

# GEZOND MOERDIJK

## Lokaal Preventieakkoord

### Gemeente Moerdijk

Met dit akkoord worden de inwoners van Moerdijk gestimuleerd en gefaciliteerd om:

- gezonde keuzes te maken
- in beweging te blijven
- de mentale weerbaarheid te vergroten

Een gezonder Moerdijk.. dát is wat we willen bereiken. Met een goede start voor kinderen die daar hun hele leven profijt van hebben, actieve volwassenen die fit zijn voor hun werk en gezin en ouderen die van gezonde levensjaren kunnen genieten.

*"Hoe mooi zou het zijn als de gemeente Moerdijk in 2030 in de top 10 van meest gezonde gemeenten van Nederland staat. Hopelijk kan het Lokaal Preventieakkoord daar aan bijdragen."*

**EEF SCHONEVELD**  
Wethouder  
gemeente Moerdijk



# Visie

Een ongezonde leefstijl is de grootste veroorzaker van ziekte én bepaalt voor een groot gedeelte onze gezondheid. Het Rijk heeft het Nationale Preventie-akkoord opgesteld met maatregelen die bijdragen aan het gezonder maken van Nederland. De coronacrisis laat zien hoe belangrijk een gezonde leefstijl is ter verhoging van de weerstand tegen infectieziekten als Covid-19, maar ook tegen ziekten in het algemeen. Een preventieve aanpak voor de gemeente Moerdijk is maatwerk dat is afgestemd op de behoeften van de verschillende groepen inwoners en vraagt een sterke keten van preventieve voorzieningen.

## **Onze visie**

***Met het Lokaal Preventieakkoord Moerdijk willen we de gezondheid van onze inwoners bevorderen. We leggen een gezonde basis voor toekomstige generaties. Hierbij ligt de focus op preventie, dus het voorkomen van ziekten en minder op zorg.***

## **Stimuleren gezonde leefstijl in een gezonde woon- en leefomgeving**

Het algemene doel van het preventieakkoord is om als gemeente samen met lokale stakeholders een gezonde leefstijl voor inwoners te stimuleren en faciliteren. Het Lokaal Preventieakkoord werkt als 'vliegwiel' om bestaande projecten rondom preventie te versterken en verschillende vakgebieden en beleidsterreinen samen te laten werken. Hierbij richten we ons op het gedrag van personen, maar ook op de fysieke en sociale omgeving. Dit sluit aan bij de bouwstenen uit de paraplunota van de gemeente Moerdijk en programma 4 van de kadernota 'Ondersteuning voor mensen die het nodig hebben'.

## **Het preventieakkoord bevat drie ambities:**

- 1. Inwoners maken gezonde keuzes**
- 2. Inwoners blijven in beweging**
- 3. Inwoners zijn mentaal weerbaar**

De gemeente Moerdijk is een gemeente met rust, ruimte, recreatie en toeristische mogelijkheden in het westelijke deel en bedrijvigheid en bovenlokale voorzieningen in de kern Zevenbergen en het Zeehaven- en Industrierrein Moerdijk in het oostelijke deel. Een gemeente waarin de kernen hun eigenheid bewaard hebben, maar ook duidelijk één gemeente vormen. Een gemeente met een sociaal gezicht, waar zorg en goede basisvoorzieningen dichtbij zijn en de menselijke maat geldt. Een gemeente die op een bewonersgerichte, innovatieve, efficiënte en effectieve wijze wordt bestuurd.'

# 3 thema's

## Gezonde keuzes maken

We stimuleren de inwoners van Moerdijk om gezonder te eten en te drinken en creëren hiervoor een omgeving die deze keuze vergemakkelijkt. We geven voorlichting over overmatig gebruik van genotmiddelen als roken, drugs, alcohol en medicijnen.

## In beweging blijven

We willen dat de inwoners van Moerdijk kunnen blijven bewegen, van jong tot oud. Bewegen is belangrijk voor iedereen, van buiten spelen en sporten bij een sportaanbieder tot bewegen in een beweegvriendelijke omgeving. Dit sluit aan bij de ambities van het sportakkoord.

## Mentale weerbaarheid

We willen de mentale weerbaarheid, oftewel het vermogen om te gaan met gedachten, emoties en gevoelens, bij jong en oud vergroten. Hierbij moet er tijd en ruimte zijn voor ontspanning en een balans tussen draagkracht en draaglast.

