

Iedereen gezond 2023-2026

Gezondheidsnota gemeente Vught
2023- 2026

Iedereen gezond 2023-2026

1. Inleiding

In deze nota 'Iedereen gezond 2023 -2026' geven we richting hoe we Vught de komende jaren gezonder willen maken. We willen gezondheid bevorderen door leefstijl en leefomgeving met elkaar te verbinden. Een integrale aanpak over en door domeinen heen; vóór en dóór onze inwoners. We bundelen de krachten met inwoners en partners om samen gezond en vitaal te blijven en/of worden. Een gemeente waar mensen (nog) beter in hun vel zitten en zich gezond(er) voelen. Hiermee sluiten we aan bij de centrale doelstelling en de uitgangspunten van de Lokale Sociale Agenda.

De coronapandemie heeft de urgentie om ons te richten op gezondheid én preventie meer dan ooit benadrukt. Een focus op het verkleinen van gezondheidsachterstanden is zeer nodig, omdat er grote verschillen tussen (groepen) inwoners bestaan. Als gemeente hebben we de afgelopen jaren onze wettelijke taken uit de Wet Publieke Gezondheid uitgevoerd. Toch zien we de noodzaak om meer preventief, in goede samenhang met andere beleidsterreinen en gericht aan de slag te gaan met het thema gezondheid. We stimuleren en faciliteren een gezonde leefstijl. Als belangrijkste pijler daarvan creëren we een gezonde, groene en sociale leefomgeving waar inwoners graag zijn en die verleidt tot gezond gedrag met voldoende beweging.

Deze gezondheidsnota is tot stand gekomen op basis van data, analyses en input vanuit Gemeentelijke Gezondheidsdienst (GGD), Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) en input vanuit lokale partners, zorg(instellingen) en inwoners tijdens het participatietraject en enquêtes (bijlage 1). Het heeft een beeld opgeleverd wat er in Vught al speelt en op welke thema's en samenwerkingen we ons de komende jaren moeten richten. De aanbevelingen die hieruit volgen vormen mede de basis van deze gezondheidsnota. De gemeenteraad heeft aangegeven dat de vier gezondheids-vraagstukken (gezondheid in de fysieke en sociale leefomgeving, gezondheidsachterstanden verkleinen, druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen en vitaal ouder worden) uit de landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 de hoofdthema's zijn voor deze nota.

Deze gezondheidsnota biedt richting voor keuzes die we gaan maken in activiteiten en uitvoering om gezondheid in Vught te bevorderen. De nota beschrijft de visie en ambitie en aanpak. De uitvoeringsagenda is juist concreet over de samenwerking op ambitie, doelen en activiteiten in de gemeente Vught. In verdere co-creatie maken we de doelen concreet, geven we inzicht in hoe we de resultaten gaan meten en welke rollen we als gemeente kunnen en moeten spelen in de verdere uitvoering van het beleid, samen met inwoners en partners.

Inhoudsopgave

2. Gezondheid in Vught, vertrekpunt

- De Wet publieke gezondheid
- Wat kunt u verwachten van deze gezondheidsnota?

3. Visie op gezondheid

- Brede kijk op gezondheid
- Visie op gezondheid

4. Ambitie en aanpak

1. Integrale samenwerking
2. Gebieds- en wijkgerichte samenleving
3. Gericht op gezondheidswinst en gezondheidspotentieel

5. Thema's en doelen

1. Gezondheid in de fysieke en de sociale leefomgeving
2. Gezondheidsachterstanden verkleinen
3. Druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen
4. Vitaal ouder worden

6. De basis voor een gezonder Vught

Bijlage 1: Totstandkoming

2. Gezondheid in Vught, het vertrekpunt

Gezondheid bepaalt onze individuele mogelijkheden en die van onze samenleving en geldt voor velen als het allerhoogste goed. We kennen grote gezondheidsverschillen in Nederland. We zien dat mensen met een basisopleiding of een VMBO-opleiding gemiddeld 6 jaar korter leven en 15 jaar minder gezonde levensjaren ervaren dan mensen met een HBO of universitaire opleiding. Al stijgt de gemiddelde levensverwachting, het aantal levensjaren in goede gezondheid stijgt niet even hard mee, wat betekent dat we deze extra levensjaren in slechte(re) gezondheid doormaken.

