

EEUW(IG) GEZOND

100 JAAR GGD BZO



GGD Breda

'DIE DAG VERANDERDE MIJN LEVEN'

'THAT DAY CHANGED MY LIFE'

DIE DAG VERANDERDE MIJN LEVEN



GGD Breda

HET LEVEN WORDT VOORUIT GELEEFD EN ACHTERAF BEGREPEN

LIFE IS LIVED FORWARDS AND UNDERSTOOD BACKWARDS

WAT IS JOUW GEHEIM?

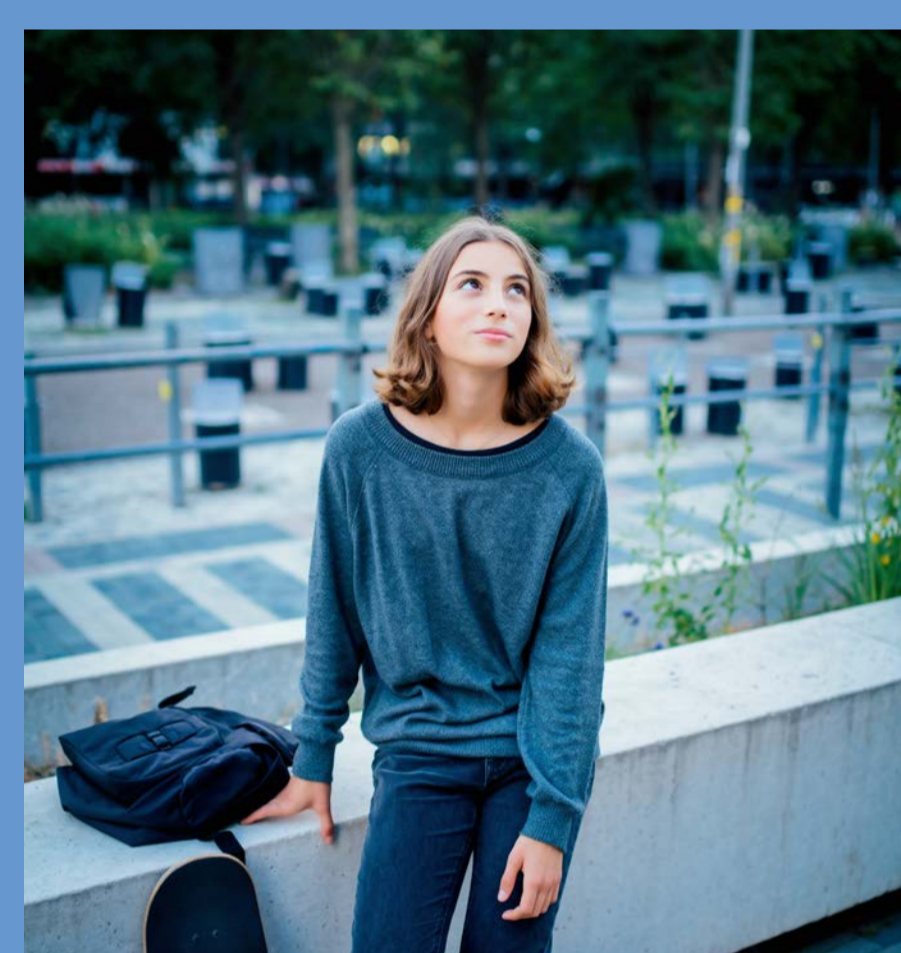
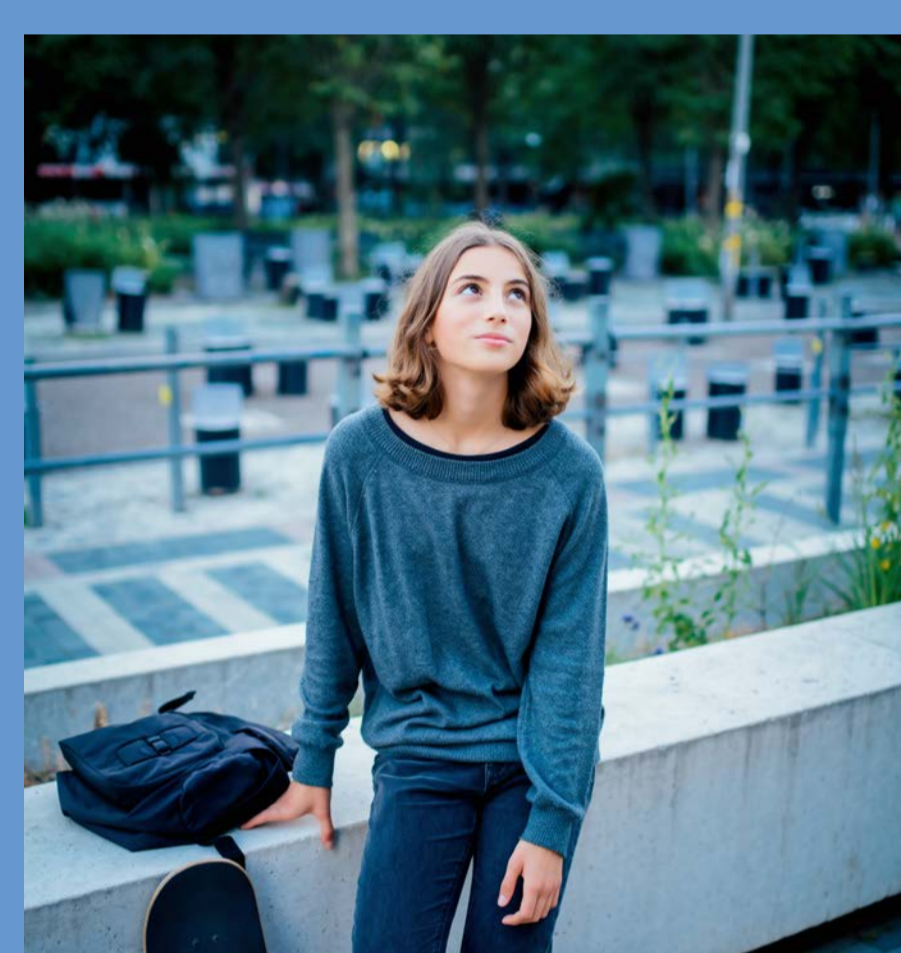