# Basisuitgangspunten

Bij de uitwerking van het Lokaal Preventieakkoord Moerdijk hanteren we de volgende basisuitgangspunten:

1. **Positieve gezondheid**
2. **Gelijke gezondheidskansen**
3. **Gezonde leefomgeving**

## 1. Positieve Gezondheid

Positieve Gezondheid gaat uit van wat iemand nog wel kan, belangrijk vindt en wil veranderen op een manier die bij de persoon past. Zo krijgt men weer zelf de regie over zijn of haar welzijn. Het gaat dan niet alleen om de fysieke gezondheid, maar zeker ook om mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Door inwoners in hun eigen kracht te zetten, kunnen we de veerkracht van mensen versterken. Dit vraagt een bepaalde houding van de professionals. Centraal hierbij staat luisteren naar wat mensen zelf willen en kunnen doen, kleine stapjes zetten. Dit heeft invloed op de manier van samenwerken met korte lijntjes en ook met een brede blik kijken. In het lokaal preventieakkoord vragen we de partners om dit gedachtegoed te ondersteunen en te omarmen.

## 2. Gelijke gezondheidskansen voor iedereen

De coronapandemie raakt iedereen maar de impact op de fysieke en mentale gezondheid van de toch al kwetsbare inwoners blijkt onevenredig groot. We hebben dan ook extra oog voor onze kwetsbare inwoners wiens vermogen om gezond te leven minder goed is. We willen de gezondheidsverschillen verkleinen en iedereen eenzelfde kans bieden op een gezonde leefstijl en daarmee een betere gezondheid. Dit doen we onder meer door actief op zoek te gaan naar mensen, die het moeilijk vinden om een hulpvraag te stellen, en hen te ondersteunen op weg naar een beter en gezonder leven. We richten ons op de versterking van de eigen regie en het wegnemen van obstakels en beperkingen. Dat doen we dichtbij en laagdrempelig.

## 3. Gezonde leefomgeving

Een fijne leef-/woonomgeving heeft positieve invloed op de fysieke en mentale gezondheid. Een gezonde en veilige leefomgeving die uitnodigt tot bewegen, ontmoeten en ontspannen is een belangrijke randvoorwaarde om een gezonde leefstijl te bevorderen.

# Aanpak

## Waarom deze drie thema's?

In het Nationale Preventieakkoord wordt ingezet op drie thema's: alcohol, roken en overgewicht. In dit lokale akkoord zijn deze leefstijlthema's belangrijk, maar wordt preventie breder ingestoken met aandacht voor mentale gezondheid, gezondheidsbescherming en de inrichting van de fysieke omgeving, omdat deze van grote invloed zijn op gezondheid en gezond gedrag. De drie thema's van dit akkoord bevatten al deze componenten.

## Vaarroutes

Om de ambities te realiseren zijn drie veranderpaden nodig die in dit akkoord vaarroutes worden genoemd. Door de integrale aanpak van de vaarroutes worden de drie thema's optimaal benut en kunnen we gebruik maken van de potentie die de samenwerking tussen partners in de gemeente Moerdijk oplevert.

### HOUDING EN GEDRAG



Vaarroute 1 zorgt ervoor dat inwoners van Moerdijk de houding en vaardigheden hebben om een gezond en vitaal leven te kunnen leiden

### GEBIEDSGERICHT WERKEN



Vaarroute 2 zorgt voor maatwerk en een sterke keten van preventieve voorzieningen en passende zorg in elke kern van de gemeente Moerdijk

### GELIJKE KANSEN



Vaarroute 3 zorgt voor gelijke gezondheidskansen voor alle inwoners door begrijpelijke en makkelijk beschikbare informatie en passende (financiële) hulp en ondersteuning

# Gezonde keuzes maken

## Waarom Gezonde keuzes maken?

Ongezond gedrag en ongezonde keuzes zorgen in Nederland voor bijna 20% van de jaarlijkse ziektelast, 35.000 doden en 8.6 miljoen aan zorguitgaven per jaar. Zo speelt alcohol een grote rol bij geweldsdelicten, huiselijk geweld, seksueel geweld en verkeersslachtoffers en zijn roken en overgewicht belangrijke risicofactoren voor ziekte. Ongezonde keuzes worden vaak onbewust gemaakt. We stimuleren het maken van gezonde keuzes bij de inwoners van Moerdijk. Hierbij informeren we over gezonde keuzes en zorgen we dat gezond leven voor alle inwoners mogelijk is.

