

Leefstijlakoord Woudenberg

Voor u ligt het Leefstijlakoord Woudenberg 2021-2024. Een plan waarmee we ons, samen met lokale partners, inzetten voor een gezonde gemeente. Want we gunnen dat elke inwoner, van jong tot oud, gezond kan opgroeien en oud worden.

In Woudenberg gebeurt al ontzettend veel op het gebied van gezondheid. Zoals 'Woudenberg beweegt' gericht op meer bewegen en verantwoord eten, de beweegmakelaar en veel activiteiten om eenzaamheid tegen te gaan. Het Leefstijlakoord Woudenberg biedt ons de mogelijkheid om de puntjes op de i te zetten en inwoners die dat nodig hebben te ondersteunen bij een gezonde levensstijl.

Samen met lokale partners hebben we onderzocht waar we de komende drie jaar aan willen werken. In dit akkoord zijn alle plannen opgenomen. Daarnaast is er ook ruimte voor nieuwe ideeën. Iedereen is welkom om aan te sluiten en die nieuwe ideeën in te brengen!

Waarom een Leefstijlakoord?

Op 23 november 2018 presenteerde staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport Paul Blokhuis het Nationaal Preventieakkoord om de gezondheid van alle Nederlanders te bevorderen. Dit akkoord richt zich vooral op het terugdringen van gezondheidsschade door onder andere roken, overgewicht en problematisch alcoholgebruik. De Rijksoverheid heeft gemeenten uitgenodigd om ook op lokaal niveau gezondheidswinsten te behalen. Voor een lokaal preventieplan kan voor drie jaar een uitvoeringsbudget worden aangevraagd (€ 10.000 per jaar).

De gemeente Woudenberg heeft zich hiervoor aangemeld en met dit plan vragen we het uitvoeringsbudget aan. We noemen het een Leefstijlakoord, omdat we graag willen dat een gezonde leefstijl voor zoveel mogelijk Woudenbergers vanzelfsprekend wordt.

Hoe staat Woudenberg er nu voor?

De cijfers uit de gezondheidsmonitor 2020 komen in de loop van dit jaar beschikbaar. Zodra de cijfers bekend zijn, zetten we op een rijtje waar we nu staan in Woudenberg wat betreft, overgewicht, bewegen, alcoholgebruik, roken en andere relevante gezondheidscijfers.

Woudenberg zet in op vier thema's

We sluiten aan bij de drie thema's uit het landelijk preventieakkoord. We hebben er nog een thema aan toegevoegd, omdat we gezonde leefstijl zien als een samenhangend geheel. Dit zijn de thema's in het Leefstijlakoord van Woudenberg:

1. Gezonde leefstijl, brede aanpak
2. Gezond bewegen en op gezond gewicht
3. Stoppen met roken
4. Verminderen problematisch alcoholgebruik

Per thema is aangegeven wat we willen bereiken (ambities) en welke acties we daarvoor gaan ondernemen. De komende jaren breiden we deze ambities en acties verder uit met iedereen die wil meewerken aan een gezonde leefstijl voor onze inwoners.

1. Gezonde leefstijl, brede aanpak

Ambities:

- Een gezonde leefstijl is de standaard.
- Iedereen kan ondersteuning krijgen bij het ontwikkelen, verbeteren en onderhouden van een gezonde leefstijl.
- Lokale partners werken samen bij het stimuleren van een gezonde leefstijl omdat gezondheidsproblemen vaak een optelsom zijn van factoren zoals geen werk, ongezonde leefstijl, veel zorgen.

