

Bijlagen

SAMEN GEZOND

Gezondheidsnota gemeente
Leeuwarden 2024 - 2028

Samen werken aan een gezonde gemeente

Gemeente  Leeuwarden

Bijlagen

1. Context van deze gezondheidsnota

In dit hoofdstuk gaan we in op de context van deze gezondheidsnota. Allereerst gaan we in op het wettelijk kader gevolgd door het landelijk, regionale en lokale kader. We gaan hierbij in op de belangrijkste wetten en kaders voor gezondheid. Er zijn meer wetten en kaders die van belang zijn, zoals de Jeugdwet, de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en de Omgevingswet.

Wettelijk kader Wet publieke gezondheid (Wpg)

Vanuit de Wet Publieke Gezondheid (Wpg) hebben we een verantwoordelijkheid voor de gezondheid van onze inwoners. Het doel van deze wet is de gezondheid van alle inwoners te bevorderen en te beschermen.¹ Vanuit de Wpg zijn we als gemeente verplicht om iedere vier jaar nieuw gezondheidsbeleid op te stellen. Preventie staat centraal binnen de Wpg. Gemeenten hebben de taak om de gezondheid van inwoners te bevorderen en gezondheidsproblemen te voorkomen. Gemeenten zijn zelf verantwoordelijk voor de invulling en uitvoering van gezondheidsbevorderende en -beschermende maatregelen. De wet biedt gemeenten hierin veel beleidsvrijheid. Dit maakt het mogelijk om de doelen en maatregelen af te stemmen op de lokale noodzaak en behoeften. Behalve een wettelijke plicht hebben we ook een maatschappelijke wens om de gezondheid van onze inwoners te bevorderen en te beschermen.

Daarnaast verplicht de Wpg dat bepaalde taken op het gebied van publieke gezondheidszorg uitgevoerd worden door Gemeentelijke Gezondheidsdiensten (GGD'en). Hierbij gaat het om onder andere de jeugdgezondheidszorg en infectieziektebestrijding. In onderstaande figuur zijn de wettelijke taken van de GGD opgenomen.



De taken van GGD Fryslân

Iedereen verdient een gezond en veilig leven; wij dragen daaraan bij!



1. [Wettelijke kaders publieke gezondheid | Loketgezondleven.nl](#)
2. [Landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 | Loketgezondleven.nl](#)

3. [Nationaal Preventieakkoord | Convenant | Rijksoverheid.nl](#)
4. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2022/07/04/wozo-programma-wonen-ondersteuning-en-zorg-voor-ouderen>

Naast de wettelijke taken zet de GGD ook in op aanvullende taken. Dit is opgenomen in het aanvullend pakket. Hiertoe geven we als gemeente opdracht en kan per jaar verschillen. Het aanvullende pakket 2023 en 2024 bestaat uit de volgende taken:

- Prenatale activiteiten
Zwangerschapscursus jonge moeders en nieuwkomers
Digitale voorlichting MCL
Centering Pregnancy
- Casemanagement Integrale Vroeghulp
- Gezonde Leefstijllessen
Inzet verpleegkundigen op praktijkscholen
- Flexibel maatwerk
KIES en BEER training

Landelijk gezondheidsbeleid

De brede kijk op gezondheid komt ook terug in de landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024.² En wordt vertaald naar vier gezondheidsvraagstukken:

- Gezondheidsachterstanden verkleinen
- Gezondheid in de fysieke en sociale leefomgeving
- Druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen
- Vitaal ouder worden

Deze gezondheidsvraagstukken geven richting aan het lokaal beleid en krijgen in het landelijke beleid prioriteit. Ze zijn aanvullend op bestaande beleidslijnen en landelijke programma's, zoals het Nationaal Preventieakkoord.

Nationaal preventieakkoord

Het Nationaal Preventieakkoord (NPA) is een akkoord dat in 2018 is gesloten tussen ruim zeventig partijen, waaronder patiëntenorganisaties, overheid,

zorgaanbieders, zorgverzekeraars, sportverenigingen en bedrijven.³ Het akkoord heeft als doel voor 2040 om Nederlanders gezonder te maken door roken, problematisch alcoholgebruik en overgewicht terug te dringen. In het NPA wordt ook het belang van preventie benadrukt, zoals het stimuleren van een gezonde leefstijl door middel van sport en bewegen, om gezondheidsproblemen te voorkomen.