### HOUDING EN GEDRAG



Inwoners hebben inzicht in hun eigen gedrag en eerder gemaakte keuzes en kunnen hierdoor bewust meer gezonde keuzes maken

### GEBIEDSGERICHT WERKEN



De uitvoering is verschillend per kern aangezien de blootstelling aan risicofactoren en ongezond gedrag per kern verschillend is

### GELIJKE KANSEN



Er is aandacht voor het verhoogde risico voor mensen met een lage SES om ongezonde keuzes te maken

## Cijfers Moerdijk

### Overgewicht/obesitas

1 tot 11 jaar: 10%  
2e klas VO: 20%  
19-64 jaar: 54%  
65+: 61%

### Eet dagelijks fruit

1-11 jaar: 79%

### Eet dagelijks groente

1-11 jaar: 65%

### Drinkt dagelijks minimaal 1 glas water

2e klas VO: 64,3%  
4e klas VO: 76,4%

### Drinkt dagelijks drankjes met suiker

2e klas VO: 42,7%  
4e klas VO: 39,7%

### Zwaar alcoholgebruik

2e klas VO: 2%  
19-64: 9%  
65+: 9%

Alcoholgebruik zwangere vrouwen: 2%

Roken zwangere vrouwen: 10%

Bezorgd over invloed van omgeving op gezondheid

19-64 jaar: 34%

### Verschil tussen kernen

Meer overgewicht en obesitas in Klundert (19-64) en Moerdijk (65+)

Meer gerookt in Klundert (65+) en Moerdijk (19+)

Meer alcoholgebruik in Moerdijk (19-64) en Zevenbergen (65+)

# In beweging blijven

## Waarom in beweging blijven?

Overgewicht is een belangrijke factor bij de ontwikkeling van hart- en vaatziekten, auto-immuunziekten als diabetes 2 en sommige soorten kanker. Sporten levert een bijdrage aan een gezond lichaam, een goed gewicht en verbetering van psychische klachten en suikerziekte. Ook draagt het bij aan een samenleving waarin iedereen actief deelneemt. Samen met de uitvoerders van het Lokaal Sportakkoord maken we het mogelijk dat alle inwoners kunnen bewegen en sporten.

### HOUDING EN GEDRAG



Dagelijks bewegen en actief deelnemen aan de samenleving wordt het nieuwe normaal

### GEBIEDSGERICHT WERKEN



Het sport- en beweegaanbod sluit aan bij de behoefte van inwoners en bij hun omgeving

### GELIJKE KANSEN



Alle inwoners hebben voldoende gelegenheid om te bewegen en te sporten en de ondersteuning is op maat

## Cijfers Moerdijk

### Overgewicht/obesitas

1 tot 11 jaar: 10%  
2e klas VO: 20%  
19-64 jaar: 54%  
65+: 61%

### Beweegt voldoende

19-64 jaar: 58%  
65+: 76%

### Speelt weinig buiten

1-11 jaar: 11%

### Veel beeldschermgebruik

1-11 jaar: 19%

### Beweegt dagelijks minstens 1 uur

2e klas VO: 15,1%  
4e klas VO: 17,5%

### Beweegt 5 of meer dagen per week minstens 1 uur

2e klas VO: 42,9%  
4e klas VO: 50%

# Mentale weerbaarheid

## Waarom mentale weerbaarheid?

Alleen inzetten op leefstijl is niet voldoende. Aandacht voor de mentale gezondheid heeft ook een belangrijke plek in dit akkoord. Beperkingen als gevolg van (mentale) gezondheidsproblemen vormen de belangrijkste obstakels voor een zelfstandig leven. We willen dat inwoners van Moerdijk weerbaar zijn, in balans zijn, een veilige en stabiele thuissituatie hebben en steun vanuit hun sociale omgeving.

