gemeente Vlieland

Samen werken aan een gezonde generatie in 2040

Plan van aanpak Gezond en Actief Leven Akkoord



Oktober 2023

INHOUD

1. Inleiding 3

2. Huidige situatie op Vlieland per thema 4

3. Drie pijlers vanuit het GALA.....12

4. Ambitie, doel en aanpak per thema 14

5. Leidende principes.....20

6. Lokale Samenwerking 21

7. Domein overstijgende inzet vanuit regionale preventiestructuur 22

8. Monitoring en bijsturing.....23

9. Financiën 23

Bijlagen

Bijlage 1: Planning activiteiten

Bijlage 2: Matrix

1. Inleiding

Begin dit jaar heeft de gemeente Vlieland het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) ondertekend. De stip op de horizon is een gezonde generatie in 2040, met weerbare, gezonde mensen die kunnen opgroeien, leven, werken en wonen in een gezonde leefomgeving waarin sprake is van een sterke sociale basis. Met het GALA worden de volgende gemeenschappelijke doelen onderschreven:



1. Terugdringen van **gezondheidsachterstanden**



2. Een gezonde fysieke **leefomgeving** die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten



3. Het versterken van (de verbinding met) de **sociale basis**



4. Een **gezonde leefstijl**



5. Versterking van de **mentale weerbaarheid en mentale gezondheid**



6. **Vitaal ouder worden**



7. Domeinoverstijgende inzet vanuit een **regionale preventie infrastructuur**

Om dit te kunnen bereiken, ontvangen wij middelen vanuit een specifieke uitkering van het rijk. Hiervoor hebben wij een plan opgesteld voor de periode 2023-2026.

Leeswijzer

In dit plan van aanpak maken we de ambities van de gemeente Vlieland zichtbaar en beschrijven we welke stappen we gaan zetten om invulling te geven aan de doelen van het GALA. Hoofdstuk 2 begint met een beschrijving van de huidige situatie ten aanzien van sport, bewegen en gezondheid op Vlieland. In hoofdstuk 3 volgen onze ambities en leidende principes. In hoofdstuk 4 wordt de manier waarop we gaan samenwerken beschreven. Vervolgens vertalen we dit in hoofdstuk 5 naar de lokale doelen en onze aanpak. In hoofdstuk 6 lichten we toe hoe we de doelen gaan monitoren. We sluiten af met een tijdlijn over de periode van 2023 – 2026.

2. Huidige situatie op Vlieland per thema

2.1. Gezondheid

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten.
De gezondheidsbeleving is daarom een belangrijke maat om de algemene gezondheid te meten onder de bevolking op Vlieland. Mensen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun eigen gezondheid ervaren.

Uit cijfers ([1]) blijkt dat in 2022 77% van de inwoners op Vlieland de gezondheid ervaart als (zeer) goed. In 2020 ervoer 84% van de eilanders hun gezondheid als goed.
De meeste inwoners op Vlieland zijn middelbaar opgeleid (53%) en een kwart van de bevolking is hoog opgeleid (24%). Mensen met een laag inkomen en een praktische opleiding (basisonderwijs + vmbo) leven 15 jaar minder in goede gezondheid dan mensen met een hbo- of universitaire opleiding en een hoog inkomen ([2]).
De oorzaken van gezondheidsverschillen zijn echter complex, liggen op meerdere domeinen en zijn nauw met elkaar verbonden. De aanpak van gezondheidsverschillen vraagt daarom om een brede aanpak op factoren die van invloed kunnen zijn op het positief beïnvloeden van gezondheid.

Vergrijzing

We worden gemiddeld steeds ouder en ons leven telt steeds meer gezonde jaren. Maar ouder worden komt vaak ook met gebreken.
Van de Vlielandse bevolking is 20% 65-plus. In heel Nederland is 20,2% van de bevolking 65-plus.
Het aantal 80-plussers in de bevolking groeit. Dit maakt dat er sprake is van een dubbele vergrijzing. Dubbele vergrijzing kan leiden tot een extra behoefte aan zorg, ook omdat ouderen steeds langer zelfstandig blijven wonen. De behoeften van ouderen liggen niet alleen op het gebied van medische zorg, maar ook op het gebied van welzijn. Meer inzet op welzijn kan ouderen helpen om een goede kwaliteit van leven te behouden ondanks ziekte en beperkingen. Dit vraagt om een goede samenwerking tussen zorgprofessionals, welzijnswerkers en mantelzorgers.

Sociale en fysieke leefomgeving

Gezondheidsverschillen ontstaan niet alleen door individuele leefstijlfactoren, zoals ongezonde voeding of onvoldoende bewegen.
Op Vlieland is sprake van een tegenstrijdigheid. Enerzijds wonen we in een ontzettend gezonde leefomgeving op het gebied van ontspanning en gezondheid. Anderzijds hebben veel inwoners te maken met een hoge werkdruk, met name in het hoogseizoen. Dit is het gevolg van de Vlielandse mono-economie, die vooral op toerisme draait. Het komt voor dat inwoners te maken hebben met zware en ongezonde werkomstandigheden tegen een minimale vergoeding in het hoogseizoen. Juist sociaaleconomische factoren, zoals inkomen, spelen een grote rol bij de mate van gezondheid en veerkracht die mensen ervaren.
In deze sociale omgeving is bovendien roken, drank- en druggebruik hoger dan in andere sectoren blijkt uit onderzoeksgegevens van onder andere het Trimbos Instituut.

Dynamische bevolkingsgroep

Vlieland heeft te maken met veel (tijdelijke) inwoners die naar het eiland komen om te werken. Jaarlijks schrijft een aanzienlijk aantal van deze werknemers zich ook daadwerkelijk in als inwoner bij de gemeente. Vaak is het zo dat deze mensen (al voordat ze naar Vlieland komen) te maken hebben met een stapeling van problemen. Denk aan financiële zorgen, laaggeletterdheid, meer- of anderstaligheid en beperkte gezondheidsvaardigheden. Deze problemen worden in de praktijk gesignaleerd door de huisarts en de maatschappelijk werker.
Ook deze mensen gunnen we een gezonde leefomgeving/leefstijl met voldoende bestaanszekerheid, en het volwaardig kunnen participeren in de samenleving en het beschikken over een ondersteunend sociaal netwerk.
Volgens de puntschatting van “Geletterdheid in zicht” is 15% van de inwoners van Vlieland laaggeletterd (Geletterdheidinzicht dashboard - Home). Deze groep bestaat uit zowel uit inwoners van Nederlandse afkomst als ook van buitenlandse afkomst. Lage basisvaardigheden en lage gezondheidsvaardigheden gaan vaak hand in hand. Mensen met lage gezondheidsvaardigheden hebben meer moeite om hun weg te kunnen vinden binnen de zorg, zijn minder goed in staat om zelf thuis om te gaan met gezondheid, ziekte en schulden. Ook vinden zij het moeilijker om de weg naar de juiste zorgverlener te vinden. Ook is het voor hen vaak moeilijker om tijdens een

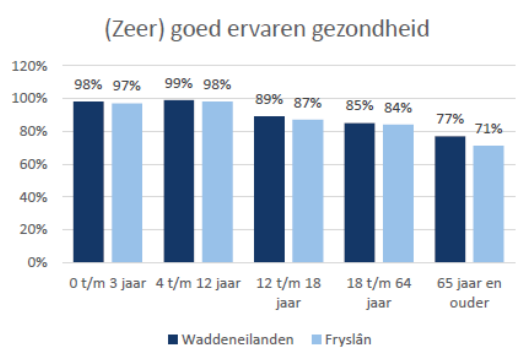
[1] Bron GGD GHOR
[2] Bron GGD GHOR

consult met een zorgverlener een actieve gesprekspartner te zijn, er wordt in dit geval meer gebruik gemaakt van zorg omdat er bijvoorbeeld meerdere consulten nodig zijn om de (daadwerkelijke) zorgvraag te kunnen achterhalen.

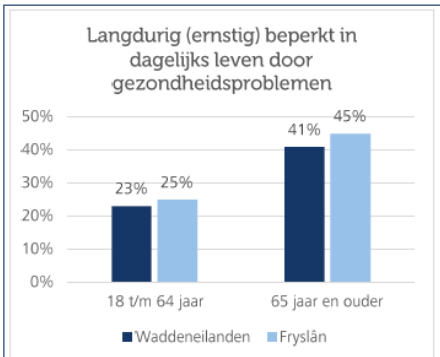
Algemene gezondheid

Ervaren gezondheid

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. De gezondheidsbeleving is daarom een belangrijke maat om de algemene gezondheid te meten onder de bevolking. Mensen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun eigen gezondheid ervaren.



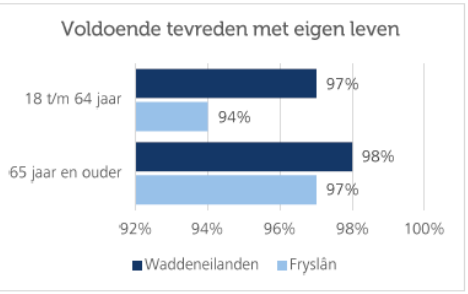
Naarmate mensen ouder worden, ervaren zij hun gezondheid minder vaak als (zeer) goed. Verder geldt over algemeen dat jongens/mannen en mensen die hoger opgeleid zijn hun gezondheid het vaakst als (zeer) goed ervaren.



Langdurige ziekte of aandoening

Naarmate mensen ouder worden, krijgen ze vaker te maken met langdurige ziekten of aandoeningen. Denk hierbij aan hart- en vaatziekten, diabetes, kanker en artrose. Door de toenemende vergrijzing neemt ook het aantal mensen met een langdurige ziekte of aandoening toe. In Fryslân is de vergrijzing groter dan gemiddeld in Nederland.

Niet iedereen met een langdurige ziekte of aandoening heeft hier ook daadwerkelijk last van. Het is belangrijk om te kijken naar het aandeel mensen dat beperkt is in het dagelijks leven door de gezondheid.