Uit de vierjaarlijkse Jeugd-, Jongeren-, Volwassenen-, en Ouderenmonitor van de Gemeentelijke Gezondheidsdienst (GGD) Hart voor Brabant weten we dat het over het algemeen goed gaat met de gezondheid van onze inwoners. Maar er is ook nog veel gezondheidswinst te behalen. Zoals op het gebied van geluidshinder, veiligheid in de openbare ruimte b.v. (fiets)-oversteekplaatsen, maar ook op het gebied van sociale cohesie, psychisch welzijn en overgewicht. De thema's hebben allen invloed op de ervaren gezondheid. Gezondheid moet daarom in alle beleidsterreinen aandacht krijgen.

De Wet publieke gezondheid (Wpg)

De Wet publieke gezondheid (Wpg) is het wettelijke kader voor maatregelen om de gezondheid van onze inwoners te beschermen en te bevorderen. De wet geeft tegelijkertijd ruimte om invulling te geven aan de ambitie en te bouwen aan een gemeente waar inwoners langer en gelukkig(er) leven. Waar inwoners zoveel mogelijk zélf de regie voeren over hun eigen gezondheid en leven met gelijke kansen.

De gemeente heeft volgens de Wpg ook de verplichting om wettelijke opdrachten bij de GGD in de regio te beleggen. Denk hierbij aan taken als gezondheidsbevordering, de jeugdgezondheidszorg, bestrijding van infectieziekten en psychosociale hulp bij rampen.

De Wpg heeft zich tot op heden voornamelijk gericht op preventie en minder op de gezondheid van de fysieke omgeving, terwijl we weten dat een bredere aanpak een grote invloed heeft op het individu. De aankomende Omgevingswet biedt een concreet instrument om ook gezondheid in de fysieke leefomgeving op de agenda te zetten.

Er gebeurt al veel in Vught om de gezondheid van inwoners te bevorderen. Zo wordt er gewerkt aan de opgave om de Omgevingswet vorm te geven en hierin krijgt gezondheid een prominente plek. Maar we zijn ook actief aan de slag met de thema's als een rookvrije generatie en gezond gewicht. En we nemen we deel aan een Gezonde school en een Kansrijke start. Ook zijn er projecten zoals Doet Ontmoet voor inwoners met een lage Sociaal Economische Status (SES) om gezondheidsverschillen te verkleinen. Daarnaast faciliteren we de fittestdagen/gesprekken voor de vitaliteit van ouderen, maar ook door sportprogramma zoals walking sports, en de cursus 'positief gezond ouder worden' te stimuleren.

Wat kunt u verwachten van de gezondheidsnota?

In hoofdstuk 3 beschrijven we de visie achter dit beleid. Hoofdstuk 4 de ambitie en aanpak. De thema's van de gezondheidsnota komen aan bod in hoofdstuk 5. Hierin wordt toegelicht waarom

het bijdraagt aan gezondheid en welke richting en doelen we de komende jaren nastreven. Ten slotte in hoofdstuk 6 de basis voor een gezonder Vught.

3. Visie op gezondheid

Een brede kijk op gezondheid

We hanteren een brede kijk op gezondheid. Gezondheid is meer dan 'het voorkomen van ziekte'. Gezondheid gaat ook over veerkracht, meedoen in de maatschappij, betekenisvol werk en/of andere activiteiten en over de omgeving waarin je leeft. Deze benadering wordt ook wel aangeduid met de term Positieve Gezondheid en wordt door de grondlegster Machteld Huber omschreven als: 'het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven'.

Wij leggen de focus op het fysieke-, sociale-, en mentale welzijn van onze inwoners, dit bepaald voor een heel groot deel de kwaliteit van leven. En we richten we ons op wat wél kan, wat iemand belangrijk vindt en wil veranderen. Ook het versterken van het vermogen op de fysieke-, emotionele- en sociale uitdagingen in het leven is daarbij belangrijk.

Visie op gezondheid

Onze visie op gezondheid luidt als volgt: Vught is een krachtige gemeente met gezonde en gelukkige inwoners (vanuit het gedachtengoed positieve gezondheid).

Gezondheid is niet langer het domein van de zorg, maar van ons allemaal. Het gaat immers om het vermogen om met veranderende omstandigheden om te kunnen gaan. Positieve Gezondheid gaat uit van wat iemand zelf wil en belangrijk vindt en bevordert daarmee zowel gezondheid als welbevinden.

4. Ambitie en de aanpak

Ambitie

De gemeente Vught streeft ernaar dat in 2033: onze inwoners langer vitaal leven, in goed ervaren gezondheid en gelukkig(er) zijn. En dat daarbij inwoners zoveel mogelijk regie voeren over hun eigen gezondheid en leven, en daarin gelijke kansen hebben.

