Positief Gezond Weert

‘Gezond opgroeien en gezond ouder worden in een gezonde omgeving’

2021 - 2024

GEMEENTE WEERT

Colofon:
Gemeente Weert
Wilhelminasingel 101,
6001 GS Weert

Inhoudsopgave

1. Positief Gezond Weert 4

1.1 *Gezondheid als belangrijke bouwsteen* *4*

1.2 *Positieve Gezondheid* *4*

1.3 *Achterliggende problematiek* *4*

1.4 *Preventie* *5*

1.5 *Samenwerking met andere domeinen* *5*

1.6 *Wettelijke taken* *6*

2. Hoe gezond zijn onze inwoners? 7

2.1 *Kinderen en jongeren* *7*

2.2 *Volwassenen* *9*

3. Waar willen we naartoe? 11

3.1 *Ambities* *11*

3.2 *Doelen en resultaten* 12

4. Wat gaan we doen? 15

4.1 *Gezond opgroeien (0-19 jaar)* *15*

4.2 *Gezond ouder worden (19-65+ jaar)* *16*

4.3 *Gezonde omgeving* *17*

5. Met wie gaan we dit doen? 19

6. Wat gaat het kosten? 20

3.1 *Activiteiten* *20*

3.2 *Ambtelijke inzet* 21

Bijlagen ***22***

Bijlage 1: *Participatietraject* *22*

Bijlage 2: *Gezondheid kinderen* *24*

Bijlage 3: *Gezondheid jongeren* *25*

Bijlage 4: *Gezondheid volwassenen* *26*

Bijlage 5: *Ruimtelijke vertaling positieve gezondheid* *27*

Bijlage 6: *Feiten en cijfers invloed beweegvriendelijke omgeving* *29*

Bijlage 7: *Wensenlijst en begroting toekomstige activiteiten* *31*

1. Positief Gezond Weert

1.1 Gezondheid als belangrijke bouwsteen

Weert wil een inclusieve stad zijn, waarin iedereen meetelt, meedoet en bijdraagt naar vermogen. We streven naar een solidaire samenleving waar onze inwoners zich thuis voelen en mee kunnen doen naar vermogen. De behoefte en het talent van de inwoner staat daarbij centraal. We streven naar een situatie waarin de samenleving als geheel en mensen individueel keuzes maken die bijdragen aan een gelukkig, gezond, veilig en participerend bestaan. Het vitaal en gezond houden van onze samenleving is daarbij cruciaal voor het bouwen aan een solide toekomst voor onze inwoners. Maar tegelijkertijd weten we dat het leven niet 'maakbaar' is: gezond en gelukkig zijn is niet altijd een keuze. Om gezond en gelukkig te leven is een stevige basis van essentieel belang. Daarom zetten we in op het versterken van deze sociale basis (Beleidsplan Sociaal Domein) inclusief de gezondheid van onze inwoners. Gezondheid gaat daarbij over veel meer dan 'niet ziek zijn'. Gezondheid gaat over geluk, veiligheid, veerkracht, over meedoen in de maatschappij, betekenisvol werk doen of andere activiteiten en over de omgeving waarin je leeft. Het gedachtegoed van Positieve Gezondheid is daarom voor ons een belangrijk vertrekpunt wanneer we het hebben over gezondheid.

Gezondheid is een waarde op zich, maar tegelijkertijd ook een voorwaarde om als inwoner mee te kunnen doen aan het maatschappelijk leven.

1.2 Positieve Gezondheid

Bij Positieve Gezondheid[1] wordt gezondheid aan de hand van zes dimensies benaderd. Door deze brede benadering wordt bijgedragen aan het vermogen van mensen om met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.

Lichaams-functies
- Je gezond voelen
- Fitheid
- Klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Conditie
- Bewegen

Mentaal welbevinden
- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle

Zingeving
- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren

Kwaliteit van leven
- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld

Meedoen
- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij

Dagelijks functioneren
- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen

1.3 Achterliggende problematiek

Mensen zijn in beginsel zelf verantwoordelijk voor gezonde voeding, goed voor zichzelf zorgen, voldoende bewegen, het aangaan en onderhouden van sociale contacten en naar school en werk gaan. Maar niet iedereen leeft in de omstandigheden om zelf gezonde keuzes te kunnen maken en de dagelijkse verleidingen te weerstaan. De problemen die achter een verminderde gezondheid schuilgaan, gaan verder dan enkel het gezondheidsdomein. Armoede, schulden, problemen rondom huisvesting, eenzaamheid, werkeloosheid, een beperking, een lage opleiding of de kwaliteit en inrichting van de leefomgeving hebben allemaal invloed op hoe gezond je bent en

1) Institute for Positive Health, 2020.

Gezondheidsproblemen komen veel vaker voor onder mensen in de bijstand dan onder mensen met een werkloosheidsuitkering.

Profielschets uitkeringsafhankelijke inwoners Limburg, 2020.

hoe gezond je je voelt. Mensen in een kwetsbare situatie hebben een hoger risico op een slechtere gezondheid. Hun problemen bevinden zich op verschillende beleidsdomeinen en vragen dan ook om oplossingen die domein overstijgend zijn. En bij voorkeur niet enkel door te reageren op gezondheidsproblemen, maar door preventief beleid waarmee we voorkomen dat die problemen ontstaan.

1.4 Preventie

De rol van preventie[2] is in de afgelopen jaren steeds duidelijker geworden als het gaat om het stimuleren van gezondheid. Preventie is één van de belangrijkste pijlers voor een gezonde toekomstige maatschappij. In veel scenario's is het rendement van preventie dermate interessant dat voldoende financiering ter beschikking zou moeten worden gesteld om discussies over 'waar de baten vallen en wie de initiële rekening betaalt' te stoppen. Preventie creëert baten voor werkgevers, verzekeraars, zorginstellingen, de overheid en het individu[3].

Het Nationaal Preventieakkoord (2019), dat ambities stelt op het gebied van leefstijl (roken, overgewicht en alcoholgebruik) voor het jaar 2040 is onlangs vastgesteld. Dit akkoord streeft naar een gezonder Nederland. Met kinderen die een goede start maken en daar hun leven lang profijt van hebben. Met actieve mensen die fit hun pensioen in gaan. En met ouderen die veel gezonde levensjaren hebben en zo lang mogelijk meedoen in de samenleving. Een ambitie waar we bij aansluiten.

'Mensen die roken leveren bij matig roken 8 jaar in op hun levensverwachting, en bij zwaar roken 13 jaar. Maar leven in echte eenzaamheid vermindert de levensverwachting zelfs met 14 jaar',

Machteld Huber, 2020.

1.5 Samenwerking met andere domeinen

Gezondheid staat dus nooit op zichzelf. Samenwerking met verschillende beleidsdomeinen en (maatschappelijke) organisaties zorgt ervoor dat we vanuit een brede benadering, multidisciplinair en preventief inzetten om gezondheidsproblematieken te voorkomen of juist gezamenlijk optrekken om deze aan te pakken. Dit uitgangspunt is ook aangehouden bij de uitwerking van dit Positieve Gezondheidsbeleid. De zaken waar we vanuit lokaal gezondheidsbeleid de focus op willen leggen en werk van willen maken zijn in dit document uitgewerkt. Zaken die we vanuit andere domeinen reeds doen en waar Positieve Gezondheid een belangrijke rol speelt worden niet specifiek toegelicht. Wel wordt hier naar verwezen.

2) Met preventie wordt hier bedoeld: het voorkomen van problemen of het verminderen van de ernst van problemen.
3) PwC, 2020.

1.6 Wettelijke taken

Vanuit de wet Publieke Gezondheid (Wpg) hebben we als gemeente de wettelijke verplichting om te voorzien in gezondheidsbeleid. Dit beleid is gericht op preventie, inclusief gezondheidsbevordering. Daarnaast biedt de Wpg een kader voor de samenwerking tussen Rijk en gemeenten op het terrein van collectieve preventie, uitvoering van infectieziektebestrijding en jeugdgezondheidszorg en ouderengezondheidszorg (zie onderstaand). Wij hebben als gemeente een groot deel van deze activiteiten ondergebracht bij de Gemeentelijke GezondheidsDienst (GGD) Limburg Noord.

Wettelijke taken WpG

Algemene taken publieke gezondheidszorg

- Bijdragen aan opzet, uitvoering en afstemming van preventieprogramma's met inbegrip van gezondheidsbevordering, zoals het voorkomen van alcoholmisbruik bij jongeren.
- Het geven van prenatale voorlichting aan ouders.

Jeugdgezondheidszorg

- Actief zorgen voor vaccinaties en het op systematische wijze volgen en signaleren van gezondheidsbevorderende en –bedreigende factoren.
- Vroegtijdige opsporing en preventie van specifieke stoornissen.

Ouderenzorg

- Actief zorgen voor vaccinaties en het op systematische wijze volgen en signaleren van gezondheidsbevorderende en –bedreigende factoren.
- Vroegtijdige opsporing en preventie van specifieke stoornissen, bijvoorbeeld door beweegactiviteiten en sociale activiteiten.

Infectieziektebestrijding

- Algemene preventieve maatregelen op het gebied van infectieziektebestrijding.

2. Hoe gezond zijn onze inwoners?

We zetten ons al jaren in voor het stimuleren van een goede gezondheid van onze inwoners en met positief effect. Dit betekent echter niet dat deze inzet eindig is. De gezondheid van mensen is dynamisch, beïnvloedbaar en, zoals in het vorige hoofdstuk beschreven, van factoren afhankelijk. Periodieke monitoring geeft inzicht in de gezondheid van onze inwoners waardoor we gericht interventies kunnen inzetten en accenten kunnen verleggen indien dit gewenst is. De huidige gezondheid van onze inwoners vormt het vertrekpunt voor de ambitie van het Positieve Gezondheidsbeleid voor de komende jaren. Daarnaast geven wetenschappelijke feiten en cijfers informatie waarop we beleidsmatige keuzes en inzet van activiteiten kunnen onderbouwen. Onderstaand is de huidige gezondheid van onze inwoners kort toegelicht en zijn enkele feiten en cijfers aangehaald[4].

2.1 Kinderen en jongeren

Kinderen

In de basis verkeren kinderen (0-12 jaar) in Weert in goede gezondheid. Bij een kleine groep kinderen (8%) is op jonge leeftijd (2-4 jaar) sprake van overgewicht[5]. In de leeftijd 4-14 jaar zien we dat 16-19% overgewicht heeft, vaak met grote gevolgen voor het fysiek- en psychosociaal functioneren. Het merendeel sport wekelijks en iets meer dan de helft van de kinderen van 4-8 jaar beweegt dagelijks voldoende (conform de Nederlandse Norm Gezond Bewegen[6]). Dit laatste is bij de kinderen van 9-12 jaar niet het geval, 36% beweegt minimaal één uur per dag. In deze leeftijdscategorie speelt 38% vier dagen in de week een keer buiten. Bij de groep 4-8 jarigen is dit 62%. Bijlage 2 geeft inzicht in nog meer cijfers die betrekking hebben op de leefstijl van de basisschoolleerlingen[7]. Onder meer sporten, fruit- en groenteconsumptie en computer gebruik komen aan bod.

De Nederlandse Norm Gezond Bewegen voor kinderen/jongeren: minimaal vijf dagen in de week, minimaal één uur matig lichamelijk actief zijn (lopen, fietsen, spelen), waarbij minimaal twee keer per week kracht-, lenigheid- en coördinatieoefeningen voor het verbeteren of handhaven van de lichamelijke fitheid (gymles, sport).