Friezen zonder betaald werk zijn een stuk minder tevreden over hun eigen leven. Van de werklozen/ arbeidsongeschikten is 79% tevreden, terwijl 96% van de werkenden tevreden is.

Leeftijd heeft geen invloed op de mate van tevredenheid.

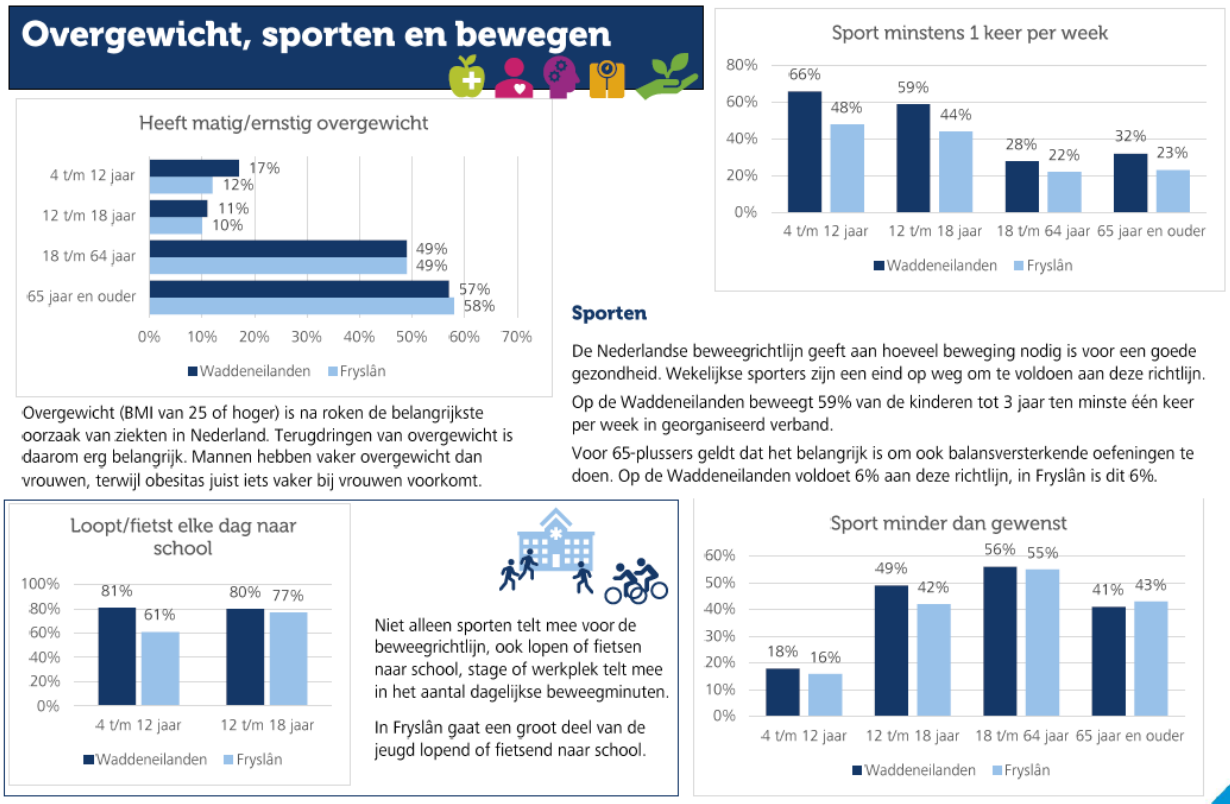
2.2. Sport, bewegen en cultuur

In de zomerperiode (hoogseizoen) wordt er van alles aangeboden en geregeld op het gebied van activiteiten voor de jeugd op Vlieland. Er is een groot recreatieteam werkzaam op de camping die activiteiten organiseert waaraan ook de Vlielandse jeugd met plezier meedoet. In het laagseizoen is er minder sport- en beweegaanbod en is het aanbod minder divers. Dit betekent dat investeringen en inzet vanuit de gemeente ongelijk verdeeld over het jaar plaats moeten vinden.

Volgens de cijfers van de GGD kampt 51% van de inwoners met overgewicht. Dezelfde bron geeft aan dat 87% van de inwoners van Vlieland volgens henzelf voldoet aan de beweegrichtlijn matig intensief bewegen.
In het voorjaar van 2023 heeft het Trimbos Instituut De Scanner uitgevoerd op Vlieland. Hieruit kwam onder andere naar voren dat de ondervraagde leeftijdsgroepen het aanbod qua bewegen niet voldoende vinden op Vlieland. Er is te weinig aanbod en het aanbod dat er is, is niet structureel van aard.

Huidig en toekomstig sport- en gezondheidsbeleid

In 2024 ontwikkelen we een uitvoeringsprogramma op het Sport- en Beweegbeleid 2022-2027. Dit beleid en het uitvoeringsprogramma daarop zijn leidend bij de ontwikkeling en het versterken en borgen van nieuwe en bestaande activiteiten, voorzieningen en interventies.



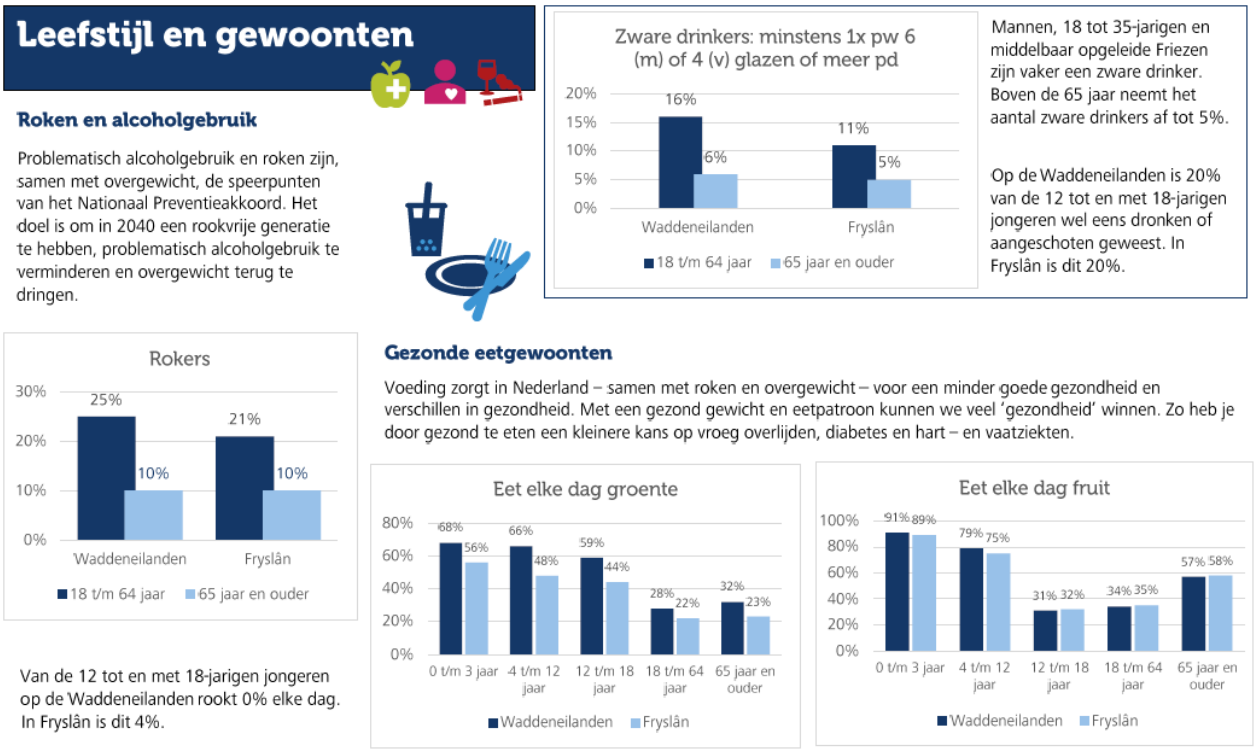
2.3. Leefstijl en gewoonten

Van onze inwoners is 13% roker. Dit is een sterke daling in aantal vergeleken met de cijfers van 2020. Toen telde de gemeente Vlieland 33% rokers ([3]). Uit onderzoek van het Trimbos instituut (maart 2023) is gebleken dat het alcoholgebruik onder jongvolwassenen (18-27 jaar) hoog is op Vlieland. Er is sprake van overmatige of zware drinkpatronen onder bepaalde groepen jongvolwassenen op het eiland: medewerkers in de horeca, uitgaanders en jongvolwassenen die deelnemen aan activiteiten waar alcohol bij wordt geschonken vertonen overmatige of zware drankpatronen. Het gaat hier zowel om eilanders en tijdelijke horecamedewerkers als om badgasten. Voor deze groepen hoort het drinken bij alle activiteiten en is het moeilijk om niet te drinken in de groep. Ze drinken op meerdere avonden per week een flink aantal glazen alcohol.

Uit de volwassenenmonitor en jeugdmonitor (RIVM Gezondheidsmonitor 2019) komt naar voren dat het alcoholgebruik in Friesland en op de Wadden hoger ligt hoger dan het gebruik in heel Nederland, dit wordt ook bevestigd in de gesprekken met de inwoners gevoerd door het Trimbos Instituut op Vlieland. Een groot deel van de volwassenen is werkzaam in de horeca en de toerismesector, wat alcoholrijke omgevingen zijn. Daarnaast wordt er door volwassenen ook tijdens of bij andere activiteiten alcohol gedronken. Zo wordt er na afloop van het sporten gedronken of tijdens activiteiten die worden georganiseerd op het eiland. Een deel van de volwassenen gaat (ook) naar de kroeg of de discotheek, een ander deel drinkt daarnaast voornamelijk thuis. Meerdere avonden per week één of meerdere alcoholische dranken wordt als een normaal drankpatroon beschouwd op het eiland. Het wordt volgens enkele respondenten pas veel als iedere avond meerdere (minimaal 4-5) alcoholische drankjes worden genuttigd. Volgens de definities zijn dit overmatige drankpatronen.
Er is echter ook een groep volwassenen die zich meer bezighoudt met een gezonde leefstijl en in dat kader ook matig is met alcohol. Deze groep volwassenen drinkt ook minder of niet wanneer hun eigen of andere kinderen in de buurt zijn. Dit geldt echter zeker niet voor alle volwassenen en het drinken van alcohol gebeurt dan ook vaak wel wanneer er kinderen in de buurt zijn.
Ouders zijn nog steeds tolerant ten opzichte van alcoholgebruik bij minderjarige jongeren.