Integraal Zorgakkoord

In september 2022 hebben diverse partijen, waaronder de Rijksoverheid, gemeenten en zorgpartijen zoals zorgverzekeraars in het Integraal Zorgkkoord (IZA) afspraken vastgelegd over te bereiken gezondheidsdoelen voor de komende jaren. Het IZA heeft als doel de zorg voor de toekomst goed, toegankelijk en betaalbaar te houden. Om dat te bereiken zijn in het IZA zijn afspraken gemaakt over versterking van de samenwerking tussen het gemeentelijk sociaal domein en het medisch domein. Verder is afgesproken dat het preventief gezondheidsbeleid wordt versterkt om de gezondheid van de samenleving te bevorderen en de druk op zorg waar mogelijk te verlagen.

Gemeenten hebben hiermee een belangrijke rol gekregen om de doelen van het IZA te realiseren. Samen met andere gemeenten hebben we een taak in het bieden van passende ondersteuning in de zelfredzaamheid van mensen en het bevorderen van een gezond en actief leven. Daarmee leveren we een belangrijke bijdrage aan het realiseren van een gezonde samenleving en het voorkomen of uitstellen dat mensen ziek worden.

Gezond en Actief Leven Akkoord

Op 6 februari 2023 is het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) ondertekend. In het GALA zijn afspraken

vastgelegd vanuit een gezamenlijke verantwoordelijkheid van de rijksoverheid, gemeenten, GGD'en en zorgverzekeraars. Met het GALA wordt gebouwd aan het fundament voor een gerichte aanpak op het gebied van preventie, gezondheid en sociale basis. De stip op de horizon is een gezonde generatie in 2040, met weerbare gezonde mensen die kunnen opgroeien, leven, werken en wonen in een gezonde omgeving, en waarin sprake is van een sterke sociale basis. Met het GALA worden de volgende gemeenschappelijke doelen onderschreven:

- Terugdringen gezondheidsachterstanden.
- Een gezonde fysieke leefomgeving die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten.
- Het versterken van (de verbinding met) de sociale basis.
- Een gezonde leefstijl.
- Versterking van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid.
- Vitaal ouder worden.
- Domeinoverstijgende inzet vanuit een regionale preventie infrastructuur.

Zowel het IZA als het GALA passen in de beweging van 'zorg naar gezondheid'. Dit betekent dat de focus niet op ziekte en zorg ligt, maar op kwaliteit van leven en gezondheidsbevordering. Deze beweging sluit ook aan bij onze nieuwe visie op gezondheid. Deze voorliggende gezondheidsnota biedt dan ook het fundament voor de lokale vertaling en uitvoering van het GALA en het IZA.

WOZO

Naast het IZA en het GALA is het landelijke programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO) gestart. Dit programma bestaat uit verschillende actielijnen om ervoor te zorgen dat de ouderenzorg ook in de toekomst blijft passen bij wat ouderen willen. Eén van de actielijnen is 'samen vitaal ouder worden', dit sluit aan bij het IZA en het GALA.⁴

Regionaal en lokaal kader

Friese Preventieaanpak

De Friese Preventieaanpak (FPA)⁵ is halverwege het jaar 2020 van start gegaan, naar aanleiding van het NPA, als regionale preventie-aanpak. De ambitie van de FPA is: 'een goede gezondheid en welzijn met gelijke kansen voor iedereen'. Alle achttien Friese gemeenten hebben zich aangesloten bij de FPA. Vanaf de start is er voor een brede aanpak gekozen, uitgaande van alle fasen van het leven (van -9 maanden t/m 67+) en rekening houdend met factoren die van invloed zijn op iemands gezondheid. De hoofdlijnen binnen de FPA zijn 'Weten-Delen-Doen wat werkt'. Dit houdt onder andere in: weten wat werkt in de aanpak om de gezondheid van alle inwoners te bevorderen en deze kennis en ervaringen ook te delen met elkaar. Om te delen en te weten wat er werkt, werken gemeenten samen met verschillende partners. De uiteindelijke acties, het 'doen', vinden plaats in de eigen gemeente.

In het kader van IZA en GALA ligt er een opdracht om te werken aan een regionale preventie-infrastructuur. Met de FPA hebben we binnen Friesland hier een mooie basis voor. De FPA wordt dan ook doorontwikkeld en zal dienen als de preventie-infrastructuur voor Friesland voor de komende jaren. Ook de ketenaanpakken uit het IZA en GALA worden hierbinnen geborgd.

