



**Trekt u aan de kar van een
vernieuwend
lokaal
gezondheidsbeleid?**



vigez





Trekt u aan de kar van een vernieuwend lokaal gezondheidsbeleid?

Een gezonde burger in een gezonde gemeente ligt u na aan het hart? Uw verkiezingsprogramma straalt zorg uit voor de bewoners en u wilt gezondheid promoten in het volgend legislatuurplan van uw gemeente en OCMW? Dan kunt u scoren bij de kiezer.

Een derde van de burgers, blijkt uit recent onderzoek, ligt wakker van gezondheidsproblemen, van de stress of van de gezondheidsrisico's in de leefomgeving. Zo willen 5 op 10 mannen en 6 op 10 vrouwen iets doen aan hun gewicht. De helft van de respondenten op het onderzoek klaagt over een gebrek aan energie. U kunt er voor zorgen dat die cijfers in uw gemeente dalen.

Als lokaal bestuur kunt u het beste de gezondheid van uw burgers bevorderen en sociale ongelijkheden tussen bevolkingsgroepen wegwerken, want u staat het dichtst bij de mensen. En u staat er niet alleen voor want u kunt rekenen op een breed netwerk van lokale partners.

Geef gezondheid haar verdiende plaats in uw verkiezingsprogramma. Kom zo tegemoet aan alle mensen die bezorgd zijn om hun gezondheid: ouders met jonge kinderen, senioren, mensen in armoede, al wie kampt met een verslaving of depressie,...

Wij hopen alvast op een plaats voor gezondheid in uw partijprogramma en uw verkiezingsdrukwerk voor de lokale verkiezingen van zondag 14 oktober 2012.

Krijgt u vervolgens een mandaat van uw inwoners? Dan zien wij graag dat u werk maakt van gezondheids promotie in de volgende legislatuur. Als dat geen zinvolle manier van politiek bedrijven is!

Om uw campagne en programma stevig te onderbouwen leest u verder nuttige info in deze brochure.

01

Gezondheid telt

Onze levensverwachting blijft stijgen. Ons zorgsysteem behoort tot de beste. Maar toch zien we nog steeds dat hoe hoger je opgeleid bent, hoe langer je leeft, hoe minder beperkingen je hebt en hoe minder kans dat je blijft roken of last hebt van overgewicht.

En toch blijven veel ziekten en beperkingen het gevolg van een ongezonde leefstijl of een ongezonde omgeving. Bovenop de toenemende zorgvraag door de vergrijzing. Steeds meer actieve senioren zoeken kansen om gezond ouder te worden. Vandaag denken we meer dan vroeger aan preventie. Want een gezonde burger wordt minder ziek, zit beter in zijn vel, kost dus minder geld en kan bovendien actief aan de samenleving bijdragen.

Problemen waar u werk van kunt maken

In 2008 telden we in ons land 21% dagelijkse **rokers**. Enkel bij hogeropgeleiden neemt het aantal rokers af. De helft tot tweederde van de rokers zal aan een tabaksgerelateerde aandoening sterven. In België gaat het om ongeveer 20.000 doden per jaar. Een roker leeft gemiddeld tien jaar minder lang dan een niet-roker en boet in aan levenskwaliteit. Wie meerookt met een rokende huisgenoot loopt ook gemakkelijker longkanker op.

Alcoholgebruik is niet enkel verslavend, maar ook de oorzaak van een zestigtal verschillende ziekten en aandoeningen, vooral leveraandoeningen en kankers. Binge drinken (overmatig drinken in kort tijdsbestek) is vooral populair bij jongeren van 15-24 jaar en het meest bij jonge mannen, met aanzienlijke risico's op ongevallen, hersenschade, vandalisme en onveilige seks.



Druggebruik van jongeren is één van de belangrijkste maatschappelijke problemen waar de Vlaming wakker van ligt. Ook het onderwijs, jeugdwerk en de vrijetijdsector krijgen ermee te maken. Alcohol- en drugmisbruik veroorzaken niet alleen gezondheidsproblemen, maar ook overlast en onveiligheid, leggen een hypotheek op ontwikkelingskansen van jongeren, op het welzijn van gezinnen en op een veilige en leefbare stad of gemeente. Ook binnen verkeersveiligheid speelt alcohol- en druggebruik een aanzienlijke rol.

