

# Preventie akkoord



Samen doen, samen gezond  
Súdwest-Fryslân



# Inhoudsopgave

<b>Deel 1: Ambitie en doel</b>	<b>3</b>
Onze ambitie	4
Het doel	4
Samen met anderen	5
<b>Deel 2: Achtergrond en verantwoordelijkheden</b>	<b>6</b>
(Inter)Nationaal, Fries en lokaal akkoord, relatie met het sportakkoord	6
Duurzame Ontwikkelingsdoelen	6
Nationaal Preventieakkoord	6
Fries Preventieakkoord	6
Sportakkoord	7
Nota Lokale Gezondheid	7
Rollen en verantwoordelijkheden	8
<b>Deel 3: Aanpak</b>	<b>10</b>
Universele preventie	10
De Levensloopbenadering	12
1. Gezonde leefstijl	14
2. Waardevolle relaties	15
3. Gezonde vaardigheden	16
4. Financieel gezond	17
5. Gezonde omgeving	17
Selectieve preventie, risicogroepen en –momenten	18

De ambitie van Súdwest-Fryslân is om in 2040 de gezondste en vitaalste woon- en leefgemeente van Noord-Nederland te zijn. Om gezond en gelukkig te zijn, moeten een aantal basisvoorwaarden op orde zijn. Hoe sterker de basisvoorwaarden, hoe beter mensen kunnen omgaan met veranderingen of tegenslagen in hun leven. Dit is de kern van het preventiebeleid van de gemeente Súdwest-Fryslân. Súdwest-Fryslân trekt hierin samen op met de GGD, NHL Stenden en De Friesland Zorgverzekeraar. Dit zijn de ambassadeurs van “Samen doen, samen gezond Súdwest-Fryslân”.

We stimuleren iedereen van jong tot oud om gezond te leven. We hebben extra aandacht voor inwoners bij wie dat niet vanzelf gaat. Dit kunnen we alleen bereiken door deze uitdaging met elkaar aan te gaan. Samen met andere partijen willen we de gezondheid van onze inwoners bevorderen en beschermen.

Ons uitgangspunt is dat mensen gezond en gelukkig kunnen zijn als de basisvoorwaarden op orde zijn. Ieder leven veranderd op bepaalde momenten van koers, op deze momenten is er sprake van bepaalde risico's. We hebben deze momenten in kaart gebracht: de levensloopkaart. Onze gedachte is dat wanneer de basisvoorwaarden op orde zijn de kans groter is dat er op deze momenten geen problemen ontstaan. Hoe sterker de basisvoorwaarden, hoe beter mensen kunnen omgaan met veranderingen in hun leven.

We kijken bij onze aanpak naar het gehele leven van onze inwoners en investeren in de volgende basisvoorwaarden:

1. Gezonde leefstijl
2. Waardevolle relaties
3. Voldoende vaardigheden
4. Voldoende financiële middelen
5. Gezonde omgeving

De fysieke en sociale leefomgeving zijn van invloed op onze gezondheid. “Samen doen, samen gezond Súdwest-Fryslân” gaat over het beschermen en bevorderen van deze sociale en fysieke gezondheid in en met de omgeving. (We maken steeds meer gebruik van zorg en ondersteuning. De druk op de zorg neemt toe. Wie nu investeert in zijn gezondheid, heeft in de toekomst minder zorg en ondersteuning nodig.)



## Súdwest-Fryslân

‘In 2040 de gezondste en vitaalste woon- en leefgemeente van Noord-Nederland’



## Súdwest-Fryslân

‘Betere gezondheid voor iedereen in Súdwest-Fryslân en terugdringen van gezondheidsverschillen.’

# Onze ambitie

**Onze ambitie:** In 2040 is Súdwest-Fryslân de gezondste en vitaalste gemeente van Noord-Nederland. We nodigen andere partijen uit om deze uitdaging samen met ons aan te gaan. We kunnen elkaar versterken en afspraken maken over hoe we de gezondheid van onze inwoners kunnen verbeteren en beschermen.

De partijen die, naast de ambassadeurs, mee gaan doen met “Samen doen, samen gezond Súdwest-Fryslân”, spreken af om zich vanuit hun eigen expertise in te zetten voor een gezond Súdwest-Fryslân. We willen dat inwoners - ook als ze ziek of kwetsbaar zijn - een betekenisvol leven kunnen leiden in een omgeving die gezond gedrag stimuleert, ondersteunt en makkelijk maakt. Concrete afspraken over ieders bijdrage vloeien hier uit voort.