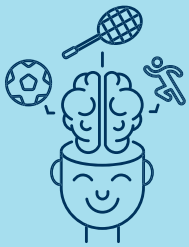
Belangrijke focus voor Weert
overgewicht - bewegen - voeding (groente, fruit, drank) - buitenspelen

Jongeren[8]

De meerderheid (83%) van de jongeren in Weert ervaart de eigen gezondheid als (zeer)goed en voelt zich meestal gelukkig. Van eenzaamheid is bij 14% soms sprake. Ongeveer 29% van de jongeren eet elke dag fruit en 43% eet elke dag groente. Water drinken gebeurt bij 75% dagelijks, al worden er ook gemiddeld 12 glazen suikerhoudende drank en 6 blikjes energydrank per week per persoon genuttigd. Het alcoholgebruik (afgelopen 4 weken alcohol nuttigen) laat een dalende trend zien. Dit is gedaald naar 30% in 2019 ten opzichte van 51% in 2005. Het percentage rokende jongeren was al jaren dalend, maar laat in 2019 een kleine stijging zien (7% in 2019, 5% in 2015). De voedingsgewoonte van jongeren op het HAVO-VWO zijn beter dan die van jongeren op het MBVO (m.u.v. energydrank). Het percentage jongeren dat voldoet aan de NNGB is gedaald naar 18% en het beeldschermgebruik (minimaal 3 uur per dag) is toegenomen naar 57%. Het percentage jongeren dat vanwege ziekte van school verzuimt is gestegen naar 42%. Jongeren zijn over het algemeen (80% of meer) tevreden met de verschillende aspecten van hun leefomgeving (ov, openbare ruimte, hangplekken, sportmogelijkheden, voet- en fietspaden). Een minderheid van 5% van de jongeren geeft aan dat zij thuis enige tot grote moeite hebben met rondkomen.

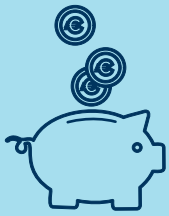
4) Dit is gebaseerd op de meeste recente onderzoekscijfers die er zijn.
5) Nederlands Centrum Jeugdgezondheid, op basis van JGZ registratie GGD Limburg-Noord.
6) De Nederland Norm Gezond Bewegen (NNGB) is een richtlijn voor de gewenste hoeveelheid lichaamsbeweging vanuit gezondheidskundig oogpunt.
7) Deze cijfers maken onderdeel uit van een uitgebreider onderzoek dat inzicht geeft in de gezonde leefstijl van de basisschoolleerlingen van Weert. Dit onderzoek wordt periodiek uitgevoerd naar aanleiding van de inzet van Combinatiefuncties.
8) Gezondheidsmonitor Jeugd 2019, GGD Limburg-Noord.

Feiten en Cijfers - Kinderen & Jongeren

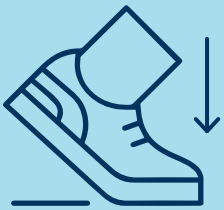


Bewegen verbetert het leervermogen en werkt positief op psychische klachten (stress, verslaving en depressiviteit)[9].

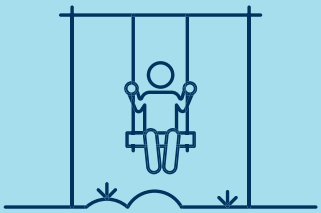
Er is een positieve relatie tussen lichamelijke activiteiten en een positief zelfbeeld van kinderen en jongeren[10].



Jongeren die normactief zijn (voldoen aan de NNGB) maken jaarlijks 9000 euro minder zorgkosten dan jongeren die inactief zijn[11].



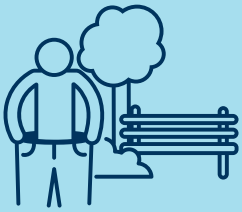
Vooral een tekort aan lichaamsbeweging onder 4-17 jarigen heeft een sterk negatief welvaartseffect[12].



Buitenspelen vermindert onder andere overgewicht[13], draagt bij aan cognitieve, sociale en emotionele ontwikkeling en verbetert de taalvaardigheid[14].

In groene wijken wordt 10% meer buiten gespeeld door kinderen. Ook jongeren tussen de 12-17 jaar bewegen meer wanneer ze opgroeien in een groene omgeving[15].

In groene wijken komt 15% minder overgewicht voor bij kinderen[16].



Het percentage kinderen met overgewicht in gebieden met veel groen (parken, bossen en natuurgebieden) is ongeveer 18% lager dan in niet-groene gebieden[17].

9) Scherder, 2011.
10) Ekeland, 2005.
11) Lubbe, 2011.
12) PwC, 2020.
13) Young children in urban areas: Links among neighborhood characteristics, weight status, outdoor play, and television watching - https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0277953611000281
14) Developmental Benefits of Play for Children - https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00222216.1990.11969821
15) Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit, 2020.
16) Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit, 2020.
17) Vreke, 2006.

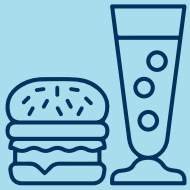
2.2 Volwassenen

Volwassen inwoners van Weert beoordelen hun eigen gezondheid met gemiddeld een 7,2[18]. Van volwassenen in de leeftijd 18-64 jaar voldoet 54% aan de NNGB en bij de groep 65+ is dit 76%. Toch is er bij veel volwassenen sprake van overgewicht. In de leeftijdsgroep 19-64 jaar heeft 48% overgewicht, voor de groep 65+ ligt dit percentage op 56%. Als het gaat om verbeteren van de eigen gezondheid geeft bijna de helft van de volwassenen (48%) aan dit te willen doen op het gebied van lichaamsfuncties (o.a. bewegen, alcohol, roken, fruit- en groenteconsumptie, zittend gedrag). Meer dan de helft van deze doelgroep is tevreden met zijn/haar leven (65%-69%). In bijlage 4 zijn cijfers terug te vinden over de gezondheidssituatie van de volwassenen aan de hand van de zes waarden van Positieve Gezondheid.

De NNGB voor volwassenen: minstens 5 dagen in de week, minimaal een half uur matig lichamelijk actief zijn (wandelen, fietsen, tuinieren).

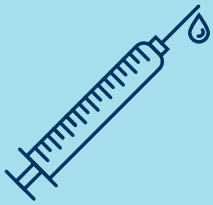
Belangrijke focus voor Weert
overgewicht - bewegen (19-64 jaar) - voeding (groente, fruit, drank) - chronische aandoeningen (65+ jaar) - eenzaamheid

Feiten en Cijfers - Volwassenen

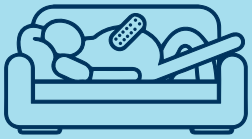


Bijna 19 procent van de sterfgevallen in Nederland is te wijten aan de gevolgen van een tekort aan lichaamsbeweging, overgewicht, en een ongezonde voeding[19].

Ouderen die genoeg bewegen (voldoen aan de NNGB) maken per jaar 3000 euro minder zorgkosten dan senioren die onvoldoende actief zijn[20].

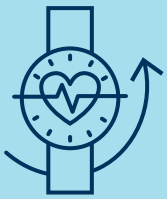


40% van de nieuwe gevallen van diabetes type 2 hangt samen met overgewicht, 10% direct met inactiviteit[21].



20% van de beroertes kan worden toegeschreven aan lichamelijke inactiviteit[22].

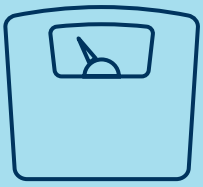
Jaarlijks hangt 1,2 miljard euro van de zorgkosten samen met overgewicht[23].



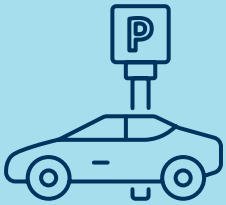
Wanneer iedereen voldoende beweegt zouden mannen 0,7 jaar en vrouwen 1,2 jaar langer leven[24].

18) Onderzoek Positieve Gezondheid Weert, Gemeente Weert 2019.
19) PwC, 2020.
20) Lubbe, M, e.a., 2011.
21) In 't Panhuis-Plasmans, 2012.
22) In 't Panhuis-Plasmans, 2012.
23) Nota Overgewicht, 2009.
24) In 't Panhuis-Plasmans, 2012.

In weinig groene wijken meldden zich jaarlijks meer bewoners met een angststoornis of depressie bij de huisarts, dan in een wijk met veel groen[25].



Een woon-werkafstand tussen 0-7 km fietsend overbruggen kan leiden tot en relatieve daling van 0,2 kg. per jaar[26].



Als volwassenen minder autorijden en meer fietsen wordt de ziektelast door lichamelijke inactiviteit na 1 jaar met maximaal 1,3% gereduceerd[27].

De verschuiving van auto- naar fietsgebruik heeft een bevorderlijk effect op de totale levensverwachting, toename van 3 tot 14 maanden[28].

25) Maas, 2009.
26) Storm, 2006.
27) Kempen, 2009.
28) De Hartog, 2010.

3. Waar willen we naar toe?

Onze visie op gezondheid en de huidige gezondheidssituatie van onze inwoners leiden tot de vraag wat er nodig is om onze samenleving vitaal en gezond te houden. Welke onderwerpen zijn daarbij voor ons essentieel? Waar leggen we focus? Wat is hierbij onze eigen rol? Welke doelen en resultaten streven we na?

3.1 Ambities

Positief Gezond Weert

Weert wil graag gezonde en gelukkige inwoners. Hoe dat eruit ziet bepaalt iedereen zelf. Toch kunnen we als gemeente een duwtje in de goede richting geven. Niet met opgeheven vinger, niet dwingend, maar stimulerend en inspirerend. Gelijkwaardig en op gepaste afstand. We kunnen inwoners prikkelen door gezonde en verantwoorde keuzes aantrekkelijk te maken. Door volop mogelijkheden te bieden om mee te kunnen doen, andere mensen te ontmoeten en in beweging te komen. En door hen uit te nodigen zelf in beweging te komen.

"Inwoners van Weert, jong en oud, groeien op en leven in een gemeente waar aandacht is voor Positieve Gezondheid en activiteiten worden ondernomen om een gezonde leefstijl (blijvend) te stimuleren. In een omgeving waar de gezonde keuze een mogelijkheid is en steeds vaker de meest vanzelfsprekende. Waar samenwerking tussen gemeente, maatschappelijke organisaties, vrijwilligers, bedrijven, ondernemers én inwoners leidt tot initiatieven en mogelijkheden om dátgene wat bijdraagt aan Positieve Gezondheid in Weert te realiseren."

'Gezond opgroeien en gezond ouder worden in een gezonde omgeving'.

Gezond opgroeien en ouder worden

De basis voor een goede gezondheid leg je aan het begin. Vanaf de geboorte van een kind of eigenlijk al negen maanden daarvoor. Hoe beter deze basis wordt gelegd, des te groter de kans op een goede gezondheid op latere leeftijd. En een goed voorbeeld doet volgen: kinderen worden in de meeste gevallen ook weer ouders van kinderen. Het is bekend dat het meeste effect van gezondheidsinterventies te verwachten is tijdens de eerste levensfasen. Om die reden leggen we met dit gezondheidsbeleid dan ook de focus bij het bevorderen en stimuleren van de gezondheid van onze jongste inwoners (kinderen en jongeren). Voldoende bewegen[29] overgewicht, roken, leefstijl, alcohol, buitenspelen en bewegen in de fysieke ruimte zijn daarbij de belangrijkste thema's.

