

APRIL 2021

Gezond & MEER.



Gezond & Meer

Lokaal Preventieakkoord Haarlemmermeer



Wat is gezondheid? Voor veel mensen zal het antwoord op deze vraag net weer wat anders zijn. Het valt wel op dat we allemaal onze gezondheid belangrijk vinden. Iedereen wilt graag zo gezond mogelijk ouder worden en kunnen blijven genieten van de dingen in het leven die we zo belangrijk vinden. De Blue Zones zijn vijf gebieden in de wereld waar naar verhouding de meeste 100+ jarigen wonen en waar de grote welvaartsziekten van de westerse wereld zoals Alzheimer, hart- en vaatziekten, kanker, depressies en diabetes nauwelijks voorkomen. Deze gebieden laten zien dat het mogelijk is om in goede gezondheid ouder te worden. Hoe kunnen we lessen trekken uit deze voorbeelden en ervoor zorgen dat de inwoners van Haarlemmermeer ook gezond ouder worden?

Onze volksgezondheidscijfers laten zien dat we in Nederland ouder worden, maar niet meer jaren in goede gezondheid erbij krijgen. Er is een duidelijk stijgende trend zichtbaar van chronische aandoeningen die op steeds jongere leeftijden voorkomen.

Aandoeningen die vallen onder deze categorie zijn zowel van lichamelijke (obesitas, diabetes type 2, hart- en vaatziekten) als mentale (depressies, burn-out, stress) aard en zorgen ervoor dat we ongezond ouder worden. Het merendeel van deze aandoeningen hebben een sterke relatie met onze leefstijl en leefomgeving en worden daarom aangeduid met de term “leefstijl gerelateerde aandoeningen”. De gemeente Haarlemmermeer heeft in de afgelopen jaren een prachtige basis opgebouwd ter ondersteuning van de gezondheid en het welzijn van haar inwoners, en onderschrijft het belang hiervan ook in het coalitieakkoord: “Samen bouwen aan een krachtig nieuw Haarlemmermeer”.

Het palet van projecten, initiatieven, organisaties en beleid bedient een breed spectrum van wat er nodig is om een veerkrachtige gemeenschap te creëren. In 2020 heeft de gemeente met diverse partners de kans aangegrepen voor het formeren van het sportakkoord “Heel Haarlemmermeer samen in beweging”.

Toch wijken de gezondheidscijfers in Haarlemmermeer niet veel af van de landelijke trend. Er liggen nog volop kansen om samen te werken aan het bouwen van een gemeenschap waarin mensen gezonder oud worden. Eind 2020 is door de landelijke overheid de mogelijkheid geboden aan gemeenten om ook een lokaal preventieakkoord op te stellen. Het preventieakkoord speelt in op de gezondheidsproblematiek in Nederland die te voorkomen is door een gezondere manier van leven makkelijker en aantrekkelijker te maken voor inwoners. Daarom biedt het Haarlemmermeers preventieakkoord een mooie kans om de huidige infrastructuur te verbinden, verbreden en te versterken ten behoeve van preventie in de gemeenschap.

In dit akkoord laten we zien hoe we de beweging richting meer preventie en leefstijlbevordering op gang willen brengen in samenwerking met de bestaande infrastructuur (projecten, initiatieven en organisaties) om een bijdrage te leveren aan een gezondere gemeenschap. Dit doen we door ons te richten op alle inwoners van Haarlemmermeer vanuit een positief verhaal over gezondheid een leefstijl. We stimuleren integrale samenwerking vanuit deze boodschap, zetten in op het betrekken van inwoners bij deze beweging en proberen overal in de gemeenschap de gezonde keuze de makkelijke keuze te maken.



1. Inleiding lokaal preventieakkoord

Als gevolg van het Nationaal Preventieakkoord is de ruimte ontstaan om dit op lokaal niveau verder uit te breiden. Gemeenten worden ondersteund met uitvoeringsbudgetten om ambities om te zetten in actie en zo echt werk te maken van preventie.

1.1 Waarom investeren in preventie?

Nog voor de coronacrisis begon stonden de indicatoren van onze gemeenschappelijke gezondheid in het rood. Cijfers als overgewicht, psychische en mentale klachten, chronische aandoeningen en multimorbiditeit (het hebben van meerdere aandoeningen tegelijkertijd) nemen al jaren toe.

De levensverwachting is stijgende in Nederland en we hebben dan ook te maken met vergrijzing. Ondanks dat de meeste 75-plussers nog vitaal zijn hebben we ook te maken met een snel stijgende groep met chronisch zieken. In Nederland is een duidelijke trend zichtbaar dat we weliswaar ouder worden, maar dat chronische ziekten al op jonge leeftijd ontstaan. We worden dus weliswaar ouder, maar krijgen er geen extra gezonde jaren bij.

Volgens de laatste cijfers van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) ontstaat gemiddeld de eerste chronische aandoeningen bij mannen rond de 40 jaar en bij vrouwen rond de 38 jaar. Dit kunnen zowel lichamelijke (obesitas, diabetes type 2, hart- en vaatziekten) als mentale (depressies, burn-out, stress) aandoeningen zijn. Het merendeel van de chronische ziekten hebben een sterke relatie met leefstijl en leefomgeving. De verwachting is dat deze trend voorlopig blijft doorzetten en dat geeft grote maatschappelijke uitdagingen. Niet alleen in het kader van de betaalbaarheid van de zorg maar juist ook voor de kwaliteit van leven van de inwoners van Haarlemmermeer.

Aangezien de gezondheidsuitdagingen complex zijn en raakvlakken hebben met vele facetten van het dagelijks leven volstaat het niet meer om gezondheid alleen te plaatsen binnen de gezondheidszorg. Alle beleidsterreinen en sectoren zijn verbonden met de volksgezondheid, denk hierbij aan ruimtelijke ordening, veiligheid, milieu, werk en inkomen, sociaal domein, onderwijs en sport en cultuur.

Een preventieve aanpak zal zich vanuit een breed perspectief moeten richten op de gezondheidsondersteuning bij alle mensen, van 0 tot 100, over de grenzen van beleidsdomeinen heen. Aangezien het gaat om complexe problematiek, is een lange termijn inzet nodig.



1.2 De kans om gezond oud te worden

Hoe kunnen we ervoor zorgen dat we gezond oud worden en onze tijd in ziekte zo kort mogelijk houden? Daar hebben we zelf niet alleen meer plezier van in ons leven, maar houden we ook rekening met de betaalbaarheid en het arbeidstekort van de zorg.

Leefstijl is waarschijnlijk een van de belangrijkste factoren om gezond oud te worden. Vaak wordt hiermee de verantwoordelijkheid van gezondheid in de schoot van het individu geworpen. Maar wat we zien is dat juist de leefomgeving van grote invloed is op hoe een individu zich gedraagt. Daarom is een gezonde leefstijl niet alleen een individuele verantwoordelijkheid maar ook een gemeenschappelijke. Hierbij is een belangrijke vraag: in hoeverre draagt een gezonde leefstijl en leefomgeving bij aan de kans op gezond ouder worden?

Naar deze vraag is de afgelopen decennia veel onderzoek gedaan. Eén van deze onderzoeken is de Blue Zones (National Geographic). De Blue Zones zijn 5 gebieden in de wereld waar de inwoners significant ouder worden, er leven daar naar verhouding de meeste 100+ jarigen. Het bijzondere van de Blue Zones is dat de inwoners niet alleen oud worden maar ook gezond zijn.

De grote welvaartsziekten van de Westerse Wereld zoals Alzheimer, hart- en vaatziekten, kanker, depressies, diabetes, etc. komen daar nauwelijks voor.