### HOUDING EN GEDRAG



Het bewustzijn van mentale problemen wordt versterkt en bespreekbaar gemaakt, zo kunnen samen oplossingen gevonden worden

### GEBIEDSGERICHT WERKEN



Een duidelijk overzicht van de ondersteuning per kern maakt het mogelijk om vroegtijdig gezondheidsproblemen te signaleren en inwoners door te verwijzen naar passend aanbod

### GELIJKE KANSEN



Mentale gezondheid is meer dan een individueel probleem en we hebben oog voor sociaal maatschappelijke oorzaken zoals armoede, schulden, eenzaamheid, taalachterstand, hoge verwachtingen en groepsdruk bij jongeren

## Cijfers Moerdijk

### Weerbaarheid

1-11 jaar: 88%  
2e klas VO: 87,3%  
4e klas VO: 91,8%

### Gepest/getreiterd

2e klas VO: 12%

### Verhoogd risico op emotionele problemen

2e klas VO: 21,7%  
4e klas VO: 24,7%

### Voelt zich (zeer) vaak gestrest..

..over wat anderen van hem/haar vinden  
..door eigen problemen  
..door alles wat ze doen  
..door school of huiswerk

### Zelfredzaamheid 65+

Weinig regie over eigen leven: 13%  
Moeilijk om hulp te vragen bij problemen met gezondheid: 29%

### Eenzaamheid

19-64 jaar: 39%  
65+: 49%

	2e klas VO	4e klas VO
--	------------	------------

12%	15,8%
9,6%	17,2%
17,3%	27,5%
27,7%	30,4%



# Link met...

## **Link met Lokaal Sportakkoord**

In navolging van het Nationaal Sportakkoord hebben we samen met lokale partners, verenigingen en andere betrokkenen een Lokaal Sportakkoord ondertekend. Hiervoor is een uitvoeringsbudget beschikbaar gesteld door het Rijk dat we besteden aan een of meer thema's uit het akkoord. Dit gebeurt in samenhang met de thema's uit dit Lokaal Preventieakkoord.

## **Link met omgevingsvisie**

De aansluiting van het Lokaal Preventieakkoord bij de ontwikkeling van de Omgevingsvisie Moerdijk is evident gezien het belang van de inrichting van een veilige, duurzame en gezonde leef-/woon omgeving ter bevordering van sporten, bewegen, gezonde keuzes maken en het creëren van mentale weerbaarheid.

# Bijlage: projecten

## Gezonde keuzes maken:

- Gezonde Sportkantine, Gezonde Schoolkantine, Gezonde School, rookvrije generatie, rookvrije sportvereniging, sweet carnaval (alcoholvrij carnaval voor jongeren), IkPas, Nix18, Stoptober, Jong leren eten!, Kansrijke Start, DENO, Wij zijn zelf het medicijn
- Facilitair: subsidie groene schoolterreinen, speelruimtebeleid, alcohol preventie- en handhavingsplan en de omgevingsvisie

## In beweging blijven:

- Sportakkoord, pleintjessport, fit-route Fijnaert, bewegen op recept, zwemles, Meer bewegen voor ouderen, wandelen Meer Moerdijk, Sportieve dagbesteding Meer Moerdijk, sportstimulering Meer Moerdijk, Gezonde School
- Facilitair: speelruimtebeleid, basissubsidie sportvereniging, jeugdsportfonds, vakleerkrachten BS en de omgevingsvisie

## Mentale weerbaarheid:

- Voel je goed, Piep zei de Muis, Gezinsmaatjes, KIESTraining, Gastlessen 'Ben je gek?!', #Thatslife, Kopp/KVO doe- en praatgroepen, Brussen-groepen, DENO, Head up, Grip op je dip, Herstellen doe je zelf, rots en water, jongerenwerk, Gezonde School, Cool choice 2.0, M@ZL, steunpunt GGZ, training Plezier in school
- Facilitair: de omgevingsvisie

# Bijlage 2: betrokken partijen

- Gemeente Moerdijk
- Inwoners
- Meer Moerdijk
- GGD WB
- CJG Moerdijk
- Spring
- Novadic Kentron
- Scholen/kinderopvang
- Sportverenigingen oa Karate Moerdijk
- GGZ WNB
- GGZ Breburg
- Surplus Zorg en Welzijn
- Ons Moerdijk
- Thuiszorg West Brabant
- Thebe
- Huisartsen
- Verloskundigen
- Wijkzuster
- Havenbedrijf

