



GEZOND LEVEN, GOED LEVEN

GEZONDHEIDSBELEID 2018-2021

BERNHEZE & OSS

1. POSITIEVE GEZONDHEID
2. HET PROCES
3. THEMA'S GEZONDHEIDSBELEID
4. BORGING

1. POSITIEVE GEZONDHEID

‘Positieve gezondheid is je eigen regie kunnen voeren en het vermogen om je aan te passen aan de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven.’

Machteld Huber

Gezondheid gaat steeds minder over ziekte en zorg, maar veel meer over gezond en gedrag en mens en maatschappij. Het gaat niet alleen om fysieke en mentale gesteldheid, maar ook om vitaliteit en welbevinden en de mogelijkheden die mensen hebben om met ziekten, beperkingen en tegenslagen om te gaan. Het gaat hierbij niet alleen om eigen verantwoordelijkheid, maar ook om de sociale en fysieke omgeving waarin mensen leven. Gezondheid is niet een doel op zich, maar een waarde die belangrijk is om andere doelen te bereiken, zoals kunnen werken, leren en meedoen in de maatschappij. Dit betekent dat we in dit gezondheidsbeleid niet langer uitgaan van de klassieke definitie van gezondheid die nog steeds wordt gehanteerd door de World Health Organization (WHO). Volgens deze definitie is vrijwel niemand gezond. Iedereen met een chronische ziekte is ongezond, evenals mensen met een beperking. Mensen worden steeds ouder en chronische ziektes nemen toe. Door op de traditionele manier naar gezondheid te blijven kijken worden veel mensen bestempeld als ziek, terwijl ze zich op sommige vlakken gezond voelen. In ons gezondheidsbeleid kiezen we voor de nieuwe definitie van gezondheid, namelijk positieve gezondheid, zoals dat door Machteld Huber is ontwikkeld.

Door de focus te leggen op al deze dimensies wordt de kijk op gezondheid veel breder. Deze definitie van gezondheid biedt meer kansen voor gemeentelijk beleid. De afwezigheid van ziekte of omgaan met ligt niet primair in de gemeentelijke invloedsfeer. Wanneer er breder gekeken wordt naar gezondheid dan kunnen er op veel meer vlakken interventies worden uitgezet, in samenwerking met diverse partners. En het geeft de burger zelf handvatten om aan de slag te gaan met de eigen gezondheid: het gaat om eigen kracht, veerkracht.

Wat willen we samen bereiken?

De insteek van het gezondheidsbeleid is positieve gezondheid. Gezondheid draait om veerkracht en daar hoort als doel bij: het vermogen om te kunnen gaan met veranderingen in de lichamelijke en geestelijke conditie.

Hoe willen we dit samen bereiken?

- Initiatieven (in lijn met de doelen van positieve gezondheid) van inwoners en organisaties stimuleren en mogelijk maken;
- Koesteren en uitbouwen wat goed gaat;
- Samenwerken met alle betrokkenen (inwoners, organisaties, gemeenten);
- Het bevorderen van groepsgewijze hulp en zorg, zodat inwoners elkaar kunnen ondersteunen en versterken;
- Elkaar inspireren en goede voorbeelden een podium geven.

Positieve gezondheid wordt met zes dimensies beschreven die vrijwel alle facetten van het leven omvatten.



