

GEZONDE LEEFSTIJL

Hier bouwen we aan

Gezondheid is een belangrijke voorwaarde om mee te doen aan de samenleving. Een gezonde leefstijl is vooral de verantwoordelijkheid van alle Assenaren zelf. Assenaren die moeite hebben met een gezonde leefstijl worden actief gestimuleerd en ondersteund. Het gaat met name om jeugd en kwetsbare mensen. In de stad en de wijken zijn voldoende mogelijkheden en faciliteiten die Gezonde Leefstijl tot een logische keuze maken.

- **Gezonde bewoners in een gezonde wijk en stad**

In 2016 is voor alle Assenaren in de wijk of de stad een vraaggericht aanbod op het gebied van gezonde leefstijl. Of het nu gaat om sport en bewegen, gezonde voeding of leefstijladviezen. Bewoners stimuleren elkaar tot een actieve leefstijl.

- **Er is een netwerk van betrokken partners in zorg, welzijn en sport die investeren in preventie.**

De samenwerking is goed georganiseerd. Er is één centrale plaats waar vraag en aanbod bij elkaar komen. Bewoners kunnen hier terecht met vragen, wensen en ideeën over vrije tijd en gezonde leefstijlactiviteiten. Voor de gebiedsgebonden teams is leefstijl een logisch aandachtspunt bij keukentafelgesprekken. Ze zijn in staat om bewoners met een gezondheidsrisico via eigen kracht bewuste keuzes te laten maken voor een gezonde leefstijl. De keten van vrijwillige- en professionele organisaties zorgt voor de samenhang tussen de verschillende gezonde leefstijlactiviteiten en in de gezondheidspreventie. Partners bieden samen preventieve programma's aan die aansluiten bij de vraag van wijk- en buurtbewoners in verschillende levensfasen. Ook intramurale instellingen stellen hun specifieke aanbod open. Voor elkaar en voor de wijk. De programma's zijn gericht op plezier, meedoen, zelfstandigheid en eigen verantwoordelijkheid.

- **Ook voor kwetsbare mensen een gezonde leefstijl**

Voor kwetsbare Assenaren is extra begeleiding beschikbaar om te leren omgaan met gezonde keuzes. Leefstijlactiviteiten bieden kansen voor meedoen en ontmoeting. Instellingen openen hun deuren voor alle Assenaren. Verenigingen bieden kwetsbare mensen mogelijkheden mee te doen.

- **Jonge Assenaren kiezen voor een gezonde leefstijl**

Via specifieke preventieprogramma's maken jonge Assenaren kennis met diverse aspecten van een gezonde leefstijl. Deze programma's worden in samenwerking met 'Oog voor jeugd' op maat ontwikkeld. Het gaat bijvoorbeeld om voorlichting, gezonde kantines, voldoende bewegingsonderwijs tijdens en na school en een aanbod voor kinderen die niet mee kunnen komen. De activiteiten vinden plaats op plekken waar jonge Assenaren zijn. Op school en in de buurt. Volwassen, vrijwilligers en professionals zijn een voorbeeld in gedrag voor jeugdigen juist als het gaat om gezonde leefstijl.

- **De leefomgeving nodigt uit tot een gezonde leefstijl**

De openbare ruimte stimuleert tot meer bewegen. Lopen of fietsen naar werk, school of vereniging is eenvoudig en comfortabel. Speel- en sportvoorzieningen nodigen iedereen uit tot bewegen. Trapveldjes, groene speelruimten, sporthallen, wandel- en hardlooperoutes etc.. Iedereen praat en beslist mee over de inrichting van de directe woon- en leefomgeving en neemt daarin initiatief. Bij de bouw en het onderhoud van woningen, scholen en andere gebouwen is aandacht voor een gezond binnenmilieu.

- **Gezonde werknemers in een gezonde werkomgeving**

Werkgevers stimuleren hun werknemers om voor een gezonde leefstijl te kiezen. Dit komt terug in allerlei aspecten van de bedrijfsvoering zoals een gezonde kantine en binnenmilieu. De gemeente geeft het goede voorbeeld.

