



Brabant-Zuidoost



GEZONDHEID VERBINDT IN DE GEMEENTE HELMOND

VOLKSGEZONDHEID TOEKOMST VERKENNING 2016

VOORWOORD

In de gemeente Helmond wordt de eigen kracht en samenkracht van inwoners al volop ingezet bij de ontwikkelingen in het sociale domein. Daarbij voeren inwoners steeds meer zelf regie over hun leven én hun gezondheid.

De GGD heeft aan inwoners van de regio gevraagd wat zij belangrijk vinden in hun leven. Gezondheid blijkt voor de meeste mensen een centrale waarde in het leven. Een belangrijk aspect van gezondheid is 'de dingen te kunnen doen die je graag wilt doen', ondanks gezondheidsproblemen. Zingeving, genieten, wonen in een prettige en fijne buurt en mee kunnen doen, dragen bij aan een positieve beleving van gezondheid.

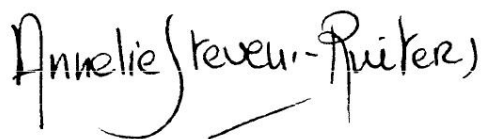
In dit e-book laten we zien wat de verbindende kracht is van gezondheid. Iedereen wil gezond zijn, in de wijk en op het werk, gezond opgroeien en oud worden. Steeds is er een wederkerige relatie met gezondheid. Wie meedoet is gezonder en gelukkiger. En als je gezond en gelukkig bent, kun je meedoen. Mensen ervaren gezondheid als een gespreksthema dat hen bijeenbrengt (zie ook [RIVM](#)). Gezondheid verbindt mensen en organisaties in het sociale domein.

In deze Volksgezondheid Toekomst Verkenning heeft de GGD Brabant-Zuidoost aan diverse dorpsondersteuners, deskundigen werkzaam bij regionale en landelijke organisaties, partners en vrijwilligers gevraagd wat belangrijke kernboodschappen zijn op het gebied van gezondheid. Deze kernboodschappen zijn met lokale cijfers uitgewerkt voor de gemeente Helmond. Ook zijn er adviezen geformuleerd voor de gemeente om samen met inwoners en maatschappelijke partners verder invulling te geven aan het lokale beleid.

Dit e-book maakt inzichtelijk hoe de gemeente Helmond de kracht van de burger verder kan optimaliseren. De GGD Brabant-Zuidoost is hierbij graag uw partner.

Op uw gezondheid!

Annelie Stevens-Ruiters,
directeur publieke gezondheid





INHOUDSOPGAVE



DE KRACHT VAN GEZONDHEID

PAGINA 4-11



GEZONDHEID WERKT

PAGINA 31-35



EEN GEZONDE BASIS VOOR DE JEUGD

PAGINA 12-20



SAMEN IN DE WIJK

PAGINA 36-43



GEZOND BEZIG

PAGINA 21-30



LANGER THUIS

PAGINA 44-50

PROGNOSEPROFIEL

PAGINA 51-55

DANKWOORD

PAGINA 67-68

TOELICHTING EN BRONNEN

PAGINA 56-66

GEZONDHEIDSPROFIEL

+ zie ook 'gezondheid werkt'

Gezondheid is:

Bij dagelijkse activiteiten geen belemmeringen ervaren door ziekte of gezondheidsklachten.

Geen stress ervaren.

Me energie of fit voelen.



Kunnen genieten van activiteiten en dingen.

Voldoening vinden in betaald of vrijwillig werk.

Kunnen omgaan met tegenslagen en er weer snel bovenop komen.

Beperkingen in functioneren bepalend voor gezondheidsbeleving

Mensen beleven hun gezondheid veelal positief als ze kunnen doen wat ze willen doen. Daarbij beoordelen mensen hun eigen functioneren in de context van het leven dat ze willen leiden en de grenzen van hun mogelijkheden [2]. Uit het panelonderzoek blijkt dat 'kunnen doen wat je wilt doen' belangrijker is voor de gezondheidsbeleving dan de aan- of afwezigheid van ziekte. Chronisch zieken die wel de dingen kunnen doen die ze willen, zijn bijna even positief over hun gezondheid als mensen zonder chronische aandoening [1]. In Helmond geeft 89% van de bevolking vanaf 19 jaar aan te kunnen doen wat ze willen doen [3].

Beeld voor Zuidoost-Brabant

Score van de subjectief beleefde gezondheid tussen 0 (negatief) en 10 (positief) [1]


 6,7
 wel chronische
 ziekte


 7,2
 geen chronische
 ziekte


 5,1
 chronisch ziek en niet de
 dingen kunnen doen die
 je wilt doen


 7,0
 chronisch ziek en wel
 de dingen kunnen doen
 die je wilt doen

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Maak gebruik van de kracht van gezondheid als centrale waarde en stimuleer daarmee de samenwerking tussen alle partijen in het sociale domein.

- ✓ Draag als gemeente, burgers en professionals gezamenlijk de visie uit dat gezondheid breder is dan preventie van ziekte en het beperken van zorg. Het 'kunnen doen wat je wilt doen' is voor de gezondheidsbeleving belangrijker dan de aan- of afwezigheid van ziekte.
- ✓ Bekijk initiatieven van burgers en organisaties vanuit de bredere context van welzijn als aspect van gezondheid. Beoordeel initiatieven die op het eerste oog niet aan gezondheid gerelateerd zijn, op hun mogelijke bijdrage aan een positieve gezondheidsbeleving.

KERNBODSCHAP II

Het verbeteren van de gezondheid start bij de waarden en persoonlijke drijfveren van mensen.

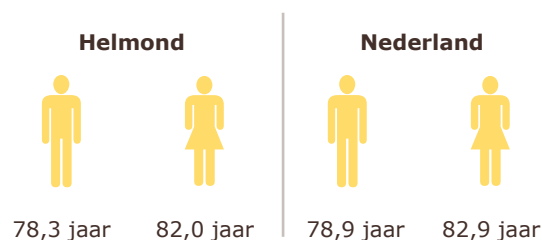
In Helmond heeft in 2030 ruim een op de drie inwoners een chronische ziekte

Inwoners van Helmond worden nog steeds ouder, met name mannen. In Helmond ligt de levensverwachting bij mannen op 78,3 jaar en bij vrouwen op 82,0 jaar. Daarmee is de levensverwachting in Helmond bijna één jaar korter dan gemiddeld in Nederland [4]. Tegelijkertijd neemt het aantal mensen met een ziekte toe en leven we ook langer met een ziekte. Naar verwachting heeft in 2030 35% van de Helmonders één of meer aandoeningen [5]. De meerderheid van de mensen ervaart de gezondheid desondanks als goed. Volgens prognoses zal het percentage inwoners van Helmond met een goede ervaren gezondheid in de komende jaren wel iets afnemen. Het aandeel mensen met een beperking daalt, ondanks de vergrijzing, de komende jaren licht.

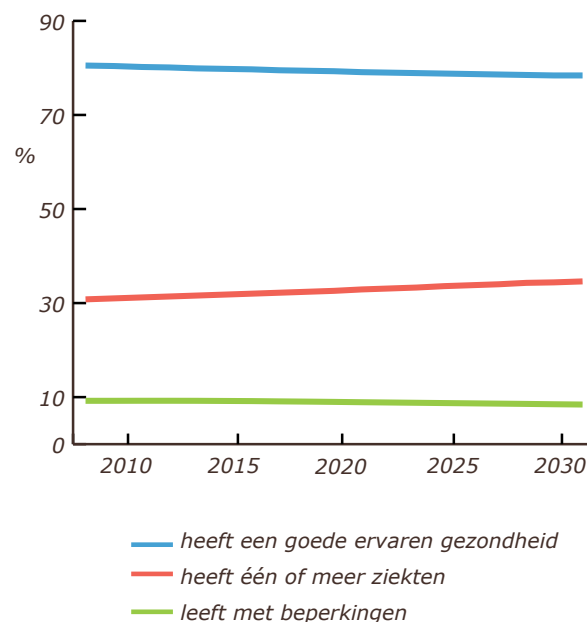
+ zie ook 'langer thuis'

Beeld voor Helmond

Levensverwachting in jaren bij geboorte in Helmond en in Nederland [4]

**Beeld voor Helmond**

Prognose van de goed ervaren gezondheid, beperkingen en ziektes tussen 2010 en 2030 in de gehele bevolking van Helmond (%) [5]

**Positieve gezondheid: focus op aanpassingsvermogen en veerkracht**

Door vroegopsporing en betere behandelingsmogelijkheden kunnen we steeds langer met een ziekte leven. Dit zorgt echter ook voor een toenemende druk op de gezondheidszorg. Deze ontwikkeling heeft bijgedragen aan een andere visie op gezondheid, ziekte en zorg. In de nieuwe visie staat gezondheid centraal in plaats van ziekte. Daarbij ligt de focus op het aanpassingsvermogen en de veerkracht, waarmee mensen veranderingen in hun gezondheid kunnen opvangen. Dit nieuwe concept wordt positieve gezondheid genoemd.

[6] [7]

+ toelichting definitie van positieve gezondheid

Van lijden aan je ziekte naar leiden van je ziekte

Uit het GGD-panelonderzoek blijkt dat mensen die de eigen gezondheid accepteren en tegelijk hoge controle ervaren over hun gezondheidssituatie, een positievere gezondheidsbeleving hebben dan mensen die dat niet doen [1] [2]. In de groepsgesprekken geven panelleden ook aan dat het leren omgaan met lichamelijke of psychische klachten of tegenslagen in het leven voor hen heel belangrijk is. Dit versterkt hun gezondheidsbeleving. Door uit te gaan van de eigen mogelijkheden krijgen mensen, in interactie met hun omgeving, meer grip op hun ziekte en hun gezondheid. De nadruk ligt daarbij meer op de promotie van gezondheid en minder op de preventie van ziekte [8].

+ toelichting op de promotie van gezondheid

Persoonlijke motivatie vertrekpunt van gezondheidspromotie

Het beste vertrekpunt voor promotie van de gezondheid zijn de dingen die voor mensen van waarde zijn, de dingen die ze plezierig, goed of zinvol vinden. Daar liggen hun ambities, hun wensen en motivatie voor gedrag. 'Waar word ik blij van?', 'wat wil ik kunnen doen (voor anderen)?', 'hoe wil ik door het leven gaan?'. De antwoorden op deze vragen vormen de drijfveren die mensen motiveren stappen te zetten bij het vergroten van hun eigen gezondheid en functioneren. Mensen zelf hun richting laten bepalen, zet meer in gang dan ze door een ander een richting in te laten duwen.

Zingeving als waarde in het sociaal domein

Wat mensen als waardevol of zinvol ervaren is heel divers. Dat kan werk zijn, maar bijvoorbeeld ook muziek, vrijwilligerswerk, onderwijs, sociale relaties of cultuur. Deze activiteiten bieden mensen de gelegenheid om (ondanks ziekte) voldoening in hun leven te vinden en hun (ervaren) gezondheid te verbeteren. Het is daarom belangrijk om initiatieven van burgers te bekijken vanuit het oogpunt van gezondheid en zingeving. Door aan te sluiten bij initiatieven van burgers kan de collectieve gezondheid van mensen in de wijk of gemeenschap versterkt worden. Ook als deze initiatieven in eerste instantie nog geen link met gezondheid lijken te hebben. Professionals uit het brede sociale domein van welzijn en zorg kunnen vervolgens ondersteunen waar dat nodig is.



zie ook 'gezond bezig'

Wat zijn de ervaringen van burgers met de 'Gezondheid en Gedrag' aanpak?

Big Move heeft op verzoek van de gemeente Laarbeek aan hulpverleners een (bij)scholing verzorgd over de verandering van probleem-georiënteerde (Ziekte en Zorg, ZZ) naar doel-georiënteerde (Gezond en Gedrag, GG) ondersteuning. Het doel hiervan is om cliënten te helpen hun ervaren gezondheid en functioneren blijvend te verbeteren, waarbij de regie bij de cliënt ligt. Uit een eerste evaluatie van deze werkwijze blijkt dat cliënten het prettig vinden dat de professional hen op weg helpt door hen de mogelijkheden te laten zien. Zo worden ze geholpen om zelf iets op te pakken en te veranderen aan hun situatie. Cliënten geven wel aan dat het lastig is om aan hun functioneren te werken als er andere belangrijke zaken spelen, zoals een zieke partner. [9] [10]

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Kantel de gemeentelijke beleidscyclus naar de 'doe-samenleving'. Het bevorderen van gezondheid is een aansprekend doel voor veel mensen, organisaties en hulpverleners.

- ✓ De sleutel tot gedragsverandering is aansluiten bij de mening en motivatie van de burger. Zet de burger aan het stuur en ga samen aan de slag!

Dat kan door activiteiten te starten of door de omgeving aan te passen en aantrekkelijker in te richten, bijvoorbeeld op het gebied van veiligheid, bewegen en ontmoeten. Betrek in deze samenwerking ook andere partijen zoals woningbouwcorporaties, vrijwilligers, verenigingen en hulpverleners. Hierdoor ontstaan dwarsverbanden en kunnen burgers, gemeente en andere organisaties elkaar versterken. Mogelijkheden hiervoor liggen in Helmond onder meer in de wijkgerichte samenwerking met wijkraden en signaleringsteams.

- ✓ Het concept positieve gezondheid verbindt mensen en organisaties in het sociale domein. Een goede manier om positieve gezondheid te concretiseren is om activiteiten zoals sport, cultuur en leefbare buurten met elkaar te verbinden. Op deze manier dragen gemeente, professionals én burgers de visie uit dat gezondheidspromotie breder is dan preventie van ziekte en het beperken van zorg. (Burger)initiatieven zoals JIBB en Jong Helmond Lekker Gezond zijn daar mooie voorbeelden van. Ook bedrijven kunnen hieraan een bijdrage leveren.
- ✓ Integreer het beleid op verschillende domeinen op basis van de gezamenlijk gedragen visie op gezondheid. Zet dan ook kaders uit op die gezamenlijk gevonden waarden en doelen rondom gezondheid, zodat informele of formele initiatieven getoetst kunnen worden aan deze kaders ten behoeve van financiering.

KERNBOODSCHAP III

De eigen omgeving is een goede basis voor gezondheidspromotie. Ondersteuning op maat en dichtbij blijft gewenst.

Persoonlijke kenmerken bepalen gezondheidswensen

Circa 77% van de mensen in het GGD-panel wil hun gezondheid verbeteren. In de top 3 van verbeterwensen staan 'geen stress ervaren', 'me energiek of fit voelen' en 'vrij zijn van gezondheidsklachten of pijn'. De verbeterwensen verschillen afhankelijk van leeftijd, geslacht en arbeidssituatie. Zo willen 80-plussers relatief vaak verbetering op het dagelijks functioneren zonder belemmeringen door ziekte of gezondheidsklachten, maar ook op het gebied van zingeving. Vooral jongere mensen (19-34 jaar), werkenden en ook vrouwen willen vaker minder stress ervaren. Onder werklozen en werkzoekenden staat het vertrouwen in de toekomst en het vinden van (voldoening in) werk centraal [1].

Beeld voor Zuidoost-Brabant

Top 5 van gezondheidsaspecten die mensen in Zuidoost-Brabant willen verbeteren (% van mensen met gezondheidsverbeterwens) [1]

**14%**

geen stress ervaren

**14%**

me energiek of fit voelen

**12%**

geen gezondheidsklachten of pijn

**10%**

geen belemmering door ziekte of gezondheidsklachten

**9%**

lekker in mijn vel zitten

Veel mensen krijgen al ondersteuning vanuit de eigen omgeving

Uit het onderzoek van de GGD blijkt dat een groot deel van de mensen, die hun gezondheid wil verbeteren, hierbij al ondersteuning krijgt. Circa 60% van hen krijgt (redelijk) veel ondersteuning uit hun directe omgeving van familie, vrienden, kennissen en burens. Daarnaast krijgt 26% ook steun van professionele of vrijwillige hulpverleners. Deze vorm van hulp krijgen mensen vooral als ze verbetering willen op het gebied van gezondheidsklachten en/of pijn en bij het dagelijks functioneren.

+ zie ook 'samen in de wijk'

Ondersteuningsbehoefte afhankelijk van soort verbeterwens

Ongeveer een kwart van de mensen met een verbeterwens op het gebied van hun gezondheid, heeft behoefte aan (meer) ondersteuning. In de top 5 van verbeterwensen is de behoefte aan ondersteuning het grootst bij mensen die minder gezondheidsklachten of pijn wensen (32%). Deze groep krijgt al relatief vaak ondersteuning, vooral van hulpverleners. Van de mensen die zich energieke, minder belemmerd of lekkerder in hun vel willen voelen, wil ongeveer een kwart graag (meer) ondersteuning.

Vooraf behoefte aan ondersteuning van persoonlijke coach

Het soort ondersteuning waar mensen behoefte aan hebben verschilt. In het GGD-panelonderzoek is veruit de meest gewenste vorm een persoonlijke coach/begeleider (professioneel of vrijwillig), 'die naar je verhaal luistert en volle aandacht heeft', die meedenkt, advies geeft of begeleidt. Dit geldt voor één op de drie mensen die ondersteuning wensen bij het verbeteren van hun gezondheid, ongeacht op welk gebied. Een vijfde van de mensen weet niet aan welke vorm van ondersteuning ze behoefte hebben.

Beeld voor Zuidoost-Brabant

Top 5 van soort ondersteuning die mensen willen bij verbeteren gezondheid (% van mensen die meer ondersteuning wensen bij gezondheidsverbetering) [1]



34%

persoonlijke coach



13%

samen leuke dingen doen



11%

contact met lotgenoten



11%

(extra) steun van de directe omgeving

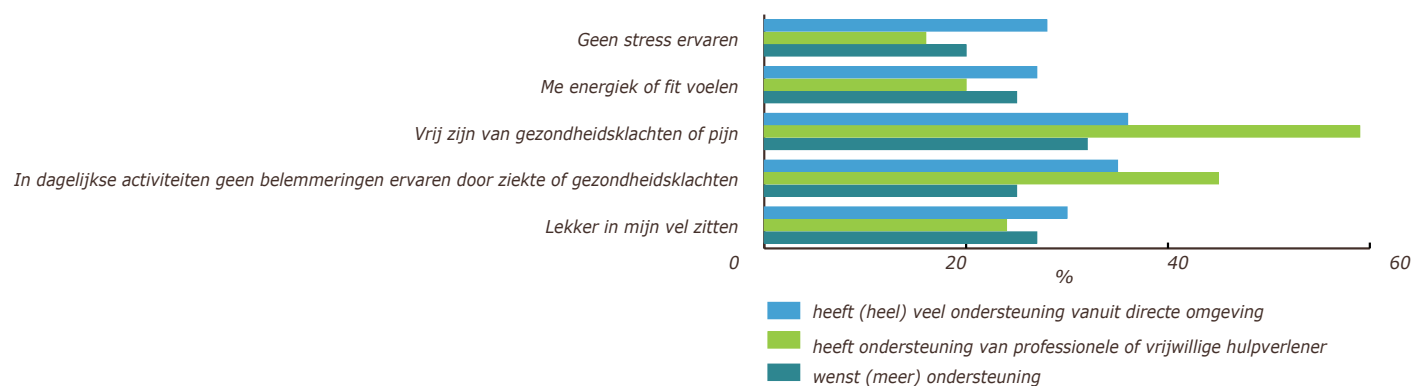


10%

groepsgesprek of cursus met professional

Beeld voor Zuidoost-Brabant

Gebruik en behoefte aan ondersteuning bij de top 5 van verbeterwensen in de gezondheid (% van mensen die hun gezondheid willen verbeteren op dit gebied) [1]



Meer zelfregie door zelfhulp

Circa 11% van de mensen in het GGD-panel die (extra) ondersteuning willen bij het verbeteren van hun gezondheid, heeft behoefte aan contact met lotgenoten die dezelfde ervaringen delen en tips kunnen geven. Dit kan bijvoorbeeld door deelname aan een zelfhulpgroep. Zelfhulp kan mensen helpen om (meer) regie te nemen, omdat het (h)erkenning biedt, taboes doorbreekt en kracht of hoop geeft. De kracht van zelfhulp zit in de wederkerigheid; mensen halen en brengen iets. Door een ander te helpen, help je jezelf. Zelfhulp staat naast andere vormen van zorg en hulpverlening.

Vooral bij ouderen is de bekendheid met voorzieningen beperkt

De gemeente Helmond faciliteert al diverse vormen van zelfhulp en lotgenotencontact zoals de stichtingen 'Door en Voor', 'Zelfhulp Verbindt' en 'Zelfhulp Netwerk'. Maar veel mensen kennen de kracht van zelfhulp en de weg erheen nog niet. Ook andere vormen van ondersteuning weet niet iedereen te vinden. De deelnemers aan het GGD-onderzoek zien hierin een informatieve taak voor de gemeente. Er is behoefte aan duidelijke, overzichtelijke informatie over waar je terecht kunt op het brede terrein van gezondheid en welzijn. Circa 9% van de volwassenen en 20% van de ouderen in Helmond heeft behoefte aan informatie over Wmo-voorzieningen, maar weet niet waar ze daarvoor terecht kunnen. Het betreft dan informatie over onder meer ondersteuning bij mantelzorg, vrijwilligerswerk en ondersteuning/hulp bij gezondheidsproblemen [3]. De gemeente heeft hiervoor onder meer de digitale wegwijzer [GUIDOHelmond](#). Maar voor sommige doelgroepen, zoals ouderen, kan meer uitleg noodzakelijk zijn.

Ondersteuning in de sociale basis: samenredzaamheid en voorzieningen voor iedereen

De sociale basis bestaat uit de onderlinge relaties tussen mensen (de samenkracht) waaronder burenhulp en vrijwillige inzet. Centraal staat dat mensen zelf het beste weten wat zij nodig hebben om optimaal zelfredzaam te zijn. Hierbij kunnen burgers gebruik maken van basisvoorzieningen zoals huisvesting, openbare ruimte en onderwijs, mantelzorgondersteuning en collectieve gezondheidszorg. De sociale basis van samenredzaamheid en voorzieningen voor iedereen heeft daarmee een preventieve functie.

[11]



zie ook 'een gezonde basis voor de jeugd'

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Blijf investeren in het versterken van de sociale basis. Zet in op het versterken van de zelfredzaamheid van mensen en zorg voor toegankelijke basisvoorzieningen.

- ✓ Stimuleer burgerinitiatieven in Helmond die de onderlinge betrokkenheid en samenkracht van burgers versterken. Faciliteer wederzijdse ondersteuning van burgers zoals maatjesprojecten, eigen kracht conferenties, zelfhulpinitiatieven, lotgenotencontact en vrijwillige inzet van ervaringsdeskundigen.
- ✓ Zorg voor goede en toegankelijke basisvoorzieningen zoals sportaccommodaties, cultuur, mantelzorgondersteuning. Investeer als gemeente in het versterken van de onderlinge contacten zowel tussen de organisaties van de sociale basisvoorzieningen onderling als tussen burgers en deze organisaties.
- ✓ Zorg voor heldere communicatie naar zowel burgers als professionals over de bestaande vormen van ondersteuning op het brede terrein van gezondheid en welzijn in de gemeente. Denk hierbij ook aan het vergroten van de bekendheid van zelfhulp, zoals de activiteiten van de Stichting 'Door en Voor', 'Zelfhulp Verbindt' en het 'Zelfhulp Netwerk'. Zelfhulp werkt en kan ook aanvullend zijn op professionele ondersteuning. Ook in Helmond is al veel ervaring met zelfhulp beschikbaar.

INSPIRERENDE VOORBEELDEN



Gezondheidsrace Laarbeek

De gemeente Laarbeek geeft burgers met de Gezondheidsrace de kans om op hun manier gezonde leefstijl te promoten bij medeburgers. Het is voor de gemeente een kunst om daarbij aan de zijlijn te gaan staan en de globale kaders te geven.

Intro Gezondheidsrace Laarbeek

Laarbeek Gezondheidsrace: Slagkracht in Beeld



'Praat eens met een lotgenoot, dat helpt...'

In Zuidoost-Brabant zijn veel zelfhulpgroepen actief, met thema's variërend van alcoholverslaving, multiple sclerose tot opvoeding tussen twee culturen. Het Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant faciliteert zelfhulpgroepen.



'Zelfhulp doe je zelf, maar dat hoeft nooit alleen!'

De organisatie Zelfhulp Verbindt Nederland ontwikkelt een zelfregietool om mensen in contact te brengen met lotgenoten, gezondheidsinformatie en verschillende vormen van (zelf)hulp en zorg.

MEER KIJKEN?

- Uitleg BigMove GG/ZZ-visie aan de hand van voetbalveld BigMove
- Positieve gezondheid in de Nationale Denktank Stichting de Nationale Denktank

MEER LEZEN?

- Parel voor een nieuw concept van gezondheid Mediator, 2012
- Factsheet Positieve gezondheid ZonMw, 2014
- BigMove: haal de gezondheid uit de zorg! Naar een integrale benadering van gezondheid en zorg BigMove Institute, 2013
- Gezondheid verbindt! Uitkomsten van project 'Gezond Slotermeer' RIVM, 2015
- Zelfhulp: vat op eigen zorgen; Een logische stap voor gemeenten in de nieuwe Wmo Movisie, 2014



zie ook 'gezondheidsprofiel'



zie ook 'prognoseprofiel'

EEN GEZONDE BASIS VOOR DE JEUGD

Een lang en gezond leven kan niet vroeg genoeg beginnen. Kinderen hebben alles in zich om goed op te groeien met de juiste hulp en ondersteuning. Ongeveer 80% van de kinderen groeit op in positieve omstandigheden en ontwikkelt zich voorspoedig. Gezond opgroeien houdt in dat kinderen zich in een veilige en stimulerende omgeving kunnen ontwikkelen. Gezond opvoeden is kinderen begeleiden in hun ontwikkeling tot zelfstandig en betrokken leden van de samenleving. Voor opvoeders en samenleving is het een uitdaging om de juiste balans te vinden tussen zelf laten ontdekken en grenzen stellen, tussen niet of juist wel ingrijpen. Gezonde evenwichtige jeugdigen zijn in staat om eigen keuzes te maken en om weerstand te bieden aan allerlei verleidingen.

KERNBOODSCHAP I

Eigen leefstijlkeuzes en invloeden vanuit de omgeving dragen in belangrijke mate bij aan het gezond opgroeien van kinderen. Streef naar weerbare kinderen in een veilige en stimulerende omgeving.

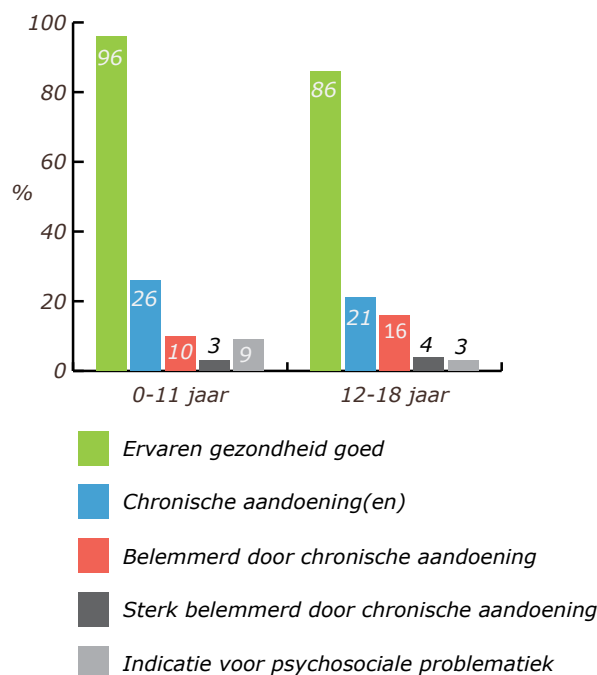
Meerderheid jeugd is gezond en wel

De meeste kinderen van 0-18 jaar in Helmond (92%) voelen zich gezond. Een deel van hen heeft een chronische aandoening, maar dat is in de meeste gevallen niet of slechts licht beperkend voor de dagelijkse bezigheden. Drie tot vier procent wordt ernstig belemmerd. Eczeem, astma/bronchitis en allergiën zijn de meest voorkomende chronische ziekten [1].