# Bijlage 3: handtekeningen betrokken stakeholders

**Stakeholder lokaal Preventieakkoord Gemeente Moerdijk**

**Organisatie:** GGD West-Brabant

**Naam:** Annemieke van der Zijden

**Functie:** Directeur Publieke Gezondheid

**Datum:** 22-04-2021

**Handtekening:**



# Bijlage 3: handtekeningen betrokken stakeholders

**Stakeholder lokaal Preventieakkoord Gemeente Moerdijk**

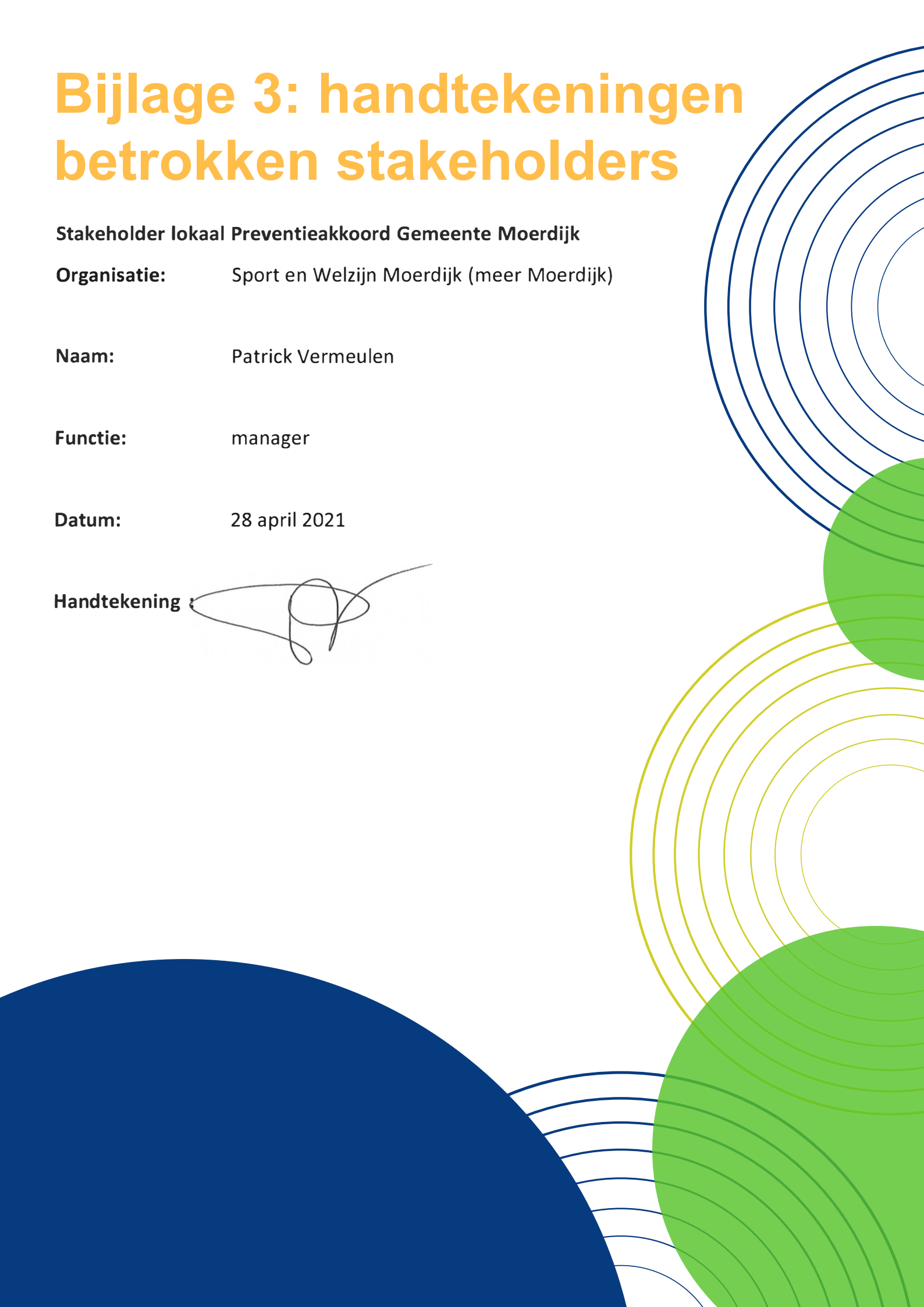

**Organisatie:** Sport en Welzijn Moerdijk (meer Moerdijk)

**Naam:** Patrick Vermeulen

**Functie:** manager

**Datum:** 28 april 2021

**Handtekening :**



# Bijlage 3: handtekeningen betrokken stakeholders

**Stakeholder lokaal Preventieakkoord Gemeente Moerdijk**

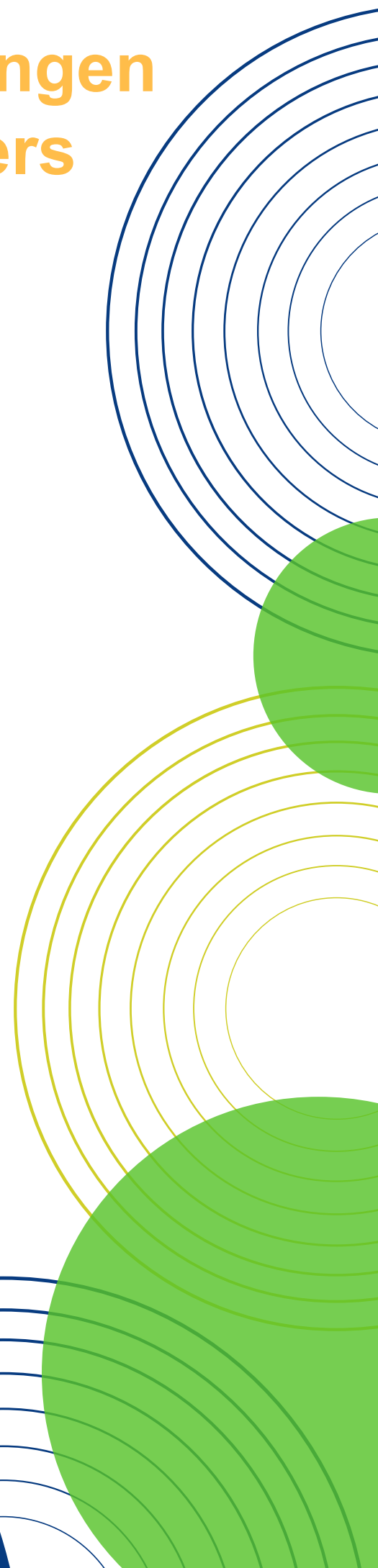
**Organisatie: Karate Moerdijk**

**Naam: Arno Yarzagaray**

**Functie:** *Eigenaar*

**Datum:** *24-4-2021*

**Handtekening:**

A handwritten signature in black ink, consisting of a series of loops and a long horizontal stroke extending to the right.

