

# Bouwstenen voor een Gezond St-Lievens-Houtem

# 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 onze samenleving is de meeste plaats voorzien voor gemotoriseerd verkeer. Zorgen voor een gezonde leefomgeving betekent:

- Investeren in veilige infrastructuur voor fietsers en voetgangers.
- Investeren in een openbaar vervoer dat toegankelijk is voor alle inwoners.
- Promoten van deze klimaatvriendelijke en goedkopere manieren van mobiliteit.

## Aanbeveling

Gezonde Buurt wil:

- De zwakke weggebruiker een veilige en volwaardige plaats in het verkeer geven door, via lokale acties samen te streven naar een betere infrastructuur.
- Het fietsgebruik in de regio meer stimuleren als klimaatvriendelijk en goedkoop alternatief voor gemotoriseerd privé-vervoer.
- Mee ijveren voor betere verbindingen tussen deelgemeenten onderling en het centrum zodat iedereen actief kan deelnemen aan het gemeenschapsleven.



# Bouwsteen Mentale Gezondheid

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

## Doelstelling

Burgers geven aan dat het ontmoeten en het kennen van elkaar in eigen gemeente of stad geen evidentie meer is. Er is nood aan een open maatschappij waarin we luisteren naar elkaar, met respect voor diversiteit in meningen en waarin we polarisering tegenwerken door verbinding te stimuleren.

## Aanbeveling

### Gezonde Buurt wil:

- Samen op zoek gaan naar ontmoetingsplaatsen zodat er door dialoog verbinding ontstaat met respect en openheid voor andere meningen.
- Mee haar schouders zetten onder verbindende projecten die ontstaan vanuit én met de burgers.
- Samen subsidies, voor bijvoorbeeld burgerbudget, bekendmaken om participatie te stimuleren.



## Bouwsteen CM als partner

Gezondheid en levenskwaliteit is een zorg voor alle betrokken spelers in het gezondheidslandschap. Door hun expertise in sociale beweging, als sociaal verzekeraar, als sociaal ondernemer en als gezondheidsbegeleider zijn de gezondheidsfondsen een belangrijke partner.

### Doelstelling

Over gezondheid wordt meestal pas nagedacht als men ziek wordt. Nochtans kan preventief aan je gezondheid werken veel leed voorkomen. Gezonde buurt verbindt zich ertoe om samen met anderen ervoor te zorgen dat er meer aan gezondheidspreventie wordt gedaan en dat de preventie tot bij de beoogde doelgroep geraakt.

### Aanbeveling

Gezonde Buurt wil:

- Via infosessies en workshops het thema gezondheid bij de burger brengen.
- Extra aandacht hebben voor kwetsbare doelgroepen door zoveel mogelijk drempels weg te werken.
- Preventiecampagnes van anderen mee te ondersteunen en uit 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? Sari Stoops gaat graag met jou op zoek hoe jij jouw talenten en goesting kan inzetten. Want elk engagement telt!



Sari Stoops  
[sari.stoops@cm.be](mailto:sari.stoops@cm.be)

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