

'Gezond leven makkelijker maken'

Wat vinden we belangrijk als het om gezondheid gaat? Waar liggen de komende jaren onze prioriteiten? Dát staat in het Steenwijkerlands gezondheidsbeleid voor de jaren 2023–2026. Een samenvatting.

Een brede kijk op gezondheid

Gezondheid is meer dan niet ziek zijn. Kun je meedoen in de samenleving, heb je sociale contacten, zit je lekker in je vel, kun je je aanpassen aan nieuwe omstandigheden, voel je je prettig in de omgeving waar je woont. Het zijn allemaal zaken die meespelen bij je gezond voelen. En dus is een brede kijk nodig. We willen investeren in de gezondheid van onze inwoners. Hoe? Bijvoorbeeld door te zorgen voor een omgeving die uitdaagt om te bewegen. Een omgeving waarin je elkaar kunt ontmoeten. We willen ook dat het makkelijker wordt om gezonde keuzes te maken. Daar gaan we voor!

Welke trends en ontwikkelingen zien we terug in onze gemeente?

- ◆ Ook in Steenwijkerland vergrijzen we.
- ◆ Er wonen veel alleenstaande ouderen in onze gemeente.
- ◆ Steenwijkerland kent meer tweepersoonshuishoudens dan omliggende gemeenten.
- ◆ Veel inwoners ervaren hun gezondheid als (zeer) goed.
- ◆ Ook veel jongeren en kinderen voelen zich (zeer) gelukkig en voldoende weerbaar.
- ◆ De helft van onze inwoners voldoet niet aan de beweegrichtlijn.
- ◆ Een grote groep inwoners heeft onder- of overgewicht.
- ◆ Veel jongeren drinken al ruim voor hun 18e jaar alcohol.

De meeste inwoners vinden hun woonomgeving gezond, geven aan voldoende groen in de buurt te hebben en voelen zich veilig in hun eigen buurt.

Een aantal cijfers uit de GGD monitor

- Van onze inwoners voelt 33% zich matig eenzaam
- In Steenwijkerland is 16% mantelzorger
- 53% van onze inwoners vindt zichzelf matig gezondheidsvaardig
- 15% heeft moeite met basisvaardigheden
- 34% doet aan vrijwilligerswerk
- De helft van onze inwoners voldoet niet aan de beweegrichtlijn
- Het percentage rokers is 16,6%



Kansen voor een
gezondere sociale en fysieke omgeving:

Inwoners ervaren een betere mentale gezondheid



- ▶ In iedere buurt een centrale groene ontmoetingsplek waar ook kunst een plek heeft.
- ▶ Verder ontwikkelen van aanbod van respijtzorg om mantelzorgers te ontlasten.
- ▶ Ondersteuning voor behoud en doorontwikkeling van sport- en cultuuraanbod in de buurt, voor ontspanning en zingeving.

Meer inwoners ervaren dat zij gezondheidsvaardig zijn



- ▶ Taboe doorbreken op moeite hebben met basisvaardigheden.
- ▶ Eerstelijns zorg is dicht bij huis en toegankelijk.
- ▶ Informatie over zorg en gezond gedrag is makkelijker vindbaar en te begrijpen.

Onze prioriteiten

Meer ontmoeting in een veilige en uitnodigende omgeving



- ▶ In een kern of wijk kijken wat nodig is om voorzieningen zoals scholen, buurthuis, sport en winkel veilig, bereikbaar en toegankelijk te houden.
- ▶ Ondersteunen van (sport-)clubs bij het zorgen voor een sociale en veilige omgeving.
- ▶ Bewust sturen op een goede balans tussen het natuurlijk watersysteem, de bodem en het gebruik ervan.
- ▶ Bij ruimtelijke inrichting zorgen voor voldoende groen en bomen om hittestress en droogte te verminderen en te voorkomen.
- ▶ In wijken waar een stapeling van opgaven ligt ruimte bieden voor maatwerk om voorzieningen te behouden.