Aanpak

De gemeente Vught speelt een belangrijke rol als partner én als aanjager in bestaande en nog nieuw te ontwikkelen initiatieven en activiteiten. We bouwen verder op wat nu al goed loopt en bijdraagt aan gezondheid. Goede voorbeelden worden zichtbaar gemaakt en erkent, en het aanbod wordt meer toegankelijk gemaakt en hieraan wordt meer bekendheid geven. Denk aan concepten als: Welzijn op Recept en Bewegen Als Medicijn. We willen Positieve Gezondheid breed inzetten, binnen en buiten de organisatie, dit gebeurt nu al bij de fittestgesprekken.

1.Integrale samenwerking

Voor een zo groot mogelijk effect op positieve en goed ervaren gezondheid, en om de negatieve gezondheidstrends te doorbreken, gaan we integraal werken. Gezondheid dient in elk beleidsterrein als overweging meegenomen te worden en dit gebeurt nu al in de Lokale Sociale Agenda (LSA), Preventief Jeugdbeleid, Speel-, Beweeg- en Sportbeleid, de Mobiliteitsvisie, het integraal Veiligheidsplan, Milieubeleid, de Lokale Educatieve Agenda (LEA) en het Armoede- en Schuldenbeleid.

De omgevingsvisie biedt een kans om de gezondheidsdoelen aan de ruimtelijke doelen te verbinden. Overigens wordt bij concrete vraagstukken in het ruimtelijk domein al rekening gehouden met de gezondheid van inwoners. De uitkomst van integrale samenwerking is dat alles wat we doen meerdere aspecten raakt welke invloed hebben op gezondheid. Zowel op de fysieke, sociale leefomgeving als op de leefstijl. Mensen en middelen kunnen hierdoor efficiënter worden ingezet, ze hebben allemaal direct en indirect impact op de gezondheid van onze inwoners.

2. Gebieds- en wijkgerichte benadering

We stimuleren en/of creëren plekken waar mensen gelukkig en vitaal wonen, opgroeien, werken en ouder worden in een gezonde omgeving. Met een gebieds- en wijkgerichte aanpak sluiten we aan bij activiteiten en de projecten die er al zijn en bijdragen aan gezondheid. We vragen de inwoners wat ze nodig hebben en wat ze belangrijk vinden. Elke omgeving in het dagelijks leven van de inwoner (wijk, school, werk en vereniging) is namelijk anders. We sluiten aan bij de eigenheid van elke omgeving, versterken bestaande activiteiten en richten ons op basis van een thema of gewenst doel op de wijken die daarbij een extra impuls kunnen gebruiken.

3. Gericht op gezondheidswinst en gezondheidspotentieel

Het benutten van het gezondheidspotentieel richt zich zowel op het verkleinen van de gezondheidsverschillen, als op gezondheidswinst en dus een toename van het aantal jaren in goed ervaren gezondheid. Bij het verkleinen van de gezondheidsverschillen ligt de nadruk op inwoners met een lage SES. Het meeste gezondheidspotentieel is te behalen bij mensen die minder 'gezondheidsvaardig' zijn en ongezondere keuzes maken. We weten dat een groot deel van het gezondheidsverlies en dus de gezondheidsverschillen verklaard wordt door o.a. financiële stress, eenzaamheid, luchtkwaliteit, depressie, roken, alcohol en overgewicht. Ze hebben een negatief effect op het aantal jaren in goede gezondheid en de kwaliteit van leven. We gaan deze uitdagingen aanpakken langs een gezonde leefstijl en een gezonde leefomgeving. Ze bevorderen een goede gezondheid en kwaliteit van leven en werken versterkend ten opzichte van elkaar.

5. Thema's en doelen

De ambities en de aanpak worden vertaald in concrete thema's en doelen die leidend zijn voor het beleid van de komende jaren.

1. Thema: Gezondheid in de fysieke en sociale leefomgeving

We kunnen nooit gezond zijn in een ongezonde leefomgeving. Ongezonde lucht (bijvoorbeeld door roken en fijnstof) maakt mensen ziek. In een gezonde, inclusieve omgeving kunnen mensen zich gezond en gelukkig voelen. Mensen worden bewust en onbewust sterk beïnvloed door hun omgeving. Wanneer die omgeving uitdagend, groen en gezond is, worden mensen geprikkeld om naar buiten te gaan, om te ontmoeten en om mee te doen. Dit heeft een positieve invloed op hun gezondheid. Als voorbeeld: als we inwoners stimuleren om meer te bewegen, dan is belangrijk dat er ook voldoende mogelijkheden zijn om te bewegen. Bijvoorbeeld in een veilige groene omgeving met bankjes waardoor er prettig gewandeld kan worden.