Acties:

- **Centering Pregnancy:** Centering Pregnancy is een vorm van prenatale zorg waarbij zwangere vrouwen tijdens een aantal groepsbijeenkomsten ervaringen met elkaar uitwisselen en elkaar kunnen ondersteunen bij een gezonde leefstijl. In de gemeenten Woudenberg, Renswoude en Scherpenzeel is een verloskundigenpraktijk actief. Samen met deze gemeenten onderzoeken we hoe we Centering Pregnancy kunnen aanbieden aan aanstaande ouders in onze gemeenten.
Betrokken partners: Verloskundigenpraktijk De Vallei, gemeenten Renswoude en Scherpenzeel en Woudenberg, GGDrU, Humanitas.
- **Gezonde leefstijl kwetsbare groepen:** We willen in gesprek gaan met bezoekers van de Voedselbank, Burgerinitiatief Woudenberg en Schuldhulpverlening. Door inzicht te krijgen in hun behoeften, weten we beter welke activiteiten en/of ondersteuning zij nodig hebben. De eerste contacten zijn gelegd.
Betrokken partners: Coöperatie De Kleine Schans, Voedselbank, Burgerinitiatief Woudenberg, Schuldhulpverlening.
- **Fonds Burgerinitiatieven:** Team samenleving van Coöperatie De Kleine Schans kan met dit fonds bewonersinitiatieven, die zijn gericht zijn op het bevorderen van een gezonde leefstijl, financieel ondersteunen.
Betrokken partners: Coöperatie De Kleine Schans.
- **Welzijn op recept:** Welzijn op Recept is een alternatief voor mensen met psychosociale klachten. In plaats van het 'traditionele pilletje' voor te schrijven, verwijst de huisarts deze patiënten door naar een welzijnscoach. We gaan onderzoeken of het haalbaar is om Welzijn op Recept in Woudenberg op te zetten.
Betrokken partners: huisartsen Eemland, GGDrU, Coöperatie De Kleine Schans, Adviescentrum Voeding en Diëtiëk.

2. Gezond bewegen en op gezond gewicht

Ambities:

- Minder kinderen, jongeren, volwassenen en senioren kampen met overgewicht.
- Een gezonde omgeving creëren waarin gezonde keuzes (voeding/beweging) worden gestimuleerd, eventueel met ondersteuning.
- Het percentage mensen met overgewicht in Woudenberg neemt af.

Acties:

- **Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG)/Gezonde School:** JOGG adviseert bij een lokale integrale aanpak om de omgeving waarin kinderen en jongeren opgroeien structureel gezonder te maken. Woudenberg sluit zich aan bij JOGG. Gezonde School is een programma dat scholen helpt om te werken aan een gezonde leefstijl. De GGD regio Utrecht helpt scholen daarbij. We stimuleren scholen om deel te nemen aan Gezonde School en willen dit zoveel mogelijk combineren met JOGG. Vervolgens gaan we concrete acties opzetten die passen binnen JOGG en Gezonde School, bijvoorbeeld het water drinken stimuleren door tappunten te plaatsen.
Betrokken partners: vijf basisscholen, GGDrU, SNO Woudenberg, JOGG.
- **Gezonde sportkantine:** Samen met de sportverenigingen met eigen kantines bekijken we wat het aanbod is in de gezonde sportkantine en hoe we dit aanbod kunnen verbeteren en aantrekkelijker kunnen maken.
Betrokken organisaties: sportverenigingen, GGDrU, JOGG.
- **Stimuleren van fietsgebruik in Woudenberg:** fietsen is gezond, draagt bij aan het milieu en zorgt voor minder parkeeroverlast. Samen met de fietswinkels, bewoners en werkgevers willen we onderzoeken hoe we het fietsgebruik in Woudenberg nog meer kunnen stimuleren, bijvoorbeeld door het ontwikkelen van een campagne.
Betrokken partners: dit wordt nog ingevuld.

- Buurtsportcoach en gezonde leefstijl interventie (GLI): onderzoeken hoe we de samenwerking op het gebied van sport en zorg verder kunnen verstreken.
Betrokken partners: Buurtsportcoach, huisartsen Eemland, GLI betrokkenen.