Omgevingsvisie

Gezondheid heeft een grote samenhang met de leefomgeving. In de omgevingsvisie van de gemeente Leeuwarden is gezondheid een belangrijk thema⁶. Eén van de ambities van de omgevingsvisie is dat de kwaliteit van de leefomgeving in 2028 voldoet aan de principes van de brede welvaart. Ook is opgenomen dat gezondheid wordt meegenomen bij de inrichting van de leefomgeving.

5. [Friese Preventieaanpak](#)

6. [Omgevingsvisie gemeente Leeuwarden](#)



2. Samenvatting evenement 'Samen Gezond'



SAMEN GEZOND

Terugkoppeling

Op 2 november 2023 was het evenement 'Samen Gezond'. Tijdens dit evenement hebben we inspiratie gekregen en samen nagedacht over wat er nodig is om de gezondheid van de inwoners van onze gemeente te verbeteren.

In dit document hebben we alle meningen en ideeën van de bezoekers samengevoegd. Deze input nemen we mee in het nieuwe gezondheidsbeleid en de keuzes die we maken.

Nogmaals dank voor jullie aanwezigheid en bijdrage!

**Samen
maken we
Leeuwarden
gezonder**

Ongedacht je inkomen, geslacht en afkomst moet je dezelfde kansen hebben op gezondheid

Inkomen meer gelijk

Lunchpakket op school

Dat onze kinderen en kleinkinderen gelijke kansen krijgen om een gezond en gelukkig bestaan te kunnen bouwen

Weten wat waar te vinden is

Begrijpen wat er bedoeld wordt (taal)

Dak boven je hoofd

Respect voor wie je bent, respect voor elkaar

Waar je wieg staat heeft invloed op je gezondheid

Pijler 1:

Gelijke kansen op gezondheid

In elke EHBO-post een toegankelijke AED

Vrije toegang tot sportvoorzieningen

Gezond voedsel wordt betaalbaar en ongezond duurder

Onder juiste omstandigheden iedereen gezond, maakt niet uit waar je woont

Over 20 jaar deze vraag niet meer stellen, omdat iedereen dan gelijke kansen heeft!

Goed onderwijs

Zelf aangeven wat gezondheid voor jou is

Goede medische zorg

Toegankelijkheid sport en zorg

Welbevinden (geluk, liefde, geborgenheid)

Zelfwaardering

Factoren die buiten jou als persoon liggen bepalen niet of je wel of niet gezond door het leven gaat

Gezonde omgeving, dit moet voor iedereen gelijk zijn

Toegang tot gezond eten en bewegen

Iedereen aandacht

Goede verbinding tussen reguliere en alternatieve zorg

Goede voeding

Toegang tot zorg, ondersteuning, werk, sociaal netwerk voor iedereen, ongeacht achtergrond

Goede toegang tot gezonde voeding

Onafhankelijk van waar je woont en je financiën

Zorg niet afhankelijk van financiële ruimte



Pijler 1: Gelijke kansen op gezondheid

Wat valt op?

Tijdens de brainstormsessie 'Gelijke kansen op gezondheid' is duidelijk geworden dat het belangrijk is om **sleutelfiguren in de wijk** in te zetten, die het vertrouwen hebben van de inwoners. Daarnaast is vaak aangegeven dat het waardevol is om (meer) gebruik te maken van **ervaringsdeskundigen**. Zij kunnen een belangrijke rol spelen voor gelijke kansen op gezondheid. Verder komt naar voren dat het belangrijk is om **niet op te geven** als er weerstand of tegenslag is, maar om door te zetten en te blijven zoeken naar oplossingen. Begrippen als **respect, vertrouwen in elkaar** en **terugkoppeling** zijn tijdens de brainstormsessie ook vaak genoemd.