Wetenschappers zijn op zoek gegaan naar de geheimen van de Blue Zones en in deze zoektocht zijn een aantal interessante ontdekkingen gedaan. Onderzoek laat zien dat de kans om gezond oud te worden voor 70% wordt bepaald door leefstijl en leefomgeving, en voor 30% door genen en aanleg. Dit betekent dat de inwoners van de Blue Zones niet gezond oud worden omdat ze speciale genen hebben. Sommige mensen kunnen wel geluk hebben en de genetische loterij winnen, onafhankelijk van hun leefstijl hebben zij een grote kans om gezond oud te worden. Het onderzoek laat zien dat de kans om de genetische loterij te winnen erg klein is. Voor de meeste mensen bepaalt hun leefstijl en leefomgeving of ze gezond blijven op oudere leeftijd. Deze bevindingen zijn ook gevonden in een studie in Denemarken bij eenjarige tweelingen waarbij leefstijl en leefomgeving de duidelijke doorslaggevende factor was voor gezond ouder worden.

De resultaten van deze onderzoeken laten zien dat investeren in een gezonde leefstijl en leefomgeving een zeer belangrijke rol speelt in de kans op gezond ouder worden en daarmee de gezondheid en vitaliteit van de gehele samenleving beïnvloed. Samen kunnen we een gezondere gemeenschap creëren door ons in te zetten voor een leefomgeving (zowel fysiek als digitaal) die ervoor zorgt dat we de wind in de rug hebben als het gaat om onze leefstijl en de keuzes die we daarmee maken.



2. Gezond & Meer



De gemeente Haarlemmermeer en diverse partners hebben aangegeven graag meer verbinding te willen creëren tussen bestaande projecten, initiatieven, en organisaties die zich bezighouden met het verbeteren en behouden van de gezondheid van inwoners. Het Haarlemmermeers preventieakkoord kan deze bestaande infrastructuur versterken vanuit een positief verhaal over gezondheid en leefstijl.

Een tweede wens is om het begrip over gezondheid te verbreden in de gemeenschap. Veel van wat er al georganiseerd wordt, heeft de focus op inwoners met een hulpvraag (secundaire en tertiaire preventie). Hoewel het beantwoorden van deze hulpvraag van groot belang is, willen wij met dit Haarlemmermeers preventieakkoord inzetten op het voorkomen van het ontstaan van de hulpvraag. Dit is de verbreding waar we op willen inzetten als het gaat over gezondheid. Hier kan de kennis over een gezonde leefstijl en leefomgeving goed voor ingezet worden. Daarmee richten we ons in het akkoord niet op een specifieke kern of wijk, maar is het juist een project voor alle inwoners van Haarlemmermeer.

Gezond & Meer is een positief verhaal dat laat zien dat er vele kansen ontstaan als de gemeenschap zich inzet voor een gezonde leefstijl en leefomgeving voor zowel mensen met als zonder een hulpvraag.

Zoals uit de huidige cijfers blijkt wordt een groot deel van de zorgkosten gemaakt door groepen mensen met leefstijl gerelateerde aandoeningen. Steeds meer onderzoek laat zien dat gezondheidsproblemen voor deze groep, omgekeerd kunnen worden door het aanpassen van hun leefstijl. Een gezondere leefomgeving kan helpen om dit makkelijker te maken. Daardoor kan het Haarlemmermeers preventieakkoord een verbinding zijn tussen enerzijds ziekte & zorg en anderzijds gezondheid & de samenleving.

Gezond & Meer hanteert een breed begrip van gezondheid. Uitgaande van het Haarlemmermeers model, Meer voor Elkaar, het sportakkoord, positieve gezondheid en lessen uit de Blue Zones benoemen we in het preventieakkoord 7 thema's die allen te maken hebben met gezondheid.

1. Gezonde gewoontes (roken & alcohol)
2. Gezonde voeding (overgewicht)
3. Blijven bewegen (overgewicht)
4. Sociale connecties en zingeving (eenzaamheid)
5. Gezonde financiën (armoede, huisvesting)
6. Gezonde leefomgeving (overgewicht, roken & alcohol)
7. Stress & ontspanning (mentale gezondheid)

2.1 Samenwerken voor preventie

Samen met de partners van het Haarlemmermeers preventieakkoord hebben we gekeken naar mogelijkheden om bij te dragen aan de eerdergenoemde thema's. We kijken daarin vooral naar wat er al wordt georganiseerd en hoe we deze inspanningen kunnen verbinden, verbreden en versterken. Daardoor hoeven de partners niet noodzakelijk extra taken uit te voeren. Daar waar energie zit en inspiratie voor nieuwe ideeën, zullen we dat wel gebruiken om te verkennen hoe we hier vorm aan kunnen geven.

Gezond & Meer is het vertrekpunt voor de beweging om gezondheid een meer prominente plek te geven in Haarlemmermeer. Het akkoord biedt een overzicht van de diverse projecten en initiatieven die georganiseerd worden door de partners op het gebied van een gezonde leefstijl en leefomgeving. Vanuit Gezond & Meer vervullen we een verbindende en versterkende rol om met deze initiatieven nog meer inwoners te bereiken. Daarnaast zoeken we actief de samenwerking op om te kijken hoe we interdisciplinair samen kunnen werken aan meer gezondheid.

2.2 Partners preventieakkoord Gezond & Meer

Het preventieakkoord Gezond & Meer is een levend akkoord waarvoor we in de aanloop met verschillende partijen hebben gesproken over de beweging die we op gang willen brengen.

Dit betekent dat er in de toekomst ook nieuwe partners kunnen aansluiten als zij willen meehelpen aan de beweging.

De verschillende organisaties waar we tot op heden mee hebben gesproken vervullen allemaal één of meerdere rollen op het gebied van gezondheid en leefstijl in Haarlemmermeer. We hopen via deze brede inzet op zoveel mogelijk plekken in de gemeente de boodschap van preventie en gezondheid te verspreiden. Samen met de onderstaande partners zetten we ons in voor de beweging om een gezonde leefstijl en leefomgeving makkelijker en toegankelijker te maken in Haarlemmermeer. In bijlage 1 is een korte beschrijving te vinden van elke partner.

- Maatvast
- Sportfondsen & SKWA
- Brijder
- Het Cultuurgebouw
- Mantelzorg & Meer
- Stichting MeerWaarde
- Gemeente Haarlemmermeer
- GGD Kennemerland
- Zorgverzekeraar Zorg & Zekerheid
- Team Sportservice Haarlemmermeer
- Participatieraad Haarlemmermeer
- Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer
- Zorggroep Haarlemmermeer
- Stuurgroep JOGG Haarlemmermeer
- Vertegenwoordiging vanuit het onderwijs
- Prezens
- The Pando Network
- ***Uw organisatie?***



2.3 Ambities en acties

Hieronder volgt een korte beschrijving van de thema's waarop het Haarlemmermeers preventieakkoord is gebouwd en de ambities en mogelijke acties die zijn geformuleerd om hiermee aan de slag te gaan. De meeste acties vinden al plaats via de activiteiten van de partners van het preventieakkoord Gezond & Meer en zijn nu algemeen geformuleerd. Voor specifieke acties van elke organisatie verwijzen we naar Bijlage 1. De acties zijn niet gelimiteerd tot wat er in het huidige akkoord en Bijlage 1 is beschreven en kunnen met de tijd worden uitgebreid afhankelijk van de input van de huidige en toekomstige partners.

2.3.1 Gezonde gewoontes

Roken en alcohol zorgen voor het grootste deel van de ziektelast die voortkomt uit ongezond gedrag. Het zijn de ongezonde gewoontes (snoepen, snacken, overmatig beeldschermgebruik etc.) die er met de jaren zijn ingesleten en de verslavingen (roken, alcohol en drugs) waar we moeite mee hebben om vanaf te komen. Dat er steeds meer mensen zijn die hier een alternatief voor willen blijkt uit bijvoorbeeld de vele "challenges" die er gehouden worden. Mensen dagen zichzelf hierin uit om bijvoorbeeld een maand lang geen alcohol te drinken (IkPas) of in september een maand lang niet te roken (Stoptober).