## Het doel

We willen ons inzetten voor een gezonde en vitale bevolking. Het doel is: betere gezondheid voor iedereen in Súdwest-Fryslân en terugdringen van gezondheidsverschillen.

Met “Samen doen, samen gezond Súdwest-Fryslân” willen we samen met anderen antwoorden formuleren op de vraag hoe we een succesvolle beweging kunnen maken van zorg naar preventie.



# Samen met anderen

**We willen graag samenwerken in verschillende verbanden aan concrete doelen. Elk samenwerkingsverband investeert in een of meer basisvoorwaarden voor een specifieke doelgroep (levensfase) en draagt zo bij aan de gezondheid en het geluk van onze inwoners.**

De samenwerking met andere partijen is essentieel, want we geven daarmee vorm aan een brede aanpak van gezondheid in Súdwest-Fryslân. De uitdagingen zijn groot. Het aantal ouderen in onze gemeente verdubbelt. Ook blijven de zorgkosten stijgen. Met aandacht voor preventie en een gezonde leefstijl kunnen we de gezondheidsrisico's verkleinen en ziektes voorkomen of uitstellen. Verschillende partijen werken hier al aan. Dit is ook noodzakelijk. We moeten ons beseffen dat we deze gezondheidsvraagstukken niet alleen kunnen oplossen. De oplossing vraagt commitment en inzet van allerlei (maatschappelijke) organisaties en bedrijven, zoals zorginstellingen, woningbouwcoöperaties, (zorg)verzekeraars, maar zeker ook van private partijen.

We delen kennis en ervaringen, ieder vanuit zijn expertise en kwaliteiten en zetten ons in om afzonderlijke initiatieven te verbinden en zo elkaar te versterken. waar gewenst trekken we samen op.

Er zijn al bestaande allianties die bijdragen aan onze ambities. Als deelnemende organisatie zijn we zelf verantwoordelijk voor de uitvoering van afspraken en het behalen van specifieke doelen.

Door samen vanuit dezelfde principes te werken kunnen we een grotere gezondheidswinst bereiken. Het gaat om principes die handvatten geven om programma's op te zetten die rekening houden verschillen tussen inwoners. Geen blauwdruk en geen uitgestippelde route. Wel een richting – een kompas. De principes zijn onderbouwd met wetenschappelijke kennis en praktijkervaring uit binnen- en buitenland. Het gaat om de volgende principes (voor toelichting zie bijlage deze publicatie).

We willen deze principes als leidraad nemen voor de (uitvoerings)afspraken die we maken.

1. Zet in op een brede, domein overstijgende aanpak
2. Differentieer waar nodig
3. Benut kansen in verschillende levensfasen
4. Werk samen met de mensen om wie het gaat
5. Werk persoonsgericht
6. Versterk geloof in eigen kunnen en zelfredzaamheid
7. Stuur op al doende leren en experimenteren
8. Investeer in goede monitoring en evaluatie
9. Werk aan borging van kennis en effectieve aanpakken in praktijk en beleid

# (Inter)Nationaal, Fries en lokaal akkoord, relatie met het sportakkoord

Om de wereld een betere plek te maken hebben de Verenigde Naties zeventien sustainable development goals geformuleerd. Hiermee is een wereldwijde ambitie geformuleerd om een einde te maken aan extreme armoede, ongelijkheid, onrecht en klimaatverandering.



Onze ambitie staat niet op zichzelf. In diverse (inter)nationale, regionale en gemeentelijke doelen en akkoorden wordt onze ambitie al gesteund.

### Duurzame Ontwikkelingsdoelen

De SDG's (Sustainable Development Goals of Duurzame Ontwikkelingsdoelen) zijn zeventien doelen om van de wereld een betere plek te maken in 2030. De SDG's zijn afgesproken door de landen die zijn aangesloten bij de Verenigde Naties (VN), waaronder Nederland.

Dit Pact draagt bij aan de volgende duurzame ontwikkeldoelen:

- Nr. 1 Geen armoede
- Nr. 3 Goede gezondheid en welzijn
- Nr. 10 Ongelijkheid verminderen

### Nationaal Preventieakkoord

We ondersteunen de uitgangspunten van het Nationaal Preventieakkoord, dat gezond gedrag stimuleert. Nationaal zijn de speerpunten het tegengaan van roken, alcoholgebruik en overgewicht. En zijn gedeelde ambities tussen vele verschillende partijen vastgelegd. In dit preventiepact hebben we ook aandacht voor andere thema's die belangrijk zijn voor de gezondheid van onze inwoners.