GGD Breda



EEUW(IG) GEZOND

100 JAAR GGD BZO



100 jaar GGD Brabant-Zuidoost

Gezond zijn gunnen we iedereen. Al honderd jaar zetten we ons daarvoor in.

Sinds 1926 bewaken, beschermen en bevorderen we de gezondheid van alle inwoners in onze regio. Van een kleine gezondheidsdienst voor de armere gezinnen zijn we uitgegroeid tot dé bewaker van de publieke gezondheid voor iedereen. En voor de kwetsbaren nog steeds een beetje meer.

In deze expositie nemen we je mee door verleden, heden en toekomst van gezondheid in Zuidoost-Brabant.

Verhalen van inwoners

- **Jongeren** hoe blijven zij mentaal fit?
- **Ouders** welke steun zij zoeken bij de opvoeding?
- **Honderdjarigen** wat is voor hen het geheim van gezond oud worden?
- **Mensen die acute zorg geven of ontvangen** wat doet dat met hen?

Jouw kijk op gezondheid

Gezondheid maken we samen. Daarom horen we ook graag jouw ideeën, zorgen en dromen.

Je kunt meedenken, meepraten én meedoen.

We delen meer dan we verschillen. En één ding staat vast:
Gezond zijn gunnen we elkaar. Eeuw(ig) gezond!

100 years of GGD Brabant-Zuidoost

We want everyone to be healthy. We have been committed to this for a hundred years.

Since 1926, we have been monitoring, protecting and promoting the health of all residents in our region. What began as a small health service for poorer families has grown into the guardian of public health for everyone. And for the most vulnerable, we still take that extra step.

In this exhibition, we take you on a journey through the past, present and future of health services in Southeast-Brabant.

Stories from residents

- How do **young people** stay mentally fit?
- What support do **parents** seek in raising their children?
- What is the secret to healthy ageing for **centenarians**?
- How does **providing or receiving acute care** affect people?

Your view on health

We create health together. That is why we would like to hear your ideas, concerns and dreams. You can contribute your thoughts, join the discussion and participate.

We share more than we differ. And one thing is certain:

We want everyone to be healthy. Healthy for centuries to come!



ggdbzo.nl

@ggdbzo



Brabant-Zuidoost

EEUW(IG) GEZOND

Van schoolarts tot crisispartner:
100 jaar GGD Brabant-Zuidoost

Honderd jaar na het opzetten
van de zorg voor armen is de
missie nog steeds dezelfde:
zorgen voor een gezonde re-
gio, samen met
inwoners en partners.

1926



Honderd jaar geleden begon het allemaal klein. In 1926 richtte Eindhoven een eigen GGD op, omdat arme gezinnen nauwelijks toegang hadden tot gezondheidszorg. De eerste decennia stonden in het teken van basiszorg: schoolartsen, ziekenvervoer en voorlichting over hygiëne. Het was de start van een organisatie die stap voor stap uitgroeide tot een onmisbare schakel in onze samenleving.

It all started in a small way hundred years ago. In 1926, Eindhoven established its own Municipal Health Service (GGD) because poor families had poor access to healthcare services. The first decades were dominated by basic care: school doctors, patient transport and hygiene education. It was the start of an organisation that gradually grew into an indispensable link in our society.

