

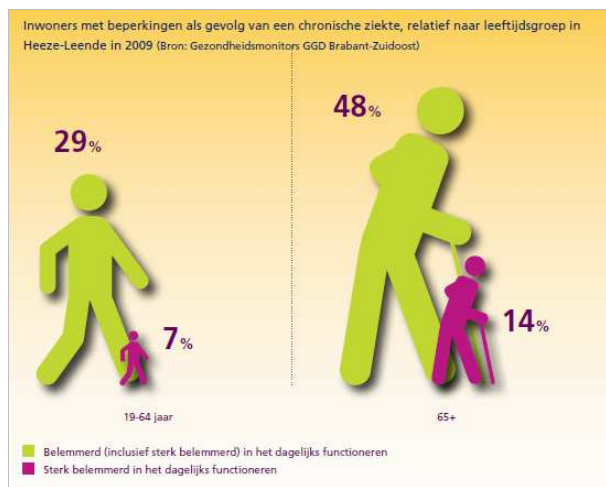


Op weg naar een gezonder Heeze-Leende

De afgelopen jaren zijn flinke stappen gezet op weg naar een betere gezondheid van de inwoners van Heeze-Leende. In het rapport '[Op weg naar een Gezonder Heeze-Leende](#)' beschrijft de GGD Brabant-Zuidoost hoe de gezondheid van de inwoners er nu voorstaat. Is hun gezondheid en leefstijl verbeterd en op welke terreinen liggen nog kansen? Ook wordt inzicht gegeven in de verschillende wegen die we kunnen inslaan om ziekten in de toekomst te voorkomen en om gezond gedrag in een gezonde omgeving te stimuleren. Dit rapport biedt nieuwe aanknopingspunten voor een integraal lokaal gezondheidsbeleid en daarmee kunnen we samen weer verder op weg naar een nóg gezondere gemeente. Het rapport is onderdeel van de regionale Volksgezondheid Toekomst Verkenning (rVTV) 2011 van de GGD Brabant-Zuidoost. Deze rVTV bestaat uit drie producten: 21 gemeentelijke rapporten met specifieke lokale kernboodschappen, het regionale rapport '[Op weg naar een gezonder Zuidoost-Brabant](#)' en het [Regionaal Kompas Volksgezondheid](#) (www.regionaalkompas.nl).

Kernboodschap 1:

1. Door de vergrijzing en de gestegen levensverwachting neemt het aantal mensen met chronische aandoeningen en beperkingen de komende jaren verder toe. Bevorder via integraal gezondheidsbeleid dat ook mensen met een beperking kunnen blijven meedoen.



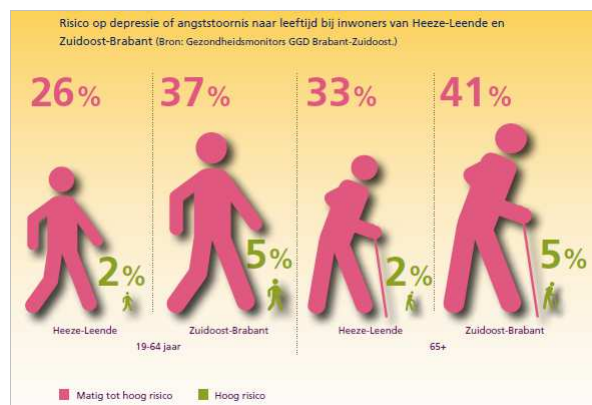
Dit sluit aan op de uitgangspunten van de Wmo:

- Chronische aandoeningen kun je vaak niet wegnemen. Het is van belang dat mensen daarom 'leren' om te gaan met hun beperkingen.
- Daarnaast is het de taak van de gemeente om zoveel mogelijk drempels weg te nemen waardoor deze groep toch mee kan blijven doen aan de samenleving. Hierbij zal de focus steeds meer komen te liggen op het bevorderen van de eigen kracht en participatie van alle burgers.

Kernboodschap 2:

Hoewel het beeld gunstiger is dan in de regio heeft toch één op de vier volwassenen in Heeze-Leende een verhoogd risico op een depressie of angststoornis. Bevorder vroegsignalering en de bekendheid met beschikbare ondersteuningsmogelijkheden, zodat hulpverleners tijdig en juist kunnen doorverwijzen.