'Gezond opgroeien de normaalste zaak van de wereld maken'.

Jongeren op Gezond Gewicht 2020.

Bij de inzet van activiteiten hebben we oog voor achterliggende factoren (o.a. gezondheidsvaardigheden, armoede en leefomgeving). Gezondheid wordt immers door meerdere factoren beïnvloed en andersom heeft gezondheid een effect op tal van factoren. Een goede gezondheid betekent meer kansen voor een goede kwaliteit van leven, hogere participatie, meer samenredzaamheid, geluk en veerkracht en minder maatschappelijke- en zorgkosten. Gezondheid loopt als een rode draad door de diverse beleidsdomeinen waar we als gemeente een verantwoordelijkheid in hebben.

Als interventies om obesitas en een tekort aan lichaamsbeweging tegen te gaan kiezen onderzoekers voor lokale publiciteitscampagnes in combinatie met intensieve lifestyleprogramma's (coaching).

PwC, 2020.

29) Institute for Positive Health, 2020

‘Met gezond ouder worden moet je jong beginnen’

Gezonde fysieke en sociale omgeving

De omgeving waarin mensen wonen, werken en leven heeft invloed op hun gezondheid. Dit geldt voor zowel de sociale omgeving als de fysieke omgeving. Wanneer beiden worden ingericht om te verleiden tot bewegen, spelen, gezonde keuzes te maken, te ontspannen of elkaar te ontmoeten heeft dit een positieve invloed op gezondheid en welbevinden. We willen meer aandacht hebben voor deze positieve invloed en kansen aangrijpen om invulling te geven aan een beweegvriendelijk omgeving bij de (her)ontwikkeling van fysieke en sociale omgevingen in Weert. Dit geldt ook voor rookvrije gebieden. Aandacht hebben voor een gezonde omgeving betekent niet dat er altijd grote veranderingen of aanpassingen nodig zijn. Kleine aanpassingen kunnen een groot effect hebben.

We kijken met de bril van Positieve Gezondheid naar de fysieke en sociale leefomgevingen die Weert rijk is en maken ‘Gezondheid’ een vast onderdeel van de belangenafweging in/bij ruimtelijk beleid.

‘Een gezonde fysieke omgeving kan bijdragen aan vermindering van eenzaamheid en overgewicht. Een ongezonde omgeving kan een bron van ziektelast zijn

Landelijke nota gezondheidsbeleid, 2020-2024.

3.2 Doelen en resultaten

De doelen en resultaten die we nastreven met het gezondheidsbeleid zijn het resultaat van het samenbrengen van onze visie op gezondheid, de huidige gezondheidssituatie van onze inwoners en onze ambities. In het figuur op de volgende pagina is dit weergegeven.

Visie Sociaal Domein

Samen aan de slag met talent: iedereen telt mee, doet mee en draagt bij naar vermogen.

Visie gezondheidsbeleid

Positief Gezond Weert: gezond opgroeien en ouder worden in een gezonde omgeving.

Maatschappelijke effecten

- Inwoners krijgen beter passende ondersteuning. Zo preventief mogelijk, zo kort als mogelijk en zo lang als nodig.
- Vergroten van de zelfredzaamheid van inwoners.
- Meer inwoners doen mee, inclusieve samenleving.
- Versterken van de samenredzame maatschappij.

Doelen Sociaal Domein

- Meer kwetsbare inwoners veilig (langer) zelfstandig wonen
- Meer jeugdigen groeien gezond en veilig op en krijgen gelijke kansen talenten te ontwikkelen
- Meer inwoners hebben een gezonde leefstijl
- Meer inwoners benutten en ontwikkelen hun talenten
- Het waarborgen van een zo veilig mogelijke leef-omgeving
- Bevorderen van de leefbaarheid en de sociale cohesie van de maatschappij

Doelen Gezondheidsbeleid

- **Gezond opgroeien in een gezonde omgeving**
- **Gezond ouder worden in een gezonde omgeving**
- **Gezonde leefomgeving algemeen**

Resultaten Gezondheidsbeleid

Relatie met:
Jeugdbeleid, Jeugdhulp, Onderwijsbeleid, Cultuurbeleid, Sportbeleid, Welzijnsbeleid, Armoedebeleid, Combinatiefuncties, Speelruimteplan, Uitvoeringsplannen Sociaal Domein (Een plan voor elk thuis, Versterking jeugd en jong volwassenen).

1. Kinderen/jongeren groeien op in een veilige thuissituatie.
2. Ouders worden ondersteund bij opvoeding en –vraagstukken.
3. Meer kinderen/jongeren voldoen aan de NNGB en bewegen voldoende.
4. Preventie en reductie van overgewicht en/of bewegingsachterstanden.
5. Sportieve en culturele vorming met kwaliteit in het primair onderwijs.
6. Leeseducatie met kwaliteit binnen het primair onderwijs.
7. Alle scholen hebben 'Gezond Schoolbeleid' of een vignet 'Gezonde School'.
8. Meer aandacht voor gezonde voeding en gezonde leefstijl binnen de kindomgeving (groente, fruit, water)
9. Minder gebruik van genotsmiddelen bij door jongeren (roken, drank en drugs).
10. Sport en bewegen is voor alle kinderen/jongeren toegankelijk.
11. Meer kinderen/jongeren spelen buiten.
12. Speeltuintjes en –plekken nodigen uit tot bewegen, spelen en ontmoeten.
13. Volledig rookvrij opgroeien.

Resultaten Gezondheidsbeleid

Relatie met:
Participatiebeleid, Wmo beleid, Welzijnsbeleid, Cultuurbeleid, Armoedebeleid, Combinatiefuncties, Uitvoeringsplannen Sociaal Domein (Preventie, Dementie, Participatie).

1. Meer volwassenen voldoen aan de NNGB en bewegen voldoende.
2. Preventie en reductie van overgewicht en/of bewegingsachterstanden.
3. Preventie van eenzaamheid en dementie door inzet van bewegen.
4. Sport en bewegen is voor iedereen toegankelijk.
5. Meer aandacht voor gezonde voeding en gezonde leefstijl binnen werk-, woon- en leefomgeving (groente, fruit, water en bewegen).

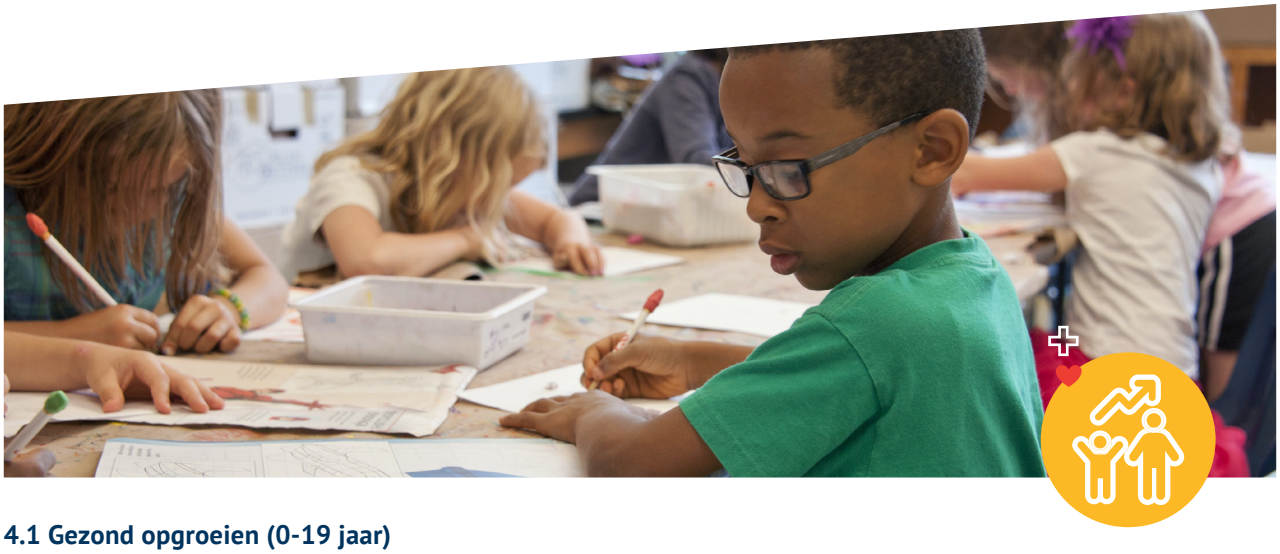
Resultaten Gezondheidsbeleid

Relatie met:
'Werken aan Weert 2030'. Omgevingswet/omgevingsvisie. Openbaar gebied algemeen, Landbouwvisie, Sportbeleid, Combinatiefuncties, Veiligheid

1. Meer aandacht voor gezondheid en bewegen in de openbare ruimte.
2. Meer sportverenigingen hebben een 'gezonde sportkantine'.
3. Meer rookvrije plekken.
4. Meer mensen voelen zich veilig.

4. Wat gaan we doen?

Gezond opgroeien en ouder worden in een gezonde omgeving klinkt mooi, maar gaat niet (altijd) vanzelf. Passend bij onze rol (stimulerend, inspirerend en gelijkwaardig) geven we uitvoering aan activiteiten, stimuleren we initiatieven en bieden we mogelijkheden voor inwoners om mee te kunnen doen. Succesvolle bestaande activiteiten continueren we en waar mogelijk grijpen we nieuwe kansen aan. In het 'Uitvoeringsplan Positief Gezond Weert', dat separaat is bijgevoegd, zijn alle concrete activiteiten die we uitvoeren beschreven.



4.1 Gezond opgroeien (0-19 jaar)

Weert wil graag gezonde en gelukkige inwoners. Hoe dat eruit ziet bepaalt iedereen zelf. Toch kunnen we als gemeente een duwtje in de goede richting geven. Niet met opgeheven vinger, niet dwingend, maar stimulerend en inspirerend. Gelijkwaardig en op gepaste afstand. We kunnen inwoners prikkelen door gezonde en verantwoorde keuzes aantrekkelijk te maken. Door volop mogelijkheden te bieden om mee te kunnen doen, andere mensen te ontmoeten en in beweging te komen. En door hen uit te nodigen zelf in beweging te komen.

Thuis gezond opgroeien

Het is bekend dat ontwikkelingsachterstanden in de jonge jaren van een kind op latere leeftijd niet of nauwelijks meer worden ingelopen. Om die reden vinden we het van belang om onze jongste inwoners zo vroeg mogelijk te stimuleren tot een gezonde leefstijl vanuit Positieve Gezondheid. Voldoende beweging, gezonde voeding en mentale activiteiten hebben niet alleen positieve invloed op de fysieke/lichamelijke gezondheid van jongeren, maar ook leerprestaties en de cognitieve en sociale ontwikkeling. Ouders hebben, als opvoeders, een primaire rol in het bevorderen van de gezondheid en goede leefstijl bij hun kinderen. Een goed voorbeeld doet goed volgen. Daar waar ouders niet of niet voldoende kunnen zorgen voor een gezond opgroeiklimaat voor hun kinderen hebben we hiervoor aandacht en zetten we in op verbetering van de situatie en/of omstandigheden en ondersteuning van de ouders. In samenwerking met specialistische organisaties (o.a. Centrum Jeugd en Gezin, GGD en Punt Welzijn) gerichte hulp en ondersteuning voor ouders en volgen we de ontwikkeling van kinderen en jongeren waarbij gezond opgroeien niet vanzelfsprekend is.

