

Bouwstenen voor een Gezond Brasschaat

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 toegankelijker gezondheidszorg moet het mogelijk zijn om de gezondheidsongelijkheid te verminderen. Dit is een investering in de toekomst en in onze samenleving.

Doelstelling

Het beleid investeert nog meer in de eerste 1000 dagen van het kind, zelfs vóór de geboorte. Een goede start is immers één van de meest belangrijke hefboomen om gezondheidsongelijkheid later tegen te gaan. Eén van die hefboomen is gezonde voeding. Daarnaast wordt er samen gewerkt met organisaties die inzetten op laagdrempelig toeleiden naar de gezondheidssector. Op die manier stellen we een zorgaanbod open voor iedereen.

Aanbeveling

We rollen programma's die gezondheidseducatie aanbieden uit in buurten met een laag sociaaleconomisch profiel, waarbij laagdrempelige verenigingen een thuisplek kunnen zijn voor dit laagdrempelig aanbod. CM werkt met deze verenigingen samen rond preventieve gezondheidswerking. Het afstemmen van gezondheidsbevorderende interventies op de socio-culturele karakteristieken van een groep kan er immers toe leiden dat de boodschap meer de aandacht trekt. De doelgroep zal ontvankelijker zijn voor de boodschap, deze makkelijker accepteren én herinneren. De effectiviteit wordt groter wanneer de doelgroep zich kan identificeren.

We werken samen met diverse zorgorganisaties om het zorgaanbod te vergroten en toegankelijker te maken naar de burger toe. We stellen ons op als centraal contactpersoon om zo gezamenlijk een geslaagd gezondheidsbeleid te creëren.



Bouwsteen

Gezondheidsongelijkheid verkleinen

CM speelt als partner in gezondheid ook een grote rol in het gezondheidsbeleid. Daarom maken we het platform Gezonde Buurt verder bekend bij de inwoners zodat ze (samen) gezondheidsinitiatieven kunnen organiseren. We betrekken en versterken hen zodat ze in de toekomst zelf activiteiten leren organiseren. Concreet kan je scholen stimuleren om een samenwerking aan te gaan met CM en zo de leerlingen samen met hun ouders meer te leren over een gezonde invulling van de brooddoos. De sessies worden aangepast aan de doelgroep die de sessie volgt; een laagdrempelige invulling is voor ons een prioriteit.



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

Eenzaamheid wordt meer en meer als een “ziekte” van deze tijd benoemd. Een goed sociaal netwerk zorgt voor een beter mentaal welzijn en dus voor een betere levenskwaliteit. Samen met partners creëren we een zorgzame gemeenschap waarin mensen zich verbonden en gesteund voelen. We nemen initiatieven die leiden tot sterkere banden tussen mensen, wat een positieve invloed heeft op het mentale welzijn en de algehele levenskwaliteit.

Aanbeveling

CM wil met Gezonde Buurt partner zijn in de uitbouw van gemeenschapskracht, veerkrachtige en sterke buurtgemeenschappen. We ondersteunen partners die acties ondernemen om het aanbod aan geestelijke gezondheidszorg te verhogen en wachtlijsten weg te werken.

We besteden extra aandacht aan initiatieven die gericht zijn op duurzame relaties en verbinding. Samen met andere partners starten we projecten om burgers te sensibiliseren rond de effecten van eenzaamheid, maar we bieden ook methodieken aan om hierrond in de straat/buurt/wijk rond te werken. We bundelen de krachten met andere terreinorganisaties om meer contacten te stimuleren.

We promoten verder het gezonde buurt aanbod dat bijdraagt aan ‘kleine gelukjes’ zoals een doorgeefvaas, gezondheidswerkshops, enz... CM heeft expertise en ervaring in het opzetten van dit soort activiteiten.



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. 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

In 2030 kan elke persoon rekenen op een voldoende ruim zorgaanbod. Als iemand zorg nodig heeft, dan werken alle zorgverleners samen rondom de persoon op basis van een gedeeld elektronisch dossier. Mensen dragen zorg voor elkaar in de buurt waar ze wonen.

Aanbeveling

CM en het lokaal bestuur investeren samen met partners, zoals Ligo, in digitale educatie en training voor alle leeftijdsgroepen. We zetten in op de kennis rond gezondheid gerelateerde digitale diensten zoals e-health, patiënten portalen, zorgapps, e.a. zodat deze toegankelijk worden voor iedereen. We werken samen om digitale inclusie te bevorderen en gezondheid voor iedereen toegankelijk te maken. We maken mensen digitaal vaardig zodat ze hun eigen gezondheid beter kunnen beheren aan de hand van digitale tools.

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



Liana Dooms
liana.dooms@cm.be

www.gezondebuurt.be