

Bouwstenen voor een Gezond Kortenaak

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

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

Neem initiatieven om het probleem van vervoersarmoede aan te pakken. Want een goede mobiliteit is de hefboom naar meer welzijn van de burgers in Kortenaeken.

Aanbeveling

Het lokale bestuur van Kortenaeken heeft een zitje in de vervoerregioraad van Leuven. Er zou daar, bij het nemen van beslissingen, veel meer rekening gehouden moeten worden met alle burgers. Goed openbaar en toegankelijk vervoer is een belangrijke hefboom. Op alle mogelijke domeinen: om te gaan werken, naar school te gaan of om op je afspraak in het lokale ziekenhuis te geraken. Goede mobiliteit zorgt ervoor dat mensen aan het maatschappelijk leven kunnen deelnemen en zorgt voor minder eenzaamheid.

Wij vragen het lokaal bestuur om meer en beter te communiceren over het nieuwe vervoersplan van De Lijn dat in verschillende fasen wordt uitgerold. De burger heeft nood aan extra informatie zoals meer uitleg over de flexbus en hoe ze die kunnen reserveren.

Investeer verder in jullie eigen sociale vervoersdienst: Mobitwin.

Het lokale bestuur zou meer en beter kunnen inzetten om burgers de weg te wijzen in het doolhof van de verschillende vervoersdiensten. Bijv. vervoer via mutualiteiten of de mindermobielen centrale, vzw Mobiel , ...

Het lokale bestuur kan inzetten op de inrichting van haar Hoppinpunt. Burgers stellen de volgende zes dingen voor: een overdekte wachtplek, lockers om je fietshelm en regenkleding achter te laten, laadpalen voor fietsen en wagens, wachtbankjes en het aantal punten aanzienlijk uitbreiden. Gezonde Buurt vrijwilligers van Zogeliko willen hier mee hun schouders onder zetten en de dienst gezondheid en participatie kan jullie in contact brengen met de groep Toegankelijk Tienen en Trein Tram Bus, die heel wat expertise heeft rond dit thema.



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. Het is belangrijk dat mensen snel toegang krijgen tot de nodige hulp.

Doelstelling

Zorg voor meer verbondenheid in Kortenaken als antwoord op het grote probleem van eenzaamheid. Eenzaamheid is van alle leeftijden, maar komt meer voor onder jongeren en de alleroudsten.

Aanbeveling

Voor de ouderen en mensen met een chronische ziekte:

Investeer verder in jullie prachtige initiatieven die overheid en burger dichterbij elkaar brengen. De verjaardagsbezoeken door de mobiele ambtenaar en haar vrijwilligersteam, het outreachend werken van de medewerkers van de sociale dienst van het OCMW. Steun ook initiatieven zoals 'Samen koken, samen eten' van Samana om eenzame mensen uit hun isolement te halen. Investeer in alle verenigingen die zich inzetten voor de 65+'ers. Zij zorgen voor verbinding en dragen hun steentje bij om het probleem van eenzaamheid te verkleinen. Zorg voor nabije en laagdrempelige hulpverlening, zoals een groter aanbod van ELP's op plaatsen waar veel ouderen komen.

Voor de jongeren: Investeer in verenigingen die zich inzetten voor jongeren. Zij zorgen voor verbinding tussen de jongeren. Geef hen een (ontmoetings)plek binnen én buiten. Zorg voor nabije en laagdrempelige hulpverlening. Zet onder meer in op ELP's op plaatsen waar veel jongeren komen. Betrek Huis van het Kind Storzo bij het gemeentelijke jongerenbeleid.

Jonge ouders hebben ook nood aan ondersteuning. Er is een groep vrijwilligers van Gezonde Buurt Zogeliko actief in jouw gemeente en er zijn al samenwerkingsverbanden met Huis van het Kind Storzo. Zij kennen de noden van de jonge gezinnen en samen kunnen we het verschil maken.

Vanuit de dienst Gezondheid en Participatie kunnen we samen met Gezonde Buurt vrijwilligers van Zogeliko ons steentje bijdragen. Gezonde buurt werkt zoveel mogelijk samen met partners (Samana, Tucimani, ...) om het probleem van eenzaamheid aan te pakken en activiteiten te organiseren die zorgen voor meer gezondheid en meer welzijn in Kortenaken.



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.

Doelstelling

Maak werk van een sterk lokaal gezondheidsbeleid en wees voorbereid op de grote groep 65+'ers die nog zal toenemen de volgende jaren.

Aanbeveling

Zorg als lokaal bestuur van Kortenaeken voor voldoende en nabije eerstelijnsgezondheidszorg. Burgers zijn ongerust over de beschikbaarheid en bereikbaarheid van huisartsen, tandartsen, thuisverpleegkundigen... Vandaag en ook de volgende jaren. Wie gaat er morgen voor ons zorgen? Dit thema leeft in Kortenaeken en daarom vragen mensen de volgende dingen:

Monitor als lokaal bestuur de aanwezigheid van huisartsen en tandartsen en alle andere beroepsgroepen en ga met deze beroepsgroepen in dialoog als er schaarste zou optreden.

Vraag gezondheidswerkers om mee te werken aan een sociaal Kortenaeken waar drempels verlaagd worden en burgers vlot hun zorgverleners kunnen bereiken. Elke burger moet dicht bij huis snel bij de eerstelijnsgezondheidswerkers terecht kunnen.

Zet in op preventie. Voorkomen is altijd beter dan genezen. Je verlaagt de werkdruk bij huisartsen als je inwoners gezonder zijn. 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 verbinding tussen formele en informele zorg (mantelzorgers en verenigingen).

De vrijwilligers van gezonde buurt Zogeliko kunnen samen met andere organisaties (zoals het LOGO) en verenigingen mee hun schouders zetten onder een sterk preventiebeleid. Meer bewegen, gezond eten, minder roken en alcohol drinken, meer verbinding en minder eenzaamheid... zorgen voor gezonde burgers in Kortenaeken

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



Annemie Steutelings
annemie.steutelings@cm.be

www.gezondebuurt.be