

Bouwstenen voor een Gezond Lanaken

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 Zorg

Gezondheid realiseren zal ook nog sterker op lokaal niveau gebeuren. Gezondheids promotie 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

Iedereen weet dat de bereikbaarheid en beschikbaarheid van gespecialiseerde hulpverlening (tandartsen, oogartsen, psychologen,...) maar zelfs ook van huisartsen moeilijker en moeilijker wordt. Je kan de gemeente zo aantrekkelijk mogelijk maken voor hulpverleners om zich hier te settelen, maar dat is niet evident. Trek daarom de kaart van een preventieve kijk op zorg.

Aanbeveling

Voorkomen is beter dan genezen. Een gezegde zo oud als de straat, maar in het huidige zorg- en hulpverlenerslandschap een verstandige richtlijn voor elk beleid! Daar waar de toegankelijkheid van de zorg strop loopt, is het ontzettend belangrijk om zo veel en duidelijk mogelijk aan preventie te werken: door via preventieve maatregelen in te zetten op gezondheidsongelijkheid, het bereiken van jonge gezinnen en personen met een psychische kwetsbaarheid vanaf het prille begin de nodige handvaten aan te reiken, voorkom je dat de stap naar gespecialiseerde hulp direct nodig is, wat meer ruimte laat voor de dringende casussen.

Gezonde Buurt heeft een ruim aanbod dat zich richt op preventie. Zo zijn er meerdere projecten die zich richten op een goede mondhygiëne bij kinderen, aangepast aan de leeftijd van het kind. Hiervoor wordt bijv. samengewerkt met scholen, verenigingen tegen kansarmoede en zelfs asielcentra.



Bouwsteen Zorg

Heel belangrijk wanneer je een boodschap wil overbrengen - in dit geval om een positieve en gezonde levensstijl te promoten - is om dit helemaal op maat van de doelgroep uit te werken. Werk daarom volgens het principe van proportioneel universalisme: werk drempels weg door informatie verstaanbaar aan te bieden, door workshops, (digitale) infosessies, enz. dicht bij huis te organiseren (samen met lokale buurtwerkingen), door bereikbaar te zijn in de beginfase van een probleem (via de juiste tools psychische kwetsbaarheid ondervangen en handvaten aanreiken voor een grotere veerkracht) en door zo vroeg mogelijk de juiste partners te betrekken. CM is via het platform Gezonde Buurt een partner die heel graag meedenkt om alle burgers en met extra aandacht voor de meest kwetsbaren tijdig, op maat, via een preventieve weg te bereiken.



Bouwsteen

Gezondheidsongelijkheid verkleinen

Met een doortastend en breed gedragen preventiebeleid en met een toegankelijke gezondheidszorg moet het mogelijk zijn om de gezondheidsongelijkheid te verminderen. Dit is een investering in de toekomst en in onze samenleving.

Doelstelling

Gezondheidsongelijkheid en kansarmoede zijn geen vreemd gegeven in Lanaken. Veel kwetsbare gezinnen en alleenstaanden vinden echter hun weg niet naar de juiste instanties of blijven onder de radar. Helaas vindt men soms zelfs sneller de weg naar het verkeerde pad. Ga daarom outreachend tewerk, zet in op gezondheidseducatie en reik deze kwetsbare doelgroep de juiste handvaten aan om de gezondheidskloof te verkleinen.

Aanbeveling

Lanaken scoort vrij hoog op de kansarmoede-index (10,42%, cijfers van Kind&Gezin). Verschillende diensten die rond deze problematiek en met deze doelgroepen werken signaleren heel wat problemen waar vooral jongeren in verzeild geraken, zoals toenemende drugsproblematiek en schooluitval.

Hierover wordt best een gesprek aangegaan met experts in het netwerk, om gerichte acties op te zetten. Het is vooral zaak om hierin krachten te bundelen, overleg plegen met elkaar en de verschillende expertises als een puzzel in elkaar laten passen om zo veel doeltreffender te kunnen werken. Als Gezonde Buurt geloven we heel sterk in de kracht van het netwerk en zitten wij graag mee aan de denktafel als specialisten inzake preventie en het bereiken van verschillende doelgroepen. Zo kunnen onze banden met bijv. Huis van het Kind, de scholen of CLB helpen bij een preventieve acties en educatie op maat.



Bouwsteen

Gezondheidsongelijkheid verkleinen

Een ander middel om kwetsbare doelgroep te bereiken en ondersteunen, is outreachend werken. Omwille van grote drempels als taalbarrière of schaamte vinden of krijgen deze inwoners met een zorgnood vaak niet de financiële, maar ook praktische, mentale en sociale ondersteuning die ze nodig hebben. Dit verhoogt de kans op ontwikkelingsachterstand bij kinderen uit deze gezinnen of het risico op vereenzaming aanzienlijk.

Zet via buurtopbouwwerkers, jongerenwerkers en brugfiguren heel lokaal in op verbinding en betrouwbaarheid in de meest kwetsbare wijken en straten. Gezonde Buurt kan helpen met het correct informeren over mogelijkheden en rechtenuitputting. In een volgende fase kunnen we met de juiste partners ook inzetten op preventie en positieve gezondheid om zo de gezondheidskloof langzaamaan dicht te fietsen.



Bouwsteen CM als gezondheidspartner

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

Het lokaal dienstencentrum scoort goed bij de Lanakense senior. Maar volgens het geactualiseerde woonzorgdecreet (15 feb. 20219) is de opdracht van een LDC veel ruimer dan deze doelgroep en moet de hele buurt er terecht kunnen voor laagdrempelige infosessies, workshops, sociale activiteiten en ontspanning op maat. Via aangepaste communicatie kan je ook deze doelgroepen bereiken en kan er ook ingezet worden op bereikbaarheid in andere buurten en wijken van de gemeente.

Aanbeveling

In het lokaal dienstencentrum wordt niet enkel ruimte gecreëerd voor ontmoeting, maar het is ook een plek waar je zorgaanbod (zoals bijv. de eerstelijnspsycholoog) terugvindt. Het is daarom niet alleen voor ouderen een zeer interessante plek, maar het LDC kan voor heel de buurt drempelverlagend werken op vlak van bereikbaarheid van zorg en hulpvragen. Alleen weten bijv. de meesten jonge gezinnen, jongeren of nieuwkomers dit niet.

Er kan op verschillende manieren ingezet worden om een bredere doelgroep in het LDC aan te trekken. Organiseer infomomenten, vormingen, activiteiten, recreatie,... die ook een publiek van andere leeftijdscategorieën aantrekken. Gezonde Buurt is een veelgevraagde partner met een erg brede waaier aan sessies, van informatief tot actief en vooral ook verbindend, die zich op de breedste laag van de bevolking richt. Specifieke thema's voor jonge gezinnen, mantelzorgers, ouders van tieners,... staan op de menukaart en daarnaast zit de netwerkcoördinator graag samen om nieuwe, op maat gemaakte ideeën uit te werken.



Bouwsteen

CM als gezondheidspartner

Alleen een gevarieerd aanbod is echter niet voldoende. Belangrijk is om ook steeds innovatief te blijven op vlak van communicatie. De jongere generaties bereik je bijv. veel sneller via social media en persoonlijke communicatie op maat. Inzetten op de juiste kanalen zorgt voor een veel groter bereik.

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



Denny Drossaert
denny.drossaert@cm.be

www.gezondebuurt.be