

VISIEDOCUMENT LOKAAL GEZONDHEIDSBELEID

Aanleiding

In de Wet publieke gezondheid (Wpg) staat beschreven wat de specifieke taken van de gemeente zijn om de gezondheid van haar inwoners te bevorderen. De Wpg schrijft voor dat de gemeenteraad van elke gemeente om de vier jaar een nota vaststelt met daarin de prioriteiten op het gebied van volksgezondheid. Deze vierjaarlijkse verplichte vaststelling betekent echter niet dat de gemeente ook elke vier jaar nieuw beleid formuleert. Het verbeteren van de volksgezondheid is immers een kwestie van een lange adem. Daarbij komt dat de overgrote meerderheid van de Zoetermeerders zijn gezondheid als (zeer) goed ervaart. We stellen daarom geen grote beleidswijzigingen voor, maar willen aanhaken op de maatschappelijke ontwikkelingen die gaande zijn.

De belangrijkste ontwikkeling is de nieuwe manier om gezondheid te beschouwen: positieve gezondheid¹. Dit beginsel, dat uitgaat van mogelijkheden in plaats van beperkingen, sluit naadloos aan bij de principes van het sociaal domein (zelfredzaamheid, zelfregie en participatie) en vormt dan ook het belangrijkste uitgangspunt van het gezondheidsbeleid. Naast het sociaal domein en gezondheid, zijn gemeenten ook verantwoordelijk voor de fysieke leefomgeving. Hieruit volgt een andere ontwikkeling: de Omgevingswet die vanaf 2019 van kracht zal zijn. Deze wet biedt nog nadrukkelijker de mogelijkheid om ook het fysieke domein en gezondheid aan elkaar te verbinden. In Zoetermeer krijgt dat vorm door het opstellen van een integrale Omgevingsvisie.

Het gezondheidsbeleid maakte de afgelopen jaren onderdeel uit van de Wmo-nota. De inhoudelijke koppeling wordt nu losgelaten. Dit heeft een inhoudelijke en een praktische reden. Inhoudelijk omdat het lokaal gezondheidsbeleid geen onderdeel vormt van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), maar zich vooral richt op preventie en 'niet ziek worden'. Daarbij raakt het gezondheidsbeleid zoveel meer (beleids)terreinen dan alleen de Wmo. De praktische reden is dat uit de Wpg volgt dat de lokale nota uiterlijk in december 2017 wordt vastgesteld, zodat invoegen in de eerstkomende Wmo-nota niet mogelijk is.

Tot slot: een Zoetermeerse inwoner wordt niet gezonder van een lijvige nota. Er is daarom gekozen voor een compact visiedocument. Onder dit visiedocument hangt een door het college vast te stellen uitvoeringsagenda, die na twee jaar geëvalueerd wordt en waar nodig wordt aangepast.

Visie

Zoetermeer is een stad waarin de inwoners zich in staat voelen richting te geven aan hun eigen leven. De focus ligt op de mogelijkheden die mensen hebben om met ziekten, beperkingen en tegenslagen om te gaan en minder op de aan- of afwezigheid van ziekten en aandoeningen. We streven naar laagdrempelige preventieve activiteiten die de (positieve) gezondheid bevorderen. Gezondheid is niet alleen een doel op zich, maar ook een middel om andere doelen te kunnen bereiken, zoals: 'meer regie op het eigen leven', 'kwaliteit van leven', 'mee kunnen doen in de maatschappij' en 'het gebruik maken van sociale netwerken'. Dit verbindt het gezondheidsbeleid met de doelstellingen in het sociale domein: participatie, zelfregie en zelfredzaamheid. Doordat gezondheid expliciet als belang in de Omgevingswet is benoemd, worden ook het fysieke domein en gezondheid aan elkaar verbonden. Verbindingen versterken en creëren ruimte om integraal aan gezondheidsbevordering te werken!

¹ 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. Positieve gezondheid kent zes dimensies: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, sociaal-maatschappelijke participeren en dagelijks functioneren (Machteld Huber).