MENTAAL
WELBEVINDEN



LICHAAMS-
FUNCTIONIES



SOCIAAL MAAT-
SCHAPPELIJK
PARTICIPEREN



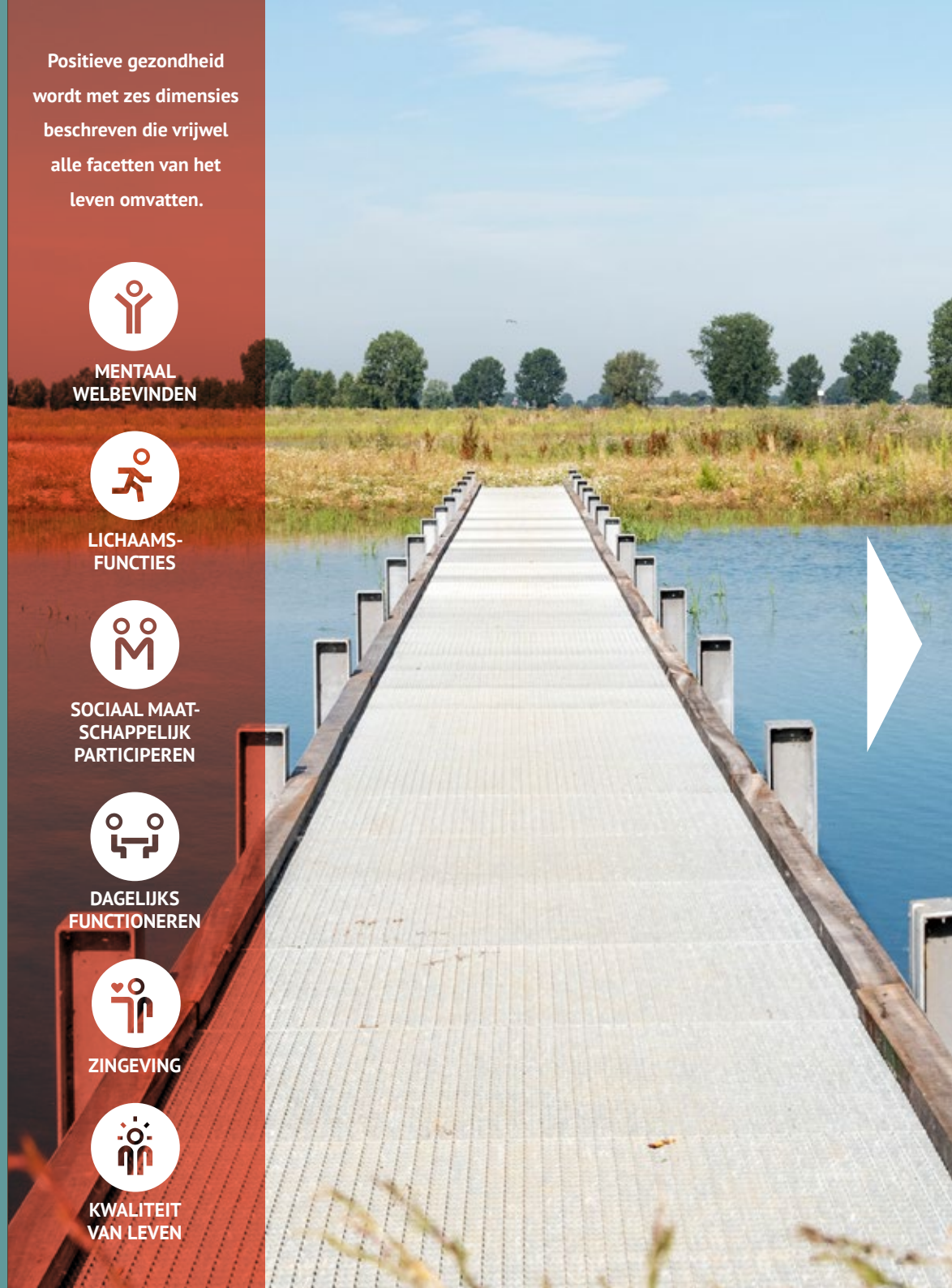
DAGELIJKS
FUNCTIONEREN



ZINGEVING



KWALITEIT
VAN LEVEN





Positieve gezondheid in het gemeentelijk beleid

Een aantal belangrijke onderdelen van positieve gezondheid komt terug in andere beleidsplannen van de gemeenten. Denk aan samenredzaamheid, participatie en het nemen van de eigen regie. Deze onderdelen zijn belangrijk voor het ervaren van de gezondheid door een individu en zijn ook in andere beleidsplannen verankerd. Denk hierbij aan: jeugd en onderwijs, ouderen, groen en milieu, sport en bewegen, veiligheid, mobiliteitsplan, zorg en welzijn, werk en inkomen, recreatie etc.

In de omgevingswet en in de omgevingsvisie is gezondheid een thema. Gezondheid is een relatief nieuw thema in het ruimtelijk domein. Voor het eerst moeten gemeenten in hun ruimtelijke visie aangeven welke plek gezondheid daarin krijgt. Er komt ook steeds meer informatie over de relatie tussen gezondheid en de fysieke omgeving. Van belang is dat bij de weging van ruimtelijke vraagstukken gezondheid mee wordt gewogen. Met daarbij positieve gezondheid als uitgangspunt.

