

# Bouwstenen voor een Gezond Diest

# 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

In Diest wordt er de komende jaren voldoende geïnvesteerd in de accommodatie voor fietsers en worden inwoners voldoende gestimuleerd om de fiets te gebruiken als dagelijks vervoersmiddel.

## Aanbeveling

Buiten bewegen heeft een positieve invloed op je fysieke gezondheid en je mentaal welbevinden. Zet mensen daarom aan om meer te wandelen en te fietsen. Organiseer acties en activiteiten die inwoners aan het bewegen zetten.

- De burgers van Diest willen meer mensen op de fiets en liefst ook veel kinderen en jongeren. Zorg voor veilige, brede en goed onderhouden fietspaden. Maak van Diest een fietsvriendelijke stad en investeer in de eerste plaats in plekken waar veel kinderen komen.
- Zet in op fietslessen voor wie nooit de kans kreeg om te leren fietsen en voorzie lessen voor wie met een elektrische fiets op pad wil gaan.
- Ondersteun niet-commerciële initiatieven die inzetten op hergebruik van fietsen. Maak er een erezaak van dat iedere inwoner van Diest zich een fiets kan veroorloven.
- Investeren in fietsers is inversteren in gezondheid: meer beweging, minder fijn stof,... Tijd doorbrengen in de buitenlucht draagt ook bij in het voorkomen van mentale problemen.
- Werk samen met verenigingen en organisaties om dit te verwezenlijken. Gezonde Buurt is bereid om partner te zijn en deze acties mee uit te werken en te organiseren.



## 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

Alle burgers in Diest zijn voldoende bekwaam om te werken met de apps ter ondersteuning van hun persoonlijke gezondheid. Alle burgers in Diest hebben ook toegang tot opleidingen gericht op deze toepassingen.

We zorgen er ook samen voor dat er in Diest de komende jaren minder kinderarmoede is.

### Aanbeveling

- Blijf investeren in voldoende opleidingen om de digitale kloof te verkleinen en werk hiervoor samen met verschillende organisaties, ook zij die werken met burgers in een kwetsbare situatie. Op die manier vallen er minder mensen uit de boot.
- Zorg ervoor dat de opleidingen voldoende op maat zijn van alle burgers op basis van de reële noden die er leven.
- Investeer in acties om de digitale kloof te verkleinen. Moedig daarom iedereen (scholen, sportverenigingen, banken, mutualiteiten, ...) aan om initiatieven te nemen om de digitale kloof te verkleinen binnen hun werking.
- Zet meer in op preventie en detectie van armoede. Werk hiervoor samen met Huis van het Kind en alle scholen in Diest.
- Zet in op Zorgzame buurten waarbij inwoners elkaar kennen en elkaar kunnen ondersteunen waar nodig.
- Zorg voor voldoende ontmoetingsmogelijkheden voor alle burgers waarbij men terecht kan voor diverse noden.
- Betrek de vrijwilligers van Gezonde Buurt en andere organisaties in Diest die mee hun schouders willen zetten onder diverse initiatieven.



## Bouwsteen Zorg

Gezondheid realiseren zal ook nog sterker op lokaal niveau gebeuren. Gezondheidspromotie is niet alleen een opdracht van zorgverleners van de eerste lijn, maar ook van werkgevers, scholen, mutualiteiten, verenigingen, ... Allen kunnen zij bijdragen tot een gezonde levensstijl. Buurten moeten zo worden ingericht dat ze sociale verbinding en zorg voor elkaar stimuleren. Als iemand zorg nodig heeft, dan werken alle zorgverleners samen op basis van een gedeeld elektronisch dossier. Mensen dragen zorg voor elkaar in de buurt waar ze wonen.

### Doelstelling

Er worden de komende legislatuur meer zorgvoorzieningen zoals assistentiewoningen en woonzorgcentra voor mensen met een zorgnood gerealiseerd.

### Aanbeveling

- In Vlaanderen zouden heel wat serviceflats leegstaan. Wij stellen voor dat Diest samen met de andere steden en gemeenten in Demerland die specifieke leegstand in kaart brengt, om daarna in dialoog te gaan met de Vlaamse Overheid om lege serviceflats tijdelijk een nieuwe invulling te geven. Zet in op een afzonderlijk beleid gericht op wonen van jonge kwetsbare burgers.
- Investeer in de renovatie van oude huizen en zet meer in op informeren en ondersteunen van de burger, zowel financieel als praktisch.
- De sociale huisvestingsmaatschappijen hebben minder huizen kunnen toewijzen door hun interne reorganisatie. Gezien de lokale overheid bestuursfuncties heeft in de huisvestingsmaatschappijen vragen wij om druk uit te oefenen om de achterstand zo snel mogelijk in te halen en meer sociale woningen, die nu leegstaan, toe te wijzen aan mensen met woonnoden.
- Zorg voor voldoende woonmogelijkheden in de stadskern voor iedereen. Dit betekent onder meer dat nieuwbouwprojecten een mix aanbieden van kleine units voor alleenstaanden tot grote woonunits voor gezinnen én ook op maat van senioren met de nodige aanpassingen. Een goede mix zal zorgen voor minder eenzaamheid.

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



Laura Roman  
[laura.roman@cm.be](mailto:laura.roman@cm.be)

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