

# GEZOND & VITAAAL HARLINGEN

## ACTIEPLAN





# VOORWOORD

De druk op de gezondheidszorg neemt steeds meer toe. Enerzijds doordat de kosten van de zorg stijgen en anderzijds doordat mensen steeds ouder worden. Ook binnen de gemeente Harlingen hebben we te maken met een dubbele vergrijzing en de nodige uitdagingen op het gebied van gezondheid.

Gezondheid is meer dan niet ziek zijn. Ook ons mentaal welbevinden, onze sociale contacten, zingeving, onze leefomgeving, het mee kunnen doen in de samenleving en onze kwaliteit van leven is van belang. Er zijn dan ook veel factoren die van invloed zijn op onze gezondheid.

Voor u ligt het actieplan 'Gezond en Vitaal Harlingen 2023-2026'. In dit actieplan vindt u de acties welke de gemeente de komende jaren gaat uitvoeren op het gebied van gezondheid. De ambities op het terrein van gezondheid en vitaliteit zijn groot. We beginnen niet helemaal bij nul, want een aantal programma's zijn al in gang gezet, maar we hebben ook nieuwe ambities geformuleerd. Daarom zetten we in het nieuwe beleid stevig in op preventie, want voorkomen is beter dan genezen!

We vinden het belangrijk om kinderen een goede start te geven en ouders te ondersteunen bij het ouderschap. We willen een gezonde voedselkeuze stimuleren door meer aanbod van gezond voedsel. We nemen gezondheid als vast thema mee bij de ontwikkeling van nieuwe plannen en de inrichting van onze leefomgeving stimuleert ontmoeten en bewegen. We willen de gezondheidsverschillen in onze gemeente verkleinen door meer wijkgericht te werken en beter aan te sluiten bij de doelgroep.

We zetten stevig in op het verminderen van middelengebruik onder jongeren en onderzoeken of we de aanpak Opgroeien in Kansrijke Omgeving (OKO) kunnen implementeren. Daarnaast willen we de weerbaarheid van onze jongeren vergroten zodat zij minder druk ervaren in het leven en hier beter mee om kunnen gaan. En we willen de vitaliteit van onze senioren bevorderen waardoor zij zo lang en gezond mogelijk de derde levensfase (periode na pensionering) kunnen ervaren.

Dit doen we niet alleen, maar samen met onze inwoners en onze ketenpartners! Samen zetten we de schouders eronder.

**Erik de Groot,**  
Wethouder Volksgezondheid



# GEZONDHEID IN DE FYSIEKE EN SOCIALE LEEFOMGEVING

## THEMA

## ACTIEPUNT



### **Samenwerking sociaal en fysiek domein**

Gezondheid wordt een vast onderdeel in de belangenafweging bij de ontwikkeling van ruimtelijk beleid (omgevingsvisie).

Het sociaal en fysiek domein gaan actief samenwerken en maken gebruik van elkaars expertise.



### **Gezonde leefstijl stimuleren**

Meer groen in de dorpen en een schonere en groenere binnenstad.

Fietsgebruik in de binnenstad wordt gestimuleerd.

De beweegkansenkaart wordt meegenomen bij de uitwerking van nieuwe plannen.

We onderzoeken de mogelijkheden om een gezond voedselaanbod in de omgeving te creëren.

We breiden het aantal rookvrije locaties uit.



### **Ontmoeten vergemakkelijken**

We willen meer ontmoetingsplekken creëren

De pilot lokaal vervoer (automaatje en stadsdienst) wordt uitgevoerd en geëvalueerd.

Samen met jongeren doen we onderzoek naar goede ontmoetingsplekken.

We gaan Nieuw Zuid doorontwikkelen.

We onderzoeken hoe wijk-, buurt- en dorpshuizen versterkt kunnen worden.





### **Inclusieve samenleving**

We stellen een lokale sociale inclusie agenda op, waarin iedereen kan en mag meedoen. Dit doen we samen met een vertegenwoordiging van de doelgroep.



### **We willen de kans op overleven na een harstilstand vergroten**

We stimuleren inwoners om burgerhulpverlener te worden door het vergoeden van de reanimatietraining.

We zetten ons in voor een 100% dekking van het aantal AED's.

We subsidiëren buitenkasten om bestaande AED's 24 uur beschikbaar te maken.





# GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN VERKLEINEN

THEMA	ACTIEPUNT
 <b>Integrale samenwerking</b>	<p>We werken domein overstijgend samen met alle beleidsterreinen en ketenpartners die van invloed zijn op gezondheid.</p> <p>We dienen een gezamenlijk plan van aanpak in voor de SPUK middelen (GALA)</p>
 <b>Kansrijke start</b>	<p>We vormen een coalitie met alle ketenpartners rondom de geboortezorg.</p> <p>We maken samenwerkingsafspraken met de ketenpartners geboortezorg.</p> <p>We ontwikkelen het zorgpad zwangeren en integreren het prenatale huisbezoek van de GGD hierin.</p> <p>We implementeren de methodiek Nu Niet Zwanger bij het gebiedsteam</p> <p>Vanuit het aanvullend pakket van de GGD nemen we de volgende extra diensten af:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Voorzorg</li><li>• Intensieve begeleiding voor risicogezinnen</li><li>• Logopedische screening</li><li>• Pedagogische begeleiding</li></ul>
 <b>Homestart</b>	<p>We gaan starten met Homestart. Homestart is gezinscoaching welke kan helpen om bepaalde (familie-) patronen te doorbreken die een kansrijke ontwikkeling in de weg staan.</p>



## THEMA

## ACTIEPUNT



### Middelengebruik / OKO

We gaan onderzoeken of de OKO aanpak ook ingevoerd kan worden binnen de gemeente Harlingen.

We geven uitvoering aan het plan van aanpak middelengebruik en het preventie- en handavingsplan Alcohol.

Samen met huisartsen, jongerenwerk, GGD, VNN, wijkagenten en gebiedsteam onderzoeken we hoe we jongeren beter kunnen voorlichten en bereiken.

We continueren voorlichting via SPAM op de RSG en de MA

We sluiten aan bij landelijke campagnes en ontwikkelen waar nodig onze eigen campagnes.



### Rookvrije generatie

We breiden het aantal rookvrije locaties uit.

We stimuleren onze inwoners om te stoppen met roken en brengen de mogelijkheden voor vergoeding via de zorgverzekeraar onder de aandacht.

We bieden ondersteuning aan (o.a. sport en speeltuin) verenigingen om rookvrij te worden.

We sluiten aan bij landelijke campagnes.



### Gezond gewicht

We verbreden de JOGG aanpak naar een aanpak voor alle inwoners.

We implementeren de aanpak 'Kind naar gezonder gewicht' en ontwikkelen een adequaat aanbod binnen de keten waar kinderen met overgewicht gebruik van kunnen maken

We stimuleren de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) voor volwassenen met overgewicht en obesitas en brengen in kaart of het huidige sport- en beweegaanbod in de gemeente aansluit bij de deelnemers aan de GLI.

We stimuleren een gezonde leefstijl door het blijven aanbieden van beweegactiviteiten.

We stimuleren bewegen in de buitenruimte en nemen dit actief mee in de herinrichting van onze gemeente



## THEMA

## ACTIEPUNT



### Armoedebelid

Wij blijven inzetten op vroegsignalering van schulden

Wij dragen bij aan betaalbaar wonen o.a. door de inzet van middelen en mogelijkheden vanuit het rijk in het kader van het terugdringen van energie-armoede en door de energietransitie samen met corporaties nader vorm te geven.

We geven uitvoering aan de kalender tegen armoede

We nemen extra maatregelen voor inwoners die in een slecht geïsoleerde woning wonen of een hoog energieverbruik hebben én een laag inkomen hebben. Binnen de gemeente Harlingen is al een Energiecoach actief die gratis bij inwoners langskomt om de bespaarkansen in kaart te brengen. Daarnaast is er een extra energiecoach aangetrokken die specifiek gericht is op inwoners met een laag inkomen en hoge energielasten.



### Versterken sociale basis

We onderzoeken de mogelijkheden om interventies in te zetten op kwetsbare inwoners en/of kwetsbare wijken. Samen met onze inwoners en ketenpartners willen we de doelen per (kwetsbare) wijk in beeld brengen.

We willen de sociale basis in wijken versterken. Het sterker maken van initiatieven, voorzieningen en netwerken waar inwoners makkelijk naartoe kunnen, staat voorop

Samen met de huisartsen onderzoeken we de mogelijkheden voor welzijn op recept.

We sluiten aan bij landelijke campagnes.