Gezonde, groene omgeving

Gezonde leefomgeving bevordert en beschermt het fysiek, mentaal en sociaal welbevinden van mensen. Een gezonde omgeving creëren, onderhouden en beschermen is doel van ons beleid. Hier wordt aandacht aan besteed in de Omgevingsvisie. We willen meer gezondheidswinst boeken door omgevingsbeleid, door niet alleen in te zetten op bescherming (klassiek milieubeleid), maar ook op bevordering van gezondheid. Bij gezondheidsbescherming hanteren we minimale wettelijke eisen voor onder andere lucht en geluid. Bij bevordering vergroten we gezondheidswinst (gezondheid, waarde, water, hittestress, ruimte, groen).

Een gezonde leefomgeving is groen en draagt bij aan gezondheidswinst (door luchtkwaliteit, geluid, straling). En is uitnodigend om de gezonde keuzes te kunnen maken en een gezonde leefstijl te kunnen hebben. Dat mensen meer bewegen, minder stress ervaren, elkaar kunnen ontmoeten en kunnen participeren in de maatschappij. Een gezondere leefomgeving is vooral een collectieve verantwoordelijkheid.

Meedoen en erbij horen

Het kunnen meedoen en het gevoel hebben dat je erbij hoort in je sociale leefomgeving, je daar thuis voelt, betrokken bent, er voor elkaar bent maar ook zelfredzaam zijn en het gevoel van veiligheid: heeft allemaal invloed op je gezondheid. Het gaat erom dat burens elkaar kennen en naar elkaar omkijken. De sociale omgevingsfactoren hebben direct effect op de leefbaarheid en sociale veerkracht van de buurt. Een gezonde sociale leefomgeving kan de risico's op eenzaamheid en armoede beperken en speelt ook een belangrijke rol in de ondersteuning voor oudere inwoners. En levert een belangrijke bijdrage aan de gezonde leefstijl van mensen. De omgeving kan het juiste voorbeeld geven en kan ook sociale steun bieden. Bovendien hebben ontmoetingsplekken en sporten in groepsverband een positief effect op het gevoel dat je erbij hoort.

Wat willen we bereiken:

- Een gezonde, inclusieve en veilige leefomgeving. Een omgeving waarin alle inwoners de mogelijkheid krijgen om zichzelf te zijn, zichzelf te ontplooien en gezonde keuzes te maken.

Wat gaan we doen:

- Er komen meer veilige en inclusieve (speel)plekken in de openbare ruimte.
- Er komen meer groene, veilige en toegankelijke plekken voor alle inwoners welke uitnodigen tot bewegen en ontmoeten
- We zorgen voor een veilige omgeving rondom de school en kinderopvang waarbij we stimuleren dat kinderen (en ouders) met de fiets of te voet komen.
- We willen wijken en netwerken bouwen en/of versterken waar de bewoners zich mee verbonden voelen, waar ze een aantrekkelijke openbare ruimte terugvinden die voor iedereen toegankelijk is en die zich leent voor beweging en ontmoeting.

2. Thema: Gezondheidsachterstanden verkleinen

Wie rijker en hoger opgeleid is, leeft gemiddeld langer en in betere gezondheid. Het vermogen van mensen om 'gezonde keuzes' te maken en zich hieraan te houden, wordt vaak overschat. Gezondheidsproblemen zijn vaak onderdeel van achterliggende problematiek zoals schulden, armoede, 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.

We gaan ons richten op interventies die ertoe leiden dat de levensverwachting van mensen met een lage SES (bepaald op basis van opleidingsniveau en inkomen) toeneemt, waardoor de gezondheidsachterstanden verkleinen. Maar ook het verbeteren van de kwaliteit van leven, en het behalen van gezondheidswinst door de gezondheid van mensen te verbeteren. En zetten in op de eerste levensfase (de eerste 1000 dagen van het leven), het is belangrijk om preventief en vroegtijdig met de aanpak van start te gaan, waarbij er extra aandacht is voor inwoners in een kwetsbare positie.