3. Stoppen met roken

Ambities:

- Rookvrij opgroeien moet vanzelfsprekend zijn (we beschermen opgroeiende kinderen tegen de schadelijke gevolgen van (mee)roken en de verleiding om te gaan roken).
- Draagvlak voor niet roken vergroten.
- Het percentage volwassenen in Woudenberg dat rookt neemt af.

Acties:

- Rookvrije omgeving gemeentehuis en gemeentewerf: De gebouwen van de gemeente zijn al rookvrij, nu willen we ook de omgeving van de gebouwen rookvrij maken. We gaan in gesprek met de rokers binnen de gemeente en vragen hen wat ze nodig hebben als ook de omgeving van de gebouwen rookvrij worden.
Betrokken partners: gemeente Woudenberg
- Rookvrije speeltuinen: Alle speeltuinen zijn eigendom van de gemeente. De speeltuinen maken we rookvrij. Dit doen we door het ontwikkelen van bijvoorbeeld een campagne en voorlichting.
Betrokken partners: GGDrU, gemeente Woudenberg
- Stoptober: De landelijke campagne 'Stoptober' stimuleert mensen om 28 dagen niet te roken. We gaan Stoptober ook lokaal actiever onder de aandacht brengen, zodat er meer inwoners mee gaan doen.
Betrokken partners: sportverenigingen, GGDrU, gemeente Woudenberg.
- Rookvrije sportaccommodaties: De sportverenigingen zijn al grotendeels rookvrij en we willen hier nog meer stappen in zetten naar volledig rookvrij.
Betrokken partners: sportverenigingen, gemeente Woudenberg, GGDrU.

4. Verminderen problematisch alcoholgebruik

Ambities:

- Jongeren onder de 18 jaar drinken geen alcohol (NIX18).
- Ouders zijn zich bewust van hun invloed op kinderen als het gaat om alcoholgebruik.
- Zwangere vrouwen drinken geen alcohol.
- Vergroten van kennis over verstandig omgaan met alcohol.
- De bewustwording van het eigen drinkgedrag en de effecten daarvan neemt toe.
- Minder overmatig en zwaar alcoholgebruik.

Acties:

- Een webinar over het drinkgedrag van ouders en de invloed daarvan op hun kinderen. Het webinar gebruiken we ook om informatie op te halen over de behoeften van ouders zodat we er een vervolg aan kunnen geven.
Betrokken partners: GGDrU, sportverenigingen, gemeente Woudenberg.
- Alcohol en ouderen: samen met de ouderenorganisaties in Woudenberg iets opzetten om ouderen te stimuleren het alcoholgebruik te verminderen. Hierbij wordt een koppeling gemaakt met leefstijl in het algemeen.
Betrokken partners: GGDrU, SWO Woudenberg, Ouderenbonden, gemeente Woudenberg.
- Alcohol en sportverenigingen: tijdens een sportcafé het onderwerp alcoholgebruik op de agenda zetten en informatie ophalen over mogelijke vervolgacties.
Betrokken partners: sportverenigingen, GGDrU, gemeente Woudenberg.

Samenwerking

1. *Ondertekenaars Leefstijlakkoord Woudenberg:*

- De Kleine Schans (welzijnspartij)
 - GGD regio Utrecht
 - SNO Woudenberg (sportieve naschoolse opvang)
 - Buurtsportcoach Woudenberg/Beweegmakelaar
 - Kerngroep Lokaal Sportakkoord
 - Huisartsen Eemland
2. *Deze organisaties hebben aangegeven mee te willen denken in de uitvoering van het Leefstijlakkoord Woudenberg:*
- SWO Woudenberg (Senioren Welzijn Organisatie Woudenberg)
 - Adviescentrum Voeding en Diëtik
 - Basisschool Jan Ligthartschool
 - Peuteropvang Eigenwijs
 - Home Start Humanitas
 - Verloskundigenpraktijk de Vallei
 - Stichting MEE
 - Gezond Gewicht Woudenberg
 - IDH Schuldhulpverlening
 - Geeresteingroep
3. *Deze organisaties willen graag op de hoogte worden gehouden:*
- Voedselbank
 - Basisschool de Olijfboom
 - Vluchtelingenwerk
 - Hoogvliet
 - Kraamzorg Anneke van Wolfswinkel
 - MEE UGV
 - RST Zorgverleners

Er is altijd ruimte voor nieuwe partners!