Ook het welbevinden van de Helmondse jeugd is goed: ongeveer 93% is meestal (een beetje tot zeer) vrolijk. Een kleine groep (5%) heeft aanwijzingen voor psychosociale problematiek, zoals hyperactiviteit, emotionele problemen en gedragsproblemen. Landelijk zijn er aanwijzingen dat er in de afgelopen jaren een toename is in de (zelf-)rapportage van hyperactiviteit bij alle jeugd en emotionele en gedragsproblemen bij vooral meisjes in het voortgezet onderwijs [2].

Beeld voor Helmond

Gezondheid en belemmeringen jeugd (%) [1]



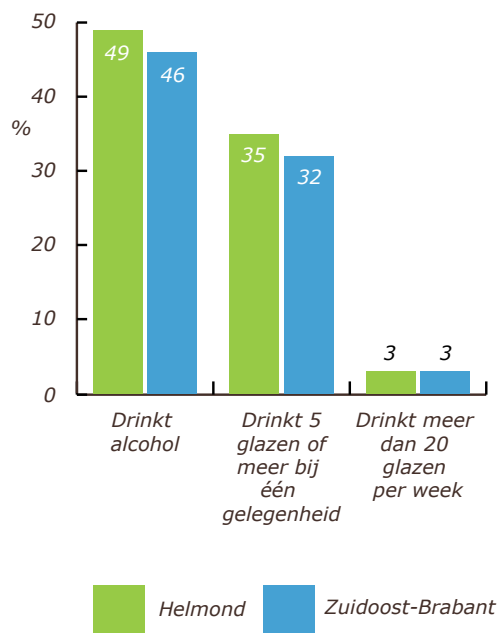
Weerstand bieden aan ongezonde verleidingen is niet gemakkelijk

Experimenteren hoort bij het opgroeien, ook als het gaat om verslavende middelen. Gelukkig weerstaan veel jongeren (uiteindelijk) de verleiding van sigaretten, drank of drugs: 3% van de 14 t/m 16 jarigen in Helmond rookt dagelijks en 6% heeft recent softdrugs gebruikt. Het alcoholgebruik is echter nog steeds vrij hoog: bijna de helft van de 14-16 jarigen drinkt [3]. Medio 2016 is nieuwe trendinformatie hierover voor Helmond beschikbaar. Landelijk zijn er enkele gunstige trends: minder jongeren roken, gebruiken softdrugs of drinken alcohol [2]. Ongunstig is dat jongeren die drinken vaak véél drinken; het aandeel binge-drinkers onder de drinkers lijkt zelfs te stijgen. Nieuwe verleidingen zijn energie-drankjes met veel cafeïne en suikers. Naast het verslavende en opwekkende effect van deze drankjes zijn zij ook niet gunstig voor het gewicht.

+ toelichting binge-drinken

Beeld voor Helmond

Alcoholgebruik bij 14-16 jarigen (%) [3]



aantal jongeren met alcoholvergiftiging [4]. In 2014 zijn 53 jongeren van 13-17 jaar uit Zuidoost-Brabant bij de 'alcoholpoli' geweest, 2 van hen (13 en 17 jaar) kwamen uit Helmond [5].

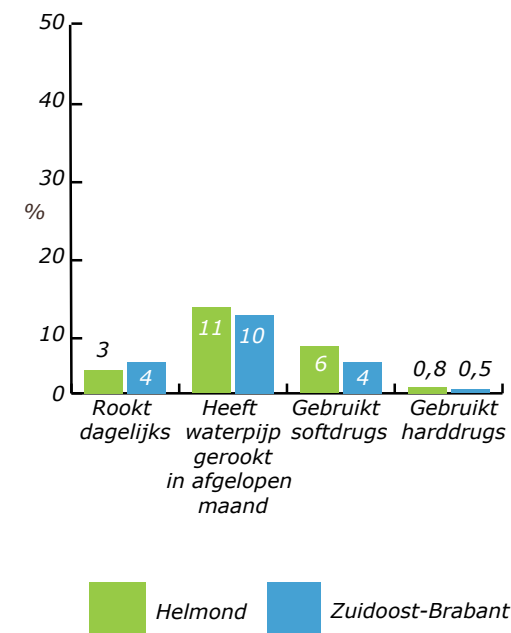
- Door de combinatie van alcohol met energiedrankjes kunnen jongeren minder goed inschatten hoe aangeschoten ze zijn [6]. Van de 13-14 jarigen in Helmond drinkt 2% regelmatig energiedrankjes in combinatie met alcohol [3].

Minder roken en softdrugs, maar stijging XTC-gebruik

- Steeds minder jongeren roken door de veranderde tabaksregelgeving en de veranderde normen over roken [1, 2].
- Hetzelfde geldt voor het gebruik van cannabis, hoewel dit nog steeds de meest populaire drug onder jongeren is. In Helmond heeft in schooljaar 2014-2015 ongeveer één op de 17 jongeren (6%) van 14-16 jaar 'in de afgelopen maand' geblowd en één op de 125 (0,8%) heeft harddrugs als XTC, cocaïne, amfetamine en heroïne gebruikt [3]. Novadic-Kentron ziet een stijging van met name het XTC-gebruik in de regio. Uit landelijke cijfers blijkt dat het gebruik het hoogst is in de leeftijdsgroep 25-29 jarigen [7].

Beeld voor Helmond

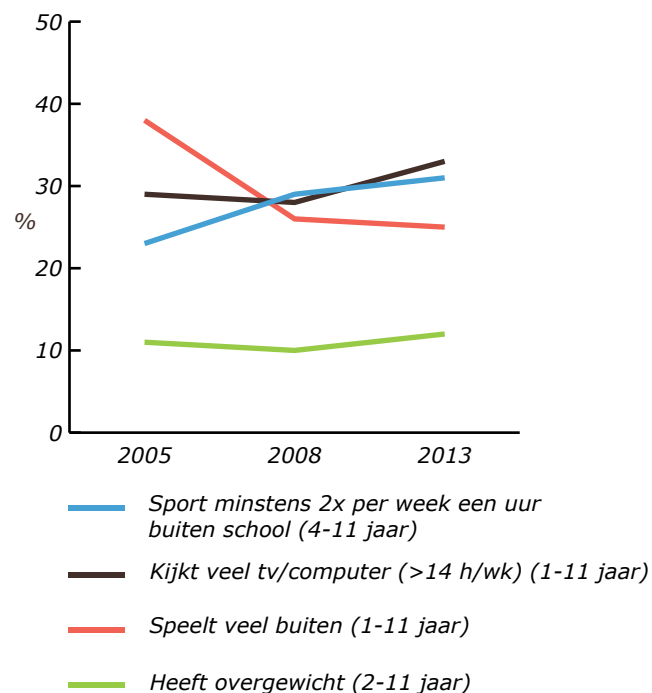
Roken en drugsgebruik bij 14-16 jarigen (%) [3]

**Alcohol: latere start maar nog steeds te veel**

- Dankzij voorlichting, regelgeving en handhaving is het alcoholgebruik onder jongeren de afgelopen jaren gedaald en de startleeftijd opgeschoven [1, 2].
- Desondanks heeft in Helmond in schooljaar 2014-2015 49% van de jongeren in de leeftijd van 14-16 jaar 'in de afgelopen maand' alcohol gedronken [3].
- Het binge-drinken en comazuipen van jongeren wordt echter niet minder. Ziekenhuizen in de regio zien in de eerste helft van 2015 zelfs een toename in het

Beeld voor Helmond

Overgewicht en bewegen 1-11 jarigen (%) [1]

**Meer sporten, maar ook meer zitten**

- Met ongezonde verleidingen als snelle tussendoortjes en zoete frisdranken lopen kinderen het risico op overgewicht, vooral in combinatie met een zittend leven.
- In Helmond is 12% van de 2-11 jarigen en 11% van de 12-18 jarigen te dik op basis van zelf-rapportage van lengte en gewicht. Deze percentages fluctueerden de afgelopen jaren licht, maar niet significant. Het gemeten overgewicht bij 10-11 jarigen (groep 7) en bij 13-14 jarigen (klas 2) lijkt in de regio Zuidoost-Brabant iets hoger te liggen dan op basis van zelfrapportage.
- Helmondse kinderen tot 12 jaar spelen aanzienlijk minder vaak buiten en zitten vaker voor de tv of achter een (spel)computer dan enkele jaren geleden. Er is echter wel een stijgende trend in het aandeel kinderen dat aan sport doet. In Helmond is 61% van de kinderen en 65% van de jongeren lid van een sportvereniging of -club.

+ zie ook 'gezond bezig'

Goed voorbereid de wereld in

Gezond opgroeien houdt in dat kinderen zich in een veilige en stimulerende omgeving kunnen ontwikkelen. Gezond opvoeden is kinderen begeleiden in hun ontwikkeling tot zelfstandig en betrokken leden van de samenleving [8]. Met de juiste en liefdevolle begeleiding van ouders en andere opvoeders kunnen zij zich ontwikkelen tot weerbare kinderen. Weerbare kinderen hebben zelfvertrouwen en kunnen goed voor zichzelf opkomen, met respect voor anderen. En weerbare kinderen kunnen ook, al dan niet na een periode van experimenteren, gezonde keuzes maken ten aanzien van de eigen leefstijl. In Helmond heeft 6% van kinderen van 4-11 jaar volgens hun ouders en 5% van de jongeren van 12-18 jaar een lage weerbaarheid. In Helmond worden hiervoor al verschillende initiatieven genomen. Zo zijn enkele scholen het afgelopen jaar beloond met het landelijke vignet Gezonde school op het thema 'Welbevinden & Sociale Veiligheid' en worden onder de vlag van het CJG diverse trainingen en workshops voor jeugdigen verzorgd. Daarnaast wordt op initiatief van het Ondernemingsfonds Helmond voorbereidingen getroffen voor het project Vreedzame wijk.

Beeld voor Helmond

Aspecten van weerbaarheid bij 4-11 jarigen (%) [1]

95% Kan 'nee' zeggen
tegen andere kinderen

93% Zoekt hulp
wanneer nodig

81% Kan met
teleurstellingen
omgaan

92% Kan voor
zichzelf opkomen

86% Heeft zelfvertrouwen



ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Blijf de weerbaarheid van kinderen ondersteunen in een veilige en stimulerende omgeving.

- ✓ De basis voor een goede psychische gezondheid en het maken van gezonde leefstijlkeuzes is een goede weerbaarheid. In Helmond heeft 5 tot 6% van de jeugdigen een lage weerbaarheid. Ondersteun kind én omgeving met kennis over weerbaarheid en mogelijkheden om deze te vergroten. Onder de vlag van het CJG worden diverse trainingen, workshops en praatgroepen aangeboden.
 - ✓ In Helmond spelen kinderen minder vaak buiten dan enkele jaren geleden. Maak samen met jeugdigen, ouders en andere partijen (school, (sport)verenigingen, buurt) plannen voor een veilige buurt met uitdagende sport- en beweegfaciliteiten. Buiten spelen en sporten is goed voor de sociale en fysieke ontwikkeling van de jeugd en ook voor de sociale cohesie in de wijk. Maak hierbij onder meer gebruik van de mogelijkheden van JIBB, Jong Helmond Lekker Gezond/ JOGG en de (openbare) schoolpleinen.
 - ✓ Voorkom gezondheidsschade door alcohol- en drugsgebruik en ga de normalisering van uitgaansdrugs tegen. Betrek hierbij kind en omgeving. Denk aan: ondersteunen ouders (bespreekbaar maken, informatie), informeren jongeren (voorlichting op maat), vergunningverlening (voorwaarden opnemen), samenwerken met de uitgaanssector (voorlichting en veiligheid) en samenwerken met gezondheidsprofessionals (preventie en voorlichting) [9]. Sluit hiervoor aan bij de integrale gemeentelijke werkgroep Alcohol en Jeugd, die in 2016 wordt verbreed naar het thema drugs.
- ✓ Meedoen zorgt voor positieve gezondheid. Faciliteer de mogelijkheden van kinderen of jongeren met een beperking om deel te nemen aan school, werk en recreatie. Bespreek de knelpunten met kind, ouders en omgeving en zoek samen naar mogelijkheden.

KERNBOODSCHAP II

Opvoeden is een taak van zowel ouders, school als samenleving. Gemeenten kunnen bijdragen aan een positief opgroei klimaat en zorgen voor de juiste ondersteuning en toerusting van opvoeders.

'It takes a village to raise a child'

Een positief opvoed- en opgroei klimaat is de basis voor gezond opgroeiende kinderen en hun ouders. Deze basis bestaat uit het eigen gezin, familieleden, burens, vrienden, scholen, peuterspeelzalen, kinderopvang, verenigingen, zelfhulporganisaties en vrijwilligers. Maar ook uit een kind- en gezinsvriendelijke openbare ruimte en goede wettelijke regelingen zoals kinderbijslag en ouderschapsverlof. Opvoeden is dus ook een gemeenschapstaak. Kinderen ontwikkelen zich beter als ze opgenomen zijn in sociale netwerken die groter zijn dan het gezin alleen [10]. In een positief opvoed- en opgroei klimaat werken partijen samen bij het motiveren en inspireren van kinderen in hun ontwikkeling en het omgaan met problemen.

+ zie ook 'samen in de wijk'

+ toelichting interventiepiramide rond gezin, jeugd, opvoeder

Opvoedingsvragen in een digitale wereld

Opvoeden gaat bij de meeste ouders goed, 93% zegt de opvoeding goed aan te kunnen. Het aantal opvoedvragen neemt echter toe; meer ouders lijken zich onzeker te voelen bij het opvoeden. Het aanbod aan adviezen, tips en hulp bij opvoeden heeft de laatste decennia een enorme vlucht genomen, zowel in het formele als informele circuit. Ouders moeten hier hun weg vinden. De taak van de gemeente is ouders zo toe te rusten dat ze daartoe in staat zijn [11]. De site van het [CJG Helmond](#) biedt veel informatie over alle ondersteuningsmogelijkheden en is aangesloten bij de stichting [Opvoeden.nl](#) die betrouwbare, toegankelijke en actuele informatie voor ouders en opvoeders ontwikkelt [12]. De gemeente Helmond heeft ook aandacht voor laaggeletterde ouders of ouders die (nog) niet vertrouwd zijn met digitale media. Onlangs heeft de gemeente het regionale convenant Laaggeletterdheid getekend. Aansluiting bij bestaande initiatieven in de wijk blijft eveneens van belang om ouders met opvoedingsvragen te kunnen bereiken.

Beeld voor Helmond

Ouders van 0-11 jarigen en opvoeden (%) [1]



26%

ouder ervaart veel stress bij het opvoeden



36%

ouder heeft hulp gezocht bij hulverlener (afgelopen jaar)



6%

ouder heeft behoefte aan opvoedingsondersteuning



14%

ouder heeft behoefte ondersteuning weerbaar maken kind

Gezond op school

De meeste jongeren hebben het naar hun zin op school. Basisschoolleerlingen zijn over het algemeen positiever dan leerlingen uit het voortgezet onderwijs. Met het toenemen van de leeftijd groeit de groep jongeren die school niet leuk vindt. In het voortgezet onderwijs voelen meer jongeren de druk om goed te presteren. In Helmond maakt de helft (50%) van de 12 t/m 18 jarigen zich zorgen over de eigen schoolprestaties.

Om op een structurele en samenhangende manier binnen school te werken aan gezondheid en welbevinden van leerlingen is de Gezonde School-aanpak ontwikkeld. Scholen kunnen als Gezonde School gecertificeerd worden. De gemeente Helmond stimuleert scholen om de richtlijnen 'Gezonde school' te volgen voor verschillende deelgebieden. Ook de thema's seksuele diversiteit en weerbaarheid krijgen de nodige aandacht. Begin 2016 waren acht basisscholen beloond met een Vignet Gezonde School; twee scholen hebben zelfs drie themacertificaten [13]. Per 1 augustus 2015 zijn scholen op basis van de wet sociale veiligheid verplicht zorg te dragen voor een veilige school. Zij moeten zorgen voor een actief veiligheidsbeleid, de effecten daarvan monitoren en een coördinator instellen voor het anti-pest beleid. De gemeente Helmond draagt zorg voor afstemming tussen de diverse ondersteuningsorganisaties zodat scholen, aanvullend op hun eigen initiatieven, de gewenste (voorlichtings)activiteiten op maat krijgen.

Nieuwe uitdagingen in de opvoeding

Het leren omgaan met informatie en prikkels van televisie, internet en (sociale) media is een voorwaarde voor het welbevinden van jongeren en van belang om nu en later mee te doen in de maatschappij. Goed kunnen omgaan met digitale media maakt onderdeel uit van de zogeheten 21st Century Skills [14]. Via de media kan de jeugd veel leren en haar netwerk uitbreiden. Voor verlegen kinderen of kinderen met een beperking bieden internet en sociale media extra kansen om mee te kunnen doen. Er zijn echter ook risico's aan mediagebruik, zoals internet- en gameverslaving, cyberpesten, online seksueel grensoverschrijdend gedrag, verminderde schoolprestaties en gezondheidsproblemen. Opvoeders kunnen gezond mediagebruik van kinderen bevorderen, onder meer door mee te kijken, er samen over te praten en afspraken te maken. Dit vraagt echter ook goed voorbeeldgedrag, mediawijsheid en vaardigheden van opvoeders [15].

+ zie ook 'gezond bezig'

+ toelichting 21st century skills

Nieuwe media: van leuke en leerzame vrijetijdsbesteding naar verslaving

Veel jongeren gamen meer dan goed voor hen is en verslaving ligt op de loer. In 2011 gaf 11% van de 12 t/m 18 jarigen in Helmond aan dagelijks online te gamen. Dat was significant hoger dan in de regio (9%). Uit onderzoek blijkt dat 12.000 jongeren in Nederland gameverslaafd zijn. Deze jongeren, vooral jongens, gamen gemiddeld acht uur per dag. Gameverslaving is een snel groeiend probleem. Dit komt mede doordat de spellen en digitale technologie steeds meer in het leven van jongeren verweven raken. Excessief gamen gaat vaak samen met depressieve gevoelens, gevoelens van eenzaamheid, sociale angst en een negatief zelfbeeld. Ook kan het leiden tot onder meer slaapgebrek, verwaarlozing van werk, studie en relaties.

Niet alleen gamers lopen risico. Ook jongeren die dag en nacht in de weer zijn met sociale media zijn kwetsbaar. Eén op de zes jongeren van 12 tot 18 jaar in Nederland zegt verslaafd te zijn aan social media: 22% van de meisjes en 13% van de jongens in 2015. Gemiddeld besteden jongeren 1-3 uur per dag aan social media, maar er is een aanzienlijke groep die hier 5 uur of meer aan besteedt: 14% van de meisjes en 6% van de jongens. Slaapproblemen, concentratieproblemen, verminderde (school-) prestaties en angstige of depressieve gevoelens kunnen hiervan het gevolg zijn. Andere risico's van digitale mediagebruik voor de gezondheid van jongeren zijn: bijziendheid, rugklachten, overprikkeling/agressie, financiële problemen, cyberpesten, ongewenste seksuele toenadering en 'sexting' (het uitwisselen en verspreiden van seksueel getinte teksten of naaktfoto's via digitale media).

[1] [16-22]

Extra aandacht nodig voor kwetsbare gezinnen

Een ongezonde leefstijl en psychische problemen komen vaker voor bij kinderen met een lage sociaaleconomische status [23]. Dit is relatief vaak het geval bij niet-westerse allochtone gezinnen. Laagopgeleide ouders ontvangen betrekkelijk weinig informele steun bij de opvoeding en ouders met een lager inkomen hebben minder mogelijkheden om gebruik te maken van goede voorzieningen voor hun kinderen. Kindermishandeling en verwaarlozing komen relatief vaker voor in gezinnen waarbij de ouders zeer laag zijn opgeleid. Ook kinderen uit gezinnen met een vluchtelingenstatus hebben een verhoogd risico op mishandeling [24]. Jongeren uit éénoudergezinnen waarbij sprake is van een vechtscheiding, hebben een verhoogd risico op emotionele-, en gedragsproblemen. Voor deze specifieke situaties zijn geen pasklare oplossingen. Hulpverleners moeten samen met opvoeders, kind en omgeving op zoek gaan naar kansen om de positieve gezondheid van het gezin te versterken.

Beeld voor Helmond

Risicogroepen jeugd (%) [1][25-27]*



8% van 0 t/m 18 jarigen
Woont in éénoudergezin



3% van 0 t/m 18 jarigen
Heeft laag opgeleide ouders



18% van 0 t/m 19 jarigen
Is niet-westers allochtoon



7% van 0 t/m 17 jarigen
Woont in uitkeringsgezin



0,5% van 0 t/m 17 jarigen
Melding kindermishandeling



2% van 0 t/m 17 jarigen
Nieuwe indicatie in jeugdzorg

*deze risicogroepen vertonen overlap

In Helmond is onlangs in de Binnenstad en Helmond-Oost het NutsOhra-project 'Op eigen kracht naar een gezonde toekomst' van start gegaan. Dit project biedt kansen om samen met partnerorganisaties een methodiek te ontwikkelen om de gezondheid van kansarme gezinnen te verbeteren.

Transitie jeugdzorg

In de afgelopen twintig jaar is het aantal jeugdigen van 0 tot 25 jaar voor wie een beroep is gedaan op de jeugd-GGZ sterk gestegen [24]. Deze groei van hulpvragen wordt deels verklaard door de steeds hogere eisen die de maatschappij stelt aan jeugdigen, door verbeterde diagnostiek en door de angst van professionals om ernstige gevallen te 'missen'. In 2013 heeft 7% van de ouders van 0 t/m 11 jarigen in Helmond voor hun kind hulp gezocht bij GGZ, psycholoog, psychiater of orthopedagoog. Dit percentage is vergelijkbaar met de totale regio Zuidoost-Brabant.

De transitie en transformatie van de jeugdzorg moet ervoor zorgen dat er een verschuiving komt naar preventie. Hierbij staat versterken van de basiszorg rond het kind en het gezin voorop. Helmond investeert hier al enkele jaren in. De opvoedondersteuners zijn het eerste aanspreekpunt dichtbij in de wijken. Zij werken nauw samen met andere partners in het lokale netwerk en schakelen zo nodig passende ondersteuning of hulp in. Hulpvragen komen hierdoor sneller op de juiste plek terecht, gezinnen hoeven niet bij meerdere hulpverleners tegelijkertijd aan te kloppen en processen kunnen beter begeleid worden. Vroegsignalering en collectieve preventie verdienen de komende jaren blijvende aandacht.

+ zie ook 'de kracht van gezondheid'

**ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND**

De gemeente Helmond zorgt voor ondersteuning en toerusting van opvoeders, onder meer door de inzet van opvoedondersteuning en het coördineren en faciliteren van initiatieven zoals Jong Helmond Lekker Gezond.

- ✓ Blijf hierin investeren met extra aandacht voor de aandachtswijken en de risicogroepen.
- ✓ Neem de tijd voor een goede analyse van het probleem bij kind en gezin. Met welke zorg zijn zij echt geholpen? De meest bekende zorg is niet vanzelfsprekend de beste zorg.
- ✓ Kijk vanuit de individuele (zorg)behoeften naar het collectief: wat valt op, welke thema's komen terug, wat kan er anders? Betrek daarbij partijen, zoals kinderopvang, peuterspeelzaalwerk, onderwijs, woonomgeving, politie, bibliotheek, verenigingen of lokale teams. De recent geïntensiveerde aanpak van weerbaarheid/seksueel grensoverschrijdend gedrag en vechtscheidingen in Helmond is daar een voorbeeld van.
- ✓ (V)echtscheiding: Vervolmaak de ketenaanpak, van preventief tot curatief, bestaande uit professionals, vrijwilligers en netwerk, waaronder voorlichting aan ouders, lotgenotencontact voor kinderen en opzet sociale kaart.
- ✓ Faciliteer de overdracht van pedagogische kennis van professionals naar vrijwilligers die betrokken zijn bij activiteiten, ondersteuning en zorg rond kinderen. Dit brengt verbinding tot stand en vergroot de mogelijkheden voor signalering en hulp. Heb aandacht voor vroegsignalering van onder meer pesten, (v) echtscheiding, depressieve- en suïcidegedachten, nieuwe armoede en mishandeling.

- ✓ Eind 2015 waren er acht 'Gezonde Scholen' in Helmond. Stimuleer ook andere basis- en voortgezetonderwijs scholen om Gezonde School te worden. Heb hierbij aandacht voor andere thema's zoals sociale veiligheid, mediawijsheid, gezondheidsvaardigheden en weerbaarheid en versterk de mogelijkheid van scholen om op een efficiënte manier samen te werken met ouders en andere partijen rond het kind. Faciliteer workshops voor docenten om hun vaardigheden op dit gebied te vergroten.
- ✓ Het creëren van een sociaal veilig schoolklimaat is niet alleen noodzakelijk om goed te kunnen leren maar is ook wettelijk verplicht. Stimuleer scholen om via de Gezonde school, deelthema Welbevinden en Sociale Veiligheid, hiermee aan de te slag.
- ✓ Versterk opvoedvaardigheden van ouders via laagdrempelige opvoedondersteuning. Informeer bij ouders - vooral bij ouders behorende tot de risicogroepen - waar zij behoefte aan hebben en in welke vorm zij het liefst ondersteuning krijgen. Denk hierbij niet alleen aan professionele hulp, maar ook aan mogelijkheden vanuit de omgeving van het kind.

INSPIRERENDE VOORBEELDEN



Jong Helmond Lekker Gezond

De stichting Jong Helmond Lekker Gezond is een alliantie van bedrijven en organisaties uit de voedingsindustrie, de zorg, het onderwijs en de sport. Zij zetten zich samen in om het overgewicht bij de Helmondse jeugd te voorkomen en maken gebruik van het landelijke programma JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht). Zo is er een programma voor het basisonderwijs ontwikkeld en worden scholen begeleid bij het behalen van Vignet Gezonde School.



De Vreedzame Wijk – Utrecht

De Vreedzame Wijk is een verbreding van de Vreedzame school. Daarin leren kinderen allerlei burgerschapsvaardigheden. Met deze verbreding wordt een samenhangende, pedagogische aanpak ingevoerd in alle organisaties die in de wijk werken met basisschoolkinderen. In deze aanpak staan zes principes centraal: kinderen krijgen een stem en oefenen in participatie, conflictoplossing als centraal thema, de invloed van leeftijdgenoten, een expliciete sociale en morele norm, sociale verbondenheid en gemeenschapszin en democratisch opvoeden.



Versterken weerbaarheid jeugd Someren

De gemeente Someren onderzoekt samen met de GGD de mogelijkheden om de weerbaarheid van kinderen en hun ouders te versterken. Uitgangspunten hierbij zijn: het kind staat centraal; eigen kracht en zelfredzaamheid van jongeren en hun netwerk; normaliseren in plaats van problematiseren; pedagogisch civil society; sluitende aanpak en samenhang in aanbod van voorzieningen; actief betrekken van de jongeren en hun ouders [28].

MEER KIJKEN?

- ▶ De zoektocht van ouders
Stichting Opvoeden.nl
- ▶ 21st Century Skills Xplained
Don Zuiderman

MEER LEZEN?

- ▶ Jong Helmond Lekker Gezond
JHLG, 2015
- ▶ JIBB
JIBB Helmond, 2015
- ▶ Kennis over jeugd en opvoeding.
Nederlands Jeugdinstituut
- ▶ Maatwerk in gedrag en sociaal-emotioneel leren
Kees van Overveld
- ▶ Onsonderwijs2032.nl
Platform Onderwijs 2032, 2015
- ▶ Handreiking Gezonde School
Loket gezond leven, 2015
- ▶ Innovatie en kenniscentrum voor de Jeugdgezondheidszorg
Nederlands Centrum Jeugdgezondheid
- ▶ Beweeg. Dat is goed voor je brein
J/M, interview met professor Erik Scherder, 2015
- ▶ Samen werken aan sociale veiligheid op school
Stichting School en Veiligheid, 2015

GEZOND BEZIG

De leefstijl wordt primair beschouwd als de verantwoordelijkheid van mensen zelf. Daarom is het van belang dat mensen beschikken over de kennis en vaardigheden om goed overwogen keuzes te maken. Gezond bezig zijn betekent niet alleen een gezonde leefstijl. Ook het meedoen aan het maatschappelijk leven levert een positieve bijdrage aan de ervaren gezondheid. De gemeente Helmond zet zich in voor gezonde burgers die actief in de samenleving kunnen meedoen.