Het percentage mensen in Heeze-Leende met psychische problemen neemt licht toe met de leeftijd. Jongeren uit één-ouder- of nieuw gevormde gezinnen en jongeren die niet op school of een opleiding zitten hebben een slechtere psychische gezondheid. Dit geldt ook voor mensen met een lagere opleiding of laag inkomen. Tien procent van de jongeren heeft in het afgelopen jaar zelfdoding overwogen en 0,6% heeft ook daadwerkelijk een poging ondernomen. Het percentage volwassenen en ouderen met een matig tot hoog risico op een depressie of angststoornis ligt lager dan in de regio (zie figuur).



De gemeente heeft vooral een rol in de preventie van psychische problemen. Dit kan door het creëren van een veilige, groene en leefbare omgeving, maar ook door problemen zo vroeg mogelijk op te sporen en bespreekbaar te maken. Wat de jongeren betreft is hiervoor een belangrijke rol weggelegd bij het CJG en het onderwijs. Voor andere leeftijdsgroepen kunnen Paladijn, maatschappelijk werk en wijkverpleegkundigen een rol vervullen samen met andere hulpverleners, vrijwilligers en buurtgenoten.

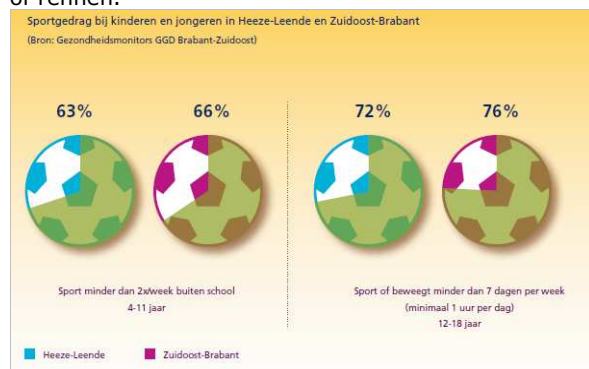
Niet alleen is er aandacht nodig voor signalering; ook de verdere opvolging van een signaal verdient aandacht. Waar kan iemand terecht met het signaal; wat gebeurt er vervolgens, wie coördineert dit en wordt er ook teruggekoppeld naar degene die het signaal heeft gemeld? Zorg- en hulpverleners weten vaak nog

te weinig van elkaars aanbod, waardoor er niet optimaal wordt doorverwezen. De Stuurgroep LGB in de gemeente zou dit als speerpunt kunnen oppakken. Ook het stimuleren van sport en beweging tussentijdse, heeft een positief effect op het voorkomen of het herstellen van psychische problemen.

Kernboodschap 3:

Tweede van alle kinderen beweegt onvoldoende en vergroot hiermee de kans op overgewicht. Stimuleer de initiatieven die een gezonde leefstijl bevorderen, met de nadruk op sporten en bewegen in de buurt.

Voor de jeugd is de Nederlandse Norm Gezond Bewegen vastgesteld op minstens één uur matig intensieve inspanning per dag. Desondanks beweegt in Heeze-Leende, net als in de regio, een groot deel van de jeugd te weinig voor hun leeftijd (figuur). Relatief veel inwoners van Heeze-Leende zijn lid van een sportvereniging. Maar om de norm te halen, is met name het dagelijkse bewegen van belang door bijvoorbeeld buitenspelen, een balletje trappen, lopen of fietsen naar school/werk en met de hond wandelen of rennen.



Overgewicht komt in de gemeente ongeveer even vaak voor als in de regio; van de jeugd is ongeveer één op de tien te zwaar, van de volwassenen en ouderen ongeveer de helft.