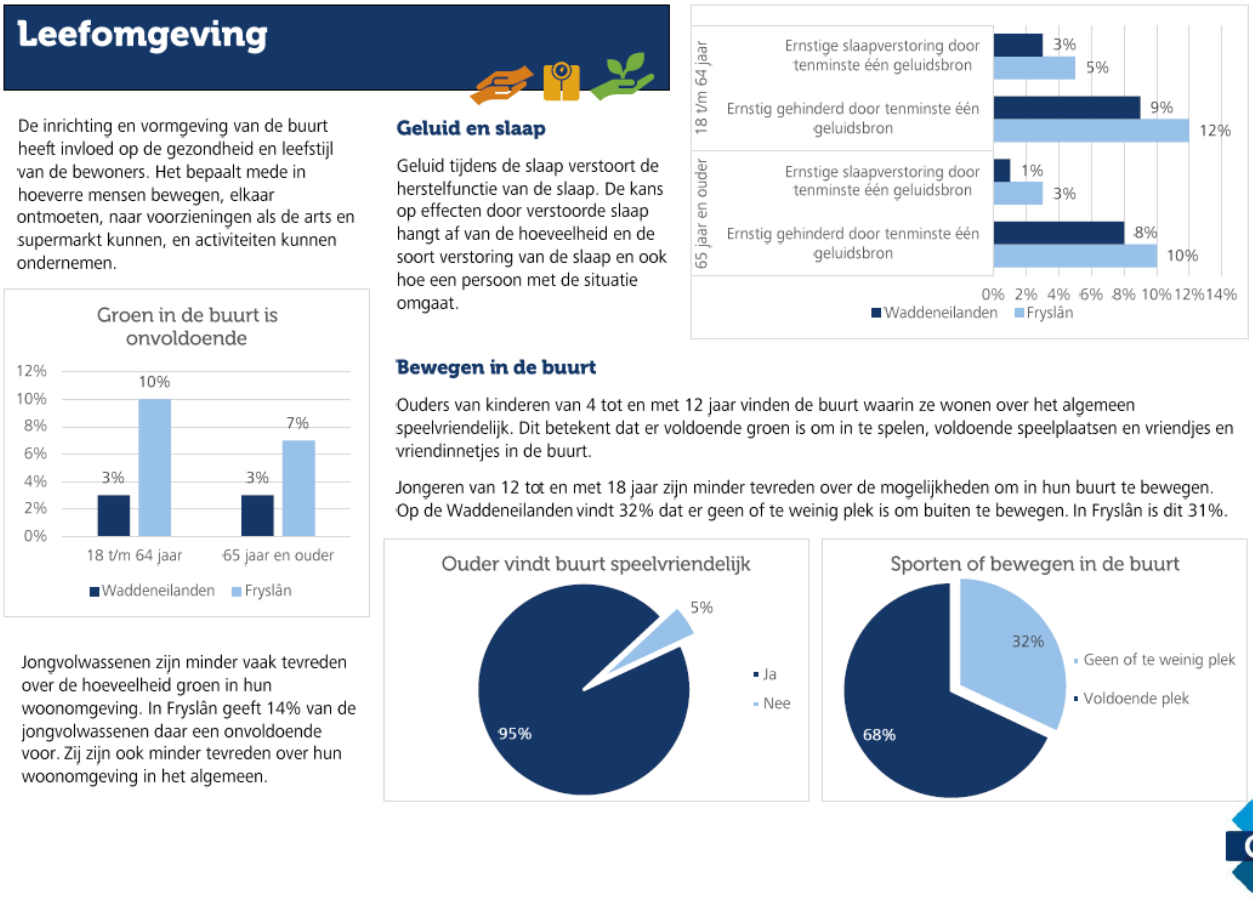
[3] Brond GGD GHOR

Uit de cijfers van het Trimbos Instituut (Dit zijn de opvallendste nieuwe kerncijfers over drugsgebruik onder Nederlanders - Trimbos-instituut) blijkt het gebruik van cannabis in Nederland constant (na een lichte daling in 2016). Het onderzoek van het Trimbos Instituut schetst hiervan een ander beeld als het Vlieland betreft. Respondenten van het onderzoek geven aan dat het drugsgebruik de afgelopen 10 jaar is toegenomen. Zij constateren een verhoogd drugsgebruik in de afgelopen 10 jaar, waarbij zij aangeven dat het gebruik van harddrugs vooral voorkomt bij badgasten, uitgaanders en horecamedewerkers (jongvolwassenen en volwassenen). Dit verschil van cijfers en ervaring kan (nog) niet cijfermatig worden bevestigd.



2.4. De Leefomgeving

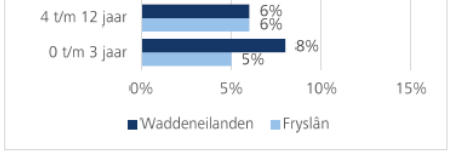
Vlieland beschikt, zonder dat de menselijke hand daar in eerste instantie iets aan hoeft te doen, al over alle aspecten die een gezonde leefomgeving zou moeten bieden. Inwoners en toeristen kunnen genieten van de natuur om in te bewegen, de schone lucht om op te nemen en er is van hittestress zo goed als geen sprake. In beginsel zijn de natuurgronden, waaronder ook de zee, toegankelijk om te betreden en om in te sporten. Een en ander is wel voor bepaalde activiteiten nader gereguleerd, gezoneerd en/of deze mogen alleen plaatsvinden met instemming van de natuurbeheerder. Een te intensief gebruik of een gebruik dat de natuurwaarden aan kan tasten moet worden voorkomen om de leefgebieden voor niet-menselijke wezens te beschermen.
Ook beschikt Vlieland over een sporthal, sportvelden en een (overdekt) zwembad en over een uitgebreid fietspaden netwerk.
Mooie ontwikkelingen zijn het vernieuwde, beweegvriendelijke verkeersplein bij De Jutter en de gerealiseerde Beweeglus rondom het sportveld.

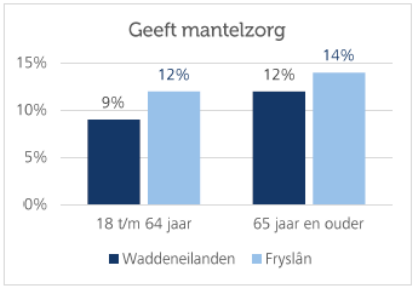


2.5. Sociale Basis en gezondheidsverschillen

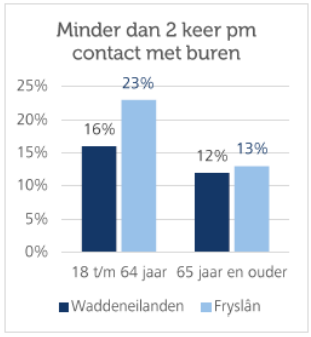
Het gemiddelde inkomen op Vlieland ligt rond de 27.000 euro per jaar. Dit ligt ruim onder het Nederlandse gemiddelde van 34.000 euro per jaar.
We zien momenteel dat steeds meer mensen in de problemen komen door de stijging van kosten van de boodschappen en de hogere energieprijzen. De financiële weerbaarheid van veel gezinnen is laag en de verwachting is dat het aantal huishoudens wat problematisch in de schulden komt de komende maanden zal oplopen. Bovendien ervaren wij bij inwoners een terughoudendheid bij het vragen om steun. Dit kan zijn uit gevoel van schaamte of vanuit het gegeven dat eilanders gewend zijn om zaken toch vooral zelf te regelen.
Per oktober 2023 heeft de gemeente Vlieland een nieuw bekostigingsstelsel ingevoerd voor peuteropvang en VVE (Voor- en Vroegschoolse Educatie). Alle doelgroep-peuters op Vlieland mogen gratis gebruik maken van VVE.
Hiermee streeft de gemeente Vlieland naar kansengelijkheid.

Sociale basis





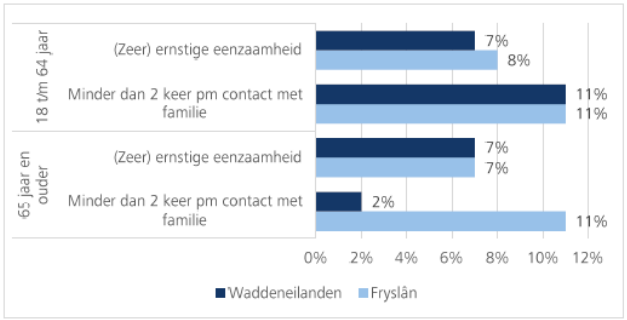
Op de Waddeneilanden geeft 11% van de jongeren mantelzorg aan een gezinslid. Zij groeien op met een gezinslid dat chronisch ziek of gehandicapt is of een psychische aandoening heeft. In Fryslân is 11% jonge mantelzorger. Jonge mantelzorgers kunnen onder andere te maken hebben met stress, verminderde schoolprestaties en een gebrek aan emotionele steun.



Vrijwilligerswerk

Op de Waddeneilanden doet 34% van de 18 tot 65-jarigen vrijwilligerswerk, onder de 65-plussers is dit 38%. Vrijwilligerswerk draagt bij aan een positieve gezondheid, zowel mentaal als fysiek. Voor ouderen is het bovendien een belangrijke manier om mee te blijven doen.



