. In 2025 is de kennis van het advies van de Gezondheidsraad en bewustwording van de effecten van het eigen drinkgedrag vergroot, evenals kennis van maatschappelijke effecten. 2. In 2025 is de kennis bij vrouwen die zwanger willen worden vergroot t.a.v. de invloed van alcohol op de foetus en verhoging van bewustwording bij mannen van de mogelijke impact van hun drinkgedrag op hun vruchtbaarheid.	Campagne Zien drinken, doet drinken voor ouders/opvoeders Ouderavonden BO en VO Campagne IkPas voor volwassenen die matig of bovenmatig alcohol drinken. Webinars over alcohol	naaste, zoals partner/ouder/kind Deskundigheidsbevordering voor professionals, waaronder verloskundigen, JGZ en kraamzorg in het signaleren en bespreekbaar maken van middelengebruik en de effecten daarvan	

Roken

Gewenste situatie **roken**	**Universeel** mensen zonder bekende risicofactoren/problemen	**Selectief** mensen met verhoogd risico	**Geïndiceerd** mensen met (zorggerelateerde) problemen
In 2025 is het aantal volwassen rokers (>18 jaar) gedaald.	Campagne Rookvrije generatie	Campagne Stoptober voor mensen die willen stoppen met roken Campagne Puur Rookvrij voor mensen die roken en die willen nadenken over hoe hun leven er uit ziet als niet-roker.	Coaching/gesprekken voor mensen die veel moeite hebben met het stoppen met roken Pop up poli, gesprekgroep voor mensen die veel moeite hebben met het stoppen met roken
In 2025 is het aantal jongeren dat begint met roken gedaald.	Campagne NIX18 voor ouders en kinderen Campagne Rookvrije generatie Lesprogramma Helder op school: -educatie aan leerlingen -voorlichting aan ouders -training onderwijspersoneel	Alcoholadviesgesprek jongeren t.a.v. roken App Stopstone voor jongeren die willen stoppen met roken	

	Klassikale SmokeFree Challenge, interventie voor leerlingen VO		
In 2025 is het aantal zwangere vrouwen dat rookt en het aantal dat gestopt is en na de bevalling weer begint met roken, gedaald. Daarvoor krijgen alle zwangere vrouwen die roken een stopadvies van de verloskundig zorgverlener.	Campagne Rookvrije Start Verspreiding van informatie door verloskundigen, huisartsen, JGZ en andere zorgprofessionals over roken vóór, tijdens en na de zwangerschap	Deskundigheidsbevordering voor professionals, waaronder verloskundigen, JGZ en kraamzorg in het signaleren en bespreekbaar maken van middelengebruik	Coaching/gesprekken voor zwangeren en ouders van kinderen van 0-18 jaar, die willen stoppen met roken
In 2025 zijn er een groot aantal rookvrije omgevingen voor kinderen gerealiseerd, zoals kinderopvanglocaties, speeltuinen en kinderboerderijen.	Campagne Rookvrije Generatie Campagne NIX18 voor professionals		
In 2025 zijn (nagenoeg) alle sportverenigingen rookvrij.	Campagne Rookvrije Generatie Campagne NIX18 voor professionals		
In 2025 zijn meer zorgverleners	Campagne Rookvrije generatie	Deskundigheidsbevordering voor	

toegerust om motiverende gesprekken te voeren, vaker een stopadvies te geven en iemand door te verwijzen naar gespecialiseerde zorg en/of passende zorg en begeleiding in de buurt.		zorgprofessionals, in het signaleren en bespreekbaar maken van middelengebruik	
In 2025 zijn alle zorginstellingen rookvrij.	Campagne Rookvrije generatie		
In 2025 zijn ten minste 5 van de grootste bedrijven in de gemeente Assen op weg naar een Rookvrije Generatie en hebben meer bedrijven een rookvrij beleid voor werknemers, gebouwen en terreinen	Campagne Rookvrije generatie Campagne NIX18 voor professionals		

Bovenstaande interventies zijn gericht op de vier pijlers van de integrale aanpak:

Voorlichting en educatie

De pijler voorlichting en educatie heeft verschillende functies, zoals het bekendmaken van wet- en regelgeving en het verspreiden van kennis. Bijvoorbeeld over de risico's van middelengebruik, gedragsalternatieven en mogelijkheden voor hulp bij problemen. Ook lesprogramma's, campagnes en e-health gericht op bewustwording vallen onder deze pijler. Scholing of training (educatie) is intensiever dan voorlichting. Dit wordt ingezet om vaardigheden van burgers of lokale professionals te versterken.

Signalering, advies en ondersteuning

Problemen rondom middelengebruik ontstaan vaak sluipend. Problemen vroeg signaleren en daarna adequaat reageren voorkomt dat het verergert en dat zwaardere zorg nodig is.

Fysieke en sociale omgeving

De inrichting van de fysieke omgeving en de sociale norm die een omgeving impliciet uitdraagt, zijn van invloed op hoe mensen zich gedragen. Dat geldt voor de openbare ruimte, maar ook voor bijvoorbeeld de thuisomgeving, school, sportverenigingen en uitgaansgebieden. Ook de sociale omgeving van de drinker kan het gewenste gedrag impliciet of expliciet ondersteunen. Denk aan sportkantines die de tap sluiten tijdens jeugdwedstrijden en ouders die niet drinken op een kinderfeestje.

Regelgeving en handhaving

De belangrijkste wet voor het lokale alcoholbeleid is de Drank- en Horecawet. De gemeente heeft de verantwoordelijkheid om elke vier jaar een Preventie- en Handhavingsplan alcohol op te stellen. Hierin staan de hoofdzaken van het beleid voor de preventie van alcoholgebruik, met name onder jongeren. En hoe de wet gehandhaafd wordt. Binnen de landelijke kaders heeft de gemeente de mogelijkheid om lokale regels te bepalen voor horeca, paracommerciële inrichtingen, detailhandel, openbare ruimte, evenementen en drankketen. Kijk hier voor meer informatie. Voor meer informatie over het gemeentelijk tabaksbeleid zie rapport Trimbos-Instituut *De Rookvrije Generatie en gemeentelijk tabaksbeleid*, januari 2020.