

gemeente
Buren



Voor een gezond en vitaal Buren
Lokaal preventieakkoord
gemeente Buren



Inhoud

Inhoud	3
Gezondheid voor iedereen	5
1. Inleiding	6
2. Totstandkoming lokale Preventieakkoord (proces)	10
3. Wat zien we	12
4. Wat doen we al	14
5. Wat gaan we doen	17
6. Collectieve afspraken	22
7. Wie doen mee?	22
8. Uitvoering	23
9. Evaluatie en monitoring	24
Bijlagen	
Bijlage 1: Gezondheidssituatie in Buren op de 4 leefstijlthema's van het lokaal Preventieakkoord	25
Bijlage 2: Dimensies van Positieve Gezondheid	31



GEZONDHEID VOOR IEDEREEN

We willen graag dat de inwoners van Buren gezond zijn en zich gezond voelen. En dat geldt voor iedereen. We willen dat de Burense kinderen een goede start maken, dat volwassenen fit en vitaal blijven en dat ouderen zoveel mogelijk gezonde levensjaren hebben. Iedereen moet optimaal kunnen meedoen in de samenleving. Dat lukt het best als je voorkomt dat je gezondheid achteruit gaat, want voorkomen is beter dan genezen. Daarom geloven wij in Buren in de kracht van preventie. Met dit lokale Preventieakkoord gaan we hieraan een impuls geven.

Het lokale Preventieakkoord is een prachtige aanvulling op ons lokale Sport- en beweegakkoord. Hierin werken veel (vrijwillige) organisaties samen aan doelen over bewegen, leefstijl en sportief meedoen. En dat sluit goed aan bij onze missie en visie op het sociaal domein en het integrale beleidsplan 2022-2026 dat we gaan ontwikkelen.

Samen met maatschappelijke partners willen we gezond gedrag stimuleren, ondersteunen en makkelijk maken. De uitdagingen daarbij zijn groot. Zeker in de periode waarin we ons nu bevinden, waarin het coronavirus een sterke wissel trekt op de samenleving. Het is van groot belang dat we juist nu oog hebben voor gezondheid en welzijn, leefstijl en ons mentaal welbevinden. Met extra aandacht, ondersteuning en samenwerking kunnen we gezondheidsrisico's verkleinen en ziektes voorkomen of uitstellen. We willen het maken van een gezonde keuze makkelijker maken door mensen bewuster te maken van ongezonde gewoontes en ze betere alternatieven aan te bieden. Zo willen we een gezonde leefstijl stimuleren.

Wij hebben het akkoord samen met een aantal organisaties opgesteld. Zij zijn bereid om de ambities en doelen in dit akkoord te ondersteunen en met andere organisaties, professionals en vrijwilligers te werken aan de vitaliteit en gezondheid van onze inwoners.

Ik ben trots op dit resultaat.

Iedereen gezond en vitaal, dat is mijn wens!

Niko Wiendels, wethouder
Juni 2021

1. Inleiding

In november 2018 is op initiatief van staatsecretaris Paul Blokhuis van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, het Nationaal Preventieakkoord (NPA) tot stand gekomen. Het NPA heeft als doel de Nederlandse bevolking gezonder te maken door een gezonde leefstijl te stimuleren.

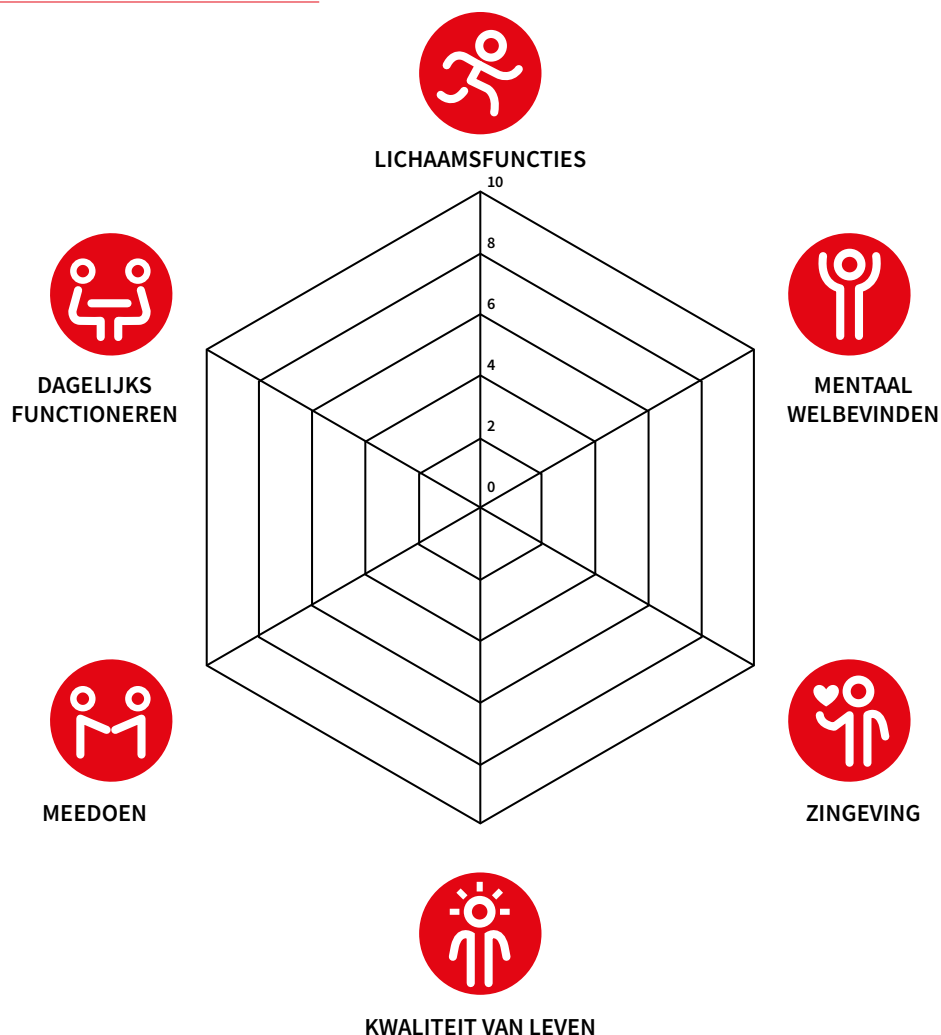
Gezondheid: een breed perspectief

Gezondheid wordt bepaald door een combinatie van lichaam en geest. Daarnaast beïnvloeden individuele kenmerken, gedrag, maar ook de sociale en fysieke omgeving de gezondheid van inwoners. Buren kiest voor een brede blik op gezondheid, zoals in het model van Positieve Gezondheid is weergegeven.

Zie voor de dimensies van Positieve Gezondheid bijlage 2.

Door uit te gaan van Positieve Gezondheid verschuift de focus van aandoeningen en wat niet meer lukt naar wat iemand nog wel kan. Met dit model leren we verder te kijken dan alleen de fysieke gesteldheid. Ook zaken zoals het mentaal welbevinden en zingeving zijn onderdeel. Door dit model te omarmen kan je een brug slaan tussen zorg, welzijn en andere domeinen. Gezondheid is een gezamenlijke verantwoordelijkheid van iedereen geworden. Van gemeente, partners en inwoners.

Model voor positieve gezondheid





Inzetten op een gezondere levensstijl

Waarom inzetten op een gezonde leefstijl?

Het aantal mensen dat een chronische ziekte of een mentaal probleem heeft, neemt toe. Landelijke cijfers laten zien dat 50 procent van de Nederlandse bevolking boven de 18 jaar overgewicht heeft. 23 procent rookt en 18 % drinkt overmatig of zwaar. Deze ongezonde gewoonten kosten jaarlijks 35.000 doden en 9 miljard aan zorgkosten. Als we niks doen, heeft over 20 jaar 62 procent van de mensen overgewicht, waaronder ook één derde van de jongeren. Het aantal rokers en overmatige drinkers is de afgelopen decennia weliswaar gedaald, maar deze daling stagneert. Bij jongeren zien we het fenomeen dat zij grote hoeveelheden alcohol in één keer drinken ('bingen'). Ook bij vijftigplussers zien we meer overmatig drinken.

De gezondheidsverschillen tussen bevolkingsgroepen zijn groot. Mensen met een lage opleiding en laag inkomen hebben vaker te maken met een slechte gezondheid. Ze roken meer, hebben vaker overgewicht,

bewegen te weinig en eten ongezonder. Ook zien we bij deze groep meer stress en mentale problemen. Met aandacht voor Positieve Gezondheid, preventie en een gezonde leefstijl kunnen we de gezondheidsrisico's juist bij deze groepen verkleinen en ziektes voorkomen of uitstellen. Mensen die veel bewegen, voldoende ontspannen en gezond eten, zitten meestal lekker in hun vel, presteren beter en zijn langer vitaal.

Lokaal Preventieakkoord Buren

In navolging van het NPA is dit lokale Preventieakkoord opgesteld voor de periode 2021-2023. Doel is een beweging op gang brengen waar organisaties, professionals en vrijwilligers (meer) samenwerken aan gezonde inwoners en het stimuleren van een gezonde omgeving. We trekken gezamenlijk op en zetten in op de verschillende leefstijlthema's van dit Preventieakkoord: roken, alcohol, overgewicht (gezond gewicht) en mentale gezondheid. We willen daarmee bijdragen aan een betere gezondheidssituatie van inwoners.