KERNBOODSCHAP 1

In Helmond is nog steeds gezondheidswinst te behalen door een gezondere leefstijl.

Ongezond gedrag neemt niet toe in Helmond

Leefstijl is een samenspel van gedrag en omgevingsinvloeden. De leefstijl van mensen draagt in belangrijke mate bij aan de (on)gezondheid van mensen. Tegelijkertijd maakt een goede gezondheid van lichaam én geest het makkelijker om gezond te leven. In Helmond zien we dat de trend in leefstijlaspecten veelal gunstig of stabiel is [1]. Ongezond gedrag neemt niet toe. Toch is er ook in Helmond nog veel gezondheidswinst te behalen.

Meeste gezondheidswinst te behalen bij lagere sociaaleconomische groepen

In Helmond bestaan grote verschillen in gezondheid tussen hoog- en laagopgeleiden. Naast lager opgeleiden en mensen met een laag inkomen komen gezondheidsachterstanden ook bij niet-westerse allochtonen vaker voor. In Helmond scoren de gezondheid en bepaalde leefstijlfactoren in de achterstandswijken Binnenstad, Helmond-West, -Noord en -Oost ongunstiger dan in de rest van de stad [1].

Helmond zeer actief in preventie gezondheidsachterstanden

Sociaaleconomische verschillen zijn al op jonge leeftijd zichtbaar. Bij kinderen en jongeren in Zuidoost-Brabant van wie de ouders laag opgeleid zijn of een laag inkomen hebben, bestaat al een aanzienlijke gezondheidsachterstand: zij hebben een relatief slechte gezondheidsbeleving en meer kans op overgewicht en obesitas. Ook komen in deze groepen meer taal-, spraak-, en leerproblemen (0-11 jaar) en meer ziekteverzuim (12-18 jaar) voor [1].

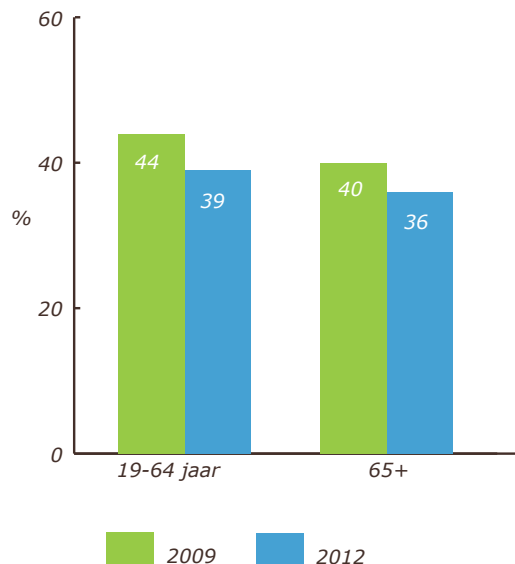
Met een preventieve aanpak via onder meer Jong Helmond Lekker Gezond ([JHLG](#)), JOGG,

JIBB en het Nuts-Ohra project 'Op eigen kracht naar een gezonde toekomst' zet de gemeente Helmond actief in op de gezondheidsbevordering van de inwoners in de vier aandachtswijken. Het NutsOhra-project is gericht op het verbeteren van de gezondheid van kansarme gezinnen in enkele buurten in de Binnenstad en Helmond-Oost. Dat gebeurt door de doelgroep actief te betrekken en verbindingen te leggen tussen inwoners, onderwijs, gezondheidszorg, eerstelijnszorg en welzijn. Ook vanuit andere beleidsterreinen krijgt gezondheid bij laagopgeleiden aandacht; gezondheid is opgenomen als thema binnen de nota Minimabeleid. En vanuit arbeid en economie heeft laaggeletterdheid en gezondheid aandacht.

+ zie ook 'gezondheid werkt'

Beeld voor Helmond

Trend in onvoldoende lichaamsbeweging naar leeftijd in Helmond (%) [1]



Tendens in beweeggedrag Helmond gunstig

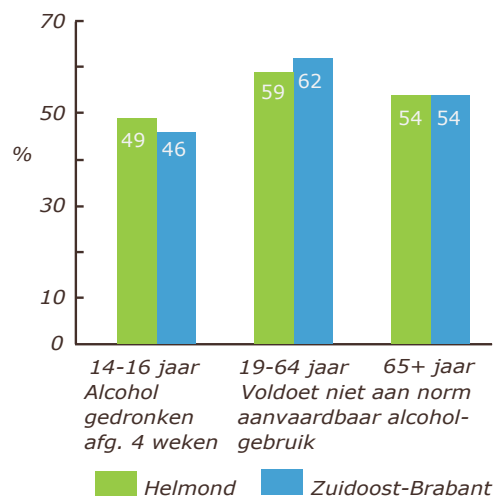
- Het digitale leven zorgt ervoor dat veel mensen langdurig zitten.
- Lichaamsbeweging is niet alleen van belang bij het tegengaan van hart- en vaatziekten en overgewicht. Het draagt bij aan de algehele psychische, sociale en lichamelijke gezondheid.
- In Helmond heeft 39% van de volwassenen t/m 64 jaar onvoldoende beweging. Bij ouderen van 65 jaar en ouder is deze groep met 36% iets kleiner. Daarmee is de groep ouderen in Helmond die onvoldoende beweegt wel groter dan gemiddeld in de regio [1].

- Het aandeel Helmonders dat onvoldoende beweegt, is tussen 2009 en 2012 afgenomen. Deze afname is echter (nog) niet significant.
- Het aandeel mensen met obesitas varieert sterk, tussen 8% in Stiphout en 18% in de Binnenstad.

+ zie ook 'een gezonde basis voor de jeugd'

Beeld voor Helmond

Recent alcoholgebruik bij jeugd en niet aanvaardbaar alcoholgebruik bij volwassenen en ouderen in Helmond en Zuidoost-Brabant (%) [1] [2]



Ondanks wettelijke maatregelen drinkt de helft van de 14-16 jarigen in Helmond

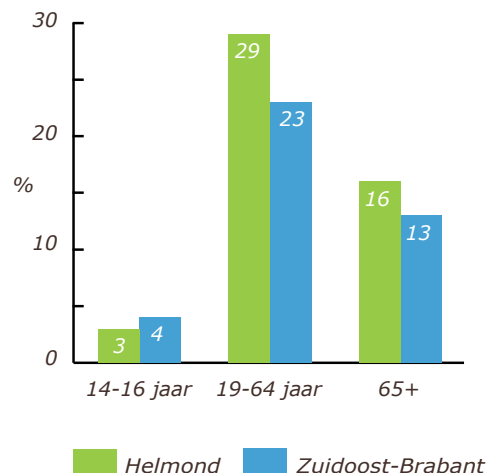
- Dankzij voorlichting, regelgeving en handhaving is het alcoholgebruik onder jongeren de afgelopen jaren gedaald.
- Desondanks heeft in 2014-2015 circa 49% van de Helmondse jongeren in de leeftijd van 14-16 jaar de afgelopen 4 weken alcohol gedronken [2].
- Minder volwassenen en ouderen in Helmond drinken alcohol dan in de regio. Dit hangt samen met een lager alcoholgebruik onder allochtonen. Meer dan de helft voldoet niet aan de norm aanvaardbaar alcoholgebruik.
- Bij de volwassenen is er sprake van een niet significante daling van binge- en probleemdrinkers.
- Bij de ouderen is het alcoholgebruik ongeveer gelijk gebleven.
- In 2014 zijn 123 Helmonders in de verslavingszorg behandeld vanwege alcoholproblematiek [3].

+ zie ook 'een gezonde basis voor de jeugd'

Beeld voor Helmond

Roken naar leeftijd in Helmond en Zuidoost-Brabant (%)

[1] [2]

**In Helmond meer rokers dan in de regio**

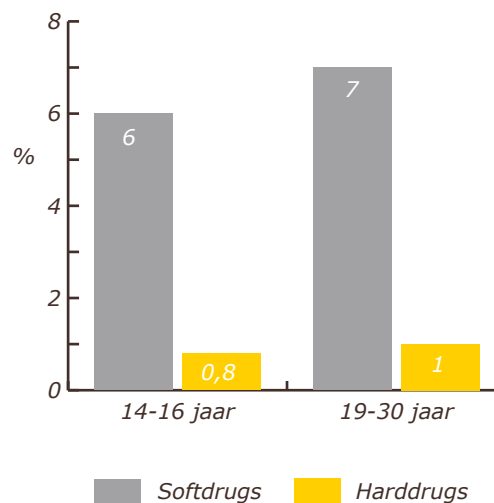
- Roken blijft de belangrijkste oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland.
- Van de 14-16 jarigen in Helmond heeft 26% wel eens gerookt, 3% rookt dagelijks [2].
- In Helmond rookt 29% van de volwassenen en 16% van de ouderen. Dit is hoger dan in de regio [1].
- In de Binnenstad (36%) en Noord (30%) is het aandeel rokers het hoogste.
- Het percentage rokers bij de volwassenen en ouderen in Helmond is de afgelopen jaren ongeveer gelijk gebleven.

- De e-sigaret neemt landelijk nog steeds in populariteit toe. In 2014 is het gebruik gestegen naar 4% van de Nederlanders [4].
- Naar verwachting zal het aandeel rokers in Zuidoost-Brabant tot 2030 nog licht dalen [5].

+ zie ook 'een gezonde basis voor de jeugd'

Beeld voor Helmond

Softdrugs- en harddrugsgebruik in de afgelopen 4 weken bij jongeren en jongvolwassenen (%) [1] [2]

**Ontwikkelingen in drugsgebruik
zorgwekkend**

- Het gebruik van drugs concentreert zich vooral bij jongeren en jongvolwassenen in Helmond.
- Van de Helmonders in de leeftijd van 19 t/m 30 jaar heeft 7% recent softdrugs gebruikt en 1% harddrugs [1].
- Novadic-Kentron signaleert momenteel een toename van vooral het XTC gebruik in Zuidoost-Brabant.
- De verkrijgbaarheid van XTC lijkt eenvoudiger dan voorheen en een deel van de jongeren gebruikt deze drug als vervanger van alcohol (langer plezier voor minder geld).

Novadic – Kentron: XTC-gebruik wordt steeds 'normaler'

Het aantal XTC-gebruikers in Zuidoost-Brabant neemt volgens Novadic-Kentron toe. Ook het frequent gebruik kent een stijgende lijn. Door vanaf jonge leeftijd frequent te gebruiken, treden functionele beperkingen en gedragsproblemen meer, eerder en langer op. De bekendheid met de gezondheidsrisico's van deze drug is bij gebruikers klein.

Door veranderingen in de drugsmarkt, zoals zeer hoog gedoseerde XTC, vervuilingen en de opkomst van Nieuwe Psychoactieve Stoffen (NPS), constateert Novadic-Kentron bovendien een toename van het aantal en de ernst van drugsgerelateerde incidenten.

Novadic-Kentron pleit voor continuïteit in de preventie. De gemeente Helmond kan hiertoe een bijdrage leveren door onder meer het vergroten van de deskundigheid over verslavingspreventie in sociale wijkteams. Ook is het aanscherpen van het vergunningenbeleid voor dance-gerelateerde evenementen van belang en blijft aandacht voor alcohol- en drugspreventie in het onderwijs noodzakelijk. [6]

Gehoorschade: een probleem bij jong en oud

De toename van gehoorstoornissen is een nieuw thema dat om aandacht vraagt. Bij jongeren is gehoorschade een groot en onomkeerbaar probleem: in Nederland heeft circa 1 op de 4 jongeren tussen 12 en 25 jaar onomkeerbare schade aan het gehoor opgelopen. Dit gebeurt meestal door harde muziek beluisteren via koptelefoontjes of in uitgaansgelegenheden. Gehoorschade bij jongeren is niet te genezen, wel (relatief eenvoudig) te voorkomen. Naast de gehoorschade bij de jeugd zal door de vergrijzing ook het aandeel mensen met ouderdomsslechthorendheid de komende jaren toenemen in Helmond. In totaal stijgt het aantal inwoners in Helmond met een gehoorstoornis van ±4.210 in 2015 naar ±5.560 inwoners in 2030. Beperkingen of andere (permanente) klachten in het horen kunnen bij jong en oud leiden tot een (ernstig) verminderde kwaliteit van leven en een beperking in deelname aan onderwijs, werk en sociale activiteiten. [7][8]

Meer dan 1 op de 10 inwoners van Zuidoost-Brabant wil minder stress

Het terugdringen van stress is door het panel in het GGD onderzoek bestaande uit bewoners van Zuidoost-Brabant, de meest genoemde verbeterwens voor hun gezondheid. Stress is een gezonde, natuurlijke reactie van het lichaam in spannende situaties. Echter als stress te veel is, te lang aanhoudt of er onvoldoende ruimte is voor ontspanning, heeft dit negatieve invloed op de gezondheid. De gevolgen zijn onder meer slapeloosheid, burn-out, overbelasting en verminderde werking van het immuunsysteem.

Stressgerelateerde klachten zijn een toenemende oorzaak van ziekteverzuim op de arbeidsmarkt. In 2014 had in Nederland 33% van het langdurige verzuim te maken met stress. Stressklachten zijn de belangrijkste verzuimoorzaak onder werknemers van 25 jaar en jonger, die net de arbeidsmarkt betreden. De flexibilisering van de arbeidsmarkt speelt daarbij een grote rol. Bij (iets) oudere werknemers vormt de toenemende zorgdruk bij jonge ouders en mantelzorgers in combinatie met werk tot meer stressgerelateerd ziekteverzuim. [9][10]

+ zie ook 'een gezonde basis voor de jeugd'

+ prognoseprofiel gehoorstoornissen

+ zie ook 'de kracht van gezondheid'

Gezondheidsvaardigheden voorwaarde voor zelfmanagement

Mensen zijn doorgaans zelf verantwoordelijk voor hun leefstijl. Om bewust keuzes te kunnen maken, zijn zowel kennis als gezondheidsvaardigheden een voorwaarde. Echter bijna één op de drie mensen heeft onvoldoende gezondheidsvaardigheden of is laaggeletterd. Zij zijn niet in staat om zelfstandig informatie over gezondheid en zorg te verzamelen, te begrijpen en toe te passen. Dit maakt het voor hen moeilijk om overwogen keuzes te maken en (gezondheids)instructies op een juiste manier uit te voeren.

Verleiden tot een gezondere leefstijl met sociale marketing

Naast individuele kennis en vaardigheden zijn er ook andere manieren waarmee gezonde keuzes gestimuleerd kunnen worden. Deze aangrijpingspunten worden onder meer toegepast in sociale marketing. Met sociale marketing kunnen mensen verleid worden met voor hén aantrekkelijke vooruitzichten. Het 'verkopen' van gezondheid met een goed gevoel staat centraal. Daarbij wordt gebruik gemaakt van elementen van sociale wetenschappen en commerciële marketing [11].

Sociale marketing: 8 tips voor succes [11]

1. Wees oprecht nieuwsgierig

Ga met open ogen en oren in gesprek met de doelgroep over hun motieven, zonder te oordelen.

2. Gebruik humor

Maak het leuk! Met humor blijft de boodschap vaak beter hangen.

3. Zet rolmodellen in

Op wie vertrouwt de doelgroep? Wie zijn hun idolen? Betrek hen.

4. Houd het simpel

Houd de boodschap simpel en focus op haalbaar gedrag.

5. Visualiseer

Maak volop gebruik van beelden. Zorg dat het beeld naadloos aansluit bij de boodschap.

6. Zoek partners

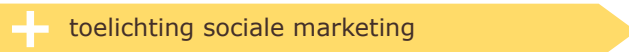
Er zijn tal van partijen die met de doelgroep in contact staan. Betrek ze bij de aanpak!

7. Bouw aan een langdurige relatie

Neem de tijd om vertrouwen te winnen. Mensen nemen niet zomaar iets aan van een 'vreemde'.

8. Herhaal

Creëer meerdere contactmomenten met de doelgroep. Een boodschap krijgt meer kracht als je hem vaker hoort.

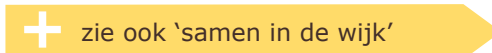
 toelichting sociale marketing

Sociale norm belangrijk factor bij individuele keuze

Sociale marketing speelt in op wat mensen in hun dagelijks leven werkelijk motiveert en raakt. De sociale norm in de omgeving speelt daarbij een grote rol. De sociale norm stimuleert de keuze voor een bepaald gedrag ('Al mijn vrienden drinken elk weekend'). Maar kan ook juist belemmerend werken in het maken van een 'andere' keuze ('Als ik niet drink, hoor ik er niet bij'). De sociale norm in groepen komt voort uit een dialoog over elkaars normen en standpunten en laat zich niet voorschrijven ('Staan wij als ouders achter de wettelijke maatregelen tegen het alcoholgebruik bij onze kinderen?'). Van belang is dat mensen in gesprek gaan over wat 'we' normaal vinden en elkaar durven aan te spreken op gedrag dat daar niet bij past.

De omgeving kan de gezonde keuze vanzelfsprekend maken

Naast de sociale omgeving heeft ook de inrichting van de fysieke en digitale omgeving invloed op ons handelen. Dit biedt kansen! De fysieke omgeving kan mensen (onbewust) een duwtje in de goede richting geven door de gezonde keuze de meest vanzelfsprekende keuze te laten zijn. Dit wordt nudging genoemd. Een nudge is vaak relatief eenvoudig te realiseren. Denk aan het plaatsen van voetstappen op de vloer van openbare gebouwen richting de trap of het inzaaien van een (tijdelijk) braakliggend terrein met gras.

 zie ook 'samen in de wijk'

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Pas de elementen uit de sociale marketing toe om mensen bewust en onbewust gezonde keuzes te laten maken.

- ✓ Leg leefstijlactiviteiten en interventies in de gemeente Helmond langs de 'lat' van de sociale marketing tips om te komen tot een effectieve aanpak. Cruciaal is om te achterhalen wat de doelgroep in hun dagelijks leven werkelijk motiveert, wat hen raakt en sluit daarbij aan. Sociale marketing helpt om gezond gedrag aantrekkelijker te maken. In Helmond heeft dit momenteel aandacht binnen Jong Helmond Lekker Gezond en JIBB, waarbij gebruik wordt gemaakt van de JOGG-methodiek.
- ✓ Continueer de inzet op de leefstijlthema's bewegen, alcohol en roken. De gemeente Helmond heeft hiervoor al diverse stappen gezet in samenwerking met JHLG/JOGG, JIBB en de werkgroep alcohol en jeugd. Maar op deze terreinen is nog steeds veel gezondheidswinst te behalen. Ook in de nieuwe landelijke nota gezondheidsbeleid worden deze thema's als speerpunten gehandhaafd. Daarnaast is ook extra aandacht ten aanzien van druggebruik en het nieuwe thema gehoorschade sterk aan te bevelen.
- ✓ Moedig het gesprek over de sociale norm aan onder de inwoners. Maak waar mogelijk gebruik van rolmodellen als lokale sporthelden of wethouders door hen mee te laten doen aan campagnes zoals '40 dagen geen alcohol' of 'Stoptober'. Ondersteun de initiatieven op dit vlak die vanuit de inwoners zelf komen.
- ✓ Stimuleer jong tot oud gebruik te maken van mogelijkheden om beter om te kunnen gaan met stress als gevolg van school, arbeid, werkloosheid, armoede en andere ingrijpende gebeurtenissen. Lichaamsbeweging in de buitenlucht is daar een voorbeeld van. Promoot daarbij ook de ondersteuningsmogelijkheden voor vrijwilligers en mantelzorgers om overbelasting en stress te voorkomen.
- ✓ Richt de omgeving gezond in; maak de gezonde keuze vanzelfsprekend. Dit kan al door heel eenvoudige aanpassingen in de omgeving. Zo kan bestaand straatmeubilair gebruikt worden om bewegen te stimuleren. Voorbeeld hiervan zijn de initiatieven in het kader van 'Helmond-Noord in beweging'.
- ✓ Ondersteun mensen bij het vergroten van hun gezondheidsvaardigheden. School professionals en vrijwilligers om mensen met weinig gezondheidsvaardigheden te herkennen en maak gebruik van beschikbare tools om de communicatie met hen te verbeteren. Sluit daarbij aan bij de regionale initiatieven om laaggeletterdheid aan te pakken.

KERNBOODSCHAP II

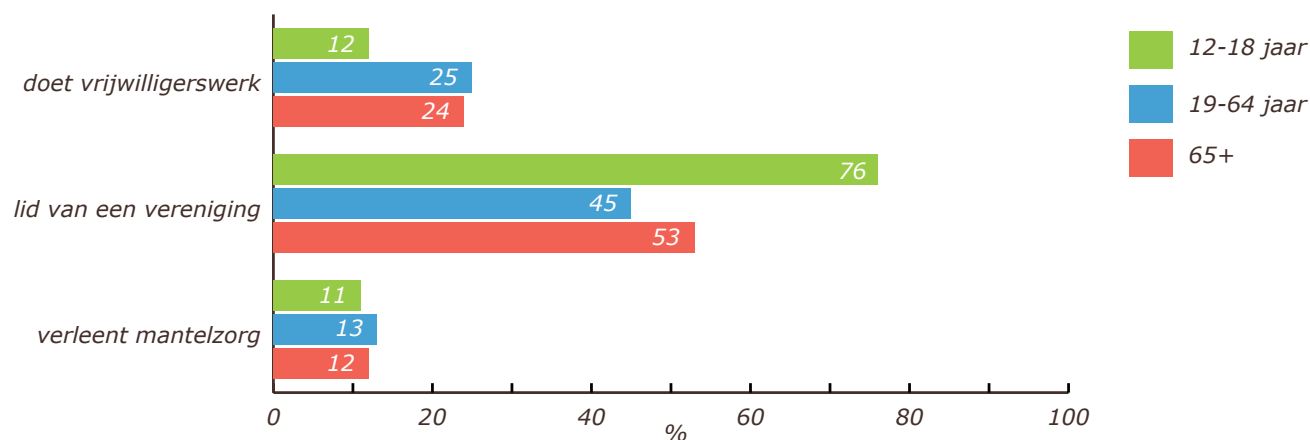
Gezondheid vergroot de mogelijkheid van mensen om mee te kunnen doen in de samenleving. Omgekeerd is maatschappelijk actief zijn gezond.

Participatie in Helmond varieert per leeftijdsgroep en opleidingsniveau

Naast onderwijs en betaald werk zijn vrijwilligerswerk, deelname aan het verenigingsleven en het geven van mantelzorg de belangrijkste vormen van participatie. De manier waarop mensen maatschappelijk actief zijn, verschilt in Helmond per levensfase en per soort participatie [1]. Jongeren zijn aanzienlijk vaker lid van een vereniging dan volwassenen en ouderen. Vrijwilligerswerk wordt naar verhouding juist meer door volwassenen en ouderen verricht. In het algemeen participeren hoger opgeleiden meer in maatschappelijke activiteiten dan lager opgeleiden.

Beeld voor Helmond

Vrijwilligerswerk, lidmaatschap verenigingen en verlenen mantelzorg naar leeftijd (%) [1]



Helmonders minder lid van verenigingen dan regionaal

Het deelnemen aan een vereniging of club is in Helmond de meest populaire vorm van participatie. Wel zien we dat Helmonders minder vaak lid zijn van een vereniging dan gemiddeld in Zuidoost-Brabant. Vanaf 4 jaar is ongeveer acht op de tien jeugdigen lid van één of meer verenigingen of clubs. Daarvan is circa zes op de tien (ook) lid van een sportvereniging. Bij kinderen tot en met 11 jaar is het lid zijn van een vereniging de afgelopen jaren sterk toegenomen van 72% in 2008 naar 81% in 2013. Bij de volwassenen lijkt er sprake te zijn van een iets dalende tendens. Van alle volwassenen in Helmond is 45% lid van één of meer verenigingen. Bij de ouderen vanaf 65 jaar heeft 53% een verenigingslidmaatschap [1].

Aantal vrijwilligers neemt toe

In toenemende mate leveren Helmonders een vrijwillige bijdrage aan de samenleving. In 2012 verrichte volgens de GGD één op de vier volwassenen en ouderen in Helmond vrijwilligerswerk. In 2013 was dit volgens de gemeente Helmond al 32% [12].

Het meeste vrijwilligerswerk wordt gedaan in het welzijnswerk of in de sportsector. Belangrijk aandachtspunt is de extra belasting die mensen bij vrijwilligerswerk kunnen ervaren, veelal in combinatie met een betaalde baan of de zorg voor gezinsleden. Voor 27% van de volwassen Helmonders is een gebrek aan tijd de belangrijkste drempel om vrijwilligerswerk te doen. Daarnaast geeft 16% aan de eigen tijd liever aan andere zaken te besteden [1].

Participatie en gezondheid versterken elkaar

Bij veel mensen zorgt vrijwilligerswerk voor zingeving en persoonlijke voldoening. Uit regionale analyses van de GGD blijkt bovendien dat mensen die vrijwilligerswerk verrichten, vaker positief zijn over hun ervaren gezondheid en zich vaker psychisch gezond voelen. Ook zijn zij minder vaak eenzaam. Dit geldt ook voor mensen die lid zijn van een vereniging. Deze samenhang tussen gezondheid en participatie werkt waarschijnlijk tweeledig. Enerzijds is het voor gezonde mensen eenvoudiger om deel te nemen aan sociale activiteiten. Anderzijds levert de deelname een positieve bijdrage aan de ervaren gezondheid en het welbevinden.

+ zie ook 'de kracht van gezondheid'

Extra aandacht voor mogelijkheden participatie kwetsbare burgers

Vanuit het oogpunt van gezondheid is het dus van belang dat mensen kunnen deelnemen aan vrijwilligerswerk en recreatieve activiteiten. Juist ook de kwetsbare burgers met lichamelijke en geestelijke beperkingen. Dit vraagt om extra aandacht voor het toegankelijk maken en begeleiden van sociale activiteiten in de gemeente voor burgers die beperkt zijn in hun mogelijkheden om te participeren.

Maar participatie kan ook kwetsbaar maken

Participatie kan echter ook een ongunstig effect hebben op gezondheid. Bijvoorbeeld het geven van intensieve mantelzorg of overbelasting van vrijwilligers kan de gezondheid negatief beïnvloeden. (Over)belasting kan bovendien een belemmering vormen voor de deelname aan andere sociale activiteiten.

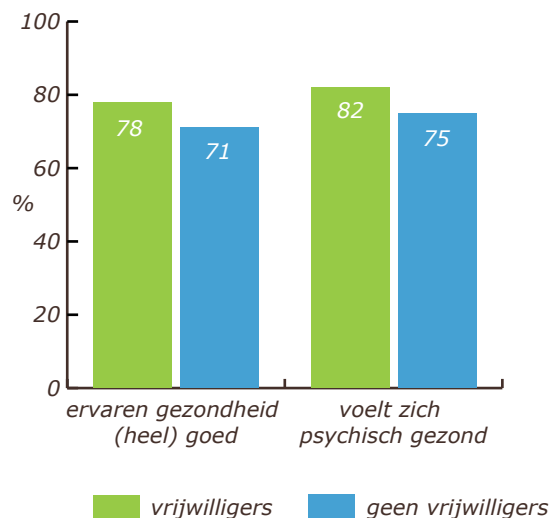
+ zie ook mantelzorg in 'langer thuis'

Cultuur en gezondheid nader tot elkaar

Het uitoefenen en bezoeken van kunst of cultuur draagt voor veel mensen positief bij aan hun welbevinden en ervaren gezondheid. Het zorgt voor ontspanning, talentontwikkeling en sociale interactie tussen mensen. Daarmee kan cultuur een bijdrage leveren aan de levenskwaliteit van mensen. Kunstzinnige activiteiten worden ook steeds vaker onderdeel van de zorg in ziekenhuizen of in de ouderenzorg. Er zijn aanwijzingen dat deze activiteiten bijdragen aan welzijn, herstel en genezing van mensen. Omgekeerd legt de cultuursector ook steeds meer de verbinding met gezondheid, door onder meer speciaal aanbod te creëren voor mensen met een beperking. Een mooi voorbeeld hiervan in Helmond zijn de activiteiten binnen de Culturele Huiskamer bij Kunstkwartier. [13][14]

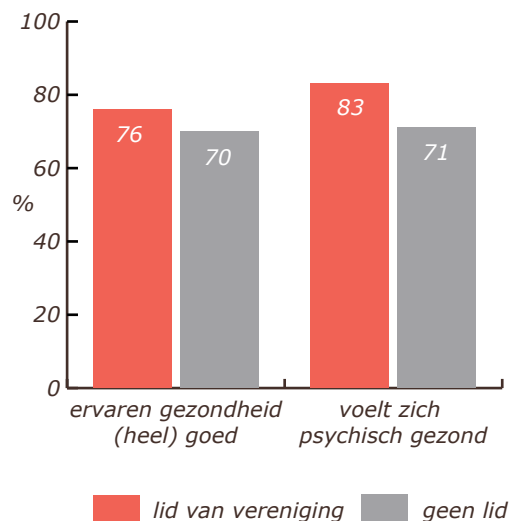
Beeld voor Helmond

Ervaren gezondheid en zich psychisch gezond voelen naar participatie in vrijwilligerswerk (%) [1]



Beeld voor Helmond

Ervaren gezondheid en zich psychisch gezond voelen naar participatie in vereniging(en) (%) [1]



ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Stimuleer het kunnen meedoen naar eigen wens en vermogen in het vrijwilligerswerk en sociaal – culturele activiteiten.