Pijler 1: Gelijke kansen op gezondheid

alle input

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?	Wat hebben nodig?
Financiën afstemmen van generatie op generatie	- Financiële steun	
	- Continuïteit in aanpak/ duurzaamheid	- Structureel geld - Evaluatie en leren
	- Gelijkwaardigheid in het netwerk	- Sleutelfiguur in de wijk - Lange adem!
	- Domeinoverstijgend - Omslag in denken	- Meer samenwerken (over heg kijken/zoeken) - Verbinding zoeken, niet alleen eigen brein
Kloof tussen inwoners en uitvoering (kennis en informatie over elkaar)	- De wijk in! En tijd nemen om in gesprek te gaan	- Tijd en maatwerk - Sleutelfiguren
	- Informatievoorziening	- Sleutelfiguren
	- Gebruik maken van wat er al is. Bijv. bestaande vindplaatsen, zoals huisartsen, consultatiebureaus, scholen, sportverenigingen en kennis	- Handvatten - Sleutelfiguren
	- Life@18	- Influencer
	- Inclusie	- Ervaringskennis
Ontbreken concentratie door lege maag bij kinderen/jongeren	- Voorzieningen beter vindbaar maken (voorlichting) - Themabijeenkomsten organiseren rond taal, eten cultuur. Op wijkniveau.	- Ervaringsdeskudigen - Locatie
Subgroepen binnen de wijk mengen onvoldoende waardoor patronen niet doorbroken worden door andere inzichten	- Praktische themalessen door organisaties (praten en doen i.p.v. theorie)	- Kook-initiatieven

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?	Wat hebben nodig?
Aanname: kan niet, past niet, te duur	- Voorlichting door ervaringsdeskundigen	- Menskracht
Geen inspraak of participatie onder inwoners	- Bestaanszekerheid - Basisinkomen - Mentale gezondheid	- Tijd en koffie - Nieuwe sleutelfiguren - Uitnodigende omgeving
	- Hulp vragen/persoonlijke benadering door gemeente	- Geld
	- Omdenken - Sleutelfiguren inzetten	- Jeugd
	- Gebruik maken van de ruimte	- Respect
	- Vertrouwen in elkaar teruggeven	
	- Laagdrempelig dichtbij huis - Bottum-up - Eigenaarschap - Niet opgeven	- Uitnodigende omgeving - Tijd en koffie
	- Waarderend onderzoeken (verbinding)	- Geld
	- Inspireren 'laten zien wat er kan'	- Jeugd
	- Show, don't tell - Zichtbaar maken	- Respect
	- Educatie	



'Zet vaker sleutelfiguren in'

'Ga de wijk in en neem tijd om in gesprek te gaan met elkaar'

Ruimte om te bewegen en wonen, schone lucht, groene ruimte, vrij van autoverkeer

Buiten en binnenklimaat vrij van schadelijke stoffen

Een omgeving waar iedereen zich welkom voelt om te bewegen en elkaar te ontmoeten (met een groen karakter)

Balans tussen groen-blauw-grijs voorzieningen

Gezond eten

Voedingsplanten aanwezig

Kan ik er op de fiets komen

Biobased woningen, minder chemische middelen in de omgeving

Gezonde, schone lucht: geen houtrook en diesel

Bruikbaar water

Geen overlast van vervuilende industrie

Pijler 2: Gezonde leefomgeving

Omgeving die uitnodigt om te bewegen, te ontmoeten, te spelen, gezond te eten

Aandacht voor cultuur en recreatie

Rust in een groene omgeving

Stimuleert in beweging te komen: spelen en bewegen

Mogelijkheden voor mensen met beperking om te kunnen bewegen

Veilig

Omgeving waar je fijn, gezond kunt leven, zonder stress of psychische belasting, waar je geluk ervaart

Uitdrogende route naar school, pluktuinen/moestuin

Vrij van autoverkeer, openbaar vervoer

Rookvrij/drank met mate

Een gezonde fysieke en sociale leefomgeving nodigt uit tot gezond gedrag. Denk hierbij aan voldoende beweging, gezond eten



Tapwater

Veel natuur en biodiversiteit

Geen verontreiniging, schoon

Veilige en aantrekkelijke voet en fietspaden

Ontmoeten

Pijler 2: Gezonde leefomgeving

Wat valt op?

Om een gezonde leefomgeving te creëren, is het volgens veel bezoekers belangrijk om de inwoners te **verleiden tot ontmoeting** en **beweging**. Het is hiervoor belangrijk dat de **leefomgeving aantrekkelijker** en veiliger gemaakt wordt. Verder is tijdens de brainstormsessie 'Gezonde leefomgeving' vaak genoemd dat het belangrijk is om **bewoners** te **betrekken** en te enthousiasmeren. Hierbij is het belangrijk dat **initiatieven die bijdragen aan een gezonde leefomgeving gesteund** worden. **Minder parkeerplaatsen** is een veel genoemde oplossing voor het maken van een gezonde(re) leefomgeving. Ook is duidelijk dat er meer **creatieve kennis** gebruikt mag worden. Denk aan **kleurrijke gebouwen** en **Street art**.

