

Gezondheid: de beste investering in de toekomst

Positieve gezondheid, daar gaan we voor in Helmond. We stimuleren, faciliteren en verleiden mensen om gezonde keuzes te maken. Het toverwoord? Preventie! Creëren in plaats van repareren.

Meedoen en ertoe doen

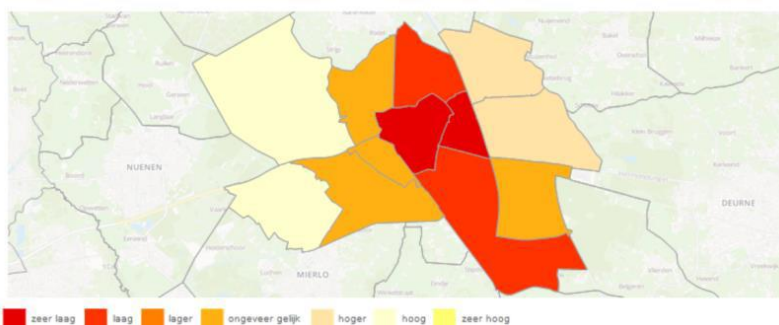
Gezondheid is één van de belangrijkste waarden in een mensenleven. Maar wanneer ben je gezond? Uit onderzoek blijkt dat de meeste mensen gezondheid niet puur waarderen op de aan- of afwezigheid van ziekte of een beperking. Hun beleving is veelal positief als zij kunnen doen wat ze waardevol en zinvol vinden. Het gaat dus meer om de kwaliteit van leven, dan om de ziekte of beperking zelf. Daarmee kunnen we stellen dat gezondheid geen doel op zich is, maar een middel of zelfs een voorwaarde om je leven te leiden zoals je dat graag doet. Prettig wonen, werk waarin je je kunt ontplooiën, je gezien voelen, kunnen genieten, eropuit gaan, iets kunnen betekenen voor je omgeving. Als je gezond bent, kun je meedoen. En wie meedoet is gezonder en gelukkiger.

Extra aandacht voor kwetsbare inwoners

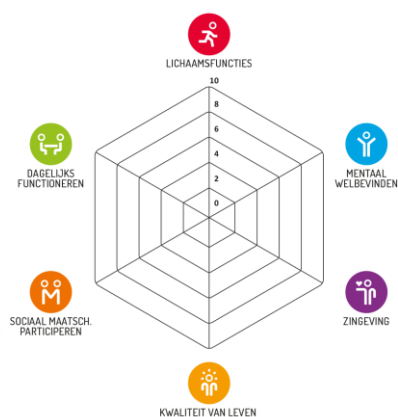
Een mooie gedachte. De visie van Helmond is dan ook gebaseerd op de definitie van **'positieve gezondheid'**: *'Het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan, zich aan te passen en zo veel mogelijk eigen regie te voeren'* (Machteld Huber). Belangrijk hierin is dat de focus niet ligt op zorg en medicalisering, maar op aanpassingsvermogen en veerkracht. Door uit te gaan van wat wél kan krijgen mensen, samen met hun directe omgeving, meer grip op hun leven.

Toch is dat niet voor iedereen vanzelfsprekend. Hoewel de levensverwachting stijgt, zijn de verschillen tussen hoog- en laagopgeleiden nog steeds groot. Helmond heeft relatief veel laaggeschoolde en sociaal kwetsbare inwoners. Een aantal wijken heeft te maken met een combinatie van risicofactoren, denk aan armoede, schulden, (huiselijk) geweld, overgewicht, roken, alcoholgebruik et cetera. Het voorkomen van grotere problemen vraagt om een passende, integrale en wijkgerichte aanpak. Samen met onze partners bij wie we veel positieve energie en betrokkenheid ervaren.

Sociale status



SES-norm wijken gemeente Helmond



De 6 pijlers van positieve gezondheid

Preventie: van ziekte en zorg naar gezondheid en gedrag

Er is in ons land veel aandacht voor de zorg - en vooral voor de torenhoge kosten daarvan. Nu de gemeente verantwoordelijk is voor kwetsbare inwoners, verandert onze rol. Van 'recht op zorg' naar samen oplossingen zoeken. En dat binnen de beschikbare middelen. De gemeenteraad wil inzicht in resultaten en kosten, terecht. Maar gezondheidsbeleving is lastig in cijfers uit te drukken.