### Fries Preventieakkoord

Het Fries Preventieakkoord (in ontwikkeling) is een akkoord tussen de Friese gemeenten en de GGD. Met als doel Goede Gezondheid en kansen en welzijn voor iedereen. In het Friese akkoord zullen thema's benoemd worden, waaraan in de





hele provincie gewerkt wordt. In dit lokale pact gaan we in op de thema's waaraan we in onze gemeente willen werken.

## Sportakkoord

We willen een gezonde leefstijl ook stimuleren door nadrukkelijke aandacht te geven aan sport en bewegen. Samen met sport- en beweegaanbieders en andere (potentiële) partners sluiten we een lokaal sportakkoord om samen in Súdwest-Fryslân een beweging op gang te krijgen om iedereen plezier te laten krijgen in sport, voor nu en in de toekomst. Het lokale sportakkoord en dit preventiepact versterken elkaar.

## Nota Lokale Gezondheid

Wij willen de gezondheid van onze inwoners versterken en beschermen en gezondheidsverschillen verkleinen. Deze wettelijke verplichting ligt vast in de Wet Publieke Gezondheid. Hoe we dit willen concretiseren, legt de gemeenteraad iedere vier jaar vast in de lokale nota Gezondheid (het gezondheidsbeleid). Deze lokale nota is een vervolgstap op de landelijke nota Gezondheid en de VTV (Volksgezondheid Toekomst Verkenning) en onderdeel van de landelijke cyclus waarin de lokale en landelijke overheid betrokken zijn.

### Súdwest-Fryslân

‘We geloven in de kracht van onze inwoners. Van jong tot oud met of zonder beperkingen. We vinden het belangrijk dat iedereen mee kan doen.’



## Súdwest-Fryslân

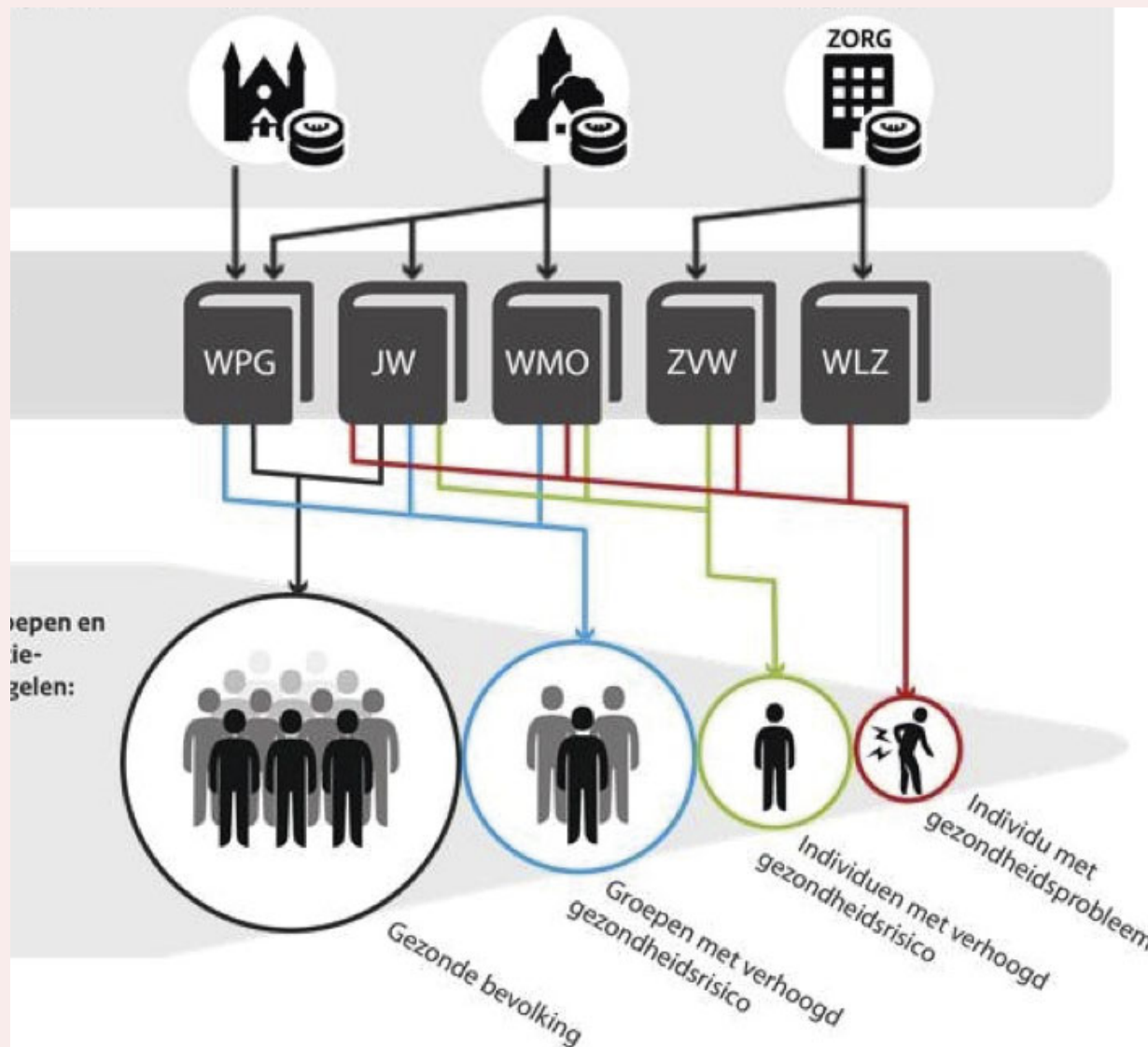
‘De samenwerking met andere partijen is essentieel, want we geven daarmee vorm aan een brede aanpak van gezondheid in Súdwest-Fryslân.’

