

Les fondements d'un quartier sain BRUXELLES

Introduction

Je rêve que mes petits-enfants grandissent dans une société qui aspire à une meilleure qualité de vie. Dans une ville qui prend soin de ses habitants. Dans un village où il fait bon vivre. Dans un quartier où les gens ont du temps à consacrer aux autres". Mieke grandmère.

Quelles sont les initiatives de votre municipalité en faveur du climat? Y a-t-il suffisamment de médecins généralistes et de travailleurs sociaux? Et la prévention en matière de santé fait-elle l'objet d'une attention suffisante? Nous avons posé ces questions et bien d'autres encore à 10 000 habitants de Flandre et de Bruxelles dans le cadre de notre enquête 'un quartier sain'. L'objectif est de se rendre compte de la qualité de vie et de santé dans toutes les communes flamandes et bruxelloises. Et ensuite d'ouvrir le débat sur ce sujet pour finalement mettre les choses en route.

Parmi les milliers de questionnaires remplis, un rapport a été rédigé pour chaque commune. Vous pouvez y lire comment les habitants évaluent leur propre lieu de vie et y trouver des chiffres qui mettent tout en perspective. Avec ces rapports en main, les coordinateurs du réseau se sont rendus sur le terrain. Ils ont vérifié les résultats auprès des organisations locales, des associations, des conseils consultatifs, des bénévoles et des citoyens. Comment perçoivent-ils les résultats? Sont-ils reconnaissables? Quelles sont les priorités? Qu'est-ce qui peut être changé? Et qui peut jouer un rôle à cet égard?

Sur base de ces discussions, une liste de thèmes prioritaires en matière de santé a été dressée dans chaque municipalité, avec laquelle Gezonde Buurt part à la recherche de partenaires désireux de s'engager en faveur d'une meilleure qualité de vie pour les citoyens.

Ce qui a commencé par le rêve d'une grand-mère se termine par l'union des forces du gouvernement, des citoyens, des associations et des organisations où l'on travaille réellement à la création d'un quartier sain pour tous.



La santé mentale

L'épuisement professionnel, l'anxiété, la dépression et les problèmes de santé mentale restent parfois un sujet tabou. Les problèmes de santé mentale peuvent avoir un impact important sur la longévité et la qualité de vie. Et ce, tant directement (par le biais du suicide et de l'insuffisance cardiaque) qu'indirectement (par le biais d'une mauvaise prise en charge de soi et de la négligence des problèmes physiques), Il est important que les gens accèdent rapidement à l'aide dont ils ont besoin.

L'objectif

Assurer plus de "connectivité" à Bruxelles pour répondre aux problèmes mentaux des citoyens en général et à la solitude en particulier. La solitude touche tous les âges, mais elle est plus fréquente chez les jeunes et les personnes très âgées.

Recommandation

Si nous voulons nous attaquer à ce problème, nous devons nous concentrer sur les causes des problèmes de santé mentale : le stress, le manque de sens, les divorces conflictuels, la mauvaise gestion des pertes, la discrimination fondée sur la race, la pauvreté, le sexe ou la religion, les expériences traumatisantes dues à la violence domestique, aux abus, aux brimades, etc.

Organiser des initiatives de liaison qui rassemblent les habitants et leur permettent d'établir des liens les uns avec les autres. Gezonde Buurt souhaite rassembler des partenaires autour de ce projet et développer des actions avec eux. Notre académie de la santé propose également un large éventail de séances d'information, d'ateliers et de webinaires intéressants. Investir dans des soins professionnels pour les enfants souffrant de problèmes de développement, d'émotion ou de comportement.

Investissez dans des associations et des organisations dédiées aux jeunes. Elles constituent un lien entre les jeunes de la municipalité. Travailler sur le terrain en offrant des soins psychologiques et psychiatriques dans les établissements pour personnes âgées, dans les soins à domicile pour les personnes âgées et dans les établissements pour personnes handicapées.



Environnement de vie sain

D'ici 2050, chaque habitant de la Belgique doit vivre dans un endroit qui stimule positivement sa santé et sa qualité de vie, un endroit qui offre une protection maximale contre les effets du changement climatique. Cet objectif doit être atteint en accordant une attention particulière aux personnes les plus vulnérables. La présence d'espaces verts, l'engagement en faveur de la mobilité durable et l'absence d'industrie ont un impact direct et positif sur la santé. En outre, il doit être possible de se déplacer en toute sécurité dans son cadre de vie.

L'objectif

Des espaces verts plus accueillants et plus accessibles à Bruxelles.

Recommandation

La recherche a déjà prouvé que les arbres et la nature en général ont un effet positif indéniable sur l'air et la qualité de vie. Cette verdure contribue également à l'amélioration du bien-être mental et de la santé physique lorsque les gens peuvent marcher et faire de l'exercice dans les espaces verts.

Pour obtenir plus de verdure, nous devons opter pour l'adoucissement en abondance. L'importance de l'adoucissement ne peut être sous-estimée compte tenu de l'impact majeur que le changement climatique a déjà (inondations, hausse des températures dans les zones urbanisées, etc.)