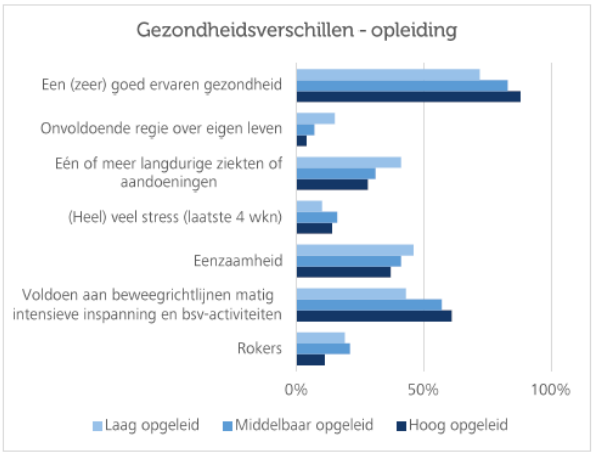


Eenzaamheid

Eenzaamheid heeft invoel op zowel de lichamelijke als mentale gezondheid. Het verhoogt de kans op angst, depressie, stress, coronaire hartziekten, dementie. Ook de kans op overlijden is hoger bij mensen die eenzaam zijn.

Eenzaamheid komt niet alleen voor onder ouderen, maar ook jongeren hebben hier vaker mee te maken. Ook voor corona speelde dit al, corona heeft de problemen wel duidelijker in beeld gebracht.

Gezondheidsverschillen



Gezondheidsverschillen ontstaan niet alleen door individuele leefstijlfactoren. Sociaaleconomische factoren zoals voldoende bestaanszekerheid, volwaardig kunnen participeren in de samenleving, beschikken over een sociaal netwerk, een prettige fysieke leefomgeving en voldoende toegang tot passende zorg en ondersteuning spelen een grote rol bij de mate van gezondheid en veerkracht die mensen ervaren.

Tekst: Een inclusief SPUK-plan voor de lokale aanpak van gezondheidsverschillen, GezondIn 2023

Sociaal economische verschillen

In vergelijking met mensen met een laag inkomen en laag opleidingsniveau, leven mensen met een hoog inkomen en hoog opleidingsniveau gemiddeld genomen niet alleen zes jaar langer, maar ook vijftien jaar langer in goede gezondheid.

Sociaaleconomische problemen die langdurig aanhouden kunnen leiden tot intergenerationele gezondheidsproblemen. Hiermee bedoelen we dat sociaaleconomische problemen en daarmee verweven gezondheidsachterstanden aan de volgende generatie worden doorgegeven.







In kwetsbare wijken/buurten hebben inwoners vaak te maken met een stapeling van problemen. Denk aan financiële zorgen, werkloosheid, laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden.

Tegelijkertijd spelen er problemen op buurtniveau, zoals onveiligheid, geluidsoverlast en slecht onderhouden woningen en openbare ruimte.

Deze factoren in de sociale en fysieke leefomgeving dragen bij aan het ontstaan van chronische stress. Stress is een belangrijke oorzaak voor ongezondheid en een verminderd vermogen om eigen regie te voeren.

Tekst: Een inclusief SPUK-plan voor de lokale aanpak van gezondheidsverschillen, GezondIn 2023

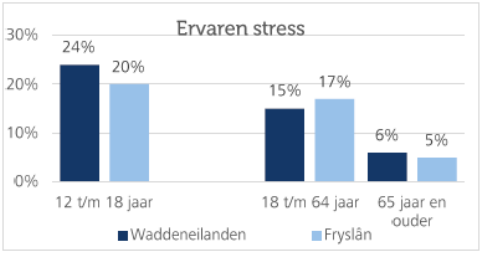
2.6. Mentale gezondheid

Jongeren zijn minder weerbaar geworden en voelen zich minder vaak gelukkig.
In de leeftijdsgroep 12 tot en met 18 jaar zien we op Vlieland een groei van het aantal jongeren met psychosociale problemen.
Deze ontwikkeling is sinds de coronamaatregelen toegenomen.
Uit gesprekken met scholen, jongerenwerkers en jongeren zelf blijkt dat de coronaperiode van thuisonderwijs en veel (gedwongen) thuis zitten een grote impact heeft gehad op de mentale weerbaarheid van jongeren. Ook blijkt dat veel leerlingen hierdoor diverse achterstanden op hebben gelopen. De mentale gezondheid van deze doelgroep is hierdoor achteruit gegaan. De zorgen zijn het grootst als het gaat om de sociaal-emotionele ontwikkeling, welzijn en motivatie onder jongeren. Mentale klachten, zoals angst, eenzaamheid en slaapproblemen, zijn voornamelijk toegenomen bij de leerlingen die vóór de coronacrisis al bestaande problemen ervaarden.
Eilandjongeren maken op uiterlijk hun zestiende de stap naar onderwijs aan de wal waarbij zij doordeweeks aan de wal verblijven. Dit is een grote stap naar zelfstandigheid op zeer jonge leeftijd. Deze stap, die altijd al belastend was voor jongeren en hun ouders, is na de coronaperiode nog moeilijker geworden. Dit zien we aan het naar verhouding grotere aantal jongeren dat vastloopt in het (MBO) vervolgonderwijs.

Welbevinden

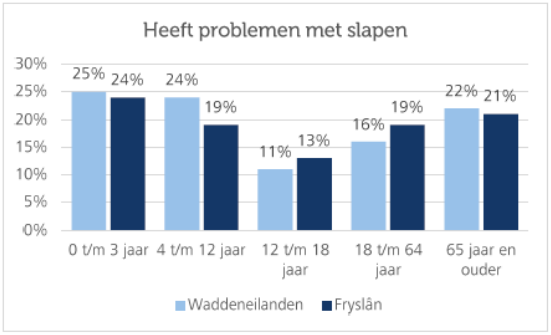
Stress

Langdurige of ernstige stress is een belangrijke oorzaak voor ongezondheid en een verminderd vermogen om eigen regie te voeren.



Slapen

Een slechte slaapkwaliteit heeft invloed op de gezondheid. Bij volwassenen verhoogt slecht slapen het risico op obesitas, diabetes, coronaire hartzieken, depressie en dementie. Slecht slapen kan daarnaast ook leiden tot verzuim en verminderde schoolprestaties.

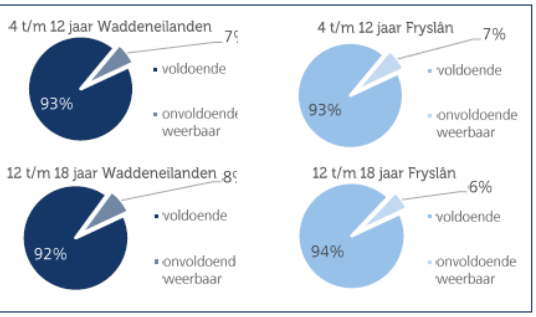


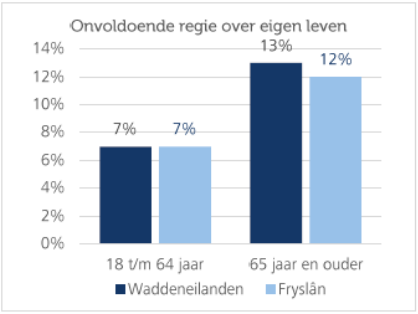
Regie over eigen leven

Eigen regie betekent dat mensen zelf bepalen hoe zij hun leven inrichten. Ook als mensen bepaalde dingen niet zelf kunnen uitvoeren, houden mensen de eigen regie door wel zelf de beslissingen hierover te maken. Eigen regie maakt mensen onder andere weerbaarder voor tegenslag.

Weerbaarheid

Weerbaarheid is een belangrijke beschermende factor voor kinderen en jongeren om veilig, gezond en kansrijk op te groeien. Weerbare kinderen en jongeren zijn in staat met eisen van de samenleving om te gaan, zelfstandig keuzes te maken en met tegenslagen om te gaan.





3. Drie pijlers vanuit het GALA

Sport, bewegen & cultuur

De middelen voor het inzetten van Sport, bewegen en cultuur komen uit de Brede Regeling Combinatiefuncties. Vanuit deze regeling wordt in de gemeente Vlieland de buurtcoach gedeeltelijk gefinancierd. Daarnaast zetten we op het gebied van sport en bewegen in op de uitvoering van het Lokaal Sportakkoord. In 2024 wordt het uitvoeringsprogramma op het sport- en beweegbeleid geschreven, waarbij het inzetten van sport als middel en het bouwen van een sterke basisinfrastructuur in de gemeente centraal staat. Met het bouwen aan een sterke basisinfrastructuur willen we voorkomen dat de gemaakt plannen niet als een kaartenhuis instorten bij vertrek van een samenwerkingspartner.

Sociale Basis

De sociale basis is het geheel van informele contacten en netwerken van bewoners en vrijwilligers. In lijstjes op het gebied van sociale cohesie scoort Vlieland over het algemeen hoog. In de praktijk zien we echter ook op Vlieland dat mensen steeds minder kunnen terugvallen op een sociaal netwerk van buren, vrienden en familie en dat het aantal vrijwilligers steeds verder terugloopt. We willen de sociale basis versterken. De mogelijkheden verbeteren voor inwoners om elkaar (laagdrempelig) te ontmoeten, zich te ontplooien, te ontspannen en elkaar te helpen. Vanuit de sociale basis zijn er diverse ambities (zoals het werken aan een inclusie-agenda) waar we de komende jaren aan gaan werken. Deze ambities koppelen we aan de doelen van het GALA.

Gezondheid

Het gezondheidsbeleid van Vlieland is samen met de andere Friese Waddeneilanden ontwikkeld, onder de noemer: “Gezondheidsbeleid Friese Waddeneilanden 2022-2025”. Ontwikkelingen en trends (landelijk, regionaal en lokaal) én nieuwe regelingen zoals het GALA, vragen om een visie op gezondheid die breed en domein overstijgend is. ‘Positieve gezondheid’ is in de nieuwe visie de basis. De pijlers van het gezondheidsbeleid zijn:

1. Het terugdringen van gezondheidsachterstanden
2. Een gezonde sociale en fysieke leefomgeving
3. Mentale weerbaarheid en gezondheid
4. Vitaal ouder worden

Deze pijlers sluiten nauw aan bij de doelen uit het GALA. Het plan van aanpak dient dan tevens als uitvoeringsprogramma op het gezondheidsbeleid 2022-2025.