Roken, alcohol en overgewicht zorgen voor een groot deel van het gezondheidsverlies.

We willen daarom bereiken dat het voor iedereen, en van jongs af aan, makkelijk wordt gemaakt om voor gezonde leefstijl te kiezen.

Gezonde leefstijl

Een gezonde leefstijl en gezonde keuzes, veelal individueel op zowel lichamelijk als mentaal gebied, vragen regie van de inwoners zelf, maar ook van hun naasten en de directe omgeving. Sociale steun, aandacht en zorg kunnen het beste plaatsvinden binnen de belangrijkste netwerken waar mensen elke dag in leven: thuis, bij vrienden en familie, op het werk, op school en in de wijk. Voor het stimuleren van een gezonde leefstijl zijn het creëren van bewustwording, de juiste gezonde omgeving en gezonde omstandigheden noodzakelijk. Daarnaast is het belangrijk om goede informatie te verspreiden en mensen te prikkelen zodat zij zelf gezonde keuzes kunnen en willen maken.

Gezonde voeding (eten en drinken)

Gezonde voeding geeft energie, draagt bij aan een goede weerstand en verkleint de kans op overgewicht. Het draagt bovendien bij aan de preventie van veel verschillende chronische ziekten. Tot slot levert gezonde voeding de juiste benodigdheden voor het lichaam om dagelijks goed te kunnen functioneren. Kiezen voor gezond eten en drinken is echter niet voor iedereen vanzelfsprekend. Dit hangt af van gedrag (kennis, vaardigheden), de omgeving, financiële toegankelijkheid en ook de achterliggende oorzaken zoals stress, depressie en mentale klachten kunnen een belangrijke rol spelen. Het is daarom belangrijk om de gezonde keuze, de gemakkelijke keuze te maken en ervoor te zorgen dat dit ook een structurele keuze wordt.

Volgende beweging

Bewegen kan op veel verschillende manieren, zoals sporten maar ook naar school of werk fietsen, een lunchwandeling, buiten spelen en tuinieren dragen allemaal bij aan een actieve leefstijl. Hoe meer we bewegen en hoe meer we lang stilzitten voorkomen, hoe beter. Een actieve leefstijl zorgt voor verschillende gezondheidsvoordelen, die zich vertalen in een betere kwaliteit van leven, minder ziekteverzuim, meer arbeidsproductiviteit, minder zorgkosten en een hogere levensverwachting. Regelmatig bewegen zorgt ervoor dat mensen goed in hun vel zitten, fysiek en mentaal. Het geeft energie en maakt mensen weerbaarder. Het kan het risico op hart- en vaatziekten, diabetes type 2, een beroerte, depressies, en borst- en darmkanker verlagen, de kwaliteit van slaap verbeteren en levert een belangrijke bijdrage aan een gezond gewicht. Samen bewegen en sporten levert ook een belangrijke bijdrage aan je thuis voelen en erbij horen, andere mensen te ontmoeten, nieuwe vrienden te maken en hulp en steun kunnen krijgen.

Niet roken

Dat roken slecht is voor je gezondheid weet iedereen tegenwoordig, dit komt doordat sigaretten de schadelijke stoffen teer, nicotine en koolmonoxide bevatten. Deze schadelijke stoffen in de sigarettenrook vergroten de kans op vele aandoeningen. Een roker heeft daardoor meer kans op een hartaanval, longkanker, slokdarmkanker, strottenhoofdkanker of blaaskanker. Het is daarom belangrijk om te voorkomen dat mensen gaan roken maar ook op het stoppen is belangrijk om op in te zetten. Uit onderzoek blijkt dat op korte termijn hier de grootste gezondheidswinst valt te behalen.

Het meeste effect is te verwachten van interventies op het gebied van roken en overgewicht (voeding en drinken en bewegen), waarbij er aandacht en inzet nodig is op de achterliggende factoren zoals gezondheidsvaardigheden, armoede en de directe leefomgeving. En de grootste winst is te boeken bij mensen die op dit moment nog niet voldoen aan de beweegrichtlijnen. Voor twee leeftijdsgroepen hebben we extra aandacht: kinderen en jongeren, en 65-plussers. Hoe

jonger we kinderen beginnen aan te moedigen om vaker en met plezier te bewegen, hoe groter hun beweegparticipatie op latere leeftijd. Ook daar is het gezondheids-potentieel dus groot.