### Laaggeletterdheid

We onderzoeken of we vanuit het vliegwielbudget de training gezinsaanpak in Harlingen binnen het onderwijs kunnen organiseren

We onderzoeken de mogelijkheden voor een taalambassadeur voor Harlingen, bij voorkeur een NT1-er.



### Volwassenfonds Sport en Cultuur

We willen beweging en ontmoeten stimuleren. Daarom onderzoeken we de mogelijkheden van het volwassenfonds Sport en Cultuur.



## THEMA

## ACTIEPUNT



### **Gezondheids- vaardigheden vergroten**

We starten met de pilot Voel je Goed

We bieden de training 'herkennen en doorverwijzen voor zorgverleners' aan.

In samenwerking met de huisartsen vergroten we de digitale gezondheidsvaardigheden.



# VERMINDEREN PSYCHISCHE EN MENTALE DRUK BIJ JONGEREN

## THEMA

## ACTIEPUNT



### Laagdrempelige ondersteuning

We blijven laagdrempelige ondersteuning bieden. Zo is ons jeugdteam aanwezig op de scholen, zijn onze jongerenwerkers actief op de scholen en organiseren zij daarbuiten diverse activiteiten, zorgen de sportcoaches voor een gevarieerd aanbod om jongeren te stimuleren om te gaan bewegen en hebben wij jeugdwerkers die als praktijkondersteuner werken bij de huisarts. Zij kunnen ondersteunen bij lichte psychische problematiek.



### Vergroten weerbaarheid

We blijven ons inzetten op het vergroten van de weerbaarheid door o.a. de rots en watertrainingen, de KIES (kind in echtscheiding) trainingen, het meidenwerk, voorlichting over sexting en grooming, het project loop niet mee en het SPAM voorlichtingsproject op de RSG en de MA.

Samen met het onderwijs willen we onderzoeken of we effectieve programma's uit de landelijke aanpak mentale gezondheid kunnen toepassen en /of programma's van de Gezonde School.



### Terugdringen kindermishandeling en huiselijk geweld

We implementeren de aanbevelingen vanuit het onderzoek herhalingsmeldingen. Daarnaast onderzoeken we of het wenselijk is om de aanpak 'Ouderschap Blijft bij Echtscheiding' van de GGD in te zetten.



### Suïcidepreventie

We passen de methodiek van de gatekeeperstraining toe in onze gesprekken met inwoners.



# VITAAAL OUDER WORDEN

THEMA	ACTIEPUNT
 <b>Gezonde leefomgeving</b>	We willen een leefomgeving creëren die ouderen verleidt en uitdaagt om te blijven bewegen en te participeren.
 <b>Bevorderen participatie</b>	We willen ontmoeten stimuleren door o.a. de pilot lokaal vervoer (het automaatje en de stadsdienst) en het bestaande aanbod zoals WMO vervoer en de scootmobiel.  We onderzoeken de mogelijkheden voor een inloopvoorziening
 <b>Beweegaanbod ouderen</b>	Vanuit het beweegteam worden diverse activiteiten georganiseerd om bewegen en ontmoeten te stimuleren.  We gaan samen met sportaanbieders onderzoeken of er behoefte is aan specifiek aanbod voor senioren.
 <b>Valpreventie</b>	We realiseren een adequaat aanbod op het gebied van valpreventie zodat een valpreventieketen ontstaat waar ouderen met verhoogd valrisico gebruik van kunnen maken.  We gaan door met de training Valpreventie.  We onderzoeken hoe we de samenwerking tussen wijkverpleegkundige, fysiotherapie, praktijkondersteuners van de huisartsen en gebiedsteam kunnen vormgeven t.b.v. een betere valpreventie  We hebben de intentie om valrisico screening te integreren in het preventieve huisbezoek.





## THEMA

## ACTIEPUNT



### **Voorkomen eenzaamheid**

We willen onderzoeken of de Interventie Sociaal Vitaal kan worden ingezet.

We vormen een lokale coalitie 'Eén tegen eenzaamheid' en brengen het bestaande aanbod beter onder de aandacht van onze inwoners.

Samen met de huisartsen onderzoeken we de mogelijkheden van Welzijn op Recept



### **Preventief huisbezoek ouderen**

We blijven het preventieve huisbezoek ouderen uitvoeren, waarin we laagdrempelig in gesprek gaan over de toekomst en geven informatie en advies op maat op het gebied van wonen, zorg, welzijn en inkomen



### **Woonzorgvisie**

Opstellen van een woonzorgvisie voor 1 januari 2024