Inwoners bewegen meer (inclusief afname van overgewicht)



- ▶ Fietsen en wandelen nog meer stimuleren.
- ▶ In iedere buurt een centrale plek om te bewegen en te spelen en een ommetje te maken.
- ▶ Ondersteuning van sportclubs om kwalitatief goed sportaanbod te hebben en te houden.
- ▶ Een omgeving waarin gezond eten makkelijker is en ongezond eten minder makkelijk.

Afname middelengebruik



- ▶ Meer rookvrije omgevingen.
- ▶ Zorgen voor een omgeving waarin alcoholgebruik onder de 18 jaar wordt ontmoedigd.
- ▶ Per kern of wijk kijken wat nodig is om de afname van middelengebruik te beïnvloeden.

Gezondheid is meer dan niet ziek zijn

Dit zijn denkrichtingen. Definitieve keuzes moeten nog worden gemaakt.

Kansen voor het
makkelijker maken van gezonde keuzes:

- ▶ Bespreekbaar maken van mentale gezondheid is normaal.
- ▶ Bij inwoners die moeite hebben met rondkomen (of een grotere kans hierop hebben) is extra aandacht voor het thema mentale gezondheid.
- ▶ Stimuleren van aanbod waarin vaardigheden om te kunnen zorgen voor je eigen mentale gezondheid centraal staan.
- ▶ Stimuleren van kennismaken met en meedoen aan aanbod op het gebied van sport en cultuur in de buurt, voor ontspanning en zingeving.

- ▶ Het thema gezondheidsvaardigheden onder de aandacht brengen in lokale samenwerkingsstructuren.
- ▶ Gesprekken voeren vanuit het gedachtegoed van positieve gezondheid.
- ▶ Doorontwikkeling (passend) aanbod voor het verbeteren van gezondheidsvaardigheden voor specifieke groepen.
- ▶ Stimuleren van nadenken over 'wat als je later ouder bent'.
- ▶ Verder vergroten van kennis over gezond en veilig opgroeien bij ouders.
- ▶ Relatie met de ontwikkeling 'een leven lang leren' versterken.

- ▶ Inwoners informeren en interesseren voor duurzaam beheer van de openbare ruimte en de relatie met biodiversiteit en gezondheid.
- ▶ Goede lokale voorbeelden delen.

- ▶ Ontwikkeling van ketenaanpak overgewicht voor kinderen, jongeren en volwassenen. Met een specifiek aanbod voor het vergroten van kennis en vaardigheden over gezond eten en (meer) bewegen.
- ▶ Ontwikkeling ketenaanpak valpreventie waar ook bewegen en functioneel trainen voor vitaal ouder worden een plek heeft.
- ▶ Stimuleren van meer en veilig bewegen gedurende de dag: minder zitten, meer bewegen, veilig fietsen.

- ▶ Inzicht in oorzaken van middelengebruik in Steenwijkerland.
- ▶ Doorontwikkeling (passend) aanbod ontmoedigen drugsgebruik.
- ▶ Ouders betrekken.
- ▶ Samenwerking met cultuurorganisaties meer benutten.

Samen met inwoners en organisaties gaan we de kansen (ontwikkelrichtingen) die er liggen verder uitwerken in: wat gaan we precies doen, wat gebeurt er al, wat moeten we meer of anders doen en wie kan daarin welke rol spelen.

Gezondheid staat niet op zichzelf; samenwerken is het sleutelwoord



Samen doen

Om tot ons gezondheidsbeleid te komen hebben we:

- Diverse gesprekken gevoerd met inwoners en professionals
- De Adviesraad Sociaal Domein en de GGD IJsselland om advies gevraagd
- Gekeken naar Steenwijkerlandse gezondheidscijfers o.a. uit de monitors van de GGD
- Landelijke en regionale ontwikkelingen meegenomen