- ✓ Stimuleer het verenigingsleven in Helmond in de volle breedte (kunst, cultuur en sport). Investeer in het toegankelijk maken en houden van verenigingen voor mensen die beperkt zijn in hun mogelijkheden om te participeren. Het vergroten van de deskundigheid bij verenigingen om specifieke doelgroepen te kunnen begeleiden is daarbij van belang. Sluit aan bij de behoeften van de doelgroep en maak gebruik van de kennis die aanwezig is bij zorg- en hulpverleners. In Helmond zijn hiervoor al mooie voorbeelden te vinden zoals bij Kunstkwartier.
- ✓ Waardeer de vrijwillige inzet van de inwoners van Helmond: stimuleer een gelijkwaardige samenwerking tussen vrijwilligers en professionals. In de gemeente krijgt dit steeds meer vorm door samenwerking tussen de wijkraden en de (professionele) signaleringsteams. Daarnaast heeft de GGD Brabant-Zuidoost twee inwoners benoemd tot gezondheidsambassadeur.
- ✓ Vrijwilligerswerk kan niet voor niets. Goed draaiend vrijwilligerswerk vraagt om randvoorwaarden. Blijf investeren in faciliteiten, scholing en begeleiding van vrijwilligers, via bijvoorbeeld de vrijwilligersacademie. Dit geldt in het bijzonder voor mensen met een beperking. Blijf alert op een realistische afstemming tussen de steeds hoger wordende eisen die aan vrijwilligerswerk gesteld worden en de mogelijkheden van de beschikbare vrijwilligers.
- ✓ Ga uit van de intrinsieke motivatie van vrijwilligers. Vrijwilligerswerk dat aansluit bij de persoonlijke drijfveren van mensen, zorgt voor meer voldoening en draagt bij aan het ervaren welzijn.
- ✓ Hanteer laagdrempelige voorwaarden bij de ondersteuning van initiatieven van burgers; deze kunnen vrijwilligerswerk stimuleren.

INSPIRERENDE VOORBEELDEN



Sociale marketing: begin met een gesprek met de doelgroep

De gemeente Utrecht is met ouders in gesprek gegaan over hun opvattingen over alcoholgebruik bij de jeugd. Deze gesprekken leverden aangrijpingspunten op voor het beter bereiken van de ouders met alcoholpreventie in de wijk.



Design 4 the fittest

Project waarin jongeren in een co-creatie met een professionele ontwerpers originele voorwerpen en toepassingen ontwerpen, die een actieve leefstijl stimuleren.



Fitte Vogels in Tilburg

Veel bewoners van de Vogeltjesbuurt waren te zwaar, hadden gezondheidsklachten en zaten niet lekker (genoeg) in hun vel. Ze zijn samen aan de slag gegaan: 100 dagen lang (in 5 teams van 10-15 personen) sporten, koken, gezond eten en afvallen natuurlijk. Bij de start een check bij de fysiotherapeut en de huisarts, waarop de sportcoaches en diëtist het fitprogramma samenstelden. Het doel is dat na 100 dagen het niet afgelopen is, maar het begin moet zijn van een nieuwe manier van leven.

MEER KIJKEN?

- ▶ [Guy Stripping](#), women go wild Contrex, 2012
- ▶ [Het leven van Lisa](#) Stichting Lezen en Schrijven, 2011
- ▶ [Gezondheidsvaardigheden](#) NIGZ, 2012
- ▶ [Toolkit gemeenten algemeen Naar18jaar.nl](#) Trimbos-Instituut, 2015
- ▶ [Wat je als ouders moet weten over XTC](#) Trimbos-Instituut, 2015
- ▶ [Laat je doelgroep luisteren](#) Iwords, 2013

MEER LEZEN?

Leefstijl

- ▶ [Jong Helmond Lekker Gezond](#) JHLG, 2015
- ▶ [Sport in Helmond](#) Sportservicepunt Helmond, 2015
- ▶ [JIBB](#) JIBB Helmond, 2015
- ▶ [Handreiking gezonde gemeente](#) RIVM, 2015

- ▶ [Sporten en bewegen](#) in het sociaal domein NISB, 2015
- ▶ [Netwerk in beweging](#) NISB, 2015
- ▶ [www.oorcheck.nl](#) Nationale Hoorstichting, 2015
- ▶ [KWIEK Beweegroute](#). Catalogus 2015 KWIEK, 2015

Sociale marketing

- ▶ [Sociale marketing](#): verleiden tot gezonder leven! RIVM, 2013
- ▶ [Sociale marketing](#) JOGG, 2013

Gezondheidsvaardigheden

- ▶ [Factsheet Gezondheidsvaardigheden](#) Pharos, 2015
- ▶ [Laaggeletterden](#). Overzicht van interventies voor mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden Vilans, 2012

Participatie

- ▶ [Vrijwilligersacademie](#) LEV Groep, 2016

+ zie ook 'gezondheidsprofiel'

+ zie ook 'prognoseprofiel'

GEZONDHEID WERKT

Arbeid of werk is voor de volwassen bevolking het middel bij uitstek voor deelname aan de samenleving. Een goede gezondheid vergroot de kans op het vinden en houden van werk. Werk levert een positieve bijdrage aan de ervaren gezondheid en het welzijn. Door het opschuiven van de pensioenleeftijd wordt het een uitdaging om mensen zo lang en zo goed mogelijk inzetbaar te laten zijn. Duurzame inzetbaarheid begint met het behalen van een startkwalificatie. Bij jongeren die regelmatig verzuimen is alertheid geboden. Begeleiding en ondersteuning naar een passende opleiding is bij hen noodzakelijk voor het maken van een start op de arbeidsmarkt en een gezonde toekomst.

KERNBODSCHAP I

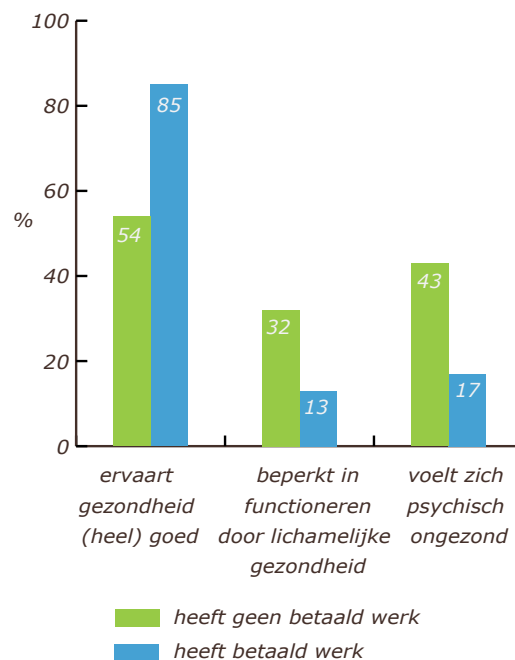
Een goede gezondheid vergroot de kans dat mensen kunnen (blijven) werken. Bovendien kan werk een positief effect hebben op de gezondheid. Investeren in duurzame inzetbaarheid van burgers loont.

Gezond aan het werk in Helmond?!

Mensen met een goede gezondheid hebben vaker een betaalde baan. Tegelijkertijd ervaart 85% van de inwoners in Helmond met een betaalde baan de eigen gezondheid als goed. Dit betekent niet dat mensen die werken geen aandoeningen hebben of beperkingen ervaren. Veel mensen met een (chronische) ziekte of beperking doen gewoon mee op de arbeidsmarkt. Zo is circa één op de acht werkende volwassenen in Helmond lichamelijk beperkt in hun functioneren en één op de zes voelt zich psychisch ongezond.

Beeld voor Helmond

Gezondheid uitgesplitst naar arbeidsdeelname bij 19-64 jarigen (%) [1]



Werk draagt bij aan het welbevinden...

Werk kan een positief effect hebben op de gezondheid. Het hebben van werk draagt bij aan het welbevinden en zingeving van mensen, geeft sociale contacten en biedt mogelijkheden tot persoonlijke ontwikkeling. Arbeid stimuleert vooral de psychische gezondheid en heeft zelfs een beschermend effect tegen depressie. Er is daarentegen geen duidelijk bewijs voor een positief effect van werk op de lichamelijke gezondheid [2].

+ zie ook 'de kracht van gezondheid'

... maar niet al het werk is gezond

Soms brengt werk ook gezondheidsrisico's met zich mee. Er zijn arbeidsomstandigheden die juist slecht zijn voor de gezondheid, zoals blootstelling aan gevaarlijke stoffen en lawaai. Ook psychosociale werkbelasting zoals hoge werkdruk en emotionele belasting heeft een negatief effect op de gezondheid. Daarnaast blijkt langdurig beeldschermwerk en veel zittend werk steeds vaker een risico voor de gezondheid.

Psychosociale arbeidsbelasting meest voorkomende beroepsziekte

Uit landelijke cijfers van het RIVM blijkt dat klachten in het bewegingsapparaat en psychische aandoeningen de belangrijkste oorzaken van arbeidsongeschiktheid zijn. Bij jongeren is de belangrijkste oorzaak een ontwikkelingsstoornis zoals een verstandelijke handicap of een autistische stoornis.

Een derde van het ziekteverzuim in Nederland wordt veroorzaakt door werk gerelateerde psychische klachten. Daarmee is zogenoemde psychosociale arbeidsbelasting (PSA) de meest voorkomende beroepsziekte in ons land. [3] [4]



zie ook 'gezond bezig'

Investeren in duurzame inzetbaarheid loont

Mensen zullen steeds langer doorwerken en de gemiddelde leeftijd op de werkvloer stijgt. De toekomstige generatie werkers zal minder vaak een lichamelijke beperking, maar wel vaker een chronische ziekte hebben. Werk dat past bij de gezondheid, competenties en motivatie vergroot de duurzame inzetbaarheid van mensen. Uitgangspunt bij duurzame inzetbaarheid is wat iemand wél kan doen en niet wat zijn beperkingen zijn. Dat geldt in het bijzonder voor groepen in de samenleving met een afstand tot de arbeidsmarkt. Deze kwetsbare burgers hebben ondersteuning nodig om aan (betaald) werk te komen en (langdurige) begeleiding om duurzaam inzetbaar te blijven. Dit vraagt om maatwerk waarbij steeds zorgvuldig moet worden afgewogen of professionele begeleiding vervangen kan worden door inzet van vrijwilligers.



toelichting maatwerk voor werkzoekenden met een beperking

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Betrek bedrijven bij het bevorderen van de gezondheid van burgers en het toe leiden van kwetsbare burgers naar de arbeidsmarkt.

- ✓ Versterk de publiek-private samenwerking door gebruik te maken van de reeds bestaande netwerken van ander gemeentelijke beleid, zoals JIBB en Jong Helmond Lekker Gezond. Bedrijven, organisaties, werknemers en de gemeente hebben een wederzijds belang om te investeren in duurzaam gezonde en fitte medewerkers. Gezonde en fitte medewerkers hebben een hogere arbeidsproductiviteit en een lager ziekteverzuim, wat cruciaal is voor werkgevers. De gemeente heeft belang bij burgers die als (toekomstig) werknemer gezond aan de slag (kunnen) blijven.
- ✓ Inwoners met een afstand tot de arbeidsmarkt hebben ondersteuning nodig om hen aan (betaald) werk te helpen en/of hen duurzaam inzetbaar te houden. Bekijk samen met bedrijven de mogelijkheden voor maatwerk zoals bijvoorbeeld flexibele werktijden, werk dichtbij huis, scholing, en coaching op de werkplek.
- ✓ Bij kwetsbare werknemers is afstemming en samenwerking tussen alle betrokken partijen van groot belang om uitval, bijvoorbeeld na ziekte, te voorkomen.
- ✓ De Participatiewet en de Wmo kennen een aantal raakvlakken. Eén daarvan is gesubsidieerde arbeid en arbeidsmatige dagbesteding. Voor een effectief én efficiënt gebruik van beide voorzieningen is afstemming tussen beide werkvelden meer dan gewenst.

KERNBOODSCHAP II

Een startkwalificatie vergroot de kansen op de arbeidsmarkt en daarmee de kans op een gezonde toekomst.

Verzuim is een belangrijke voorspeller van voortijdig schoolverlaten

Frequent of langdurig verzuim is een voorbode voor voortijdig schoolverlaten. In het schooljaar 2013/2014 is in Helmond bij 291 leerlingen sprake van relatief verzuim. Met deze leerlingen en hun ouders wordt een gesprek gevoerd om de individuele situatie te bespreken. Afhankelijk van dit gesprek volgt verdere advisering, een waarschuwing, wordt een HALT-straf opgelegd of volgt een melding bij het justitieel casusoverleg.

Langdurig of regelmatig schoolverzuim is vaak een indicatie voor achterliggende problemen waarmee de jongere te kampen heeft. Kinderen die weinig sociale steun ervaren of over minder sociale vaardigheden beschikken, verzuimen meer. Ook bij kinderen uit gezinnen met een lagere sociaaleconomische status is er meer risico op spijbelen of voortijdig schoolverlaten.

Beeld voor Helmond

Meldingen schoolverzuim en vervolgacties op schoolverzuim (aantallen) [5] [6]

<i>Aantal leerplichtige kinderen</i>	12911
<i>Aantal kwalificatieplichtige leerlingen</i>	1828
<i>Aantal thuiszitters</i>	12
<i>Aantal meldingen in Helmond, schooljaar 2013/2014</i>	1108
<i>Waaronder:</i>	
<i>Absoluut verzuim, kind staat nergens op school ingeschreven</i>	29
<i>Relatief verzuim</i>	291
<i>Luxe verzuim</i>	33
<i>Belangrijkste acties naar aanleiding van alle meldingen</i>	
<i>Advisering, school of ouders vragen bureau leerplicht mee te denken</i>	233
<i>Leerling is op een onderwijsinstelling geplaatst</i>	42
<i>Schriftelijke of mondelinge waarschuwing gegeven</i>	179
<i>HALT straf opgelegd</i>	6
<i>Melding bij het justitieel casusoverleg</i>	11

+ toelichting definities van verschillende soorten verzuim

Een startkwalificatie opent de deur naar de arbeidsmarkt

In Helmond is het aantal jongeren dat voortijdig de school heeft verlaten de afgelopen jaren gedaald. Dit is het resultaat van de samenwerking tussen het onderwijs (VO en MBO), Leerplicht/RMC, Jeugdgezondheidszorg en opvoedondersteuning gericht op het terugdringen van voortijdig schoolverlaten. In het schooljaar 2013-2014 hebben 134 jongeren (in de leeftijd tussen de 12 en 23 jaar) uit Helmond hun school zonder startkwalificatie verlaten, tegen 179 jongeren in het schooljaar daarvoor [6]. Zonder een startkwalificatie zijn jongeren kwetsbaar in hun economische en sociale ontwikkeling. En dit heeft ook gevolgen voor hun welzijn en gezondheid. Andersom geldt dat gezondheidsproblemen of andere problemen bij het kind of gezin, het behalen van een startkwalificatie kunnen belemmeren. Het behalen van een startkwalificatie is echter niet voor alle jongeren haalbaar. Ook voor hen is werken belangrijk en vaak mogelijk, bij een goede samenwerking van onderwijs, bedrijven, Atlant/Werkbedrijf en zorg- en welzijnsinstellingen.

+ toelichting oorzaken van kwetsbaarheid bij jongeren

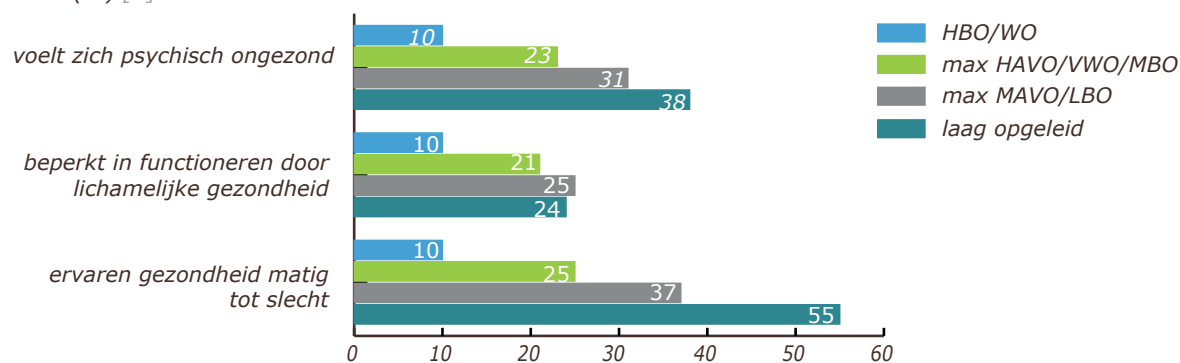
Meer dan helft laag opgeleiden in Helmond ervaart een matige of slechte gezondheid

Mensen zonder diploma of lager opgeleiden hebben vaker laagbetaald werk. Er is vaker sprake van werkloosheid en armoede, wat een negatief effect heeft op het welbevinden. Bovendien geldt dat laagopgeleiden vaker een slechtere gezondheid hebben, wat hun deelname op de arbeidsmarkt bemoeilijkt. Ook in Helmond zijn er grote gezondheidsverschillen tussen de opleidingsniveaus. In Helmond heeft 6% van de volwassenen tot en met 64 jaar geen of alleen lager onderwijs. Nog eens 30% heeft maximaal LBO of MAVO/ VMBO als opleidingsniveau. Daarmee is het opleidingsniveau lager dan gemiddeld in Zuidoost-Brabant. Meer dan de helft van de laag opgeleiden in Helmond ervaart de gezondheid als matig tot slecht ten opzichte van 10% van de hoogopgeleiden. Volgens prognoses van het RIVM neemt het aantal hoogopgeleiden in Helmond tot 2030 toe en het aantal laagopgeleiden af.

+ zie ook 'prognoseprofiel'

Beeld voor Helmond

Gezondheidsverschillen tussen opleidingsniveaus bij 19 jaar en ouder (%) [1]



Verschillen in gezondheid

Er bestaan grote verschillen in leefstijl en gezondheidsontwikkeling. Deze houden vaak verband met sociaaleconomische status (SES). De kansen op goede school-, werk-, woonomstandigheden zijn groter met een goede gezondheid en omgekeerd kunnen lage opleiding, een lage welvaart en ongunstigere leefomstandigheden er toe leiden dat mensen minder gezond zijn. Investeren in een goede opleiding kan deze spiraal doorbreken.

Sommige maatschappelijke ontwikkelingen zullen de omvang van sociaaleconomische risicogroepen doen stijgen, zoals bijvoorbeeld veranderingen in de gezinssamenstelling en afname van gemiddelde gezinswelvaart.

Deze sociaaleconomische gezondheidsverschillen en risicogroepen bestaan al lang. De gemeente Helmond besteedt hier op diverse manieren aandacht aan. Voorbeelden hiervan zijn het project 'Achter de voordeur' in de Binnenstad, interventies vanuit JIBB en Jong Helmond Lekker Gezond in de 4 aandachtswijken en de pilot 'Op eigen kracht naar een gezonde toekomst' (Nuts/OHRA). De gemeente maakt hiervoor onder meer gebruik van de GIDS-gelden met als doel het terugdringen van

gezondheidsachterstanden. Het terugdringen van deze verschillen is niet alleen in het belang van de volksgezondheid, maar ook onontbeerlijk voor de economische slagkracht van de gemeente en de regio.

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Blijf investeren in het terugbrengen van schoolverzuim en vroegtijdig schoolverlaten.

- ✓ Ga met jongeren die met moeite een kwalificatie hebben behaald in gesprek over de vraag hoe hun ervaringen gebruikt kunnen worden om jongeren te ondersteunen bij het behalen van een startkwalificatie.
- ✓ Continueer de inzet om voortijdig schooluitval verder terug te dringen. Samenwerking van scholen, de gemeente, en partners in het onderwijs en de zorg bij het tijdig signaleren, voorkomen en terugdringen van langdurig en frequent schoolverzuim is van belang om te zorgen dat zoveel mogelijk jongeren een startkwalificatie behalen.
- ✓ Begeleid de overgang van risicojongeren naar een volgend onderwijstype of de arbeidsmarkt. Een samenwerking tussen het voortgezet onderwijs en het middelbaar beroepsonderwijs is van belang om een soepele overstap van leerlingen te bewerkstelligen. Regionale aandacht hiervoor is onontbeerlijk.
- ✓ Indien het behalen van een startkwalificatie niet haalbaar is, kunnen jongeren begeleid worden via entree onderwijs naar passend werk. Deze uitstroom naar werk wordt niet als voortijdig schoolverlaten gekwalificeerd. Dit vraagt om afstemming tussen onderwijsinstellingen, Werkbedrijf/ Atlant, werkgevers en zorg- en welzijnsinstellingen.

INSPIRERENDE VOORBEELDEN



M@ZL: Medische Advisering Ziekgemelde Leerling

M@ZL is een effectieve methodiek voor een integrale aanpak van ziekteverzuim bij scholieren, ontwikkeld door GGD West-Brabant. Deze interventie is als goed onderbouwd erkend door het Nederlands Instituut Jeugd.



Laarbeek Werkt

Dit burgerinitiatief heeft als doel werkzoekenden in Laarbeek te ondersteunen door middel van (maandelijke) gesprekken en workshops, telkens met een ander thema. Een voorbeeld hiervan is een workshop solliciteren, waarbij een medewerker van een werving- en selectiebureau op een interactieve manier in gesprek gaat met werkzoekenden over solliciteren.



Jeugd (dat) werkt! in Gemert-Bakel

Dit project is een sluitende aanpak van school naar werk voor alle voortijdig schoolverlaters en voor alle jongeren tot 27 jaar. Het uitgangspunt is dat begeleiders jongeren in een heel vroeg stadium opsporen, vastpakken en niet meer loslaten totdat de jongeren een beroepsopleiding volgen, werken of vrijwilligerswerk gaan doen als werken of studeren (nog) niet mogelijk is. Jongeren zijn bovendien een voorbeeld voor elkaar. Succesvolle jongeren blijven betrokken bij het door ontwikkelen van deze methode.

MEER KIJKEN?

- [Maak werk van gezondheid!](#)
Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, 2013

MEER LEZEN?

Arbeid en gezondheid

- [Fit mind, fit job](#). From Evidence to Practice in Mental Health and Work
OECD, 2015.
- [Op weg naar duurzame inzetbaarheid](#)
Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid
- [Gezond werk](#)
Loket gezond leven

Startkwalificatie en schoolverzuim

- [Wat werkt bij voortijdig schoolverlaten en schoolverzuim](#)
Nederlands Jeugd Instituut, 2015
- [Investeren](#) in opvoeden en opgroeien loont! Kosteneffectiviteit van de preventie van pedagogische, psychosociale en psychosomatische problematiek door de jeugdgezondheidszorg
Actiz en GGD Nederland, Juli 2013
- [Factsheet](#) Sociaaleconomische gezondheidsverschillen
GGD Brabant-Zuidoost, 2013

+ zie ook 'gezondheidsprofiel'

+ zie ook 'prognoseprofiel'

SAMEN IN DE WIJK

De omslag naar de participatiesamenleving vraagt van de burger om meer verantwoordelijkheid te nemen voor zichzelf en zijn omgeving. Dat heeft invloed op onze manier van samenleven. De samenstelling en inrichting van een wijk kan de mogelijkheden vergroten om elkaar te ontmoeten en te helpen. Dit draagt positief bij aan de sociale cohesie en de ervaren gezondheid. Daarnaast nodigt een veilige, groene wijk mensen uit tot buiten bewegen, spelen en recreëren. Soms is de leefomgeving van invloed op de gezondheid via de blootstelling aan milieu- en andere omgevingsfactoren. De gemeente Helmond kan door de inrichting van de wijk mensen op een gezonde manier en in een gezonde omgeving laten samenleven.

KERNBOODSCHAP I

Het kennen van buurtgenoten is een goede basis voor de leefbaarheid in Helmond. Ontmoeten is het sleutelwoord.

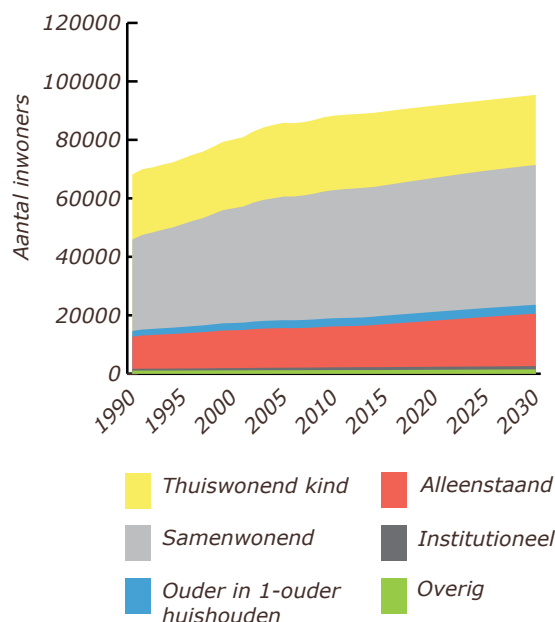
Samen wonen in Helmond

In 2015 woonden ruim 89.700 mensen met elkaar samen in de gemeente Helmond. Zestien procent is 65-plusser en 18% is jonger dan 15 jaar [1]. De sociaaleconomische status (SES) van de postcodegebieden in Helmond varieert van zeer laag tot hoog [2]. In 2015 moesten 2.950 inwoners rondkomen van een bijstandsuitkering. Bijna driekwart van deze groep is woonachtig in de 4 aandachtswijken: Helmond-West, -Noord, -Oost en Binnenstad [3].

Het aandeel alleenstaanden in de gemeente gaat toenemen van 16% in 2015 naar 19% in 2030. Als gevolg van de vergrijzing zal vooral het aantal alleenstaande ouderen sterk toenemen: van circa 4.200 in 2015 naar circa bijna 6.400 in 2030 [4].