# Rollen en verantwoordelijkheden

De vijf wetten waarin preventie een rol speelt, zijn de Wet publieke gezondheid (Wpg), de Wet maatschappelijke ondersteuning 2015 (Wmo), de Jeugdwet, de Zorgverzekeringswet (Zvw) en de Wet langdurige zorg (Wlz), de zogeheten stelselwetten. Deze wetten hebben elk hun eigen regels en bieden verschillende mogelijkheden om te werken aan preventie.

Naast partijen die wettelijk een rol hebben op het terrein van preventie, zoeken we ook de samenwerking met allerlei andere partijen. Een samenhangende aanpak vraagt commitment en inzet van allerlei (maatschappelijke) organisaties en bedrijven, zoals zorginstellingen, woningbouwcoöperaties, (zorg)verzekeraars, maar zeker ook van private partijen. We spreken met elkaar af wat ieders rol wordt.





### Universele preventie

Wij werken vanuit het concept 'positieve gezondheid'. Positieve gezondheid is een benadering die niet de ziekte, maar een betekenisvol leven van mensen centraal stelt. De nadruk ligt op de veerkracht, eigen regie en het aanpassingsvermogen van de mens en niet op de beperkingen of ziekte (Huber 2011).

We weten dat heel veel factoren van invloed zijn op gezondheid. Hier willen we in investeren. De leefomgeving is van grote invloed op de gezondheid. In de omgevingsvisie staat het bevorderen en beschermen van gezondheid in de omgeving centraal. Een ander heel belangrijk gegeven is het feit dat gezondheid beïnvloed wordt door persoonlijke kenmerken en omstandigheden waarin mensen geboren worden, opgroeien, wonen en werken. Bij het verbeteren en bevorderen van gezondheid hebben we aandacht voor deze verschillende thema's en de samenhang. Thema's die van invloed zijn op gezondheid(verschillen):