Gezond ontwikkelen

Naast de thuisomgeving is de schoolomgeving (school, opvang) een belangrijke plek waar de gezondheid en leefstijl van kinderen en jongeren wordt beïnvloedt. De schoolomgeving biedt het klimaat waar kinderen en jongeren zich kunnen ontplooien, talenten kunnen ontdekken, sociale contacten ontwikkelen. We faciliteren het onderwijs om gezondheid en gezonde leefstijl in een gezonde schoolomgeving te stimuleren bij kinderen. Daarnaast zetten we ons in voor het minimaliseren van taalachterstanden bij jongeren, preventie van alcohol, drugsgebruik en (cyber)pesten. Specifieke aandacht gaat uit naar de 14-18 jarigen, want deze doelgroep is

beperkt in beeld. We willen graag zicht krijgen op hun gezondheidssituatie, wat hen drijft, bezighoudt en boeit. Dit om uitval van jongeren vanwege gezondheidsachterstanden (in brede zin) te voorkomen en hun ontwikkeling te stimuleren.

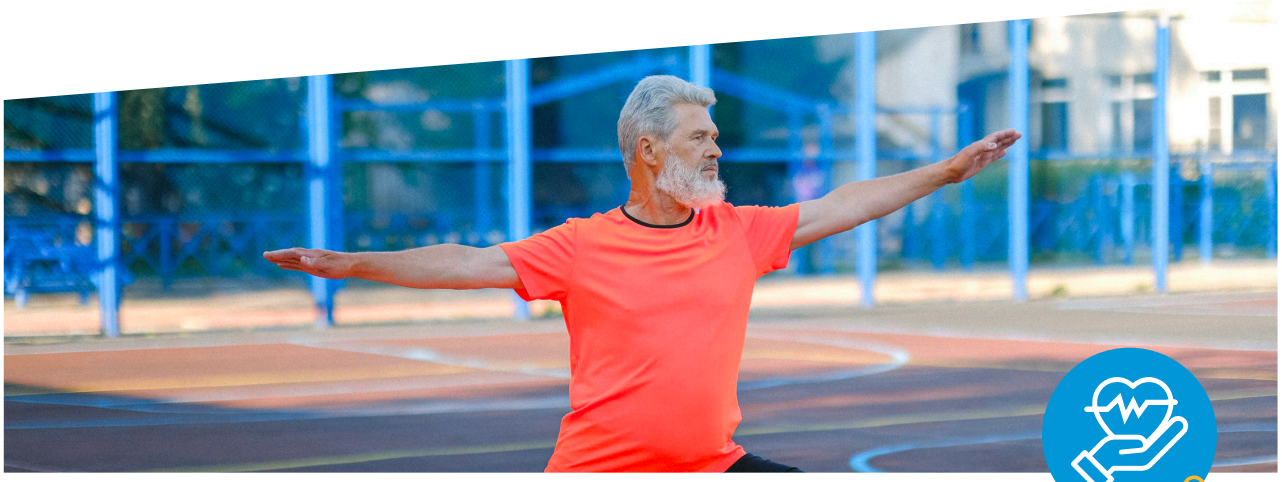
Sport en cultuur

Sport- en culturele verenigingen zijn belangrijke plekken waar in grote mate wordt bijgedragen aan de gezondheid van kinderen/jongeren. Bij verenigingen kunnen kinderen/jongeren onder andere 'meedoen' in een sociale context, werken aan hun fysieke en/of mentale gezondheid, zichzelf een doel stellen (zingeving). We faciliteren sport- en culturele verenigingen om aanbod te realiseren voor kinderen, stimuleren kinderen om kennis te maken met het lokale aanbod en ondersteunen sportverenigingen in hun rol als maatschappelijke organisatie met een toekomstbestendig karakter. We ondersteunen verenigingen bij het ontwikkelen van een goed pedagogisch klimaat in situaties die bijzondere aandacht vragen en verlagen de financiële drempel om deel te nemen aan sport en cultuur door ervoor te zorgen dat dit voor ieder kind in Weert toegankelijk is.

Rookvrij

Ieder kind dat geboren wordt moet de kans krijgen om volledig rookvrij op te groeien. Rookvrij opgroeien willen we vanzelfsprekend maken. Dat betekent dat kinderen een rookvrije zwangerschap doorlopen, naar een rookvrije kinderopvang en school gaan, spelen in rookvrije speeltuinen, hobby's uitoefenen bij een vereniging en in een gebouw waar niet gerookt wordt. Bij uitvoering van het gezondheidsbeleid en andere beleidslijnen hebben wij hier aandacht voor en stimuleren onze samenwerkingspartners hetzelfde te doen.

Relatie en samenwerking met andere beleidsdomeinen
Jeugdbeleid – Jeugdhulp – Onderwijsbeleid – Cultuurbeleid – Sportbeleid – Wmo – Armoedebeleid – Combinatiefuncties – Speelruimteplan – 'Een plan voor elk thuis' (Uitvoeringsplan sociaal domein) - 'Versterking jeugd en jong volwassenen' (UVP SD).



4.2 Gezond ouder worden (19-65+ jaar)

Bewegen, voeding en leefstijl

We streven ernaar dat inwoners zo veel mogelijk zelf- en samenredzaam zijn in het behouden en bevorderen van hun gezondheid. Over het algemeen zijn zij uitstekend in staat om hier zelf in te voorzien. Toch is het wenselijk dat we inwoners stimuleren om voldoende te bewegen en te zorgen voor een gezonde leefstijl. Het aantal volwassen in Weert met overgewicht geeft daar aanleiding toe. In samenwerking met lokale partners

plegen we inzet om voldoende beweging, gezonde voeding en een gezonde leefstijl meer vanzelfsprekend te maken binnen de woon-, werk- en leefomgeving.

Daarnaast hebben we specifieke aandacht voor mensen met een lage sociaal economische status (lage SES). Zij hebben meer risico op gezondheidsproblemen[30] en vormen daardoor een belangrijke aandachtsgroep voor de gezondheidszorg. Deze gezondheidsproblemen zijn vaak onderdeel van achterliggende problematiek zoals schulden, armoede, eenzaamheid, laaggeletterdheid en werkloosheid. Ook omgevingsfactoren hebben invloed op de gezondheid, zoals de fysieke en sociale leefomgeving, de kwaliteit van huisvesting en de (fysieke) toegankelijkheid en kwaliteit van voorzieningen. Samenwerking met andere beleidsterreinen is in dit kader essentieel om leefstijlverandering te bewerkstellingen met een betere gezondheid als positief gevolg.

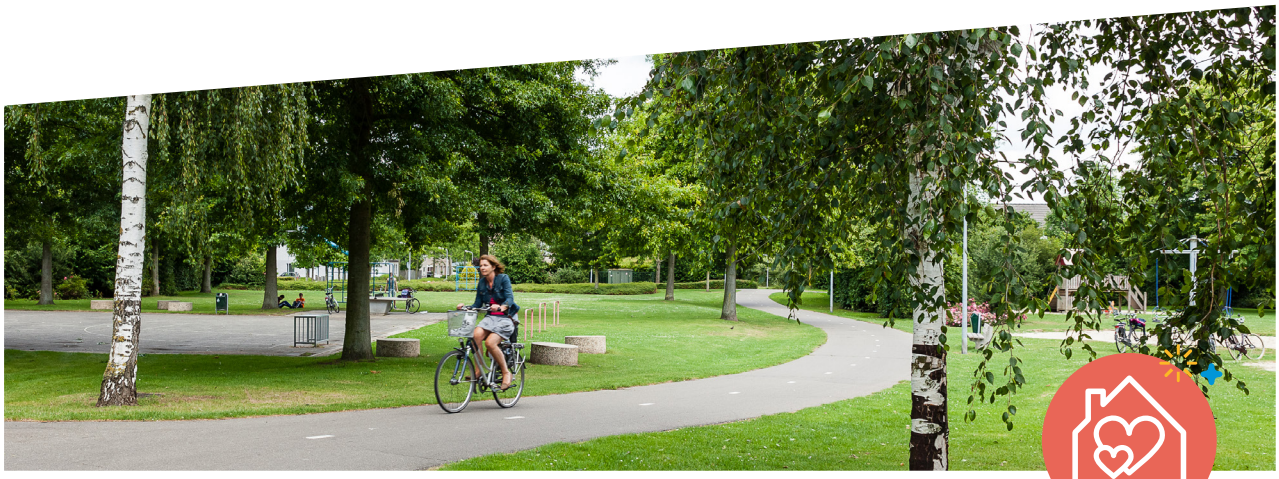
Eenzaamheid en dementie

Ongeveer de helft van de volwassenen (42%-52%) heeft aangegeven zich (wel eens) eenzaam te voelen. Eenzaamheid veroorzaakt gezondheidsrisico's, kan een oorzaak zijn van ongezond gedrag en maakt ongelukkig[31]. Vanuit het beleidsterrein WMO wordt op diverse fronten inzet gepleegd om eenzaamheid te voorkomen en te verminderen. De inzet van bewegen (en sport) heeft meerwaarde als het gaat om bestrijden van eenzaamheid.

Naast eenzaamheid is dementie ook een bepalende factor als het gaat om gezondheid en kwaliteit van leven. Als gevolg van de vergrijzing zal het aantal mensen met dementie in de toekomst stijgen. We willen alles in het werk stellen om mensen met dementie zo lang mogelijk kwaliteit van leven te laten ervaren. Sport en bewegen zijn daarbij effectieve instrumenten. Binnen het uitvoeringsprogramma Dementievriendelijk Weert wordt ingezet op het realiseren van de beste dementiezorg en een beweging op gang te krijgen waarbij maatschappelijke organisaties, zorgaanbieders, ondernemers en verenigingen zich betrokken voelen bij het thema dementie en hun steentje bij willen dragen aan een dementievriendelijk Weert.

