

Samen Gezond in 's-Hertogenbosch

Lokaal Preventieakkoord
april 2021

's-Hertogenbosch streeft ernaar een 'gezonde' stad te zijn en ondersteunt haar inwoners door een gezonde leefstijl en meedoen te faciliteren en de leefomgeving zo in te richten dat het maken van een gezonde keuze gemakkelijker is. Verbetert de gezondheid van inwoners, dan nemen de veerkracht en kansen om mee te doen toe.

Samen met onze inwoners en partners in de stad gaan wij aan de slag voor meer gezonde en gelukkige jaren voor onze inwoners en het verkleinen van de nog altijd aanwezige gezondheidskloof.

Daarbij richten we ons op alle inwoners van onze gemeente met algemene maatregelen en activiteiten op de drie pijlers uit het programma positieve gezondheid: gezonde leefstijl, meedoen en gezonde leefomgeving. Daarnaast zetten wij extra in op vier buurten die lager scoren op een aantal belangrijke gezondheidsindicatoren. Het gaat daarbij om:

- Aawijk noord
- Boschveld
- De Hambaken
- De Gestelse buurt

Relatie Lokaal Sportakkoord

In 's-Hertogenbosch is in aansluiting op het Nationaal Sportakkoord het Bosch Sportakkoord opgesteld. Aansluitend bij de ambities van bestaand beleid van verschillende partners en organisaties. Door gemeenschappelijke ambities, nieuwe initiatieven en vormen van samenwerking, geeft dit een extra impuls op het vlak van sport en bewegen.

Bewegen is onlosmakelijk verbonden met gezondheid. Sportaanbieders kunnen hier een belangrijke rol in spelen. Zowel voor mensen die niet genoeg bewegen, of met passend aanbod voor het bestrijden van overgewicht maar ook gericht op gezonde leefstijl (voeding en bewegen). Ook sluit het aan bij de (bestaande) programma's van JOGG, Gezonde School, Gezonde Sportomgeving

De ambities uit het Preventieakkoord (rookvrije generatie, minder (overmatig) alcoholgebruik en vermindering van overgewicht (obesitas) zijn gevat onder de invalshoeken:

- Sterk en Samen (1)
- Gezond en Wel (3)
- Zichtbaar en toegankelijk (4)
- Veel en Vaardig (5)

Ambitie en aanpak

Een gezond 's-Hertogenbosch bereiken we door met elkaar te werken aan drie pijlers

- Gezonde leefstijl
- Meedoen
- Gezonde omgeving

De belangrijkste gezondheidsbedreigingen zijn roken, bovenmatig alcohol gebruik of overgewicht. Maar (mede) als gevolg van corona komt hier de bedreiging van de mentale gezondheid bij. Dit zijn de thema's waarop wij ons, via de drie pijlers, focussen in de stad.

De drie pijlers beïnvloeden elkaar. Gedrag wordt beïnvloed door bewuste keuzes maar ook door de omgeving die gezonde keuzes de makkelijke keuzes maakt (gezond aanbod in de kantine, fietspaden in de stad), of juist de ongezonde keuze bemoeilijkt (rookvrije omgeving, alcoholvrije jeugdwedstrijden). Maar ook weerbaarheid en eigen regie (meedoen) hebben een positieve invloed op de gezondheid(sbeleving) van onze inwoners. We moeten met elkaar in de volle breedte deze combinatie zoe-

ken voor een gezondere samenleving.

Daarom zoeken wij de samenwerking met scholen, studenten, sportverenigingen, werkgevers, supermarkten, inwoners en bewonersverenigingen, verloskundigen, opbouwwerkers, wijkgezondheidswerkers, jongerenwerkers, stadsontwikkelaars, huisartsen en specialisten, speeltuinbeheerders en vrijwilligers op om de handen ineen te slaan en met elkaar te werken aan een gezonde stad.

Gezonde Leefstijl

Een 'Gezonde leefstijl' wordt bepaald door factoren als gedrag (gezond eten, niet roken, voldoende beweging, ontspanning, matig alcoholgebruik), (psychische) weerbaarheid en eigen regie

Doel:

- **Inwoners zijn zich meer bewust van de mogelijkheden om zelf op een positieve wijze met gezondheid bezig te zijn. Zij bewegen en ontspannen bijvoorbeeld voldoende en kiezen voor gezonde voeding.**

Overgewicht

Eten en drinken

Gezond eten en drinken is belangrijk. Daarom leren we onze inwoners al vanaf jonge leeftijd de gezonde keuze te maken en zetten we in op een gezond voedingsaanbod op scholen, sportverenigingen, wijkcentra, werkplekken en openbare plekken. Ouders leren over het belang van gezonde voeding en we zorgen er voor dat water drinken de norm wordt door de inrichting van watertappunten op scholen, sportverenigingen en in de wijk. Voor jongeren en volwassenen organiseren we activiteiten die hun helpen in het maken van gezonde keuzes.

