

# Bouwstenen voor een Gezond Meseu

# Inleiding

*'Ik droom dat mijn kleinkinderen mogen opgroeien in een samenleving die streeft naar een betere levenskwaliteit. In een stad die zorg draagt voor zijn inwoners. In een dorp waar het aangenaam wonen is. In een buurt waar mensen tijd hebben voor elkaar.'* Mieke grootouder.

Waar moet een gemeente op inzetten om de droom van Mieke waar te maken? Welke gezondheidsthema's moeten voorrang krijgen? Het antwoord op die vragen vind je in deze bundel.

## Wat voorafging

Vorig jaar verspreidde CM Gezondheidsfonds in alle Vlaamse en Brusselse gemeenten de vragenlijst '**Bouwstenen voor jouw Gezonde Buurt**'. Het doel? De temperatuur meten op het vlak van **gezondheid en levenskwaliteit**. Inwoners werd onder andere gevraagd of hun gemeente genoeg klimaatvriendelijke initiatieven neemt en of er voldoende huisartsen zijn.

Dit voorjaar verzamelden we de antwoorden in een rapport per gemeente en voegden daar relevant cijfermateriaal aan toe om alles in **perspectief** te zetten. Met dit rapport trokken onze netwerkcoördinatoren naar lokale organisaties, verenigingen, adviesraden, vrijwilligers en burgers. Hoe kijken zij naar de resultaten? Zijn ze herkenbaar? Wat zien zij als prioriteit? Wat kan er veranderen? En wie kan daar een rol in spelen?

Op basis van alle gesprekken groeide per gemeente een lijst met prioritaire gezondheidsthema's. In deze bundel vind je de lijst voor jouw gemeente.

## Tijd voor het echte werk

Nu alles op papier staat, is het tijd om van de droom van Mieke **werkelijkheid** te maken. Daarom zoeken wij lokale besturen, burgers, verenigingen en organisaties die samen met ons hun schouders onder deze lijst willen zetten. Die mee willen **bouwen aan meer levenskwaliteit** voor iedereen. Laten we de komende zes jaar de krachten bundelen en werken aan gezonde inwoners in gezonde buurten.

Doe jij mee?



# Bouwsteen Gezonde Leefomgeving

In 2050 moet elke inwoner in België op een plek wonen die zijn gezondheid en levenskwaliteit positief stimuleert, een plek die maximaal beschermt tegen de gevolgen van de klimaatverandering. Dit moet gebeuren met een bijzondere aandacht voor de mensen in de meest kwetsbare situatie. Aanwezigheid van groen, inzetten op duurzame mobiliteit, afwezigheid van industrie heeft een rechtstreekse en positieve impact op de gezondheid.

---

## Doelstelling

Gezonde Buurt streeft ernaar om door middel van sociale dialoog en educatie de toegankelijkheid tot verse, gezonde voeding te verbeteren en de kennis en vaardigheden van inwoners te vergroten. Zodat iedereen in staat is om gezonde, betaalbare en milieuvriendelijke maaltijden te bereiden.

---

## Aanbeveling

Vanuit Gezonde Buurt willen we initiatieven die gezonde voeding dichterbij de mensen brengt of de mensen dichterbij het aanbod, mee ondersteunen door mee te werken aan bekendmaking.

Door lokale initiatieven zoals bijvoorbeeld een dorpspunt wordt er ook ingezet op ontmoeting en dienstverlening in de buurt. Wat de leefbaarheid van kleinere kernen vergroot.



## Bouwsteen Gezonde Leefomgeving

Daarnaast willen we via het platform Gezonde Buurt, deze initiatieven begeleiden bij het informeren van hun bezoekers over gezonde voeding en hun gezondheid in de ruimere zin van het woord. Zo organiseren we in 2025 met de gezondheidsacademie in Vleteren een infosessie rond plantaardig koken. Door in te zetten op een betere verhouding tussen dierlijke en plantaardige eiwitbronnen, dragen we bij aan een milieuverantwoord en gezond voedingspatroon.

We brengen in onze samenwerkingsengagementen het aanbod overzichtelijk in kaart zodat we samen vraag en aanbod met betrekking tot mobiliteit en lokaal winkelen zo goed mogelijk op elkaar kunnen afstemmen.

Ons engagement houdt in: creëren van samenwerking tussen diensten voor vervoer en lokaal winkelen. Bovendien zoeken we actief naar aanknopingspunten om ontmoeting en het sensibiliseren van mensen mogelijk te maken.



## Bouwsteen

# Gezondheidsongelijkheid verkleinen

Met een doortastend en breed gedragen preventiebeleid en met een toegankelijker gezondheidszorg moet het mogelijk zijn om de gezondheidsongelijkheid te verminderen. Dit is een investering in de toekomst en in onze samenleving.

---

### Doelstelling

---

Gezonde Buurt zet zijn kennis en zijn netwerk in om tot een gedragen en duurzame aanpak te komen van kinderarmoede zodat alle kinderen van bij de start, al van tijdens de zwangerschap, kansrijk en zonder zorgen kunnen opgroeien.

---

### Aanbeveling

---

Gezonde Buurt blijft verbinding creëren met organisaties en scholen die ouders en (jonge) kinderen (in een kwetsbare situatie) bereiken. We zetten in op het laagdrempelig versterken van gezondheidsvaardigheden.