Doelen vanuit het Gezondheidsbeleid Friese Waddeneilanden 2022-2025:

- Een gezond gewicht van jongeren (0 tot 19 jaar) op de vier Friese Waddeneilanden bevorderen.
- Een gezonde leefstijl van jongeren (0 tot 19 jaar) op de vier Friese Waddeneilanden bevorderen.
- Hoofddoelstelling JOGG De Friese Wadden: het aantal jongeren (0 tot 19 jaar) met matig tot ernstig overgewicht op de vier Friese Waddeneilanden is op langere termijn gedaald.

De Friese Waddeneilanden willen bovenstaande doelstellingen bereiken via thema’s en activiteiten, gericht op:

- ✓ Water drinken stimuleren (meer water drinken als alternatief voor gezoete dranken).
- ✓ Gezond en bewust eten (meer groente en fruit eten, bewuste eetkeuzes maken).
- ✓ Beweegstimulering (bijvoorbeeld via laagdrempelige toegang tot bewegen en via een link met het Lokaal Sportakkoord).
- ✓ Voldoende ontspanning en slaap.
- ✓ Verbreding naar volwassenen. In de vorige nota’s ‘Gezondheidsbeleid De Friese Waddeneilanden’ richtten we ons bij het speerpunt ‘Gezond gewicht en gezonde leefstijl’ vooral op de doelgroep jeugd. Maar vanaf nu willen we een gezond gewicht en gezonde leefstijl van volwassen inwoners ook meer bevorderen. Daar waar mogelijk en haalbaar, willen we bovenstaande doelstellingen dan ook zo veel mogelijk verbreden naar inwoners van 19 jaar en ouder.

Wij hebben tot doel het roken en alcohol- en drugsgebruik door jongeren onder de 18 jaar te voorkomen. Deze groep is bijzonder kwetsbaar voor de schadelijke gevolgen van roken, alcohol en drugs en is zelf vaak nog niet voldoende in staat om grenzen te stellen aan het gebruik.
Daarnaast stellen we ons tot doel het overmatige roken en alcohol- en drugsgebruik door jongvolwassenen tussen de 18 en 24 jaar te voorkomen en bestrijden. Deze groep kunnen we kwalificeren als de ‘uitgaanders’. Het

is de leeftijdscategorie die over het algemeen het meest rookt, alcohol en/of drugs gebruikt. Bij deze groep gaat het naast de gezondheid om een maatschappelijk probleem. Overmatig drinkende jongeren en jongvolwassen kunnen bijvoorbeeld voor overlast zorgen (dronkenschap, agressie, vernielingen en rijden onder invloed).

In de (lokale) uitvoeringsplannen Gemeentelijk Gezondheidsbeleid De Friese Wadden worden (sub)doelstellingen geformuleerd op het gebied van kennis, houding, gedrag en proces.

We gaan een integrale aanpak ontwikkelen ten aanzien van mentale gezondheid vanuit de gedachte van positieve gezondheid gedurende de gehele levensloop, waarbij de komende 4 jaar wordt ingezet op:

1. Het stimuleren van sociale samenhang & ontmoeting
2. Een preventieve aanpak ter voorkoming van armoede en sociale uitsluiting
3. Mentale gezondheid van jeugd & mantelzorgers
4. Activiteiten om ouderen te ondersteunen bij een gezonde leefstijl en meer bewegen
5. Bevorderen van de gezamenlijke ontwikkeling en aanpak vroeg-signalering.
6. Voorkomen van eenzaamheid bij ouderen.
7. Samen met de andere Waddeneilanden optrekken op specifieke gezondheidsproblemen bij ouderen en willen leren van elkaars succesvolle interventies en deze overnemen waar mogelijk.
8. Ouderen in staat stellen zo lang en zo gezond mogelijk zelfredzaam op het eiland te blijven wonen

Het preventie- en handhavingsbeleid heeft de volgende doelstelling: Alcohol en drugsgebruik onder (tijdelijke) inwoners terugdringen en voorkomen. We richten ons met name op jongeren omdat we ons bij jongeren nog kunnen richten op het voorkomen van alcohol-, drugs- en ook tabaksgebruik door een leefomgeving te vormen waarin ze gelukkig en gezond kunnen opgroeien. Dit willen we bereiken door:

a) Gebruikers, verstrekkers en andere betrokkenen bewust maken van de nadelige gevolgen van alcoholgebruik, met name voor jongeren.
b) Verstrekkers ertoe bewegen om op verantwoorde en rechtmatige wijze alcohol te (laten) verstrekken.
c) Gebruikers en andere betrokkenen ertoe bewegen het alcoholgebruik door jongeren te beperken of te voorkomen.

4. Ambitie, doel en aanpak per thema

4.1. Terugdringen van gezondheidsachterstanden



Het eerste doel van het GALA is het terugdringen van gezondheidsachterstanden. Sport en cultuur zijn belangrijke middelen om dit te kunnen bereiken én de sociale basis is onmisbaar.

Doelstelling: Dat alle inwoners van jong tot oud de mogelijkheid hebben om vaardig te bewegen.

Hoe gaan we dit doel bereiken?

- We willen bewegen laagdrempeliger maken voor onze inwoners.
- Kinderen van jongs af aan kennis laten maken met vaardig bewegen.
- Het sport- en cultuuraanbod beter inzichtelijk te maken via één platform.
- De kwetsbare doelgroep inzichtelijk krijgen en bereiken.
- Het programma Kansrijke Start in de gemeente nog verder uitwerken.

Wat gaan we daarvoor doen?

- We gaan werken aan de zichtbaarheid van de buurtcoach en we verbinden de buurtcoach aan de kinderopvang en het onderwijs.
- We onderzoeken de mogelijkheden om in het schooljaar 2024/2025 in te stappen bij het programma School & Omgeving (School en Omgeving | Gelijke kansen (gelijke-kansen.nl). Vanuit dit programma ondersteunt de buurtcoach bij het opzetten en aanbieden van een veelzijdig beweegaanbod, als onderdeel van de verlengde schooldag.
- We gaan een platform, in bijvoorbeeld de vorm van een app, opzetten waarin onder andere het sport- en activiteitenaanbod inzichtelijk wordt voor iedereen. Voor inwoners die niet vaardig zijn in het gebruik van een app wordt het aanbod ook in de dorpskrant gedeeld.
- Bij bewegen laagdrempeliger maken hoort ook: iedereen de mogelijkheid bieden om mee te kunnen doen. We sluiten ons in Q4 van 2023 aan bij het Volwassenenfonds Sport en Cultuur. Hiermee willen we gelijke kansen creëren voor iedereen.
- We zoeken de samenwerking met diverse beleidsterreinen, zoals armoede en de sociale basis. Vervolgens kan vanuit cultuur en sport een passend aanbod voor inwoners met gezondheidsachterstanden worden gecreëerd, we zullen daarbij vaker kiezen voor maatwerk.
- In samenwerking met JOGG, de GGD en de buurtcoach hebben we extra focus op een gezonde voedsel- en beweegomgeving voor kinderen.

Met het programma Kansrijke Start, richten we ons op de eerste 1000 levensdagen van het kind. De middelen vanuit het GALA geven de mogelijkheid om Kansrijke Start in de gemeente nog verder uit te werken en in te bedden in de sociale basis. Dit gebeurt vanuit een vijftal uitgangspunten:

1. Het implementeren, verbeteren en borgen van de reeds ingezette activiteiten.
2. Het wegnemen van financiële drempels tijdens en vlak na de zwangerschap.
3. Het werken vanuit nabijheid en beschikbaarheid.
4. Het versterken van het informele netwerk.
5. Een faciliterende en aanjagende rol van de gemeente.

Samenwerking met de buurtcoaches, de GGD , huisartsen en onderwijs zijn nodig om impact te kunnen maken. Zonder deze partijen zal het niet mogelijk zijn het eerste doel van het GALA te behalen. Samenwerking speelt dan ook een belangrijke rol.

4.2. Creëren van een gezonde fysieke leefomgeving



Het tweede doel waar het GALA zich op richt is het ***creëren van een gezonde fysieke leefomgeving, die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten***. We willen gezond leven stimuleren door de openbare ruimte zo in te richten dat deze uitnodigt tot gezond eten, spelen, bewegen, ontmoeten en ontspannen.

De gemeente Vlieland beschikt over een fantastische openbare ruimte waarin alle inwoners en ook toeristen gebruik van maken om te bewegen, om te spelen, om te ontmoeten en ook om rust te vinden.

Doelstelling: De openbare ruimte op Vlieland nodigt (nog meer) uit tot bewegen en ontmoeten.

Hoe gaan we dit doel bereiken?

- Gezondheid wordt een vast onderdeel in de afweging in ruimtelijk beleid. In het omgevingsplan is gezondheid en het creëren van een gezonde en beweegvriendelijke omgeving een belangrijk thema. We willen dan ook een leefomgeving creëren die alle inwoners verleidt en uitdaagt om te (blijven) bewegen en te participeren.
- De buurtcoach, welzijnswerker, activiteiten coördinator, fysiotherapeut en gemeente werken voor het creëren van een gezonde, fysieke leefomgeving met elkaar samen.

Wat gaan we daarvoor doen?

- Samenwerken met fysiek domein en Staatsbosbeheer.
- Bij het ontwikkelen van ruimtelijk beleid wordt gezondheid als vast onderdeel meegenomen in de belangenafweging. We zoeken hiervoor actief de samenwerking op tussen het sociaal en fysiek domein en maken gebruik van elkaars capaciteiten en expertise.
- We willen in 2024 in samenwerking met Accessibility de toegankelijkheid van de gemeente Vlieland voor mensen met laaggeletterdheid of andere een beperking (fysiek, zintuigelijk, verstandelijk, psychisch) onderzoeken.
- Verder werken we aan gezond leven stimuleren door het versterken van de inrichting van de openbare ruimte zodat deze nog meer uitnodigt tot gezond eten, spelen, bewegen, ontmoeten en ontspannen.
- We onderzoeken momenteel onder meer hoe we gezondheid kunnen stimuleren met normen/kaders uit het omgevingsplan en specifieke projecten, zoals het vergroenen van schoolpleinen. Verder ligt binnen JOGG de focus op het creëren van een gezonde voedsel- en beweegomgeving.