Relatie en samenwerking met andere beleidsthema's

Wmo – Participatie - Eenzaamheid - Dementie - Armoedebeleid – Combinatiefuncties – 'Goede toegang tot zorg en ondersteuning' (Uitvoeringsplan Sociaal Domein) – 'Inwoners doen en tellen mee' (UVP SD) – 'Dementievriendelijk Weert (UVP SD)



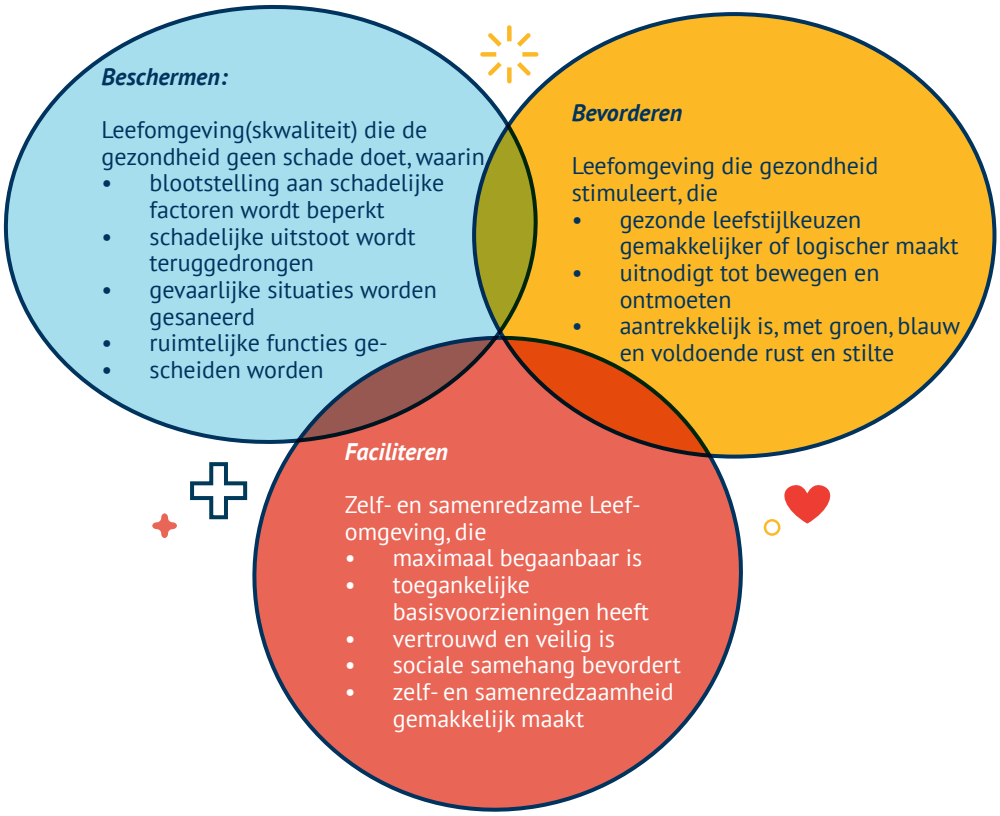
4.3 Gezonde omgeving

Fysieke en sociale leefomgeving

De fysieke leefomgeving speelt een belangrijke rol in het sociaal domein. Een veilige, gezonde en sociale

30) Uit cijfers blijkt dat deze doelgroep inwoners meer rookt, vaker problemen heeft met overgewicht, minder beweegt en ongezonder eet.
31) Onder meer depressie, hart- en vaatziekten, Alzheimer, diabetes, weinig bewegen, ongezond eten, gebruik verslavende middelen.

woonomgeving draagt bij aan de maatschappelijke effecten die we willen bereiken in het sociaal domein. Het gaat dan onder andere om positieve gezondheid, om je prettig voelen in je eigen buurt, de wijze waarop de publieke ruimte is ingericht, wonen met voldoende recreatieve en natuurrijke voorzieningen in de buurt en de mogelijkheid hebben daar gebruik van te maken. In samenwerking met de ruimtelijke beleidsdomeinen (o.a. landbouw, groen, natuur, biodiversiteit) streven we vanuit het gezondheidsbeleid naar een leefomgeving die gezondheid stimuleert en verleidt tot gezond gedrag. De focus ligt hierbij in het 'bevorderen', daarnaast denken we mee bij vraagstukken in het kader van het optimaliseren van de leefomgeving(skwaliteit) ('beschermen' en 'faciliteren'). In bijlage 5 is een uitwerking opgenomen ter inspiratie dient voor mogelijkheden in de 'Ruimtelijke vertaling naar Positieve Gezondheid'.



Beweegvriendelijke omgeving

We willen bewegen 'meer vanzelfsprekend maken', dit draagt immers bij aan de positieve gezondheid en fitheid van onze inwoners. Een beweegvriendelijke omgeving stimuleert, faciliteert en daagt uit om meer te bewegen[32]. Maar een beweegvriendelijke omgeving is nog veel meer dan dat. Onderzoek toont dit aan[33]. In bijlage 6 zijn de feiten en cijfers met betrekking tot de invloed van een beweegvriendelijke omgeving uitgewerkt. We hebben daarom aandacht voor de aanwezigheid van groen en beweegvriendelijke elementen, zoals de toegankelijkheid, veiligheid en aantrekkelijkheid van de fysieke ruimte. We willen stimuleren tot meer actief transport (meer wandelen en fietsen, minder autoverkeer) en buitenspelen, beiden vanwege de positieve gezondheidseffecten. We verruimen de mogelijkheden voor sport en spel in de openbare ruimte en bevorderen het meer dagelijks bewegen van kinderen/jongeren door speelvoorzieningen in te richten naar leeftijd, doelgroep en behoefte.

Relatie en samenwerking met andere beleidsthema's

Werken aan Weert 2030 – Omgevingswet/omgevingsvisie – Landbouwvisie – Groen, natuur en landschap – Biodiversiteit - Verkeer en vervoer

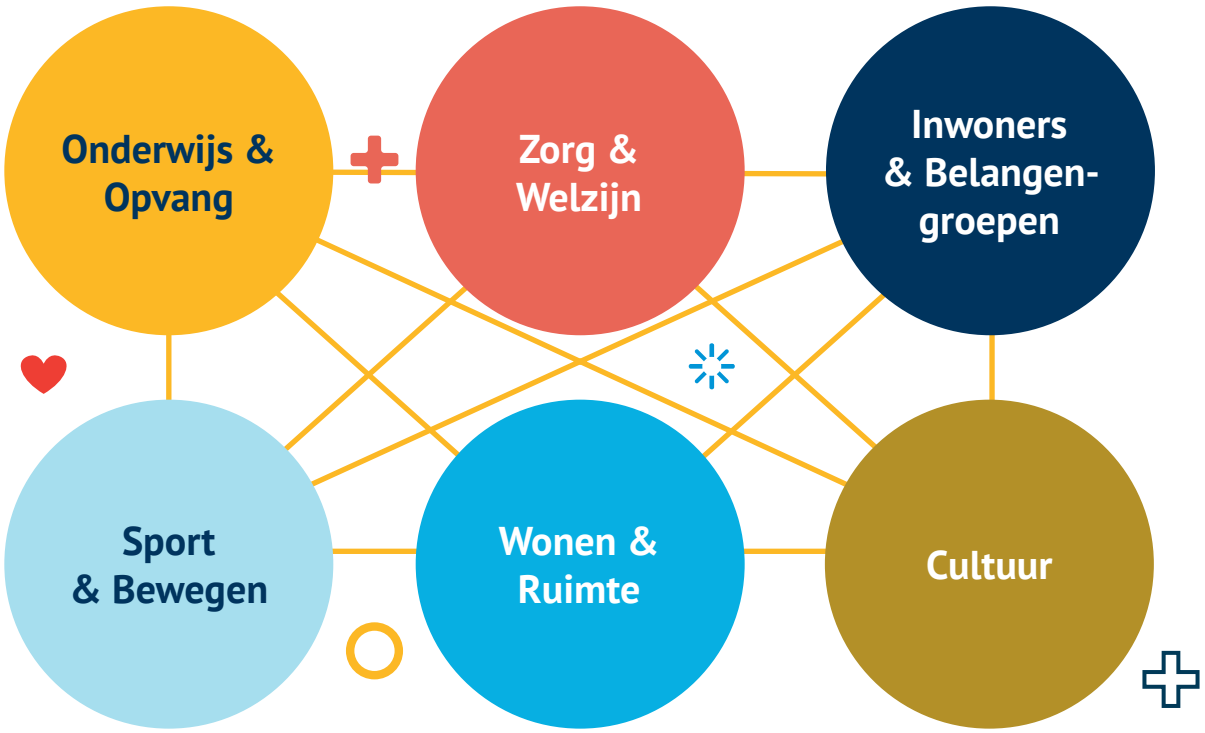
32) Cammelbeeck, 2013.
33) Onderbouwing van argumenten voor een beweegvriendelijke omgeving, TNO, z.j.

5. Met wie gaan we dit doen?

Samenwerken. Het woord dat past bij de wijze waarop we uitvoering geven aan de activiteiten en interventies van het gezondheidsbeleid. Niet als gemeente bepalen en uitvoeren, maar in samenwerking met inwoners en maatschappelijke- en lokale organisaties uitvoering geven aan het gezondheidsbeleid. En daar waar succesvolle initiatieven ontstaan vooral de kracht van burgerparticipatie en samenredzaamheid laten gelden. Veel activiteiten hebben geen gemeentelijke 'bemoeienis' nodig om succesvol te zijn.

Interne samenwerking
Gezondheid vormt als het ware een rode draad binnen alle beleidsterreinen waar we als gemeente een rol in hebben. Immers, gezondheid wordt door veel factoren bepaalt en andersom is gezondheid bepalend voor veel factoren (bijv. leefklimaat, participatie, veiligheid). Interne samenwerking, over de domeinen en afdelingsgrenzen heen, is essentieel en mede bepalend voor de mate waarin we erin slagen om gezond opgroeien en gezond ouder worden in een gezonde omgeving te realiseren.

Netwerk van gezondheidspartners
Veel maatschappelijke – en lokale organisaties zetten zich in voor het stimuleren en bevorderen van de gezondheid van onze inwoners. Het Weerter netwerk van gezondheidspartners is groot en divers, onderstaande afbeelding maakt dit duidelijk. Zeker wanneer we vanuit Positieve Gezondheid redeneren dat gezondheid niet enkel fysieke gezondheid betreft.



6. Wat gaat het kosten?

Een goede gezondheid is onbetaalbaar. Het stimuleren van een goede gezondheid bij al onze inwoners is dat ook. Hoewel we als gemeente al veel doen om de gezondheid van onze inwoners te bevorderen dienen we keuzes te maken. Simpelweg omdat we niet alles kunnen doen. Op basis van de focus die we met het gezondheidsbeleid hebben (hoofdstuk 3 en 4) zetten we financiële middelen in voor activiteiten die bijdragen aan het doel 'gezond opgroeien en ouder worden in een gezonde omgeving'. Samenwerking met andere beleidsdomeinen maakt het mogelijk dit doel ook na te streven binnen andere disciplines en bijbehorende budgetten.

6.1 Activiteiten

Vanuit diverse beleidsterreinen geven we uitvoering aan activiteiten die direct of indirect bijdragen aan gezondheidsbevordering en preventie. Sommige van deze activiteiten worden al jarenlang uitgevoerd, andere korter. Het gaat om activiteiten in de daadwerkelijke uitvoering (micro-mesoniveau), maar ook op beleidsmatig niveau (macroniveau). Onderstaand zijn enkele activiteiten die we in 2020 hebben uitgevoerd, ter illustratie, weergegeven. Deze lijst is niet uitputtend.

Voor je lichaam zorgen is een investering. Je krijgt er iets voor terug wat onbetaalbaar is.

Gezond opgroeien in een gezonde omgeving

- Jeugdgezondheidszorg (0 – 16 jaar)
- Opvoedondersteuning CJG (0-23 jaar)
- Kansrijke start (voorzorg, NunietZwanger, PrePare)
- Buurtgezinnen
- Gezin Gezien
- Taalestafette
- Inzet combinatiefunctionarissen (sport en cultuur)
- Lekker Fit Week
- Speaking Minds
- Jongeren Op Gezond Gewicht
- Uitvoeringsplan Versterking Jeugd en jong volwassenen

Gezond ouder worden in een gezonde omgeving

- Buurthulp
- Sociale martkplaats
- Automaatje
- Eetpunten
- Dementiemaatjes
- Beweegmakelaar
- Netwerk Gezond Samen Leven
- Uitvoeringsplannen Preventie, Dementie en Participatie

Gezonde leefomgeving algemeen

- Gezonde Sportkantines
- Gezonde Schoolaanpak
- Omgevingswet (visievorming)
- Landbouwvisie

Ambities om bestaande activiteiten uit te bouwen en te laten groeien zijn er volop, evenals de ambities om nieuwe activiteiten te ontplooien. Juist ook op terreinen waar tot op heden nauwelijks of geen aandacht voor is geweest. Aan de hand van de zes dimensies van Positieve Gezondheid wordt inzet van beleid en activiteiten gepleegd, met een evenwichtige balans tussen de domeinen. Een overzicht van nieuwe activiteiten (incl. begroting) is uitgewerkt in bijlage 7, met een koppeling naar de resultaten uit de doelenboom (pagina 14). Voor 2021 zijn er geen financiële middelen beschikbaar om deze nieuwe activiteiten uit te voeren. Het voortzetten van de huidige activiteiten uit 2020 is wel mogelijk. Voor de jaren 2022 en verder worden financiële middelen gevraagd bij de begrotingsbehandeling.