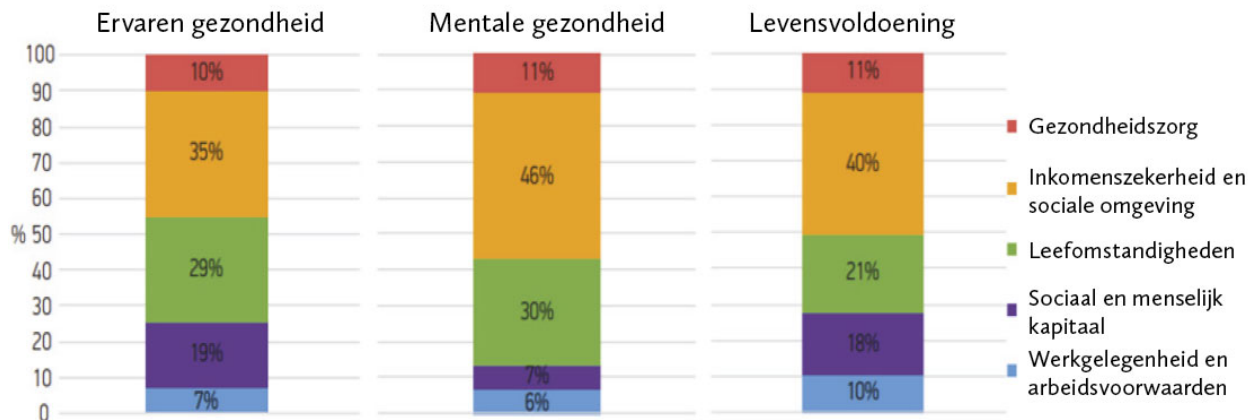
- De mate waarin de gezondheidszorg toegankelijk en bereikbaar is en past bij de zorgvraag van de inwoners;
- Inkomenszekerheid en sociale omgeving;
- Leefomstandigheden en omgeving;
- Menselijk kapitaal: gedrag en vaardigheden;
- De mate van participeren en arbeidsomstandigheden;

De mate van gezondheid heeft een nauwe relatie met deze thema's. Waarbij inkomenszekerheid en sociale zekerheid de grootste invloed heeft, veel meer dan de gezondheidszorg zelf.



## World Health Organisation

Vijf thema's die bijdragen aan gezondheidsverschillen, bij zelf gerapporteerde gezondheid, mentale gezondheid en tevredenheid in het leven, tussen hoge SES en lage SES



Mensen met alleen basisonderwijs of vmbo leven zes jaar korter en vijftien jaar in minder goede gezondheid. Zij hebben vijf keer meer kans op ziekten en meer gezondheidsproblemen als overgewicht en mentaal leiden. Ongezonde leefomstandigheden leiden tot toenemende stress, wat zich uit in chronische aandoeningen en afnemende vaardigheden. Denk aan vaardigheden zoals bijvoorbeeld: lange termijnplanning of het nemen van de juiste beslissingen in een steeds complexer ingerichte samenleving.

Bepaalde gebeurtenissen in het leven, zoals bijvoorbeeld ontslag of een scheiding kunnen dit proces versterken en versnellen. De problemen worden vaak overgedragen van generatie op generatie en hangen samen met cultureel, sociaal en economisch kapitaal. In deze groep is de meeste gezondheidswinst te behalen. De landelijke overheid heeft in het gezondheidsbeleid van 2020-2024 ook als ambitie opgenomen 'gezondheidsachterstanden' terug te dringen.

### Achterliggende factoren van ongezondheid

De World Health Organization (WHO) Europe heeft een aantal achterliggende factoren van gezondheid berekend en opgesteld, (september 2019, *Healthy, Prosperous lives for all: the European Health Equity Status report*, 2019).

Samenwonen, de geboorte van een kind, scheiden of ontslag krijgen. Ieder leven kan op bepaalde momenten van koers veranderen. De een weet hier beter mee om te gaan dan de ander. De gedachte hierbij is dat hoe beter je basiszaken op orde hebt, des te beter weet je om te gaan met deze veranderingen.

De levensloopbenadering  
In onze aanpak kiezen we voor de levensloopbenadering: we kijken naar het hele leven van (pre-)conceptie tot de dood. Om gezond en gelukkig te zijn is het belangrijk dat een aantal basisvoorwaarden op orde zijn. Dit geldt voor alle mensen. Daarom is het belangrijk dat we investeren in deze basisvoorwaarden. Daarnaast kijken we naar gebeurtenissen in het leven waarop er een risico bestaat dat er problemen ontstaan.