4.3. De Sociale basis



Het derde doel van het GALA is ***het versterken van (de verbinding met) de sociale basis***. Een sterke sociale basis is van essentieel belang als het gaat om gezondheid.

Doelstelling: Inwoners kunnen terugvallen op een sterke sociale basis waarin we elkaar steunen en op een positieve manier stimuleren tot een gezonde leefstijl.

Hoe gaan we dit doel bereiken?

- We maken een actuele Sociale Kaart die regelmatig wordt bijgewerkt en op een passende toegankelijke manier wordt gedeeld met vaste en tijdelijke inwoners.
- We werken aan een sterke basisinfrastructuur. Vanuit deze structuur zorgen we voor samenhang en kennisdeling, zodat inwoners in hun eigen omgeving een beroep kunnen doen op de sociale basis.
- We erkennen, waarderen én ondersteunen onze vrijwilligers. Ook onze mantelzorgers gaan we beter ondersteunen.
- We versterken de functie van het dorpshuis en de bibliotheek. Dit worden plekken waar inwoners elkaar kunnen ontmoeten, waar activiteiten plaatsvinden en waar inwoners, vrijwilligers en beroepskrachten samen kunnen werken. Het dorpshuis en de bibliotheek vormen de toegang voor basis- en aanvullende ondersteuning. We vinden het daarom belangrijk om te investeren in de netwerkstructuren.

Wat gaan we daarvoor doen?

- We gaan in gesprek met verenigingen en organisaties die onderdeel zijn van de sociale basis

- We ondersteunen initiatieven vanuit de sociale basis zelf. Denk hierbij aan initiatieven van inwoners, verenigingen en vrijwilligersorganisaties. Het eigenaarschap moet, net als de pas gevormde activiteitenclubjes, bij initiatiefnemers liggen. De Sport- en Preventie coördinator verbindt en jaagt aan.
- We ontwikkelen nieuw vrijwilligersbeleid waarin we nadrukkelijk aandacht besteden aan de ondersteuning van de doelen uit het GALA.
- We onderzoeken regelmatig waar behoefte aan is. Onlangs heeft er een denksessie in het dorpshuis (de Vliestroom) plaats gevonden. Hieruit zijn verschillende activiteitenclubjes geboren. Dit heeft nu al geresulteerd in meer leven in het Dorpshuis en breder activiteiten aanbod dat gedragen wordt door inwoners zelf.
- De gemeente blijft aanjager in het versterken van de dorpshuisfunctie. De verdere uitvoering van het plan van aanpak verwerken we in het uitvoeringsplan “Versterken sociale basis”.

4.4. Gezonde leefstijl

Het vierde doel van het GALA is het stimuleren van een ***gezonde leefstijl***. Onder een gezonde leefstijl valt onder andere een gezond beweeggedrag en het voldoen aan de beweegrichtlijnen (Beweegrichtlijnen - Kenniscentrum Sport en Bewegen) van het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu). In de gemeente Vlieland voldoet 87% van de inwoners aan de beweegrichtlijnen voor matig intensief bewegen, dit blijkt uit de resultaten van de enquête die de GGD gedaan heeft onder inwoners. Echter kampt wel 51% van de inwoners met overgewicht (ofwel een BMI van 25 of hoger). We vinden het belangrijk dat onze inwoners gezond zijn en een goede kwaliteit (ook op latere leeftijd) van leven hebben. Daarom willen we onze inwoners stimuleren om een gezonde leefstijl te ontwikkelen.

Naast leefstijlfactoren als ongezonde voeding en/of te weinig bewegen, staan onderliggende problemen een gezonde leefstijl vaak in de weg. Denk bijvoorbeeld aan psychische en psychosociale factoren als gevolg van schulden of werkloosheid, opleidingsniveau en/of laaggeletterdheid. Voor een duurzame verandering is daarom meer nodig dan alleen ondersteuning gericht op voeding, beweging en slaap. Hiervoor zijn samenwerkingsafspraken tussen professionals uit het zorgdomein (bijv. GLI-aanbieder, jeugdverpleegkundige, huisarts, etcetera) én sociaal domein (medewerkers van het welzijnswerk en schuldhulpverleners) nodig.

Aanpak overgewicht en obesitas is een ketenaanpak zoals beschreven in het integraal zorgakkoord. Dit heeft als gevolg dat de regionale aanpak & samenwerking invloed heeft op de lokale aanpak & samenwerking en vice versa. De ketenaanpak wordt in de komende maanden verder uitgewerkt.

De Sport- en preventiecoördinator en de buurtcoach hebben een belangrijke taak in het ophalen van de behoefte van bewoners, om zo tot een specifiek aanbod te komen.

Niet alleen de buurtcoach en de sport- en preventiecoördinator stimuleren een gezonde levensstijl bij bewoners. Vanuit de sociale basis zijn er diverse andere partijen die hier ook een bijdrage aan leveren. Ook onderwijs, kinderopvang, huisartsen, GGD en de fysiotherapeut stimuleren een gezonde levensstijl bij inwoners.

Doelstelling: Alle jongeren (0-19 jaar) op de Friese Waddeneilanden hebben een gezond gewicht en een gezonde leefstijl.

Hoe gaan we dit doel bereiken?

- Water drinken stimuleren (meer water drinken als alternatief voor gezoete dranken).
- Gezond en bewust eten (meer groente en fruit eten, bewuste veodingskeuzes maken).
- Beweegstimulering (bijvoorbeeld via laagdrempelige toegang tot bewegen en via een link met het Lokaal Sportakkoord).
- Voldoende ontspanning en slaap.
- De JOGG aanpak willen we komende jaren verder versterken en een meer integrale positie in laten nemen in het gezondheidsbeleid.
- We willen een goede communicatie tussen de huisarts, de maatschappelijk werker en de welzijnswerker.

Wat gaan we daarvoor doen?

- We willen vanuit ‘Welzijn op recept’ inzetten op het stimuleren van de gezonde leefstijl bij inwoners.

- De gemeente Vlieland kent twee huisartsen. Huisartsen kunnen bewoners met een ondersteuningsbehoefte doorverwijzen naar maatschappelijk werk De Kaai. We willen investeren in een goede communicatie tussen de huisarts, de maatschappelijk werker en de welzijnswerker. We gaan hiervoor op regelmatige basis een bijeenkomst faciliteren.
- Verder werken we in samenwerking met de gezondheidsbevorderaar van de GGD en onderwijs aan gezonde voeding op school en de kinderopvang.
- Daarnaast starten we in 2024 in samenwerking met het Trimbos Instituut en de andere Friese Waddeneilanden met een plan van aanpak op middelengebruik. Hierin wordt onder meer opgenomen dat we de mogelijkheden om in te stappen bij de aanpak 'Opgroeien in een Kansrijke Omgeving' (OKO) verder verkennen.

4.5. Versterken mentale weerbaarheid en mentale gezondheid



Binnen het vijfde doel, ***het versterken van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid***, worden sport- en cultuuractiviteiten vooral ingezet als middel.

Doelstelling: Gezonde en mentale weerbaarheid van alle inwoners.

Hoe gaan we dit doel bereiken?

- Overbelasting onder mantelzorgers voorkomen.
- Mantelzorgondersteuning uitbreiden.
- Werken aan de bekendheid (en de weg er naartoe) van mantelzorgondersteuning.
- Werken aan de bekendheid van maatschappelijk werk.

Wat gaan we daarvoor doen?

- Mantelzorg is een onmisbaar onderdeel geworden in het organiseren van zorg voor onze ouderen. Het belang om mantelzorgers goed te ondersteunen is dan ook tweeledig. Ten eerste voor de mentale gezondheid van mantelzorgers, maar ook om de gezondheidszorg betaalbaar en haalbaar te houden. Met de overgang van verzorgingsstaat naar participatiemaatschappij, is de druk op mantelzorg toegenomen. Door de grootte van de gemeenschap, het niet altijd voorhanden zijn van zorgpersoneel en de afstand tot het vaste land speelt dit op het eiland nog sterker. Vlieland heeft een mantelzorgnotitie ontwikkeld met de bijbehorende uitvoeringsagenda ([4]). Mogelijke activiteiten om mantelzorgers en mantelzorgvragers te ondersteunen bij een gezonde leefstijl en meer bewegen zien we terug bij de andere thema's.

  Voorbeelden zijn:
  - Bevorderen van de gezamenlijke ontwikkeling en aanpak vroegsignalering.
  - Voorkomen van eenzaamheid.
  - Jongeren en oudere-jongeren activeren om deel te nemen aan laagdrempelig toegankelijke cultuur- en sportactiviteiten.
  - In VAST-verband samen optrekken op specifieke gezondheidsproblemen bij ouderen en willen leren van elkaars succesvolle interventies en deze overnemen waar mogelijk.
  - Ouderen in staat stellen zo lang en zo gezond mogelijk zelfredzaam op het eiland te blijven wonen.
  - In het kader van respijtzorg en tweeledigheid, voor de client indicatieloze voorzieningen creëren waardoor de mantelzorg tijdelijk vrijgesteld kan worden van zorg.

- Mentale weerbaarheid van alle inwoners versterken waarbij we specifiek aandacht voor onze jeugd en jongvolwassenen hebben. Het versterken van de mentale weerbaarheid doen we door de verbinding te leggen met de aanpak middelengebruik in samenwerking met het Trimbos Instituut.