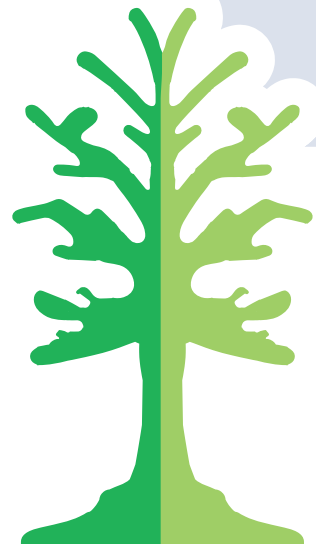


Pijler 2: Gezonde leefomgeving

alle input

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?	Wat hebben nodig?
De auto neemt te veel fysieke openbare ruimte in beslag	- Toegankelijkheid gebieden - Financiële ruimte - 15 minuten	- Barrières weghalen - Specifieke creatieve kennis
	- Auto niet dominant - Kiezen voor groen en spelen bij ontwikkelingen - Verleiden tot ontmoeting	- Minder of geen parkeerplek
	- Wandel- en fietsroutes	- Verlichting en overzicht
	- Inrichting kindervijlen	- Eerlijkheid - Kinder stedenbouwen
Beton/grijs in achterstandswijken	- Hoogwaardige vergroening (tegelwippen)	- Kleur/fleur gebouwen - Specifieke creatieve kennis
	- Speelaanleidingen tussen woningen en op centrale plek hoogwaardig spelen	- Goed toezicht
	- Auto's beperken, meer fietsen/voetgangers	- Minder regeldruk - Verkeersmaatregelen ten ten goede van voetgangers en fietsers
	- Street art - Ontmoetingsplek buiten/binnen	- Voldoende budget

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?	Wat hebben nodig?
Auto neemt teveel ruimte	- Fietsbeschikbaarheid voor de kleine beurs - Voor fietsers en voetgangers altijd groen (snelste route) - Minder parkeergelegenheid - Deelauto's en deelscooters stimuleren	- Geld
	- Beter en betaalbaar OV - Verhogen veiligheid fiets- en voetpaden	- Neutrale ambassadeur
	- HUB's voor de auto - Financiën	- Kies en hou vast
	- Elke wijk en elk dorp een eigen aanpak	- Participatie: bewoners mee krijgen
Gebrek aan een laagdrempelig gezondheidsaanbod (binnen, buiten, ontmoeten)	- Eigenaarschap - Verbinden van initiatieven - Supporten van bestaande initiatieven (formeel/informeel)	- Sociale kaart - De wijk/het dorp in
	- Sociale voedsel/tuin - Gratis sporten, meedoen - Goedkoop, laagdrempelig voedselaanbod	- Fysieke ruimte - Beleidskeuze - Geld
	- Leefomgeving, aantrekkelijk bewegen, recreëren, ontmoeten, veiligheid - Schoon, heel en veilig	- Schone lucht/niet roken - Multidisciplinair netwerk
	- Gezondheidsaanbod afgestemd voor iedereen	- Inventariseren van de vraag



'Omgeving waar je fijn, gezond kunt leven, zonder stress of psychische belasting en waar je geluk ervaart'

'Betrek inwoners bij de inrichting van de leefomgeving'

Pijler 3: Mentale gezondheid



Pijler 3: Mentale gezondheid

Wat valt op?

Tijdens de brainstormsessie 'Mentale gezondheid' is duidelijk geworden dat het voor een goede mentale gezondheid belangrijk is om **stressfactoren weg te nemen**. Ook zijn veel bezoekers het eens dat mensen **meer pauzes** en **meer rustmomenten** moeten hebben. Verder is duidelijk dat er aandacht moet zijn voor **initiatieven en mogelijkheden in de wijk**. Als concreet idee wordt het stimuleren van **schermvrije challenges** genoemd. Begrippen als **gehoord en gezien worden, nieuwsgierigheid** en voldoende **sociale contacten** zijn tijdens de brainstormsessie vaak genoemd.