Elke dag bewegen

“Van de volwassen Vlamingen beweegt meer dan de helft te weinig. Door de inspanningen van ongeveer de helft van de Vlaamse steden en gemeenten in de implementatie van het 10.000-stappen-project hebben sinds 2009 ongeveer 10% meer Vlamingen de dagelijkse 10.000-stappen-norm gehaald!”

Drieëndertig procent van de volwassen bevolking kampt met **overgewicht** en veertien procent is echt zwaarlijvig. Overgewicht kun je niet herleiden tot een esthetisch probleem, maar moet je zien als voorbode van belangrijke gezondheidsproblemen. Hoe lager het opleidingsniveau, hoe hoger de kans op overgewicht. Zeer verontrustend is dat bijna een op vier kinderen tussen vijf en negen jaar al overgewicht heeft.

Uit recente Europese cijfers is gebleken dat ons land met 145 **borstkankers** per 100.000 vrouwen, de hoogste frequentie noteerde. De deelname aan de aangeboden screening kan door meer sensibilisering op maat nog toenemen.

Oudere mensen vormen een belangrijke risicogroep voor **valaccidenten**. Zo'n dertig tot veertig procent van de 65-plussers valt minstens één keer per jaar. In deze leeftijdscategorie is vallen de zesde doodsoorzaak en de belangrijkste reden waarom ouderen met botontkalking hun heup breken. Ook de psychische gevolgen zijn zwaar. Uit schrik om te vallen, isoleren oudere mensen zich meer. Ze beperken hun activiteiten en worden daardoor meer afhankelijk.



Een kwart van de bevolking voelt zich **niet goed in zijn vel**. Negen procent van de volwassen bevolking gebruikt slaapmiddelen, zeven procent kalmeermiddelen en zes procent antidepressiva. Meer dan een Belg op tien heeft ooit ernstig aan zelfdoding gedacht en een op twintig heeft een poging achter de rug. In Vlaanderen sterven elke dag bijna drie mensen door zelfmoord.

Borstkankerthema verteerbaar

“De keuze voor vrouwvriendelijke arrangementen zoals een workshop ‘kleur & stijl’ of een professionele fotoshoot in combinatie met een interactieve tentoonstelling over borstkankeropsporing waren in verschillende gemeenten een schot in de roos. Een geladen onderwerp als borstkanker werd zo meer verteerbaar. En door met de lokale middenstand samen te werken raakte de boodschap verspreid langs onverwachte weg zoals bakkers- en linteriezaken.”

Ook onze **omgeving** heeft rechtstreekse impact op onze gezondheid en vraagt om beschermende initiatieven en correcte informatie. Vervuilde binnenlucht, asbest, chemische vervuiling, te hoge straling,... Velen liggen er wakker van.

Ten slotte hebben mensen nog te **moeilijk toegang tot de gezondheidszorg**. Wachtlijsten voor geestelijke gezondheidszorg blijven nog te lang. Nog steeds moeten maatschappelijk kwetsbare groepen medische hulp te vaak uitstellen.

Goed bezig!

Hoe lokale besturen een gezondheidsbeleid voeren, is de voorbije jaren sterk veranderd. Heel wat lokale besturen namen gezondheid op in hun sociaal beleidsplan en zetten goed onderbouwde acties en projecten op, vaak met

medewerking van lokale partners en met de steun van hun Logo (Lokaal Gezondheidsoverleg).

Gezonde Gemeente

“Door de beleidsmethodiek Gezonde Gemeente toe te passen tonen kleinere gemeenten aan dat ook zij structureel werk kunnen maken van een lokaal gezondheidsbeleid. Met beperkte middelen en mankracht brachten een aantal gemeenten in onze regio een lokale dynamiek op gang die zowel het beleid, de administratie als de bevolking enthousiasmeerde én enthousiasmeert.

Naargelang de vorderingen in het gezondheidsbeleid krijgt de gemeente een aantal sterren toebedeeld.”

Maar nu kunt u een stap verder zetten: veranker de voorbije acties en projecten structureel in uw globaal OCMW- en gemeentebesleid dat aansluit bij de principes van de beleids- en beheerscyclus. Zo kunnen ook andere beleidsdomeinen zoals milieu, jeugd, ruimtelijke ordening of lokale economie in hun beleidskeuzes aandacht schenken aan bedoelde en onbedoelde gezondheidseffecten.