## LEVENSGEBEURTENISSEN

### GEZOND OPGROEIEN



De 1ste 1.000 dagen



Jong gezin, goede relatie



Start op de basisschool



Start op het voortgezet onderwijs



Omgaan met alcohol en middelen



Seksuele relaties / -contacten



Behalen van startkwalificatie



Starten op de arbeidsmarkt



Scheiden



Baanverlies



(Chronische) ziekte



Waardig oud worden

### GEZOND LEVEN

### GEZOND OUDER WORDEN



### BASISVOORWAARDEN

1. Gezonde leefstijl
2. Gezonde vaardigheden
3. Waardevolle relaties
4. Financieel gezond
5. Gezonde omgeving (Omgevingsvisie)





# De Levensloopbenadering



In onze aanpak kiezen we voor de levensloopbenadering: we kijken naar het gehele leven van onze inwoners van (pre-) conceptie tot graf. Om gezond en gelukkig te zijn is het belangrijk dat een aantal basisvoorwaarden in het leven op orde zijn. Dit geldt voor alle inwoners in elke levensfase. Investeren in deze basisvoorwaarden is voor elke inwoner van belang. We noemen dit universele preventie.

Investeren in basisvoorwaarden is belangrijk voor iedereen in elke levensfase. We hebben wel aandacht voor verschillen. Mensen met een lage opleiding hebben andere ondersteuning nodig dan mensen met een hogere opleiding. In onze aanpak aandacht hebben voor deze verschillen, zal optimaal effect opleveren. In alle plannen wordt dit dan ook als uitgangspunt genomen.

Daarnaast kijken we in de levensloopbenadering naar gebeurtenissen in het leven waarop er een risico bestaat dat er problemen ontstaan.

De basisvoorwaarden die gedurende het hele leven van belang zijn om gezond te zijn en te blijven en waarin we in Súdwest-Fryslân actief willen investeren zijn:

1. Onze inwoners hebben een gezonde leefstijl
2. Onze inwoners hebben waardevolle relaties
3. Onze inwoners hebben gezonde vaardigheden
4. Onze inwoners zijn financieel gezond
5. Onze inwoners wonen in een gezonde omgeving

## Súdwest-Fryslân

‘Hoe sterker de basisvoorwaarden, hoe beter mensen met tegenslag om kunnen gaan.’

### 1. Gezonde Leefstijl

Bij leefstijl gaat het om gedrag dat van invloed is op je gezondheid. In positieve of negatieve zin. De belangrijkste leefstijlfactoren zijn roken, alcohol, bewegen en voeding. Op het gebied van leefstijl zijn er zowel gunstige als ongunstige ontwikkelingen. Ongezond gedrag is de oorzaak van bijna 20% van alle ziektes. (RIVM). Een goede gezondheid levert veel op. Gezonde mensen hebben over het algemeen een betere kwaliteit van leven, zorgen beter voor zichzelf en doen minder beroep op de zorg. Daardoor kunnen zij beter meedoen in de maatschappij. Het doel is niet alleen dat je met je gedrag probeert ziektes te vermijden. Gezondheid is immers meer dan niet-ziek-zijn. Het gaat om gezonde gewoontes en gezonde keuzes maken, zodat je een leven kunt leiden waar je je goed bij voelt, met alle mogelijkheden en beperkingen die je hebt. Naarmate er beter is voldaan aan de overige vier basisvoorwaarden kunnen mensen ook beter werken aan een gezonde leefstijl. Omgekeerd, wanneer niet aan de overige basisvoorwaarden is voldaan is het haast onmogelijk een gezonde leefstijl te hanteren. Het is bij het terugdringen van gezondheidsverschillen van groot belang om hier rekening mee te houden.

### Roken

Ruim 9,2% van alle ziektes in Nederland wordt veroorzaakt door roken. Hiermee vormt roken een grote risicofactor. Met de Rookvrije Generatie roepen we iedereen op om een bijdrage te leveren om onze kinderen rookvrij te laten opgroeien en niet te roken daar waar kinderen zijn. Zo'n 22 procent van de volwassenen in onze gemeente rookt (GGD Fryslân, 2016, volwassenenmonitor 19-64 jaar).

### Alcohol

De meeste kinderen drinken voor het eerst alcohol als zij bijna 14 jaar zijn. Bijna 50% van de 14-jarigen in onze gemeente heeft de afgelopen vier weken alcohol gedronken. Het percentage volwassen zware drinkers bedraagt 22%. Dit is significant hoger dan in de rest van Friesland. Overmatig alcoholgebruik is de oorzaak van 1,5 % van alle ziektes in Nederland. Daarnaast lijdt dit ook tot maatschappelijke kosten oplopend tot 4,2 miljard voor Nederland per jaar (RIVM 2018). Denk bij maatschappelijke kosten aan de gevolgen van verkeersongevallen, seksueel overschrijdend gedrag, geweldsdelicten maar ook aan het verlies van intellectuele capaciteit. Onder het mom jong geleerd is oud gedaan zet Súdwest-Fryslân in op alcohol- en middelenpreventie bij jongeren tussen de 12-18 jaar onder de naam Cool Súdwest.