Pijler 3: Mentale gezondheid

alle input

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?
Begin bij de basis	<ul style="list-style-type: none"> - Ruimte voor zelfregie - Nieuwsgierigheid - Gehoord en gezien worden
Te weinig bewustwording hoe mentaal gezond te blijven	<ul style="list-style-type: none"> - Voorlichting: website, Amaryllis - Carrousel van mentale gezondheid: gratis, goedkoop kunnen proberen: denk aan mindfulness - Stressfactoren wegnemen
Te weinig ondersteuning (recovery)	<ul style="list-style-type: none"> - Faciliteiten in de wijk, initiatieven - Breek niet verder af wat er (nog) is in de buurt - Weet waar moet je zijn
Stimuleren van bewustzijn	<ul style="list-style-type: none"> - Schermvrije challenges - Inzicht in je patronen, mechanismen en gedrag - Handvatten aanreiken - PAID model in jip en janneke uitvoering - Goed werkgeverschap belonen - Mindfulness in onderwijs - Pauzes op basisscholen zonder tv - Rust hoeft je niet te verdienen - Pauzes, rust nemen - Pauzebeleid, prikkelvrij - Coaching - Veel bankjes en groen - Spreuken op stoeptegels - Fysieke omgeving

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?
Niet kunnen doen wat je leuk vindt	<ul style="list-style-type: none"> - Tijd creëren, meer aanbod - Jongeren in de wijk opzoeken - Gezien en gehoord worden - Ouders betrekken - Jongeren
Onzekerheid	<ul style="list-style-type: none"> - Tijd voor jezelf nemen - Sporten, dus sportschool minder duur - Veilig thuisbasis - Positiviteit - Accepteren - Meditatie - Positieve sociale omgeving
Gebrek aan bewustwording van persoonlijke overtuigingen	<ul style="list-style-type: none"> - Preventieve aanpak - Maatgericht werken, aansluiten bij de behoefte - Ruimte bieden aan initiatieven die onderdeel van de oplossing kunnen zijn - 9 tot 5 baan hoeft niet de norm te zijn - Het is oké om pauze te nemen - Gemeente moet als voorbeeld dienen om de nieuwe sociale norm te laten zijn - Maak gebruik van kennis die er al is - Boek van de dagelijkse stoïcijn - Aandacht voor mentale gezondheid vanaf jongsafaan



'Het is oké om pauze te nemen'

*'Er is teveel maatschappelijke druk.
Er zijn te hoge verwachtingen.'*

Lekker genieten

Goed voor jezelf zorgen
en voor je omgeving

Sociale contacten

Actief en
fit na je
pensioen

Om zonder zorg
gezond te blijven

Met plezier
door het
leven te gaan

Voldoende sociale
contacten

Uit het
verzorgingshuis
te blijven

Pijler 4:

Gezond ouder worden

Te genieten van alles wat op je pad komt

Mee blijven doen

Fit blijven (mentaal en fysiek)

Zolang mogelijk zonder medicijnen/
geen chronische ziekten

De natuur in:
wandelen enzovoort

In beweging blijven

Actief bezig blijven met diverse activiteiten in het leven

Mentaal gezond

Zo lang mogelijk
genieten

Zolang mogelijk mobiel blijven

Genieten

Mensen ontmoeten

Actief blijven

Zelfstandig kunnen
blijven wonen

Positief geprikkeld blijven
door uitdagingen in eigen
leefomgeving

Gezond
eten

Niet eenzaam en met weinig
tot geen gebreken (vitaal) en
zelfstandig kunnen leven

Integraal plaatje: beeld, liefde,
ruimte in jezelf, gezonde voeding,
schone lucht, geschikte woning,
bewegingsaanbod et cetera

Plezierig
leven

Hoge leeftijd



Pijler 4: Gezond ouder worden

Wat valt op?

Gezond ouder worden kan volgens bezoekers door **meer beweegmogelijkheden** aan te bieden in wijken en buurten. Ook is het belangrijk om **ongezonde keuzes moeilijk(er) te maken** en een **gezonde leefomgeving** te creëren. Verder is er tijdens de brainstormsessie van 'Gezond ouder worden' gebleken dat het **aanmoedigen** van **kleinschalige burgerinitiatieven** gewenst is en dat het goed is om in te zetten op **preventie**. Begrippen als **mienskip**, **sociale contacten** en **woningbouw** zijn tijdens de brainstormsessie vaak genoemd.