6.2 Ambtelijke inzet

Uitvoering en opvolging van Positief Gezond Weert 2021-2024 gaat niet vanzelf. Ambtelijke inzet is bepalend voor de mate waarin activiteiten efficiënt en effectief worden uitgevoerd en ambities en doelstellingen worden gerealiseerd. Maar ook het verbinden van beleidsterreinen, het verbinden van mensen (in- en extern), belangen, doelen en activiteiten vraagt tijd en aandacht. Er is 12 uur per week ambtelijke capaciteit beschikbaar om het ambassadeurschap van Positieve Gezondheid en een coördinerende rol uit te voeren.

Bijlage 1: Participatietraject

Interne participatie		
Domein/afdeling	*Wie*	*Vorm*
Gezondheid– OCSW	Marjo Janssen	Bilateraal
WMO – OCSW	Linda Vriens en Saskia Doek	Bilateraal
Armoede – OCSW	Tanja van Duuren	Bilateraal
Veiligheid – OCSW	Gerard Lenders	Bilateraal
Cultuur – OCSW	Madelon van Hoef	Bilateraal
Jeugd tot 12 jaar – OCSW	Riek Klaessen	Bilateraal
Jeugd 12-21 – OCSW	Marie-Michéle Stokbroeks	Bilateraal
Sport – OCSW	Juul van Cruchten	Bilateraal
Sociaal Domein Regionaal – OCSW	Gonnie Poell en Jacqueline Brouwers	Bilateraal
Maatschappelijke Opvang en Beschermd Wonen – OCSW	Saskia Doek	Bilateraal
Omgevingswet – Ruimtelijk beleid	Roy Thijssen	Bilateraal
Landbouw – Ruimte en Economie	Peter Kuppens	Bilateraal
Groen, Natuur en Landschap – Ruimtelijk beleid	Werner Mentens	Bilateraal
Biodiversiteit – Ruimte en Economie	Renata Bruinsma	Bilateraal
Ruimtelijk beleid & Ruimte en Economie	Diversen	Interactieve werksessie

Externe participatie		
Activiteit	*Betrokkenen*	*Vorm*
Onderzoek Positieve Gezondheid Weert Dit onderzoek heeft zich gericht op de vraag 'Hoe positief gezond is Weert?'. Inwoners is gevraagd naar hun beleving van gezondheid aan de hand van de zes dimensies van Positieve Gezondheid.	Steekproef van volwassen inwoners (18-100 jaar)	Fysieke en digitale vragenlijst
Symposium Positieve Gezondheid Weert In samenwerking met WIB, GGD en Punt Welzijn is aan de 135 deelnemers om input gevraagd voor het gezondheidsbeleid. Ook heeft Machteld Huber (grondlegger Positieve Gezondheid) een toelichting gegeven op haar gedachtegoed van Positieve Gezondheid.	• Professionals uit zorg, welzijn, sport, onderwijs en wonen sector • Inwoners • Belangengroepen (o.a. gehandicapten, ouderenbond)	Interactieve bijeenkomst

Ketenoverleg overgewicht kinderen Tijdens deze overleggen is gesproken over de huidige stand van zaken m.b.t. overgewicht en de gezondheid van de kinderen en jongeren in Weert en de noodzaak voor het implementeren van een ketenaanpak.	GGD , Sint Jans Gasthuis, vertegenwoordiging huisartsen Weert, CJG, WIB, CF JOGG, Regisseur Ketenaanpak Overgewicht Limburg en gemeente	Bijeenkomst/overleg
Overleg Leefstijlinterventie overgewicht volwassenen Tijdens deze overleggen is gesproken over de huidige stand van zaken m.b.t. overgewicht en de gezondheid van volwassenen in Weert en de noodzaak voor het implementeren van een leefstijlinterventie.	Punt Welzijn, GGD, Lokale leefstijl coaches, Meditta, Regisseur Healthy Life	Bijeenkomst/overleg
Overleg Welbevinden op School In het overleg 'Welbevinden op School' is met ketenpartner GGD en het primair onderwijs gesproken over de huidige sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen in het basisonderwijs. Het project Welbevinden op is onderdeel van De Gezonde School. De Gezonde School is een praktische werkwijze die scholen ondersteunt om structureel bij te dragen aan een goede gezondheid van leerlingen en medewerkers van de school. In Weert hebben we diverse 'Gezonde Scholen'. In het 'Uitvoeringsplan Positief Gezond Weert' zijn deze terug te vinden.	GGD, primair onderwijs Weert	Digitale bijeenkomst
Evaluatie combinatiefuncties Sport, Bewegen en Gezondheid De jaarlijkse evaluatie van de combinatiefunctionarissen sport, bewegen en gezondheid geeft inzicht in de huidige situatie van de basisschoolkinderen op het gebied van o.a. gezondheid, overgewicht, motorische ontwikkeling, leefstijl.	Punt Welzijn	Rapportage en duidingsgesprek

Hoe gezond is Weert?

Kinderen 4 - 12 jaar

Bijlage 2: Gezondheid Kinderen

	4 - 8 jaar	9 - 12 jaar
Dagelijks warm water en/of thee zonder suiker drinken	71%	54%
Dagelijks zoete drank drinken	65%	31%
Dagelijks ontbijten	98%	89%
Dagelijks groente eten	46%	38%
Dagelijks fruit eten	81%	47%
Dagelijks tv kijken	65%	44%
Dagelijks gebruik computer, laptop of spelcomputer	39%	39%
Eigen mobiele telefoon	4%	68%
Dagelijks minimaal één uur per dag bewegen	61%	36%
Dagelijks te voet of met de fiets naar school	38%	65%
Minstens vier dagen per week buiten spelen	62%	38%
Minstens twaalf keer per jaar sporten	85%	85%
Wekelijks sporten	83%	87%
Lid van sportvereniging	57%	78%
Beschikking over zwemdiploma's	58%	91%
Positieve waardering gymlessen	84%	77%
Deelname aan (één van) naschoolse activiteiten	42%	61%
Positieve waardering van naschoolse activiteiten	40%	77%
Bekendheid van (één van de) naschoolse activiteiten	63%	88%

BRON: *Rapportage onderzoek gezonde leefstijl basisschool leerlingen gemeente Weert, Punt Welzijn, 2017*

Hoe gezond is Weert?

Jongeren 13 - 16 jaar

Bijlage 3: Gezondheid Jongeren

Dagelijks leven

	Weert	Regio
Eenoudergezin	11%	9%
Ziek gezinslid (jonge mantelzorger)	13%	12%
Moeite met rondkomen (gezin)	5%	4%
Geld tekort (jongere zelf)	30%	30%
Alcohol (afgelopen 4 weken)	30%	31%
Rookt	7%	5%
E-sigaret (ooit)	22%	22%
Softdrugs (ooit)	7%	6%
Harddrugs (ooit, inclusief lachgas)	5%	3%
Lachgas (ooit)	4%	3%
Gamen (problematisch)	2%	2%

Meedoen

	Weert	Regio
Sociale steun vriend(inn)en	65%	62%
Eenzaamheid (vaak)	4%	4%
Slachtoffer pesten	7%	8%
Slachtoffer cyberpesten	5%	5%
Sexting	2%	3%
Sociale media (problematisch)	9%	6%
Afstand tot homoseksuelen	33%	31%
Lid sportvereniging	69%	68%
Lid andere vereniging	25%	25%

Lekker in je vel zitten

	Weert	Regio
Geluk	83%	85%
Scheiding ouders	23%	23%
Onveiligheid (overdag)	4%	5%
Omgeving (hangplekken)	54%	58%

Nu en later

	Weert	Regio
Ziekteverzuim (≥ 3 dagen)	11%	7%
Spijbelen (≥ 1dag)	14%	9%

	Weert	Regio
Psychosociale problemen (SDQ)	6%	4%
Weerbaarheid (onvoldoende)	7%	8%
Stress	43%	41%

Lichaam

	Weert	Regio
Ervaren gezondheid (goed)	83%	86%
Lichamelijke en/of psychische ziekte	15%	13%
Slapen (niet goed)	21%	18%
Ontbijten (≥5 dagen per week)	74%	78%
Fruit (elke dag)	29%	30%
Groente (elke dag)	43%	47%
Water (elke dag)	75%	73%
Frisdrank (glazen per week)	11,6	11,2
Energiedrankjes (blikjes per week)	5,6	4,7
Bewegen (voldoet aan NNGB)	18%	19%
Beeldschermtijd (≥3 uur per dag)	57%	50%
BMI (o.b.v. zelfrapportage)	80%	78%
Gehoorschade	23%	23%
Seksualiteit (heeft ooit seks gehad)	11%	9%

BRON: *Gezondheidsmonitor Jeugd 2019, GGD Limburg Noord, 2019*

Hoe gezond is Weert?

Volwassenen 19 - 65+ jaar

Bijlage 4: Gezondheid Volwassenen

19 - 64 jaar | 65+ jaar

Eigen gezondheid algemeen

De Weerter inwoner beoordeelt zijn gezondheid met een:

7,2

Verbeteren eigen gezondheid

De Weerter inwoners willen wat betreft gezondheid verbeteren:

Lichaamsfuncties	48%
Kwaliteit van leven	30%
Mentaal welbevinden	28%
Meedoen in de maatschappij	25%

Top 3 gewenste ondersteuning door gemeente Weert

1. Veiligheid
2. Sociale contacten/erbij horen
3. Bewegen/conditie/fit voelen

***BRON:** *Onderzoek positieve gezondheid volwassen inwoners Weert, gemeente Weert, 2019*

Dagelijks functioneren

	19 - 64 jaar	65+ jaar
Chronische aandoeningen	28%	46%
Zorggebruik	37%	54%
Zorgmijden	14%	8%
Mantelzorg ontvangen	1%	9%
HDL - beperkingen*	-**	28%
Fysiek kwetsbaar zijn	-	9%
Ongeval (afgel. 3 maanden)	-	13%
Zorgen over opvoeding	30%	-

Sociaal Maatschappelijk Participeren

	19 - 64 jaar	65+ jaar
Betaald werk	76%	5%
Vrijwilligerswerk	27%	32%
Mantelzorg geven	21%	18%
Gebruik welzijnsvoorziening	-	41%
Sociale netwerk/contacten	25%	26%
Voelt zich eenzaam	42%	52%
Voelt zich sociaal uitgesloten	16%	11%
Voelt zich gediscrimineerd	14%	6%

Kwaliteit van leven

	19 - 64 jaar	65+ jaar
Ervaren gezondheid	81%	61%
Tevredenheid met leven	65%	69%
Mate van geluk	8%	8%
Moeite met rondkomen	18%	9%
Geweld of mishandeling	9%	5%
Ervaren geluidshinder	55%	-