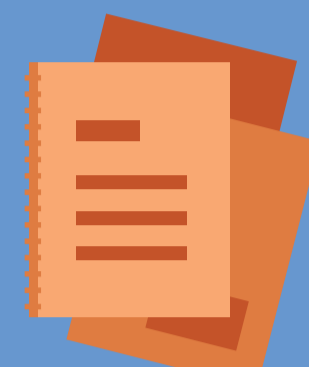
Na WOII



Na de Tweede Wereldoorlog kreeg volksgezondheid een nieuwe betekenis. De GGD hielp bij het verdelen van schaarse medicijnen en voedsel, en rolde vaccinatieprogramma's en geneeskundig onderzoek van schoolkinderen uit. Kindersterfte daalde, en jonge gezinnen kregen meer ondersteuning.

After the Second World War, public health took on a new meaning. The GGD helped distribute scarce medicines and food, and rolled out vaccination programmes and medical examinations for schoolchildren. Infant mortality declined, and young families received more support.

1960-1970



In de jaren '60 en '70 werden de taken verbreed en formeel vastgelegd. Jeugdgezondheidszorg kreeg vorm en nieuwe specialismen zoals reizigerszorg en medische milieukunde deden hun intrede. De GGD werd steeds meer een kennisorganisatie.

In the 1960s and 1970s, its tasks were broadened and formally established. Youth healthcare took shape and new specialisms such as travel health and medical environmental science were introduced. The GGD increasingly became a knowledge organisation.

1980



Vanaf de jaren '80 veranderde het speelveld opnieuw. Fusies en schaalvergroting maakten de weg vrij voor regionale samenwerking. Nieuwe disciplines zoals epidemiologie en gezondheidsvoorlichting kwamen erbij. Innovatie stond centraal, maar ook afscheid: de bedrijfsgezondheidszorg verdween.

From the 1980s onwards, the playing field changed again. Mergers and upscales paved the way for regional cooperation. New disciplines such as epidemiology and health education were added. Innovation played a central role, yet it also marked a farewell: occupational healthcare disappeared.

2008



In 2008 was het zover: GGD Brabant-Zuidoost ontstond als gemeenschappelijke regeling voor 21 gemeenten. Eén aanspreekpunt voor publieke gezondheid, wettelijk verankerd door de Wet publieke gezondheid. Inwoners konden rekenen op kwaliteit en continuïteit.

In 2008, the time had come: GGD Brabant-Zuidoost was established as a joint arrangement for 21 municipalities. A single point of contact for public health, enshrined in law by the Public Health Act. Residents could count on quality and continuity.

2009-2021



De jaren daarna brachten nieuwe uitdagingen: Q-koorts, Mexicaanse griep, en later COVID-19. De GGD stond in het hart van de samenleving, met teststraten, vaccinaties en crisiscommunicatie.

The following years brought new challenges: Q fever, swine flu, and later COVID-19. The GGD was at the heart of society, with testing centres, vaccinations, and crisis communication.

2022



Tegelijkertijd groeide de aandacht voor mentale gezondheid, leefstijl en sociale ongelijkheid. Het beleidsplan "Een eerlijke kans op een gezond leven" (2022-2026) markeert die omslag.

At the same time, there was a growing focus on mental health, lifestyle, and social inequality. The policy plan "A fair chance at a healthy life" (2022-2026) marks that shift.

2026



Vandaag werkt de GGD digitaal en datagedreven, met snelle, persoonlijke dienstverlening. Van infectieziektebestrijding tot toezicht op kinderopvang, van ambulancezorg tot forensische geneeskunde: de GGD is er voor iedereen. Inwoners profiteren van een bredere kijk op gezondheid, met aandacht voor mentale gezondheid, leefstijl, armoede en sociale ongelijkheid.

Today, the GGD works digitally and data-driven, with fast, personalised services. From infectious disease control to childcare inspection, from ambulance care to forensic medicine: the GGD is there for everyone. Residents benefit from a broader view of health, with attention to mental health, lifestyle, poverty, and social inequality.

De GGD werkt samen met gemeenten en maatschappelijke organisaties om gezondheidsverschillen te verkleinen.

The GGD works together with local authorities and social organisations to reduce health inequalities.



ggdbzo.nl

@ggdbzo



Brabant-Zuidoost

OPVOEDEN IS TOPSPORT

Opvoeden is soms topsport. Het vraagt uithoudingsvermogen, creativiteit, doorzettingskracht én veel liefde. En dat hoef je als ouder niet alleen te doen. Sterker nog: samen sta je sterker. Net zoals topsporters ook niet zonder hun trainers en supporters kunnen.