Kansen voor verbinding

In de gemeente Buren is in 2020 een lokaal Sport- en beweegakkoord afgesloten. Dit lokale Preventieakkoord heeft daarmee veel raakvlakken. Er is een duidelijke verbinding tussen sport en bewegen en een gezonde leefstijl. Denk aan rookvrije sportcomplexen en speelterreinen of de gezonde sportkantine waarin gezond eten en drinken prominent in beeld staat. Andere voorbeelden zijn geen alcohol schenken op tijden dat de jeugd traint/ speelt en het inzetten van (regionale) sporttalenten als rolmodel om een gezonde leefstijl te promoten. Sport en bewegen kunnen ingezet worden om overgewicht tegen te gaan. Er liggen hier volop kansen voor verbinding en versterking.

In het beleidsdocument “Kansen pakken” verwoordt de gemeente de missie en visie op het sociaal domein. Centraal staat ‘Iedereen doet mee’, ongeacht leeftijd, afkomst, beperking of inkomen. Pijlers zijn ‘een sterk netwerk’, ‘gezonde leefstijl’ en ‘een zinvolle dagbesteding’. Dit biedt een mooie basis voor preventie.

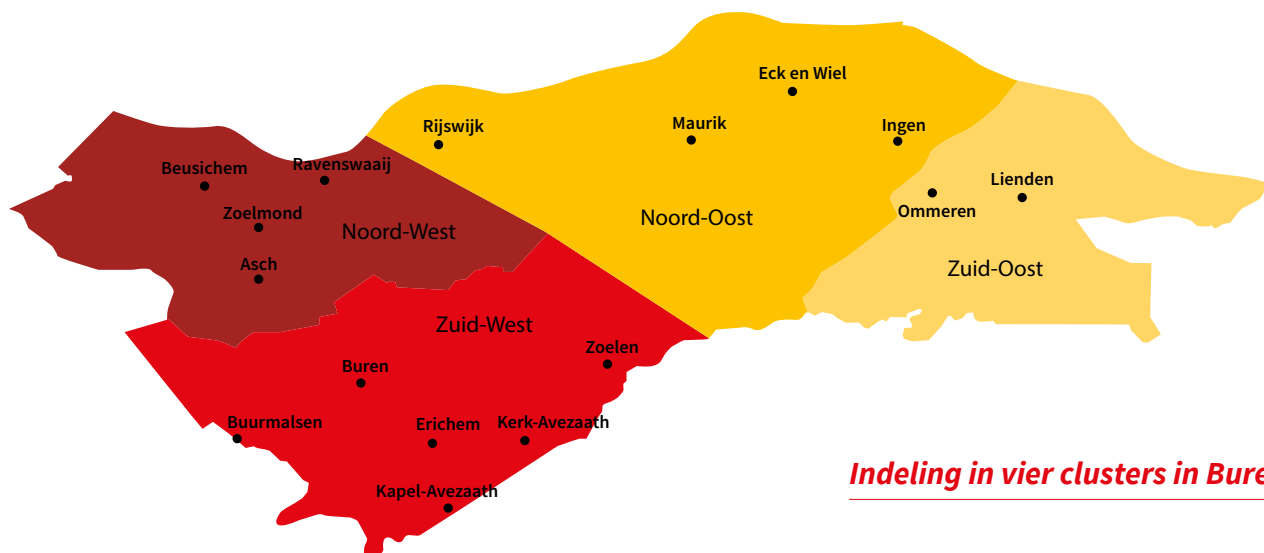
In het sociaal domein wordt clustergericht gewerkt. Zorg wordt zo dichtbij mogelijk georganiseerd en

sluit aan bij wat er speelt in de verschillende kernen. Maatschappelijke partners volgen door middel van structurele overleggen de ontwikkelingen in de kernen. Deze nieuwe samenwerkingsstructuur biedt ook nieuwe kansen voor het samenwerken op preventie.

Begin 2021 is door de GGD Gelderland-Zuid de gezondheidssituatie op verschillende gezondheids-thema's in de vier gemeentelijke clusters (Noordoost, Zuidoost, Noordwest en Zuidwest) in kaart gebracht. Cijfers geven inzicht in wat er speelt en bieden onderbouwing voor de keuzes voor preventie. Door samen met de maatschappelijke partners hiernaar te kijken, ontstaat er meer gezamenlijk draagvlak voor preventie en samenwerking.

Vitaliteit centraal

Door dit lokale Preventieakkoord te ondertekenen, geven organisaties aan dat zij actief willen samenwerken aan gezondere en vitale inwoners in Buren. Zij onderschrijven de ambitie van de gemeente om te streven naar een vitale Burense samenleving, waarbij inwoners de wil en het vermogen hebben om op een positieve manier hun leven zelf in te richten. Nieuwe partijen kunnen in de toekomst uiteraard aansluiten om een bijdrage te leveren.



Indeling in vier clusters in Buren



2. Totstandkoming lokale preventieakkoord (proces)

In december 2020 is gestart met de voorbereidingen voor dit lokale Preventieakkoord. Er is een praatplaat over de voordelen en kansen van een preventieakkoord gemaakt en besproken. Hierin werden ook de verbindingen uitgelegd die we kunnen leggen met bestaand beleid en programma's. Er is aan GGD Gelderland-Zuid de opdracht gegeven de ontwikkeling van het lokale Preventieakkoord te begeleiden. Vanuit de VNG is in januari/februari via webinars ondersteuning op het ontwikkelproces geboden.

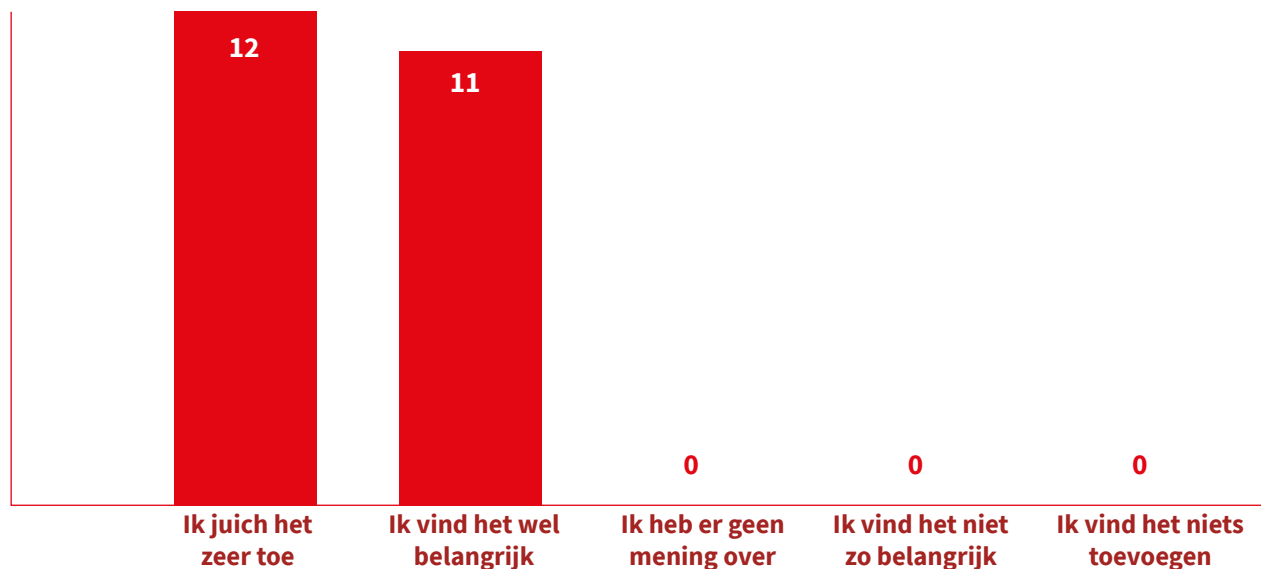
Met de partijen die dit lokale Preventieakkoord hebben ondertekend (zie hoofdstuk 7), zijn interviews gehouden om zicht te krijgen op wat er al is, waar behoefte ligt en wat ambities zijn. In het trendoverleg van 16 maart 2021 zijn vele partijen (zorg, welzijn, onderwijs, veiligheid, gemeente) op de hoogte gebracht van de kansen die dit lokale Preventieakkoord met zich meebrengt. Er heeft een uitwisseling plaatsgevonden over onderliggende cijfers en mogelijkheden voor samenwerking op preventie.

De in dit lokale Preventieakkoord genoemde ambities zijn in een aantal feedbackrondes en met verschillende samenwerkingspartners getoetst.

De adviesraad sociaal domein (en de jongerenraad) heeft meegelezen bij de totstandkoming van dit lokale Preventieakkoord.

Tot slot is het lokale Preventieakkoord besproken in het College van B&W op 20 april 2021 en geaccordeerd.

