

Bouwstenen voor een Gezond Brakel

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

Een groene leefomgeving draagt bij tot de fysieke, mentale en sociale gezondheid. We zetten in op bescherming en behoud van het mooie landschap en de reeds aanwezige natuur door de gezondheidseffecten van de natuur actief te promoten, maar ook door meer groen te creëren.

Aanbeveling

Gezonde Buurt wil:

- Lokale, buurtgerichte acties rond het planten van bomen, het heroriënteren van ruimtes naar groene gemeenschapsplekken en het mee ondersteunen van het zoeken naar natuurlijke alternatieven voor de nu verharde plekken.
- De natuur als partner in mentale gezondheid actief promoten. Tijdens de 10 daagse van de geestelijke gezondheid slaan we hiervoor alvast de handen in elkaar met organisaties zoals Natuurpunt en Welzijnsschakels.



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

Gezondheid is niet enkel “niet ziek zijn”. We zijn pas écht gezond als we ons ook mentaal goed voelen, als we een sociaal netwerk hebben, als we dagelijks goed functioneren en voor onszelf een zinvol bestaan hebben. We zetten in op een kwaliteitsvol leven voor elke bewoner met extra aandacht voor kwetsbare doelgroepen.

Aanbeveling

Gezonde Buurt wil:

- Een stem geven aan kwetsbare mensen door samen te werken met verenigingen die deze doelgroep bereiken.
- Informatie over gezondheid en levenskwaliteit in de vorm van infosessies en workshops gratis aanbieden aan kwetsbare doelgroepen.
- Zoveel mogelijk drempels wegwerken die kwetsbare mensen ondervinden om deel te nemen aan activiteiten.
Op 6 oktober organiseren we bijvoorbeeld een wandeling aan de Boembekemolen en voorzien we gratis vervoer vanuit Brakel centrum.
- Meehelpen om burgers te verenigen rond thema's met maatschappelijk en gemeentelijk belang. We streven ernaar dat afgeklopte beslissingen in participatieraden ook op de afgesproken manier worden uitgevoerd. We willen daarbij dat de stem van de kwetsbare inwoner even hard meetelt.



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

Ook in meer landelijke gemeenten steekt eenzaamheid de kop op. Gezonde Buurt wil burgers, ongeacht hun leeftijd of afkomst, verbinden om de sociale cohesie te versterken en op die manier eenzaamheid aan te pakken.

Aanbeveling

Gezonde Buurt wil:

- Werken rond verbinding om eenzaamheid te bestrijden. We zijn reeds gestart met een groep "Brakel Verbindt" waarbij vele organisaties zich aansloten. Samen zorgen we dat inwoners de weg naar de organisaties vinden en gebruik maken van al wat reeds aanwezig is. Er wordt informatie uitgewisseld, maar ook kleine acties, pilootprojecten of evenementen opgezet. Zo creëren we een alertheid rond eenzaamheid. We zijn ervan overtuigd dat ook de gemeente deze groep positief kan ondersteunen.
- Actie voeren om het openbaar vervoer (opnieuw) beter uit te bouwen. Door de recente aanpassingen is het sociale leven voor veel mensen niet toegankelijk. We kijken ook naar mogelijk alternatieven door klimaatvriendelijke en betaalbare vervoersmiddelen, zoals bijvoorbeeld de fiets, te promoten.
- De natuur als partner bij mentale gezondheid blijvend onder de aandacht te houden door samen te werken met organisaties zoals Natuurpunt.

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



Sari Stoops
sari.stoops@cm.be

www.gezondebuurt.be