Lichaamsfuncties

	19 - 64 jaar	65+ jaar
Alcohol nuttigen	11%	7%
Roken	21%	11%
Voldoende bewegen	54%	76%
Zittend gedrag	19%	9%
Voldoende fruit & groente	31%	50%
Overgewicht	48%	56%
Lichamelijke beperkingen	11%	25%

BRON: *Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen, GGD Limburg Noord, 2016*

Mentaal welbevinden

	19 - 64 jaar	65+ jaar
Regie over eigen leven	92%	90%
Risico op angststoornis/ depressie	40%	39%

Zingeving

	19 - 64 jaar	65+ jaar
Positieve psychische gezondheid	60%	60%

***HDL**: *Huishoudelijke Dagelijkse Levensverrichtingen*

****Streepje (-):** *betekent dat er geen percentage beschikbaar is.*

Bijlage 5: *Ruimtelijke Vertaling Positieve Gezondheid*

Dagelijks functioneren

Bereikbaarheid OV
- Zorgen voor jezelf

- Voldoende OV stopplaatsen
- Afstand tot stopplaatsen is kort
- Afwerking en inrichting halte
- Bushaltes nabij langzaamverkeerroutes
- haltes in zon

Afstand tot basisvoorzieningen
- Zorgen voor jezelf

- Fijnmazig netwerk van voet- en fietspaden
- Weinig confrontaties tussen verschillende verkeersstromen
- Beschikbaarheid van voorzieningen en bestemmingen
- Bewoners zien graag diversiteit in aanbod, een aparte bakker en een slager naast de supermarkt. Een geldautomaat in de buurt.
- Dichtbij voorzieningen stimuleert inwoners om te wandelen
- 400 meter voor ouderen is een maximale loopafstand

Beloopbaarheid & actief transport
- Je grenzen kennen

- Aandacht voor afstand tussen woon, werk en voorzieningenlocaties
- Bereikbare zorg, zowel fysiek als programmatisch
- Goede hardware en software
- Hoge sociale veiligheid, voorkomen van slecht beheerde openbare ruimtes bewegwijzering om wandelen te stimuleren
- Autovrije zones
- Voorkom blinde gevels aan openbare ruimtes
- Functiemenging in plint, levendigheid ogen op openbare ruimte
- Overzichtelijke oversteekplaatsen, shortcuts,
  snelle langzaamverkeerroutes, veilig verlicht

Kwaliteit van leven

Toegang tot gezond voedsel
- Lekker in je vel zitten

- Grote variatie aan betaalbaar gezond voedsel, op loopafstand
- Kooklessen
- Duurzaam voedsel, stadsakker als ontmoetingspunt
- Voedselproductie in de stad zorgt voor bewustwording over gezond eten en de sociale samenhang in wijken
- Positieve confrontatie met voedselproductie
- Sterke relatie tussen gezond voedsel en toegang tot een groentewinkel
- Maaltijdservice in de wijk, samenwerking tussen locale horeca en zorgaanbieders

Cultuurhistorische elementen
- Genieten

- Bewoners kunnen zich met een bepaalde streek of stad identificeren
- Tastbare elementen en structuren die een beeld geven van onze
- Bewonersgeschiedenis
- Ze vormen orientatiepunten
- Zorgen voor afwisseling
- Lokale bouwmethodieken
- Historische waardes
- Rijksmonumenten
- Identiteit

Groen water, landschap & natuur
- Genieten en geluk

- Mensen voelen zich gezonder in een groene leefomgeving
- Mensen komen minder vaak bij de huisarts
- Stimuleren van beweging, zingeving, verbeteren microklimaat, bevorderen sociale contacten,
- Herstel van stress, ontwikkeling van kinderen
- Op pleinen, plantsoenen en gemeenschappelijke tuinen kunnen mensen elkaar ontmoeten, hierdoor kunnen groene ruimten sociale isolatie en eenzaamheid doorbreken.
- Generatietuin bevordert contact met natuur en elkaar
- Pocketparks, postzegelparkjes, stadspark, stadsmoestuin
- Groen onder collectief beheer met andere collectieve functies

Lichaamsfuncties

Voorzieningen zorg en ondersteuning - *Klachten en pijn*

- Samenwerking tussen wijkgezondheidsnetwerk en eerste lijn
- Beweegprogramma's fysiotherapeuten
- Wijkverpleegkundige als schakel tussen wonen, zorg, welzijn
- Vertrouwensband tussen bewoners en professionals
- Signalering, doorverwijzing, afstemming tussen zorgverleners en beweegaanbieders
- Goed toegankelijke praktijkruimtes
- Gezonde basisvoorzieningen, (drinkwater, zorg, informatie en voeding)
- Informatiepunt over gezonde voeding en bewegen

Ruimte voor sport en speelplaatsen - *Bewegen*

- Publieke ruimte inrichten voor bewegen, recreëeren, ontmoeten en sporten
- Speeltuinen in de stad, spelen op straat en in parken is mogelijk
- Integreren van sport met andere functies
- Herkenbare routes om verschillende sporten te beoefenen, skate wandelen, fietsen, hardlopen etc.
- Geef sport een centrale plek in de wijk, plekken voor sport en spel worden tevens ontmoetingsplekken.
- Meervoudig gebruik van openbare ruimten, openbare ruimte die voor sport en spel maar ook voor andere functies worden gebruikt

Wonen op maat
- Hoe je woont

- Betaalbare woningen
- Vergroot variatie in leeftijd in de wijk
- Zelfmanagement
- Actieve participatie in herontwikkeling van de wijk
- Aantrekkelijk voor meerdere doelgroepen

Mentaal welbevinden

Energietransitie - *Gevoel van controle*

- Zelf regie en controle hebben op energiehuishouding
- Aardbevingsbestendig wonen
- Energieneutraal
- Sluiten van kringlopen op wijk en gebouwniveau
- Passieve opwekking van energie

Mensen betrekken in ontwerpproces - *Communiceren*

- Luister naar wensen en behoeftes
- Bewoners betrekken, jong tot oud
- Vertalen van individuele signalen naar collectief aanbod
- Meer participatie bindt inwoners en bindt ze aan de wijk
- Men voelt zich verantwoordelijk voor de wijk, civil society
- Versterken van bestaande sociale structuren

Variatie in leeftijd - *Communiceren*

- In de sociale stad is ruimte voor differentatie, menging van leeftijdsgroepen
- Goede match tussen voorzieningen en bewoners
- Verbinden van jong tot oud werkt versterkend
- Bewoners betrekken, jong tot oud
- Vertalen van individuele signalen naar collectief aanbod
- Aansluiting op lopende activiteiten

Meedoen

Levendige publieke ontmoetings-plekken - *Sociale contacten*

- Slimme sociaal ruimtelijke relaties
- Ruimte voor menging van leeftijdsgroepen
- Terrasjes op loopafstand
- Goede kroegen
- Vrede scholen

Activiteiten op buurtniveau, dagbesteding - *Samen leuke dingen doen*

- Met elkaar dingen doen schept een band
- Stadstuinen/ eetbaar groen
- Buurtsportwerkactiviteiten
- Collectieve tuinen
- Activiteiten dicht bij huis, bingoavond of dansavond voor ouderen
- Een vaste fysieke locatie is nodig om bewoners bij elkaar te brengen

Functiemenging, mixed use - *Erbij horen*

- Functiemenging bevordert economische vitaliteit
- Relatie wonen, werken, leren versterken
- Broedplaatsen voor startende ondernemers
- Synergie tussen publieke en private ruimte
- Voorzieningspreiding in woningclusters
- Combineer verschillende functies in de bebouwing
- Integreer sport met andere functies
- Een actieve vergaderruimte in de buitenlucht
- Kantoren koppelen aan publieke ruimte

Zingeving

Ruimte voor contemplatie - *Zinvol leven*

- Stadsklooster, plek voor rust en bezinning
- Georganiseerde activiteiten, yoga meditatie
- Gespreksgroepen
- Groen bevordert zingeving, kan een bijdrage leveren aan persoonlijke ontwikkeling en zingeving
- Door wandelingen en fietstochten kom je als mens in aanraking met jaargetijden, levensprocessen, kringloop van het leven, en je eigen plek in dit geheel. daardoor is persoonlijke reflectie mogelijk wat kan leiden tot zingeving

Ruimte voor educatie - *Blijven leren*

- Repaircafé's, plek van ontmoeting maar ook van het inzetten van talenten
- Afstand/beloopbaarheid scholen
- Vorming en ontwikkeling van persoonlijkheid
- Onderwijs gaat armoede tegen
- Schoolterrein koppelen aan de openbare ruimte
- Gezonde pleinen zijn groen, uitdagend en gekoppeld aan andere speelstraten en plekken

Ruimte voor cultuur - *Zinvol leven*

- Een goed cultuur aanbod zorgt voor een betere leefbaarheid in een stad
- Kunst in de openbare ruimte laat iedereen op een laagdrempelige manier kennismaken met kunst
- Kunst in de openbare ruimte verfraait niet alleen de stad maar het houdt de stad ook aantrekkelijk en levendig
- Beeldende kunst of een muziekstuk kan je dichter bij jezelf brengen
- Temporary art
- Landschapskunst

Auteur Thomas Steensma

Bijlage 6: Feiten en cijfers invloed beweegvriendelijke omgeving

1. Minder overgewicht in een beweegvriendelijke omgeving
Overgewicht is in Nederland een groeiend probleem. Steeds meer mensen zijn te zwaar. Daardoor lopen ze meer kans op allerlei chronische ziektes, meldt de Gezondheidsraad. Het is een onprettig lijstje: suikerziekte, hart- en vaatziekten en enkele soorten kanker. Daarbij schat het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieuhygiëne (RIVM) de indirecte kosten, bijvoorbeeld door ziekmeldingen en afkeuring, op twee miljard euro per jaar.

In gebieden met veel groen hebben bijvoorbeeld kinderen minder last van overgewicht dan in wijken met vooral beton en bakstenen. Mensen verbruiken meer energie als ze de fiets pakken in plaats van de auto, gaan buiten spelen in plaats van binnen, gaan wandelen in plaats van op de bank zitten. De gevolgen: minder overgewicht, dus uiteindelijk ook minder ziektes. Als iedereen voldoende beweegt, worden mannen gemiddeld ruim acht maanden ouder en vrouwen zelfs ruim veertien maanden, blijkt uit een Schotse Studie (Mitchell, R, e.a., 2008).

2. Lichamelijk gezonder
Een beweegvriendelijke omgeving bevordert de algemene lichamelijke gezondheid. En dat levert geld op. Want wie voldoende beweegt, maakt minder gebruik van de gezondheidszorg. En die sector dreigt almaar meer geld op te slurpen. Het kan gaan om forse bedragen. Ouderen die genoeg bewegen, maken per jaar 3000 euro minder zorgkosten dan senioren die onvoldoende actief zijn. Bij jongeren kan het verschil oplopen tot bijna 9000 euro. Van alle zorgkosten is 1,8 procent het gevolg van niet genoeg bewegen. Het gaat dan om diabetes, beroertes en hart- en vaatziekten. En die 1,8 procent staat voor liefst 1,3 miljard euro (Lubbe, M, e.a., 2011).