Pijler 4: Gezond ouder worden

alle input

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?	Wat hebben nodig?
Sociale contacten en eenzaamheid	- Stimuleren van kleinschalige burgerinitiatieven: spelletjes, breien, koffieclubjes, handwerken	- Een ruimte - Contactpersoon in wijk/dorp - Materialen - Mond-tot-mondreclame - Buurt en wijkbladen (vrouwen van nu)
	- Koffiehoekjes stimuleren in supermarkten	
	- Samen eten en koken in de wijk/dorp	- Een geschikte ruimte - Mond-tot-mond reclame - Dorps/wijkreclame
	- Meer bewegingsaanbod in iedere wijk/ buurthuis/dorp	- Er is aanbod nodig - Toegankelijker/ laagdrempelig maken - Dichtbij - Financieel laagdrempelig
Woningen voor ouderen	- Huizenruil, bij voorkeur in de eigen wijk	- Afspraken woningbouwcorporaties
	- Projectontwikkelaars: minimum-percentage voor senioren	- Huizen
	- Corporatie met elkaar en voor elkaar. Wooncomplex gericht op met elkaar samenleven	- Pilot: inspelen op bestaand initiatief
	- Langere termijnvisie planning woningbouw	- Aanpassing landelijk beleid naar de regio

Wat is het probleem?	Wat is de oplossing?	Wat hebben nodig?
Druk op de gezondheidszorg	- Sturen met geld	- Budget
	- Noaberschap/mienschap	- Verplicht maatschappelijke stage
	- Minder verantwoording	- Korte lijntjes
	- Preventie	- Bewustwording
	- Successen bekend maken	- Positieve berichtgeving
Bewustzijn over op tijd gezond oud worden	- Gezonde leefomgeving	- Ongezonde keuzes moeilijk maken
	- Bereiken van de mensen die je wilt bereiken	- Hoe bereik je de mensen die je wil bereiken?
		- APK met positieve insteek. Positieve gezondheid. Focus op gezondheid, leefstijl en mentaal
		- Vitaliteitscoach gratis - Financiële beloning
		- Bonuskaart bij gezonde levensstijl



'Er is te weinig bekend welke activiteiten er voor ouderen zijn'

'Je hebt een reden nodig om je bed uit te komen'

En nu?

Dit evenement was voor ons een begin van een samenwerking met inwoners en professionals. Wij zijn heel blij met al jullie input. We nemen de meningen en ideeën mee in ons nieuwe gezondheidsbeleid. Nadat het beleid is goedgekeurd door het college van burgemeester & wethouders en de gemeenteraad, delen wij dit met jullie.

Heb je in de evaluatie aangegeven betrokken te willen blijven bij de uitvoering van het beleid? Dan hoor je later nog meer van ons.



SAMEN GEZOND

Bedankt en we hopen dat u in de toekomst nog eens met ons mee denkt!

Gemeente Leeuwarden



3. Terugblik vorige gezondheidsnota 'Samen bewegen naar een gezonde gemeente'

Het vorig beleid 'Samen bewegen naar een gezonde gemeente 2018-2022' had drie speerpunten: het bevorderen van een gezonde leefstijl, sportstimulering en vitale sportverenigingen. Dit is een smalle benadering van gezondheid en richt zich met name op de lichamelijke gezondheid. De huidige trends en ontwikkelingen vragen om een bredere visie op gezondheid. Daarom wijzigen we met deze nota van koers. Waarbij we bij gezondheid naast de lichamelijke gezondheid ook aandacht hebben voor mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Deze brede blik op gezondheid wordt 'positieve gezondheid' genoemd.

Desondanks biedt het vorige beleid nog wel nuttige aanknopingspunten en is het goed om op een aantal onderwerpen terug te komen, zoals: AED's, de JOGG-aanpak en de buurtgezondheidscoach. Evaluatie van deze onderwerpen heeft tot bijstelling van de aanpak geleid.

AED's

Wat betreft de AED's was het doel om een hartveilige gemeente te zijn, vol met 6 minuten zones. Dit betekent dat er binnen 6 minuten gestart kan worden met reanimatie bij een hartstilstand. Sinds begin 2023 hebben we een subsidieregeling beschikbaar voor AED's, buitenkasten onderhoud en opleidingen voor burgerhulpverleners. Al deze elementen zijn nodig om Leeuwarden een hartveilige gemeente te laten zijn, vol met 6-minutenzones. We hebben een relatief goede dekking van AED's in de gemeente. De regeling (en ingekochte AED's) hebben hieraan bijgedragen. Maar een optimaal en blijvend dekkend netwerk vragen om het continueren van de subsidieregeling en dus investering hierin. Ook burgerhulpverleners hebben jaarlijks een herhalingscursus nodig. De regeling ziet hartveiligheid als een gedeelde verantwoordelijkheid en de gemeente bekostigt 50% van de kosten. Deze subsidieregeling continueren we om te blijven werken aan dit doel.