Zoetermeerse gezondheidssituatie

Voorafgaand aan het schrijven van een nota vindt een analyse plaats van de gezondheidssituatie in de gemeente. Deze analyse werd uitgevoerd door GGD Haaglanden, die in 2015 de Gezondheidsmonitor² uitbracht. Dit is een bundeling van gegevens uit diverse lokale, regionale en landelijke (kwantitatieve) onderzoeken, onder ander uit het (vierjaarlijks uitgevoerde) Gezondheidsonderzoek van 2012. Uit de integrale gegevensanalyse zijn zes algemene Kernboodschappen geformuleerd. We vermelden deze hieronder met, ter illustratie, een aantal cijfers die worden genoemd in de Gezondheidsmonitor. Daarbij merken we op dat Zoetermeer niet (erg) afwijkt van de ons omringende gemeenten. De belangrijkste uitzondering hierop is de constatering dat Zoetermeer sterker zal vergrijzen (zie ook onder Prioriteiten).

1. Gezondheidswinst behalen door inzet van preventie en vroegsignalering.
2. Bevorderen van gezondheid en participatie in Zoetermeer.
 - 11% van de potentiële Zoetermeerse beroepsbevolking is werkloos of arbeidsongeschikt. Wanneer deze groep mensen in de maatschappij actief is en blijft (begeleiding naar betaald werk, sport, vrijwilligerswerk) kunnen gezondheidsproblemen worden voorkomen en wordt participatie bevorderd.
3. Kwetsbare inwoners van Zoetermeer ondersteunen bij het gezond(er) worden, regie voeren en participeren.
 - 18% van de 65+-ers is kwetsbaar. Zij voelen zich minder gezond en hebben meer beperkingen. De beperkingen belemmeren de participatie zodat ook eenzaamheid toeneemt.
 - 15% van de inwoners tussen de 19 en 64 jaar is mantelzorger. 13% van hen voelt zich in die rol als mantelzorger zwaar belast tot overbelast.
 - Gemiddeld 38% van de Zoetermeerders vanaf 19 jaar heeft een matig tot hoog risico op een angststoornis of depressie³. In de wijken Buytenwegh en Palenstein is het percentage zelfs 46% respectievelijk 55%.
 - 28% van de bevolking (15-74 jaar) heeft een laag onderwijsniveau en 35% van de huishoudens heeft een laag inkomen. Deze inwoners hebben meer lichamelijke en psychosociale gezondheidsproblemen. Laaggeletterdheid komt onder deze inwoners ook vaker voor. Zoetermeer besteedt al specifiek aandacht aan inwoners in de wijken met een gemiddeld lagere sociaal-economische status (SES) (de wijken Buytenwegh, Meerzicht en Palenstein).
4. Inwoners van Zoetermeer stimuleren om hun leefstijl blijvend positief te beïnvloeden.
 - De helft (52%) van de Zoetermeerse inwoners is te zwaar. Overgewicht brengt een risico op diabetes en kanker met zich mee. Ernstig overgewicht kan mensen belemmeren in hun functioneren.
 - 20% rookt en 5% gebruikt zwaar alcohol.
5. Naar een gezonde leefomgeving die bijdraagt aan de gezondheid en het welbevinden van de bevolking van Zoetermeer.
 - 94% van de inwoners beoordeelt de woonomgeving met een voldoende.
 - 5% heeft vocht of schimmel in de woonkamer en/of slaapkamer.
 - 16% ervaart ernstige geluidshinder in/om het huis.
6. Bijdragen aan de positieve ontwikkeling en vorming van de jeugd van Zoetermeer.
 - 10% van de kinderen heeft (ernstig) overgewicht, 26% eet niet dagelijks fruit. 87% voldoet niet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (minimaal 1 uur per dag bewegen).

² <http://www.ggdhaaglanden.nl/web/file?uuid=968f2497-641b-4805-b5ba-8ebecf6a214f&owner=180b8e6c-468e-4875-9912-e0b821744107>

<http://www.ggdhaaglanden.nl/web/file?uuid=9afcf534-ba4a-4041-90bb-8fda074eef5c&owner=180b8e6c-468e-4875-9912-e0b821744107>

³ Respondenten hebben, berekend op basis van hun reactie op een standaard vragenset, een verhoogd risico op het krijgen van een angststoornis of depressie. Er kan op basis van de vragenset geen diagnose worden gesteld.