Iedere ouder heeft een eigen verhaal. Misschien bestaat jouw gezin uit één, twee of meer kinderen. Misschien ben je ouder van een peuter die de wereld ontdekt, of van een puber die grenzen opzoekt. Je gezin is altijd in beweging. Jij dus ook. Welke vragen, twijfels en uitdagingen op je pad komen hangt af van de fase waarin je kinderen zitten.

Opvoeden is topsport. Gelukkig sta je nooit alleen op het veld.

Parenting can sometimes feel like a competitive sport. It requires stamina, creativity, perseverance and a lot of love. And as a parent, you don't have to do it alone. In fact, together you are stronger. Just as top athletes cannot do without their trainers and supporters.

Every parent has their personal story. Perhaps your family consists of one, two or more children. Perhaps you are the parent of a toddler discovering the world, or of a teenager testing boundaries. Your family is always changing. And so are you. The questions, doubts and challenges you encounter depend on the stage your children are at.

Parenting is a demanding endeavour. Fortunately, you are never alone on the field.

PARENTING IS A TOP LEVEL SPORT



Wie is jouw coach?
Luister naar de verhalen van deze ouders en laat ons weten wie jouw supporters zijn.

Who is your coach?
Listen to these parents' stories and let us know who your supporters are.

GGD Brabant-Zuidoost

Wij zijn er om je te coachen, mee te denken en vragen te beantwoorden. Van praktische tips tot een luisterend oor: wij staan naast en achter je. We kijken mee naar wat jouw kind nodig heeft én wat jij als ouder nodig hebt om stevig in je schoenen te staan. Want jij kent je kind het best. Wij helpen je om die kennis nog sterker en zelfverzekerder in te zetten.

Meer weten?

Op ggdbzo.nl/mijn-kind vind je veel informatie en manieren om contact met ons op te nemen.

GGD Brabant-Zuidoost

We are here to coach you, think along with you and answer your questions. From practical tips to a listening ear: we are by your side and support you. We look at what your child needs and what you, as a parent, need to feel confident and secure. Because you know your child best. We help you to use that knowledge even more effectively and confidently.

Want to know more?

At ggdbzo.nl/mijn-kind you will find lots of information and ways to contact us.



"De buurvrouw staat altijd voor ons klaar."



"Zonder mijn ouders zou ik het niet redden"



"Ze zeggen niet voor niets, it takes a village!"



**OPVOEDEN IS
TOPSPORT
WIE IS JOUW COACH?**

HET LEVEN WORDT VOORUIT GELEefd EN ACHTERAF BEGREPEN

De 100-jarigen van nu groeiden op in een hele andere wereld. Ze vertellen over armoede, kinderziekten die nu verdwenen zijn, en dat naar school gaan niet vanzelfsprekend was. Over gevoelens praatten ze vroeger nauwelijks: "Je moest gewoon dóór".

Wat opvalt in al hun verhalen, is dat juist de simpele dingen het verschil maakten:

"De buurvrouw staat altijd voor ons klaar."

"De buurvrouw staat altijd voor ons klaar."

"De buurvrouw staat altijd voor ons klaar."

Today's centenarians grew up in a very different world. They talk about poverty, childhood diseases that have now disappeared, and how going to school was not a given. They hardly ever talked about their feelings back then: 'You just had to keep going.'

What stands out in all their stories is that it was the simple things that made the difference:

'The neighbour is always there for us.'