Wat vind je van de ontwikkeling van het lokale preventieakkoord





3. Wat zien we?

We hebben als samenwerkingspartijen veel kennis over de gezondheidssituatie in Buren en wat aandacht verdient. Cijfers vanuit monitors en onderzoek en signalen helpen ons om inzicht te krijgen bij welke doelgroepen en in welke gebieden/clusters problemen zich in meer of mindere mate voordoen. Gezondheidsproblemen staan vaak niet op zichzelf, maar maken vaak onderdeel uit van bredere problematiek (denk aan schulden, armoede, werkloosheid etc.). Belangrijk besef is dat we deze gezondheidsvraagstukken niet alleen vanuit de zorg kunnen oplossen. De oplossing vraagt commitment en inzet van allerlei andere (maatschappelijke) organisaties en bedrijven.

Gezondheidsverschillen

Het is belangrijk je ervan bewust te zijn dat er verschillen in de gezondheidssituatie zijn binnen de gemeente. Een kern als Maurik (gebied Noordoost) kent bijvoorbeeld meer rokers en meer overgewicht, en dit speelt bij zowel jeugd als volwassenen. De kernen in de gebieden Zuidoost (Buren e.o.) en Zuidwest (Lienden e.o.) hebben te maken met meer problemen in de mentale gezondheid bij jonge kinderen. In het gebied Noordoost wordt minder groente gegeten. En in het gebied Noordwest (Beusichem e.o.) drinken ouderen meer alcohol dan in de andere kernen.

Er zijn gebieden waar sprake is van een lagere economische status en waar minder budget en ongezond leven een hoge tol eisen in de vorm van een lagere levensverwachting, meer ziekte en minder veiligheid. Laag opgeleide mensen met weinig inkomen leven gemiddeld zeven jaar korter dan mensen met hogere opleidingen en betere welstand. Maar het gat tussen te verwachten gezonde levensjaren is nog veel groter: negentien jaar. De uitdaging is om in de meest kwetsbare gebieden in Buren het gezondheidspotentieel te vergroten, zodat een tweedeling niet verder wordt vergroot. Het is derhalve belangrijk om rekening te houden met deze verschillen en bij het organiseren van nieuwe activiteiten en projecten je telkens af te vragen voor wie dit geldt en wie hier het meeste baat bij heeft.

Impact Corona pandemie

Door de corona pandemie, die vanaf maart 2020 in ons land gaande is, is zichtbaarder wat er niet goed

gaat. Knelpunten worden duidelijker. In een toekomst verkenning van het RIVM over kansen voor beleid en maatschappij (toekomstverkenning “Verder kijken dan corona, over de toekomst van onze gezondheid”), zijn enkele inzichten beschreven:

- » Angst, somberheid en eenzaamheid nemen toe bij bijna iedereen, en voor jongeren en jongvolwassenen in het bijzonder.
- » Rokers zijn gemiddeld meer gaan roken en het aantal mensen met overgewicht stijgt.
- » Zorg en ondersteuning voor zelfstandige thuiswonende ouderen is lastiger. Dit kan hun eenzaamheid nog verder vergroten.
- » De duidelijke en hardnekkige verschillen in gezondheid tussen bevolkingsgroepen worden versterkt en nog zichtbaarder. De crisis lijkt harder toe te slaan bij lager opgeleiden.
- » De generatiekloof is groter sinds de coronacrisis. De verwijdering tussen mensen in verschillende leeftijdsgroepen en levensfasen kunnen de solidariteit verder onder druk zetten.

Samen met het rapport van Movisie ‘Hoopvol en kwetsbaar, omzien naar elkaar in tijden van corona (2021)’, zegt dit veel. In dat rapport wordt gewezen op de impact van corona op de sociale basis, cohesie en kwaliteit van het dagelijks leven. Tevens wordt gewezen op de toenemende druk op het sociaal domein die is ontstaan vanwege de pandemie, doordat verschillen in de samenleving groter worden en er nieuwe kwetsbare groepen ontstaan.

Hoogste tijd om als maatschappelijke partijen de handen in een slaan voor preventie. Met aandacht voor Positieve Gezondheid, preventie en een gezonde leefstijl kunnen we de gezondheidsrisico's verkleinen en ziektes voorkomen of uitstellen.

De relevante thema's in Buren

In het Nationale Preventie Akkoord (NPA) kiest de overheid voor een aanpak op drie onderwerpen: roken, problematisch alcoholgebruik en overgewicht. Dit zijn belangrijke oorzaken van ziektelast in Nederland, met 35.000 doden en 9 miljard euro aan zorguitgaven per jaar. Deze thema's worden gezien als een direct aangrijpingspunt om gezondheidswinst te behalen. Omdat deze leefstijlthema's vaker voorkomen bij mensen met een structureel laag inkomen, een lage opleiding of in kwetsbare situaties, besteden we aan deze doelgroep specifieke aandacht.

Naast de drie genoemde thema's wijzen we hier ook op de invloed van chronische stress op gezondheid. Dit is stress die langdurig aanhoudt, bijvoorbeeld door eenzaamheid, niet meedoen aan de maatschappij, armoede of een onveilige leefomgeving. Het leidt tot afname van het mentale vermogen en lichamelijke gezondheid. Het geldt voor iedereen die met langdurige stress te maken krijgt. Het voorkomen van langdurige stress is een belangrijke voorwaarde om gezondheidsachterstanden terug te dringen.

We kiezen ervoor alle drie de thema's uit het NPA op te nemen: roken, alcohol en overgewicht (of liever: gezond gewicht). Daarnaast zijn we van mening dat, mede gezien de huidige tijd en de invloed van stress op gezondheid, we moeten inzetten op de mentale gezondheid. Dit is als vierde thema hieraan toegevoegd.

We zetten met dit lokale Preventieakkoord in op:

- Een rookvrij Buren
- Gezond eten en bewegen
- Het tegengaan van (overmatig) alcoholgebruik
- Lekker in je vel: inzet op vergroten weerbaarheid, stressreductie en voorkomen eenzaamheid

In bijlage 1 zijn met betrekking tot deze thema's, relevante indicatoren en cijfers opgenomen over de gezondheidssituatie in de vier clusters in Buren (inclusief een vergelijking met cijfers over de gehele

gemeente en cijfers in de regio Gelderland-Zuid). Op deze wijze hebben we zicht op de clusters waar de meeste gezondheidswinst te behalen is.



**Gezond eten
en bewegen**

4. Wat doen we al

Er zijn al veel activiteiten en programma's in Buren die bijdragen aan vitaliteit en een betere gezondheid. Zowel voor kinderen, jongeren als volwassenen en ouderen. Verschillende organisaties werken samen in preventieve activiteiten, gericht op een specifiek leefstijlthema of juist meer integraal en thema-overstijgend. Er zijn daarnaast diverse ondersteunende activiteiten die vanuit de brede visie op gezondheid, bijdragen aan het verbeteren van de voorwaarden voor een goede gezondheid en uitgaan van de verschillende aspecten van positieve gezondheid. Daarbij moet je denken aan maatjesprojecten en vrijwilligersondersteuning (mentale ondersteuning bijvoorbeeld bij eenzaamheid), ondersteuning bij administratie en financiële problemen, taalondersteuning en preventieve huisbezoeken bij ouderen (vroegsignalering en bespreekbaar maken van vragen en problemen). De welzijnsorganisaties Welzijn Rivierstroom en Mozaïek Welzijn hebben hierin een belangrijke ondersteunende rol. Er zijn door de gemeente stadscontactpersonen aangesteld om inwoners in de dorpen te bereiken en ondersteuning te bieden in de verbinding van vraag en aanbod.

Het volgende overzicht laat zien op welke wijzen de laatste jaren op de vier thema's is ingezet. (overigens zonder hierin compleet te willen zijn).

ROKEN

Betrokken organisaties:
Mozaïek Welzijn/jongerenwerk,
sportverenigingen, Healthclub
Juliën, Basisonderwijs, IrisZorg,
Praktijkondersteuners (POH)/
huisartsen, Burense Sport
Coöperatie, GGD en gemeente

- » Rookvrij maken van schoolterreinen (inmiddels ook wettelijk verplicht)
- » Met 7 voetbalverenigingen liggen er afspraken over rookvrije terreinen
- » Fresh Air Walks voor rokers en niet-rokers tijdens de campagne Stoptober (Stoppen met roken in oktober)
- » Stoppen met Roken aanbod ingezet via Healthclub Juliën
- » Regionale inspiratiesessie Rookvrije generatie
- » Uitvoering van de campagne Stoptober (o.a. jongerenwerkers delen gadgets uit, in 2020 pakjes kauwgum)
- » Gesprekskaarten voor handhavers



Stoppen met Roken

ALCOHOL

Betrokken organisaties:

**IrisZorg, Helder theater,
Basisonderwijs, sportverenigingen,
Mozaïek Welzijn/jongerenwerk,
GGD en gemeente**

- » Aandacht voor (het voorkomen van) alcoholgebruik of risicovol gebruik met diverse campagnes zoals 'Zien drinken, doet drinken', NIX18, Ik Pas, Dry January, BOB (publiekscampagnes vanuit de landelijke overheid); aanwezig op evenementen met aandacht voor BOB en NIX18.
- » Interactief (online) theater voor ouders (samenwerking tussen Iriszorg, GGD en Helder Theater)
- » 'Alcohol Nee contract' voor groep 8 Basisonderwijs + opvoedingsondersteuning voor ouders d.m.v. gesprekstips
- » Ouderavonden (online) Pubers van NIX18; over in gesprek gaan met je puber en NIX18.
- » Instructie Verantwoord Alcoholschenken (IVA) trainingen bij sportclubs
- » Trainen van (zorg) professionals op het gebied van signaleren, begeleiden en middelenkennis (Iriszorg). Onder andere bij consultatiebureaus en sociale wijkteams.
- » Geïndiceerde preventie; kortdurende trajecten voor inwoners van de gemeente Buren om bewustwording te stimuleren en de aanpak van risicovol gebruik van alcohol, gebruikmakend van motiverende technieken en bewezen effectieve interventies; Moti-4 (*Moti-4 richt zich op jongeren van 14-24 jaar die beginnend problematisch bezig zijn met middelengebruik, gokken of gamen of al verslaafd zijn. In vier individuele gesprekken van één uur wordt getracht het problematische gedrag terug te dringen*) en Moti-55 (*Moti-55 is een individueel gesprekkentraject voor personen vanaf 55 jaar die kritisch willen kijken naar hun eigen alcoholgebruik of daarmee willen minderen*).
- » Straathoekwerk en jongerenwerk; aanwezig in de kernen om in gesprek te gaan met jongeren over (risicovol) alcohol gebruik.
- » Helder op school (HoS) aanbod in aangrenzende gemeentes maar ter bediening van ook Burense jeugd (HoS: Helder op School is een integrale aanpak om leerlingen bewust te maken van de gevolgen en hen te stimuleren niet te roken of drinken, geen drugs te gebruiken en niet te veel te gamen)
- » CRAFT training: training voor naasten van inwoners die middelen gebruiken (*craft: 'community reinforcement and family training'*)



GEZOND GEWICHT

Betrokken organisaties:
Healthclub Juliën, buurt-
sportcoaches, diëtistenpraktijk
Eetstijl, Vitas fysiotherapie,
betrokkenen bij het Sport-
en beweegakkoord, Welzijn
Rivierstroom, Mozaïek Welzijn/
jongerenwerk, Basisonderwijs,
GGD en gemeente

- » Gezin in Fit (leefstijlinterventie op maat) (multidisciplinaire samenwerking)
- » Aanbieden van QR wandelmogelijkheid in diverse kernen (wandelen en beweegactiviteiten met QR-codes)
- » Vele beweegactiviteiten door buurtsportcoaches en Healthclub Juliën op het terrein van bewegen en gezonde voeding
- » Gecombineerde Leefstijl Interventie 'Cool' voor volwassenen door Healthclub Juliën
- » Activiteiten vanuit het Sport-en beweegakkoord, waarbij vele sportverenigingen, (maatschappelijke) organisaties en professionals zijn aangehaakt
- » Er is in samenwerking met de GGD recent een aanvraag gehonoreerd voor de periode 2021-2025 door ZonMW (Gemeenten Samen Gezond; Versterken van de aanpak van overgewicht en de preventie infrastructuur in NederBetuwe, Buren, Druten, Wijchen en Beuningen)
- » Ondersteuning volgens De Gezonde School vanuit de GGD waarbij aandacht voor onder andere gezonde leefstijl (bewegen, voeding, water drinken, schoolfruit) en mentaal welbevinden in het basisonderwijs.
- » Meer bewegen voor ouderen
- » Beweegactiviteiten jongerenwerk

MENTALE GEZONDHEID

Betrokken organisaties:
Pro Persona Connect (preventie),
IrisZorg, Welzijn Rivierstroom,
Mozaïek Welzijn/jongerenwerk,
basisonderwijs, GGD en gemeente

- » Verschillende webinars (omgaan met stress, omgaan met eenzaamheid)
- » Omgaan met rouw, training voor vrijwilligers
- » Ondersteuningsaanbod mantelzorgers ggz (samen met Welzijn Rivierstroom)
- » Versterken van mentale weerbaarheid op regionaal niveau voor specifieke kinderen en jongeren (KOPP/KOV trainingen (KOPP/KOV (voorheen KOPP/KVO) staat voor Kinderen van Ouders met Psychische Problemen (KOPP) en Kinderen van Ouders met een Verslaving (KOV)), Brussen-groep (Brussen: zijn de broers en zussen van een kind dat chronisch ziek is of veel zorg nodig heeft), Plezier op School)
- » 'De kracht van dankbaarheid' voor mensen met spanningsklachten
- » Aandacht voor thema welbevinden in De Gezonde School
- » Aansluiten bij de landelijke campagne 'Een tegen eenzaamheid'
- » Cursus Voluit Leven
- » Coaching van jongeren

5. Wat gaan we doen

We willen graag dat alle mensen in Buren gezond en gelukkig door het leven gaan. Bovendien willen we dat gezondheidsverschillen kleiner worden. Dat klinkt eenvoudig, maar dat is het niet: een gezonde leefstijl is voor de één makkelijker te realiseren dan voor de ander. En daarom denken wij dat het belangrijk is om aandacht te hebben voor die leefstijl en de daarmee samenhangende factoren; om Burense inwoners te helpen met het maken van gezonde keuzes.

Voor wie?

We richten ons op alle inwoners van alle leeftijden. Echter bij mensen in kwetsbare sociaaleconomische situaties zijn de gezondheidsverschillen het grootst. Voor hen is dus de meeste 'gezondheidswinst' te behalen. We willen met onze inzet specifiek aandacht besteden aan deze groepen en hen bereiken.

Samenwerken met inwoners

Samen werken met de mensen om wie het gaat is een van de succesfactoren om tot een effectieve aanpak voor gezondheidsverschillen te komen. We doen dit in een zo vroeg mogelijk stadium zodat behoeften en drijfveren worden geïdentificeerd en geprioriteerd. Zo wordt beter aangesloten bij de beleavingswereld, sociale normen, dagelijkse zorgen en de leefsituatie.

Wij betrekken inwoners

- » bij het (laagdrempelig) organiseren van preventieve activiteiten. Uitgangspunt daarbij is aansluiten bij de leefwereld, bij de verschillen tussen mensen en groepen en bij de mogelijke eigen bijdrage van de bereikte inwoner of inwonersgroepen. We maken de activiteiten en de intensiteit van de inzet passend voor de situatie (maatwerk)
- » door middel van een brede participatieactiviteit in de vorm van bijvoorbeeld een dorpenchallenge.
- » bij het creëren van meer draagvlak voor een andere kijk op gezond gedrag en leefstijl op basis van de principes van positieve gezondheid door middel van de methodiek van 'de dorp dokters'
- » via bestaande structuren in de gemeente, zoals de participatieraad, jongerenraad, stadcontactpersonen (door gemeente aangestelde contactpersonen in de kernen) en via de netwerken van de kernambtenaren.

Integrale benadering

Ook al is de focus van dit lokale Preventieakkoord gericht op vier afzonderlijke thema's die voor iedereen relevant zijn, de aandacht voor het terugdringen van gezondheidsverschillen zien we als een belangrijke voorwaarde voor resultaat. De sleutel naar het positief beïnvloeden van gezondheid ligt namelijk niet alleen in het volksgezondheidsdomein maar ook in andere beleidsdomeinen, zoals armoede, onderwijs, huisvesting, werk en inkomen en ruimtelijke ordening. We zetten daarom in onze activiteiten zoveel mogelijk in op een bredere aanpak. We benaderen gezondheid en gezond gedrag in samenhang met factoren die hierop van invloed zijn, zoals leefsituatie, armoede, schulden en participatie in brede zin. Het behalen van gezondheidswinst vraagt zodoende een gezamenlijke inspanning van iedereen: gemeente, organisaties en inwoners!

Onze doelen

We stellen de volgende doelen, op kortere maar ook op de lange termijn (zie voor de genoemde percentages in de tabellen en toelichting, bijlage 1):

2021 (HUIDIGE SITUATIE)	EEN ROOKVRIJ BUREN	GEZOND ETEN EN BEWEGEN	TEGENGAAN VAN (OVERMATIG) ALCOHOLGEBRUIK	LEKKER IN JE VEL
	- 96% van de jeugd (13-16 jaar) rookt niet. - 69% van de volwassenen (19-64 jaar) rookt niet. - 89% van de ouderen (65+) rookt niet. - 89% van de moeders rookt niet tijdens de zwangerschap.	Gewicht: - 84% van de kinderen (4-12 jaar) heeft geen overgewicht. - 84% van de jeugd (13-16 jaar) heeft geen overgewicht. - 51% van de volwassenen (19-64 jaar) heeft geen overgewicht. - 40% van de ouderen (65+) heeft geen overgewicht. Bewegen: - 85% van de kinderen beweegt minimaal 1 uur per dag - 21% van de jeugd (13-16 jaar) beweegt minimaal 1 uur per dag. - 74% van de volwassenen (19-64 jaar) beweegt voldoende - 75% van de ouderen (65+) beweegt voldoende <i>NB. vwb bewegen zijn de percentages gebaseerd op de 'oude' norm NNGB en de Fitnorm; Vanaf 2017 geldt een nieuwe beweegrichtlijn voor kinderen en volwassenen/ouderen. De percentages zijn bij deze norm voor de gemeente Buren ongunstiger. Zie de toelichting in bijlage 1.</i>	- 44% van de kinderen (4-12 jaar) mag geen slokje alcohol proberen van de ouders. - 66% van de jongeren (13-16 jaar) heeft geen alcohol gedronken. - 41% van de volwassenen (19-64 jaar) drinkt niet meer dan 1 glas per dag. - 49% van de ouderen (65+) drinkt niet meer dan 1 glas per dag.	- 87% van de kinderen (4-12 jaar) heeft geen verhoogd risico op psychosociale problemen - 92% van de kinderen (4-12 jaar) leeft niet in thuissituatie met spanningen door geldgebrek - 87% van de jongeren (13-16 jaar) voelt zich gelukkig - 87% van de jongeren (13-16 jaar) voelt zich weerbaar - 57% van de jongeren (13-16 jaar) voelt zich nooit gestrest - 93% van de volwassenen (19-64 jaar) heeft geen tot weinig risico op angststoornis en depressie - 87% van de ouderen (65+) heeft voldoende eigen regie op het leven