Het advies aan de gemeente is om vooral in te (blijven) zetten op het bevorderen van 'veilig sporten en bewegen in de wijk'. Dit heeft een positieve invloed op preventie van overgewicht maar ook op leerprestaties, weerbaarheid en de psychosociale en motorische ontwikkeling van kinderen. Daarnaast liggen er kansen bij de inrichting van de fysieke en sociale omgeving. Hierbij geldt: maak de gezonde keuze de makkelijkste keuze. Een voorbeeld hiervan is de 'beweegtuin'. Prikkel ook de hulpverleners om (nog) meer samen te werken waardoor kinderen met overgewicht zo vroeg mogelijk worden opgespoord en gestimuleerd om de leefstijl te veranderen.

Kernboodschap 4:

De startleeftijd voor alcoholgebruik stijgt weliswaar, maar het drinkgedrag van jongeren is nog steeds verontrustend. Zorg voor effectieve alcoholpreventie via educatie, draagvlak, regelgeving, handhaving en vroegsignalering.

De gemeenten in de regio hebben de laatste jaren al flink geïnvesteerd in alcoholpreventie bij jongeren. Dit zien we ook al terug in de cijfers. Minder kinderen onder de 16 jaar drinken alcohol. En hun ouders zijn ook iets kritischer geworden. Maar er is ook nog voldoende reden tot zorg: de oudere jeugd drinkt nog

steeds heel veel en een grote groep ouders keurt dit gedrag nog steeds goed.

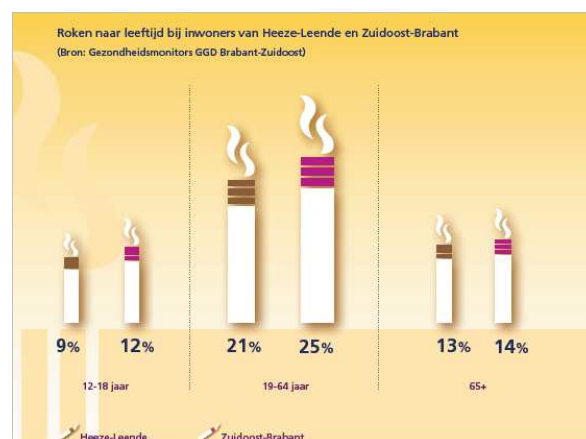


Daarom is het advies om de huidige aanpak in het kader van Laat Je Niet Flessen voorlopig nog voort te zetten. Daarvoor is zeker samenwerking nodig met beleidsafdelingen zoals integrale veiligheid en handhaving, openbare orde en jeugdbeleid. Structurele aandacht op scholen voor genotmiddelengebruik is een belangrijke basis van alcoholpreventie.

Maar ook is nog meer aandacht nodig voor alcoholgebruik onder volwassenen en ouderen. Ouders zijn zich vaak onvoldoende bewust van hun voorbeeldfunctie. De nieuwe werkgroep Alcohol krijgt tot taak om de plaatselijke initiatieven met elkaar af te stemmen, te verbinden en waar mogelijk uit te breiden.

Kernboodschap 5:

Eén op de vijf volwassenen in Heeze-Leende rookt. Voorkom dat men op jonge leeftijd gaat roken en stimuleer het stoppen met roken.



Het percentage rokers in de regio is in de afgelopen jaren gedaald. Deze daling is in Heeze-Leende niet zichtbaar omdat de groep rokers bij de vorige meting al relatief klein was. Negen procent van de jongeren, 21% van de volwassenen en 13% van de oudere inwoners van Heeze-Leende rookt. Wat betreft roken tijdens de zwangerschap steekt Heeze-Leende gunstig af.

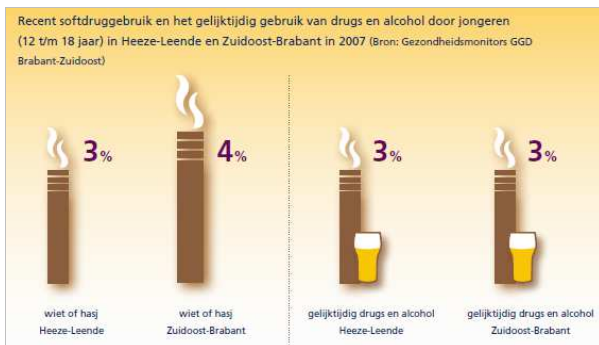
Aangezien roken nog steeds doodsoorzaak nummer 1 is en de groep jongeren die rookt niet meer afneemt, blijft het toch belangrijk om aandacht te besteden aan dit onderwerp. Het terugdringen van de gezondheidsrisico's door roken kan bereikt worden door het voorkomen dat jongeren gaan roken, het beschermen van niet-rokers tegen tabaksrook en door het stoppen met roken bij rokers te stimuleren. Daarbij moeten we ons vooral richten op de groep laagopgeleiden. De aandacht voor rookpreventie binnen het onderwijs kan