We verkennen samen met de betrokken diensten en scholen waar we situaties van kinderarmoede en ongelijkheid kunnen ombuigen tot kansrijke initiatieven waarbij ouders, kinderen en jongeren veerkrachtiger worden. Hierin ondersteunen we de lokale initiatieven en/of gaan we aan de slag met concrete vragen naar acties die kinderarmoede en ongelijkheid aanpakken. We delen inspirerende voorbeelden (zoals het samen werk maken van gezonde boterhamdozen) met onze gesprekspartners en we zoeken actief naar samenwerking.



## Bouwsteen

# Gezondheidsongelijkheid verkleinen

Als partner werken we infosessies en workshops uit op maat die aansluiten bij de noden van gezinnen in kwetsbare situaties. En dit in samenwerking met sprekes/workshopbegeleiders, werkveld én met ouders, kinderen en jongeren. Zo willen we ook die gezinnen meer bereiken, binnen een context van nabijheid en vertrouwen. Om op die manier zo veel mogelijk drempels weg te werken zodat de kinderen, jongeren en ouders ten volle kunnen deelnemen aan activiteiten.

Ons engagement houdt in: creëren van samenwerking en actief zoeken naar aanknopingspunten met organisaties met expertise ten aanzien van ouders, kinderen en jongeren in een kwetsbare situatie.



## Bouwsteen

# Gezondheidsongelijkheid verkleinen

### Doelstelling

Gezonde Buurt ijvert mee voor een toegankelijke en beschikbare eerstelijnszorg.

### Aanbeveling

Gezonde Buurt brengt, in samenwerking met andere partners, het belang van het laagdrempelig houden van eerstelijnszorg onder de aandacht zodat iedereen toegang heeft tot een nabije hulp- en zorgverlening.

Als er in lokale projecten en initiatieven, mee gedragen vanuit Gezonde Buurt, verbeteringsuggesties en signalen aan de oppervlakte komen met betrekking tot eerstelijnszorg, geven we die informatie door aan de betrokken diensten. Tegelijkertijd helpen we ook de laagdrempelige initiatieven zoals de eerstelijnspsycholoog mee bekend te maken.

Waar mogelijk en nodig zetten we interessante praktijkvoorbeelden mee in de kijker. We delen die inspirerende voorbeelden (zoals het spel Wegwijs en de opleiding GELO+) met onze gesprekspartners en verkennen de mogelijkheden naar samenwerking.

We brengen in onze samenwerkingsengagementen de relevante hulp- en zorgaanbieders overzichtelijk in kaart zodat we samen vraag en aanbod zo goed mogelijk op elkaar kunnen afstemmen.

We engageren ons om de signalen die we opvangen te bundelen en door te geven aan relevante partners van het netwerk. Daarnaast helpen we mee met het bekend maken van het laagdrempelige aanbod zodat mensen sneller de weg vinden naar de juiste hulp.

# Activerende conclusie

Inwoner, vrijwilliger, organisatie of lokaal bestuur: we delen dezelfde droom. Gezondheid, wensen we elkaar als we het glas heffen, of bij tegenslag hoor je de opbeurende woorden 'als we maar gezond zijn'. Gezonde inwoners in een gezonde buurt, daar willen we samen onze schouders onder zetten. Het hoeft geen verre droom te zijn: als we de krachten bundelen, komt die gezonde buurt dichterbij.



## Vrijwilliger

Goesting om je energie in te zetten voor een gezonde buurt? Dan vind je in deze aanbevelingen handvatten om aan de slag te gaan. Je ontdekt waar jouw buurtbewoners van wakker liggen en waar ze graag een oplossing voor willen. Want een gezonde buurt, daar zorgen we zelf voor. En jouw bijdrage is daarbij cruciaal. Gelukkig hoef je dat niet alleen te doen en vind je zeker partners die met jou de gezondheidsnoden willen aanpakken.



## Lokaal bestuur

Uiteraard staat gezondheid hoog op het prioriteitenlijstje van jouw lokaal bestuur. Het bestuur neemt al initiatief om voor de inwoners de gezondheid te bevorderen en steunt lokale activiteiten. Welke prioriteiten geven de inwoners zelf voor een gezonde buurt en hoe willen ze dit realiseren? Dat lees je in deze aanbevelingen. En je ontdekt met welke partners je hiervoor kan samenwerken. Want werken aan gezondheid, dat is een gedeelde verantwoordelijkheid.



## Organisatie of vzw

Jouw organisatie of vereniging zet zich vandaag al in voor een gezondere samenleving. Maar weet je wat er echt leeft bij de inwoners van jouw buurt? Ontdek in dit overzicht wat zij belangrijk vinden voor een gezonde leefomgeving en welke gezondheidsnoden ze hebben. Je leest hier ook hoe je concreet aan de slag kan. We zijn ervan overtuigd dat jouw organisatie of vereniging de talenten en de daadkracht heeft om mee te bouwen aan een gezonde buurt.

Zin om mee de handen uit de mouwen te steken? Silke Clauw gaat graag met jou op zoek hoe jij jouw talenten en goesting kan inzetten. Want elk engagement telt!



Silke Clauw  
[silke.clauw@cm.be](mailto:silke.clauw@cm.be)

[www.gezondebuurt.be](http://www.gezondebuurt.be)