Prioriteiten

Op basis van de cijfers in de Gezondheidsmonitor zijn drie groepen inwoners aan te wijzen met een verhoogd risico op kwetsbaarheid. Het gaat om:

- ouderen;
- inwoners met een gezondheidsachterstand;
- inwoners met een minder goede psychosociale gezondheid.

We verwachten dat het versterken van de positieve gezondheid, de veerkracht, van met name deze inwoners tot gezondheidswinst zal leiden.

Daarnaast is het van belang om vanuit verschillende kanten een positief gezonde leefomgeving voor *alle* Zoetermeerders te bevorderen. Preventie van gezondheidsproblemen vormt immers de kern van het lokaal gezondheidsbeleid.

Op basis van de speerpunten uit de landelijke nota, de bestuurlijke prioriteiten en de lokale cijfers zijn vier prioriteiten voor het lokaal gezondheidsbeleid in de komende vier jaar geformuleerd. Hieronder volgt een korte beschrijving van deze vier prioriteiten, wat we per prioriteit willen bereiken en wat we daarvoor gaan doen. Er is geen rangorde tussen deze prioriteiten, de gehanteerde volgorde is willekeurig. In het uitvoeringsprogramma worden de activiteiten die per prioriteit worden uitgevoerd uitgebreider beschreven. Positieve gezondheid geldt als uitgangspunt voor elke prioriteit: we willen inwoners en partners inspireren om de positieve gezondheid te bevorderen.

Vitaal ouder worden

Gemiddeld genomen leven we steeds langer. Juist de gemeente Zoetermeer zal de komende jaren sterk vergrijzen. Het Centraal Bureau voor de Statistiek verwacht dat tot 2025 het aantal senioren (65+) met 52% stijgt en het aantal 20 t/m 64-jarigen afneemt met ongeveer 9%. We willen graag dat oudere inwoners die extra jaren in goede gezondheid en vitaliteit doorbrengen, ook gelet op de tendens dat mensen langer zelfstandig thuis wonen. We willen daarom de eigen kracht, eigen regie en het vermogen tot participeren bevorderen. Belangrijke onderwerpen zijn ondervoeding (wat niet altijd wordt herkend), valpreventie en ouderenmishandeling. Ouderdom komt wellicht met gebreken, maar met de juiste ondersteuning kunnen ouderen hun zelfregie en zelfredzaamheid zoveel mogelijk behouden. Daarbij kijken we niet alleen naar de oudere zelf, maar ook naar zijn of haar omgeving (bijvoorbeeld: mantelzorgondersteuning).

Wat willen we bereiken?	<ul style="list-style-type: none">- Meer ouderen doen aan beweging.- Meer mantelzorgers voelen zich ondersteund.- Minder ouderen zijn ondervoed.
Wat gaan we daarvoor doen?	<ul style="list-style-type: none">- Palet Welzijn biedt beweegactiviteiten voor ouderen.- Onderzoek gericht op de wijze waarop ouderen zich bewegen in de buitenruimte.- Het project 'Gezond in de stad' is gericht op het versterken van de positieve gezondheid van (toekomstige) mantelzorgers.- Goudenhart organiseert groepsbijeenkomsten voor ouderen over ondervoeding.

Gelijke kansen op gezond leven

Positieve gezondheid draait om veerkracht, het kunnen omgaan met uitdagingen in het leven (op fysiek, emotioneel en/of sociaal gebied). Sommige inwoners echter moeten in hun leven gemiddeld meer uitdagingen het hoofd bieden. We denken hierbij aan inwoners met een lage(re) sociaal-economische status (SES), inwoners die laaggeletterd zijn en statushouders.

Inwoners met een lager opleidingsniveau en/of een laag inkomen worden aangeduid als mensen met een lage(re) (SES). Zij leven gemiddeld minder lang en in minder goede

gezondheid dan inwoners met een hoge(re) SES. De gezondheidsverschillen tussen mensen met een hoge en een lage SES nemen verder toe. Niet voor niets is het terugbrengen van gezondheidsachterstanden als landelijke ambitie benoemd. Deze kwestie speelt ook in Zoetermeer: de wijken Buytenwegh, Meerzicht en Palenstein worden als lage SES-wijk aangemerkt. De ervaren gezondheid is in deze wijken 70% ten opzichte van 78% in de rest van Zoetermeer. Vanuit het oogpunt van preventie moeten we er wel op bedacht zijn niet al onze pijlen op deze drie wijken te richten. Ook delen van andere wijken kunnen in de loop der tijd kenmerken van een lage SES-wijk vertonen.