Overkoepelende ambitie

Zoveel mogelijk inwoners enthousiasmeren en verleiden om hun ongezonde gewoontes om te zetten in meer gezonde gewoontes.

Acties die bijdragen aan deze ambitie

- Zo veel mogelijk scholen, sportverenigingen, speeltuinen, kinderboerderijen, bedrijven etc. aansluiten bij de rookvrije generatie.
- Meedoen met stoppen met roken interventies.
- Introduceren van (meer) alcoholvrije opties in horeca en sportgelegenheden.
- Organiseren van of aansluiten bij een gezondheidsuitdaging (bijvoorbeeld , IkPas, Stoptober, 30dagegezonder, Ommeetje).
- Gezonde gewoontes ambassadeurs op aspecten van een gezonde leefstijl.

- Realiseren van omgevingen die gezonde gewoontes bevorderen (rookvrije generatie, stress verminderende omgevingen bij bedrijven en de wijk, bewegingsvriendelijke omgeving). Zie ook thema gezonde leefomgeving.
- Aandacht genereren voor gezonde gewoontes via campagne.
- Bevorderen van signaleren van en omgaan met (chronische) stress.

Partners die hier nu al op inspelen

Team Fit (JOGG), Prezens, Het Cultuurgebouw, Stichting Meerwaarde, Brijder, GGD Kennemerland, Maatvast, Sportfondsen, Team Sportservice Haarlemmermeer, The Pando Network, Gemeente Haarlemmermeer.

2.3.2 Gezonde voeding

Een gezond voedingspatroon staat aan de basis van een gezonde leefstijl. Het helpt je om gezond te blijven en sneller te herstellen wanneer je ziek bent. Wat we eten en drinken heeft invloed op ons gewicht, bloedsuiker, cholesterol en ons mentale welzijn. De voedingsstoffen die we binnen krijgen vormen de bouwstenen en de brandstof waarop ons lichaam functioneert.

Overkoepelende ambitie

Een gezonde voedingskeuze is overal beschikbaar, zichtbaar en toegankelijk voor alle inwoners van Haarlemmermeer

Acties die bijdragen aan deze ambitie

- Scholen, sportverenigingen en bedrijven stimuleren en helpen met het realiseren van gezonder aanbod (gezonde lunches).
- Extra watertappunten op scholen of in de openbare ruimte. (Zie ook gezonde leefomgeving)
- In gesprek met supermarkten en horeca om meer gezonde keuzes aan te bieden en deze zichtbaarder te maken.
- Campagne om kennis over gezonde voeding te vergroten. Wat is gezonde voeding, hoe maak ik gezonde gerechten (filmpjes met rolmodellen), welke verenigingen of organisaties helpen hun leden of bezoekers met meer gezonde keuzes?
- Zoeken naar mogelijkheden om gezonde voedingsopties betaalbaar te houden voor iedere inwoner.

Partners die hier nu al op inspelen

Maatvast, Sportfondsen & SKWA, Het Cultuurgebouw, Stichting MeerWaarde, Gemeente Haarlemmermeer, GGD Kennemerland, Team Sportservice Haarlemmermeer, Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer, Zorggroep Haarlemmermeer, Stuurgroep JOGG Haarlemmermeer, Vertegenwoordiging vanuit het onderwijs, The Pando Network.

2.3.3 Blijven bewegen

We willen zorgen dat bewegen een belangrijk deel wordt van het dagelijks leven. Sporten is belangrijk om gezond te blijven maar compenseert niet voor te veel zitten. In Haarlemmermeer is de sportdeelname weliswaar hoog, maar het aantal inwoners dat voldoet aan de beweegnorm achter blijft. Inactiviteit als gevolg van te veel zitten (kantoorbaan, tv kijken, telefoon gebruik, gamen) speelt in alle leeftijdsgroepen van onze samenleving. Hoe zorgen we ervoor dat we beginnen met bewegen en in beweging blijven?

Overkoepelende ambitie

Zoveel mogelijk inwoners (jong en oud) van Haarlemmermeer enthousiasmeren om in beweging te komen en zo lang mogelijk in beweging te blijven.

Acties die bijdragen aan deze ambitie

- Stimuleren van natuurlijke manieren van bewegen zoals fietsen of wandelen naar de sportvereniging, school of het werk.
- Onder de aandacht brengen en versterken van het diverse beweegaanbod in Haarlemmermeer bij verschillende doelgroepen via verschillende kanalen.
- Campagne voeren om mensen te enthousiasmeren in beweging te komen door gebruik van openbare ruimte (buiten spelen, fietsen, wandelen).
- Samenwerken om de openbare ruimte uitnodigend te laten zijn om te bewegen.
- Bewegen stimuleren op en rond de school en kinderopvang.
- Gezonde werkvloer stimuleren bij organisaties.

Partners die hier nu al op inspelen

Maatvast, Sportfondsen & SKWA, Het Cultuurgebouw, Stichting MeerWaarde, Gemeente Haarlemmermeer, GGD Kennemerland, Zorgverzekeraar Zorg & Zekerheid, Team Sportservice Haarlemmermeer, Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer, Zorggroep Haarlemmermeer, Stuurgroep JOGG Haarlemmermeer, Vertegenwoordiging vanuit het onderwijs, The Pando Network.



2.3.4 Sociale connecties en zingeving

Een goed gesprek hebben is net zo hard werken aan je gezondheid als naar de sportschool gaan. Het hebben van sociale contacten en een sociaal netwerk helpt mensen om te gaan met de uitdagingen die het leven met zich meebrengt. Het gaat daarbij niet om het aantal connecties die je hebt, maar vooral om de kwaliteit ervan.

Daarnaast speelt zingeving een belangrijke rol in gezond oud worden. Door te ontdekken wat we belangrijk vinden in ons leven en hoe we daar invulling aan geven kan tot wel 7 extra gezonde levensjaren zorgen.

Overkoepelende ambitie

Voldoende mogelijkheden realiseren en kenbaar maken bij inwoners om mee te doen in de gemeenschap, aansluiting te vinden en andere mensen te ontmoeten.

Acties die bijdragen aan deze ambitie

- Zichtbaar maken van plekken waar je sociaal actief kunt zijn zoals sportverenigingen, culturele activiteiten, de bibliotheek, openbare parken etc.
- Campagne voeren op projecten en initiatieven uit Haarlemmermeer die gericht zijn op het bevorderen van sociale connecties en zingeving.
- Organiseren van activiteiten waar mensen elkaar ontmoeten.

Partners die hier nu al op inspelen

Maatvast, Sportfondsen & SKWA, Het Cultuurgebouw, Mantelzorg & Meer, Stichting MeerWaarde, Gemeente Haarlemmermeer, JOGG Haarlemmermeer, Team Sportservice Haarlemmermeer, Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer, Zorggroep Haarlemmermeer, Stuurgroep, The Pando Network.

2.3.5 Gezonde financiën

Geld maakt niet gelukkig, maar de financiën op orde hebben maakt de kans op gezondheid wel een stuk groter. Armoede is een grote drijfveer van ongezondheid. Mensen uit een huishouden met een inkomen onder de armoedegrens leven gemiddeld 5 jaar korter dan mensen met een hoger inkomen. Het verschil in gezonde levensjaren bedraagt zelfs 14 jaar.

Slim leren omgaan met je financiën is daarom voor iedereen van belang ongeacht het inkomen. Stress als gevolg van bijvoorbeeld schulden of andere financiële problemen kunnen zorgen voor een negatieve spiraal

waar moeilijk uit te komen is. Het voorkomen van geldproblemen is misschien wel een van de belangrijkste aspecten om een gezond leven te kunnen leiden.

Overkoepelende ambitie

Creëren van meer bewustwording rond financiële gezondheid voor verschillende doelgroepen en het aantrekkelijk maken om bewust om te gaan geldzaken.