Bewegen

Voldoende bewegen is leuk en gezond. Vanaf een jonge leeftijd worden kinderen gestimuleerd om veel te bewegen, maar ook op volwassen en oudere leeftijd worden inwoners bewust gemaakt om in beweging te blijven. Dat betekent dat sport in 's-Hertogenbosch openstaat voor iedereen. Ongeacht leeftijd, geslacht, herkomst, fysieke of mentale gesteldheid, seksuele voorkeur of financiële draagkracht. Iedereen voelt zich welkom en is in staat op een leven lang plezier te beleven aan sport en bewegen. Inwoners worden al op jonge leeftijd gestimuleerd om te bewegen. In samenwerking met sportbonden, de sportaanbieders, tal van maatschappelijke organisaties, bedrijfsleven en gemeenten is er een toegankelijk, inclusief sportaanbod op scholen, wijken, bij verenigingen, in speelplekken en in parken. We zetten hier beweegmaatjes, combinatiefunctionarissen of buurtsportcoaches, sportstudenten

en citytrainers in en nodigen sportverenigingen uit om activiteiten in de wijk en op de scholen aan te bieden. Een schoolplein wordt zo ingericht dat leerlingen uitgenodigd worden om zich goed fysiek uit te leven en in de wijk worden, samen met de inwoners, challenges georganiseerd voor jongeren en volwassenen.

Het lokaal preventieakkoord sluit hierbij aan bij het Lokaal Sportakkoord op de invalshoeken Sterk en Samen, Gezond en Wel, Zichtbaar en toegankelijk, Veel en vaardig.

Naast de onderstaande aanpak zien we mogelijkheden om via gezonde leefstijl interventies overgewicht bij kinderen tegen te gaan.

Kinderen naar Gezond Gewicht

We werken samen om overgewicht en ongezond gedrag zo vroeg mogelijk te signaleren en tijdig ondersteuning of hulp in te schakelen door middel van de landelijke aanpak 'Kinderen naar Gezond Gewicht'

- Kinderen met dreigend overgewicht worden tijdig gesignaleerd door pedagogisch medewerkers, leerkrachten en docenten en doorverwezen naar de jeugdgezondheidszorg.
- Op scholen in de focusbuurten worden kinderen gemeten en gewogen door de combinatiefunctionarissen en bij geconstateerd (dreigend) overgewicht doorverwezen naar de jeugdgezondheidszorg.
- De jeugdgezondheidszorg meet en weegt alle kinderen tijdens de periodieke onderzoeken en bij ernstig overgewicht wordt een brede anamnese uitgevoerd om achterliggende factoren te achterhalen, een plan van aanpak op te stellen met het gezin en passende ondersteuning in te schakelen. De jeugdverpleegkundige coördineert de hulp en ondersteuning vanuit de centrale zorgverleners rol. Zij werken hierin nauw samen met huisartsen en de kinderartsen in het Jeroen Bosch Ziekenhuis.
- Voor de jeugd (12-18 jaar) is een app ontwikkeld om hen te leren omgaan met de verleidingen uit de omgeving.
- Voor volwassenen is een leefstijlinterventie beschikbaar (COOL) en hier worden volwassenen met overgewicht actief naar doorverwezen door huisartsen en ziekenhuisartsen.

Rookvrije Generatie

Jaarlijks sterven er in Nederland meer dan 20.000 mensen aan de gevolgen van (mee)roken. Roken is daarmee de nummer één van een te voorkomen doodsoorzaak. Wij zetten daarom vol in op een rookvrije generatie. Daarvoor maken wij de omgeving, met name van de jeugd rookvrij; scholen, speeltuinen, sportvereniging, het station. Rokers moeten toegang hebben tot stoppen-met roken-cursussen en hier onder andere door ziekenhuizen, huisartsen of verloskundigen via landelijke campagnes als Stoptober, toe gestimuleerd worden.

Alcohol

Nog steeds zijn er jongeren onder de 18 jaar die drinken. Naast het feit dat dit inmiddels wettelijk niet is toegestaan, heeft dit ook hersenschade of problemen in de publieke ruimte tot gevolg. We vinden het belangrijk dat jongeren, via de scholen en het jongerenwerk voorlichting krijgen over de risico's van alcoholgebruik. Ook hun ouders zijn een belangrijke partij, aangezien er nog veel ouders zijn die alcoholgebruik door hun kinderen acceptabel vinden. Door voorlichting aan ouders en jongeren en een betere handhaving van de leeftijdsgrenzen tijdens evenementen en binnen de sportvereniging willen we de sociale norm versterken dat alcohol onder de 18 jaar niet meer kan. Ook willen we volwassenen en zwangere vrouwen voorlichten over de risico's van (bovenmatig) alcoholgebruik en hen via campagnes zoals IkPas te motiveren te minderen of (in geval van de zwangere vrouwen) te stoppen. Daarnaast werken we samen met het Jeroen Bosch Ziekenhuis (JBZ) in het project alcoholproblematiek om het gesprek over alcoholgebruik met inwoners aan te gaan en ondersteuning aan te bieden om alcoholgebruik te minderen.