'meeliften' met de aanpak van andere genotmiddelen, zoals alcohol en drugs', maar zeker ook bij programma's om de weerbaarheid van de jeugd te vergroten.

Kernboodschap 6:

Drie procent van de jongeren gebruikt softdrugs, vaak in combinatie met alcohol. Geef op scholen en via ouders voorlichting over de gevaren van druggebruik en pak beleidsmatig de beschikbaarheid van drugs aan.



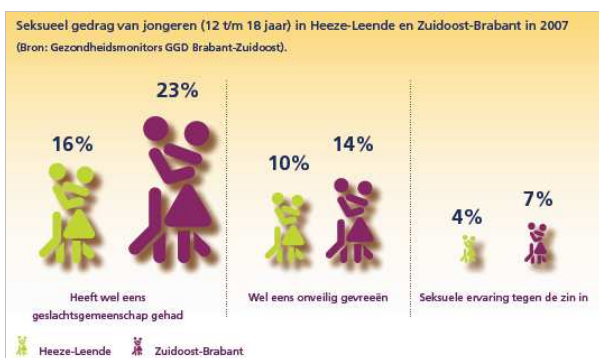
Structurele voorlichting op scholen over het gebruik van genotmiddelen is en blijft van belang om druggebruik te voorkómen, uit te stellen, te verminderen of verantwoord gebruik te ondersteunen.

Het jongerenwerk wil de komende periode met name gaan inzetten op de bewustwording bij ouders over druggebruik bij jongeren. Het is belangrijk dat ouders en jongeren er thuis over kunnen praten.

Naast individuele voorlichting over druggebruik is de omgeving van belang om te voorkomen dat jongeren in aanraking komen met drugs.

Kernboodschap 7:

Tweederde van de seksueel actieve jongeren in Heeze-Leende vrijt wel eens onveilig. Zorg voor meer voorlichting over gezond seksueel gedrag aan de jeugd en betrek ook de ouders hierbij.

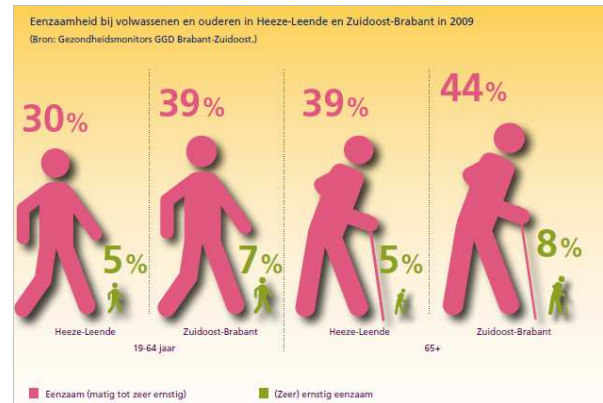


Zestien procent van de jongeren in Heeze-Leende heeft ooit al eens geslachtsgemeenschap gehad. Dat percentage is lager dan in de regio (23%). Van de jongeren die seksueel actief zijn, vrijt bijna tweederde wel eens onveilig. Dat komt neer op 10% van de totale groep jongeren. Probleem hierbij is dat ouders het lastig vinden om met hun kind over seks te praten. Veel ouders hebben behoefte aan ondersteuning hierbij. Hiervoor is een taak weggelegd bij het CJG. Ook binnen het onderwijs wordt wel aandacht besteed aan seksuele vorming. Maar dit geldt nog niet voor elke school in dezelfde mate. Het verdient aanbeveling om het gebruik van de beschikbare lespakketten rond dit thema op alle scholen te stimuleren en verankeren.