Avec d'autres citoyens, nous voulons être un partenaire de discussion et d'action pour plus d'adoucissement et plus de nature dans la ville.

Nous discutons également des possibilités de nouvelles initiatives dans les espaces verts.

Encouragez les rencontres dans les espaces verts et organisez-y des activités pour différents groupes cibles. De cette manière, vous vous assurez que l'espace vert sera utilisé plus souvent par différents groupes et qu'il s'anamera, ce qui le rendra plus attrayant et plus sûr.

Une condition importante pour un espace vert accueillant est la propreté et la sécurité. La propreté et la sécurité sont des conditions essentielles à la création d'un espace vert accueillant.



Accès aux soins

La réalisation de la santé se fera encore plus fortement et davantage au niveau local. La promotion de la santé n'est pas seulement l'affaire des prestataires de soins primaires, mais aussi des employeurs, des écoles, des mutuelles de santé, des associations, ... Tous peuvent contribuer à un mode de vie sain. Les quartiers devraient être conçus de manière à encourager les liens sociaux et l'entraide. Les obstacles à l'accès aux soins doivent également être abaissés afin que les gens puissent trouver le chemin vers les soins qu'ils recherchent, indépendamment de leur langue ou de leurs compétences numériques.

L'objectif

Nous améliorons les connaissances en matière de santé à Bruxelles.

Recommandation

L'ensemble du paysage des soins de santé est difficile à comprendre pour beaucoup. Ce ne sont pas seulement les différentes langues qui le rendent complexe, mais aussi les différentes autorités et leurs pouvoirs, notre société de plus en plus numérisée, Il devrait y avoir une vue d'ensemble claire et nette pour tout le monde. Une bonne coopération entre les différents acteurs de première ligne et les connaissances nécessaires pour s'y référer sont d'une grande importance. Gezonde Buurt veut aider à clarifier le paysage des soins de santé à Bruxelles.

En outre, l'inclusion numérique est essentielle pour promouvoir la santé et le bien-être. Nous sensibilisons à l'importance de l'éducation numérique et aux avantages des outils de santé numériques. Aujourd'hui, l'inclusion numérique - comme l'accès aux technologies de l'information et de la communication - et les compétences nécessaires pour utiliser les applications numériques peuvent également déterminer la santé et le bien-être des individus. Les dossiers médicaux électroniques gagnent en popularité. Le progrès technologique n'est pas synonyme d'alphabétisation numérique. Si certaines personnes s'approprient rapidement les nouveaux outils, d'autres n'y ont même pas accès ou n'ont pas les compétences nécessaires.

Il est essentiel de disposer non seulement d'une culture numérique, mais aussi d'une culture générale en matière de santé pour pouvoir trouver l'aide adéquate. En nous concentrant sur l'enseignement des compétences en matière de santé, nous parions sur la réduction des obstacles.

La conclusion activante

Habitant, bénévole, organisation ou collectivité locale: nous partageons le même rêve. La santé, nous nous la souhaitons en levant nos verres ou, face à l'adversité, nous entendons les mots réconfortants tant que nous sommes en bonne santé. Des habitants en bonne santé dans un quartier sain. Il ne s'agit pas d'un rêve lointain: si nous unissons nos forces, ce quartier sain se rapprochera.



Bénévole

Vous souhaitez mettre votre énergie au service d'un quartier sain? Ces recommandations vous aideront à démarrer. Vous découvrirez ce qui empêche vos voisins de dormir et ce pour quoi ils souhaiteraient une solution. Car un quartier sain, c'est quelque chose dont nous prenons soin nous-mêmes. Et votre contribution est essentielle. Heureusement, vous ne devez pas agir seul et vous trouverez certainement des partenaires désireux de s'attaquer avec vous aux besoins en matière de santé.



organisation ou ASBL

Votre organisation ou votre association s'est déjà engagée en faveur d'une société plus saine. Mais savez-vous ce qui compte vraiment pour les habitants de votre quartier? Découvrez dans cet aperçu ce qu'ils considèrent comme important pour un environnement de vie sain et quels sont leurs besoins en matière de santé. Vous pouvez également lire ici comment démarrer concrètement. Nous sommes convaincus que votre organisation ou association possède les talents et la volonté nécessaires pour contribuer à la construction d'un quartier sain.



Gouvernement local

Il est évident que la santé figure parmi les priorités de votre conseil local. La commission prend déjà des initiatives pour promouvoir la santé des habitants et soutient des activités locales. Quelles sont les priorités des habitants eux-mêmes pour un quartier sain et comment veulent-ils y parvenir? C'est ce que vous découvrirez dans ces recommandations. Et vous découvrirez avec quels partenaires vous pouvez collaborer à cet effet. Car la santé est une responsabilité partagée.

Si vous avez envie de retrousser vos manches avec nous, Elke Van Loven serait ravi d'explorer avec vous comment vous pouvez mettre à profit vos talents et votre enthousiasme. Parce que chaque engagement compte !



Elke Van Loven
elke.vanloven@cm.be

www.gezondebuurt.be