

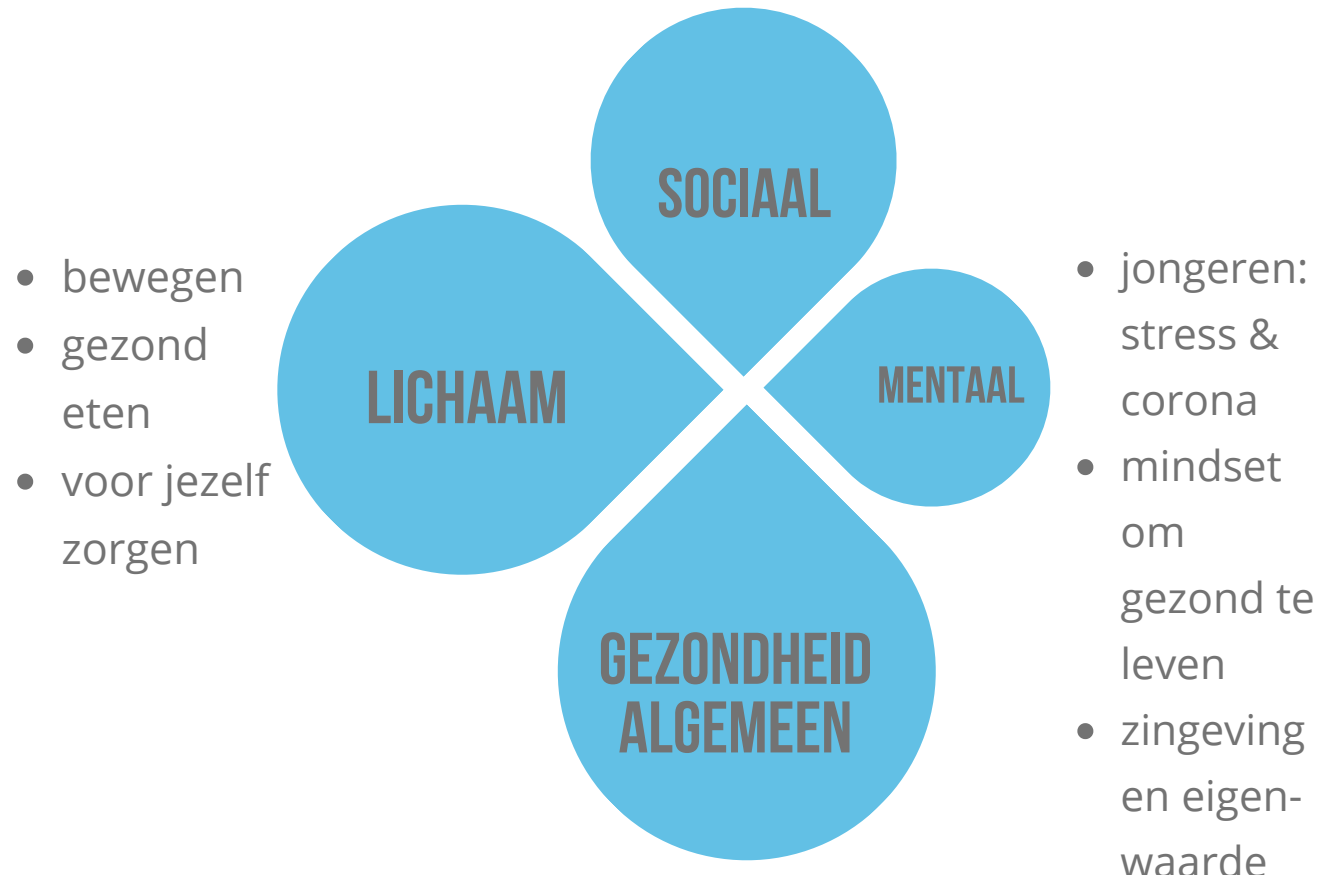
gezondheid: waar ging het over in de gesprekken?*

*

9 gesprekken met inwoners, leden van adviesraden en mensen die werken voor scholen, sportinstellingen en welzijnsorganisaties

doel: verhalen, ideeën en goede voorbeelden ophalen. Hoe kun je samen werken aan betere gezondheid van de mensen in 8k en TD

- gezonde omgeving
- ontspannen
- elkaar ontmoeten
- gehoord worden



SOCIAAL

- gezonde, groene omgeving helpt, ook om te ontspannen
- elkaar ontmoeten is belangrijk voor gezond voelen
- verschillen in behoefte (online-offline, hoeveel contact wil je)
- soms is het nodig elkaar uit te nodigen om contact te hebben

LICHAAM

- bewegen is belangrijk, hoeft niet duur te zijn
- gezond eten vaak vanwege afvallen
- voor jezelf zorgen