2025	In 2025 zien we bij een aantal indicatoren een dalende trend in de gezondheidsverschillen tussen diverse kernen. Er zijn afspraken gemaakt over te bereiken resultaten van het terugdringen van gezondheidsverschillen.			
2030	IN 2030 ZIJN DE GEZONDHEIDSVERSCHILLEN IN DE DIVERSE KERNEN AFGENOMEN MET 25%			
	EEN ROOKVRIJ BUREN In 2030 hebben we in Buren een rookvrije generatie! - 100% van de jongeren rookt niet. Het aantal volwassen en ouderen dat niet rookt is met 50% gestegen. - 100% van de moeders rookt niet tijdens de zwangerschap	GEZOND ETEN EN BEWEGEN Gewicht: - In 2030 heeft 90% van de kinderen geen overgewicht - 90% van de jeugd heeft geen overgewicht - 60% van de volwassenen heeft geen overgewicht. - 45% van de ouderen heeft geen overgewicht Bewegen: - 90 % van de kinderen beweegt minimaal 1 uur per dag - 35% van de jeugd beweegt minimaal 1 uur per dag Gemeten volgens de nieuwe beweegrichtlijnen: Er is een toename van minimaal 10% van het aantal kinderen, jeugd, volwassenen en ouderen dat voldoet aan de nieuwe beweegrichtlijn. (in vergelijking met monitorgegevens vanaf 2020/2021)	TEGENGAAN VAN (OVERMATIG) ALCOHOLGEBRUIK - In 2030 heeft 100% van de kinderen 4-12 jaar en van de jeugd 13-16 jaar nog nooit alcohol gedronken. - Volwassenen en ouderen doen dit met mate: minimaal 75% drinkt niet meer dan 1 glas per dag/7 glazen er week	LEKKER IN JE VEL - In 2030 heeft 95% van de kinderen geen verhoogd risico op psychosociale problematiek. - 95% van de jongeren voelt zich gelukkig en 75% voelt zich nooit gestrest. - 96% van de volwassenen (19-64 jaar) heeft geen tot weinig risico op angststoornis en depressie - 90% van de ouderen (65+) heeft voldoende eigen regie op het leven

Onze inzet

We hebben met elkaar de volgende kleine en grote, eenvoudige en meer complexe afspraken en activiteiten geformuleerd om onze doelen te bereiken. Deze doelen werken we gezamenlijk verder uit in een uitvoeringsplan.

ROKEN

- *We werken samen toe naar een rookvrije generatie in 2030.*
- *In 2023 liggen er concrete afspraken met 90% van de sportverenigingen in Buren over rookvrije sportomgeving*
- *In 2025 zijn alle kinderopvanglocaties, alle schoolterreinen en de terreinen/accommodaties van de sportverenigingen rookvrij.*
- *We focussen zowel op een rookvrije omgeving voor kinderen en jongeren als op ondersteuningsmogelijkheden om te stoppen met roken.*
- *We willen het roken tijdens de zwangerschap naar 0% terugdringen. We besteden daaraan expliciet aandacht in het programma Kansrijke Start en bieden ondersteuning op Stoppen met Roken aan.*
- *We werken toe naar zoveel mogelijk rookvrije zorgorganisaties en bedrijven in 2030; we zetten in samenwerking met het ondernemersplatform in op meer bewustwording in deze omgeving door voorlichting en campagnes.*
- *We doen ieder jaar mee aan Stoptober en organiseren in die maand Fresh Air Walks.*
- *We continueren het Stoppen met Roken aanbod en zetten in op ondersteuning bij nieuwe doelgroepen zoals sportverenigingen en bedrijven.*

GEZOND GEWICHT

- *We willen een dalende trend zien in 2025 van het aantal inwoners met overgewicht en obesitas voor alle leeftijdsgroepen. We leggen daarbij de nadruk op groepen waar de meeste gezondheidswinst is te behalen.*
- *We organiseren in samenwerking met huisartsen de Nationale Diabetes Challenge (ism Bas van der Goor Foundation)*
- *We ondersteunen scholen voor basisonderwijs met 'Sportief Groot Worden', waarbij aandacht is voor een optimale motoriekontwikkeling en gezond gewicht*
- *We stimuleren met beweegprogramma's en activiteiten vanuit het Sport- en beweegakkoord het bewegen en gezonde voeding.*
- *We organiseren in samenwerking met de gemeente de interventie 'Bewegen werkt' waarbij we het bewegen als middel voor betere participatie in de maatschappij stimuleren voor inwoners met achterliggende problemen zoals schuldenproblemen, werkloosheid en mensen met een kleine beurs.*
- *We organiseren de integrale gezinsgerichte leefstijlinterventie 'Ge(Zin) in Fit ' als ondersteuning voor gezinnen die te maken hebben met overgewicht, ongezond eten en weinig bewegen*
- *We organiseren samen met sportverenigingen challenges (bijv. waterchallenge) om sportkantines gezonder te maken.*
- *We verkennen de mogelijkheden om JOGG-gemeente te worden vanaf 2022.*

ALCOHOL

- We willen dat de keuze om alcohol te drinken een meer bewuste keuze is, waarbij mensen weten wat de gezondheidseffecten zijn.
- We zetten in op bewustwording en kennis over alcohol, met specifieke aandacht en acties in samenwerking met jongerenwerkers voor jongeren.
- We zetten in op verandering in cultuur en gedrag door gezonde keuzes toegankelijker te maken en ongezonde keuzes (alcohol drinken) moeilijker; We willen voorkomen dat jongeren gaan drinken en doen dit als volgt:
 - Ouders dragen bij aan een positief en gezonde omgeving om op te groeien, geen alcohol, niet roken. Zij geven het goede voorbeeld.
 - Sportclubs leven de leeftijdsgrens voor alcohol (vanaf 18 jaar) na.
 - De alcoholverkooppunten zijn geminimaliseerd met .. % (nader te bepalen percentage)
 - Horeca en alcoholvertrekkingspunten worden ondersteund in het naleven van de leeftijdsgrens.
- We dragen met voorlichting bij aan de bewustwording van de risico's van alcoholgebruik binnen Burense bedrijven en ondersteuning bij de implementatie van ADM-beleid op de werkvloer (ADM beleid zie www.trimbos.nl)
- We zien een toename van deelnemers in Buren aan de jaarlijkse campagne 'Ik Pas', eventueel aangevuld met andere campagnes.
- De medewerkers van consultatiebureaus en verloskundigenpraktijken zijn getraind op het gebied van signaleren en bespreken van middelengebruik (aansluiten bij Kansrijke Start)

MENTALE GEZONDHEID

- We stimuleren dat er meer aandacht komt voor het welbevinden (veerkracht en weerbaarheid) onder inwoners (jeugd, volwassenen, ouderen) door factoren die van invloed zijn op gezondheid en gedrag, mee te nemen in de aanpak.
- We ondersteunen volwassenen die te maken hebben met stress en angst bijvoorbeeld door de interventie 'Liever bewegen dan moe' aan te bieden (i.c.m. bewegen) of 'Voluit leven'.
- We bieden laagdrempelige ondersteuning aan inwoners die te maken hebben met schulden t.a.v. de stressreductie en vergroten van je eigen veerkracht.
- We zetten in op meer bewustwording, kennis en het bespreekbaar maken van mentale problematiek door inwoners en vrijwilligers te trainen (Mental Health First Aid en de jeugd variant YMHFA).
- We zetten in op meer bewustwording en kennis over mentale gezondheid en vitaliteit bij werkgevers (De gezonde werkvloer)
- We ontwikkelen een concept van zorg- dorps- of buurthuizen voor de vergrijzende generatie (mits ruimtelijke mogelijkheden aanwezig).
- We zetten de methodiek van Vangnetwerken in, waarbij eenzame mensen gestimuleerd worden hun eigen leven vorm te geven en samen met anderen te werken aan zinvolle invulling en onderlinge ondersteuning.
- We maken verbinding tussen acties in dit preventieakkoord en ondersteunende programma's m.b.t. laaggeletterdheid en armoede

We werken dit samen verder uit om te komen tot een gezamenlijk, integraal en concreet uitvoeringsplan. We organiseren in het najaar van 2021 een Burense preventieconferentie en zien dit ook als start van de verdere uitwerking en uitvoering voor de looptijd van het lokale Preventieakkoord. Positieve Gezondheid en de brede kijk op gezondheid zijn daarbij ons uitgangspunt. Evenals het betrekken van inwoners bij de uitvoering.