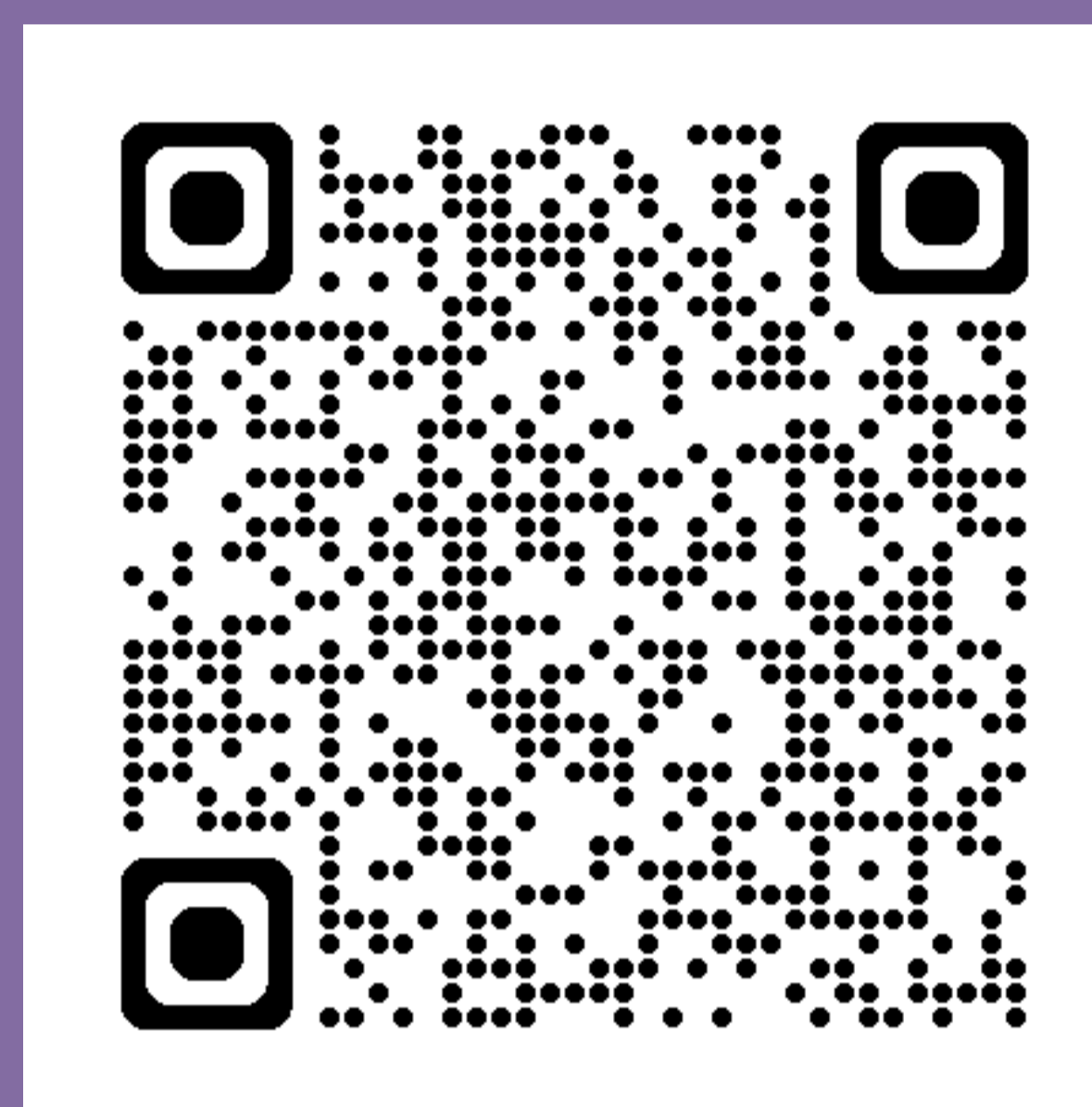
'The neighbour is always there for us.'

'The neighbour is always there for us.'

En vandaag? Daar helpt GGD Brabant-Zuidoost bij. Vitaal ouder worden staat hoog op de agenda. In een sterk vergrijzende regio ondersteunen we inwoners van onze regio. Met valpreventie, voorlichting over vitaal ouder worden en ondersteuning voor mantelzorgers. Kijk op ggdbzo.nl voor meer informatie.

And today? That's where GGD Brabant-Zuidoost helps. Healthy ageing is high on the agenda. In a rapidly ageing region, we support the residents of our region. With fall prevention, information about healthy ageing and support for informal carers. Visit ggdbzo.nl for more information.

LIFE IS LIVED FORWARDS AND UNDERSTOOD BACKWARDS



Wat is jouw gouden tip?
Luister naar de verhalen van deze 100-jarigen en laat ons jouw tip weten voor vitaal ouder worden.

What is your golden piece of advice?
Listen to the stories of these centenarians and let us know your tip for ageing healthily.



"De buurvrouw staat altijd voor ons klaar."



"Zonder mijn ouders zou ik het niet redden"



"Ze zeggen niet voor niets, it takes a village!"



**WAT IS
JOUW
GEHEIM?**

‘DIE DAG VERAN- DERDE MIJN LEVEN’

Acute zorg bereikbaar en beschikbaar houden – Samen met jou!
Soms gebeurt er iets dat je niet ziet aankomen. Een val, een hart dat plots op hol slaat, een ongeluk dat binnen een paar seconden alles op zijn kop zet. Dan telt elke seconde.

“Zonder mijn ouders zou ik het niet redden”

Al **95 jaar** staat ambulancezorg dag en nacht paraat. Wat ooit begon met paard en wagen en beperkte middelen, is uitgegroeid tot een mobiel zorgsysteem van hoge kwaliteit. Maar de kern is altijd hetzelfde gebleven: we helpen mensen op de momenten dat het er écht toe doet.


Keeping acute care accessible and available – Together with you!