[4] Document Vlieland - 2022-093 Bijlage 1 Beleidsnotitie mantelzorg 2021-2025 Gemeente Vlieland.pdf - iBabs RIS (bestuurlijkeinformatie.nl)

- De mogelijkheid om een jongerenwerker aan te stellen onderzoeken. Een jongerenwerker kan laagdrempelige ondersteuning bieden aan jongeren in hun ontwikkeling naar volwassenheid. De jongerenwerker kan, doordat hij of zij tussen de jongeren staat, signaleren, motiveren en activeren.
- Samen met Sport Fryslan willen we de mogelijkheden onderzoeken van aanbod rond mentale gezondheid gericht op jongeren op Vlieland. Dit varieert van één-op-één-begeleiding, social-mediatraining, collectieven voor jongeren tot laagdrempelige sportactiviteiten.
- Onderwijs speelt een belangrijke rol in het monitoren van jeugd op het gebied van sociaal-emotionele ontwikkeling, welzijn en motivatie. De gemeente houdt een vinger aan de pols en stuurt bij waar nodig.
- Voorkómen van schooluitval. In de periode van 12 tot 23 jaar (jongvolwassenen) leggen jongeren de basis voor hun verdere leven en loopbaan. Het behalen van een startkwalificatie en het voorkómen van schooluitval levert een positieve bijdrage aan de mentale gezondheid van jongeren, wat van belang is omdat juist in deze levensfase veel mentale problemen ontstaan. We onderzoeken samen met de andere Friese Waddeneilanden en het schoolbestuur manieren om schooluitval en vroegtijdig schoolverlaten terug te dringen.
- De jeugdwerker van het gebiedsteam is elke week aanwezig binnen eilandschool De Jutter voor het leveren van maatwerk. De jeugdwerker onderhoudt nauw contact met de huisarts, de welzijnswerker en de maatschappelijk werker.
- Samenwerking zoeken met VO en MBO om de scholen in te zetten als vindplaats en werkplaats voor jonge mantelzorgers.
- We onderzoeken in 2024 de mogelijkheden om te starten met een pilot voor mentale weerbaarheid in samenwerking met het onderwijs.
- We gaan met de jongeren zelf in gesprek om goed te kunnen peilen waar de behoefte ligt die zij hebben. Ook voor de verdere uitwerking van het aanbod gaan we de samenwerking met jongeren vasthouden.
- In 2024 wordt het uitvoeringsprogramma van het Sport- en Beweegbeleid 2022-2027 opgeleverd. Dit programma wordt een belangrijke onderlegger bij het werken aan mentale gezondheid.
- In de activiteitenprogramma's van Sport Fryslan wordt bij elke doelgroep aandacht besteed aan mentale gezondheid.

4.6. Vitaal ouder worden



Het zesde doel waar het GALA zich op richt is ***Vitaal ouder worden***.

Doelstelling: Ouderen op Vlieland kunnen zo vitaal mogelijk deel uitmaken van de gemeenschap.

Hoe gaan we dit doel bereiken?

- We creëren een leefomgeving die ouderen verleidt tot een gezonde leefstijl en het gemakkelijker maakt om anderen te ontmoeten.
- We stimuleren ouderen om een actieve bijdrage te leveren aan de gemeenschap (bijvoorbeeld vrijwilligerswerk of deelname aan activiteiten).
- Het aantal ouderen dat valt terugdringen.

Wat gaan we daarvoor doen?

- We willen een leefomgeving creëren die ouderen verleidt en uitdaagt om te blijven bewegen en te participeren. We willen onderzoeken hoe de dorpshuisfunctie versterkt kan worden om daarmee onder andere eenzaamheid tegen te gaan.
- Veel verschillende organisaties uit welzijn, sport, cultuur, vrijwilligers, levensbeschouwelijk en ondernemers hebben de doelstelling eenzaamheid te voorkomen en te bestrijden vanuit de gedachte dat

iedereen iets kan doen om de eenzaamheid van een ander te doorbreken. De buurtcoach omarmt het thema ‘Eén tegen eenzaamheid’ en heeft hierbij nadrukkelijk alle leeftijdsgroepen in het vizier.

- Deelname aan het actieprogramma en ondertekening van het convenant Eén tegen eenzaamheid.
- Binnen het sport- en beweegaanbod is specifieke aandacht voor passend aanbod voor ouderen.
- Mogelijkheden rond ‘Welzijn op recept’ onderzoeken. Veel mensen komen bij de huisarts met klachten waarvoor geen medische oorzaak is. Vaak spelen zaken zoals stress, angsten en eenzaamheid een rol. Welzijn op Recept is een interventie waarbij zorgverleners uit de eerstelijnszorg mensen met psychosociale problemen kunnen doorverwijzen naar een welzijnscoach. Er zijn al gesprekken met De Kaai (maatschappelijk werk) geweest voor het schetsen van de mogelijkheden vanuit hen. Welzijn op recept is een ketenaanpak zoals beschreven in het integraal zorgakkoord. Dit heeft als gevolg dat de regionale aanpak & samenwerking invloed heeft op de lokale aanpak & samenwerking en vice versa. De ketenaanpak wordt in de komende maanden verder uitgewerkt.
- De buurtcoach start in januari 2024 met een training voor het aanbieden van het programma ‘In Balans’ als Valpreventie. In Balans is één van de drie erkende programma’s van het RIVM. De coach nodigt de doelgroep (65+) uit voor een kennisbijeenkomst en een val-risicotest. Daarna wordt samen met fysiotherapeuten zes weken gewerkt aan het leren vallen en het versterken van de spieren zodat het valrisico wordt verlaagd. Deze interventie wordt erkend door het RIVM. De mogelijkheden voor samenwerking hierin met huisartsen, fysiotherapeut, zorg en buurtcoach wordt in 2023 verder onderzocht.
- Valpreventie is een ketenaanpak zoals beschreven in het integraal zorgakkoord. Dit heeft als gevolg dat de regionale aanpak & samenwerking invloed heeft op de lokale aanpak & samenwerking en vice versa. De ketenaanpak wordt in de komende maanden verder uitgewerkt.
- Door middel van ‘Doortrappen’ (ouderen in beweging op de fiets), wordt gewerkt aan het vitaal ouder worden. Middelen om dit programma uit te kunnen blijven voeren moeten worden gezocht binnen de budgetten van de diverse programma’s.
- De mogelijkheden van de inzet van het programma ‘Powerful Aging’ op Vlieland worden in 2023 onderzocht. In 2024 willen wij dit met de bestaande zorgaanbieders op het eiland realiseren.

5. Leidende principes

Bij de ontwikkeling en uitvoering van huidig en toekomstig lokaal gezondheidsbeleid zijn onderstaande leidende principes bepalend. Deze leidende principes geven richting aan wat we binnen de gemeente Vlieland willen doen om de gezondheid van onze inwoners te bevorderen en hoe we het gezondheidsbeleid gaan uitvoeren.

1. We werken domein overstijgend

Gezondheid en gezondheidsproblemen hebben vaak te maken met meerdere factoren. Willen we iedere inwoner van de gemeente Vlieland de kans geven gezond en vitaal op te groeien, dan is het noodzakelijk om domein overstijgend samen te werken. Onze professionals werken dan ook zowel intern (binnen de gemeente) als extern (met alle ketenpartners) samen om problematiek in samenhang op te pakken. Gezondheid krijgt een prominente plaats in onze omgevingsvisie. Dat betekent dat in alle gemeentelijke domeinen bij beleidsontwikkeling gekeken wordt wat het effect is op de gezondheid van onze inwoners. Denk hierbij aan de inrichting van openbare ruimte, economische activiteiten, veiligheid, wonen, sport en bewegen. We versterken bestaande activiteiten en projecten die al bijdragen aan de GALA doelen.

2. We werken preventief

Gezondere inwoners, dát is wat we willen bereiken. Met kinderen die een goede start maken en daar hun leven lang profijt van hebben. Met actieve volwassenen, die fit hun pensioen in gaan. En met ouderen die veel gezonde levensjaren hebben en zo lang mogelijk meedoen in de samenleving. Dát is de ambitie van het Nationaal Preventieakkoord en ook in de Friese Preventie aanpak (de Friese doorvertaling van het NPA) staat als hoofddoel: gezondere inwoners. Om deze ambitie ook voor Vlieland waar te kunnen maken, zetten we stevig in op preventie. Want voorkomen is beter dan genezen. Dit doen we niet alleen, maar samen met onze ketenpartners om zo de preventieve werking te versterken.

3. We bouwen aan een sterke basisinfrastructuur

We gaan bouwen aan een sterke basisinfrastructuur. Deze sterke basisinfrastructuur bestaat uit sportcentrum Flidunen, de Vliering (jongerenwerk), buurtcoach, bibliotheek, dorpshuis, huisarts, tandarts, zorgcentrum, fysiotherapeut en onderwijs. Om deze sterke basisinfrastructuur heen valt een flexibele schil. Onder de flexibele schil valt incidenteel aanbod. Het uitvoeringsprogramma op het sport- en beweegbeleid vormt het werkdocument voor het bouwen aan de sterke basisinfrastructuur.

4. We benaderen gezondheid vanuit het perspectief van Positieve Gezondheid

In ons gezondheidsbeleid omarmen we het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. Bij gezondheid speelt een zeer breed scala van factoren mee, waarvan niet ziek zijn er slechts één is. Of mensen zich gezond voelen, wordt niet alleen bepaald aan de hand van hun lichamelijke gezondheid; ook aspecten als geestelijke gezondheid, sociale contacten, het kunnen meedoen in de maatschappij, zingeving, het vermogen eigen regie te voeren, de kwaliteit van leven en het dagelijks functioneren spelen daarin een grote rol (ook bekend onder de noemer ‘Positieve Gezondheid). Het gaat er dus om hoe gezond iemand zich voelt in plaats van de focus te hebben op ‘niet ziek zijn’.

5. We leren van en met elkaar

We monitoren ons plan, de doelen en de resultaten. Door de integrale benadering en doordat we intensief samen gaan werken met ons netwerk, ontdekken we wat werkt en wat niet. Er staat al een sterke kerngroep op het gebied van preventie klaar. Volgende stap is de juiste mensen op de juiste plek samenbrengen. De gemeente jaagt aan, monitort en stuurt, indien nodig, bij. Door te monitoren kunnen we sneller schakelen en meebewegen als dat nodig is.

6. Lokale Samenwerking

We behalen onze ambities niet alleen. Dit doen we samen met onze inwoners en onze partners. We gaan met elkaar in gesprek, halen op wat goed gaat en wat beter kan en staan open voor innovatieve ideeën.