Drugspreventie

Drugsgebruik, met name in het uitgaanscircuit, is in de laatste jaren steeds breder geaccepteerd. Dit vinden wij een onwenselijke ontwikkeling en we gaan daarom mee doen aan het regionale project "denormalisering drugsgebruik". Zo willen we in de regio Oost-Brabant de norm stellen dat drugsgebruik niet normaal is. Op scholen zorgen we voor goede voorlichting over preventie middelengebruik (roken, alcohol, drugs) door leerlijnen als Helder op school. Daarnaast monitoren we actief het drugsgebruik onder inwoners van onze gemeente en voeren we vast overleg met partnerorganisaties om trends en ontwikkelingen in beeld te brengen. Waar nodig zetten we extra interventies in om drugsgebruik te verminderen.

We zetten in op het stimuleren van een gezonde sportomgeving. Zowel bij gemeentelijke sportaccommodaties als bij verenigingen met een eigen accommodatie. Door samen invulling te geven aan bovenstaande 3 pijlers (rookvrij, gezonde sportkantine en verantwoord alcohol gebruik) wordt op een duurzame wijze de leefomgeving van inwoners in 's-Hertogenbosch gezonder gemaakt.

Meedoen

Bij de pijler 'Meedoen' denken we aan participatie en talentontwikkeling. Deze worden bepaald door factoren als onderwijs, werk, vrijwilligerswerk of dagbesteding, arbeidsomstandigheden, inkomen, armoede, schulden, sociale contacten, zingeving, acceptatie en mogelijkheden voor culturele ontplooiing.

Doel:

- **Jongeren groeien gezond op en ontwikkelen hun talenten maximaal.**
- **Bosschenaren hebben voldoende mogelijkheden om mee te doen, beschikken over een sociaal netwerk, zinvolle dagbesteding (werk, vrijwilligerswerk, mantelzorg) en zijn vrij van problematische schulden.**
- **Inwoners kunnen naar vermogen meedoen in onze inclusieve samenleving.**

Ontmoeting

We faciliteren ontmoetingen in de wijk door op tal van locaties zoals buurthuizen, Brede Bossche Scholen, huiskamers en sportverenigingen activiteiten te organiseren.. Hier kunnen mensen hun talenten ontplooien, betrokken worden bij ontwikkelingen in hun wijk, hun vrije tijd besteden en onder de mensen zijn. Dit draagt bij aan hun gezondheid en welbevinden.

Passende maatregelen

Door samen te werken met studenten van de AVANS Hogeschool, HAS Hogeschool, Fontys Hogeschool, Koning Willem I College en Helicon Opleidingen werken we via de City Deal Kennis Maken met elkaar aan oplossingen voor complexe gezondheidsvraagstukken waar inwoners centraal staan.

Samen met inwoners

#Samen is één van de vier uitgangspunten van het gezondheidsbeleid. We werken samen met inwoners aan projecten en programma's. Zo heeft elke wijk een leefbaarheidsoverleg en zijn veel inwoners actief in bestuurs-, wijk- of dorpsraden. Het wijk-, buurt- en dorpsbudget geeft de mogelijkheden om bewonersinitiatieven te faciliteren.

Gezonde leefomgeving

De pijler 'Gezonde leefomgeving' heeft betrekking op onder meer de kwaliteit van woningen, lucht, geluid, water, groen, ruimte, bodem, geur en duurzaamheid. 's-Hertogenbosch wil in de toekomst een gezonde en aantrekkelijke leefomgeving zijn om in te wonen, werken en recreëren. Gezondheid is daarom één van de hoofdthema's in de nieuwe Omgevingsvisie.

Doel:

- **Gezondheid is een belangrijk aandachtspunt bij de inrichting van de leefomgeving en ruimtelijke projecten.**
- **In de leefomgeving zijn voldoende voorzieningen aanwezig die uitnodigen tot bewegen en ontmoeten.**

Een gezonde omgeving nodigt uit tot bewegen en ontmoeten, biedt ontspanning en is stress verlagend en is geen bedreiging voor de fysieke gezondheid. We werken vanuit ruimtelijke ordening en stadsinrichting aan een omgeving met een gezonde mix tussen rust en reuring, hoge milieukwaliteit van woningen, lucht, geluid, water, groen, ruimte, bodem, geur en duurzaamheid en de klimaatbestendigheid van onze stad en dorpen. Dit doen we door bijvoorbeeld de aanleg van wandel- en fietsroutes, gevel- en daktuinen, wijk- en schoolmoestuinen, het aanplanten van extra bomen en het zorgen voor schoolpleinen die uitnodigen tot bewegen. Daarnaast zijn we aangesloten bij het Schone Lucht Akkoord. Via dit akkoord zetten we ons in om de gezondheidsschade door luchtvervuiling in 2030 te verminderen.