Sometimes something happens that you don't see coming. A fall, a heart that suddenly starts racing, an accident that turns everything upside down in a matter of seconds. From that moment on, every second counts.

“I wouldn't make it without my parents.”

For **95 years**, ambulance services have been on call day and night. What once began with horse-drawn carriages and limited resources has grown into a high-quality mobile healthcare system. But the core has always remained the same: we help people when it really matters.

‘THAT DAY CHANGED MY LIFE’



Medische zorg nodig? Maak een foto van deze kaart en je weet snel wie je kan helpen.

In need of medical care? Scan the QR-code for translations and know who can help you.

Jij kunt ook helpen!

- **Download de 112 NL-app**
Met deze app kun je in elke taal met hulpdiensten praten. Zij zien meteen precies waar je bent. Dat scheelt kostbare tijd.
- **Volg een reanimatie cursus**
Burgerhulpverleners zijn vaak als eerste ter plaatse. Jouw snelle handelen kan een leven redden, nog vóór de ambulance er is.

You can help too!

- **Download the 112 NL app**
This app allows you to talk to emergency services in any language. They can immediately see exactly where you are, saving valuable time.
- **Take a CPR course**
Citizen responders are often the first on the scene. Your quick action can save a life, even before the ambulance arrives.





**'DIE DAG
VERANDERDE
MIJN LEVEN'**

MENTAAL FIT

Mentaal fit

Soms voelt het alsof je altijd áán staat. School, vrienden, werk, groepsapps die maar door blijven gaan ... Je wil niks missen, maar je moet al zo veel. Dat geeft druk. Je bent niet de enige die dat zo voelt.

“De buurvrouw staat altijd voor ons klaar.”

Daarom is mentaal fit blijven belangrijk. Gelukkig kun je dat trainen. Net zoals je spieren sterker worden als je sport, wordt je hoofd sterker door kleine, dagelijkse acties. Dit helpt:

- **Praat erover**
Deel wat je dwarszit. Dat lucht op en laat zien dat je niet alleen bent.
- **Kom in beweging**
Sporten of wandelen brengt rust in je hoofd
- **Neem rust**
Even offline, op tijd slapen of een powernap, dat is brandstof voor je brein
- **Zoek contact**
Samen lachen, gamen of praten voelt goed en maakt je veerkracht groter
- **Sta stil bij alles wat wél lukt**
Schrijf elke dag 1 klein succes op. Dat geeft kracht op moeilijke momenten.

Mental fitness

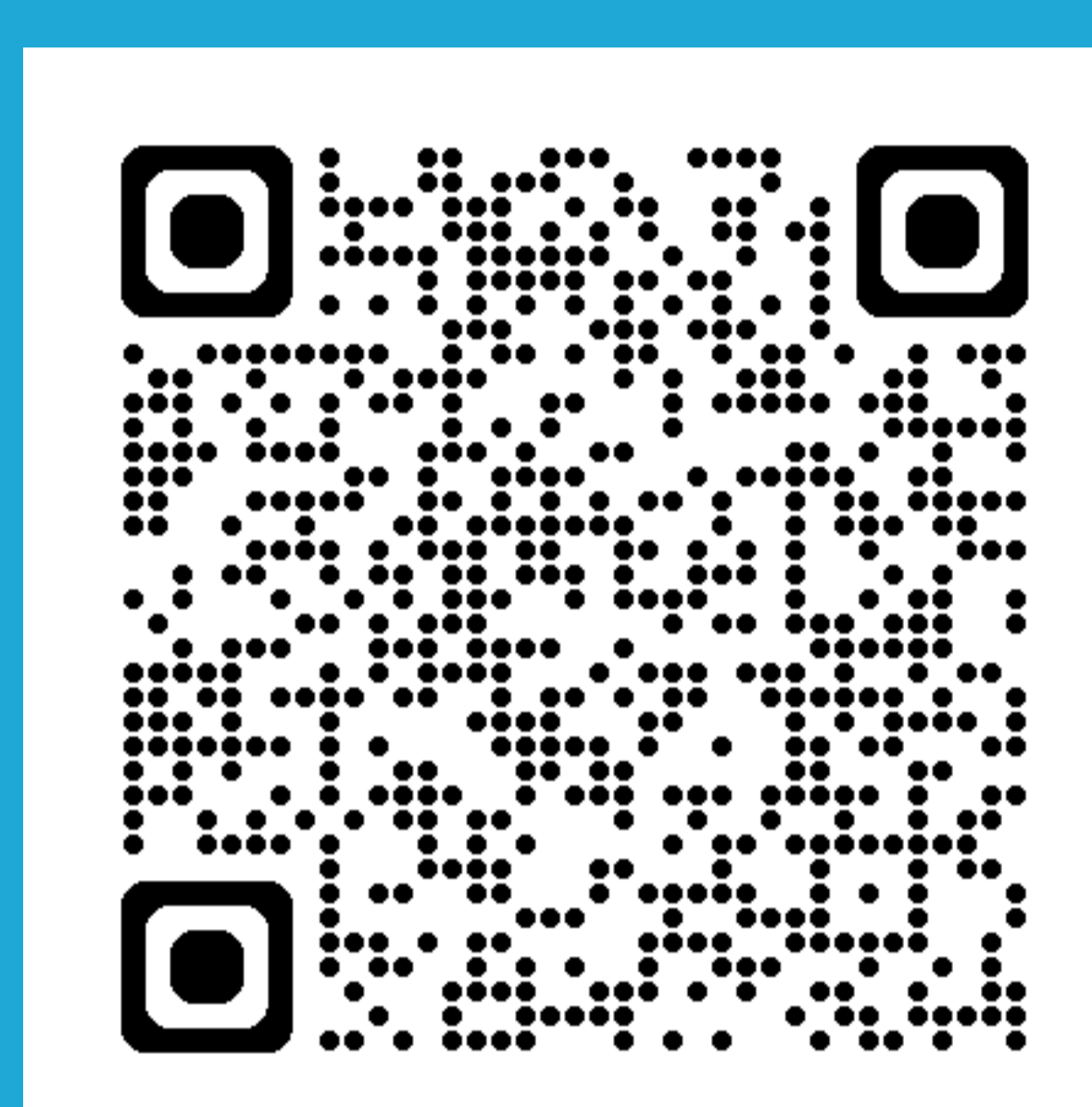
Sometimes it feels like you're always on the go. School, friends, work, group chats that never stop... You don't want to miss anything, but you already have so much to do. That creates pressure. You're not the only one who feels that way.