In gesprek met alle doelgroepen

We gaan werken met een kernteam dat periodiek bij elkaar komt. Het kernteam zoekt doorlopend de verbinding met inwoners, in het bijzonder met de jongere en oudere doelgroep.
Dit kernteam bestaat zowel uit hulpverleners, sportverenigingen, sportcoaches, buurtcoaches en beleidsambtenaren. Het kernteam onder leiding van de sport- en preventiecoördinator, is verantwoordelijk voor het aanjagen, het zoeken naar verbinding en het bewaken van de voortgang. Hiervoor gebruiken we landelijke monitorinstrumenten en data, waaronder www.waarstaatjegemeente.nl en de GGD-monitor.

Sport

Voor het opstellen van het uitvoeringsprogramma op het sport- en beweegbeleid 2022-2026 gaan we in gesprek met inwoners en partners. Goede communicatie is namelijk belangrijk als het gaat om het bereiken van onze inwoners. We streven er naar om alle doelgroepen te bereiken en niet alleen de ‘usual suspects’. De gesprekken met onze inwoners vinden daarom op laagdrempelige manier plaats. Daar waar nodig organiseren we bijeenkomsten om input op te halen. Het opstellen van het uitvoeringsprogramma op het sport- en beweegbeleid doen we in samenwerking met Sport Fryslan. Zij beschikken over de expertise op het gebied van sport en bewegen.
In 2024 starten we met de herijking van het sportakkoord. Hierbij betrekken we werkgroepen niet alleen in het beginproces, maar ook bij de verdere ontwikkeling, uitvoering en evaluatie.
Belangrijke partners waarmee we samenwerken op het gebied van sport, bewegen en cultuur zijn: Sport Fryslân, JOGG, Flidunen, sportverenigingen, culturele stichtingen en het onderwijs.

Jongeren krijgen een belangrijke stem

In 2019 heeft de gemeenteraad een motie aangenomen waarbij de raad gevraagd heeft om een jaarlijks programma op te zetten met PO De Jutter om jeugd bij de gemeente te betrekken. In het voorjaar van 2022 kreeg de gemeenteraad van de leerlingen van De Jutter de Toekomststoel aangeboden. De toekomststoel is een lege stoel die in iedere vergadering en overleg de toekomst vertegenwoordigt.
Om een vervolg te geven aan deze initiatieven gaan we samen met het onderwijs een jaarlijks terugkerend programma rond lokale democratie voor de jeugd opzetten.

Eiland specifieke situatie

In eerste instantie staan we aan de lat om de gezondheidsachterstanden van onze eigen inwoners terug te dringen. En zullen we ons bij het maken van een plan van aanpak vooral richten op eilanders. We dienen rekening te houden met het feit dat we niet kunnen lenen bij buurgemeenten. We moeten op alle terreinen echt zelfvoorzienend zijn. Dat vraagt bijzondere aandacht en brengt meer kosten met zich mee dan een vergelijkbare gemeente aan de wal.
Verder zijn er per jaar 200.000 toeristen die Vlieland weten te vinden. Inwoners van verschillende gemeenten in Nederland die geheel terecht naar Vlieland komen om ook gebruik te maken van alle gezondheidsvoordelen die het eiland te bieden heeft. Toeristen komen naar Vlieland om te onthaasten, om te wandelen, om te fietsen, te genieten van de natuur en om mee te doen aan het activiteitenaanbod. Op deze manier draagt Vlieland ook bij aan de gezondheid van mensen buiten de eigen gemeente.

7. Domeinoverstijgende inzet vanuit regionale preventiestructuur

7.1. Regionale samenwerking

In Friesland is in 2020 De Friese Preventieaanpak (FPA) ingericht als een netwerkstructuur om samen te werken aan preventie. Al snel is een subsidie uit de Regeling Preventiecoalities van VWS verworven op basis waarvan de FPA verder kon worden opgebouwd. De FPA is de grootste samenwerking op het gebied van preventie in Friesland en vormt daarmee de basis voor de preventie-infrastructuur zoals bedoeld in GALA en IZA. Bestaande preventieprogramma's waar we als Friese gemeenten al op samenwerkten (bijvoorbeeld Nuchter op gewicht, Rookvrije generatie, Nuchtere Fries, Kansrijke start) zijn ondergebracht in coalities en leernetwerken van de FPA. De FPA is de vorm van een preventie-structuur waar we als gemeenten met partners in Friesland samen voor hebben gekozen. Kenmerkend zijn de brede inzet op preventie met aandacht voor achterliggende factoren, de programmalijnen weten, delen en doen en de aandacht voor de levensloop en levensfasen.

De huidige financiering van de FPA eindigt eind 2023. Dit vraagt om herziening op basis van de nieuwe kaders van GALA, IZA en SPUK-regelingen. De intentie is de FPA door te ontwikkelen tot de preventie-infrastructuur voor Friesland, zoals bedoeld in GALA en IZA. De FPA wordt nu al benut voor de regionale kennisdeling op alle thema's van GALA en de bedoeling is dit te continueren en intensiveren vanaf 2024. Onze gemeentelijke bijdrage aan deze netwerkstructuur is onder andere mogelijk op basis van SPUK 15 en de IZA-regeling. Dit wordt op regionale schaal nader uitgewerkt in Q4 van 2023.

7.2. Versterking kennis- en adviesfunctie GGD

Voor de middelen die wij ontvangen voor de 'versterking van de kennis- en adviesfunctie van de GGD' stellen we, in samenwerking met de andere Friese gemeenten, een opdrachtbeschrijving op aan de GGD waarvoor deze middelen voor 2024 en 2025 op in te zetten. GGD Fryslân bereidt een voorstel hiertoe voor op basis van een analyse van de plannen van aanpak van de Friese gemeenten en de handreiking die GGD GHOR Nederland en de VNG hiervoor voorbereiden. Betreffende het budget voor 2023 is besloten dat de GGD 80 % van het budget inzet voor kennis over Vitaal ouder worden/Fitaal Wiis. De reden hiervoor is dat de formatie vanuit de GGD momenteel onvoldoende is om opvolging te geven aan de eerder door de Bestuurscommissie vastgestelde visie 'Vitaliteit in de derde levensfase' terwijl de opgave er juist in het jaar van planvorming voor GALA wél is. Met de extra inzet in 2023 kan de GGD een voorstel schrijven voor structurele borging van Fitaal Wiis in Fryslân.

7.3. Coördinatie regionale aanpak preventie

Het gaat hier om middelen die de gemeenten uit de SPUK ontvangen om deel te kunnen nemen aan de regionale preventiestructuur. De focus moet worden bepaald in overleg met de zorgverzekeraar en de GGD. Voor 2024 en 2025 volgt dit najaar een voorstel hiervoor. Er is een sterke samenhang met de IZA-regeling ('SPUK IZA'), die op dit moment nog niet is gepubliceerd en de doorontwikkeling van de preventieinfrastructuur.

8. Monitoring en bijsturing

We werken met een kernteam dat periodiek bij elkaar komt. Dit kernteam bestaat uit hulpverleners, sportverenigingen, sportcoaches, buurtcoaches, beleidsambtenaren en de wethouder op het gebied van gezondheid. Het kernteam is, onder leiding van de sport- en preventiecoördinator, verantwoordelijk voor de uitvoering van het plan van aanpak en bewaakt de voortgang. Dit doen we onder andere door gebruik te maken van landelijke monitorinstrumenten en data, waaronder www.waarstaatjegemeente.nl en de GGD-monitor.

9. Financiën

Bedragen brede SPUK 2023 - 2026

	Sport, bewegen en cultuur	Uitgaven huidige activiteiten	2023	2024	2025	2026	Totaal
1	Uitvoering lokaal sportakkoord		€ 863	€ 863	€ 863	€ 664	€ 3.253
2	Brede Regeling Combinatiefuncties		€ 5.942	€ 5.942	€ 5.942	€ 5.740	€ 23.566
	Subtotaal Sport, bewegen en cultuur		**€ 6.805**	**€ 6.805**	**€ 6.805**	**€ 6.404**	**€ 26.819**
	Gezondheid en sociale basis						
3	Terugdringen Gezondheidsachterstanden		€ 1.328	€ 1.328	€ 1.328	€ 1.327	€ 5.311
4	Kansrijke start		€ 996	€ 1.062	€ 1.062	€ 1.327	€ 4.447
5	Mentale Gezondheid		€ 465	€ 332	€ 332	€ 0	€ 1.129
6	Aanpak overgewicht en obesitas		€ 1.162	€ 1.162	€ 1.162	€ 0	€ 3.486
7	Valpreventie		€ 3.419	€ 3.154	€ 3.154	€ 3.252	€ 12.979
8	Leefomgeving		€ 664	€ 664	€ 664	€ 0	€ 1.992
9	Opgroeien in een kansrijke omgeving en vroegsignalering Alcoholproblematiek		€ 166	€ 166	€ 166	€ 0	€ 498
10	Versterken sociale basis		€ 2.423	€ 2.390	€ 2.390	€ 1.792	€ 8.995
11	Mantelzorg		€ 664	€ 664	€ 664	€ 597	€ 2.589
12	Eén tegen eenzaamheid		€ 664	€ 664	€ 531	€ 0	€ 1.859
13	Welzijn op recept		€ 365	€ 631	€ 763	€ 896	€ 2.655
	Subtotaal Gezondheid en sociale basis		**€ 12.316**	**€ 12.217**	**€ 12.216**	**€ 9.191**	**€ 45.940**
	Ondersteunende onderdelen						
14	Versterking Kennis en Adviesfunctie GGD		€ 166	€ 166	€ 166	€ 0	€ 498
15	Coördinatie kosten regionale aanpak preventie		€ 591	€ 485	€ 485	€ 0	€ 1.561
	Subtotaal ondersteunende onderdelen		**€ 757**	**€ 651**	**€ 651**	**€ 0**	**€ 2.059**
	Totaal beschikbaar		**€ 19.878**	**€ 19.673**	**€ 19.672**	**€ 15.595**	**€ 74.818**