

Bouwstenen voor een Gezond Begijnendijk

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

We willen dat meer mensen in Begijnendijk zich verplaatsen met de fiets of te voet. We doen dit door een gezonde leefomgeving te creëren, één die mensen stimuleert om buiten te bewegen. We elimineren ook drempels om zich op een gezonde manier te verplaatsen in de gemeente. Kortom, we investeren in stappers en trappers.

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. Gezonde buurt is bereid om partner te zijn en deze acties mee uit te werken en te organiseren.

We willen meer mensen op de fiets. De noodzakelijke voorwaarde hiervoor zijn veilige, brede en goed onderhouden fietspaden én minder verkeer in de dorpskernen.

Zet in op fietslessen voor wie nooit de kans kreeg om te leren fietsen en geef preventie lessen voor wie met een elektrische fiets op pad wil gaan. Zorg dat iedereen toegang heeft tot een fiets en zet in op niet-commerciële initiatieven die fietsen herstellen.

Investeer in de Hoppin-punten en andere plekken waar veel fietsers komen. Zorg voor overdekte en bewaakte fietsstallingen, lockers voor je fietshelm en regenkleding. Voorzie ook oplaadpalen voor elektrische fietsen.

Investeren in fietsers is investeren in gezondheid: meer beweging, minder fijn stof en tijd doorbrengen in de buitenlucht zorgt voor minder mentale problemen.



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.

Doelstelling

Door een sterk lokaal gezondheidsbeleid kan elke burger dichtbij huis bij een eerstelijns zorgverlener terecht. We zorgen voor gezondere burgers door in te zetten op preventie. We bereiden ons voor op de groep 65+ers die zal toenemen.

Aanbeveling

Burgers zijn ongerust over de beschikbaarheid en bereikbaarheid van huisartsen, tandartsen, thuisverpleegkundigen, ... Zorg als lokaal bestuur voor voldoende en nabije eerstelijnsgezondheidszorg en monitor de aanwezigheid van huisartsen en tandartsen en alle andere beroepsgroepen. Ga met deze beroepsgroepen in dialoog als er schaarste zou optreden. Vraag gezondheidswerkers om mee te werken aan een sociaal Begijnendijk waar drempels verlaagd worden en burgers vlot hun zorgverleners kunnen bereiken.

Zorg voor een goede verbinding tussen het beleid van Begijnendijk en de uitdagingen op vlak van gezondheid en welzijn van de eerstelijnszone Demerland.

Zet in op preventie. Voorkomen is altijd beter dan genezen. Zet in op meer bewegen, gezond eten, minder roken en minder alcohol drinken, deelname aan de preventieve bevolkingsonderzoeken, meer verbinding en minder eenzaamheid ... Zorgen voor gezonde burgers verlaagt de werkdruk bij huisartsen en verhoogt de draagkracht van de hulpverleners.

Eenzaamheid is een grote zorg. Ondersteun verenigingen en organisaties die zich inzetten om mensen samen te brengen. Zij zorgen voor verbinding en het "kleine" helpen. Zorg voor stevige bruggen tussen formele en informele zorg.



Bouwsteen Zorg

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 zijn voldoende assistentiewoningen in Begijnendijk om tegemoet te komen aan de stijgende vraag i.f.v. de vergrijzing van de bevolking.

Aanbeveling

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 en een grotere zelfredzaamheid bij ouderen.

Organiseer infosessies rond thema's als vroegtijdige zorgplanning, mantelzorg, ... zodat inwoners voldoende geïnformeerd zijn.

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

www.gezondebuurt.be