Acties die bijdragen aan deze ambitie

- Zoveel mogelijk inwoners van Haarlemmermeer laten zien wat er is op het gebied van gezonde financiën en hulp die daarbij aanwezig is
- Jongeren verleiden om zich te interesseren in hoe verstandig om te gaan met geld
- Campagne voeren om het taboe rondom geld en inkomen te doorbreken

Partners die hier nu al op inspelen

Sportfondsen & SKWA, Brijder, Het Cultuurgebouw, Mantelzorg & Meer, Stichting MeerWaarde, Gemeente Haarlemmermeer, Zorgverzekeraar Zorg & Zekerheid, Vertegenwoordiging vanuit het onderwijs.

2.3.6 Gezonde leefomgeving

We willen in Haarlemmermeer de leefomgeving gezonder maken, zodat de gezonde keuze de makkelijke keuze wordt. Onze leefomgeving heeft zowel direct als indirect invloed op onze gezondheid. In directe zin kun je denken aan aspecten zoals luchtkwaliteit en waterkwaliteit of de leefomgeving in je huis. Een goed geïsoleerde woning draagt bijvoorbeeld bij aan een lagere energierekening, is minder milieubelastend en zorgt ook voor meer comfort. Indirect gaat het om dingen zoals de aanwezigheid van bijvoorbeeld fietspaden die ons verleiden om eerder de fiets te pakken of de indeling van de schappen bij een supermarkt. Wist je dat de aanwezigheid van groen in de leefomgeving een stress verlagend effect heeft als mensen hier 15 minuten in verblijven? Kortom er zijn heel veel mogelijkheden om de leefomgeving in te zetten als manier om meer gezond gedrag te stimuleren.

Overkoepelende ambitie

De leefomgeving inzetten om zoveel mogelijk inwoners Haarlemmermeer te verleiden om in beweging te komen, sociale contacten op te bouwen en te ontspannen.

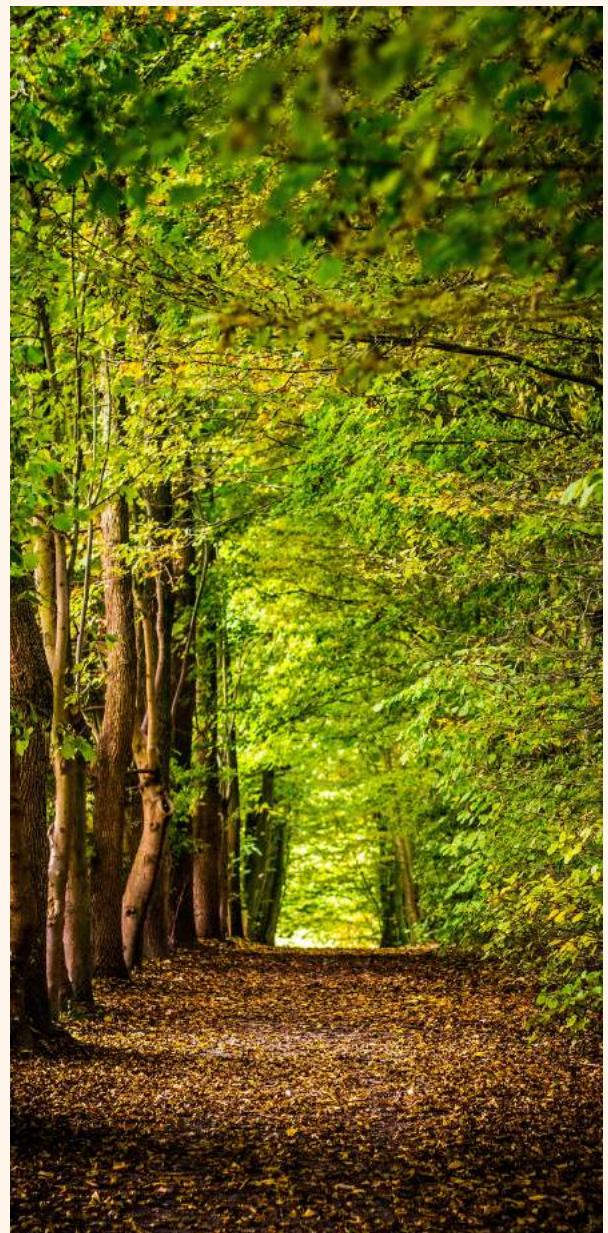
Acties die bijdragen aan deze ambitie

- Campagne voeren waarin we aandacht vestigen op de openbare ruimte en de mogelijkheden om in het groen te recreëren.
- Bakstenen schoolpleinen verwisselen met natuurschoolpleinen.
- Inwoners enthousiasmeren om de “onderhoudsvrije” tegeltuinen te veranderen in meer groene natuurlijke tuinen.
- Zoveel mogelijk plekken aan laten sluiten bij rookvrije generatie.

- Op een leuke manier aandacht geven de relatie tussen duurzaamheid en gezondheid (bijvoorbeeld meer groen, isolatie en ventilatie)

Partners die hier nu al op inspelen

Maatvast, Sportfondsen & SKWA, Het Cultuurgebouw, Stichting MeerWaarde, Gemeente Haarlemmermeer, GGD Kennemerland, Zorgverzekeraar Zorg & Zekerheid, Team Sportservice Haarlemmermeer, Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer, Zorggroep Haarlemmermeer, Stuurgroep JOGG Haarlemmermeer, Vertegenwoordiging vanuit het onderwijs, The Pando Network.



2.3.7 Stress en ontspanning

Het lijkt erop dat we allemaal natuurtalenten zijn in stressen, maar dat we minder aanleg hebben om goed te ontspannen. Stress zelf is niet per se slecht voor ons, het gaat erom hoe we met stress omgaan en of we voldoende ervan kunnen herstellen.

Korte en intensieve stress, zoals bij een gevaarlijke verkeerssituatie of enkele seconden vlak voor een wedstrijd, kan erg nuttig zijn. Echter is de constante aanwezigheid van (een klein beetje) stress problematisch voor ons mentale en uiteindelijk fysieke welzijn. In onze moderne maatschappij is deze vorm van stress bij veel mensen steeds vaker aanwezig.

Aan de andere kant is het steeds lastiger om kwalitatief goed te ontspannen. Onze telefoons, computers en televisie trekken steeds meer de aandacht en 'lijken' voor ontspanning te zorgen terwijl dit niet altijd het geval is. Een goede nachtrust, bewegen, yoga of een goed gesprek met iemand zonder afleiding helpen ons meer van stress te herstellen.

Overkoepelende ambitie

Realiseren van voldoende aanbod en inwoners attenderen op dit aanbod van mogelijkheden om de balans te herstellen tussen stress en ontspanning.

Acties die bijdragen aan deze ambitie

- Contact leggen met werkgevers om aandacht te besteden aan manier van ontspanning voor werknemers, het signaleren van stress en relatie te leggen met aanbod uit Haarlemmermeer.
- Campagne voeren om inwoners te inspireren en te leren over kwalitatief goede manieren om te ontspannen (tekenen, dansen, sporten, yoga, mindfulness, wandelen, fietsen etc.)