Inwoners die laag- of andersgeletterd zijn hebben ook een hoger risico op gezondheidsproblemen. Hiermee hangt samen dat mensen minder goede gezondheidsvaardigheden⁴ hebben en zodoende minder goed in staat zijn gezond te leven. We zetten in op het verbeteren van geletterdheid en de daarmee samenhangende gezondheidsvaardigheden. Inwoners die gezondheidsvaardig zijn, hebben kennis over gezonde leefstijl en zijn in staat om gezond te leven.

Een specifieke groep onder inwoners met een lage SES vormen de statushouders. Laaggeletterdheid, psychosociale problemen en afhankelijkheid van uitkering/sociale voorzieningen is onder deze groep hoger. Het loont dus om in deze groep te investeren.

We werken er aan de gezondheidsachterstanden in elk geval te stabiliseren. Dit doen we door beleid en uitvoering te richten op de hele stad en een intensivering zo nodig per wijk/groep te doen. Er wordt als het ware maatwerk geleverd dat past bij bestaande initiatieven en netwerken in de wijk. Daarbij hebben we ook oog voor het behoud van de gezondheid van de inwoners van lage SES-wijken met wie het wél goed gaat.

Wat willen we bereiken?	<ul style="list-style-type: none"> - Meer inwoners uit lage SES-wijken ervaren een goede gezondheid. - Alle volwassen Zoetermeeders worden in staat gesteld voldoende basisvaardigheden op te doen om zichzelf in het dagelijks leven te kunnen redden.
Wat gaan we daarvoor doen?	<ul style="list-style-type: none"> - Partners die preventieprogramma's uitvoeren doen dat specifiek gericht op inwoners van lage SES-wijken. - Pilot project 'Voel je goed' door Stichting Lezen & Schrijven in samenwerking met Goudenhart en Stichting Piëzo, gericht op aanpak van overgewicht in combinatie met laaggeletterdheid. - Onderzoeken op welke manier de gezondheid van statushouders kan worden bevorderd.

Lekker in je vel

Inwoners die goed in hun vel zitten zullen een betere kwaliteit van leven ervaren en hebben een grotere kans om te (blijven) participeren. Voor veel inwoners geldt echter dat hun psychosociale gezondheid te wensen overlaat: ruim één derde heeft een verhoogd risico op een angststoornis/depressie. Daarnaast zijn veel inwoners eenzaamheid of ervaren zij een gevoel van stress. Stress heeft een negatieve invloed op de (onbewuste) keuzes die mensen maken. Dat maakt dat stress kan leiden tot een ongezonde leefstijl, maar ook tot bijvoorbeeld schuldenproblematiek. Op hun beurt kunnen deze factoren de psychosociale gezondheid negatief beïnvloeden: inwoners hebben minder veerkracht om problemen het

⁴ *Cognitieve en sociale vaardigheden die men nodig heeft voor het verkrijgen, begrijpen en toepassen van informatie voor het bevorderen of behouden van een goede gezondheid (WHO, 2014). Onder gezondheidsvaardigheden vallen onder andere lees- en schrijfvaardigheden en rekenvaardigheden. Het gaat ook om het vermogen om informatie te vinden, waarbij ook in digitale vaardigheden in toenemende mate een rol spelen. Bredere definities omvatten ook psychologische kenmerken, zoals zelfvertrouwen, motivatie en kritisch vermogen, en sociale vaardigheden.*

hoofd te bieden. Het is daarom zaak (kwetsbare) inwoners te leren omgaan met stressfactoren. Belangrijke thema's binnen deze prioriteit vormen depressiepreventie, stressreductie en de aanpak van pestgedrag (bijvoorbeeld via sociale media). Doel is om de vaardigheden van inwoners te vergroten zodat ze met deze uitdagingen om kunnen (leren) gaan.