Organisatie en uitvoering

De ondertekenaars van het Leefstijlakkoord Woudenberg vormen samen een kernteam. Een deel van dit kernteam is ook betrokken bij het Lokaal Sportakkoord zodat er een goede afstemming is tussen sport en leefstijl. In het kernteam zitten de kartrekkers. Het kernteam zoekt andere partners en vormt daarmee een werkgroep om de acties per thema uit te voeren.

Taken kernteam:

De kerngroep bewaakt gedurende de looptijd van het Leefstijlakkoord (2021-2023) op hoofdlijnen de voortgang, zowel inhoudelijk als financieel. De kerngroep voor het Leefstijlakkoord werkt nauw samen met de kerngroep van het Sportakkoord. Waar nodig trekken zij samen op. Gezamenlijk bepalen zij elk jaar in overleg met eventuele werkgroepen de verdeling van het uitvoeringsbudget. Het kernteam is verantwoordelijk voor het geheel en voor de afstemming van de verschillende activiteiten. De trekkers van een activiteit leggen aan de kernteam verantwoording af over de activiteiten en ze dienen na afloop van de activiteit een korte evaluatie in (vast format). Jaarlijks evalueert het kernteam de voortgang. Eventuele verbeterpunten of aanpassingen neemt het kernteam mee bij de subsidieaanvraag van het volgende jaar.

De gemeente zorgt voor de rapportages en het afleggen van verantwoordelijkheid naar het Rijk. Daarnaast heeft de gemeente een beleidsmatige taak als het gaat om het leggen van verbindingen met het brede sociale domein binnen de gemeente Woudenberg. Verder adviseert de gemeente over de communicatie om het Leefstijlakkoord en de acties onder de aandacht te brengen van inwoners en organisaties zodat zij goed worden geïnformeerd/betrokken.

Taken werkgroep(en)

Met relevante lokale partners kan er per actie een werkgroep gevormd. In de werkgroep wordt samen bepaald wie wat gaat doen, wanneer en wat het resultaat wordt. Per activiteit wordt een kort uitvoeringsplan opgezet, aan de hand van de reeds vermelde ambities en acties. De trekker van de werkgroep rapporteert naar het kernteam over de voortgang en de afronding van de actie. Het uitvoeringsplan wordt gebruikt voor de monitoring.

Financiering per thema en activiteit

De financiering is afkomstig vanuit de subsidie van het Ministerie van VWS. Voor Woudenberg is er tot en met 2023 jaarlijks € 10.000 beschikbaar voor inzet op de ambities en acties. Het kernteam beheert de financiën en verdeelt het beschikbare budget. De onderstaande begroting is de opzet voor het eerste projectjaar. Waar mogelijk worden slimme verbindingen gemaakt. Bijvoorbeeld door gebruik te maken van elkaars accommodatie, door een koppeling te maken met andere initiatieven (zoals het Sportakkoord) en/of andere landelijke regelingen (via bijvoorbeeld ZonMw) .

1 Gezonde leefstijl, brede aanpak (Budget € 4.000)
2 Gezond bewegen en op gezond gewicht (Budget € 3.000)
3 Stoppen met roken (Budget € 1.500)
4 Verminderen problematisch alcoholgebruik (Budget € 1.500)

Ondertekenaars Leefstijlakoord Woudenberg (2021-2024) (logo toevoegen)

- Coöperatie De Kleine Schans
- GGD regio Utrecht
- Jongeren Op Gezond Gewicht
- Huisartsen Eemland
- SNO Woudenberg
- Buurtsportcoach Woudenberg/Beweegmakelaar
- Kernteam Lokaal Sportakkoord