Waar wel enorm veel winst te behalen is, is preventie en gedragsverandering. Daarvoor moeten we bij de basis beginnen. Als kinderen van kleins af aan leren om gezonde keuzes te maken, zullen ze als volwassenen als vanzelf die gezonde leefstijl voorzetten. De effecten daarvan worden op lange termijn zichtbaar. Zij zullen in het algemeen een betere kwaliteit van leven ervaren, langer en beter voor zichzelf kunnen zorgen, minder zorg nodig hebben, participeren in de samenleving en arbeidsproductiever zijn.

Er wordt veel geld ingezet om te 'repareren', denk aan de fysieke en psychische problemen (en dus dure zorg) rondom bijvoorbeeld overgewicht, roken, zitten en diabetes. **Preventie loont!** Een gezonde stad investeert in voorzorg in plaats van nazorg. Zij creëert in plaats van repareert.

Gezondheid verbindt

Door gezondheid en andere domeinen te verbinden kunnen ze elkaar versterken. We leggen dan ook nadrukkelijk de link met onderwijs, werk, milieu en de leefomgeving. Een betere gezondheid draagt bij aan betere prestaties op school en op het werk; tegelijkertijd heeft het onderwijs hierin zelf een belangrijke taak. Gezondheid heeft ook prioriteit in het milieubeleid. Milieufactoren spelen nog steeds een grote rol bij het ontstaan van ziektes. Andersom dragen gezonde mensen bij aan een beter milieu, bijvoorbeeld door vaker de fiets te pakken en zuinig om te gaan met energie. Verder moet gezondheid stevig verankerd zijn bij de inrichting van de publieke ruimte: een stad waar kinderen buiten kunnen spelen, waarin je je gemakkelijk te voet of met de fiets kunt verplaatsen, met voldoende groen en gezonde lucht, waar het prettig en veilig is op straat.

Gezonde keuzes mogelijk maken

Vanzelfsprekend is en blijft gezondheid ieders eigen verantwoordelijkheid. Als gemeente willen we echter onze inwoners stimuleren en faciliteren om gezonde keuzes te maken. We geven alle ruimte aan initiatieven vanuit de inwoners, en beoordelen deze op hun mogelijke bijdrage aan een positieve gezondheidsbeleving. We zijn actief en zichtbaar in de wijken en zetten vol in op preventie en het tijdig signaleren van problemen. We willen de eigen kracht van inwoners bevorderen en benutten. Daarvoor bieden we mooie voorzieningen zoals De Braak, werken we aan een openbare ruimte die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten, en maken we gezonde opties het meest voor de hand liggen. Immers, andersom geldt ook: gezondheid draagt bij aan een hogere kwaliteit van leven, minder armoede, minder uitkeringen en minder (jeugd)zorg.

Zo verleiden we mensen tot gezond en sociaal gedrag, werken we aan bewustwording en hopen we bij te dragen aan hun intrinsieke motivatie om beslissingen te nemen die goed voor je zijn. Voor je eigen fysieke gezondheid, om je lekker in je vel te voelen, en in het contact met de wereld om je heen. In de laatste jaren hebben we al mooie resultaten behaald, denk aan 'Jong Helmond, Lekker Gezond', 'Op eigen kracht naar een gezonde toekomst' en het integreren van sociaal maatschappelijke projecten in de fysieke herinrichting van wijken zoals Helmond-West, Leonardus en de Annawijk.

Hier gaan we voor

We sluiten aan bij initiatieven vanuit de stad met haar inwoners, ondernemers, vrijwilligers en professionele instellingen. Door middelen vrij te maken - zowel geld als menskracht - kunnen we kansen opsporen, aan elkaar verbinden en ondersteunen. Zo maken we op korte termijn van elke cent een euro. En kunnen we op de lange termijn nog véél meer geld besparen.

Kortom: gezondheid is een belangrijke basis voor bijna alle beleidsterreinen; integraal denken is de sleutel. Wij maken ons dan ook sterk voor positieve gezondheid als overkoepelend speerpunt.

En we doen het samen!