Beeld voor Helmond

Ontwikkeling van huishoudtypen van 1990 tot 2030 in Helmond (aantal inwoners) [4]

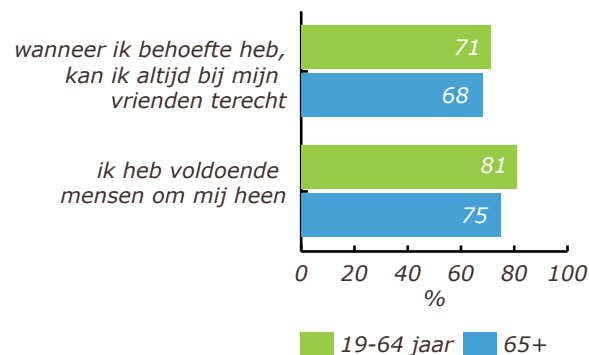


Meerderheid Helmonders heeft voldoende mensen om zich heen

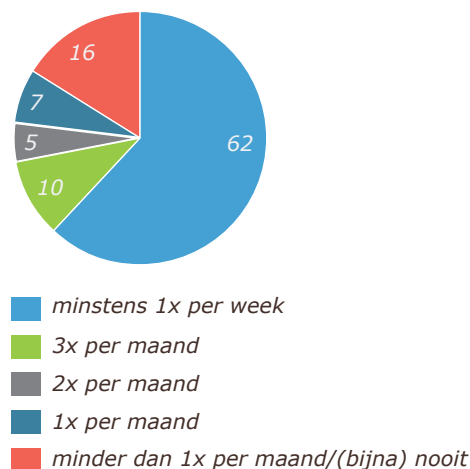
Mensen voelen zich goed in een omgeving waar ze een sociaal netwerk gebouwd hebben van familie, vrienden en kennissen of andere mensen uit de omgeving. Circa 62% van de Helmonders spreekt andere buurtbewoners wekelijks [5]. Voor een sociaal netwerk hebben mensen vaak ook buiten de eigen woonomgeving prettige contacten, al dan niet mogelijk gemaakt door internet. Maar dat is niet voor alle Helmonders het geval. Eén op de tien volwassenen en ouderen in Helmond is zelfs (zeer) ernstig eenzaam. Dit percentage is de afgelopen jaren ongeveer gelijk gebleven. Mensen die vaker persoonlijk contacten wensen bevinden zich in alle leeftijdsgroepen, alle wijken, alle inkomensgroepen of opleidingsniveaus en alle huishoudsituaties [6]. Circa 16% wil meer sociale contacten en ongeveer 6% leeft sociaal geïsoleerd. In de Rijpelberg, de Warande en Brouwhuis is de behoefte aan meer contacten het grootst.

Beeld voor Helmond

Beleving van omvang en opvang door eigen sociaal netwerk bij 19 t/m 64-jarigen en 65-plussers (%) [5]

**Beeld voor Helmond**

Frequentie van contact met buurtbewoners bij 19 t/m 64-jarigen in Helmond (%) [5]

**Gewijzigde rol van gemeente in de samenleving**

Gemeenten hebben lang via het welzijnswerk en samen met de kerken en scholen een taak gehad in het goed laten samenleven van mensen. De huidige cultuuromslag naar de participatiesamenleving betekent dat deze rol van de gemeente verandert. Het initiatief verschuift van overheid naar burger. Daarbij is sprake van een omslag in het denken en handelen: van 'burgerparticipatie' in overheidsplannen naar 'overheidsparticipatie' in burgerinitiatieven [7]. Deze verandering vraagt tijd, iedereen moet wennen aan zijn nieuwe rol. De gemeente kan burgerinitiatieven faciliteren, bijvoorbeeld door budget beschikbaar te stellen maar ook door niet te grote regel- en verantwoordingsdruk uit te oefenen.

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Blijf investeren in een aantrekkelijke en veilige leefomgeving, in samenspraak met bewoners.

- ✓ De sociale en fysieke leefomgeving kunnen elkaar wederzijds versterken. Maak daar gebruik van. Een goed opgezette wijk kan sociale interactie tussen wijkbewoners stimuleren en omgekeerd kan in een wijk met een goede sociale cohesie gezamenlijk bijgedragen worden aan een schone, aantrekkelijke en veilige fysieke omgeving.
- ✓ Stimuleer en faciliteer buurtinitiatieven die de leefbaarheid en een gezonde omgeving versterken; geef burgers ruimte om de sociale en fysieke inrichting van hun wijk in te vullen. Dit vindt in Helmond al plaats in de vorm van wijkraden die zowel meedenken als zeggenschap krijgen over budgetten. Soms is ondersteuning vanuit bijvoorbeeld de LEVgroep of woningbouwcoöperaties van belang om inwoners hiervoor te vinden en goed toe te rusten.
- ✓ Geef ruimte aan wijkbewoners om na te denken over nieuwe woon- en zorgconcepten voor mensen met beperkingen. Het toenemend aantal alleenstaande ouderen heeft invloed op het wonen, de zorg en het samenleven in de wijken. Houd rekening met een behoefte aan nieuwe woon- en zorgconcepten voor alleenstaande ouderen, aan gemaksdiensten, gemeenschappelijke (woon) voorzieningen en nieuwe ontmoetingsplaatsen.

KERNBOODSCHAP II

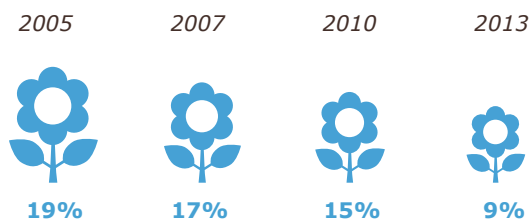
In de eigen woonomgeving hulp geven en ontvangen draagt bij aan een sociale en gezonde buurt.

Veel inwoners van Helmond staan voor elkaar klaar

Bijna drie op de tien Helmonders zetten zich in voor het maatschappelijk welzijn in de eigen woonbuurt [6]. Bewoners uit Stiphout (38%), Brandevoort (38%) en de Warande (36%) zijn hierin het meest actief. Naar verhouding is de inzet in de wijken Helmond-West (23%), Helmond-Oost (24%) en Binnenstad (21%) aanzienlijk minder. Verontrustend is de geleidelijke teruggang in het verrichten van burenhulp. Gaf in 2005 nog 19% van de Helmonders aan burenhulp te verrichten, in 2013 is dit verminderd tot 9%.

Beeld voor Helmond

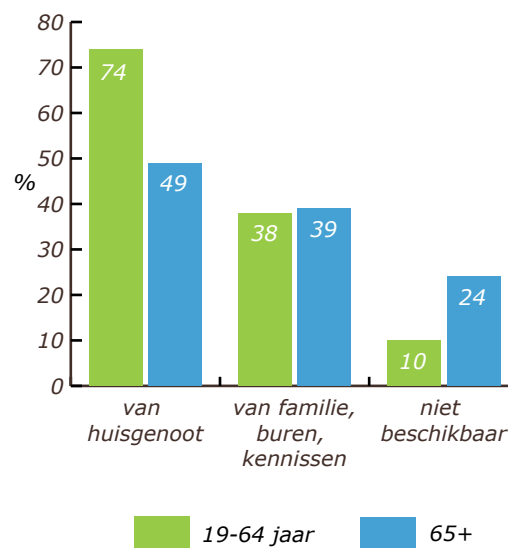
Trend in het verrichten van burenhulp door 18-plussers [6]

**Zelf doen en hulp vragen**

Van mensen wordt verwacht dat ze meer voor zichzelf en elkaar zorgen, ook wanneer ze ouder worden. Iedereen, ook iemand met een beperking of (chronische) ziekte, voert in meer of mindere mate regie over zijn eigen leven. Niet iedereen is echter in staat om dit, al dan niet met ondersteuning van naasten, goed te doen. Dan is (tijdelijke) ondersteuning van vrijwilligers of professionals nodig.

Beeld voor Helmond

Beschikbaarheid van hulp binnen de eigen omgeving, indien nodig vanwege de eigen gezondheid, onder 19- t/m 64-jarigen en 65-plussers (%) [5]



In het algemeen zijn mensen graag bereid om iets voor een ander te doen. Zelf om hulp vragen is echter voor veel mensen moeilijk. Deze vraagverlegenheid is regelmatig een obstakel bij het zorgen voor elkaar. De hulpvraag wordt niet of onduidelijk gesteld, waardoor er geen of niet de juiste hulp gegeven wordt [8].

+ toelichting over vraagverlegenheid

Ruimte voor keuzevrijheid respecteren

Iedereen kan zich inzetten voor een ander of voor de buurt zonder dat het een verplichting is. De 'samenkracht' in de vorm van burenhulp, mantelzorg en lotgenotencontact wordt gestimuleerd om mensen te helpen die het niet alleen redden. Er zijn ook mensen die niet bezocht of geholpen willen worden. Het voeren van eigen regie impliceert ook dat mensen steun mogen weigeren. Andersom zijn er mensen die om welke reden dan ook geen hulp willen geven. Ook deze keuze moet gerespecteerd worden. Mensen die belemmeringen ondervinden om zelf hulp te bieden aan anderen kunnen hierin ondersteund worden, zodat ook zij de positieve effecten van meedoen kunnen ervaren.

Samenleven met dementie

Het aantal mensen in Helmond met dementie zal de komende jaren aanzienlijk toenemen. De schatting van het aantal inwoners met dementie in 2030 varieert van ±580 tot ±1.850 inwoners, afhankelijk van de gebruikte rekenmodellen en bronnen. De procentuele toename varieert tussen +63% en +73%.

Mensen leven gemiddeld acht jaar met dementie, voor het grootste deel thuis. De ondersteuning door naasten is een onlosmakelijk onderdeel van het leven van mensen met deze ziekte. Daarom is het van belang dat in de zorg rondom dementerende ouderen ook de mantelzorgers centraal staan. Als meer helpers actief (kunnen) worden, zijn de lasten beter te dragen. Op dit moment hebben partners van mensen met dementie vier keer zo veel kans op een depressie vergeleken met mensen met een partner zonder dementie.

In een dementievriendelijke samenleving zijn burgers toegerust om mensen met dementie en hun mantelzorgers te helpen. Dit kan bijvoorbeeld door hulp te bieden bij het winkelen of door mogelijkheden te creëren voor deelname aan verenigingsactiviteiten. Gemeenten kunnen investeren in bewustwording van het perspectief van mensen met dementie en hun mantelzorgers. Ook de gemeente Helmond is op weg om een dementievriendelijke gemeente te worden.

[9][10][11][12]

Vergroot de samenkracht door aan te sluiten bij de lokale energie

De gemeente kan een bijdrage leveren aan het versterken van de samenkracht van mensen. In wijken met een sterk ons-kent-ons gevoel zijn mensen uit zichzelf bereid elkaar te helpen. De gemeente heeft dan vooral een faciliterende rol, zoals het bieden van een ruimte aan vrijwilligers. In buurten met minder sociale cohesie moeten mensen persoonlijk benaderd worden om zich in te zetten voor elkaar. Dit lukt het best door aan te sluiten bij de lokale energie. Welke mensen zijn bereid zich in te zetten? Welke mogelijkheden zien zij? Wat willen zij zelf oppakken? Sluit aan bij hun motivatie, talenten en hobby's [13]. Een goed voorbeeld hiervoor is het project 'We are neighbours' dat reeds in Helmond wordt uitgevoerd.



zie ook 'de kracht van gezondheid'

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Blijf investeren in een 'mensvriendelijke' gemeenschap.

- ✓ De transities in het sociale domein vragen van elke burger, kwetsbaar of zelfredzaam, meer eigen regie. Houd daarbij rekening dat mensen hun netwerk niet vanzelfsprekend in de eigen woonomgeving hebben. Digitale initiatieven om hulpvraag en aanbod aan elkaar te koppelen, zoals zorgvoorelkaar.com/helmond zijn daarom waardevol.
- ✓ Houd rekening met het feit dat mensen het soms lastig vinden om hulp in hun omgeving te vragen. Mensen met vraagverlegenheid zijn dan met hun hulpvraag niet zichtbaar. Dit kan ook in buurten met een goede sociale cohesie het geval zijn.
- ✓ Stimuleer en ondersteun daarnaast initiatieven waar het gaat om ontmoeting. Het kennen van buurtgenoten is een goede basis voor leefbaarheid.
- ✓ Helmond is aan de slag om een dementievriendelijke gemeente te worden. Daarbij worden de mogelijkheden voor mensen met dementie vergroot om zo lang mogelijk te kunnen deelnemen aan de samenleving. Samen met diverse partners wordt gewerkt aan de verbinding van ketenzorg met leefbaarheid en welzijn binnen het sociale domein.



zie ook 'langer thuis'

KERNBOODSCHAP III

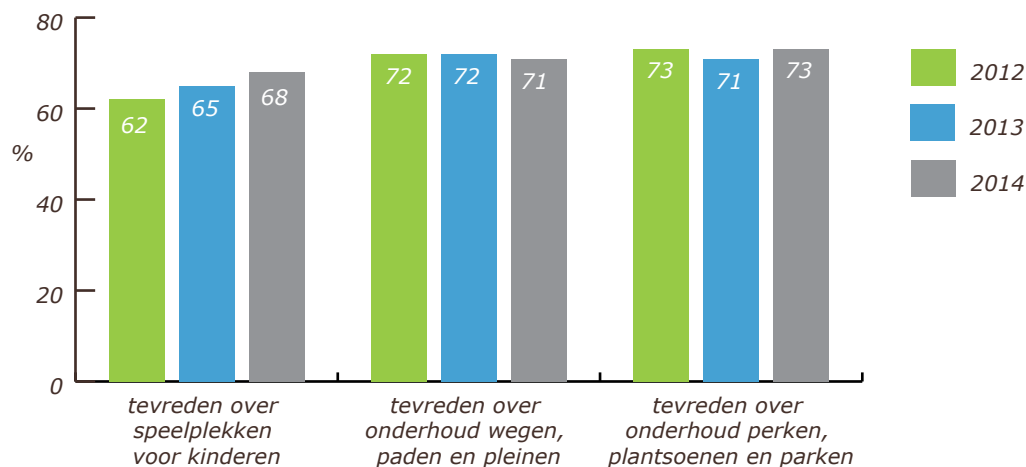
Een gezonde, veilige en prettige leefomgeving stimuleert het samen leven in de wijk en nodigt uit tot ontmoeten, bewegen, spelen en recreëren.

Inwoners van Helmond positief over hun leefomgeving

De meerderheid van de Helmondse inwoners is (zeer) tevreden over hun leefomgeving. Circa 62% van de volwassenen geeft een rapportcijfer 8 of hoger aan de woonomgeving [5]. Uit de Leefbaarometer blijkt dat de leefbaarheid in Helmond gemiddeld goed is, maar de verschillen tussen buurten zijn groot [14]. Vooral delen van oudere stadswijken zoals Binnenstad-Oost en Helmond West scoren minder gunstig [15]. De Leefbaarometer bestaat uit veelal objectieve maten over onder meer woningvoorraad, sociale samenhang, voorzieningen en veiligheid. Veiligheid is een belangrijk aspect voor een leefbare buurt. Gemiddeld voelt 20% van de Helmonders zich wel eens onveilig in de eigen woonbuurt [16]. Dit varieert per wijk sterk; van circa 4% in Brandevoort tot 34% in de Binnenstad. Ook in Helmond-Oost en -West is de ervaren onveiligheid met 32% en 33% relatief hoog [15].

Beeld voor Helmond

Trend in tevredenheid over speelplekken voor kinderen, onderhoud wegen, paden en pleintjes en onderhoud perken, plantsoenen en parken in de eigen woonbuurt (%) [16]



Groen is gezond

Mensen die in een groene omgeving wonen voelen zich zowel geestelijk als lichamelijk gezonder vergeleken met mensen die in een minder groene omgeving wonen [17]. Bovendien is de leefomgeving medebepalend voor de mogelijkheid voor mensen zich gezond te gedragen [18]. Een groene, verkeersveilige omgeving met goede wandel- en fietsroutes nodigt mensen uit tot bewegen. Een omgeving met veilige spelen- en groenvoorzieningen biedt mogelijkheden voor kinderen om zich lichamelijk en sociaal te ontwikkelen en geeft ruimte voor mensen om elkaar te ontmoeten en te recreëren. Deze functies zijn geïntegreerd in het in 2015 geopende Weverspark in de Binnenstad. Ook elders in de stad investeert de gemeente momenteel in een gezondere leefomgeving.



zie ook 'gezond bezig'

Hondenpoep belangrijkste vorm van overlast in Helmond

De vormen van overlast die volgens Helmonders met prioriteit moeten worden aangepakt binnen hun buurt zijn hondenpoep (16%), parkeerproblemen (15%) en te hard rijden (14%) [16]. Circa 15% van de volwassen inwoners wordt ernstig gehinderd door geluid, vooral afkomstig van burens, brommers/scooters en verkeer op wegen waar je niet harder mag dan 50 km/uur [5].

Beeld voor Helmond

Aandeel volwassenen dat erg gehinderd wordt door geluid of geur en dat bezorgd is over de invloed van de omgeving op de gezondheid (%) [5]

	Helmond Zuidoost-Brabant	
	Geluidshinder	15% 16%
	Geurhinder	7% 8%
	Bezorgd over invloed omgeving op gezondheid	15% 14%

Omgevingswet

De Tweede Kamer heeft op 1 juli 2015 de Omgevingswet aangenomen; deze zal in 2018 in werking treden. De nieuwe wet integreert ongeveer 26 wetten op het gebied van de fysieke leefomgeving. Deze Omgevingswet is voor gemeenten en GGD'en een kans om gezondheid een integrale plek te geven in omgevingsbeslissingen. Bij ruimtelijke planvorming en beslissingen moet een integrale afweging worden gemaakt, waarin ook gezondheid wordt meegewogen. Samen met een verplichte gemeentelijke omgevingsvisie draagt dit bij aan een gezondere leefomgeving. Dat garandeert dat bestuurders op kunnen komen voor de goede kwaliteit van de fysieke leefomgeving, zodat mensen gezond kunnen leven en opgroeien. Vroegtijdig gezondheid betrekken in planvorming en besluitvorming vermindert gezondheidslasten, het voorkomt onnodige kosten voor herstel en het vermindert publieke onrust. Daarnaast biedt elke ruimtelijke ontwikkeling kansen voor het versterken van een goede fysieke leefomgeving. De gemeenten zijn met de Omgevingswet aan zet om mogelijke gezondheidsrisico's in kaart te brengen. [18]

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Bewoners zijn de ervaringsdeskundigen van de buurt; vraag hen zo vroeg mogelijk mee te denken bij alle wijkactieplannen die hun directe woon- en leefomgeving aangaan.

- ✓ Bekijk de leefbaarheid van de buurt vanuit het brede kader van een gezonde leefomgeving die als prettig wordt ervaren en uitnodigt tot gezond gedrag. Kenmerken van een gezonde leefomgeving zijn bijvoorbeeld een omgeving die schoon en veilig is, uitnodigt tot bewegen, spelen en sporten, een goede milieukwaliteit heeft (geluid, lucht, bodem, externe veiligheid), de kwaliteit van de openbare ruimte zoals bijvoorbeeld leegstand of onderhoud van speelveldjes en de mate waarin de gestelde regels op het gebied van leefbaarheid gehandhaafd worden. Mooie voorbeelden hiervan zijn de herinrichting van de wijk Helmond-West met de Goorloopzone en het Weverspark in de Binnenstad. Het wandelroutenetwerk en het fietsrondje Helmond nodigen uit tot bewegen en blijven daarom aandacht krijgen.
- ✓ De nieuwe Omgevingswet biedt nog meer kansen om gezondheid, milieu en ruimtelijke ordening een integrale plek te geven in omgevingsbeslissingen. Dit kan al in de fase voorafgaand aan de implementatie van deze wet. In de Omgevingswet is vastgelegd dat gezondheidseffecten meegenomen moeten worden bij omgevingsplannen en vergunningverlening.

INSPIRERENDE VOORBEELDEN



Ruimtelijk-Economische Health Deal B5

De gemeenten Breda, Den Bosch, Tilburg, Helmond en Eindhoven geven in deze Health Deal een impuls aan een structurele verbinding tussen ruimtelijk-economische ontwikkeling en gezondheid. Doel is om gezondheid en welzijn te verankeren in het beleid voor de slimme en gezonde stad van de toekomst. Begin 2016 wordt gestart om samen met partners en kennisinstellingen een Roadmap Gezonde Verstedelijking samen te stellen. Daarin wordt een verkenning van gezamenlijke opgaven in Brabant vertaald naar innovatieve programma's, projecten en instrumenten.



We are Neighbours

Een project in Helmond om jongeren en buurtbewoners aan elkaar te verbinden door middel van creatieve activiteiten. In vier actieve en creatieve workshops stelden beide groepen hun eigen (voor)oordelen op de proef. Op bijzondere wijze ontdekten ze het verhaal achter de ander.



De Zorg Samen Buurt

Burgerinitiatief van buurtbewoners om zelfstandig oud te kunnen worden in hun buurt Prinsejagt in Eindhoven.

MEER KIJKEN?

- ▶ [Databank](#) Effectieve sociale interventies Movisie
- ▶ [Groene burgerinitiatieven](#)
Alles is gezondheid...in de wijk.
Groene burgerinitiatieven in Deventer
- ▶ [De winst van de omgevingswet voor de burger](#)
Ministerie van Infrastructuur en milieu, 2015
- ▶ Oproep [burgerinitiatieven](#)
Lelystad
- ▶ [Opstart van Stadslab](#)
Helmond, 2015

MEER LEZEN?

Een gezonde gemeente en wijk

- ▶ [Handreiking Gezonde Gemeente](#) – Startpagina Gezonde Wijk
Loket gezond leven, 2015
- ▶ [Leefomgeving en Gezondheid](#)
Loket gezond leven, 2015

Leefbaarheid in de gemeente en wijk

- ▶ [Dichtbij huis](#). Lokale binding en inzet dorpsbewoners
SCP, 2015
- ▶ [Factsheet Leefbaarheid en veiligheid](#)
GGD Brabant-Zuidoost, 2013
- ▶ [Factsheet Eenzaamheid](#)
GGD Brabant-Zuidoost, 2013
- ▶ [Leefbaarometer](#)
Rijksoverheid, 2015
- ▶ [Checklist age-friendly cities and communities](#).
WHO, 2007
- ▶ [Burgers maken hun buurt](#)
Platform 31, 2012
- ▶ [Platform Leefbaarheid Brabant](#)
Leefbaarheid Brabant, 2015

Fysieke omgeving en gezondheid

- ▶ Handreiking gezondheid in MER
Commissie voor de milieueffectrapportage
- ▶ Ontwerpprincipes voor een beweegvriendelijke leefomgeving
Platform Gezond Ontwerp, 2013
- ▶ Agenda Stad
Agenda Stad, 2015
- ▶ Inspiratiedocument gezonde verstedelijking
Kenniscentrum Healthy Urban Living, 2015
- ▶ Visiedocument Slimme en gezonde stad
Kenniscentrum Healthy Urban Living, 2015
- ▶ Visie en roadmap stedelijke Verlichting Eindhoven 2030
Gemeente Eindhoven, 2012

 zie ook 'gezondheidsprofiel'

 zie ook 'prognoseprofiel'

LANGER THUIS

De levensverwachting van mensen in Helmond neemt nog steeds toe door betere leefomstandigheden, preventie en zorg. We leven langer met een ziekte en door de vergrijzing stijgt bovendien het aantal mensen met een chronische ziekte. Veel mensen willen graag thuis oud worden. Om dit mogelijk te maken, zal vaak zorg en ondersteuning dichtbij of aan huis nodig zijn. Van de burger wordt verwacht dit zoveel mogelijk zelf te realiseren via mantelzorg, burenhulp en andere steun uit het sociale netwerk. De gemeente Helmond heeft een belangrijke rol bij het optimaliseren van de ondersteuning en de zorg dichtbij huis. Technologische innovaties op het gebied van wonen en in de zorg kunnen hier een grote bijdrage aan leveren.

KERNBOODSCHAP I

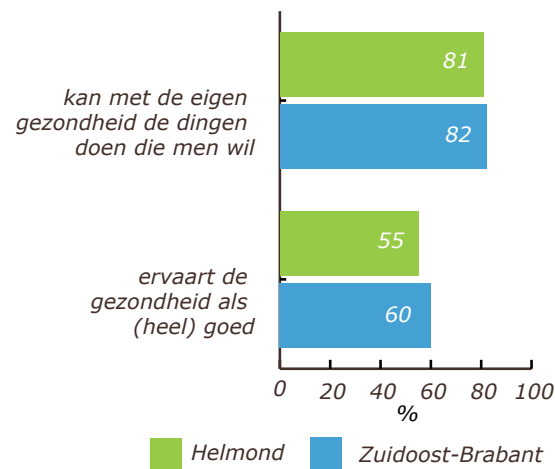
Inwoners van Helmond kunnen naar eigen wens en waar nodig met ondersteuning zo lang als mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen.

Ouderen in Helmond redelijk positief over gezondheid

Ook in Helmond zet de vergrijzing van de bevolking de komende jaren door. Het percentage inwoners van 65 jaar of ouder zal naar verwachting toenemen van 16% in 2015 naar 21% in 2030 [1]. Daarmee wordt Helmond naar verhouding minder 'grijs' dan gemiddeld in Zuidoost-Brabant. Naar schatting zullen er in 2030 circa 19.500 65-plussers in Helmond wonen, waarvan circa 8.800 75 jaar of ouder zijn. De huidige groep ouderen in Helmond is redelijk positief over hun eigen gezondheid. Circa 55% ervaart de eigen gezondheid als (heel) goed. Dit is lager dan gemiddeld in de regio. Circa 81% van de Helmondse ouderen geeft aan dat zij over het algemeen de dingen kunnen doen die ze willen doen, ook al is de gezondheid misschien niet optimaal [2]. Zoals verwacht neemt de groep ouderen die positief is over de eigen gezondheid sterk af met het stijgen van de leeftijd. In Zuidoost-Brabant is 52% van de 75- tot en met 84-jarigen positief, in de leeftijd van 85+ is dat nog 40%.

Beeld voor Helmond

Ervaren gezondheid en de mogelijkheid tot uitvoeren van dingen die men wil doen bij 65-plussers (%) [2]



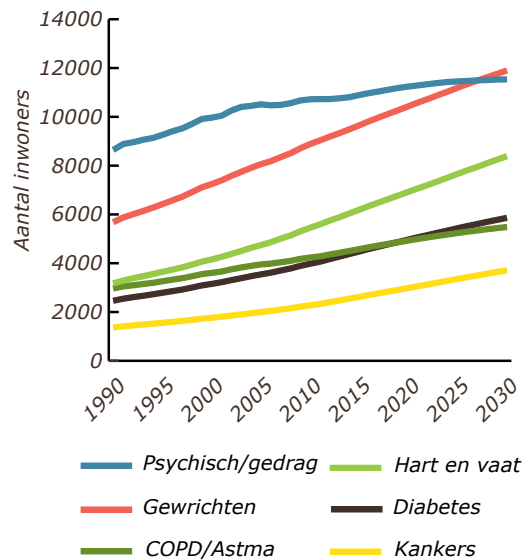
Vitaal ouder worden?!

De levensverwachting van de inwoners van Helmond stijgt nog steeds, met name bij mannen. De huidige levensverwachting bij geboorte van mannen in Helmond is 78,3 jaar en bij vrouwen 82,0 jaar [3]. Bij zowel de mannen als de vrouwen ligt de levensverwachting in Helmond significant beneden het landelijke gemiddelde. De keerzijde van langer leven is dat ziekten of een combinatie van aandoeningen meer kans hebben om op te treden. Door vroegtijdige opsporing en betere behandelingsmogelijkheden leven mensen bovendien langer met ziekte. Naar verwachting zal in 2030 circa 35% van de inwoners in Helmond een chronische ziekte hebben. Gewrichtsaandoeningen en psychische aandoeningen (waaronder dementie) zullen dan het meeste voorkomen in Helmond [4].

+ zie ook 'prognoseprofiel'

Beeld voor Helmond

Prognose van de meest voorkomende ziekten in Helmond tot 2030 (aantallen) [4]

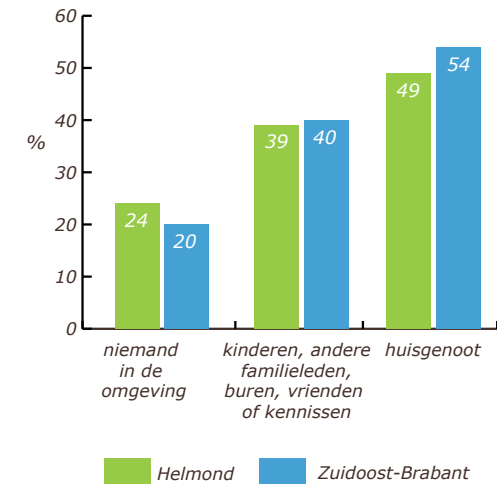
**Langer thuis wonen vraagt om eigen regie.....**

De meeste ouderen willen, ook met een ziekte, zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen en de regie houden over de manier waarop zij hun leven inrichten. Ook het overheidsbeleid is daarop gericht. Het percentage geïnstitutionaliseerde ouderen in Helmond is tussen 2000 en 2015 met ruim een derde afgenomen (van 3,6% naar 2,2%) [5]. Om langer zelfstandig te kunnen blijven wonen moeten ouderen zelf de benodigde ondersteuning realiseren met mantelzorg, burenhulp en andere steun uit het informele netwerk. Tegelijkertijd komt de zeggenschap van mensen in het gedrang door het toenemen van de afhankelijkheid van anderen. In Helmond heeft 20% van de ouderen moeite met het voeren van deze regie. Bovendien kan niet iedereen terugvallen op steun uit de omgeving. In Helmond geeft 24% van de 65-plussers aan dat als ze nu of in de toekomst behoefte hebben aan hulp bij gezondheidsproblemen, er niemand in de omgeving beschikbaar is. Dat is significant meer dan in de regio. Dit hangt samen met het feit dat Helmondse ouderen minder een beroep kunnen doen op hulp van een partner of huisgenoot.

