

# GEZONDHEID DIT LEEFT ER

Zingeving en kwaliteit van leven worden steeds breder gedragen als onderdeel van gezondheid. Zo worstelen mensen met levensvragen en trekken psychiaters volle zalen met hun visie op zingeving. Geluk zit voor veel mensen in de verbinding met anderen, in de sociale omgeving. Maar geluk en zingeving kunnen mensen ook vinden in bijvoorbeeld de natuur, kunst, muziek of religie. Een gemeente kan via de inrichting van de leefomgeving stimuleren dat mensen elkaar ontmoeten, in een buurthuis, in een park, bij een winkelcentrum of bij een rondje hardlopen. Een gezonde samenleving is een maatschappelijke uitdaging die ook vraagt om tegenwicht te bieden aan de verleiding van ongezonde keuzes. Het stimuleren van een gezonde leefomgeving is geen betutteling, maar versterkt de autonomie over gezond gedrag.



## GGD Panel: "Waar geniet u het meest van in het leven?"

*"Met mijn vrouw, onze familie en 7 kleinkinderen. Elke woensdag voormiddag met 8 vrienden koffie leuter en in namiddag fietsen op de mountainbike en een pilsje drinken"*

*"Van alles wat ik heb en kan"*

*"Ik wacht niet op bijzondere momenten maar maak gewone momenten bijzonder"*

## Gezondheid zit in hele kleine dingen

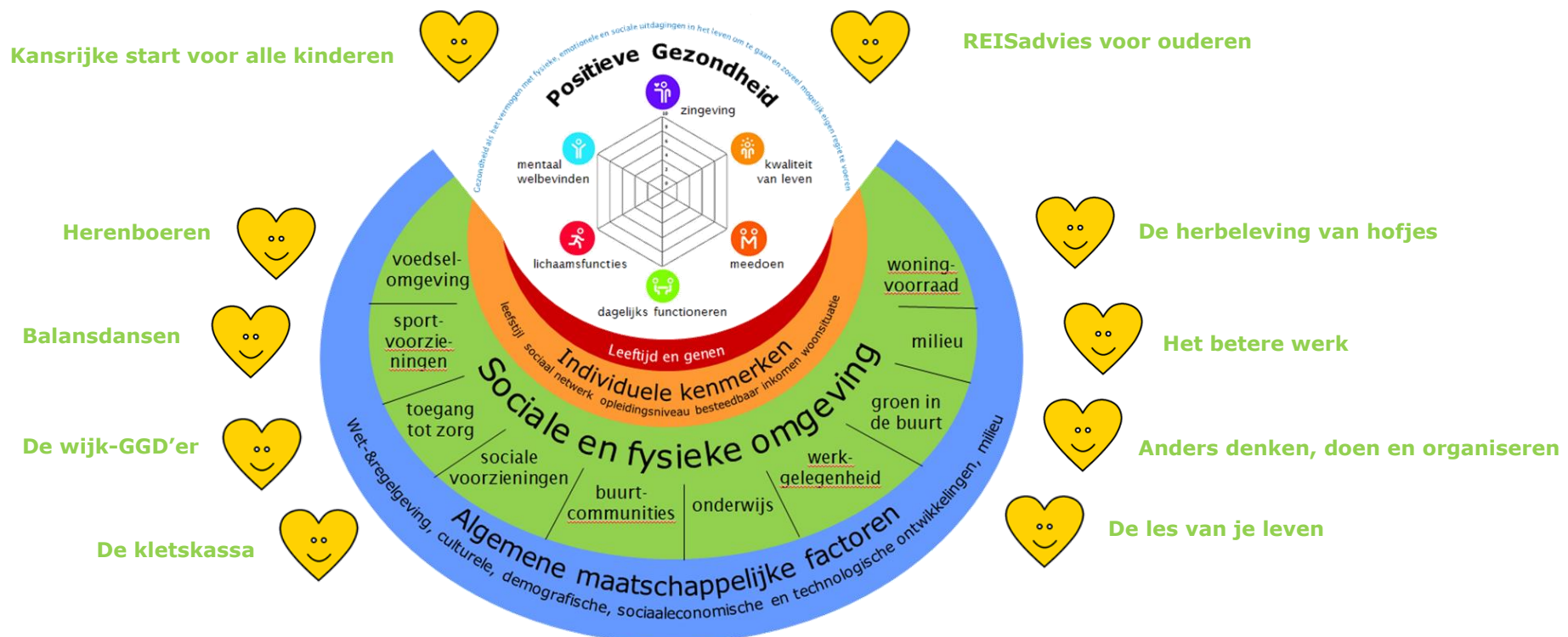
'Mijn moeder heeft alzheimer en is niet meer in staat een gesprek te voeren over wat zij belangrijk vindt. Als dochter weet ik dat wel en ook de verzorgenden weten dat. Mijn moeder houdt van mooie en kleurige kleding. Dat wordt nu 2 x per week samen met haar uitgezocht. Dat kost tijd, maar gedurende de dag wordt die tijd terugverdiend omdat ze dan **vrolijk** is.' Zorg voor Beter.

## Roken op Nederlandse stations wordt helemaal verboden

ProRail en NS hebben dat besluit samen genomen om 'hun steentje bij te dragen aan een rookvrije generatie'. Volgens de spoorbedrijven neemt het draagvlak voor roken in de samenleving af en krijgen ze geregeld klachten van reizigers.