“The neighbour is always there for us.”

That's why staying mentally fit is important. Fortunately, you can train yourself to do this. Just as your muscles get stronger when you exercise, your mind gets stronger through small, daily actions. This helps:

- **Talk about it** Share what's bothering you. It's a relief and shows that you're not alone.
- **Start moving** Exercising or walking brings you peace of mind.
- **Take a break** Going offline for a while, getting enough sleep or taking a power nap fuels your brain.
- **Seek contact** Laughing, gaming or talking together feels good and increases your resilience.
- **Reflect on everything that is going well** Write down one small success every day. This will give you strength in difficult moments.

MENTALLY FIT



Hoe blijf jij mentaal fit?
Luister naar de verhalen van deze jongeren en laat het ons weten.

How do you stay mentally fit?
Listen to these young people's stories and let us know.

GGD Brabant-Zuidoost

Heb je vragen die je niet durft te stellen? Of wil je anoniem je zorgen delen? Op jouwggd.nl en jongerenhulponline.nl vind je hulp die bij jou past.

GGD Brabant-Zuidoost

Do you have questions you don't dare to ask? Or do you want to share your concerns anonymously? At jouwggd.nl and jongerenhulponline.nl you will find help that suits you.




“De buurvrouw staat altijd voor ons klaar.”



“Zonder mijn ouders zou ik het niet redden”



“Ze zeggen niet voor niets, it takes a village!”



**HOE BLIJF JIJ
MENTAAL FIT?**

HOE KAN IK JE HELPEN?

Soms lijkt het misschien alsof andere mensen alles snappen. Ze lezen een brief en weten meteen wat ze moeten doen. Ze regelen dingen op hun telefoon alsof het heel makkelijk is. Maar voor jou voelt het anders. Alsof je een routekaart hebt zonder pijlen. Je ziet wel waar je bent, maar je weet niet welke kant je op moet.

Misschien vind je lezen moeilijk. Of spreek je de taal niet goed. Of weet je niet goed hoe websites en apps werken. Veel mensen hebben dit. Daarom is het soms moeilijk om dingen te regelen. Of om informatie te vinden en te begrijpen. En soms lukt het dan niet om de juiste zorg te krijgen. Dat willen we veranderen. Want gezond zijn gunnen we iedereen.

Help jij ons?

Herken je dit bij jezelf of bij iemand anders? We doen ons best om onze informatie makkelijker te maken. Ook in andere talen. Wat kunnen we beter doen? Wat helpt jou? Scan de QR-code en beantwoord een paar korte vragen. Of schrijf jouw idee op een geel briefje en plak het bij de andere briefjes.