Wat willen we bereiken:

- Het maken van gezonde keuzes (voldoende water, gezonde voeding, alcoholarm en -vrij, niet roken) stijgt bij verschillende groepen in de samenleving.
- Het aantal inwoners met een actieve gezonde leefstijl stijgt.
- Alle openbare (gemeentelijke) ruimten zijn rookvrij.

Wat gaan we doen:

- We richten ons op preventieve en vroegtijdige interventies tijdens de eerste levensfasen met Kansrijke Start
- We sluiten aan bij de Gelijke kansen Alliantie, en zetten daarbij extra in op kwetsbare jongeren en talentontwikkeling
- Zetten in op interventies op het gebied van overgewicht (gezonde voeding, voldoende water, alcoholarm en -vrij en bewegen) en roken, waarbij er aandacht is voor de achterliggende factoren (armoede, schulden, gezondheidsvaardigheden etc.). Extra aandacht voor kinderen op jonge leeftijd om met gezonde voeding in aanraking komen en ouderen.
- Er zijn geen financiële belemmeringen om mee te doen en te kunnen bewegen met sport en cultuur voor jong en oud.
- We dragen er samen met lokale partners aan bij, dat alle jeugd voldoende kan bewegen.
- We sluiten jaarlijks aan bij landelijke campagnes om een gezonde leefstijl te bevorderen.

3. Thema: Druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen

Verschillende maatschappelijke ontwikkelingen zoals ervaren prestatiedruk in het onderwijs en de maatschappij, de rol van sociale media en de coronapandemie kunnen een rol spelen bij de mentale gezondheid van jongeren. Dit kan leiden tot meer middelengebruik en meer psychische problemen zoals een burn-out, depressies, slaapproblemen en stress.

De aanpak van druk op het dagelijks leven is complex en vraagt om een domein overstijgende aanpak. Het is daarbij belangrijk dat jongeren (en ouders) weten hoe zij mentaal gezond opgroeien en dit ook kunnen blijven. Mentale problemen moeten bespreekbaar zijn en geaccepteerd worden.

De toenemende druk op het dagelijks leven bij jongeren is een relatief nieuw vraagstuk maar heeft na de coronapandemie meer urgentie gekregen. Hiervoor is het belangrijk dat alle partijen die hierbij betrokken zijn zoals gemeente, GGD 's, scholen en hulpverleners goed samenwerken.

Interventies zijn nodig om de toenemende druk op het dagelijks leven te verkleinen en de mentale weerbaarheid en veerkracht bij jongeren te vergroten. We gaan kijken naar goede voorbeelden van interventies om deze over te nemen en/of uit te breiden en daarbij ook jongeren en ervaringsdeskundigen te betrekken. Dit onderwerp heeft ook een plek in de Lokale Educatieve Agenda.

Wat willen we bereiken:

- Jongeren hebben meer veerkracht en weerbaarheid
- Jongeren kunnen beter omgaan met mentale en fysieke druk, en tegenslagen in het leven, zelf of met hulp van anderen.
- Scholieren ervaren minder druk.

Wat gaan we doen:

- Continueren van het programma Gezonde school.
- We creëren voldoende sport, spel en beweegaanbod voor jongeren.
- Het onderwijs stimuleren om lesaanbod op het gebied van mentale weerbaarheid in te zetten.

4. Thema: Vitaal ouder worden

Vucht vergrijst. Mensen worden steeds ouder en het aandeel ouderen in Vucht neemt toe. De vergrijzing zet de komende jaren door. Met de meeste ouderen gaat het goed en zijn de meeste inwoners boven de 75 nog vitaal, maar er komen in de toekomst steeds meer ouderen met een of meer chronische aandoeningen, die elkaar ook nog negatief kunnen beïnvloeden. Daarnaast nemen sociale problemen toe, er zijn gevoelens van eenzaamheid en ook het aantal mensen met dementie stijgt de komende jaren. Veel 75 plussers wonen alleen. En landelijk komt 1 op de 3 ouderen van 65 jaar en ouder minimaal eens per jaar ten val, waarbij het aantal dat leidt tot spoedeisende hulp of dodelijke afloop, stijgt. Ook sluit het huidige aanbod vaak niet goed aan op hun gezondheidsvaardigheden.

Dit heeft in veel gevallen grote gevolgen voor vitaliteit, kwaliteit van leven, thuiswonen en eenzaamheid. Vitaal ouder worden vraagt om aandacht voor fysieke, psychische, cognitieve en sociale vitaliteit. Het is daarom ook belangrijk om samen te werken met andere domeinen zoals zorg en woningbouwcoöperaties.