## Overgewicht en voeding

42% van de volwassenen in Súdwest-Fryslân heeft overgewicht. Dit is vergelijkbaar met de rest van Friesland. Ongezond voedsel draagt bij aan 8,1% van de ziektelast in Nederland en weinig bewegen 2,3%. Niet al onze inwoners hebben voldoende toegang tot gezond voedsel. We weten dat mensen in armoede vaker overgewicht hebben. Ook kinderen die opgroeien in gezinnen met een lage sociaal economische status hebben vaker overgewicht. We streven naar gezond gewicht en gezond voedsel.

## 2. Waardevolle Relaties

Sociaal contact maakt mensen gelukkig. Mensen met sterke en brede sociale relaties zijn gelukkiger, gezonder en leven langer. Nauwe relaties met familie en vrienden bieden liefde, geven diepere betekenis. Het bevordert en verbetert gevoelens van eigenwaarde. Bredere netwerken geven een gevoel van verbondenheid.

Inwoners die waardevolle relaties in de eigen omgeving hebben zullen minder behoefte hebben aan professionele ondersteuning. De draagkracht van inwoners met waardevolle relaties is groter. Draagkracht is het vermogen dat iemand heeft om met



problemen en vragen op één of meer leefgebieden om te gaan dan wel deze op te lossen.

Actie ondernemen ter versterking van relaties en het bouwen van verbindingen is essentieel voor geluk. Of deze verbindingen partners, families, vrienden, collega's, of burens betreffen maakt niet zo veel uit. Deze band is van belang, omdat hiermee steun en hulp wordt gevonden en de sociale cohesie bevordert wordt. Hechting kan behalve tussen mensen ook met plekken optreden. Zo kan er een band worden opgebouwd met de eigen buurt. Uit onderzoek van de WHO blijkt dat de sociale cohesie en

financiële gezondheid voor 35% de ervaren gezondheid bepaalt en voor 46% de mentale gezondheid

Er blijkt veel eenzaamheid te zijn. Hoewel eenzaamheid zich voordoet van jong tot oud is de problematiek bij ouderen het grootst. Bijna de helft van de ouderen van 65 jaar en ouder in Súdwest-Fryslân (48%) is matig tot zeer ernstig eenzaam (GGD monitor). Uit cijfers van het Fries Sociaal Planbureau (FSP 2016) blijkt dat 43% van alle inwoners in de gemeente Súdwest-Fryslân eenzaamheid ervaart.

### 3. Gezonde Vaardigheden

Gezondheidsvaardigheden zijn de vaardigheden om informatie (over gezondheid) te verkrijgen, te begrijpen, te beoordelen en te gebruiken bij het nemen van beslissingen. 36% van de mensen heeft beperkte gezondheidsvaardigheden. Voor een deel wordt dit veroorzaakt omdat mensen niet goed kunnen lezen, onvoldoende begrijpen wat er staat of gezegd wordt en daardoor niet tot handelen kunnen komen. Een deel van de mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden is laaggeletterd of niet digitaal vaardig. Fryslân is een provincie met relatief veel laaggeletterden: 14,3% (volgens de stichting Lezen & Schrijven).



Een andere oorzaak voor beperkte gezondheidsvaardigheden is een gebrek aan draagkracht. Draagkracht is het vermogen dat iemand heeft om met problemen en vragen op één of meer leefgebieden om te gaan en op te lossen. Inwoners met de volgende persoonlijke competenties hebben een grotere draagkracht dan mensen die deze competenties niet hebben:

- Zelfvertrouwen
- Zelfkennis
- Doorzettingsvermogen
- Verantwoordelijkheidsgevoel
- Assertiviteit

Investeren in gezonde vaardigheden en competenties voor inwoners zien we als een basisvoorwaarde om gezondheid te bevorderen.