Met name het versterken van de weerbaarheid is ook hier weer zeer zinvol. Ook de fysieke omgeving is van belang, zoals goede verlichting op publieke plaatsen, toezicht op onveilige plekken en condoomautomaten in uitgaansgelegenheden.

Kernboodschap 8:

Bijna 40% van de ouderen en 30% van de volwassenen in Heeze-Leende is eenzaam. Versterk de signaleringsfunctie van hulpverleners, vrijwilligers en buurtgenoten en zorg voor een goede follow-up van het signaal.

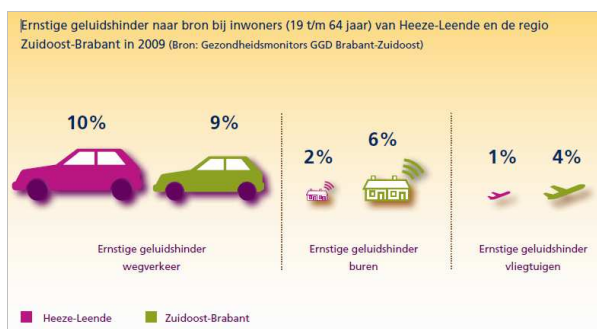


Eenzaamheid komt in Heeze-Leende minder vaak voor dan in de regio; dit neemt niet weg dat toch 30% van de volwassenen en 39% van de ouderen zich eenzaam voelt. Eenzaamheid komt vooral voor bij alleenstaanden en mensen met een laag inkomen. Gunstig is het relatief hoge percentage mensen dat lid is van een vereniging en/of vrijwilligerswerk verricht. Eenzaamheid staat in de gemeente al volop in de aandacht, o.a. middels het signaleringsoverleg. Het is verder belangrijk om bij de aanpak van eenzaamheid in Heeze-Leende in te zetten op het bevorderen van sociale steun en participatie (sluit goed aan op de WMO-visie), maar ook om de signaleringsfunctie van hulpverleners en vrijwilligers te blijven versterken. Richt je daarbij vooral op de risicogroepen 'alleenstaanden en mensen met een laag inkomen'. Ook de coördinatie, opvolging en terugkoppeling van een signaal (follow-up) moeten goed geregeld worden. Elke melder moet weten waar hij terecht kan. In het beleidsplan Wmo voor Heeze-Leende is dan ook opgenomen dat er een centraal punt moet komen waar vrijwilligers signalen kunnen melden en van waaruit actie ondernomen wordt.

Kernboodschap 9:

In Heeze-Leende vormen omgevingsfactoren als geluidshinder, luchtverontreiniging en intensieve veehouderij een risico voor de gezondheid. Houd bij de plannen voor de inrichting van de omgeving rekening met gezondheidsrisico's voor omwonenden.

In Heeze-Leende wordt 19% van de 19- tot en met 64-jarigen erg gehinderd door geluid. Dat is vergelijkbaar met gemiddeld in de regio Zuidoost-Brabant. Belangrijkste bron voor geluidshinder in Heeze-Leende is wegverkeer (10%) en dan met name het verkeer binnen de bebouwde kom (9%). Negen procent van de bewoners van Heeze-Leende wordt ernstig verstoord in hun slaap door geluid. Wegverkeer is ook de belangrijkste bron van ernstige slaapverstoring door geluid.



In de gemeente Heeze-Leende speelt ook de maatschappelijke discussie rondom de intensieve veehouderij een belangrijke rol. In de intensieve veehouderij spelen zowel infectieziekten als ook de blootstelling aan milieufactoren een belangrijke rol bij het risico op ontstaan van gezondheidsklachten in de omgeving.

Vroegtijdig betrekken van gezondheid bij inrichting van de fysieke leefomgeving biedt extra kansen voor het bevorderen van gezondheid, welzijn en welbevinden zonder veel extra kosten. Het gebruik van het instrument Gezondheidseffectscreening (GES) kan hierbij een hulpmiddel zijn, bijvoorbeeld bij infrastructurele ruimtelijke ordeningsprojecten.