+ zie ook 'samen in de wijk'

Beeld voor Helmond

Aanwezigheid van hulp in omgeving bij gezondheidsproblemen bij 65-plussers (%) [2]



... en zorgondersteuning op maat

Burgers moeten wennen aan het voeren van meereigen regie en de manier waarop de zorg nu in gemeenten wordt vormgegeven. Professionele ondersteuning wordt 'aan de keukentafel' georganiseerd. Daarbij wordt uitgegaan van wat een hulpvrager zelf kan doen en wat de ondersteuningsmogelijkheden van het sociaal netwerk zijn. Professionele zorg op maat, maar ook levensloopbestendige woningen en toepassingen van slimme technologie kunnen daarbij worden ingezet. Zeker bij ouderen met een beperkte sociale kring en geringe gezondheidsvaardigheden is zorg op maat noodzakelijk. Burgerinitiatieven zoals zorgcoöperaties kunnen er voor zorgen dat mensen ook bij een toenemende zorgvraag in de wijk kunnen blijven wonen. 'Meer zorgen voor elkaar' betekent niet zozeer minder formele ondersteuning; het gaat over het verschuiven van de balans tussen formele en informele ondersteuning.

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Ondersteun de inwoners van Helmond om zo lang als mogelijk en gewenst zelfstandig thuis te blijven wonen.

- ✓ Vergroot de mogelijkheden voor zieken en ouderen om naar eigen wens en vermogen regie te voeren over hun zorg en/of begeleiding. Dit kan bijvoorbeeld door het vereenvoudigen en flexibiliseren van procedures en/of het mogelijk maken van maatwerk. Oplossingen op maat vragen soms om verbindingen tussen beleidsdomeinen die (deels) buiten zorg en welzijn liggen. In Helmond is hiervoor aandacht in onder meer de kernteams, bestaande uit professionals uit alle domeinen.
- ✓ Vergroot ook de bekendheid met onafhankelijke cliëntondersteuning, waarbij het belang van de cliënt het uitgangspunt is.
- ✓ Zorg voor heldere communicatie en eenvoudig taalgebruik over ondersteuningsmogelijkheden binnen de gemeente Helmond, zoals in Guidohelmond. Heb hierbij aandacht voor de digitale kloof. Sluit daarvoor onder meer aan bij het regionale project 'Laaggeletterdheid en gezondheid', waarvoor de gemeente onlangs een convenant heeft getekend.
- ✓ Langer thuis wonen met een ziekte betekent niet alleen aandacht voor zorg en hulp. Een prettige en zinvolle dagbesteding draagt in sterke mate bij aan welbevinden en zingeving. Faciliteer laagdrempelige initiatieven voor opvang en dagbesteding, bijvoorbeeld door het beschikbaar stellen van locaties en het ondersteunen van vrijwilligers. Dagbesteding is essentieel om zo lang mogelijk mee te kunnen doen in de maatschappij.

Het vervult tevens een belangrijke steunfunctie voor mantelzorgers, bijvoorbeeld bij mensen met dementie. Mooi voorbeeld hiervan in Helmond is de dagbesteding door Stichting De Reikende Hand. Dit is een burgerinitiatief waarbij vrijwilligers licht dementerende ouderen opvangen in een huiselijke omgeving.

KERNBOODSCHAP II

Erkenning en waardering versterken de draagkracht van mantelzorgers. Waarborg de ondersteuning voor mantelzorgers en voor degenen waaraan ze zorg verlenen.

Mantelzorg geeft voldoening

Mantelzorgers zorgen vrijwillig vanuit een persoonlijke band – liefde, vriendschap, plichtsbesef – voor hun naaste. Het percentage Helmonders dat momenteel mantelzorg geeft, wordt geschat tussen 13% en 20% [2][6]. De afgelopen jaren is sprake geweest van een (lichte) toename van het aantal mantelzorgers. Mantelzorg verlenen kan zwaar zijn, maar geeft ook veel voldoening. Erkenning van deze informele zorg is onontbeerlijk om het vol te kunnen houden. Dan gaat het niet alleen om de waardering van de zorgtaken, maar ook om de erkenning van de voldoening die dit werk geeft. Deze erkenning en waardering dragen bij aan de draagkracht van mantelzorgers.

Groeiende groep mantelzorgers, maar overbelasting dreigt

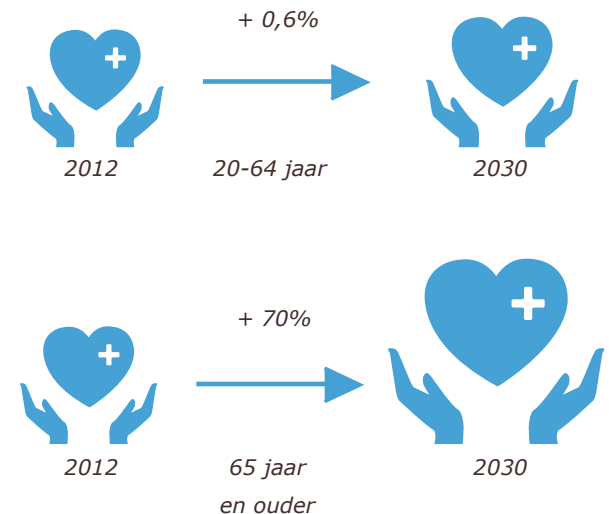
Door de vergrijzing neemt in de komende jaren het aantal hulpbehoevende Helmonders toe. Ook het aantal inwoners dat mantelzorg geeft zal stijgen. Naar schatting ligt het aantal mantelzorgers in 2030 tussen circa 9.650 en 15.000 mensen [2] [6] [7]. In hoeverre er op termijn voldoende mantelzorgers zullen zijn, is van diverse maatschappelijke ontwikkelingen afhankelijk en is daarom moeilijk te voorspellen. In Helmond groeit de komende jaren door de vergrijzing met name de groep mantelzorgers van 65 jaar en ouder (+70%). In 2030 is circa drie op de tien mantelzorgers ouder dan 65 jaar. Deze groep oudere mantelzorgers is kwetsbaar; veel van hen geven aan dat ook hun eigen gezondheid achteruit gaat door de zorg die zij verlenen. Maar ook bij jongere mantelzorgers kan de combinatie met (vrijwilligers) werk en andere zorgtaken tot overbelasting leiden. Op dit moment geeft ongeveer één op de zes volwassen mantelzorgers en één op de acht oudere mantelzorgers in Helmond aan zwaar belast te zijn [2]. Dit ligt in lijn met het regionale beeld en is de afgelopen jaren niet significant veranderd.



toelichting ondersteuningsbehoeften van mantelzorgers

Beeld voor Helmond

Procentuele toename mantelzorgers tussen 2012 en 2030 naar leeftijd [2] [6]



ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Creëer ondersteuning voor mantelzorgers en voorkom overbelasting. Mantelzorgondersteuning heeft in Helmond reeds aandacht, maar zet ook de komende jaren in op de vier aandachtspunten voor lokaal beleid mantelzorgondersteuning [8]:

- ✓ Vinden: krijg in beeld welke mensen mantelzorg geven met als doel hen te kunnen ondersteunen, bijvoorbeeld via de aanmelding voor de mantelzorgwaardering of hulpverleners in de wijk. Blijf alert op het feit dat de aanwezigheid van een mantelzorger niet vanzelfsprekend is.
- ✓ Versterken: versterk de positie van mantelzorgers in de praktijk door hen actief te betrekken bij het keukentafelgespek. Neem daarnaast hun stem mee bij beleidsvorming, bijvoorbeeld via zitting van (ex)mantelzorgers in adviesraden, commissies of werkgroepen. Richt de gemeentelijke beïnvloeding ook op het versterken van de beschermende factoren die van belang zijn bij het verlenen van mantelzorg. Een uitgebreid sociaal netwerk, sociale steun, behoud van zinvolle bezigheden en participatie in culturele en maatschappelijke activiteiten versterken de draagkracht en zelfredzaamheid van de mantelzorger.
- ✓ Verlichten: goede mantelzorgondersteuning houdt de draagkracht en draaglast in evenwicht zodat mantelzorgers minder snel overbelast raken. Ga daarbij uit van maatwerk. Mantelzorgers hebben zelf veel inzicht in de ondersteuningsvormen of oplossingen die effectief kunnen zijn. Organiseer met regelmaat verschillende mogelijkheden voor respijtzorg. Investeer in een brede netwerkondersteuning, zodat meer helpers actief worden en daarmee de mantelzorg wordt 'verdund'.
- ✓ Verbinden: informele zorg en professionele zorg moeten op basis van gelijkwaardigheid samenwerken. Blijf als gemeente hierover de regie houden.

KERNBOODSCHAP III

Een grote meerderheid van de (toekomstige) ouderen wil gebruik maken van domotica en e-health om langer zelfstandig te kunnen blijven wonen.

Nut en noodzaak van gebruik van technologie

Voor de nabije toekomst is het een enorme uitdaging om de toenemende zorgvraag van een vergrijzende samenleving op te vangen. Tegelijkertijd moeten de kosten voor de zorg worden gereduceerd en krimpt het aantal zorgprofessionals. Inzet van technologie om de zorg op een slimme en doelmatige wijze in te richten zal noodzakelijk zijn. Maar ook nuttig: dankzij innovatieve technologieën zoals dienstenplatforms, smartphone-apps en zorgrobots kunnen ouderen steeds langer zelfstandig wonen.

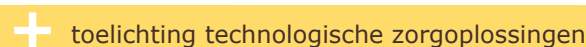
(Toekomstige) ouderen staan open voor gebruik domotica en ict

Onderzoek naar het gebruik van technologische zorgoplossingen in de regio is nog schaars. Een recente landelijke overzichtsstudie laat zien dat 75% van de 57- tot en met 77-jarigen in Nederland een vorm van domotica in huis heeft [9]. Naarmate mensen ouder worden, stijgt het aandeel mensen dat domotica gebruikt. Ruim acht op de tien van de genoemde ouderen denkt in de toekomst domotica in de zorg te gaan gebruiken als zij hierdoor langer zelfstandig kunnen blijven wonen. Circa zeven op de tien denkt internet voor de zorg aan huis te gaan gebruiken.

Toepassingsmogelijkheden van technologie zijn divers

Domotica en zorg op afstand dragen bij aan langer zelfstandig en veilig thuis wonen van ouderen. Zorgprofessionals en mantelzorgers kunnen op afstand contact hebben met de hulpvrager en op die manier aandacht en hulp bieden. E-health toepassingen kunnen ook tijd- en kostenbesparend werken doordat bijvoorbeeld gezondheidswaarden (zoals gewicht, bloeddruk) snel en direct kunnen worden doorgegeven. Technologische toepassingen kunnen bovendien comfortverhogend zijn en zo de kwaliteit van leven verbeteren.

Niet iedereen zal in staat zijn om gebruik te maken van technologische ontwikkelingen. Voor mensen met weinig gezondheidsvaardigheden, een laag inkomen of voor mensen die geen apparaten (meer) kunnen bedienen kan de technologisering moeilijk zijn.

 toelichting technologische zorgoplossingen

Gemeente Helmond actief betrokken bij ontwikkelingen technologie en zorg

De gemeente Helmond is partner van de coöperatie Slimmer Leven 2020, het innovatienetwerk in Zuidoost Brabant gericht op gezond oud worden. In dit netwerk van meer dan 70 partners werken zorginstellingen, bedrijfsleven, kennisinstituten, lokale overheden en burgers in de regio samen in projecten die gericht zijn op het versterken van de eigen regie van mensen en het langer thuiswonen door inzet van slimme (zorg) toepassingen [10].

ADVIES VOOR DE GEMEENTE HELMOND

Maak het gebruik van technologische toepassingen in de zorg en preventie zo laagdrempelig mogelijk voor burgers.

- ✓ Informeer inwoners en professionals over de vele technologische innovaties en de mogelijkheden van domotica en zorg op afstand. Stimuleer het bedrijfsleven in Helmond om samen met de doelgroep technologische producten in co-creatie te ontwikkelen. En betrek onderwijsinstellingen om te helpen ouderen vertrouwd te maken met deze producten.
- ✓ Ontwikkel samen met de partners van Slimmer Leven 2020 proeftuinen waar potentiële gebruikers inzicht krijgen hoe slimme producten toegepast kunnen worden. Stimuleer het gebruik ervan.
- ✓ Initieer een 'Slimme-producten-uitleen' waarbij mensen producten thuis uittesten en lenen in plaats van aanschaffen. Soms worden de producten maar een korte tijd gebruikt (bijvoorbeeld bij toenemende dementie). Een uitleensysteem bevordert duurzaamheid van het gebruik.
- ✓ Stimuleer het installeren van domotica bij nieuwbouw van levensloopbestendige woningen van woningcorporaties.

INSPIRERENDE VOORBEELDEN



Inspiratiebank Dementievriendelijke Gemeente

Deze inspiratiebank biedt voorbeelden van projecten, acties en handreikingen, die bij het dementievriendelijk maken van een gemeente of gemeenschap ingezet kunnen worden.



Samen slim in zorg – Wijkleerbedrijf LOKAAL+

Studenten van de opleidingen Zorghulp en Helpende Zorg en Welzijn van het Summa College verrichten bij mensen thuis huishoudelijke of maatschappelijke taken. Ook organiseren zij in een ontmoetingsruimte in Eindhoven diverse gezellige activiteiten.



PrachtDag voor ouderen met een beperking – gemeente Waalre

De dagbesteding in huiselijke sfeer is bedoeld voor ouderen met bijvoorbeeld lichte dementie of een andere lichte beperking, die zelfstandig wonen. De begeleiding is in handen van een professional en een aantal vrijwilligers.

MEER KIJKEN?

- Corporate film Slimmer Leven 2020 Slimmer Leven 2020, 2014
- Dementelcoach: telefonische hulp aan mantelzorgers van mensen met dementie Dementelcoach, 2015

MEER LEZEN?

Eigen regie en de zorg voor elkaar

- Heft in eigen hand. De betekenis van eigen regie voor mensen met een chronische ziekte of lichamelijke handicap Zorgbelang Brabant, 2012
- De kunst van het laten. Doe-het-zelf-zorg en rolverwarring in tijden van transitie Wmo-werkplaatsen. Redactie: Lilian Linders en Dana Feringa, 2014
- Prinsejagt. De Zorg Samen Buurt genereert energie Kenniscentrum Wonen-Zorg, 2014.
- Zin in zelfredzaamheid. Zingeving en welbevinden in de Wmo. Vilans, 2013
- Langer thuis. Kennis en experimentenprogramma Platform 31, 2015

Mantelzorg

- Themainformatie voor professionals over mantelzorg Mezzo, 2015
- Mantelzorgondersteuning is de basis TransitieBureau Wmo, 2014

Technologie en zorg

- Tussen vonk en vlam. E-health monitor 2015. Nictiz en Nivel, 2015
- Slimmer leven 2020 Slimmer leven 2020, 2015

Langer thuis met dementie

- Langer thuis met dementie: Informatie voor gemeente Alzheimer Nederland, 2015

+ zie ook 'gezondheidsprofiel'

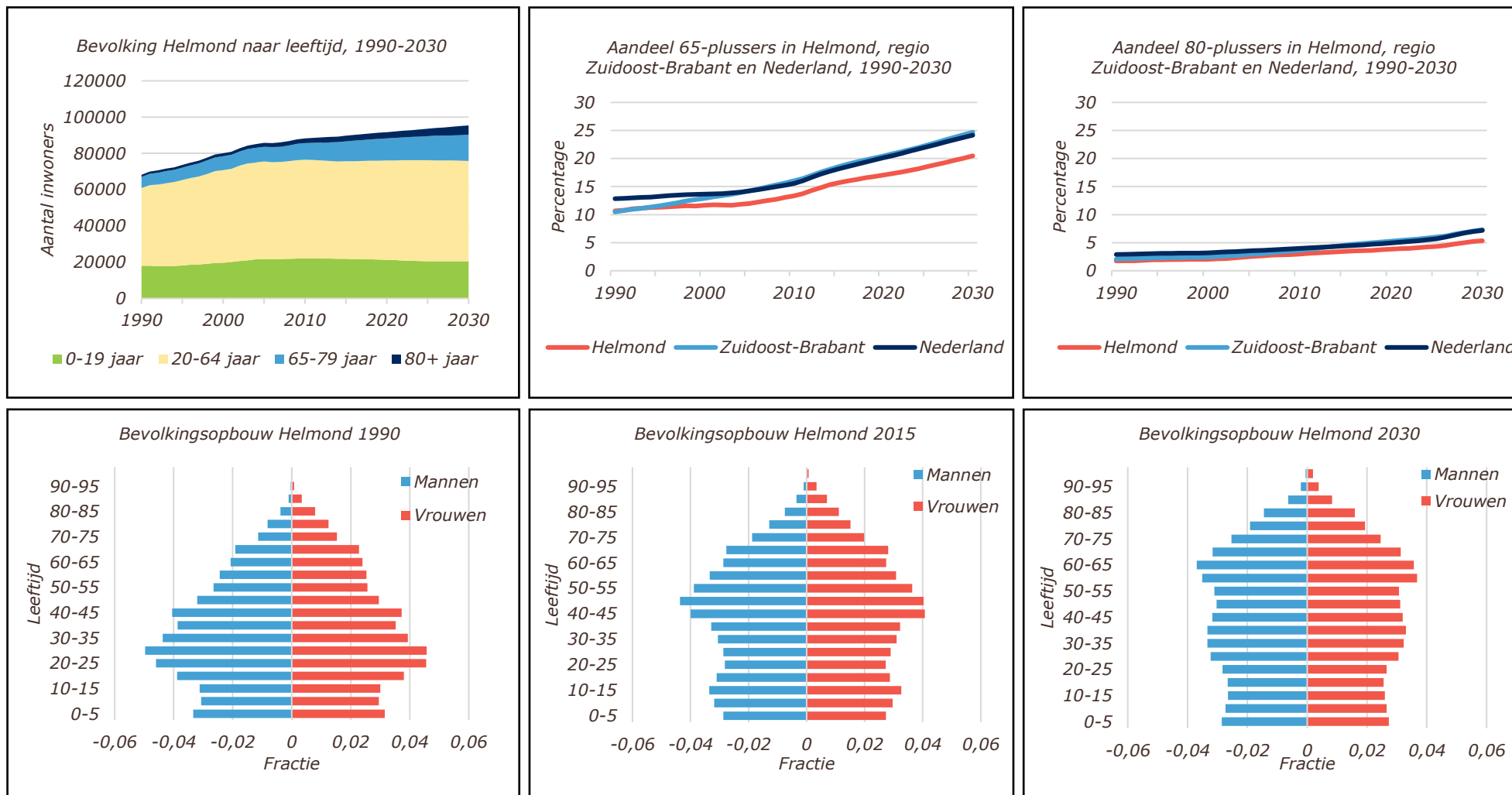
+ zie ook 'prognoseprofiel'



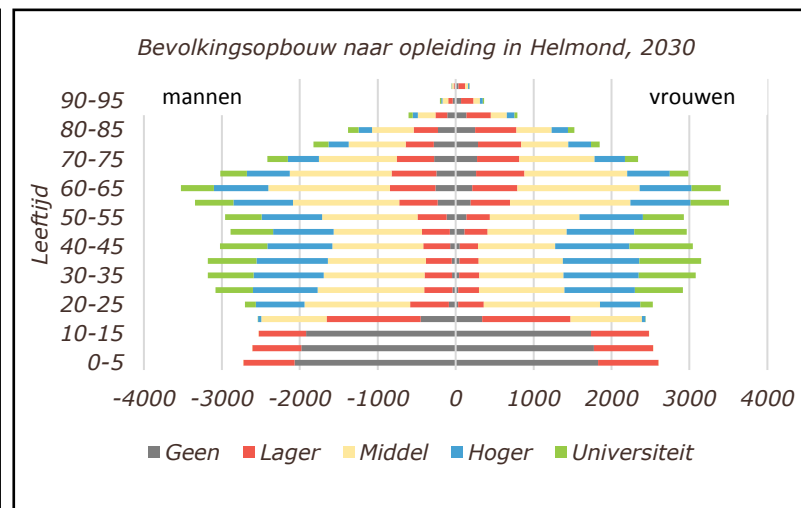
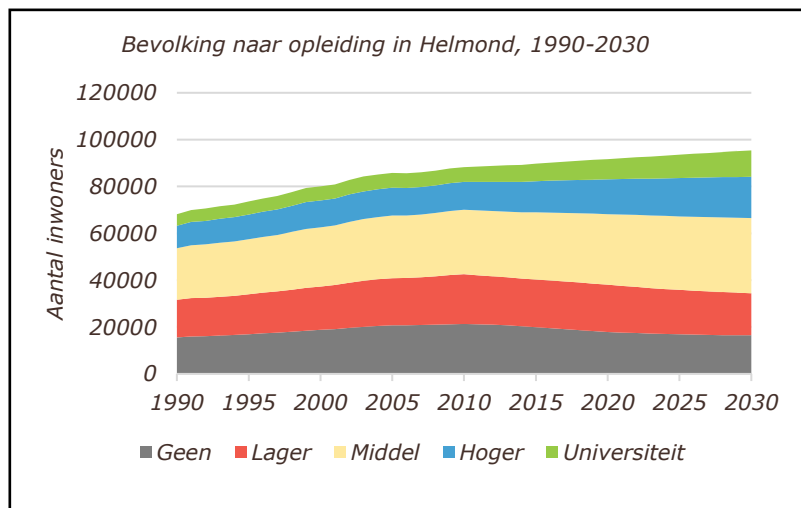
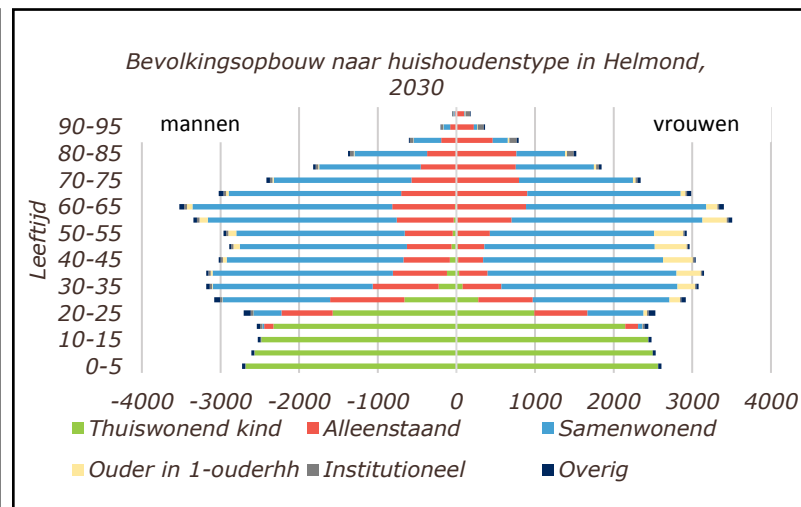
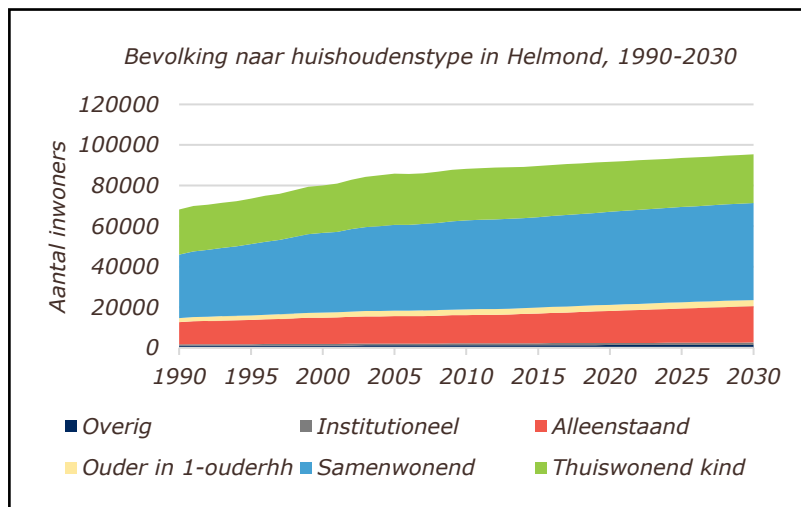
PROGNOSEPROFIEL

Geschatte ontwikkelingen in bevolkingssamenstelling en gezondheidsaspecten in de periode 1990-2030 voor Helmond en de regio Zuidoost-Brabant.

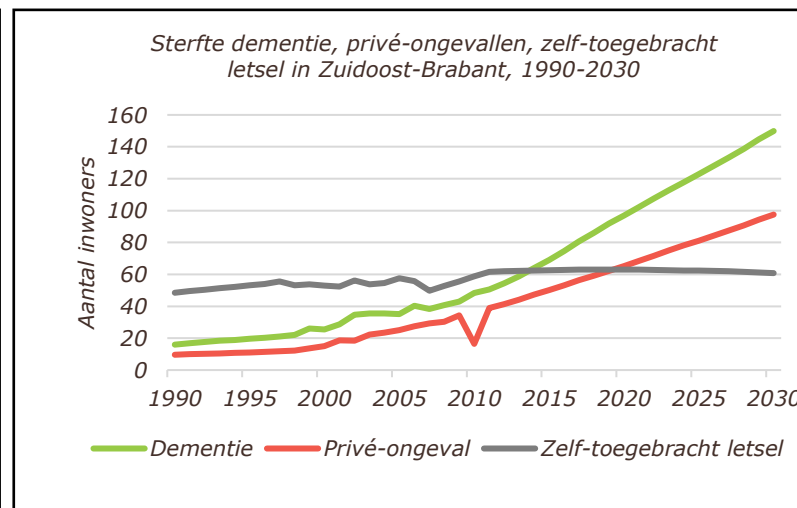
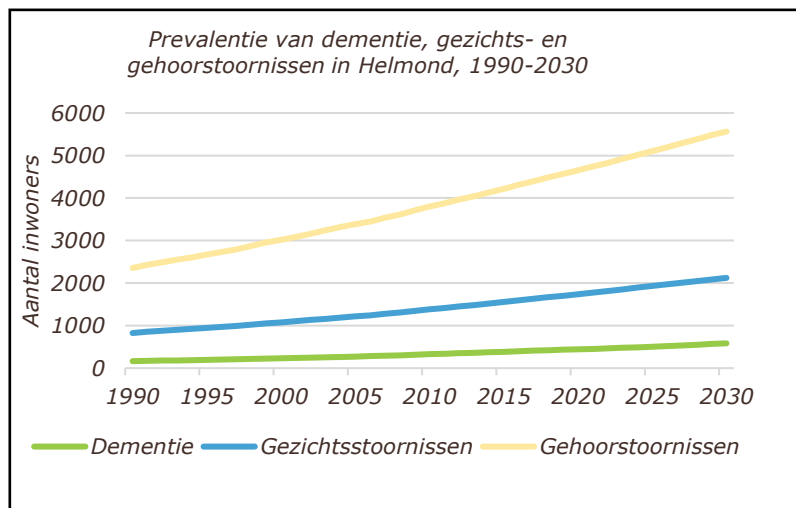
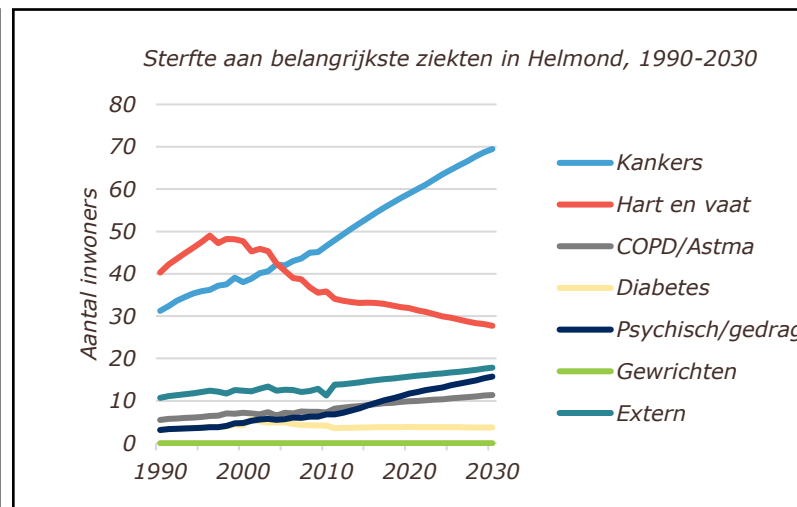
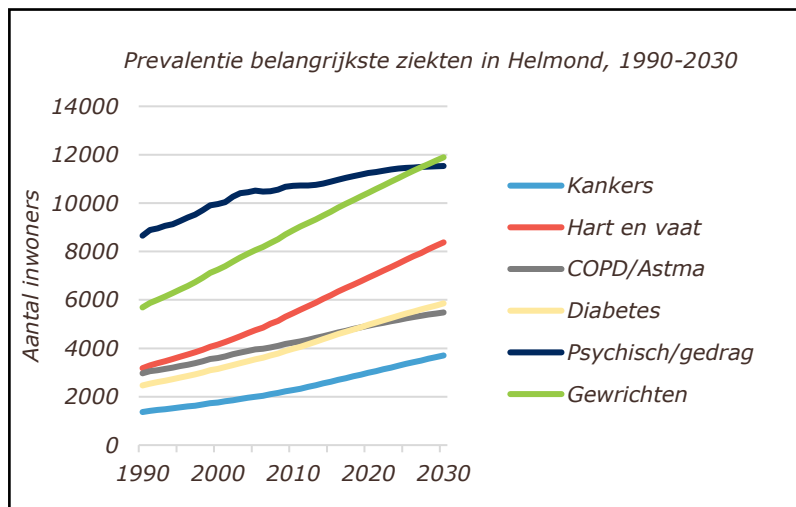
Demografie: Onderstaande figuren tonen de verschuiving in leeftijdsopbouw in Helmond; tot 2030 is er in Helmond sprake van vergrijzing.