Uw lokaal bestuur is bij uitstek goed geplaatst om te zorgen dat er in uw gemeente samen met de mensen iets beweegt naar een steeds gezondere gemeente. Dat het bestuur alle lokale actoren samen laat werken. Dat uw gemeente voor iedereen gezonde kansen in een gezonde omgeving creëert en dat een gezonde leefstijl voor iedereen aantrekkelijk en toegankelijk is.



De pijlers voor een stevig lokaal gezondheidsbeleid

- De gemeente stelt prioriteiten op basis van de kennis die ze heeft over de gezondheidssituatie van haar inwoners.
- De gemeente pakt gezondheid aan vanuit de beleidsdomeinen waar ze vat op heeft zoals welzijn, sport, vrije tijd, milieu, jeugd, onderwijs, veiligheid of politie. Een integraal beleid waarin de gezondheid van de burger centraal staat. De gemeente vraagt om samenwerking met het bedrijfsleven, milieuorganisaties, jeugdbewegingen, seniorenorganisaties, sportverenigingen, onderwijs,...
- De gemeente houdt rekening met de diversiteit van haar burgers.
- De gemeente verbindt welzijn en gezondheid, preventie en curatie, profit en non-profit in het streven naar hetzelfde gezondheidsdoel.
- De gemeente maakt de uitvoering van projecten door partners makkelijker.
- De gemeente neemt als werkgever een voorbeeldfunctie op voor gezonde rookvrije werknemers, met bewegingskansen, een gezond voedingsaanbod, een alcohol- en drugbeleid,...
- De gemeente gaat voor resultaat en kiest voor succesvolle, zichtbare en leuke interventies.
- De gemeente heeft oog voor financiering: werken aan gezondheid komt tot uiting in de gemeentebegroting.
- De gemeente investeert in mensen die het gezondheidsbeleid uitdragen: gemotiveerde koplopers zijn meer waard dan prachtige beleidsplannen.

Lokaal intersectoraal drugoverleg

“Onder impuls van het OCMW en de Gemeente overleggen het JAC, het CAW, het Logo, de politie, de lokale horeca, het jeugdwerk en de sportdienst over alcohol, tabak en drugs. Het CGG trekt de kar. Samen zoeken zij naar lokale antwoorden op lokale noden en waken zo over de veiligheid en gezondheid van de inwoners.”

Toevallige acties en projecten bouwt u nu duurzaam en structureel in het integraal gemeentebestuur. Twee voorbeelden.

1. Wilt u uw burgers meer laten bewegen? Zet dan een stap verder dan informeren en motiveren. Uw beweegproject kent meer succes als u ook werk maakt van een goed uitgebouwd fietspadennetwerk, gebruiksvriendelijke fietsstallingen en een milieuvriendelijk woon-werkverkeer dat u samen met uw onderwijs- en bedrijfspartners uittekent.
2. Ook van ‘gezond ouder worden’ kunt u een speerpunt maken door een integrale aanpak. Dorpskernvernieuwing, woonwijkenontwikkeling, sportpromotie, thuiszorg... Laat mensen uit al deze beleidsdomeinen met elkaar overleggen als u ‘gezond ouder worden’ op de agenda zet. Als gemeente behoudt u natuurlijk de regie en waakt u over de realisatie.

Mix uw interventies en maak deze ruim bekend. Zo garanderen wij u succes!



En u?

U kent de lokale context en wat er nodig en mogelijk is. Ook experts en praktijkwerkers zijn het er unaniem over eens dat het lokale bestuur het best geplaatst is om in te spelen op lokale noden en vragen. Subsidiariteit dus. Ook voor de kansen op gezond leven, op een gezonde omgeving, en op toegankelijke zorg geldt subsidiariteit. Gezondheid verdient dus een vaste plaats op de lokale beleidsagenda.

Steeds meer partners

"In onze gemeente werd het vuur aan de lont gestoken door de Gezinsbond. Het gemeentebestuur ging op hun vraag in om het jaarlijks ontbijt te koppelen aan andere activiteiten over gezonde voeding en beweging. Een gevarieerd weekprogramma werd getrokken door de gezondheidsmedewerker en de sportfunctionaris. Informatie kwam aan bod via educatieve speltafels. Het initiatief verspreidde zich via steeds meer diensten: seniorenraad, (kleuter)scholen, dagcentra, bibliotheek, toeristische dienst, opvoedingsondersteuning, lokale opvanginitiatieven,... Een creatieve dynamiek die éénmalige acties overstijgt, ontstond onder regie van de gemeente."