We richten ons op interventies op het gebied van eenzaamheid (eerder signaleren en doorbreken), lichamelijke activiteiten omdat het helpt om lichamelijke klachten te voorkomen of te verminderen en gezonde voeding, om vitaal te blijven, chronische ziekten en beperkingen zo lang mogelijk uit te stellen, en klachten te verminderen. En gaan proberen het aantal valongevallen te verminderen.

We willen de 'jongere' oudere zo lang mogelijk gezond houden en de meer kwetsbare oudere kunnen ondersteunen zodat zij hun kwaliteit van leven in stand houden, of kunnen verbeteren. Zodat meer ouderen zich vitaal voelen en naar vermogen kunnen blijven meedoen in een leefomgeving die ze verleidt tot een gezonde leefstijl

De focus ligt op (behoud van) vitaliteit (en een gezonde leefstijl), sociale contacten en zingeving.

Wat willen we bereiken:

- Het aantal inwoners dat zich eenzaam voelt neemt af, evenals het taboe rondom eenzaamheid.
- Alle inwoners ervaren het leven als zinvol en blijven op hoge leeftijd actief mee doen.
- Het aantal valongevallen neemt af.
- Een seniorenvriendelijke leefomgeving.
- Het aantal inwoners dat sociale cohesie en betrokkenheid ervaart, neemt toe.

Wat gaan we doen:

- Een gezonde leefstijl stimuleren op het gebied van gezonde voeding, voldoende water, alcoholarm en -vrij en beweging.
- Het stimuleren van het vergroten van het sociale netwerk.
- Bewustwording onder 'jongere' ouderen vergroten over het belang van vitaliteit en het hebben van sociale contacten.
- We zetten in op beweegaanbod en programma's gericht op verschillende onderdelen van bewegen en op het uitbreiden van kennis over bewegen, gezondheid en 'valrisico's'.

- Gezondheidsrisico's voor ouderen in de leefomgeving nemen we weg, denk aan hitteprotocollen.
- Er zijn toegankelijke voorzieningen, denk aan groen/parken, eerste lijn gezondheidszorg, sportlocaties, ontmoetingsruimten. Maar ook toiletten, bankjes en rollatorvriendelijke trottoirs om de afstand naar voorzieningen als winkels te overbruggen.
- Sportverenigingen faciliteren bij sportaanbod voor ouderen zoals walking sports.
- Uitbreiding van beweegtuinen en -routes.

6. De basis voor een gezonder Vught

Deze gezondheidsnota vormt de basis en geeft kaders voor de beweging richting een gezondere gemeente en het effect wat wij de komende jaren willen maken. We werken aan de speerpunten en doelen via de integrale aanpak op leefomgeving en leefstijl en doen dat door in te zetten op positieve gezondheid: welke invloed heeft op gezondheid en gezondheidsbeleving.

Iedere wijk en kern in Vught is anders, en ook de behoefte en het aanbod verschilt. Dat is ook de reden dat we in deze nota nog geen concrete invulling geven aan de resultaten, activiteiten of de input die daar voor nodig is. Deze formuleren wij met samen met (lokale) partners en inwoners, waarbij we ook afspraken maken hoe ieder daar op zijn eigen manier aan kan bijdragen en stellen we vast welke mogelijkheden en rol wij als gemeente hebben om dit te kunnen organiseren. De mensen waarvoor we het doen worden gevraagd wat zij nodig hebben.

Ieder jaar in januari wordt een jaarverslag en jaarplan (kwalitatief) opgemaakt wat 'is gedaan' of 'is ontwikkeld' aan de uitvoering van deze nota. Voor indicatoren over de effecten van het beleid gebruiken we voornamelijk GGD-monitoren, die eens per vier jaar beschikbaar zijn.

Gezondheidsbeleid heeft een lange termijn nodig om effecten te kunnen zien. De GGD-monitoren geven hier goed inzicht in.

Met deze nota leggen we de basis om verder te bouwen aan wat al in gang is gezet de afgelopen jaren, en dragen we bij aan een gezond Vught waar inwoners langer vitaal leven, in goed ervaren gezondheid en gelukkig(er) zijn.