3. Geestelijk gezonder
Sommige zegswijzen bevatten veel waarheden. Een Romeins spreekwoord luidt: een gezonde geest in een gezond lichaam. Het zit bij mensen tussen de oren meestal beter als ze zich in een groene omgeving (die aanzet tot bewegen) bevinden. Alleen al de aanwezigheid van bomen en planten werkt positief. Het aantal bewoners dat zich bij de huisarts meldt met een depressie of angststoornis neemt af (Maas, J, e.a., 2011). Wie voldoende beweegt, lijdt minder vaak aan stress. Ook verslaving is een minder groot gevaar voor wie fysiek actief is. En kinderen hebben meestal een beter zelfbeeld als ze meer bewegen (Ekeland, E, e.a. 2005).

4. Kinderen ontwikkelen zich
Zeker voor kinderen is het belangrijk dat ze frisse lucht inhaleren. Hoe langer ze buiten zijn, blijkt uit studies, hoe meer ze bewegen (Vries, S.I. de, e.a. 2012). Ook een veilige route naar school levert een bijdrage aan de hoeveelheid beweging. Eén op de drie kinderen wordt nu met de auto naar school gebracht, onder meer om ongelukken te voorkomen. Daardoor bewegen ze minder én doen ze minder ervaring op in het verkeer (Jago, R, e.a., 2004).

Betrekkelijk eenvoudige aanpassingen hebben flinke effecten. Installeer een glijbaan op een plein, zet een voetbaldoel op een grasveldje en kinderen komen direct in actie. Zo werken ze onbewust aan hun motorische ontwikkeling. En dat niet alleen, ze presteren op school ook nog eens beter als ze meer bewegen (Sibley, BA e.a., 2003). Plus: ze komen andere kinderen tegen en ontwikkelen spelenderwijs sociale vaardigheden. Bijvoorbeeld al bij afspreken welk spel er gespeeld wordt.
5. Meer lopen en fietsen
In een beweegvriendelijke omgeving laten bewoners vaker de auto staan. Goede wandel- en fietsroutes

stimuleren hen vaker lichamelijk actief te worden. Dat gebeurt ook als de wijk voldoende voorzieningen biedt, op allerlei verschillende terreinen (Cammelbeeck, C, e.a., 2014).

Meer activiteit in de wijk heeft meer voordelen. Zo wordt, heel simpel, het verkeer veiliger als er minder auto's rondrijden (Hartog, JJ de, 2010). En er zweven minder uitlaatgassen door de buurt. Daarnaast neemt de geluidsoverlast af. Deze effecten dragen op kleine schaal bij aan de lichamelijke gezondheid én aan de leefbaarheid van de wijk.

6. Ouderen socialer

Ouderen op straat trekken andere ouderen aan. Ze komen er liever als ze veel generatiegenoten zien (Borst, HC e.a., 2008), blijkt uit onderzoek. Daarnaast lokt een aantrekkelijke inrichting hen naar buiten. Toch komen ze nog vaak hindernissen tegen. Denk aan een lange wandeling naar een bushalte, drukke wegen met weinig oversteekplaatsen en te hoge stoepen.
Senioren brengen verhoudingsgewijs veel tijd door in hun eigen woning. Afzondering is daardoor een risico en eenzaamheid heeft vaak nare gevolgen. Dat biedt een verhoogde kans op depressies, angststoornissen, lichamelijke kwalen en alcoholmisbruik. Dit alles verhoogt de kans op een te vroege dood.

7. Beter leefbaar

De sociale samenhang verbetert in een beweegvriendelijke omgeving (Vreke, J, e.a., 2010). Het begint bij kinderen die buiten spelen. Zij brengen hun ouders met elkaar in contact. En als die ouders de omgeving prettig vinden, laten ze hun kinderen nog vaker naar buiten gaan. Bijvoorbeeld het inrichten van een schoolplein als speelterrein kan fraaie effecten hebben (Aarts, M, 2011).
Spontane ontmoetingen leiden vaak tot andere initiatieven. Zo maken bewoners, om maar iets te noemen, samen hun buurt schoon. Dat verkleint ook nog eens de kans dat mensen terechtkomen in een sociaal isolement. En elkaar ontmoeten draagt bij aan de veiligheid. Als je elkaar kent, klop je gemakkelijker bij elkaar aan (Vreke, J, e.a., 2010).

8. Waarde stijgt

Iedereen die een huis bezit, is gevoelig voor dit argument. Een beweegvriendelijke omgeving stuwt de waarde van woningen op. Zowel die van huur- als die van koopwoningen. Dus niet alleen individuele eigenaren, ook verhuurders als woningcorporaties hebben er baat bij.

Hoe meer groen, hoe aantrekkelijker en des te beter is het imago en de leefbaarheid. Daardoor stijgt de waarde van woningen (Visser, P, e.a., 2006). En hoe hoger de prijs, hoe hoger de sociale status van een buurt of wijk.

9. Meer betrokkenheid

Het creëren van een beweegvriendelijke omgeving biedt een prima kans bewoners bij hun buurt te betrekken (Foster-Fishman, PG, e.a., 2007). Eigenlijk slaagt het plan alleen als bewoners meewerken. Zij wonen er uiteindelijk, zij weten wat er speelt. Samenwerking zorgt voor de voorzieningen die bewoners écht willen. Ze serieus nemen en bereid zijn de regie uit handen te geven is hierin belangrijk. Omdat het gaat om een afgebakend gebied zoals een wijk, is het heel gemakkelijk duidelijk te maken wat er precies gaat gebeuren. Bewoners voelen zich verantwoordelijk als er naar ze is geluisterd (Gezonde Gemeente, RIVM). Dan blijven ze vaak actief, ook als de gewenste voorzieningen er staan. Bijvoorbeeld door schoonmaakacties of het organiseren van een barbecue.

10. Beter imago

Gemeenten gebruiken steeds vaker citymarketing om zichzelf te profileren. Daarbij gebruiken ze onder andere argumenten dat kinderen zich er goed kunnen ontwikkelen en dat de omgeving groen is. Dat past prima bij de beweegvriendelijke omgeving, die het imago van een gemeente dus versterkt (Vreke, J, e.a., 2010). Eigenlijk kan citymarketing gebruik maken van alle argumenten, van 1 tot en met 9.

Bijlage 7: Wensenlijst en begroting toekomstige activiteiten

Gezond opgroeien en gezonde omgeving – activiteiten vs. resultaten

	Veilige thuissituatie	Ondersteuning opvoeding(svraag-stukken)	Overgewicht en bewegingsachter-standen	NNGB en bewegen	Buitenspelen	Sport en cultuur met kwaliteit in onderwijs	Gezonde voeding en leefstijl kindomgeving	Minder gebruik genotsmiddelen	Gezond Schoolbeleid/vignet Gezonde School	Sport en bewegen openbare ruimte	Sport en bewegen voor iedereen toegankelijk	Speeltuintjes-/plekken: bewegen spelen, ontmoeten	Gezonde Sportkantine	Meer rookvrije plekken	Veiligheid
Inzet combinatiefunctionaris Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) Weert is sinds 2019 JOGG gemeente. JOGG is een Landelijke én bewezen effectieve interventie. 144 NL's gemeenten gebruiken de JOGG aanpak.			x	x	x	x	x	x	x	x		x	x	x	
Leefstijlprogramma/ketenaanpak overgewicht jongeren (i.s.m. St. Jans Gasthuis, CJG, GGD) Limburgse én bewezen effectieve interventie. Maastricht, Roermond, Venlo en Heerlen in 2019 gestart. Samenwerking met Maastricht MUMC+ & Provincie Limburg.	x	x	x	x			x	x			x				x
Cruyff Court Internationale én bewezen effectieve interventie. Wereldwijd 262 Cruyff Courts.			x	x	x					x	x	x			
Lokale initiatieven (activiteiten nader te bepalen) Door inzet van financiële middelen kunnen we lokale gezondheidsinitiatieven aanjagen en mede mogelijk maken. Bijvoorbeeld activiteiten van Weert in Beweging. Weert in Beweging is een lokaal platform dat in samenwerking met veel lokale, maatschappelijke partners (o.a. onderwijs, zorg, sport, ondernemers, werkgevers) invulling geeft aan activiteiten in Weert in het kader van Positieve Gezondheid, bewegen, leefstijl, voeding en sport. Dit voor zowel kinderen, ouderen en mensen met een beperking. Zij zijn lokale uitvoerders van gezondheidsbeleid en Positieve Gezondheid.	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Gezonde omgeving (activiteiten nader te bepalen) Inzet van middelen om activiteiten c.q. voor-zieningen te realiseren die passend bij onze ambities/doelen om te komen tot een 'gezonde leefomgeving' Weert. Uiteraard in samenwer-king en afstemming met o.a. Openbaar Gebied, Landbouw, Ruimtelijk Ordening.					x		x		x	x	x	x	x	x	x

Gezond opgroeien en gezonde omgeving – activiteiten vs. resultaten

	NNGB/voldoende bewegen	Overgewicht en bewegingsachter-standen	Preventie eenzaamheid	Gezonde voeding en leefstijl (werk, wonen en leven)	Minder gebruik genotsmiddelen	Sport en bewegen openbare ruimte	Sport en bewegen voor iedereen toegankelijk	Gezonde Sportkantin	Meer rookvrije plekken	Veiligheid
Healthy life Limburgse én bewezen effectieve leefstijlinterventie. Gericht op doelgroep: overgewicht en inactieven. Sittard-Geleen, Stein, Maasgouw, Roermond, Roerdalen in 2019 gestart. Samenwerking met Universiteit Maastricht, Fontys Sporthogeschool en Provincie Limburg, CZ en Meditta.	x	x	x	x	x	x	x			
Sport en Cultuurfonds Volwassenen Landelijke en bewezen effectieve interventie. Kopie van het Jeugdsportfonds- en Cultuurfonds. 22 Limburgse gemeenten willen dit collectief oppakken. Provincie Limburg wil financieel ondersteunen.	x	x	x	x	x		x			
Lokale initiatieven (activiteiten nader te bepalen) Door inzet van financiële middelen kunnen we lokale gezondheidsinitiatieven aanjagen en mede mogelijk maken.	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Gezonde omgeving (activiteiten nader te bepalen) Inzet van middelen om activiteiten c.q. voorzieningen te realiseren die passend bij onze ambities/doelen om te komen tot een 'gezonde leefomgeving' Weert. Uiteraard in samenwerking en afstemming met o.a. Openbaar Gebied, Landbouw, Ruimtelijk Ordening.						x	x	x	x	x

Inschatting kosten nieuwe activiteiten 2021-2024

	2021	2022	2023	2024
Inzet Combinatiefunctionaris JOGG	€ 0,-	€ 12.000,00	€ 12.000,00	€ 12.000,00
Ketenaanpak overgewicht (kinderen en jongeren)	€ 0,-	€ 15.000,00	€ 15.000,00	€ 15.000,00
Healthy Life	€ 0,-	€ 13.000,00	€ 13.000,00	€ 13.000,00
Cruyff Court	€ 0,-	€ 5.000,00	€ 5.000,00	€ 5.000,00
Sport & Cultuurfonds volwassenen	€ 0,-	€ 5.000,00	€ 5.000,00	€ 5.000,00
Ruimte voor initiatieven Gezonde omgeving	€ 0,-	€ 5.000,00	€ 5.000,00	€ 5.000,00
Ruimte voor lokale initiatieven	€ 0,-	€ 15.000,00	€ 15.000,00	€ 15.000,00
Totaal	**€ 0,-**	**€ 70.000,00**	**€ 70.000,00**	**€ 70.000,00**