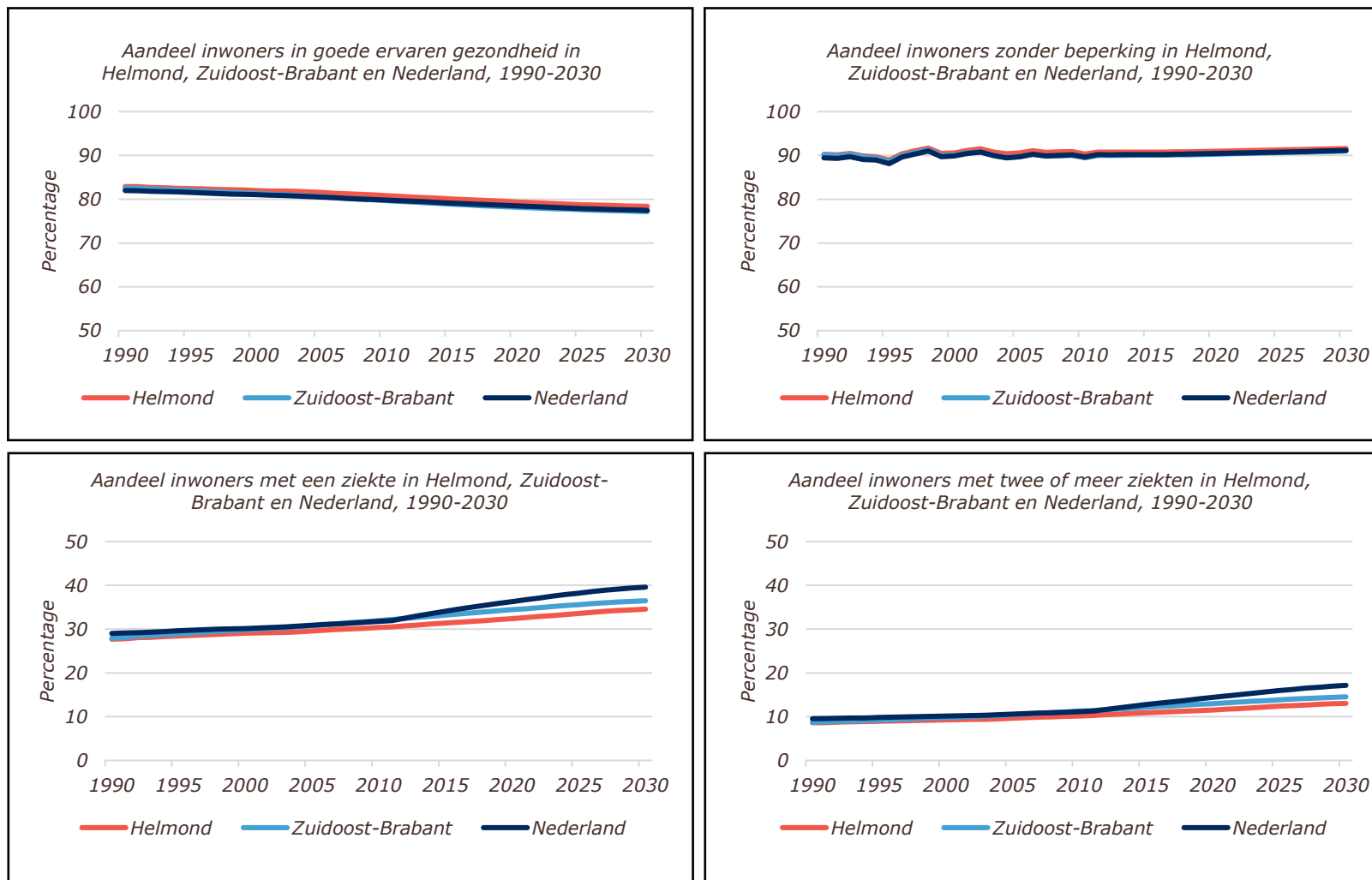
Huishoudenstype en opleiding: Onderstaande figuren tonen de bevolking van Helmond ingedeeld naar huishoudenstype en opleiding. De figuren links tonen de verandering hierin tot 2030 en de figuren rechts de voorspelde situatie in 2030, uitgesplitst naar leeftijdsgroepen. Het aandeel alleenstaanden en het aandeel hoger opgeleiden neemt toe in de komende jaren. In 2030 zijn er boven de 60 jaar meer alleenstaande vrouwen dan alleenstaande mannen in Helmond.



Ziekte en sterfte: Onderstaande figuren tonen het aantal inwoners in Helmond dat lijdt aan bepaalde ziekten (prevalentie) en het aantal inwoners dat aan deze ziekten overlijdt (sterfte) in de periode 1990-2030. De voorspelde sterfte aan dementie, privé-ongevallen en zelf-toegebracht letsel is weergegeven voor de hele regio Zuidoost-Brabant wegens de kleine aantallen op gemeenteniveau. Door de vergrijzing neemt het aantal mensen met ouderdomsziekten toe.

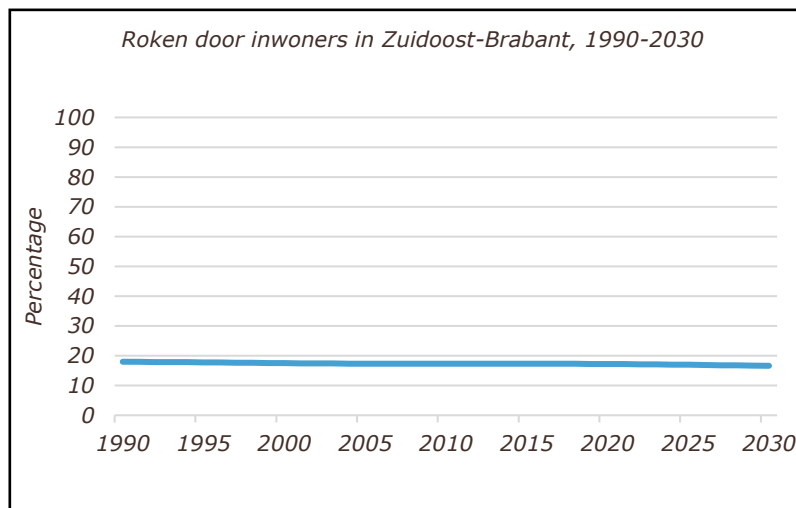
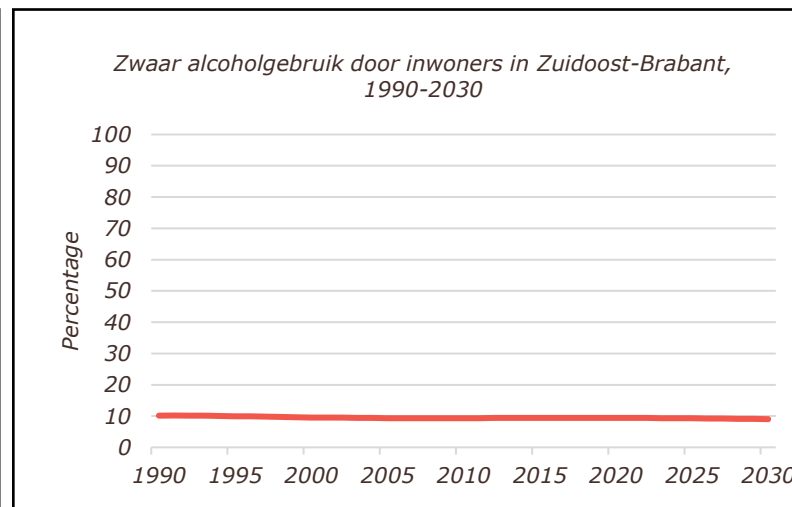
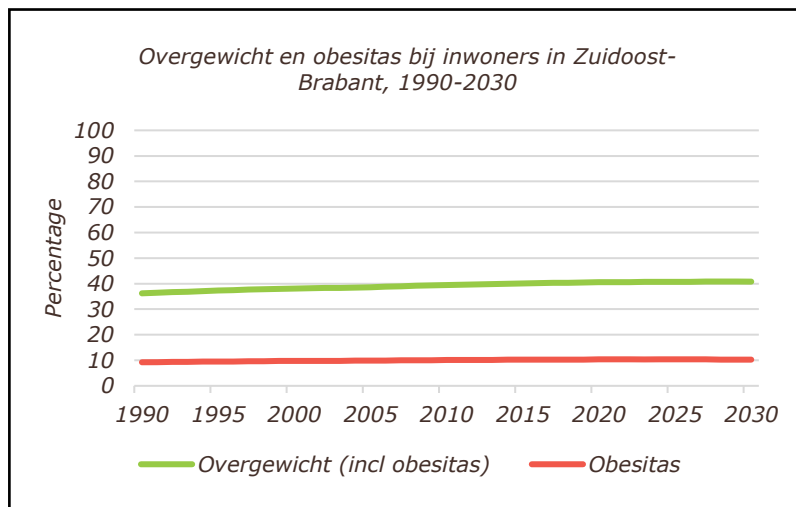


Gezondheid, ziekte en beperkingen: Onderstaande figuren tonen het aandeel inwoners in goede gezondheid, zonder beperking en met één of meer ziekten in de periode 1990-2030. Ondanks de vergrijzing en de toename van het aandeel inwoners met een ziekte, blijft het aandeel mensen zonder beperking naar verwachting rond de 90% in de komende jaren. Helmond wijkt niet of weinig af van de regio Zuidoost-Brabant of Nederland.





Determinanten (Zuidoost-Brabant): Onderstaande figuren tonen het aandeel inwoners in Zuidoost-Brabant met overgewicht en het aandeel dat zwaar drinkt en rookt in de periode 1990-2030. Deze factoren hangen samen met een verhoogde kans op ziekten. Het valt op dat het verwachte aandeel inwoners met deze determinanten gelijk blijft in de tijd (uitgaande van gelijkblijvend beleid).



DE KRACHT VAN GEZONDHEID - TOELICHTING EN BRONNEN

Positieve gezondheid

De nieuwe definitie van 'positieve gezondheid' luidt: 'gezondheid is het vermogen van mensen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven'. Functioneren, veerkracht en zelfregie staan hierin centraal. Kortom gezondheid is dynamisch, geen statische toestand. Mensen met een ziekte worden aangesproken op hun kracht, hun potentieel. In het concept onderscheidt men zes dimensies: lichaamsfuncties, dagelijks functioneren, mentale functies en beleving, kwaliteit van leven, sociaal-maatschappelijk functioneren en de spirituele dimensie. Dit wordt figuurlijk weergegeven als een spinnenweb. Idealiter heeft de mens zelf de regie over zijn eigen gezondheid. Net als een spin die heel sterke draden maakt in zijn eigen spinnenweb, heeft de mens vaak meer (draag)kracht dan gedacht. Deze kan beter benut worden. Aandachtspunt is wel dat niet iedereen het vermogen heeft om zich aan te passen en eigen regie te voeren. Uitgaan van positieve gezondheid vraagt daarom om ondersteuning op maat [6] [7].

Dagelijks functioneren

- Basis algemene dagelijkse levensverrichtingen
- Instrumentele algemene dagelijkse levensverrichtingen
- Werkvermogen
- Health literacy gezondheidsvaardigheden

Lichaamsfuncties:

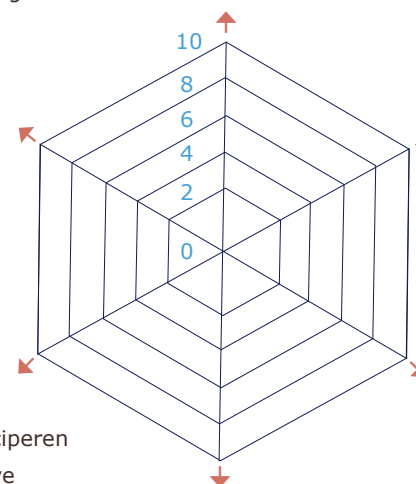
- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Functioneren van lichaam
- Klachten en pijn
- Energie, fitheid, vitaliteit

Mentale functies en beleving

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigen waarde, zelfrespect
- Gevoel controle te hebben
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, aanpassingsvermogen

Spirituele dimensie

- Zingeving
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



Sociaal maatschappelijk participeren

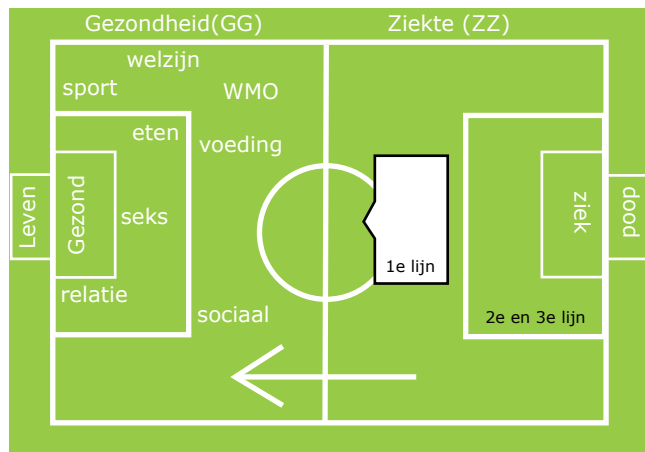
- Sociale en communicatieve vaardigheden
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

Kwaliteit van leven

- Welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenlust
- Balans

Promotie van gezondheid

In de nieuwe visie op gezondheid en zorg gaan we niet langer alleen uit van ziekten maar van gezondheid en gedrag: wat kunnen mensen doen om hun gezondheid te bevorderen? In deze visie staat gezondheid als ambitie centraal en vertrekken we bij de mogelijkheden, veerkracht en eigen regie van mensen. Ook wanneer sprake is van aanwezige ziekte of beperkingen. Dit geldt niet alleen voor de individuele gezondheid, maar ook op collectief niveau. Investeren in bijvoorbeeld arbeid, sport, welzijn, scholing en wonen stimuleert sociale cohesie en versterkt de gemeenschappelijke gezondheid [8].



Bronnen

- [1] GGD Brabant-Zuidoost. (Positieve) gezondheid bevorderen vanuit de beleving van burgers. Resultaten van onderzoek naar de gezondheidsbeleving en ondersteuningsbehoeften in Zuidoost-Brabant. Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2015.
- [2] J.G. Bloem. Gepersonaliseerde zorg de juiste richting. Inaugurele rede 24 oktober 2012. Breukelen: Nyenrode University Pess, 2012.
- [3] GGD Brabant-Zuidoost. Jeugdmonitor 0 t/m 11 jarigen (2013-2014), Jeugdmonitor 12 t/m 18 jarigen (2011-2012), Volwassenenmonitor 19 t/m 64 jarigen (2012-2013) en Ouderenmonitor 65 jaar en ouder (2012-2013). Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2012-2013.
- [4] RIVM. Gemeentelijk Gezondheidsprofiel Helmond. www.rivm.nl/media/profielen/profile_794_Helmond_gezonddet.html. (geraadpleegd september 2015). Bilthoven: RIVM, 2015.
- [5] RIVM. Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014. Prognoses gezondheidsmaten, bewerkt door GGD Brabant-Zuidoost. Bilthoven: RIVM, 2015.
- [6] M. Huber, M. van Vliet, M. Giezenberg & A. Knottnerus. Towards a conceptual framework relating to 'health as the ability to adapt and to self manage'. Operationalisering gezondheidsconcept. Driebergen: Louis Bolk Instituut, 2013.
- [7] C. Walg, Gezond centraal. Opschudding in de gezondheidszorg, Barneveld: Uitgeverij Boekenbent, 2014.
- [8] BigMove Institute. BigMove. <http://www.bigmove.nu> (geraadpleegd september 2015). Amsterdam: BigMove Institute, 2015.
- [9] Vilans. Wijkpilot Laarbeek en de GG methodiek. Ervaringen van professionals en burgers met de GG methodiek in Laarbeek. Utrecht: Vilans, 2015.
- [10] Gemeente Laarbeek. Wmo-beleidsplan 2015-2018. Laarbeek: Gemeente Laarbeek, 2014.
- [11] Gemeente Eindhoven. De kracht van de stad. Kadernotitie de sociale basis van WIJEindhoven. Eindhoven: Gemeente Eindhoven, 2014.

EEN GEZONDE BASIS VOOR DE JEUGD - TOELICHTING EN BRONNEN

Binge-drinken

Binge-drinken is bij één gelegenheid 5 glazen alcohol of meer drinken.

Interventiepiramide rond gezin, jeugd, ouder/opvoeder

De keten van opvoed-/opgroeiondersteuning rond jeugd en gezin kan weergegeven worden als een piramide van interventies. De brede basis daarvan bestaat uit alle partijen en faciliteiten die zorgen voor een positief opvoed- en opgroeiklimaat. Dit zijn gezin, familie, vrienden, buurt, onderwijs, CJG, verenigingen, zelforganisaties, vrijwilligers, maar ook wettelijke regelingen en een kindvriendelijke ruimtelijke omgeving. Daarbovenop een smallere laag met laagdrempelige preventieve interventies die een relatief grote groep jeugdigen aanspreekt. Vervolgens nog twee lagen met steeds intensievere interventies die noodzakelijk zijn voor slechts een kleine groep van alle jeugdigen. Het gaat hierbij om aanpak van problemen en klinische en juridische interventies [10]. In de praktijk zijn er diverse varianten op dit model mogelijk, waarbij het uitgangspunt hetzelfde is: een gezonde basis voor alle kinderen en intensievere zorg waar nodig voor steeds kleinere groepen.



21st century skills

Dit zijn de vaardigheden waar jongeren over moeten kunnen beschikken om te kunnen werken en leven in de huidige technologische- en kennissamenleving. Zoals: samenwerken, creativiteit, ICT-geletterdheid, communiceren, probleemoplossend vermogen, kritisch denken en sociale en culturele vaardigheden. Er is geen éénduidige definitie van 21st century skills en wereldwijd zijn er meerdere min of meer overeenkomende modellen in omloop. Zie: www.21stcenturyskills.nl [14].

**Bronnen**

- [1] GGD Brabant-Zuidoost. Jeugdmonitor 0 t/m 11 jarigen (2013-2014), Jeugdmonitor 12 t/m 18 jarigen (2011-2012), Volwassenenmonitor 19 t/m 64 jarigen (2012-2013) en Ouderenmonitor 65 jaar en ouder (2012-2013). Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2011-2013.
- [2] M. de Loose, S. van Dorsselaer S., et al. Gezondheid, welzijn en opvoeding van jongeren in Nederland. HBSC 2013. Utrecht: Universiteit Utrecht, 2013.
- [3] Jeugdgezondheidszorg GGD Brabant-Zuidoost. Resultaten EMOVO-vragenlijst Voortgezet Onderwijs klas 3 VMBO en klas 4 HAVO/VWO en resultaten vragenlijst Voortgezet Onderwijs klas 2, schooljaar 2014-2015. Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2015.
- [4] Eindhovens Dagblad. Ziekenhuizen in Zuidoost-Brabant melden toename comazuipers. [Http://www.ed.nl/regio/eindhoven/ziekenhuizen-in-zuidoost-brabant-melden-toename-comazuipers-1.5198796](http://www.ed.nl/regio/eindhoven/ziekenhuizen-in-zuidoost-brabant-melden-toename-comazuipers-1.5198796) (Geraadpleegd oktober 2015).
- [5] Máxima Medisch Centrum. Polikliniek Jeugd&Alcohol, consulten 2011-2014. Veldhoven, 2015.
- [6] STAP. Alcohol en energiedrank een riskante mix. <http://www.stap.nl/nl/nieuws/persberichten.html/3490/719/alcohol-en-energiedrank-een-riskante-mix>. (Geraadpleegd november 2015).
- [7] Trimbos instituut. Kerncijfers drugsgebruik 2014. <https://assets.trimbos.nl/docs/088c4496-ca0c-49a7-af1c-a50be922f5b1.pdf>. (Geraadpleegd november 2015).
- [8] Nederlands Jeugdinstituut, Opvoeden Achtergrond en Definitie. <http://www.nji.nl/Opvoeden-Achtergronden-Definitie>. (Geraadpleegd november 2015).
- [9] Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Kamerbrief 'Beleidsvisie drugspreventie, 3 november 2015'. Den Haag: VWS, 2015
- [10] M. van der Klein, J. Mak, R. van der Gaag. Professionals en vrijwilligers (organisaties) rond jeugd en gezin. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut, 2011.
- [11] B. Mulder, M. Hartog. Maatschappelijke informatievoorziening. Burgers toerusten voor een participatiesamenleving. Den Haag: De Haagse Hogeschool, 2015.
- [12] Stichting Opvoeden. www.stichtingopvoeden.nl (Geraadpleegd november 2015).
- [13] Gezonde School. <https://www.gezondeschool.nl/> (Geraadpleegd november 2015).
- [14] Leren in de 21e eeuw en 21st century skills. www.21stcenturyskills.nl (Geraadpleegd november 2015).
- [15] Nederlands Jeugdinstituut. Mediaopvoeding. www.nji.nl/mediaopvoeding (Geraadpleegd november 2015).
- [16] A.J. van Rooij. Online videogame verslaving Verkenning van een nieuw fenomeen Antonius Rotterdam: IVO, 2011
- [17] R. Kloosterman, J. van Beuningen. Jongeren over social media. Den Haag/Heerlen/Bonaire: Centraal Bureau voor de Statistiek, 2015.
- [18] GGD Zaanstreek-Waterland. Jongeren en het gebruik van sociale media. Zaandam: GGD Zaanstreek-Waterland, 2013.
- [19] K.M. Williams et al. Increasing prevalence of myopia in Europe and the impact of education. *Ophthalmology* 2015; 122(7): 1489-97.
- [20] M. He et al. Effect of time spend outdoors at school on the development of myopia among children in China: a randomized clinical trial. *JAMA* 2015 15; 314(11): 1142-8.
- [21] O'Donoghue et al. Risk factors for childhood myopia: findings from the NICER study. *Invest Ophthalmol Vis Sci.* 2015; 56(3):1524-30.
- [22] P. Nikken. Media-risico's voor kinderen. Een verkenning. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut, 2013
- [23] H.H. Hamberg-van Reenen, S.A. Meijer, P.F. van Gils, M. Savelkoul. Gezond opgroeien. Verkenning jeugdgezondheid. Bilthoven: RIVM, 2014.
- [24] K. Bakker, E.J. de Wilde, H. Kooijman. Die jeugd van tegenwoordig. Over opvoeden en opgroeien in Nederland. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut, 2015.
- [25] Centraal Bureau voor de Statistiek. Huishoudens; personen naar geslacht, leeftijd en regio, 1 januari. <http://statline.cbs.nl/Statweb/publication/?DM=SLNL&PA=71488NED&D1=0-1%2c3-4%2c7-9&D2=0&D3=0&D4=52%2c132%2c149%2c159%2c165%2c198%2c208%2c236%2c241%2c257%2c259%2c313%2c320%2c362%2c461%2c466%2c505%2c554-555%2c595%2c600%2c620&D5=I&VW=T> (Geraadpleegd november 2015).
- [26] Centraal Bureau voor de Statistiek, Den Haag/Heerlen. www.cbs.nl (Geraadpleegd november 2015)
- [27] Verwey-Jonker instituut. Kinderen in Tel 2014. <http://wsjg.databank.nl/jive> (Geraadpleegd juni 2015).
- [28] GGD Brabant-Zuidoost. Inventarisatie en verbeterplan 'De mogelijkheden om weerbaarheid van kinderen en hun ouders te versterken', concept 3 november 2015. Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2015.

GEZOND BEZIG - TOELICHTING EN BRONNEN

Sociale marketing

Sociale marketing past concepten en technieken van de commerciële marketing toe om positieve maatschappelijke of sociale veranderingen te realiseren [12]. Het is een instrument voor duurzame gedragsverandering bij grotere groepen. Met behulp van een marketinganalyse vooraf wordt inzicht verzameld in datgene wat de doelgroep daadwerkelijk raakt en motiveert. Wat is de toegevoegde waarde die hen aanspreekt? Daardoor kan de doelstelling van een interventie scherper worden geformuleerd en het gewenste gedrag beter worden afgestemd op de drijfveren van de doelgroep.

Het RIVM heeft een brochure ontwikkeld waarin de basiselementen van de sociale marketing worden uitgelegd. Daarnaast staan er diverse voorbeelden en tips voor een succesvolle toepassing van sociale marketing in vermeld.

Bronnen

- [1] GGD Brabant-Zuidoost. Jeugdmonitor 0 t/m 11 jarigen (2013-2014), Jeugdmonitor 12 t/m 18 jarigen (2011-2012), Volwassenenmonitor 19 t/m 64 jarigen (2012-2013) en Ouderenmonitor 65 jaar en ouder (2012-2013). Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2011-2013.
- [2] GGD Brabant-Zuidoost. Resultaten EMOVO-vragenlijst Voortgezet Onderwijs klas 3 VMBO en klas 4 HAVO/VWO schooljaar 2014-2015. Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2015.
- [3] Novadic-Kentron. Bereikprestaties Novadic-Kentron in 2014 Regio Eindhoven en Regio de Kempen. Vught: Novadic-Kentron, 2015.
- [4] Nationaal Expertisecentrum Tabaksonthouding. Factsheet Continu Onderzoek Rookgewoonten 2014. Utrecht: Trimbos-Instituut, 2015.
- [5] RIVM. Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014. Prognoses determinanten, bewerkt door GGD Brabant-Zuidoost. Bilthoven: RIVM, 2015.
- [6] Novadic-Kentron. Informatieblad XTC september 2015. Vught: Novadic-Kentron, 2015.
- [7] M. Sheikh Rashid, M.C.J. Leensen & W.A. Dreschler. Report online hearing test 2010-2014. Amsterdam: AMC, 2015.
- [8] RIVM. Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014. Prognose sterfte en ziekte, bewerkt door GGD Brabant-Zuidoost. Bilthoven: RIVM, 2015.
- [9] GGD Brabant-Zuidoost. (Positieve) gezondheid bevorderen vanuit de beleving van burgers. Resultaten van onderzoek naar de gezondheidsbeleving en ondersteuningsbehoeften in Zuidoost-Brabant. Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2015.
- [10] ArboNed. ArboNed.nl, verzuim door stress op steeds jongere leeftijd. www.arboned.nl/nieuwscentrum/persberichten-en-publicaties/verzuim-door-stress-op-steeds-jongere-leeftijd/. (geraadpleegd september 2015). Utrecht: ArboNed, 2015.
- [11] RIVM. Sociale marketing: verleiden tot gezonder leven! Bilthoven: RIVM, 2013.
- [12] Gemeente Helmond, afdeling Onderzoek en Statistiek. Helmond Zorgzame stad, Wmo-enquête 2013. Helmond: Gemeente Helmond, 2014.
- [13] Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap. Cultuur in beeld 2013. Den Haag: Rijksoverheid, 2013.
- [14] Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap. Kamerbrief 'Cultuur verbindt: een ruime blik op cultuurbeleid. Den Haag: Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2014.