Is er in uw gemeente toch weinig aandacht voor gezond leven? Geen probleem maar ook geen getreuzel... want u krijgt vanaf 2013 een nieuwe kans. Uw partij kan zich onderscheiden door in te zetten op gezondheidspromotie. Binnen de nieuwe beleids- en beheerscyclus kreeg 'gezondheidspromotie' al een apart beleidsveld. Maar ook in andere beleidsvelden moet een gemeente de aandacht voor kansen op gezondheid blijven promoten. Toegankelijke zorg, maar ook aantrekkelijk en laagdrempelig sportaanbod, gezond woonbeleid, valveilige voetpaden,... Pas door alle maatregelen en initiatieven op elkaar af te stemmen bereiken we maximale gezondheidskansen. U voert de regie en maakt gebruik van goede methodieken en materialen.

U staat er niet alleen voor

Uw partner bij uitstek is het Logo van uw regio. Logo staat voor Lokaal Gezondheidsoverleg. Openbare besturen, gezondheids- en welzijnswerkers en andere relevante partners die gezondheidsdoelstellingen nastreven, werken samen in het Logo. Een daling van het aantal rokers, een daling van het aantal mensen met een ongezond gewicht, de verhoging van de participatie aan het bevolkingsonderzoek naar borstkanker, een daling van het aantal mensen met depressieve klachten, minder mensen met een alcohol- of drugprobleem,... Het Logo rekent op de lokale besturen om deze gezondheidsdoelen mee te realiseren.

(G)één vuiltje aan de lucht

"Binnenmilieu is vaak sterker vervuild dan buitenmilieu. Aangezien we 85% van de tijd binnen zitten, kunnen reële gezondheidsverschillen optreden. Lekker Fris en Air@school hebben hun nut bewezen in de scholen. Een betere concentratie en meer zuurstof in de klas zijn het gevolg. Ook veel lokale besturen zetten in op een gezond binnenmilieu. Zij dragen via acties als (G)een vuiltje aan de lucht met de bijhorende CO2-meter de boodschap rond het belang van een gezond binnenmilieu uit naar hun bevolking, eigen personeel, onthaalmoeders, woon- en zorgcentra,..."

De Vlaamse overheid subsidieert Logo's, o.a. om lokale besturen te ondersteunen als ze een gezondheidsbeleid organiseren. Logo's werken samen met het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie (VIGeZ), de Vereniging voor Alcohol en andere Drugproblemen (VAD) en andere partnerorganisaties om projecten, methodieken en materialen die werken ter beschikking te stellen. Denk bijvoorbeeld aan acties als 10.000 stappen, Tutti Frutti, Fit in je hoofd, de tentoonstelling "Laat naar je borsten kijken", "24 uur niet roken", "Begin niet te vroeg. Geen alcohol -16, geen sterkedrank -18" of "Zendantennes... een hot item." Evengoed ondersteunt het Logo de opmaak van een integraal actieplan 'Gezonde Gemeente'. Elk Logo levert informatie aan zoals regionale en lokale gezondheidscijfers en zorgt ervoor dat praktijkkennis tussen de verschillende gemeenten en andere partners gedeeld wordt.

09



Maak er werk van

Vandaag zijn de stemmen nog niet geteld, is het bestuursakkoord nog niet getekend. Bij de opmaak van uw partijprogramma wilt u graag gezondheid op de agenda zetten. U zult merken dat u een thema aansnijdt dat leeft en op vele terreinen winst oplevert, ook voor u.

Voor verdere informatie en adviezen steeds welkom bij uw Logo. Surf naar www.vlaamselogo.be

Vlaams expertisecentra:

VIGeZ (Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie v.z.w.) www.vigez.be en www.gezondegemeente.be: portaalsite over hoe een gezondheidsbeleid opzetten en met info en interventies voor alle gezondheidsthema's. Contact: [Bruno.Buytaert@vigez.be](mailto: Bruno.Buytaert@vigez.be)

VAD (Vereniging voor Alcohol en andere Drugproblemen v.z.w.) www.VAD.be
Contact: [David.Mobius@vad.be](mailto: David.Mobius@vad.be)

© VIGeZ, 2011 - tekst: Logo's, VIGeZ & VAD
ISBN 9789075628487



VERENIGING VOOR
ALCOHOL EN ANDERE
DRUGPROBLEMEN vzw



met de steun van de Vlaamse overheid

**Op uw gezondheid
en die van uw streekgenoten!**



vigez