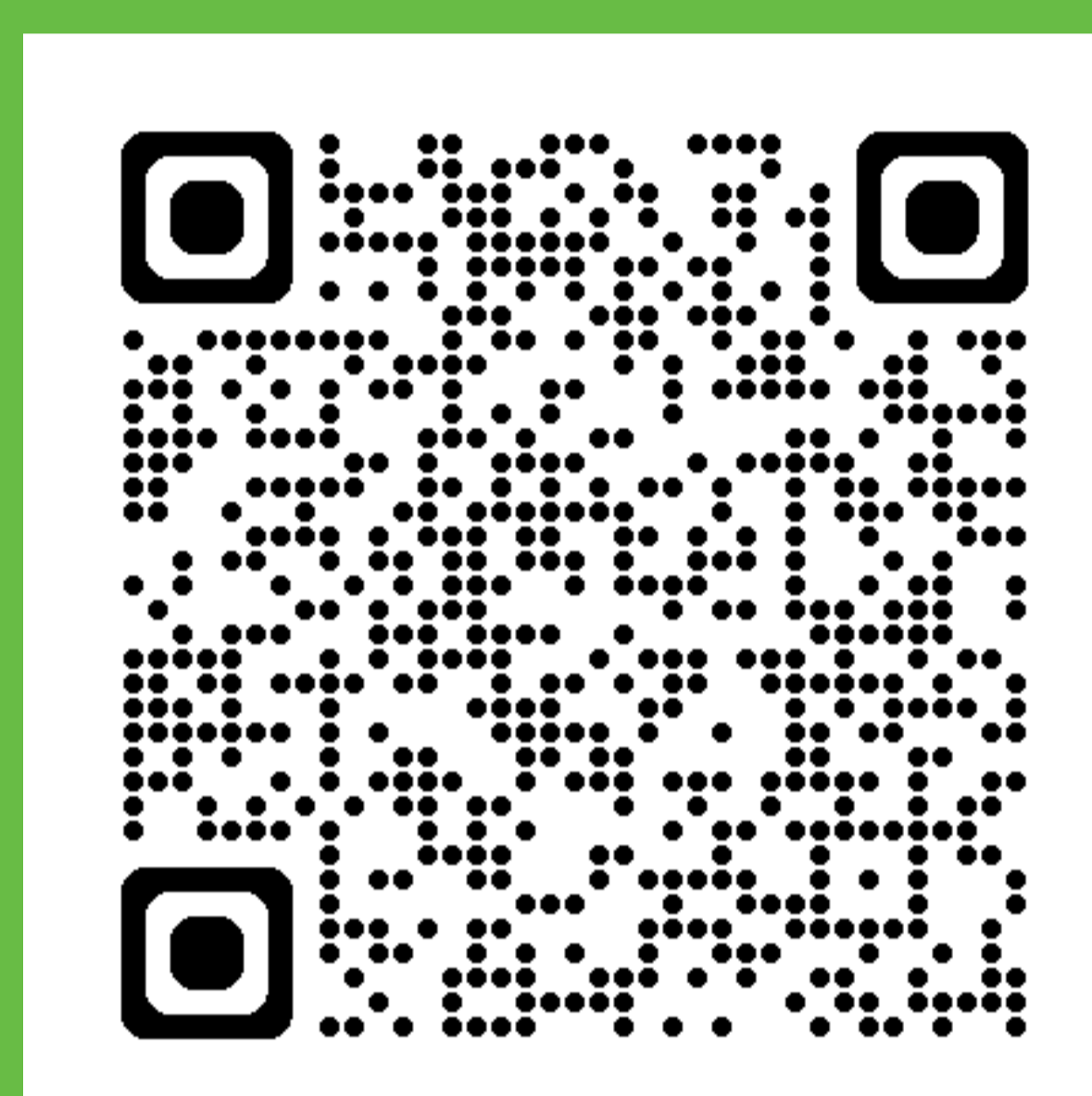
Sometimes it may seem as if other people understand everything. They read a letter and immediately know what to do. They arrange things on their phone as if it were very easy. But for you, it feels different. As if you have a road map without arrows. You can see where you are, but you don't know which way to go.

Perhaps you find reading difficult. Or you don't speak the language well. Or you don't really know how websites and apps work. Many people experience this. That's why it's sometimes difficult to arrange things. Or to find and understand information. And sometimes it's not possible to get the right care. We want to change that. Because we want everyone to be healthy.

Will you help us?

Do you recognise this in yourself or someone else? We are doing our best to make our information easier to understand. Also in other languages. What can we do better? What helps you? Scan the QR code and answer a few short questions. Or write your idea on a yellow note and stick it with the other notes.

HOW CAN I HELP YOU?



Wat kunnen we doen om jou te bereiken? Of welke tips heb je voor ons?

What can we do to get in touch with you? Or do you have any tips for us?



“De buurvrouw staat altijd voor ons klaar.”



“Zonder mijn ouders zou ik het niet redden”



“Ze zeggen niet voor niets, it takes a village!”



**HOE KAN IK
JE HELPEN?**