2. HET PROCES

Op meerdere manieren is input opgehaald voor het nieuwe gezondheidsbeleid. Zo is met verschillende afdelingen binnen de gemeente een eerste stip op de horizon gezet. Denk aan zorg en welzijn, sport, ruimtelijke ordening en milieu. In oktober 2016 is de gemeenteraad in een podiumbijeenkomst meegenomen in de eerste uitgangspunten. Daarnaast zijn op verschillende manieren in de wijken eerste ideeën opgehaald.

In april 2017 was er in de Pauluskerk in Oss een inspirerende bijeenkomst over het gezondheidsbeleid met verschillende partners. Deze bijeenkomst had twee doelen:

- Partners kennis laten maken met het concept Positieve Gezondheid;
- Het bepalen van lokale accenten voor het nieuwe gezondheidsbeleid.

3. THEMA'S GEZONDHEIDSBELEID



MEEDOEN

MEER INFO ►



MENTALE
VEERKRACHT

MEER INFO ►



GEZONDHEIDS-
VERSCHILLEN
VERKLEINEN

MEER INFO ►



GEZONDE
FYSIEKE
LEEFOMGEVING

MEER INFO ►



GEZONDE
LEEFSTIJL

MEER INFO ►



ZOËNOSE

MEER INFO ►



4. BORGING



De thema's van het gezondheidsbeleid zijn vooral richtinggevend voor de komende vier jaar. Van de gemeenten wordt een actieve ondersteunende en faciliterende rol gevraagd. Dit betekent ruimte laten aan de partners en de burgers voor initiatieven. Nieuwe problematieken kunnen om nieuwe acties vragen. Daar moet ruimte voor blijven in het lokale gezondheidsbeleid.

De GGD-Monitor is een instrument dat de gezondheid van zowel volwassenen als jeugdigen in beeld brengt. De uitkomsten van de monitor volgen we nauwlettend om daar waar nodig tijdig te acteren of eventuele gezondheidsproblemen te signaleren. Daarnaast hebben de gemeenten frequent overleg met de GGD over hun wettelijke taak.

Jaarlijks informeren we de gemeenteraad over de stand van zaken waar het gaat om projecten op het gebied van gezondheidsbeleid.

POSITIEVE GEZONDHEID



**MENTAAL
WELBEVINDEN**



**LICHAAMS-
FUNCTIES**



**SOCIAAL MAAT-
SCHAPPELIJK
PARTICIPEREN**



**DAGELIJKS
FUNCTIONEREN**



ZINGEVING



**KWALITEIT
VAN LEVEN**

Cognitief
functioneren

Medische
feiten

Betekenisvolle
relaties

Basis algemene
dagelijkse
levens-
verrichtingen
(adl)

Doelen

Geluk
beleven

Emotionele
toestand

Klachten
en pijn

Sociale
contacten

Idealen
nastreven

Lekker in je
vel zitten

Eigenwaarde

Medische
waarnemingen

Betekenisvol
werk

Instrumentele
adl

Toekomst-
perspectief

Ervaren
gezondheid

Gevoel controle
te hebben

Energie

Geaccepteerd
worden

Werkvermogen

Acceptatie

Levenslust

Fysiek
functioneren

Maatschappelijke
betrokkenheid

Gezondheids-
vaardigheden

Balans

Genieten



Mensen zonder gezondheidsproblemen participeren meer in de samenleving dan mensen met gezondheidsproblemen. Andersom kan deelname aan maatschappelijke activiteiten een positief effect hebben op gezondheid. Participatie heeft verschillende effecten op individueel en maatschappelijk niveau (zoals zingeving en sociale cohesie). Zowel direct als indirect kan dit een positieve invloed hebben op de gezondheid.

Ziekte en beperkingen zeggen lang niet alles over de gezondheid van personen. Het gaat er vooral om hoe zij hun gezondheid ervaren. Wie goed kan omgaan met gezondheidsproblemen, kan blijven participeren. Deze nieuwe visie op gezondheid werd enkele jaren geleden geïntroduceerd door arts en onderzoeker Machteld Huber. Sociaal-maatschappelijk participeren oftewel meedoen is één van de pijlers van positieve gezondheid.