6. Collectieve afspraken

- » Wij willen met elkaar in de looptijd van dit lokale Preventieakkoord (periode 2021-2023) èn daarna doorlopend aandacht voor (positieve) gezondheid en een gezonde leefstijl; thuis, op de kinderopvang, op school, op het werk, in de (sport)vereniging, bij de bedrijven/ondernemers, in het buurthuis en in het dorp.
- » We helpen mee om de ambities te verwezenlijken en committeren ons om samen te werken aan een gezonder Buren voor iedereen en specifiek voor inwoners in clusters waar we gezondheidswinst kunnen bereiken.
- » We werken aan duurzaamheid: we versterken de samenwerking, zorgen voor voldoende draagvlak

bij organisaties en inwoners. We maken zoveel mogelijk gebruik van effectieve interventies en bestaande campagnes, maar gaan ook uitdagende en innovatieve activiteiten niet uit de weg. Bij positieve resultaten zorgen we voor een goede opvolging/borging na de looptijd.

- » We stimuleren een integrale aanpak en houden bij het opzetten van preventieve activiteiten rekening met overstijgende factoren die van invloed kunnen zijn op gezondheid.

En tot slot: we zetten een beweging in gang en maken andere lokale organisaties en inwoners enthousiast om zich hard te maken voor preventie en zich aan te sluiten!

7. Wie doen mee?

Onderstaande instellingen en organisaties hebben zich bij het totstandkomen van dit lokale Preventieakkoord, verbonden verklaard. Zij willen bijdragen aan een duurzaam fitter, gezonder en vitaler Buren. We realiseren ons dat er nog vele andere organisaties en partijen zijn die een bijdrage kunnen leveren. Wij werken graag daarmee samen! Zij kunnen zich op alle momenten bij ons aansluiten.

- » **Iris Zorg**
- » **Pro Persona Connect** (preventie)
- » **Healthclub Juliën**
- » **Ondernemersplatform Buren**
- » **Welzijn Rivierstroom**
- » **Mozaïek Welzijn** (jongerenwerk)
- » **Diëtistenpraktijk Eetstijl**
- » **Vitas fysiotherapie**
- » **Burense Sport Coöperatie** (BSC)
- » **GGD Gelderland-Zuid**
- » **Gemeente Buren**
- » **Samen in beweging** (buurtsportcoaches)

8. Uitvoering

Organisatie van de uitvoering

We werken (na toekenning van het uitvoeringsbudget) in de periode juni tot september 2021 het lokale Preventieakkoord samen verder uit om te komen tot een gezamenlijk, integraal en concreet uitvoeringsplan.

We organiseren in het najaar van 2021 een Burens preventieconferentie als startmoment voor dit lokale Preventieakkoord. We werken dan de aanpak verder uit. We verstevigen de basis voor samenwerking en we stellen prioriteiten ten aanzien van de planning en uitvoering.

Vanuit de gemeente wordt uiterlijk september 2021 een kerngroep met kartrekkers samengesteld om de uitvoering van het preventieakkoord te sturen en begeleiden (zoals nu ook geregeld bij het Sport- en beweegakkoord). De kerngroep heeft een voorzitter vanuit de gemeente. De kartrekkers zijn partners die betrokken zijn bij dit lokale Preventieakkoord. Zij zijn gezamenlijk met uitvoerende organisaties, verantwoordelijk voor de voortgang van de uitvoering. Zij overleggen structureel en leggen verbindingen tussen thema's, bestaande activiteiten en organisaties.

Organisaties kunnen uitvoeringsmiddelen aanvragen voor projecten en activiteiten, die in lijn zijn met dit lokale Preventieakkoord. Aanvragen worden beoordeeld door vooraf aangewezen personen of een commissie. De uitvoeringsmiddelen worden verdeeld op basis van vooropgestelde criteria. Uitvoerende organisaties leggen verantwoording af over de bestede middelen.

Rol van de gemeente

De gemeente heeft sinds 2020 een Sport- en beweegakkoord. Met ontwikkelingen zoals dit lokale Preventieakkoord, het integrale beleidsplan Sociaal Domein en Buren als JOGG gemeente kan de gemeente de komende jaren steeds meer verbindingen leggen tussen sport, beweging, gezondheid en zorg. Dit lokale Preventieakkoord kan gezien worden als katalysator van de aanpak in Buren om partners rondom sport en beweging, onderwijs, bedrijfsleven en zorg met elkaar te verbinden.

Vanuit de gemeente is de beleidsambtenaar Sociaal Domein verantwoordelijk voor de uitvoering van het lokale Preventieakkoord, voor de aanvraag en verdeling van de uitvoeringsmiddelen en de jaarlijkse financiële verantwoording aan het ministerie.

Communicatie

We willen informatie over gezondheid, dit lokale Preventieakkoord en verschillende activiteiten zoveel mogelijk delen met inwoners en organisaties. Het lokale Preventieakkoord is immers van ons allemaal! We willen daarvoor aparte pagina('s) inrichten onder de website van de gemeente. De kerngroep zal hiervoor samen met de afdeling communicatie van de gemeente een plan maken. We streven ernaar dit per januari 2022 online te hebben.

We betrekken de afdeling communicatie bij de definitieve opmaak van dit lokale Preventieakkoord in juni 2021, het vormgeven van publiciteit over het lokale Preventieakkoord, de activiteiten en het delen van successen en resultaten in de lokale media en social media.

9. Evaluatie en monitoring

Evaluatie en monitoring zijn onmisbaar bij het ontwikkelen en bijsturen van activiteiten en beleid. Het helpt bij het tussentijds bijsturen en geeft inzicht in succesfactoren. Het houdt samenwerkingspartners en inwoners betrokken. En het geeft inzicht in effecten van de aanpak. We leggen daarom hier vast hoe we dit gaan doen.

Evalueren

We vragen aan uitvoerders hun (gezamenlijke) activiteit te evalueren (zowel kwantitatief als kwalitatief: bereik, effect, samenwerking, waardering). Zodat dit weer input is voor een vervolgactie. We betrekken hen bij de duiding van de uitkomsten van de evaluatie en de eventuele vervolgstappen.

Monitoring

Het lokale Preventieakkoord wordt in 2021 gesloten. De uitvoeringsperiode beslaat de periode 2021-2023. In de kerngroep monitoren we jaarlijks de uitvoering en bereikte resultaten, de samenwerking en de verdeling van uitvoeringsmiddelen. We verzamelen gegevens over:

- » de input zoals geld, personeel en materiaal,
- » de throughput oftewel de uitvoering van de interventie en activiteiten,
- » de output of de gerealiseerde prestaties zoals het bereik en aantal deelnemers,
- » de outcome ofwel de effecten bij de doelgroep *)

**) We willen graag na de looptijd weten wat de effecten zijn van onze inspanningen. Gezien de relatief korte uitvoeringsperiode (preventie is iets van een lange adem..) kunnen we op basis van de GGD monitors (4-12 jaar (kinderen), 13-16 jaar (jeugd) en 19+ (volwassenen en ouderen) alleen trends waarnemen. Eind 2023 zullen we beschikbare nieuwe cijfers over de gezondheidssituatie op de vier thema's wederom in kaart brengen. Er zijn dan voor alle doelgroepen (4-12, 13-16 en 19+ en 65+) nieuwe monitors uitgevoerd.*

Andere indicatoren die bijvoorbeeld inzicht kunnen geven, zijn bijvoorbeeld:

- » aantal inwoners met schulden
- » aantal inwoners die een beroep doen op specialistische zorg
- » aantal hulpvragen ...

We bepalen in de loop van de uitvoering welke aanvullende indicatoren we inzetten om te monitoren.



Bijlage 1: gezondheidssituatie in Buren op de 4 leefstijlthema's van het lokaal preventieakkoord

(zie voor meer toelichting van de cijfers en clustergerichte informatie het document 'Gezondheidssituatie in Buren in de vier clusters 2021', GGD Gelderland-Zuid, op te vragen bij de gemeente of de gezondheidsmakelaar van de GGD).