MENTAAL

- jongeren & corona: eenzaamheid, behoefte aan contact
- mindset om gezond te leven
- zingeving en eigenwaarde (is de link met sociaal en lichaamsthema's)

- gezondheid is ongelijk verdeeld, we gunnen iedereen een goede gezondheid (vooral kinderen), gezond zijn is belangrijk
- gezond leven is ingewikkeld, er zijn veel verleidingen en je moet kunnen doorzetten
- regels en verbieden werkt niet, je kunt beter verleiden en aanmoedigen. Hoe je het brengt is heel belangrijk
- sommige mensen hebben meer aandacht nodig omdat ze niet goed weten hoe ze hun gezondheid kunnen verbeteren en bij wie ze terecht kunnen (bijv financiële ondersteuning bij sport, gezonde maaltijden maken voor weinig geld, welke activiteiten zijn er in mijn dorp)

projecten en initiatieven: wat is er al in 8K/TD?

in een aantal dorpen
zijn mensen al
begonnen met
initiatieven die (ook)
goed voor onze
gezondheid zijn

hier een paar
voorbeelden

GENERATIEHUIS
GERKESKLOOSTER/
STROOBOS

er komt straks woonruimte in het oude
schoolgebouw, tot die tijd worden er
sociale activiteiten georganiseerd, en
is er een tuin

FOODWALK
BUITENPOST

een wandelroute om samen te doen,
met informatie en recepten met wilde
planten. Een combinatie van
ontmoeten, bewegen en gezond eten

MOA-KEUKEN
SURHUISTERVEEN

samen gezond leren koken en eten,
met groenten uit de buurt en spullen
die anders weggegooid zouden
worden.

GROEN
SCHOOLPLEIN
JISTRUM

de school heeft de tegels vervangen door
groene speelplekken. Die zijn zo leuk dat
mensen uit het dorp er ook na schooltijd
graag komen. Het is daardoor een
beweeg- en ontmoetingsplek geworden

**“ ONGEZONDE
MENSEN ZIJN
EIGENLIJK
NORMAAL, ALS JE
BEDENKT HOE
ONGEZOND DE
OMGEVING IS”**

**“ BEGINT HET BIJ
MENTALE GEZONDHEID OF
BEGINT HET BIJ BEWEGEN,
DAT JE HOOFD TE VOL ZIT
OM GEZONDE KEUZES TE
MAKEN, ZOALS GOED
ETEN EN BEWEGEN? VOOR
MIJ BEGINT HET BIJ
BEWEGEN”**

**“ DE GEMEENTE MOET NIET GAAN
VINGERTJEWIJZEN. PAS DAAR MEE OP,
ALS DAT HET IDEE WORDT MET DIT
PROJECT GAAT HET NIET LUKKEN. WANT
DAN BEREIK JE WEER NIET DE MENSEN
DIE JE ZOU WILLEN ONDERSTEUNEN”**

**““DE EEN KAN
MEER MET EEN
KWARTJE DAN
EEN ANDER”**

**“ MENSEN HEBBEN NIET
IN DE GATEN WAT
VRIJWILLIGERSWERK BRENGT
VOOR ZICHZELF
EN VOOR EEN ANDER”**

**“ IEDEREEN WIL
GEZOND ZIJN, MAAR
NIEMAND WIL HET
OPGELEGD KRIJGEN”**

**“ IK BEN 74 MAAR
VOEL ME NIET EEN
KWETSBARE
DOELGROEP”**

**“ JE MOET NIET MEER VOOR ZE
ORGANISEREN, MAAR COACHEN
OM ZELF TE ORGANISEREN”**

citaten

HOE NU VERDER?

De input uit de gesprekken is mede richtinggevend in de nota gezondheidsbeleid. Deze wordt in het najaar voorgelegd aan beide gemeenteraden

de highlights uit de input :

- Er is draagvlak om in te zetten op kwetsbare groepen en het verkleinen van gezondheidsverschillen.
- Het is nodig om integraal (dus vanuit verschillende beleidsgebieden) samen te werken aan gezondheid, vooral bij het inrichten van de omgeving en bij het oplossen van achterliggende oorzaken van ongezondheid.
- Het is wenselijk als meer zichtbaar wordt welke initiatieven en projecten er al zijn.
- Het is belangrijk om begrijpelijke taal te gebruiken en om te informeren over wat we weten over hoe je gezond kunt leven en over ondersteuningsmogelijkheden.
- Ook is het belangrijk om vooral te stimuleren in plaats van te verbieden.
- Het zou goed zijn in gesprek te blijven met elkaar om de voortgang te bewaken, en nog meer contact te zoeken met inwoners uit de groepen waar we ons zorgen over maken.