

Bouwstenen voor een Gezond Landen

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

Investeer in Landen in "trappers" dat is investeren in gezondheid.

Aanbeveling

- De burgers van Landen willen meer mensen op de fiets. En liefst ook veel kinderen en jongeren.
- Zorg voor veilige, brede en goed onderhouden fietspaden. Maak heel Landen fietsvriendelijk. Investeer op de eerste plaats in de schoolomgevingen en de plekken in Landen waar veel kinderen komen zoals de bibliotheek, de sportterreinen, pleintjes en speeltuinen.
- Zet in op fietslessen voor wie nooit de kans kreeg om te leren fietsen en geef preventielessen aan wie voor het eerst met een elektrische fiets op pad wil gaan.
- Ondersteun niet-commerciële initiatieven die inzetten op hergebruik van fietsen en snelle herstelling. 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, tijd doorbrengen in de buitenlucht zorgt voor minder mentale problemen ...



Bouwsteen

Gezondheidsongelijkheid verkleinen

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

Doelstelling

Verklein de digitale kloof van je burgers en vul dit aan met een fysiek loket zodat niemand achterblijft.

Aanbeveling

- Geef als lokaal bestuur het goede voorbeeld en ondersteun burgers bij het gebruik en installeren van nieuwe apps, maak hen wegwijs door de website van jullie stad en geef vorming over het invullen van aanvraagdocumenten.
- Moedig iedereen in jouw stad aan (scholen, sportverenigingen, banken, verzekeringsmaatschappijen, mutualiteiten, ...) om gebruikers te helpen bij het installeren van (nieuwe) digitale toepassingen en vraag hen om voldoende opleiding en ondersteuning te voorzien.
- Zorg dat er voor elke online aanvraag ook een fysiek contactpunt is waar men hulp kan krijgen als het digitaal niet lukt. Bij voorkeur zonder afspraak en zeker zonder meerkost.
- Hanteer het "click call face" principe voor dienstverlening van je eigen lokaal bestuur, maar moedig dit ook aan bij anderen (school, sportclub, banken, verzekeringen, mutualiteiten, ...)
- investeer verder in de digipunten van Landen, zorg ook voor digihulp op maat aan huis en investeer in digitale vorming in groep.
- We moeten iedereen meenemen in het digitale verhaal. Werk daarom samen met organisaties en verenigingen om deze uitdaging aan te gaan. Er zijn vrijwilligers van Gezonde Buurt in Landen die hierop reeds inzetten. In september organiseren wij bijv. een vorming samen met Beweging.net over fishing en in het verleden hebben wij reeds samengewerkt met het Recupke en Welzijnszorg in jullie stad.



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

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

Aanbeveling

- Investeer en ondersteun alle verenigingen die zich inzetten voor jongeren en ouderen zij zorgen voor verbinding in de stad. Geef hen een plek (jeugdlokalen, jeugdhuis, ontmoetingsplekken in open lucht, ...) en ondersteun monitoren met vormingsmomenten en waardeer hen voldoende voor hun inzet.
- Zorg voor nabije en laagdrempelige hulpverlening door o.a. in te zetten ELP's op plekken waar veel jongeren komen.
- Betrek Huis van het Kind bij het nieuwe jongerenbeleid voor je stad.
- Zorg voor een toegankelijke en betaalbare zalen en ondersteun vrijwilligers en mantelzorgers met vormingsmomenten en waardeer hen voldoende.
- Zorg voor nabije en laagdrempelige hulpverlening door o.a. in te zetten op ELP's op plekken waar ouderen samenkomen.
- Ouderen zijn vaak minder mobiel en de regio kampt met vervoersarmoede. Investeer als stad zelf in een grotere en professionele dienst van sociaal vervoer. Wijs mensen de weg naar andere diensten die zorgen voor (aangepast) vervoer.
- Een handvol vrijwilligers van Gezonde Buurt Landen zijn al in het project gestapt van de zorgzame buurt Noordwest Landen en willen ook in de toekomst hun engagement verder zetten. Wij hebben een aanbod van tal van activiteiten en workshops om eenzaamheid in de kijker te zetten en samen te zoeken naar oplossingen. Volg ook de 'Warmste week', want ook daar zullen veel inspirerende voorbeelden zijn uit andere steden die in Landen het verschil kunnen maken.

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