Leeswijzer:

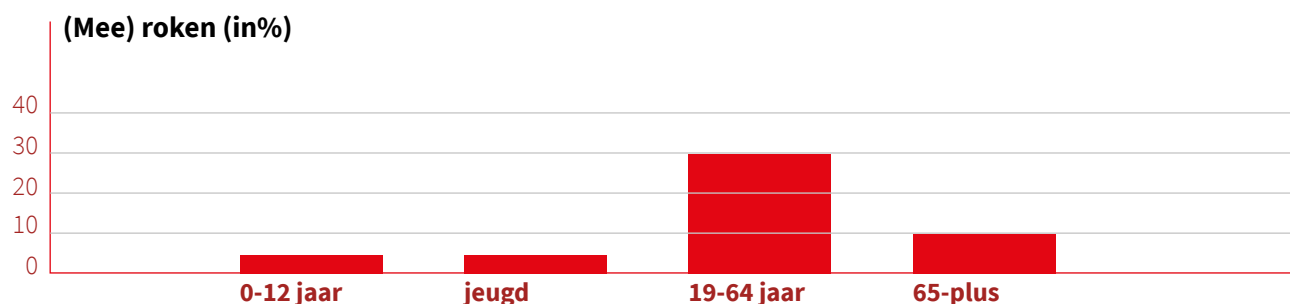
in de volgende tabellen zijn de percentages aangegeven in kleuren

- **groen:** gaat beter dan gemiddeld (positief verschil >5% in vergelijking met Gelderland-Zuid)
- **zwart:** is gemiddeld (gelijk of weinig afwijkend in vergelijking met Gelderland-Zuid)
- **rood:** gaat slechter dan gemiddeld (negatief verschil >5% in vergelijking met Gelderland-Zuid)

Buren = gemeente Buren en GZ = de regio Gelderland - Zuid

Roken

De meeste gezondheidswinst is te behalen door mensen te laten stoppen met roken. Voor een roker brengt stoppen niet alleen op korte termijn veel (gezondheids/financiële)winst op, maar ook op langere termijn (langere levenskansen). In Buren wordt nog relatief veel gerookt (zie figuur), bij 11% van de kinderen van 0-4 jaar heeft de moeder (af en toe) tijdens de zwangerschap gerookt.



	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Kinderen 0-12 jaar						
Moeder rookte (weleens) tijdens de zwangerschap	5	5	18	13	11	7
Kind rookt passief mee	3	5	6	3	4	4
Jeugd 13-16 jaar						
Rookt (minstens wekelijks)	1	3	5	6	4	4
Ooit e-sigaret geprobeerd	25	24	30	19	27	24
Volwassenen 19-64 jaar						
Roker	23	30	35	33	31	23
Wil hulp bij stoppen met roken	5	6	4	8	6	5
Senioren 65+						
Roker	16	10	11	7	11	13

Alcohol

De nieuwe gezondheidsnorm is maximaal 1 glas alcohol per dag. Een op de vijf 19-plussers drinkt geen alcohol. Van de 19-65 jarigen drinkt 17% overmatig en van de ouderen zelfs 22% (mannen > 14 glazen per week, vrouwen > 7 glazen per week).

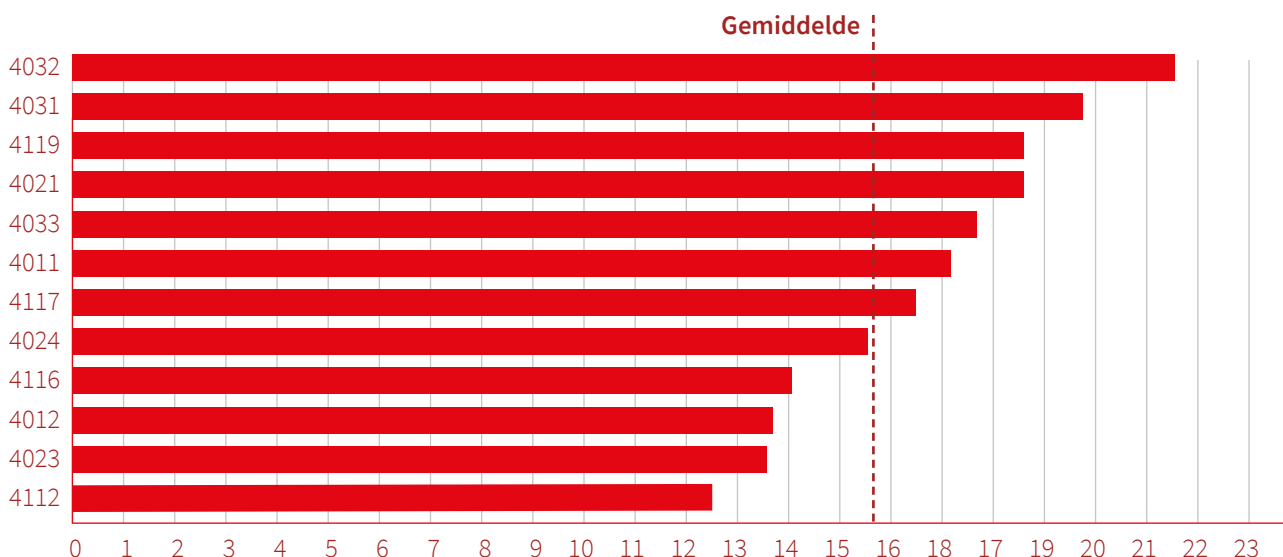
Sinds de leeftijdsgrens is opgeschoven wordt er minder gedronken door jongeren maar toch nog een op de drie dronk alcohol in de voorgaande vier weken en 15% was in de periode een keer dronken. Bij 3% van de kinderen van 0-4 jaar heeft de moeder (af en toe) tijdens de zwangerschap alcohol gedronken.

	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Kinderen 0-12 jaar						
Kind mag onder de 18 slokje alcohol drinken	55	61	55	53	56	57
Jeugd 13-16 jaar						
Recent alcohol gedronken (laatste 4 wkn)	31	31	39	28	34	29
Recent (laatste 4 wkn) dronken geweest	14	19	18	5	15	14
Alcohol drinken mag van ouders	17	29	23	18	23	19
Volwassenen 19-64 jaar						
Drinkt meer dan 1 glas alcohol per dag	63	63	53	60	59	64
Senioren 65+						
Drinkt meer dan 1 glas alcohol per dag	56	58	49	41	51	50

Gezond gewicht

Te veel eten, te weinig bewegen zorgt voor overgewicht. Minstens de helft van de volwassenen (op basis van eigen inschatting lengte en gewicht) is te zwaar. Maar ook 16% van de kinderen hebben al overgewicht (volgens de JGZ-meetgegevens).

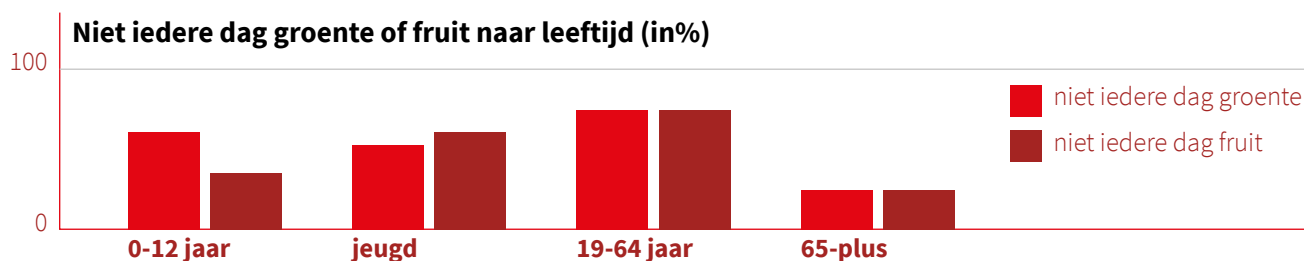
Onderstaande figuur toont het gemiddelde percentage 5 – 14 jarigen (over schooljaren 2013-2019) met overgewicht per postcode (postcodeverdeling in de gemeente Buren: 4032 = Ommeren, 4031 = Ingen, 4119 = Ravenswaaij, 4021 = Maurik, 4033 = Lienden en Aalst, 4011 = Zoelen, 4117 = Erichem, 4024 = Eck & Wiel/Maurik, 4116 = Buren, 4012 = Kerk-Avezaath, 4023 = Rijswijk en 4112 = Beusichem)



	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Kinderen 0-12 jaar						
Overgewicht (door JGZ bepaald, 4-12 jr)	13	14	16	19	16	14
Ouder vindt kind veel te zwaar	4	2	4	3	4	4
Ouder maakt zich zorgen over overgewicht	7	2	6	5	5	5
Jeugd 13-16 jaar						
Heeft overgewicht (door JGZ bepaald, 12-14 jr)	13	17	20	16	16	15
Vindt zichzelf (veel) te zwaar	24	32	27	22	27	23
Volwassenen 19-64 jaar						
Heeft overgewicht	37	42	58	53	49	45
Wil hulp bij afvallen	10	7	14	9	11	10
Senioren 65+						
Heeft overgewicht	54	59	69	56	60	61

Voeding

Een aspect van goede voeding is iedere dag 250 gram groente en 2 stuks fruit. Vanuit de gezondheidsmonitors weten we dat vrijwel niemand voldoet aan de aanbevelingen. Bijna twee derde van de 19-plussers eet niet iedere dag groente en fruit. De ouderen doen het het best.