JOGG-aanpak

Gemeente Leeuwarden is sinds 2015 een JOGG-gemeente. Dit geven we vorm door middel van de JOGG-aanpak. De JOGG-aanpak richt zich op het structureel gezonder maken van de omgeving waarin kinderen en jongeren opgroeien.⁷ In 2021 is JOGG landelijk geëvalueerd. Hieruit is geconcludeerd dat JOGG in potentie zorgt voor meer (en gezonde) levensjaren, een vergrote arbeidsmarktdeelname en een besparing van 2,72 euro aan ziektekosten per persoon per jaar.⁸

Binnen de JOGG-aanpak bestaat al langer het breder kijken naar gezondheid. Zo stond de afkorting van JOGG voorheen voor 'Jongeren Op Gezond Gewicht' en is dit veranderd naar 'Gezonde Jeugd, Gezonde Toekomst', omdat de JOGG-aanpak tegenwoordig veel meer omvat. Er wordt gestreefd naar een leefstijltransitie van ongezond naar gezond leven. De JOGG-aanpak sluit goed aan bij de richting van deze gezondheidsnota. Om deze reden continueren we de aanpak en borgen we JOGG nog beter en steviger. De ambities en doelen zijn duidelijker geformuleerd, zodat de JOGG-aanpak aansluit bij de brede visie en ook beter te monitoren en evalueren is.

Buurtgezondheidscoach

Tot slot heeft er een evaluatie van de combinatiefunctionarissen plaatsgevonden. Naar aanleiding van deze evaluatie zijn we gestopt met de financiering van een buurtgezondheidscoach. De buurtgezondheidscoach had onvoldoende meerwaarde ten opzichte van de buurtsportcoaches en de JOGG-regisseurs. Wel blijven we vanuit sport en gezondheid in gesprek met bv SPORT hoe we gezondheid ook bij de buurtsportcoaches onderdeel kunnen laten zijn.

7. <https://jogg.nl/jogg-aanpak>

8. <https://jogg.nl/nieuws/oecd-concludeert-jogg-aanpak-is-kostenbesparend#:~:text=In%202021%20nam%20de%20internationale,persoon%20per%20jaar%20in%20Nederland>

4. Overzicht data per wijk en dorp

Bronnen: Inwonersenquête 2022 en GGD gezondheidsmonitor 2022

Wijk	Gebied	Leeuwarden Oost	Ervaren (lichamelijk) gezondheid (zeer) goed, uitstekend	Vertrouwen in de toekomst (helemaal) eens	Ernstig overgewicht	Roken	Problema-tisch alcohol gebruik	Verbonden met wijk/dorp (helemaal) eens	Voldoende groen in de omgeving	Voldoende beweeg mogelijkheden
Binnenstad	Stad		76	60	12	22	33	32	47	70
Potmargezone	Stad		70	69	16	23	43	32	74	80
Oud-Oost	Stad	X	56	63	16	26	41	24	44	72
Sonnenborgh e.o.	Stad		64	59	14	14	40	32	71	75
Westeinde e.o.	Stad		56	69	16	21	44	49	86	81
Vossepark & Helicon	Stad		84	73	13	21	38	53	70	80
Huizum-West	Stad		64	67	16	14	42	39	67	74
Nijlân & De Zwette	Stad		66	63	17	11	47	25	82	87
Heechterp & Schieringen	Stad	X	62	68	20	25	53	20	71	88
Camminghaburen e.o.	Stad	X	81	70	16	17	46	39	91	87
Bilgaard & Havankpark e.o.	Stad	X	55	62	20	17	56	35	84	80
Vrijheidswijk	Stad	X	63	60	20	22	57	23	62	71
Dokkumer Ie e.o.	Dorpen		74	81	14	16	40	61	72	72
Stiens e.o.	Dorpen		69	75	16	9	44	52	82	74
Aldlân & De Hemrik	Stad		65	68	16	11	47	31	76	78
Goutum	Stad		66	82	12	7	41	58	67	84
Hempens/Teerns & Zuiderburen	Stad		83	81	13	14	40	49	85	91
De Zuidlanden	Stad		77	84	13	7	35	46	49	75
Dorpen Zuid-Oost	Dorpen		76	82	16	14	39	67	59	72
Dorpen Zuid-West	Dorpen		78	70	14	25	38	70	83	70
Grou e.o.	Dorpen		66	81	16	20	40	52	71	73
GEMEENTE LEEUWARDEN			68	69	16	18	43	40	71	78



