

# Bouwstenen voor een Gezond Linter

# 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

# 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

Boost het openbaar vervoer in Linter en zorg voor alternatieven voor burgers die geen gebruik (meer) kunnen maken van openbaar vervoer o.w.v. hun beperking.

### Aanbeveling

Het lokale bestuur van Linter heeft een zitje in de vervoerregioraad van Leuven. Er zou daar, bij het nemen van beslissingen, veel meer rekening gehouden moeten worden met alle burgers. Goed openbaar en toegankelijk vervoer is een belangrijke hefboom op alle mogelijke domeinen: werken, school en op gezondheid.

Goede mobiliteit zorgt ervoor dat mensen aan het maatschappelijk leven kunnen deelnemen en zorgt voor minder eenzaamheid. Wij vragen het lokaal bestuur om meer en beter te communiceren over het nieuwe vervoersplan van De Lijn. Bijv. aanpassingen in haltes en lijnen, uitleg geven over de vernieuwde app, etc.

Openbaar vervoer heeft zijn grenzen. Linter zou meer en beter kunnen inzetten om mensen de weg te wijzen in het doolhof van verschillende vervoersdiensten. Bijv. vervoer via mutualiteiten, via mindermobiele centrale, vzw mobiel, e.a. En zelf ook nadenken rond "eigen lokaal sociaal vervoer".

Het lokale bestuur kan inzetten op de inrichting van haar Hoppinpunt. Burgers stellen de volgende zes dingen voor: overdekte wachtplek, lockers om je fietshelm en regenkleding achter te laten, laadpalen voor fietsen en wagens, wachtbankjes en het aantal punten aanzienlijk uitbreiden.

Gezonde Buurt vrijwilligers van Zogeliko willen hier mee hun schouders onder zetten en de dienst Gezondheid en Participatie kan jullie in contact brengen met de groep en hun netwerk zoals Toegankelijk Tienen en Trein Tram Bus, die heel wat expertise hebben rond dit thema.



## Bouwsteen Mentale Gezondheid

Burn-out, angst, depressie en mentale problemen zijn nog steeds een taboe. Mentale gezondheidsproblemen kunnen een sterke impact hebben op zowel levensduur als levenskwaliteit. En dat zowel direct, bijv. door suïcide en hartfalen, als indirect door o.a. gebrekkige zelfzorg en verwaarlozing van fysieke problemen. Het is belangrijk dat mensen snel toegang krijgen tot de nodige hulp.

### Doelstelling

Voor meer "verbondenheid" zorgen in Linter als antwoord op het grote probleem van eenzaamheid.

### Aanbeveling

Investeer in verenigingen die zich inzetten voor jongeren. Zij zorgen voor verbinding tussen de jongeren in Linter. Geef hen een (ontmoetings)plek binnen én buiten en ondersteun de monitoren in de vorm van opleiding en waardering. Zorg voor nabije en laagdrempelige hulpverlening. Zet onder meer in op ELP's op plaatsen waar veel jongeren komen. Betrek Huis van het Kind Storzo bij het gemeentelijke jongerenbeleid. Er is een groep vrijwilligers van Gezonde Buurt Zogeliko actief in jouw gemeente en er zijn al samenwerkingsverbanden met Huis van het Kind Storzo. Zij richten zich vooral op jonge gezinnen maar in de toekomst hopelijk ook op jongeren.

Investeer in verenigingen die zich inzetten voor ouderen. Zij zorgen voor verbinding tussen jong én oud in Linter. Geef hen een plek (voldoende toegankelijke en betaalbare zalen) en ondersteun vrijwilligers en mantelzorgers in de vorm van opleiding en waardering. Vanuit mijn rol als netwerkcoördinator zorg ik graag voor verbinding tussen groepen en mensen.

Zorg voor nabije en laagdrempelige hulpverlening. Zet onder meer in op ELP's op plaatsen waar veel ouderen komen.

Vanuit de dienst gezondheid en participatie kunnen we via Gezonde Buurt activiteiten ons steentje bijdragen in Linter. Er is ook voldoende ruimte om samen met partners lokale gezondheidsnoden in kaart te brengen en ermee aan de slag te gaan.



## Bouwsteen Waardig werk

In 2030 moet het aantal mensen die langer dan een maand arbeidsongeschikt zijn, stabiliseren om vervolgens af te nemen. Dat kan alleen door de oorzaken van arbeidsongeschiktheid aan te pakken en te voorkomen dat mensen langdurig ziek worden.

### Doelstelling

Bewaak de sociale functie van kinderopvang, en zorg voor voldoende nabije opvang.

### Aanbeveling

Een sterke kinderopvang is een belangrijke hefboom op heel wat domeinen zoals: Meer mogelijkheden voor jonge ouders om te participeren aan de arbeidsmarkt en een sociale functie die een meerwaarde betekent voor de ontwikkeling van elk kind. Zorg daarom niet alleen voor de opvang van kinderen tussen 0 en 2,5 jaar, maar investeer ook in buitenschoolse opvang en vakantieopvang. Bij baby's en peuters die kinderopvang genieten, is er nadien een betere doorstroom naar het kleuteronderwijs.

Er is nood aan een toegankelijk aanmeldingsbeleid. Wie digitaal niet sterk is, mag niet uit de boot vallen. Vanuit onze werking kunnen wij inzetten op het ondersteunen en versterken van digitale vaardigheden.

Als partner van het Huis van het Kind Storzo willen we meer mogelijkheden in Linter om zichtbaar aanwezig te zijn voor jonge gezinnen en het verschil te maken. We willen waardevolle partners betrekken bij het ontwikkelen van het beleid rond kinderopvang.

Zorg als lokaal bestuur mee voor flexibele en occasionele opvangplaatsen.

Vrijwilligers van Gezonde Buurt ZOGELIKO (Zoutleeuw-Geetbets-Linter en Kortenaeken) zijn ook actief in de gemeente Linter en kunnen samen met het team van Huis van het Kind Storzo inzetten op ondersteuning van jonge gezinnen door Gezonde Buurt activiteiten te organiseren en op die manier bij te dragen.

# 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? Annemie Steutelings gaat graag met jou op zoek hoe jij jouw talenten en goesting kan inzetten. Want elk engagement telt!



Annemie Steutelings  
[annemie.steutelings@cm.be](mailto:annemie.steutelings@cm.be)

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