GEZONDHEID WERKT - TOELICHTING EN BRONNEN

Maatwerk voor werkzoekenden met een (chronische) ziekte of beperking

Werkzoekenden met een beperking is gevraagd naar wat hen zou helpen om werk te vinden en te behouden en welke obstakels zij daarbij tegenkomen. De onderstaande maatregelen zijn in hun reactie genoemd [7] :

Bevorderende factoren

- Werk dicht bij huis
- Flexibele werktijden
- Extra scholing of opleiding
- Aangepaste werkplek
- Mogelijkheden om thuis te werken

Belemmerende factoren

- Gebrek aan begrip bij werkgevers en collega's voor de consequenties van de gezondheidssituatie
- Gebrek aan mogelijkheden om het werk aan te passen
- Beperkingen als gevolg van de gezondheidssituatie

Definitie van Startkwalificatie

Een startkwalificatie is volgens de rijksoverheid het minimale onderwijsniveau dat nodig is om serieus kans te maken op duurzaam geschoold werk in Nederland. De leerplicht geldt voor kinderen van 5 tot 16 jaar. Direct aansluitend op het einde van de leerplicht met 16 jaar begint de kwalificatieplicht. Die eindigt als een leerling een startkwalificatie (een opleiding vwo, havo of mbo niveau 2) heeft gehaald of 18 jaar is geworden.

Definitie verschillende soorten schoolverzuim

De Leerplichtwet onderscheidt absoluut en relatief verzuim. Bij absoluut verzuim is een leerplichtig kind niet ingeschreven op een school. Relatief verzuim houdt in dat een leerling wel staat ingeschreven op een school, maar niet aanwezig is tijdens les- of praktijktijd. Tot deze groep worden naast de frequente spijbelaars ook de thuiszitters gerekend. Dit zijn leerlingen die staan ingeschreven op een school, maar meer dan vier weken thuis zitten. Onder relatief verzuim valt ook luxe verzuim. Luxe verzuim houdt in dat een leerling tijdens de schoolperiode zonder toestemming met vakantie gaat. Volgens de Leerplichtwet zijn scholen alleen verplicht om die gevallen te melden waar sprake is van ongeoorloofde afwezigheid van in totaal zestien uren les- of praktijktijd gedurende een periode van vier opeenvolgende lesweken [8].

Definitie van kwalificatieplichtige leerlingen

Kwalificatieplichtige leerlingen zijn leerlingen die aan het einde van de leerplicht met 16 jaar geen startkwalificatie hebben behaald en nog geen 18 jaar zijn.

Definitie van volledige thuiszitters

Een leerling die niet fysiek op school aanwezig is en hierdoor geen onderwijs geniet.

Gemeenten en onderwijsinstellingen in de regio hanteren verschillende definities omtrent schoolverzuim. De cijfers zoals weergegeven in de tabel zijn akkoord bevonden door de leerplichtambtenaar van de gemeente.

Oorzaken van kwetsbaarheid bij jongeren

Onder jongeren in kwetsbare posities verstaan we jongeren en jongvolwassenen tot 27 jaar die:

- moeite hebben met het behalen van een startkwalificatie
- of een grote afstand hebben tot de arbeidsmarkt
- en er niet of moeilijk in slagen daar een duurzame positie te verwerven. [9]

Dit maakt hen kwetsbaar door de hoge en complexe eisen die de samenleving stelt. Deze jongeren ervaren vaak tegenslagen of belemmeringen in verschillende leefgebieden.

Binnen de groep jongeren in kwetsbare posities onderscheiden we:

- jongeren die uitstromen uit speciaal onderwijs, praktijkonderwijs en mbo niveau 1/entree-opleiding
- jongeren met een beperking die belemmeringen ervaren op de arbeidsmarkt
- specifieke groepen, zoals jongeren uit detentie, straatcultuur, migrantengroepen, grootstedelijke milieus, jongeren bij wie behandeling of jeugdzorg op de voorgrond heeft gestaan en die daardoor weinig aan onderwijs zijn toegekomen
- voortijdige schoolverlaters uit het regulier onderwijs.



Bronnen

- [1] GGD Brabant-Zuidoost. Jeugdmonitor 0 t/m 11 jarigen (2013-2014), Jeugdmonitor 12 t/m 18 jarigen (2011-2012), Volwassenenmonitor 19 t/m 64 jarigen (2012-2013) en Ouderenmonitor 65 jaar en ouder (2012-2013). Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2011-2013.
- [2] RIVM. Themarapport Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014. Gezondheid en Maatschappelijke participatie. Bilthoven: RIVM, 2014.
- [3] RIVM. Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014. Heden en Verleden. Arbeidsparticipatie. www.eengezondereNederland.nl/Heden_en_verleden/Participatie (geraadpleegd september 2015). Bilthoven: RIVM, 2014.
- [4] Rijksoverheid.nl. 1 op de 3 gevallen ziekteverzuim door werkstress. www.rijksoverheid.nl/actueel/nieuws/2013/12/21/1-op-de-3-gevallen-ziekteverzuim-door-werkstress (geraadpleegd september 2015). Den Haag: Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid, 2013.
- [5] SRE. Bestrijden voortijdig schoolverlaten en schoolverzuim. Regioverslag 2013-2014 Zuidoost-Brabant. Aangevuld met cijfers schoolverzuim Gemeente Helmond. Eindhoven: SRE, 2014.
- [6] Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap. VSV-verkenner. Zoom in op schooluitval gemeente Helmond. www.vsvverkenner.nl/gemeente/0753/helmond 2015 (geraadpleegd december 2015). Den Haag: Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2015.
- [7] I. de Putter, R. Cozijnsen & M. Rijken. Het vergroten van arbeidsparticipatie onder mensen met een chronische ziekte of beperking; een werkwens alleen is niet voldoende. Utrecht: Nivel, 2015.
- [8] Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap. Kamerbrief over aanpak schoolverzuim, 20 maart 2014. www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2014/03/20/kamerbrief-over-aanpak-schoolverzuim. Den Haag: Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, 2014.
- [9] Nederlands Jeugdinstituut. Jongeren in kwetsbare posities. Over welke jongeren gaat het? www.nji.nl/nl/Arbeidstoeileiding/Jongeren-in-kwetsbare-posities/Over-welke-jongeren-gaat-het? (geraadpleegd september 2015). Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut, 2015.



SAMEN IN DE WIJK - TOELICHTING EN BRONNEN

Vraagverlegenheid

Er zijn mensen die het heel moeilijk vinden om hulp te vragen aan mensen in hun omgeving of dit niet willen vragen. Deze mensen zijn met hun hulpvraag vaak niet zichtbaar. Uit gesprekken met professionals blijkt dat het onder meer gaat om:

- mensen die niet afhankelijk willen zijn van hun omgeving en die gelijkwaardigheid in een relatie belangrijk vinden;
- eenzame mensen of mensen met een beperkt sociaal netwerk die zorg nodig hebben;
- mantelzorgers zonder ondersteuning en die niet om steun durven vragen;
- mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden die niet op de hoogte zijn van de ondersteuningsmogelijkheden;
- hulpvragers en mantelzorgers die verstrikt geraakt zijn in de bureaucratie;
- mensen die de veranderingen in de zorg zien als een verlies van rechten;
- mensen die de hulpbereidheid van anderen onderschatten.

Bronnen

- | | | |
|--|---|---|
| <p>[1] CBS Statline. Bevolking naar leeftijd. http://statline.cbs.nl/statweb/dome/?LA=nl. (geraadpleegd oktober 2015).
Den Haag: CBS Statline, 2015.</p> <p>[2] Sociaal en Cultureel Planbureau Statusscores 2014. http://www.scp.nl/content.jsp?objectid=default:20133 (geraadpleegd september 2015).</p> | <p>[3] CBS. Kerncijfers wijken en buurten 2015. Sociale zekerheid. Personen per soort uitkering; bijstand. http://statline.cbs.nl/Statweb/publication/?DM=SLNL&PA=83220NED&D1=73&D2=9919-</p> <p>[4] RIVM. Volksgezondheid Toekomstverkenning 2014. Prognoses huishoudens en onderwijs, bewerkt door GGD Brabant-Zuidoost. Bilthoven: RIVM, 2015.</p> <p>[5] GGD Brabant-Zuidoost. Jeugdmonitor 0 t/m 11 jarigen (2013-2014), Jeugdmonitor 12 t/m 18 jarigen (2011-2012), Volwassenenmonitor 19 t/m 64 jarigen (2012-2013) en Ouderenmonitor 65 jaar en ouder (2012-2013). Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2011-2013.</p> <p>[6] Gemeente Helmond, afdeling Onderzoek en Statistiek. Helmond Zorgzame stad, Wmo-enquête 2013. Helmond: Gemeente Helmond, 2014.</p> <p>[7] Raad voor het openbaar bestuur. Loslaten in vertrouwen. Naar een nieuwe verhouding tussen overheid, markt én samenleving. Den Haag: 2012.</p> <p>[8] L. Linders. De betekenis van nabijheid. Een onderzoek naar informele zorg in een volksbuurt. Proefschrift. Tilburg: Universiteit Tilburg, 2010.</p> <p>[9] Alzheimer Nederland. Factsheet prognose dementie. Amersfoort: Alzheimer Nederland, 2013.</p> <p>[10] RIVM. VTV 2014. Prognoses sterfte en ziekte, bewerkt door GGD Brabant-Zuidoost. Bilthoven: RIVM, 2015.</p> <p>[11] RIVM. VTV 2014. Een gezonder Nederland. http://www.eengezondereNederland.nl/Trends_in_de_toekomst/Ziekten. (Geraadpleegd oktober 2015).</p> <p>[12] Staatssecretaris van Volksgezondheid, welzijn en sport. Kamerbrief Samenleven met dementie.</p> | <p>Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, welzijn en sport, 2015.</p> <p>[13] S. Denters, E. Tonkens, I. Verhoeven en J. Bakker. Burgers maken hun buurt. Den Haag: Platform 31, 2013.</p> <p>[14] Leefbaarometer. www.leefbaarometer.nl (geraadpleegd oktober 2015).</p> <p>[15] Gemeente Helmond, afdeling Onderzoek en Statistiek. Hoe staat Helmond er voor anno anno 2014? Helmond: Gemeente Helmond, 2014.</p> <p>[16] Gemeente Helmond, afdeling Onderzoek en Statistiek. Veiligheidsmonitor Helmond 2014. De leefbaarheid en veiligheid vanuit het perspectief van de burger in beeld. Helmond: gemeente Helmond, 2015.</p> <p>[17] KPMG Advisory N.V. Groen, gezond en productief: the economics of ecosystems & biodiversity (TEEB NL): natuur en gezondheid. Amstelveen: KPMG, 2012.</p> <p>[18] Nu.nl. Groter verband tussen leefomgeving en gezond gedrag dan gedacht. www.nu.nl/gezondheid/4153852/groter-verband-tussen-leefomgeving-en-gezond-gedrag-dan-gedacht.html (Geraadpleegd november 2015).</p> <p>[19] Bureau Gezondheid, Milieu & Veiligheid GGD'en Brabant en Zeeland. Beleving leefomgeving rondom vliegveld Eindhoven in 2012. Tilburg: Bureau GMV, 2012.</p> <p>[20] Bureau Gezondheid, Milieu & Veiligheid GGD'en Brabant en Zeeland. Beleving leefomgeving rondom vliegveld Eindhoven. Tweede meting 2014. Tilburg: Bureau GMV, 2015.</p> <p>[21] Rijksoverheid. Omgevingswet. https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/omgevingswet/inhoud/vernieuwing-omgevingsrecht. (geraadpleegd oktober 2015).</p> |
|--|---|---|



LANGER THUIS - TOELICHTING EN BRONNEN

Voorbeelden van mantelzorgers en hun ondersteuningsbehoefte

De ondersteuningsbehoeften van mantelzorgers zijn per persoon verschillend. Tegelijkertijd zijn er wel algemene kenmerken van 'type mantelzorgers' te noemen met een indicatie van hun ondersteuningsbehoefte [8]:

Type mantelzorgers	Ondersteuningsbehoefte
Ouderen die zeer intensief voor hun partner zorgen	Respijtzorg, praktische hulp en momenten van vrijaf van de zorg. Vrijwilligers voor ondersteuning en dagopvang.
Werkende mantelzorgers met een ernstig zieke zorgvrager	Flexibele werktijden en thuiszorg, aansluitend op de werktijd. Zorgverlof.
Ouders van kinderen met een verstandelijke beperking of niet aangeboren hersenletsel	Huishoudelijke hulp, respijtzorg. Vrijwilligers en ondersteunend netwerk.
Mantelzorgers van mensen met een psychiatrische problematiek	Lotgenotengroepen, cursussen over omgangsvormen, informatie en advies over het ziektebeeld. Ondersteuning bij de zorg.
Allochtone mantelzorgers die onbekend zijn met het zorgaanbod en uitbesteding van zorg voor familie moeilijk vinden	Passende hulp en extra inspanningen om de doelgroep te bereiken. Informatie, maatjes.
Allochtone mantelzorgers die onbekend zijn met het zorgaanbod en uitbesteding van zorg voor familie moeilijk vinden	Samenwerking met scholen en aandacht voor het thema bijvoorbeeld in ZAT teams. Activiteiten gericht op en samen met leeftijdsgenoten.

Vormen van technologische toepassingen in zorg en welzijn

Er zijn veel technologische toepassingen gericht op het bevorderen van de zelfredzaamheid van mensen en het vergemakkelijken van de zorg. Dit wordt ook eHealth genoemd. eHealth is het gebruik van nieuwe informatie- en communicatietechnologieën met name internettechnologie, om gezondheid en gezondheidszorg te ondersteunen of te verbeteren. Er zijn verschillende vormen van eHealth te onderscheiden:

Domotica is de integratie van hoogtechnologische diensten ten behoeve van een betere kwaliteit van wonen en leven, waardoor mensen langer zelfstandig thuis kunnen wonen. Het gaat naast integratie van techniek en bediening in de woning, ook om dienstverlening van buiten af, om zorg op afstand. Domotica kan comfortverhogend zijn zoals afstandsbediening waarmee mensen hun omgeving kunnen besturen (gordijnen, lampen, thermostaat, voordeur) of contact hebben met anderen (videocommunicatie en andere vormen van internetgebruik).

Zorg op afstand wordt vaak beschouwd als onderdeel van domotica, waarbij er wel sprake is van een zorgvraag. Hulpvrager en hulpverlener bevinden zich hierbij niet in dezelfde ruimte, maar de zorg wordt op afstand verleend door gebruik te maken van informatie- en communicatietechnologie (ICT).

Zorg op afstand heeft verschillende vormen:

- Zorggerelateerde diensten zoals telemonitoring van bloeddruk, gewicht, bloedsuiker; agendabeheer;
- Veiligheids- en bewakingsdiensten zoals alarmering, valpreventie door middel van sensoren of sleutelbeheer.
- Welzijnsdiensten in de vorm van video sociale netwerken of goedemorgenservice via het beeldscherm
- Gemaksdiensten voor bijvoorbeeld mensen met een beperkte mobiliteit: informatie- en consumentendiensten, taxidiensten en comfortdiensten.

Slimme hulpmiddelen spelen een belangrijke rol bij de zelfredzaamheid van kwetsbare ouderen en mensen met een beperking. Voorbeelden van slimme hulpmiddelen zijn een medicijndispenser die een signaal afgeeft aan de patiënt wanneer pillen geslikt moeten worden en die de mantelzorgers met een sms waarschuwt wanneer dit niet gebeurd is, een blindenstok met ingebouwde gesproken navigatie, een weegschaal en een bloeddrukmeters die gegevens direct doorsturen naar hulpverleners en een grote variëteit aan verschillende gezondheidsapps. Ook de ontwikkeling van zorgrobots die taken van hulpverleners kunnen overnemen is volop in beweging [11].

Bronnen

- | | |
|---|---|
| <p>[1] Provincie Noord-Brabant. De ontwikkeling van de bevolking in Noord-Brabant, 2014-2030. 's-Hertogenbosch: Provincie Noord-Brabant, 2014.</p> <p>[2] GGD Brabant-Zuidoost. Jeugdmonitor 0 t/m 11 jarigen (2013-2014), Jeugdmonitor 12 t/m 18 jarigen (2011-2012), Volwassenenmonitor 19 t/m 64 jarigen (2012-2013) en Ouderenmonitor 65 jaar en ouder(2012-2013). Eindhoven: GGD Brabant-Zuidoost, 2011-2013.</p> <p>[3] RIVM. Gemeentelijk Gezondheidsprofiel Helmond. www.rivm.nl/media/profielen/profile_794_Helmond_gezondet.html. (geraadpleegd december 2015). Bilthoven: RIVM, 2015.</p> <p>[4] RIVM. Volksgezondheid Toekomstverkenning 2014. Prognoses sterfte en ziekte, bewerkt doot GGD Brabant-Zuidoost. Bilthoven: RIVM, 2014.</p> <p>[5] CBS. Statline. Huishoudens; personen naar geslacht, leeftijd en regio 2000-2014. http://statline.cbs.nl/Statweb/publication/?DM=SLNL&PA=71488ned&D1=11&D2=0&D3=14-20&D4=276&D5=a&HDR=G4,G1,G2&STB=G3,T&VW=T. (geraadpleegd oktober 2015). Den Haag: CBS, 2014.</p> <p>[6] Gemeente Helmond, afdeling Onderzoek en Statistiek. Helmond Zorgzame stad, Wmo-enquête 2013. Helmond: Gemeente Helmond, 2014.</p> <p>[7] K. Sadiraj, J. Timmermans, M. Ras & A. de Boer. De toekomst van de mantelzorg. Den Haag: SCP, 2009.</p> <p>[8] Transitiebureau Wmo. Mantelzorgondersteuning is de basis. Aandachtspunten voor lokaal beleid. Den Haag: Transitiebureau Wmo, 2014.</p> | <p>[9] K. Doekhie, A. de Veer, J. Rademakers, F. Schellevis & A. Francke. Overzichtsstudies. Ouderen van de toekomst. Verschillen in de wensen en mogelijkheden voor wonen, welzijn en zorg. Utrecht: NIVEL, 2014.</p> <p>[10] Slimmer Leven 2020. www.slimmerleven2020.org. (geraadpleegd september 2015). Eindhoven: Coöperatie Slimmer Leven 2020, 2015.</p> <p>[11] J. Eertink & H. Krijgsman. Openheid platformen voor slimme zorg. 's-Hertogenbosch: Provincie Noord-Brabant, 2012.</p> |
|---|---|



PROGNOSEPROFIEL - TOELICHTING EN BRONNEN

Toelichting

De figuren in dit prognoseprofiel zijn gebaseerd op berekeningen van het RIVM voor de Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014, onder de aanname van gelijkblijvend beleid.

Bronnen

Bronnen die gebruikt zijn door RIVM bij het berekenen van de prognoses:

- | | |
|--|--|
| a. Centraal Bureau voor de Statistiek:
bevolkingsprognose 2012-2060
huishoudensprognose 2013-2060
doodsoorzakenstatistiek
gezondheidsenquêtes 2010, 2011, 2012
POLS gezondheid en welzijn 2001-2009) | d. H. Hilderink, M. In 't Panhuis – Plasmans,
G.J. Kommer & N Hoeymans. Methodologie
Trendscenario VTV-2014. Bilthoven: RIVM,
2014 www.eengezondernederland.nl/Over_de_VTV/Werkwijze_en_methodologie |
| b. ministerie van Onderwijs, Cultuur en
Wetenschap:
Referentieraming 2013, ministerie
van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap
http://www.rijksoverheid.nl/bestanden/documenten-en-publicaties/rapporten/2013/09/17/referentieraming-2013/referentieraming-2013.pdf | e. Feiten en cijfers over volksgezondheid en zorg.
RIVM, 2015.
www.volksgezondheidenzorg.info |
| c. Diverse bronnen voor prevalentie van ziekten
zoals gebruikt voor Volksgezondheid
Toekomst Verkenning 2014
http://www.eengezondernederland.nl/Een_gezonder_Nederland | |



DANKWOORD

Deze Volksgezondheid Toekomst Verkenning van de GGD Brabant-Zuidoost is tot stand gekomen dankzij de inzet van vele in- en externe deskundigen. Onze dank gaat uit naar:

De geïnterviewde deskundigen:

Alsiddiq, Rami	Medewerker Ondersteuningsteam, gemeente Best	Hendriks, Liesbeth	Coördinator, Steunpunt Mantelzorg Verlicht
Bloem, Sjaak	Bijzonder hoogleraar Health Care Consumers & Experienced Health, Nyenrode Business Universiteit	Hendrix, Ans	Relatiemanager en projectmanager, Lumens
Bon, Puck van	Relatiemanager Veldhoven, Lumens	Herpen, Carla van	Coördinator, Vrijwilligerspunt Eindhoven
Bos, Karin van den	Senior beleidsmedewerker, Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport	Hikspoors, Theo	Arbeidskundige, UWV-Werkplein Helmond
Broek, Inge van den	Beleidsadviseur Milieu en Gezondheid, Bureau Gezondheid Milieu & Veiligheid GGD'en Brabant/Zeeland	L'Hoir, Monique	Senior-onderzoeker, TNO
Broek, Saskia van den	Programmaleider Programmalijn Participatie en medezeggenschap, Zorgbelang Brabant	Huber, Machteld	Directeur, Institute for Positive Health (IPH)
Burdorf, Lex	Hoogleraar Determinants of Public Health, Erasmus Universiteit Rotterdam	Linders, Lilian	Lector Beroepsinnovatie Social Work, Fontys Hogeschool
Cornelissen, Anja	Manager Markt- en beleidsontwikkeling, MEE Zuidoost-Brabant	Meijer, Susan	Onderzoeker Publieke Gezondheid, RIVM
Dekkers, Jan	Gezondheidsambassadeur, gemeente Laarbeek	Mol, Maaïke	Programmaleider Programmalijn Eigen regie, Zorgbelang Brabant
Demerouti, Eva	Hoogleraar Organizational Behavior & Human Decision Processes, Technische Universiteit Eindhoven	Mols, Joyce	Praktijkonderzoeker Wmo-werkplaats, Fontys Hogeschool
Dietvorst, Ton	Directeur bedrijfsleider, Kringloop de Kempen	Nierop, Bas van	Docent Ecologische Pedagogiek, Hogeschool Utrecht
Duivenbode, Hanna van de	Coördinator, Zelfhulpnetwerk Zuidoost Brabant	Nijdam, Renske	Milieugezondheidskundige, Bureau Gezondheid, Milieu & Veiligheid GGD'en Brabant/Zeeland
Elzen, Monique van den	Dorpsondersteuner de Mortel, gemeente Gemert Bakel	Overgoor, Louis	Directeur, Big Move Institute
Feringa, Dana	Associate Lector Beroepsinnovatie Social Work, Fontys Hogeschool	Overveld, Kees van	Gedragdeskundige, deskundige weerbaarheid
Hamberg, Heleen	Onderzoeker Publieke gezondheid, Rijksinstituut Volksgezondheid en Milieu (RIVM)	Pender, Marcel de	Projectleider, Slimmer Leven 2020
Hegeman, Marianne	Gezondheidsambassadeur, gemeente Helmond	Raedts, Yvonne	Stafarts, De Zorgboog
Heijden, Neeltje van der	Projectleider Participatiewet, gemeente Best	Rens, Daniëlle van	Voorzitter Wijkcommissie Geenhoven en gezondheidsambassadeur, gemeente Valkenswaard
		Rensink, Hetty	Senior-medewerker Programma Opvoeding, Trimbos Instituut
		Rijsewijk, Marijke van	Consulent, Ergon Werkmakelaars
		Schols, Hilly	Verenigingsadviseur, Vrijwilligerspunt Eindhoven
		Smolders, Jack	Leerplichtconsulent, gemeente Best
		Snoeijen, Aafke	Huisarts en kaderarts hart- en vaatziekten

Stalpers, Joost	Consultant, Janssen-Cilag
Tillaart, Jeanette van den	Manager Peelregio, MEE Zuidoost-Brabant
Tissen, Inge	Stafarts, ZuidZorg
Venhuis, Wim	Medetrekker en bestuurslid, Zelfhulp Verbindt
Verbeet, Irene	Directeur, basisschool de Westwijzer Helmond
Weert, Annet van	Intern begeleider, basisschool de Westwijzer Helmond
Wittenboer, Susan van den	Projectmanager Dynamo Jeugdwerk, Lumens

Afvaardiging van de gemeenten in de regio Zuidoost Brabant:

Burgt, Marieke van de	Beleidsmedewerker Sociaal Domein, gemeente Gemert-Bakel
Grizell, Desiree	Medewerker Beleid en Ondersteuning, gemeente Valkenswaard
Heurman, Linda	Beleidsmedewerker, gemeente Eindhoven
Jansen, Saskia	Beleidsmedewerker Regie & Ontwikkeling, gemeente Best
Kooijmans, Charlotte	Coördinator Maatschappelijk Beleid, gemeente Heeze-Leende
Wibbens, Wenda	Beleidsmedewerker Welzijn, gemeente Eersel

Referenten van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu:

Hamberg, Heleen	Onderzoeker Publieke Gezondheid
Hilderink, Henk	Senior-onderzoeker
Poos, René	Onderzoeker Publieke Gezondheid
Verweij, Antonia	Onderzoeker Publieke Gezondheid
Zantinge, Else	Onderzoeker Publieke Gezondheid

Diverse collega's van de GGD Brabant-Zuidoost hebben in het proces van de totstandkoming van dit ebook een bijdrage geleverd in werkgroepen, gesprekken met deskundigen, inventariseren van voorbeelden en aandragen van teksten.



COLOFON

GEZONDHEID VERBINDT in de gemeente Helmond
Volksgezondheid Toekomst Verkenning januari 2016

GGD Brabant-Zuidoost
Postbus 8684
5605 KR Eindhoven
Telefoon 088 0031 100
www.ggdbzo.nl / <http://www.ggdbzo.nl/ggdkompas>

Meer informatie:

Voor advies op het gebied van gezondheid
in de gemeente Helmond: Ellen van Bree,
gezondheidsmakelaar, e.van.bree@ggdbzo.nl
Meer informatie over de data en databronnen:
Paula Dijkema, kennismakelaar,
p.dijkema@ggdbzo.nl

Projectgroep Volksgezondheid Toekomst Verkenning en auteurs:

Monique de Kok (projectleider),
Yvonne Meertens (onderzoeksfunctionaris),
Anke van Gestel, (onderzoeksfunctionaris),
Paula Dijkema (onderzoeksfunctionaris),
Ellen van Bree (beleidsfunctionaris),
Janine Cosijn (beleidsmedewerker gemeente
Eindhoven (mei-september 2015)),
Peter van Nierop (teammanager onderzoek).

Copyright © januari 2016, GGD Brabant-Zuidoost
Alle rechten voorbehouden. Indien u delen van dit ebook
overneemt dan graag met bronverwijzing naar de GGD
Brabant-Zuidoost, Gezondheid verbindt in de gemeente
Helmond, Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2016.
De redactie besteedt de grootst mogelijke aandacht aan de
juistheid van informatie in dit rapport. Fouten zijn echter
niet volledig uit te sluiten. U kunt daarom geen rechten
ontlenen aan deze teksten. Voor vragen of opmerkingen
kunt u zich richten tot de auteurs via telefoonnummer
088 0031 100.

Ontwerp en opmaak
Irene Cleef (communicatie mediavormgever)
GGD Brabant-Zuidoost januari 2016

versie 2