Bouwers

Iedere Assenaar is gebaat bij een gezonde leefstijl. Gezondheid is een belangrijke voorwaarde om mee te doen aan de gemeenschap. Actieve bewoners en ondernemers krijgen volop de ruimte om plannen te ontwikkelen en uit te voeren. Voor de gemeente is gezonde leefstijl een rode draad bij het inrichten van de openbare ruimte en een criterium voor het binnenmilieu van openbare gebouwen en scholen. Professionals en vrijwilligers organiseren samen een ketenaanpak voor preventie. Als belanghebbenden doen zorgverzekeraars ook mee. De gemeente of de GGD is de verbinder. Werkgevers bieden faciliteiten die bijdragen aan de gezondheid van werknemers.

Acties

1. **Het ontwikkelen van de verbinding en samenhang tussen vraag en aanbod**

We zoeken naar partners in zorg, welzijn en sport om in een aantal wijken experimenten te starten die leiden tot een sluitende keten en continuïteit in de aanpak. We sluiten aan bij experimenten van andere bouwopgaven via bijvoorbeeld gebiedsgebonden teams.



Vraag en aanbod op het gebied van vrije tijd, sport en bewegen en gecombineerde leefstijlinterventies worden in kaart gebracht.

Het organiseren van maatwerkoplossingen bij leemtes in het aanbod. Sportverenigingen en andere organisaties verleiden tot het bedienen van de moeilijker bereikbare doelgroepen en hen daarbij ondersteunen.

Instellingen en organisaties ondersteunen om hun aanbod open te stellen voor elkaar, met elkaar te combineren en slim naar elkaar door te verwijzen.

Gezonde leefstijl onder de aandacht brengen door bestaande campagnes te bundelen tot één overkoepelende campagne. Ook de gemeente als voorbeeld daarin presenteren.

2. *Gezonde leefstijl als onderdeel van contacten tussen professionals/vrijwilligers met cliënten*

Het trainen van professionals en vrijwilligers in het ontwikkelen van de specifieke competenties die hier voor nodig zijn, aansluitend op de competenties die worden gevraagd voor de andere bouwopgaven.

3. *Inzetten op bewustwording bij Jeugd*

Gezonde leefstijl tot een leuk en uitnodigend onderdeel verwerken in het lesaanbod van scholen. Het organiseren van voldoende sport- en beweegmomenten tijdens en na schooltijd.

Het beïnvloeden van keuzes binnen scholen bijvoorbeeld door een gezonde kantine.

4. *Integratie van fysieke maatregelen in bouw- en inrichtingsplannen*

Inwoners praten mee over gezonde leefstijlkeuzes bij het maken van plannen voor de inrichting en het beheer van de openbare ruimte en van openbare gebouwen en scholen.

5. *Werkgevers promoten gezonde leefstijl bij hun werknemers*

Asser werkgevers stimuleren hun werknemers gezonde keuzes te maken. Dit kan tot uitdrukking komen in allerlei aspecten van de bedrijfsvoering: fitcheck, fitnessaanbod, gezonde kantine en een gezond binnenmilieu.

Bouwlocaties

Uitgangspunt is de wijkgerichte aanpak. Op basis van nadere wijkanalyses en gezondheidsgegevens wordt met ketenpartners en bewoners bepaald welke wijken zich lenen voor experimenten.

Bouwbudget

Er is voor gezonde leefstijl een budget van € 635.000,- beschikbaar. Dit zijn de wettelijke middelen die beschikbaar zijn voor GGD-taken. Voor nieuwe impulsen en incidentele activiteiten doen we een beroep op bestaande en nieuwe subsidiestromen en gelden van zorgverzekeraars. De ontschotting van de budgetten van Zorg en Welzijn, Werk en Inkomen, Sport, Onderwijs en Wijkbeheer kan daarbij helpen.

Bouwplanning

1. starten in 2012 pilot samenwerkende ketenpartners, in samenhang met andere opgaven;
2. verbinden van vraag en aanbod via onder andere een sociale kaart;
3. integrale houding van professionals in samenhang met andere opgaven;
4. jeugd: 2012 en 2013;
5. fysiek: 2014 e.v.;
6. werknemers: 2014 e.v..

