

Bouwstenen voor een Gezond Kortenber

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 preventiebeleid en een toegankelijker gezondheidszorg moet het mogelijk zijn om de gezondheidskloof drastisch te verkleinen. Deze investeringen mogen niet gezien worden als een kost, maar als een investering in de toekomst van onze samenleving.

Doelstelling

Veerkrachtige ouders, veerkrachtige kinderen. We ondersteunen ouders bij de opvoeding van jonge kinderen en bieden hen handvaten om zelf veerkrachtig in het leven te kunnen staan. Een goede start is immers één van de meest belangrijke hefboomen om gezondheidsongelijkheid later tegen te gaan. We investeren in de eerste 1000 dagen van het kind.

Aanbeveling

- Blijf investeren in een sterk Huis van het Kind dat ouders ondersteunt met informatie en advies, en dat toegankelijke (educatieve) activiteiten voor ouders en kinderen organiseert. Op die manier krijgen ouders de kans om hun netwerk op een laagdrempelige manier uit te bouwen en te versterken. Ze bouwen ook heel wat vaardigheden op, in het bijzonder hun gezondheidsvaardigheden.
- Door de gezondheidsvaardigheden van jonge ouders te verhogen, kan je de gezondheidskloof verkleinen. Zorg voor een laagdrempelig aanbod van educatieve activiteiten in de gemeente. Hiervoor kan je beroep doen op het uitgebreide activiteitsaanbod van Gezonde buurt. Daarnaast is Gezonde buurt ook bereid om samen te werken aan een aanbod op maat van de gemeente en de specifieke doelgroep.
- Stem gezondheidsbevorderende interventies af op de socio-culturele karakteristieken van je doelgroep. Zo kan je op een laagdrempelige manier kwetsbare ouders bereiken. De doelgroep zal ontvankelijker zijn voor de boodschap, deze makkelijker accepteren én herinneren. De effectiviteit wordt groter wanneer de doelgroep zich kan identificeren met de activiteit. Maatwerk is dus essentieel.
- Werk samen met Wiegwijs. Zij ondersteunen jonge ouders in de gemeente, en organiseren educatieve en verbindende workshops babymassage.



Bouwsteen Zorg

Gezondheid realiseren zal nog sterker op lokaal niveau gebeuren. Niet enkel zorgverleners op de eerste lijn, maar ook van werkgevers, scholen, mutualiteiten, verenigingen, ... kunnen bijdragen tot een gezonde levensstijl. Buurten moeten zo worden ingericht dat ze sociale verbinding en zorg voor elkaar stimuleren.

Doelstelling

We versterken mensen door hun buurt en hun buurtgevoel te versterken. We gaan voor zorgzame en sociale buurten waar jong en oud elkaar kennen en helpen. We gaan voor buurten waar levenskwaliteit centraal staat, waar iedereen zich goed voelt en wordt geholpen, ongeacht de ondersteuningsbehoeften.

Aanbeveling

Blijf de Zorgzame Buurten in de gemeente ondersteunen. Stimuleer de opstart van nieuwe sociale zorgzame buurten. Houd rekening met de volgende punten:

- Door ontmoeting tussen buurtbewoners te stimuleren, plant je een zaadje voor “het kleine helpen”.
 - Zet daarom in op voldoende laagdrempelige ontmoetingsplekken in buurten. Investeer in “third places”. Dit zijn plekken buitenshuis waar inwoners elkaar ongedwongen kunnen ontmoeten (bv. koffiehoekjes in de bibliotheek, een cafetaria in de supermarkt, overdekte bankjes aan een pleintje, ...).
 - Organiseer verbindende initiatieven die bewoners bijeen brengen, en connecties doen leggen met elkaar. Gezonde buurt is bereid deze acties mee uit te werken.
- Zorg ervoor dat welzijns- en zorgpartners samenwerken met partners uit andere sectoren (huisvesting, ruimtelijke ordening, jeugd en cultuur, ...).
- Een zorgzame buurt mag geen zaak van louter professionals zijn of worden. De buurtbewoners maken mee de buurt. Formele en informele zorg zijn er met elkaar verbonden.



Bouwsteen Gezonde Leefomgeving

In 2050 moet elke inwoner in België op een plek wonen die zijn gezondheid en levenskwaliteit positief stimuleert. De aanwezigheid van groen, inzetten op duurzame mobiliteit en voldoende bescherming tegen de gevolgen van klimaatverandering hebben een rechtstreekse en positieve impact op de gezondheid van jouw bevolking.

Doelstelling

We zetten in op een gezonde leefomgeving met voldoende open en groene ruimte die mensen stimuleert om buiten te bewegen.

Aanbeveling

- Buiten bewegen in het groen 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. Veilige, brede en goed onderhouden fietspaden zijn daarvoor noodzakelijk. Maak de gemeente fietsvriendelijk en investeer in de eerste plaats in de plekken waar veel kinderen komen, zoals scholen, sportterreinen en speeltuinen.
- Investeer in voldoende groene ruimte bestemd voor ontspanning. Voorzie in verstedelijkte gebieden een herbestemming van braakliggende grond tot volkstuintjes, ontspanningsruimten, wandelpaden, enz. Dat heeft een rechtstreekse positieve impact op het welbevinden van je inwoners. Daarnaast zorgt die groene ruimte ook voor de noodzakelijke koelte tijdens hittegolven, voor meer biodiversiteit, en is de omgeving meer gewapend tegen zware regenval.

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



Ines Spiessens
ines.spiessens@cm.be

www.gezondebuurt.be