	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Kinderen 0-12 jaar						
Ouder: school mag regels stellen (traktaties, water)	78	88	76	82	81	87
Eet iedere dag fruit	56	54	53	58	55	64
Eet iedere dag groente	48	38	36	36	38	44
3 of meer suikerhoudende drankjes per dag	13	13	20	14	15	15
Drinkt geen water/thee zonder suiker	17	14	22	25	20	18
Jeugd 13-16 jaar						
Eet dagelijks groente	53	58	39	45	48	50
Eet dagelijks fruit	42	37	30	40	35	33
Drinkt dagelijks een suikerhoudend drankje	32	30	41	27	36	32
Drinkt niet dagelijks water	31	31	36	32	32	29
Volwassenen 19-64 jaar						
Eet dagelijks groente	36	29	30	32	31	45
Eet dagelijks fruit	38	24	26	30	29	33
Senioren 65+						
Eet dagelijks groente	57	53	59	54	56	55
Eet dagelijks fruit	58	58	55	59	57	57

In plaats van suikerhoudende dranken is het beter om water te drinken of thee zonder suiker. Een op de vijf kinderen drinkt geen water of thee zonder suiker. Bij de jongeren drinkt een op de drie niet dagelijks water. Bij de jonge kinderen drinkt 15% zeker drie suikerhoudende drankjes op een dag.

Bewegen

Ruim de helft van de volwassenen voldoet aan de norm voor bewegen en 1 op de 5 aan de fitnorm. Bij ouderen is dit resp. 72% en 36%. Bij de kinderen beweegt 15% niet voldoende en bij de jongeren 21%.

NB. Cijfers mbt volwassenen en ouderen zijn gebaseerd op de maat vanuit de 'oude' Nederlandse Norm Gezond Bewegen en de Fitnorm, die in de monitor 2016 is gehanteerd. Sinds 2017 is er een nieuwe Beweegrichtlijn, zowel voor kinderen als voor volwassenen/ouderen. De maat die hierin wordt gehanteerd, is strenger en cijfers laten dan ook meteen een ander beeld zien. Het RIVM heeft de cijfers uit 2016 verzameld en in 2018 vertaald naar deze nieuwe norm. Het geeft bijvoorbeeld aan dat 41% van de Volwassenen 19+ in de gemeente Buren voldoet aan de nieuwe beweegrichtlijn. In de GGD monitors wordt inmiddels ook met de nieuwe maat gewerkt. Zo staat in de nieuwste monitor (2020) vermeld bij de maat 'voldoet niet aan beweegrichtlijn 2017'; 57% bij 19-65 en 65% bij 65+.

We kunnen in het algemeen aannemen dat de cijfers volgens de nieuwe beweegrichtlijn ongunstiger zijn dan onderstaande cijfers. Hiermee moeten we bij verdere uitwerking rekening houden.

	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Kinderen 0-12 jaar						
Speelt niet of weinig buiten (<15 min. per dag)	4	3	6	8	6	9
Beweegt 7 uur per week of meer	87	90	85	77	85	79
Lid van sportclub (4-12 jr)	84	80	76	75	78	76
Lopend/zelf fietsend naar school (5 dgn, 4-12 jr)	54	27	46	39	41	49
Ouder vindt buurt niet kindvriendelijk	23	27	32	31	29	22
Ouder: te veel verkeer om veilig buiten te spelen	25	35	29	27	29	24

	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Kinderen 0-12 jaar						
Ouder: te weinig speelplekken om buiten te spelen	22	20	36	30	28	17
Ouders missen een veilige speelplek	19	11	26	22	20	17
Door geldgebrek is kind geen lid van sportclub	1	4	9	6	5	5
Door geldgebrek kan kind niet op zwemles	1	1	4	2	2	3
Jeugd 13-16 jaar						
Beweegt niet dagelijks min. 1 uur	81	82	81	76	79	83
Sport niet wklks bij club, vereniging, -school	12	30	28	33	26	25
Lopend/fietsend naar school (5 dgn per week)	87	81	70	86	81	86
Ontevreden over mogelijkheden sporten (club/ver	1	8	15	3	7	5
Ontevreden over mogelijkheden zelf buitensporten	6	7	13	4	7	7
Ontevreden over openbaar groen (bv grasveldje)	2	2	7	6	5	6
Ontevreden over route huis school	8	7	8	4	7	5
Volwassenen 19-64 jaar						
Beweegt onvoldoende	23	25	30	25	26	21
Senioren 65+						
Beweegt onvoldoende	23	24	27	25	25	23
Wil hulp bij sport- of bewegingsactiviteiten	2	3	6	4	4	5

Mentale gezondheid

‘Goed in je vel zitten’ betekent dat je je fysiek én mentaal gezond voelt. Mensen die mentaal gezond zijn, hebben vaak de regie over hun eigen leven en zijn weerbaarder. Mentale gezondheid is zeker in de (post)coronatijd van belang.

Van de kinderen in Buren heeft 9% een verhoogd risico op psychosociale problemen en 11% scoort in het grensgebied (matig risico). 5% wordt wekelijks gepest. Acht procent is meestal niet weerbaar, 35% soms. Bijna 10% van de kinderen praat niet met ouders of iemand anders als het zorgen of problemen heeft.

Van de jongeren heeft 15% een indicatie voor psychosociale problemen. 43% is (zeer) vaak gestrest. 13% is onvoldoende weerbaar. Vijf procent is in de laatste drie maanden gepest.

Van de volwassenen heeft bijna de helft een matig of groot risico op angst/depressie. Minstens 7% heeft onvoldoende regie over het eigen leven, bij ouderen is dat het dubbele.

	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Kinderen 0-12 jaar						
Verhoogd risico psychosociale problemen (4-12 jr)	9	16	9	17	13	10
Meer dan 2 keer per maand gepest	12	15	12	8	12	9
Meestal niet weerbaar	7	10	6	10	8	7
Praat meestal niet/nooit als er problemen zijn	7	9	8	11	9	8
Nog zorg/problemen door (echt)scheiding	7	3	5	3	4	4
Ouder maakt zich zorgen over faalangst	21	13	15	26	19	19
Door geldgebrek zijn er spanningen in het gezin	7	10	9	5	8	8
Ouder: behoefte aan deskundige hulp (opvoeden)	11	16	12	16	14	14

	Noord west	Zuid west	Noord oost	Zuid oost	Buren	GZ
Jeugd 13-16 jaar						
<i>Indicatie psychosociale problemen</i>	12	14	20	13	15	13
<i>Voelt zich niet (zeer) gelukkig</i>	10	11	15	15	13	13
<i>Wordt meer dan 2 keer per maand gepest</i>	4	4	8	3	5	4
<i>Last van 2 of meer ingrijp. gebeurt</i>	5	6	10	7	7	8
<i>Onvoldoende weerbaar</i>	16	11	13	10	13	10
<i>Sociale steun door vrienden is laag</i>	3	4	9	7	7	6
<i>Vindt het thuis gaat wel/niet leuk/vreselijk</i>	11	17	19	10	15	13
<i>Voelt zich (zeer) vaak gestrest</i>	45	47	46	36	43	41
Volwassenen 19-64 jaar						
<i>Hoog risico op angststoornis/depressie</i>	9	5	9	6	7	7
<i>Rapportcijfer geluk is 5 of lager</i>	8	4	13	6	8	6
<i>Wil hulp bij spanningen/stress</i>	5	5	8	7	6	9
<i>Wil hulp bij problemen met relaties</i>	1	2	5	3	3	4
<i>Heeft onvoldoende regie over eigen leven</i>	8	7	10	5	7	8
<i>Wil hulp bij opvoeden van kinderen</i>	3	2	1	3	2	2
Senioren 65+						
<i>Hoog risico op angststoornis/depressie</i>	2	4	5	2	3	5
<i>Rapportcijfer geluk is 5 of lager</i>	3	6	3	1	3	7
<i>Heeft onvoldoende regie over eigen leven</i>	10	14	11	18	13	14

Bijlage 2: dimensies van positieve gezondheid

Positieve gezondheid

‘Gezondheid is het vermogen zich aan te passen en eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven.’

Dagelijks functioneren

- Basis algemene dagelijkse levensverrichtingen (adl)
- Instrumentale adl
- Werkvermogen
- Health literacy

Kwaliteit van leven

- Kwaliteit van leven/ welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel
- Levenslust
- Balans

Lichaamsfuncties

- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie

Mentaal welbevinden

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht/resilience

Sociaal maatschappelijk participeren

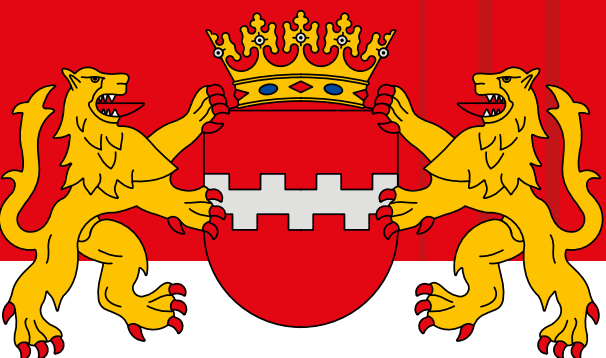
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

Spiritualiteit

- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie







Colofon

Dit is een uitgave van de Gemeente Buren.

Bezoekadres:
Wetering 1
4021 VZ Maurik

Postadres:
Postbus 23
4020 BA Maurik

T: 14 0344
www.buren.nl
gemeente@buren.nl

Teksten:
Gemeente Buren

Vormgeving:
NDOC bv
Buren

Buren,
juni 2021