De mate van sociale steun die iemand uit zijn omgeving ervaart is belangrijk. Sociale steun is emotionele steun of concrete hulp of informatie die men uit het sociale netwerk kan halen. Sociale steun beschermt bijvoorbeeld tegen het ontstaan van eenzaamheid en depressies. Ook gezamenlijke activiteiten dragen bij aan een groepsgevoel, een saamhorigheidsgevoel dat de gezondheid kan beïnvloeden. Het effect wordt vergroot wanneer de activiteiten een gemeenschappelijk belang van de groep dienen. Er komt steeds meer aandacht voor het eigen netwerk van cliënten. Sociale netwerken kunnen bestaan uit: familie, de buurt/wijk, sportverenigingen, school, werk, vrijwilligerswerk etc.



Een goede geestelijke gezondheid stelt mensen in staat een zinvol, betrokken en productief leven te leiden. Mentale veerkracht biedt mensen de mogelijkheid om te herstellen van bijvoorbeeld stress of tegenslag. Ontwikkeling van mentaal vermogen vergroot het gevoel van welbevinden en daarmee de geestelijke gezondheid. Mentaal welbevinden is één van de pijlers van positieve gezondheid.



GEZONDHEIDS- VERSCHILLEN VERKLEINEN

terug naar thema's 



Gemiddeld worden we steeds ouder en ons leven telt steeds meer gezonde jaren. Alleen is die goede gezondheid niet gelijk verdeeld over de Nederlandse bevolking. Mensen met lagere inkomens en een lagere opleiding, leven gemiddeld 7 jaar korter dan mensen met een hoge opleiding.

Een hogere sociaaleconomische status betekent meer toegang tot middelen op bijna elk levensterrein: van woon- en werkomstandigheden tot gezondheidsinformatie en –gedrag, de zogenaamde sociale factoren. Sociaaleconomische gezondheidsverschillen ontstaan voor een belangrijk deel door risicofactoren die buiten het gezondheidsdomein liggen, zoals minder gunstige werk- en woonomstandigheden.

GEZONDE FYSIEKE LEEFOMGEVING

terug naar thema's



Een gezonde leefomgeving is een leefomgeving die als prettig wordt ervaren, die uitnodigt tot gezond gedrag en gezondheid bevordert. Meer concreet is een gezonde leefomgeving een leefomgeving die:

- schoon en veilig is;
- uitnodigt tot bewegen, spelen en sporten;
- fietsen, wandelen en OV-gebruik stimuleert en zorgt voor goede bereikbaarheid
- er voor zorgt dat mensen elkaar kunnen ontmoeten;
- rekening houdt met de behoeften van de (toekomstige) bewoners en specifieke bevolkingsgroepen (kinderen, ouderen, chronisch zieken, gehandicapten, lagere inkomensgroepen);
- een goede milieukwaliteit (geluid, lucht, bodem, externe veiligheid) heeft;
- voldoende groen, natuur en water en aandacht voor klimaatadaptatie heeft;
- gezonde en duurzame woningen heeft;
- een aantrekkelijke en gevarieerde openbare ruimte heeft;
- een gevarieerd aanbod aan voorzieningen (bijvoorbeeld woningen, scholen, winkels, cultuur, bedrijven, openbaar vervoersvoorzieningen, sport) heeft



Een gezond leefpatroon bestaat uit goed eten, bewegen en balans. Een juiste balans tussen werk en ontspanning is essentieel voor de vitaliteit. Een gezonde leefstijl zorgt ervoor dat je als persoon goed in je vel komt te zitten, zowel geestelijk als lichamelijk, en kan zelfs (chronische) ziektes helpen voorkomen. Leefstijlthema's zijn: roken, overgewicht, overmatig gebruik van alcohol en drugs, seksuele gezondheid en psychische problemen (depressie, eenzaamheid).



ZOÖNOSE

[terug naar thema's](#) 



Een zoönose is een infectieziekte waarbij mensen door dieren besmet worden. Voorbeelden zijn Q-koorts en vogelgriep.

Ondanks het feit dat de GGD een wettelijke uitvoerende taak heeft met betrekking tot infectieziektebestrijding vinden de gemeenten Oss en Bernheze het van belang om zoönose als een apart thema te benoemen van het gezondheidsbeleid.