# Bijlage 3: handtekeningen betrokken stakeholders

**Stakeholder lokaal Preventieakkoord Gemeente Moerdijk**

**Organisatie:** Spring

**Naam:** Maurice van den Nieuwenhuizen

**Functie:** Manager Spring Jeugdprofessionals

**Datum:** 29-04-2021

**Handtekening:**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'M. van den Nieuwenhuizen', with a horizontal line underneath.

# Bijlage 3: handtekeningen betrokken stakeholders

Stakeholder lokaal Preventieakkoord Gemeente Moerdijk

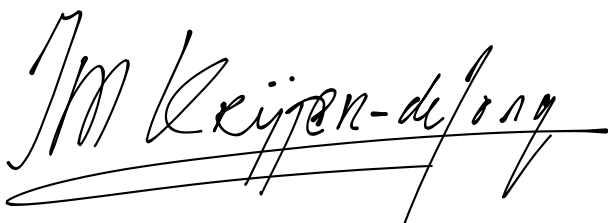
Organisatie: TWB, Thuiszorg met Aandacht

Naam: Ingrid Krijger

Functie: Manager JGZ bij TWB

Datum: 27-04-21

Handtekening:



*Ingrid Krijger*





# Bijlage 3: handtekeningen betrokken stakeholders

Stakeholder lokaal Preventieakkoord Gemeente Moerdijk

Organisatie: GGZ WNB

Naam: Aafke Bakx

Functie: Functionaris Jeugdpreventie GGZ

Datum: 22-04-'21

Handtekening: 