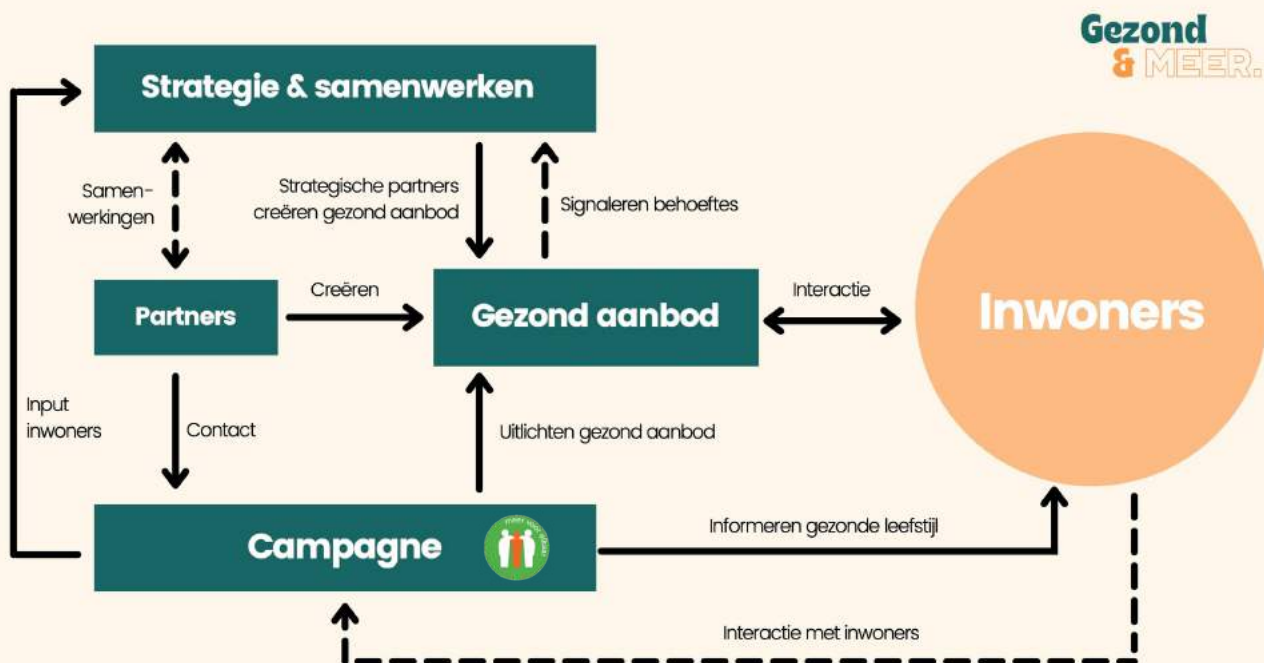
Partners die hier nu al op inspelen

Sportfondsen & SKWA, Brijder, Het Cultuurgebouw, Mantelzorg & Meer, Stichting MeerWaarde, Gemeente Haarlemmermeer, Team Sportservice Haarlemmermeer, Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer, Zorggroep Haarlemmermeer, Stuurgroep JOGG Haarlemmermeer, Prezens, The Pando Network



3. Uitvoering Gezond & Meer

Het op papier zetten van de ambities is een start, maar de echte impact gaat pas gerealiseerd worden als de uitvoering ook georganiseerd wordt. Gelukkig maken we gebruik van de bestaande infrastructuur en zetten we het preventieakkoord in om deze te versterken. Hoe we deze uitvoering voor ons zien bestaat uit 3 elementen: Samenwerken en strategie, campagne, aanbod versterken en verbreden. Deze elementen worden ingezet om zoveel mogelijk inwoners te bereiken en te betrekken bij Gezond & Meer. Daarnaast spelen de elementen een belangrijke rol om partners structureel dan wel incidenteel aan te haken om meer gezond aanbod te realiseren.



3.1 Samenwerken en strategie

Uit de verschillende partnersgesprekken is gebleken dat er inderdaad behoefte is aan meer samenhang en samenwerking tussen de diverse projecten en organisaties. Via de aanjagende functie van het preventieakkoord willen de samenwerking verbeteren en stimuleren. Omdat leefstijl en leefomgeving domein overstijgend zijn proberen we Gezond & Meer de verbindende factor te laten zijn tussen de samenwerkende partijen.

Met de partners van het akkoord vormen we een groep van strategische partners met wie we nauw in contact staan over de activiteiten in Haarlemmermeer op het gebied van preventie. Samen bespreken we de agenda's en kijken we hoe en waar de campagne van Gezond & Meer ingezet kan worden om bestaande activiteiten beter onder de aandacht te brengen zodat we een groter bereik hebben.

Hoe richten we samenwerken en strategie in

- 1x per 3 maanden strategisch partneroverleg
 - Bespreken van geplande activiteiten van partners op het gebied van leefstijl en leefomgeving en kijken waar samenwerking mogelijk is
 - Bespreken van kansen voor nieuwe initiatieven en projecten op het gebied van leefstijl en leefomgeving en de mogelijkheden om hierop samen te werken
 - Blijven innoveren op hoe we inwoners betrekken bij de beweging
- Korte communicatielijnen met coördinatie Gezond & Meer
 - Project specifiek ondersteunen vanuit Gezond & Meer
 - Doelstellingen strategisch partners voor het jaar doornemen om te kijken op welke punten samengewerkt kan worden.



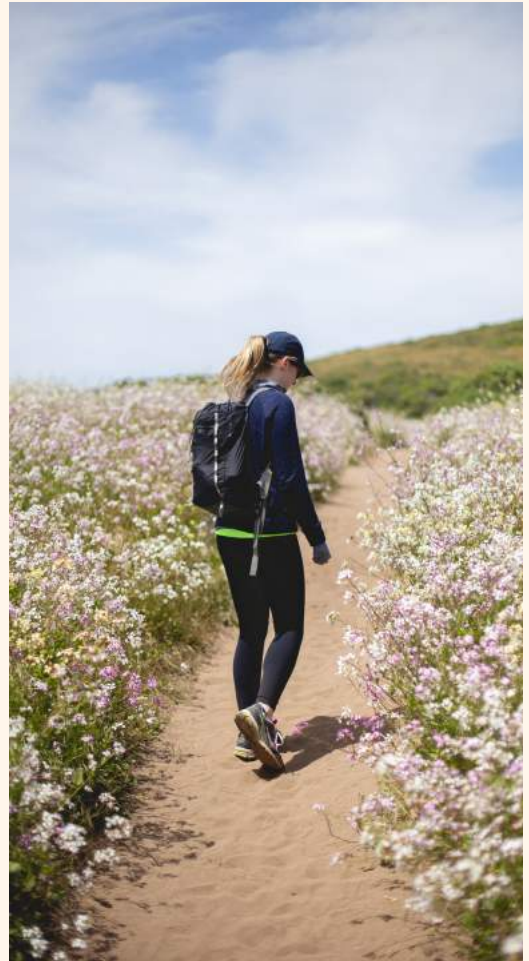
3.2 Campagne

Kennis over gezondheid is minder vanzelfsprekend dan we denken. Eén op de drie Nederlanders heeft beperkte gezondheidsvaardigheden. Dat betekent dat zij moeite hebben met het vinden, begrijpen en toepassen van informatie over gezondheid. In het kader van preventie is het daarom belangrijk om aandacht te besteden aan kennis over de verschillende thema's van het preventieakkoord en de inwoners van Haarlemmermeer meer op de hoogte te brengen van deze kennis.

Op bijna alle thema's van het akkoord ligt er een nadruk om meer zichtbaar te maken wat er al aanwezig is. Hiervoor zal de campagne een belangrijke rol gaan spelen.

Hoe zetten we de campagne in?

- Schrijven van een campagneplan
- Inzetten van Meer voor Elkaar als bestaand platform om boodschap over Gezond & Meer te verspreiden onder zoveel mogelijk inwoners van de Haarlemmermeer
- Inwoners activeren en verleiden tot een gezonde leefstijl. Hierin gebruiken we de thema's uit het akkoord als verschillende aanknopingspunten.
- Betrekken van de inwoner via sociale media om in gesprek te gaan over gezondheid en leefstijl
 - Wat vinden zij?
 - Waar willen ze graag dat het makkelijker wordt om gezondere keuzes te maken?



3.3 Aanbod versterken en verbreden

Organisaties die meedoen met het preventieakkoord dragen op verschillende manieren bij aan het welzijn van de inwoners van Haarlemmermeer. Middels de campagne willen we deze organisaties versterken in het huidige aanbod van activiteiten die zij hebben zonder dat ze zelf extra tijd hieraan kwijt zijn.

Hoe versterken en verbreden we het aanbod?