#### 4. Financieel Gezond

Iemand kan zichzelf financieel redden wanneer hij weloverwogen keuzes maakt, zodat zijn financiën in balans zijn. Dat is niet alleen op het moment dat iemand zelf al zijn geldzaken kan regelen, maar ook dat iemand weet wanneer hij hulp zou moeten vragen. In ons land heeft 19% van de 19-65-jarigen en 9% van de 65+'ers moeite met rondkomen. Het hebben van problematische schulden of leven in armoede is van invloed op het dagelijks functioneren en brengt veel andere

problemen met zich mee. Uit onderzoek van de WHO blijkt dat de sociale cohesie en financiële gezondheid voor 35% de ervaren gezondheid bepaalt en voor 46% de mentale gezondheid. Samen kunnen en willen we een vuist maken tegen financiële problemen en vóór financiële gezondheid.

#### 5. Gezonde Omgeving

Ook de leefomgeving is van grote invloed op de gezondheid. In de omgevingsvisie staat het bevorderen en beschermen van gezondheid in de omgeving centraal. Súdwest-Fryslân werkt daarvoor aan een omgeving die stimuleert tot bewegen, voldoende groen is, plek biedt voor ontmoeten, veiligheid en geborgenheid biedt en schoon, opgeruimd en toegankelijk is. Hierdoor is het makkelijker voor iedereen om, zonder erbij na te denken, gezonder te leven én gezondere keuzes te maken

Naast basisvoorwaarden die voor alle mensen op alle momenten in het leven van belang zijn, kijken we naar specifieke momenten in het leven.

#### Súdwest-Fryslân

‘De gezondheid en vitaliteit van onze inwoners is belangrijk. We stimuleren iedereen van jong tot oud om gezond te leven en hebben extra aandacht voor inwoners bij wie dat niet vanzelf gaat.’





## Selectieve preventie, risicogroepen en -momenten

Welke gebeurtenissen in het leven verhogen het risico op het ontstaan van problemen? Hoe kunnen we met die kennis het risico verminderen of wegnemen. Als we investeren in het verminderen van risico's bij een bepaalde levensgebeurtenis, heeft dit dan ook invloed op andere gebeurtenissen in het leven?

## Súdwest-Fryslân

‘Er zijn gebeurtenissen in het leven waarop er een risico bestaat dat er problemen ontstaan. We willen deze risico’s weg nemen of zo klein mogelijk houden.’

Samen met partners willen we antwoord geven op dit soort vragen om zo samen een beweging op gang te krijgen die als doel heeft gezonde en vitale inwoners. We kijken met de levensloop dus naar momenten en groepen waarbij sprake is van een bepaald risico. Het wegnemen of verminderen van deze risico’s is selectieve preventie; het gaat om vroegsignalering van risicomomenten en er op tijd bij zijn.

Zo weten we bijvoorbeeld dat het behalen van een startkwalificatie een mijlpaal in een leven is. Wanneer dit niet lukt kan dit het begin zijn van (een opeenstapeling van) problemen. Zo kan dit tot gevolg hebben, dat de financiële gezondheid er onder te lijden heeft, dat waardevolle relaties schaars worden, dat mensen niet aan het werk gaan etc. Wij hebben de ambitie om preventief activiteiten, programma’s of interventies in

te zetten om op het juiste moment bij te sturen. We willen samen leren en ontdekken wat de belangrijkste levensgebeurtenissen zijn om in te investeren. Want investeren in het ene moment kan winst opleveren op andere momenten.

Als gemeente Súdwest-Fryslân investeren we in de basisvoorwaarden én in die momenten in het leven waarop er risico bestaat. We geloven dat dit alleen kan samen met andere partijen die ook willen dat het goed gaat met onze inwoners, juist op deze momenten in het leven. We vragen hen om ambities en doelstellingen over te nemen in hun eigen visie en plannen, om de preventie aanpak op die manier te borgen in Súdwest-Fryslân.

### In de levensloopbenadering onderscheiden we drie levensfases:

- De fase van gezond opgroeien
- De fase van gezond leven
- De fase van gezond ouder worden

### Het gaat om de volgende (risico) momenten in een leven:

- De eerste 1.000 dagen
- Jong gezin, goede relaties
- Start op de basisschool
- Start op het voortgezet onderwijs
- Omgaan met alcohol en middelen
- Seksuele relaties en contacten
- Behalen van een startkwalificatie
- Starten op de arbeidsmarkt
- Scheiden
- Baanverlies
- (Chronische) ziekte
- Waardig oud worden

### Samenwerkingsverbanden die bijdragen aan de ambities in het akkoord:

- Alliantie Cool Súdwest
- Rookvrije generatie
- Alliantie Kansrijke start
- Financieel gezond Súdwest
- Vitale Regio