# GEZONDHEID INSPIRATIES

Gemeenten kunnen op diverse manieren gezond gedrag en gezondheid stimuleren dankzij een breed palet aan beleidsterreinen, zoals het model positieve gezondheid laat zien (IPH). Denk aan sport- en welzijnsvoorzieningen, wijkinrichting, armoedebeleid en werk op maat. De [landelijke nota gezondheidsbeleid](#) spreekt expliciet de ambitie uit om het sociale domein te verbinden met onze fysieke leefomgeving. Toch blijft een gezonde leefstijl voor veel mensen een gewichtig issue. Het [nationaal preventie akkoord](#) ondersteunt bij het verminderen van overgewicht, roken en problematisch alcoholgebruik. En zorgverzekeraars hebben met het toelaten van de [Gecombineerde Leefstijl Interventies](#) tot de basisverzekering een goede stap gezet ter ondersteuning van de gezonde leefstijl.





Om gezondheidsverschillen zoveel mogelijk te voorkomen, is een **kansrijke start voor alle kinderen** van groot belang. De eerste 1000 levensdagen zijn cruciaal. De gezondheid vóór, tijdens en na de geboorte blijkt een belangrijke voorspeller van zowel fysieke als mentale problemen op latere leeftijd. De Jeugdgezondheidszorg in de regio onderzoekt de mogelijkheden van een programma.



### **Herenboeren, zoveel meer dan een boerderij.**

Elke week verse groenten van het seizoen, lekker fruit, eitjes en (voor wie wil) heerlijk vlees. En dat 'gewoon' van je eigen boerderij, verzorgd door je eigen Herenboer.



Jumbo breidt de '**klets-kassa**' uit naar nog eens 30 tot 40 winkels. De speciale klets-kassa's moeten ervoor zorgen dat mensen even terloops hun verhaal kwijt kunnen. De klets-kassa is niet het enige initiatief van de supermarkt om eenzame ouderen te helpen. Ook de inmiddels bekende koffiehoeck, die je in bijna iedere supermarkt ziet, heeft een belangrijkere rol gekregen. De bedoeling van de koffiehoeck is om eenzame of hulpbehoevende ouderen in beeld te krijgen, in samenwerking met een lokale stichting die zich voor deze mensen inzet.

*Zie ook VTV thema eenzaamheid.*



Voor thuiswonende ouderen in de 'derde levensfase' is recent een **REISadvies** gepubliceerd; vergoot de mogelijkheden voor het behoud van eigen **Regie**, **Eenvoudige ondersteuning** en zorg voor ouderen en professionals, **Integrale benadering** van de behoefte aan ondersteuning en zorg en kijk op ondersteuning en bevorder de **Samenwerking** tussen de verschillende bij de zorg voor thuiswonende ouderen betrokken partijen en professionals (Ministerie van VWS).



De **herleving van hofjes** in Helmond: Het hofje maakt een ware revival door in het Helmondse straatbeeld. Een hofje is een soort verbindende factor, een collectieve plek waar men elkaar kan ontmoeten. Het creëert rust in een woonwijk, verkeer wordt gestremd en er komt groen voor in de plaats (ED).  
*Zie ook VTV thema Leefomgeving.*



### Balansdansen voor ouderen om valpartijen te voorkomen

'Deze cursus is heel nuttig, opstaan vanuit mijn stoel gaat al gemakkelijker dan een paar weken terug. Ik doe dit voor mijn eigen veiligheid' ([BNdestem](#)). Zie ook VTV thema *Bewegen*.



### De les van je leven - lessen in persoonlijke ontwikkeling

De [geluyskoffer](#) is een methode gebaseerd op de positieve psychologie. In 7 thema's werken kinderen aan hun persoonlijke ontwikkeling en de eigen invloed op geluk.

Zie ook VTV thema *psychische gezondheid*.



### Het betere werk - de nieuwe maatschappelijke opdracht

Als werk psychologisch en sociaal zo belangrijk is, kunnen we mensen niet 'afschepen' met een uitkering, volgens de [Wetenschappelijke Raad voor Regeringsbeleid](#).

Geen basisinkomen, maar basisbanen dus. Zie ook VTV thema *gezondheidsvaardigheden*.



In 2020 zijn in 2 gemeenten in Zuidoost-Brabant **wijk-GGD'ers** gestart. Zij ontfermen zich over mensen die verward gedrag vertonen. Wijkagenten in Veldhoven zijn 70 procent van hun tijd bezig met meldingen van overlast of verward gedrag. Als iemand zich vreemd gedraagt, dan bellen mensen vaak de politie. Maar een politieagent is geen zorgverlener. Deze mensen hebben een zorgvraag die ze moeilijk uiten. ([ED](#))



Valpreventie bij ouderen loont. Vooral op het gebied van gezondheid, maar ook financieel. De **Rekenhulp Valpreventie** laat in 3 stappen zien wat de kosten en de baten van valpreventie zijn ([Veiligheid.nl](#)).



### Anders denken, doen en organiseren

In de Ruwaard bedenken wijkbewoners en organisaties samen oplossingen waarin mensen meer voor zichzelf en voor elkaar kunnen gaan doen; 'Ruwaard is een vitale wijk waar wijkbewoners tegen lagere kosten een betere (positieve) gezondheid ervaren.' ([Ruwaard](#))

**Meer info? Vraag het uw GGD-Gezondheidsmakelaar.**