- Inzetten van de campagne van Gezond & Meer om het huidige aanbod uit te lichten via Meer voor Elkaar (filmpjes, foto's en diverse posts)
- Het gesprek aangaan met scholen, supermarkten, ondernemers om te kijken hoe we meer gezonde keuzes kunnen toevoegen in de gemeenschap. Hierin trekken we samen op met de partners uit het netwerk die hier al verbonden bij zijn.
- Inwoners op verschillende manieren betrekken bij de verbreding van het aanbod van gezonde keuzes in Haarlemmermeer. De campagne probeert dit aan te jagen en daarnaast maken we graag gebruik van de input van de samenwerkingspartners.



Bijlage 1

Overzicht van partners in de aanloop van formatie Gezond & Meer

Deze bijlage is een overzicht van wat partners op dit moment al doen en soms nog gaan doen. We realiseren ons dat het huidige overzicht niet volledig is. In de loop van de uitvoering van Gezond & Meer willen we dit overzicht zo compleet mogelijk maken. Zodat partners van elkaar weten wat er speelt, waar ze kunnen samenwerken en op welke vlakken extra aandacht nodig is.

Maatvast, Sportfondsen & SKWA, Brijder, Het Cultuurgebouw, Mantelzorg & Meer, Stichting MeerWaarde, Gemeente Haarlemmermeer, GGD Kennemerland, Zorgverzekeraar Zorg & Zekerheid, Team Sportservice Haarlemmermeer, Participatieraad Haarlemmermeer, Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer, Zorggroep Haarlemmermeer, Stuurgroep JOGG Haarlemmermeer, Vertegenwoordiging vanuit het onderwijs, Prezens, The Pando Network.

Stichting Maatvast

Stichting Maatvast is met haar 26 sociaal culturele accommodaties in Haarlemmermeer altijd bij u in de buurt! Onze locaties zijn dé plek voor inwoners uit Haarlemmermeer om elkaar te ontmoeten en activiteiten te ondernemen. Wij helpen inwoners om de sociale samenhang in de buurten, wijken en dorpen te versterken. Dit doen wij door initiatieven en activiteiten vanuit inwoners en vrijwilligers een plek te bieden in onze buurt- en dorpshuizen en jongerencentra.



Website: <https://www.stichtingmaatvast.nl/>

Sportfondsen & SKWA



Al in 1923 heeft Sportfondsenoprichter Han Bierenbroodspot de basis gelegd voor het stimuleren van sport en bewegen. Hij was gedreven om met zijn team waterpolo te kunnen spelen. En geloofde er bovendien in om zwemmen voor iedereen mogelijk te maken. Wij geloven in de kracht van bewegen. In de kracht van mentale uitdaging. En in het plezier dat het geeft om dat samen te doen. Voor een gezond lichaam en geest. Dat gaat vandaag over meer dan zwemmen, meer dan sport zelfs. Het draagt bij aan een fysiek, mentaal én sociaal vitale maatschappij. Wij geloven in de kracht van samenwerking, om samen te organiseren wat mensen alleen niet voor elkaar krijgen. Zelfredzaamheid, zonder het alleen te doen.

Sportcomplex Koning Willem-Alexander (SKWA) is officieel geopend op 7 maart 2014 door Koning Willem-Alexander.

Sportcomplex Koning Willem-Alexander is een unieke plek om je grenzen te verleggen in gezondheid, ontspanning en sportprestaties. Je kunt er indoorsporten uitoefenen als amateur, maar ook als je grenzeloos ambitieus bent en topsport beoefent. Het hele gebouw is rolstoeltoegankelijk en geschikt voor aangepaste sporten op individueel gebied of in teamverband.

Sportfondsen Haarlemmermeer exploiteert sinds 1 mei 1996 gymzalen (35), sporthallen (4), zwembaden (2), buitenbad (1), fitness (1) en horeca (3) in Haarlemmermeer. Samen met alle verenigingen en gemeente Haarlemmermeer werken wij aan een gezonde exploitatie. We leggen de lat hoog en hebben waarden opgesteld waar wij aan willen voldoen.

Gezonde gewoontes

- Onze accommodaties zijn rookvrij en dit is ook zichtbaar; Sportfondsen Haarlemmermeer is aangesloten bij Rookvrije Generatie.

Gezonde voeding

- Sportfondsen Haarlemmermeer werkt met TeamFit voor een gezondere sporthoreca en werken met de Richtlijn Eetomgeving van het Voedingscentrum.

Blijven bewegen

- Sportfondsen Haarlemmermeer organiseert dagelijks beweeg activiteiten in de zwembaden. Daarnaast faciliteren wij 35 gymzalen en 4 sporthallen in Haarlemmermeer waar naast onderwijs vele verenigingen gebruik van maken.

Sociale connecties en zingeving

- In het sociaal domein de activiteiten Samen Vitaal, Activiteit voor Mantelzorgers en Zwemmen met demente ouderen i.s.m. CIOS.

Sociale connecties en zingeving

- Overleg met debiteuren van sportaccommodaties bij problemen

Gezonde leefomgeving

- Rookvrije accommodaties
- Minder valide toegankelijkheid

Stress en ontspanning

- Faciliteren van sportaccommodaties voor iedereen

Website Sportfondsen: <https://www.sportfondsen.nl/>

Website SKWA: <https://www.skwa.nl/>

Website De Estafette: <https://sportcomplexdeestafette.nl>

Website De Sporthoeve: <https://www.desporthoeve.nl>

Website sportzalen en hallen: in ontwikkeling

Brijder

Brijder is er voor iedereen met een verslavingsprobleem. Heb je een lichte of een ernstige verslaving? Onze behandeling stemmen we af op wat jij wilt en kunt. En natuurlijk op jouw omgeving. Je staat er niet alleen voor. Brijder is dé specialist. Brijder Verslavingszorg is onderdeel van Parnassia Groep.

Website: <https://www.brijder.nl/wie-we-zijn>

The logo for Brijder features the word "Brijder" in a large, bold, red sans-serif font. To the right of the word is a small, colorful icon consisting of the letters "PG" in a stylized, multi-colored font.

Het Cultuurgebouw

Het Cultuurgebouw is een bijzonder complex van voorzieningen in Haarlemmermeer met prachtige culturele programma's van De Meerse, Pier K, de Bibliotheek Haarlemmermeer, Poppodium Duycker, Podium voor Architectuur en het Duyckercafé. Het Cultuurgebouw heeft vijf podiumzalen, een popcafé, diverse vergaderlocaties, een bibliotheek met lees-, leer- en werkplekken, talrijke dansstudio's, ateliers, muziekl lokalen en oefenstudio's. Op andere locaties in de gemeente Haarlemmermeer zijn er nog vier bibliotheken, een goed geoutilleerd centrum voor de kunsten in Nieuw-Vennep en het vestzaktheater Het Oude Raadhuis. Het Cultuurgebouw wil graag dat iedereen zich thuis voelt en is er voor iedereen in Haarlemmermeer ter verrijking, ontmoeting en ontspanning. Naast de professionele programmering van voorstellingen, concerten, cursussen, tentoonstellingen, lezingen en evenementen, is het hele Cultuurgebouw beschikbaar voor amateurvoorstellingen, congressen, partijen en evenementen van amateurkunstverenigingen, dansscholen, serviceclubs, maatschappelijke instellingen en meer.

Gezonde gewoontes

- Er wordt niet gerookt in de vestigingen van Het Cultuurgebouw. Op de website van het JIP (Jongeren Informatie Punt) staat voor jongeren informatie roken drank en drugs. Hierbij ook informatie voor hulp bij stoppen met roken of met drugsgebruik.
- Roken, drank & drugs | Jongeren Informatie Punt (jiphaarlemmermeer.nl)
- In de collectie van de Bibliotheek zijn er honderden boeken over deze onderwerpen.
- JIP, jongeren Informatie Punt werkt ook samen met scholen (groep 8 PO en het gehele Voortgezet Onderwijs door middel van voorlichtingsbezoeken; Pauze bezoeken en werkt samen met organisaties op het gebied van stoppen met roken, etc.