BIJLAGE 1: TOTSTANDKOMING

1. Gezamenlijk traject

De Lokale Sociale Agenda, het gezondheidsbeleid, het armoedebeleid en de doorontwikkeling Wegwijs+ zijn gelijktijdig opgepakt. De trajecten zijn inhoudelijk sterk verbonden. De LSA dient als overkoepelend stuk waarin op abstract niveau de brede sociale kaders in Vught worden geformuleerd. Het armoede- en gezondheidsbeleid is een verdieping op de thema's die terugkomen in de LSA. De doorontwikkeling Wegwijs+ beschrijft dan hoe we zorgen dat de gemeentelijke uitvoering in het Sociaal Domein goed aansluit cq blijft aansluiten op de veranderende context en samenleving én de beleidsambities.

Daarnaast zijn de maatschappelijke partners in deze trajecten voor een groot deel gelijk. Daarom is ervoor gekozen de stakeholders en inwoners niet voor elk onderdeel afzonderlijk te bevragen, maar dit gelijktijdig te doen.

2 Inwoners

Inwoners zijn op verschillende manieren betrokken.

Wijinvught.nl:

In de zomer van 2022 is via het platform Wijinvught.nl een aantal vragen aan inwoners gesteld. De vragen gingen in algemene zin over voorzieningen waar men tevreden over is of die men juist mist. Ook werd gevraagd een prioritering aan te brengen in thema's waar we als gemeente extra aandacht voor moeten hebben in het brede sociale domein. Tot slot werd gevraagd naar de bekendheid met en benaderbaarheid van Wegwijs+.

De vragen zijn onder de aandacht van inwoners gebracht via social media en het Klaverblad. Daarnaast zijn de belangrijkste maatschappelijke partners in het Sociaal Domein benaderd met de vraag hun achterban (cliënten/vrijwilligers/professionals) te wijzen op de vragenlijst. In totaal is de vragenlijst 56 keer ingevuld. Hiermee biedt het zinvolle, illustratieve input.

Ervaringsdeskundigen

Bij Omarmen (Armoede), Cello, Reinier van Arkel en WSD hebben we gesproken met ervaringsdeskundigen. Mensen die gericht vanuit de doelgroep kunnen vertellen over wat zij zien in hun omgeving en waar we als gemeente meer aandacht voor moeten hebben. Deze gesprekken leverden een verdieping op, die onder meer een inkijk geeft in de betekenis van beleid voor specifieke doelgroepen.

Adviesraad Sociaal Domein (ASD)

De ASD is in een vroeg stadium betrokken bij het proces van de LSA, het armoede- en gezondheidsbeleid en de doorontwikkeling Wegwijs+. Zij hebben hun speerpunten, kansen en verbeterpunten ingebracht tijdens een bijeenkomst op 24 juni 2022. Tussentijds is de ASD bijgepraat over de stand van zaken van het participatietraject. Zij hebben advies uitgebracht over de stukken.

3 Maatschappelijke partners

Met de onderstaande partners is gesproken, in aparte gesprekken of tijdens de plenaire bijeenkomst in september 2022:

- o ABZ
- o BSV
- o Cello

- o GGD
- o Huis73
- o Huisartsen en praktijkondersteuners
- o Kwikstart
- o Mantelzorgnetwerk
- o MDM
- o Move Vught
- o Novadic-Kentron
- o Ouderen Samen
- o Plaza Cultura
- o Reinier van Arkel
- o Samen Sterk in de Wijk
- o Seniorenbus
- o Stichting Aangepast Vervoer Vught
- o Vereniging 55+ Helvoirt
- o Vughterstede
- o Vughtse en Helvoirtse huisartsen
- o Vughtse sportclub Prins Hendrik
- o Welzijn Vught/Farent
- o Woonstichting Charlotte van Beuningen
- o WSD
- o Ypse

De diverse maatschappelijke partners vertegenwoordigen niet alleen hun organisatie maar ook hun achterban/inwoners. We hebben zoveel mogelijk geprobeerd aan te sluiten bij bestaande overlegstructuren. Voor die partijen waarbij dat niet lukte, hebben we eind september een plenaire bijeenkomst georganiseerd in Jeugd- en Jongeren centrum Elzenburg. Tijdens deze avond is op onderstaande thema's input van de ongeveer veertig aanwezigen opgehaald.

- o Wegwijs+
- o De buurt
- o Gezond leven
- o Zelf de touwtjes in handen houden
- o Preventie

Voor deze plenaire bijeenkomst is er bewust voor gekozen ook uitvoerende professionals van verschillende organisaties uit te nodigen. Hun aanwezigheid zorgde ervoor dat de discussie gevoed werd met waardevolle inbreng over waar partijen in de praktijk tegenaan lopen in Vught.