Binnen deze prioriteit denken we niet alleen aan de inwoners met een verhoogd risico op depressie of eenzaamheid. Een belangrijke groep vormen de inwoners met een psychiatrische aandoening. De landelijke trend waarbij mensen zo lang mogelijk thuis blijven wonen geldt ook voor deze inwoners. Enerzijds zijn preventie en vroegsignalering voor deze groep mensen van belang, om erger te voorkomen. Anderzijds kan de bekendheid met psychische klachten bij de omgeving ervoor zorgen dat deze kwetsbare mensen rustig thuis kunnen wonen.

Wat willen we bereiken?	<ul style="list-style-type: none"> - Meer inwoners ervaren een goede psychische gezondheid. - Minder inwoners ervaren een gevoel van eenzaamheid.
Wat gaan we daarvoor doen?	<ul style="list-style-type: none"> - De Jutters, Indigo Preventie en GGZ Rivierduinen bieden consultatie en advies, workshops, fitprogramma's en voorlichting met als doel deskundigheidsbevordering en laagdrempelige informatie te bieden ter verbetering van de psychosociale gezondheid. - Ontwikkelen van een werkagenda voor zorg en ondersteuning aan mensen met sociaal-psychische kwetsbaarheid. - Pilot van het project 'Welzijn op Recept'. - Samen Schatkaart, een laagdrempelig instrument dat aan eenzame inwoners handvatten biedt om hun netwerk te vergroten.

Samenwerken aan (positieve) gezondheid

Eén enkel beleidsterrein maakt een inwoner niet gezonder. De meeste gezondheidswinst is te behalen door gezondheidsbevorderende maatregelen af te stemmen met en onderdeel te laten uitmaken van verschillende beleidsterreinen. Dat geldt voor sociale beleidsvelden, zoals jeugd, onderwijs, sport, werk en zorg. Fysieke beleidsvelden zijn evenzeer van belang. Een gezonde leefomgeving, zowel binnen- als buitenshuis, bevordert de gezondheid. Het gaat daarbij niet alleen om milieufactoren maar ook om de inrichting van de buitenruimte, die moet uitnodigen tot meer bewegen en het aangaan van sociale contacten. Gezondheid valt aan al deze domeinen te verbinden en door een wisselwerking versterken de verbindingen elkaar. De Omgevingswet biedt een uitgelezen mogelijkheid om integraal beleid te formuleren en gezondheid ook aan het fysieke domein te verbinden. Met de geplande uitbreiding van het aantal woningen in het verschiep is ook een gezond binnenklimaat een actueel thema.

Een gezonde leefstijl is belangrijk voor jong en oud. Het maken van gezonde keuzes moet daarom zo aantrekkelijk en gemakkelijk mogelijk gemaakt worden. Een gezonde keuze moet de meest logische keuze zijn, die je haast onbewust maakt. Op het gebied van voeding, sport en beweging valt nog veel winst te behalen. Inactiviteit door computergebruik is bijvoorbeeld een probleem. Daarnaast is aandacht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling en voor relationele en seksuele vorming van de jeugd van belang.

Bij integrale gezondheidsbevordering denken we niet alleen aan voorlichting en training. E-health is onze digitale maatschappij niet meer weg te denken als middel om de gezondheid van onze inwoners te bevorderen.

Wat willen we bereiken?	<ul style="list-style-type: none"> - Meer inwoners ervaren een goede gezondheid. - Minder inwoners roken of gebruiken alcohol. - Meer inwoners hebben een gezond gewicht. - Meer inwoners doen aan sport en beweging. - Meer samenwerking tussen (beleids)afdelingen binnen de gemeente die aan gezondheid werken.
Wat gaan we daarvoor doen?	<ul style="list-style-type: none"> - GGD Haaglanden adviseert scholen (PO, VO en MBO) in de Gezonde School-aanpak, die scholen helpt om planmatig en structureel te werken aan verschillende thema's die de gezondheid en een gezonde leefstijl van leerlingen en hun omgeving bevorderen. - Campagnes Stoptober en IkPas in samenwerking met GGD Haaglanden en SGZ. - Het stimuleren van sport en beweegactiviteiten vanuit het sportbeleid. - De gemeente ontwikkelt een integrale Omgevingsvisie. Het onderwerp gezondheid krijgt hierin een plek. - Samenwerking tussen de gemeente en de Haagse Hogeschool om technologische innovaties in de zorg te ontwikkelen.