Gezonde voeding

- Er wordt een medewerkerslunch georganiseerd voor alle medewerkers in Het Cultuurgebouw. De lunch wordt gemaakt door een team van medewerkers met afstand tot de arbeidsmarkt. Er kan hier nog meer focus gelegd op bewustwording van gezonde voeding.
- Vanuit het Taalhuis worden regelmatig cursussen ;"Voel je Goed" gegeven aan laaggeletterden. Ze leren over goede voeding en leren tegelijkertijd Nederlands. Er wordt samengewerkt met een diëtiste en een huisarts helpt vaak vrijwillig mee
- In de zomerweken van het Taalhuis wordt er ook een lesweek rondom het thema gezondheid georganiseerd in samenwerking met Vluchtelingenwerk, de Bibliotheek en MeerWaarde
- In de collectie van de Bibliotheek bevinden zich honderden boeken over dit onderwerp

Blijven bewegen

- Pier K, kunstencentrum en onderdeel van Het Cultuurgebouw organiseert dansactiviteiten voor iedereen van jong tot oud. Dat doen we in de vrije tijd en onder schooltijd op school.
- Het Taalhuis organiseert wekelijks Taalwandelingen, in het Centrum waar bij mensen gestimuleerd worden te bewegen en ook de Nederlandse taal van sport en beweging leren. Binnenkort worden deze wandelingen ook in Nieuw-Vennep georganiseerd. Incidenteel komt ook Sportservice een wandeling verzorgen en neemt dan ook talloze beweegspelletjes op. De Taalwandelingen zijn laagdrempelig: het hele gezin kan meelopen (kinderen, rolstoel; kinderwagens etc)
- Bij Studiebieb worden regelmatig lessen gegeven om Taal te leren door te bewegen. Leerlingen vinden dit leuk en deze actieve manier van leren draagt bij tot het beter onthouden en hun woordbegrip. Denk aan bv aan het verschil tussen kruipen en sluipen Dit klinkt hetzelfde, maar als je dit doet, weet je gelijk het verschil. Werkwoorden en spreekwoorden uitbeelden is een actieve bewegingsleervorm
- Ook het JIP geeft veel informatie over bewegen en gezondheid. Lijf & gezondheid | Jongeren Informatie Punt (jiphaarlemmermeer.nl)
- De collectie van de Bibliotheek bezit honderden boeken over dit onderwerp

Sociale connecties & zingeving

- De Voorleesexpress, waarbij voorgelezen wordt in jonge gezinnen en ook ontmoeting centraal staat. In samenwerking met MeerWaarde.

- De Meemakers is een plan voor de komende jaren waarbij samen met partners van zorg en welzijn en andere culturele partners wordt gewerkt aan projecten voor doelgroepen met een speciale vraag die gaat over sociale connecties en zingeving (en ook andere, bij voorbeeld armoedebestrijding). Het plan is afhankelijk van financiering en ligt nu voor bij het Fonds voor Cultuurparticipatie.
- Boekstart project waarbij jonge ouders een koffertje krijgen met de eerste boekjes. Idem voor peuters. Advies en informatie wordt hierbij ook meegegeven.
- JOBTalk bijeenkomsten waar mensen op zoek naar werk elkaar kunnen ondersteunen en helpen dragen bij ontmoeting, zingeving en hulp en advies.

Gezonde financiën

- De Cursus: 'Voor het zelfde geld' ontwikkeld door St Lezen en Schrijven wordt regelmatig door het Taalhuis aangeboden, Hier leren de cursisten behalve de Nederlandse Taal ook omgaan met geld.
- Het JIP geeft uitgebreid advies hoe om te gaan met geld.
- Geld & werk | Jongeren Informatie Punt (<https://www.jiphaarlemmermeer.nl/geld-werk>).
- Daarnaast organiseert de Bibliotheek in samenwerking met MeerWaarde rondom de belastingaangifte wekelijkse informatie spreekuren.

Stress & ontspanning

- Alle activiteiten die Het Cultuurgebouw biedt, dragen bij aan ontspanning en het verlagen van stress.
- Het JIP organiseert en geeft informatie over activiteiten voor jongeren .
- Vrije tijd | Jongeren Informatie Punt (<https://www.jiphaarlemmermeer.nl/vrije-tijd>)
- De Bibliotheek honderden boeken over dit onderwerp heeft.



Website: <https://www.hetcultuurgebouw.nl>

Mantelzorg en Meer

Mantelzorg & Meer richt zich op een adequate ondersteuning van mantelzorgers in de gemeenten Aalsmeer, Amstelveen, Haarlemmermeer, Ouder-Amstel en Uithoorn, zodat zij in staat zijn de zorg aan hun naaste te verlenen zolang zij dit kunnen en wensen. Dit doen zij door ondersteuning, advies, informatie, training en vervangende mantelzorg aan te bieden. Het aanbod is bedoeld voor mensen die mantelzorger zijn voor mensen met een functiebeperking, chronisch zieken, mensen met dementie of mensen met psychiatrische problematiek. Wat Mantelzorg & Meer onderscheidt is dat zij vanuit de mantelzorger werken in plaats van vanuit de cliënt. Mantelzorg & Meer kent vier hoofdgebieden: Mantelzorgondersteuning, Vrijwilligersinzet, Werkgeversondersteuning en Expertisecentrum.

Website: <https://www.mantelzorgenmeer.nl/>



MeerWaarde

- MeerWaarde is de welzijnsorganisatie in Haarlemmermeer, die ervoor zorgt dat inwoners zich wel bevinden, zich gelukkig voelen. Wij helpen actief door dichtbij de mensen te zijn. We verbinden mensen met elkaar en bouwen aan duurzame, informele netwerken. Samen met onze vrijwilligers en partners werken we aan een samenleving die prettig is voor alle inwoners.

Gezonde gewoontes

- MeerWaarde geeft, als integraal onderdeel van de geboden ondersteuning voor jongeren en volwassenen, aandacht aan gezonde gewoontes en het bespreken van alternatieven voor ongezond gedrag. Jongerenwerkers lopen regelmatig met collega's van de Brijder Stichting ambulant op straat om hierover met jongeren in gesprek te gaan en geven voorlichtingen op scholen.

Gezonde voeding

- MeerWaarde geeft, als integraal onderdeel van de geboden ondersteuning voor jongeren en volwassenen, aandacht aan gezonde voeding en het bespreken van alternatieven bijv gesprekken over gezonde kindervoeding en het aanbieden van fruit en water bij de Ouder Kind Ochtenden.
- MeerWaarde geeft in samenwerking met andere partijen uitvoering aan het werkplan JOGG

Blijven bewegen

- MeerWaarde stimuleert bewegen, als integraal onderdeel van de geboden ondersteuning voor jongeren en volwassenen. We verbinden inwoners met bestaand beweegaanbod zoals sportverenigingen en Sportservice. Waar die stap te groot is om zelfstandig te maken, ondersteunen we hen in de (op)stap naar bewegen.

Sociale connecties & zingeving

- MeerWaarde stimuleert en ondersteunt inwoners bij maatschappelijke participatie en zingeving in de vorm van deelname aan activiteiten of vrijwilligerswerk. Sociaal makelaars leggen verbindingen tussen inwoners onderling en inwoners en organisaties. Sociale netwerken worden versterken en inwoners worden gestimuleerd hun netwerk uit te breiden. Vanuit het Participatiepunt en de participatieplaatsen worden inwoners begeleid om (weer) een maatschappelijk actieve bijdrage te leveren.

Gezonde financiën

MeerWaarde richt zich enerzijds op preventie van schulden bij volwassenen en jongeren. Daarnaast bieden we financiële hulpverlening aan inwoners die in de schulden zijn geraakt om hen zo snel mogelijk weer grip op hun leven te geven en de schulden de baas te worden. Met de aanpakken 'Vroeg erop af' en 'Erop af' bieden we in samenwerking met de woningbouwcorporatie ondersteuning om huisuitzetting te voorkomen. Door het toepassen van 'Reken af met geldstress' binnen de maatschappelijke dienstverlening kijken we niet alleen naar de schulden maar ook naar de onderliggende oorzaken.

Gezonde leefomgeving

MeerWaarde ondersteunt dorps- en wijkraden bij het organiseren van bijvoorbeeld opschoondagen in het kader van een prettige woon- en leefomgeving.

Stress en ontspanning

MeerWaarde ondersteunt en begeleidt inwoners spanning en het kanaliseren daarvan onder andere door maatschappelijke dienstverlening. We werken onder andere vanuit een stress sensitieve aanpak.



Website: <https://www.meerwaarde.nl/>

Gemeente Haarlemmermeer

De gemeente Haarlemmermeer wilt als partner van Gezond & Meer een stap zetten om meer gezondheid te creëren in de gemeenschap. Samen met de partners en inwoners zetten we ons in op de verschillende thema's die inwoners in staat stellen om gezonder te kunnen leven.

Website: <https://haarlemmermeergemeente.nl>



GGD Kennemerland

De naam GGD is voor de meeste mensen een vertrouwd begrip. Sommigen denken daarbij direct aan de jeugdarts of aan een vaccinatie voor een verre reis. GGD Kennemerland houdt zicht op de gezondheidsrisico's en probeert de gezondheid van mensen te bevorderen. Alle activiteiten zijn er op gericht mensen gezond te houden.

Website: <https://www.ggdkennerland.nl/>



Zorg & Zekerheid

Zorg en Zekerheid is jouw regionale zorgverzekeraar. Daarom kunnen we als geen ander goede afspraken maken met zorgverleners bij jou in de buurt. Zo maken we ons hard voor betere, bereikbare en betaalbare zorg voor jou en de mensen om je heen. Ook ondersteunen we lokale initiatieven. Ontdek hoe we jouw buurt beter maken!

Website: <https://www.zorgenzekerheid.nl/>



Team Sportservice Haarlemmermeer

Team Sportservice Haarlemmermeer is het lokale sportloket voor gemeente Haarlemmermeer en omstreken en informeert, adviseert en begeleidt inwoners op sportgebied. We organiseren wekelijks vele projecten en activiteiten voor alle inwoners, van jong tot oud, in samenwerking met partners zoals sportaanbieders.

Website: <https://jouw.teamsportservice.nl/haarlemmermeer/>



Participatieraad

De Participatieraad Haarlemmermeer is een onafhankelijk adviesorgaan dat het college van Burgemeester en Wethouders gevraagd en ongevraagd adviseert. De advisering gaat daarbij over de vorming, de uitvoering, de controle en de evaluatie van het gemeentelijk beleid met betrekking tot de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), de Jeugdwet en de Participatiewet.

Website: <https://www.participatieraadhaarlemmermeer.nl/>



Gezondheidscentra Haarlemmermeer

De Stichting Gezondheidscentra Haarlemmermeer is de overkoepelende organisatie van de gezondheidscentra Overbos, Floriande en Drie Meren in Hoofddorp. Daarnaast is de HuisArtsenPost Haarlemmermeer ook onderdeel van deze stichting. In de gezondheidscentra kunnen de bewoners van de wijken Overbos en Floriande het hele jaar vijf dagen per week terecht voor zorg door de huisarts en de fysiotherapeut. In gezondheidscentrum Floriande en in gezondheidscentrum Drie Meren is ook een apotheek gevestigd. In de gezondheidscentra wordt veel samengewerkt. Verschillende andere zorgverleners zoals dietiste, logopediste, podotherapeut, kinder/jeugdpsychiater en verloskundige zijn één of meerdere dagdelen aanwezig.



Website: <https://gchaarlemmermeer.nl>

Zorggroep Haarlemmermeer

Zorggroep Haarlemmermeer is een multidisciplinaire eerstelijnsorganisatie waarin eerstelijns zorgverleners samenwerken. Wij ondersteunen eerstelijnsprofessionals in de Haarlemmermeer om te komen tot de beste zorg dichtbij huis. Dit doen wij door het ontwikkelen en invoeren van zorgprogramma's en het organiseren van wijkgerichte zorg. Op die manier bieden wij kwalitatief hoogwaardige eerstelijnszorg aan ruim 100.000 patiënten.

JOGG Haarlemmermeer



Website: <https://www.zorggroephaarlemmermeer.nl/>

JOGG-Haarlemmermeer

JOGG Haarlemmermeer is een netwerkorganisatie die zich inzet om de gezonde keuze voor kinderen en jongeren makkelijk en aantrekkelijk te maken. JOGG-Haarlemmermeer is de uitwerking van een landelijke aanpak die zich vanuit gemeente Haarlemmermeer en lokale organisaties richt op een gezonde leefstijl bij jongeren.



Website: <https://haarlemmermeergemeente.nl/jogg-haarlemmermeer>

Vertegenwoordiging vanuit het onderwijs

Vanuit het onderwijs wordt er gewerkt aan verschillende thema's uit Gezond & Meer. Met betrekking tot de ambities voor de LEA 2021- 2024 willen we ons beperken tot twee thema's, die alle partners de mogelijkheid bieden om daarin hun beleidsdoelstellingen mee te nemen. De thema's zijn: Kansengelijkheid

De gezonde kinderopvang en de gezonde school/ het gezonde kind. Beiden zijn dit thema's die bijdragen aan een betere gezondheid van jongeren.

Prezens

Veel mensen hebben psychische klachten. Vaak beginnen deze met een periode van veel gepieker. Komt u er alleen niet meer uit? Bij GGZ inGeest kijken we samen naar uw situatie. We zijn er ook voor uw partner, uw gezin en familie. Prezens is onderdeel van GGZ ingest.

Gezonde gewoontes

- Bevorderen van signaleren van en omgaan met (chronische) stress
- Bijdragen aan een stressverminderende omgeving bij bedrijven en in de wijk

Stress en ontspanning

- Bevorderen van signaleren en omgaan met (chronische) stress o.a. door mensen te inspireren en te leren om veerkracht te versterken.
- Veerkracht versterken bij bedrijven en in de wijk o.a. door Mental Health First Aid (MHFA).

Website: <https://www.ggzingeest.nl/activiteiten/>

Prezens

The Pando Network

The Pando Network is een strategie- en campagne bureau dat bouwt aan projecten die op structureel niveau bijdragen aan meer gezondheid in Nederland. Vanuit onze wetenschappelijke achtergrond in de biomedische wetenschappen, politicologie en technologie bekijken we het gezondheidsvraagstuk vanuit verschillende kanten. Onze kracht ligt in de vertaalslag van strategie naar toepassing. We geloven erin dat oplossingen een structureel karakter moeten hebben maar ook een leuke en inspirerende ervaring moeten zijn voor de uiteindelijke gebruiker.

Ons meest toonaangevende project is Healthy Hillegom, waar we 22.000 inwoners van Hillegom enthousiasmeren en inspireren voor een gezonde leefstijl door de gezonde keuze de makkelijke keuze te maken. The Pando Network heeft het plan van Healthy Hillegom samen met de gemeente Hillegom ontwikkeld en is verantwoordelijk voor de strategie en de uitvoering. Paul Blokhuis: "Ik was onlangs bij een project genaamd Healthy Hillegom, waar een gezonde leefstijl wordt gestimuleerd. Dat vond ik zo inspirerend. Zij zouden als plaats zomaar de eerste Blue Zone van Nederland kunnen worden. Maar om Blue Zones te ontwikkelen, heb je trekkers nodig. Een voorbeeld voor het land."

Website: www.thepandonetwork.com



**The
Pando
Network**