Om gevoelige groepen (ouderen, kinderen en mensen met luchtwegklachten of hart- en vaatziekten) te beschermen tegen te hoge concentraties luchtverontreiniging is het belangrijk de luchtverontreiniging door drukke wegen en langs snelwegen aan te pakken. Hier kan in de planvorming al rekening mee worden gehouden.

Het is belangrijk om steeds open en actief te communiceren met omwonenden over de volksgezondheidsaspecten, naast de dierwelzijns- en milieuaspecten.

Kernboodschap 10:

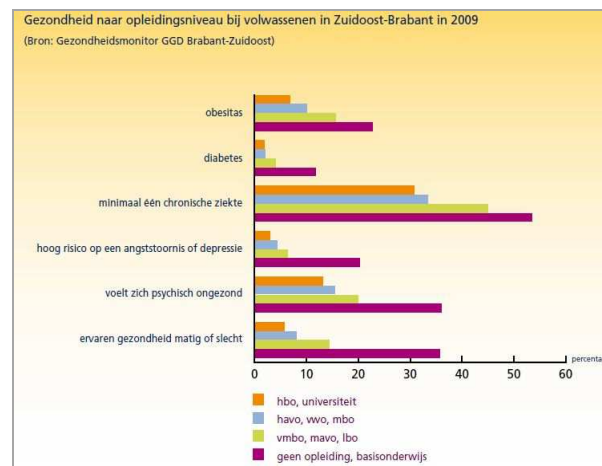
Ook in Heeze-Leende zijn sociaaleconomische gezondheidsverschillen. De gemeente kan met armoedebeleid deze verschillen verkleinen. Een integrale aanpak samen met de sociale dienst, re-integratiebedrijven en schuldhulpverlening is hierbij nodig.

Gezondheid en ziekte zijn ongelijk verdeeld. Mensen met een lage opleiding leven gemiddeld 6 tot 7 jaar korter en maar liefst 14 jaar korter zonder beperkingen. Een ongezonde leefstijl draagt bij jong en oud bij aan het ontstaan van gezondheids-

GGD biedt ondersteuning bij de vertaling naar gemeentelijk beleid

Het VTV-rapport is geschreven als input voor de nota lokaal gezondheidsbeleid. Maar het is ook zeker interessant voor diverse andere beleidsterreinen waar kansen liggen om voorwaarden voor gezondheid te creëren, zoals de Wmo, het armoedebeleid, sportbeleid, milieubeleid en jeugdbeleid. Het rapport biedt samen met de website www.regionaalkompas.nl en het regionale rapport 'Op weg naar een gezonder Zuidoost-Brabant' een schat aan informatie. De realiteit is dat ook de gemeente Heeze-Leende bij het formuleren van de eigen speerpunten van beleid keuzes moet maken. De GGD Brabant-Zuidoost is uiteraard bereid om de gemeente in dit keuzeprocess te adviseren. Daarnaast kan de GGD ook aan de uitvoering van het gemeentelijk beleid een bijdrage leveren. U kunt hiervoor contact opnemen met de adviseur Lokaal gezondheidsbeleid voor uw gemeente: Monique Mentjens, e-mail m.mentjens@ggdbzo.nl, tel. 088 0031 463.

achterstanden. Maar ook een ongezonde omgeving leidt tot een slechtere gezondheid. Omgekeerd kunnen gezondheidsverschillen ook de oorzaak zijn van een lagere sociaaleconomische status.



Het opleidingsniveau van de inwoners van Heeze-Leende is relatief hoog. Toch hebben (ook) in Heeze-Leende zo'n 860 inwoners vanaf 19 jaar geen opleiding of alleen basisonderwijs genoten.

Heeze-Leende heeft al de nodige regelingen om mensen met een laag inkomen te ondersteunen, maar het is lastig om ze motiveren om hiervan gebruik te maken.

Het verkleinen van gezondheidsverschillen vraagt een langdurige aanpak vanuit meerdere beleidsterreinen. De gezamenlijke aanpak zal zich enerzijds moeten richten op het verminderen van gezondheidsrisico's en het bevorderen van een gezonde leefstijl en anderzijds op het verbeteren van materiële omstandigheden en van woon- en werkomstandigheden. Samenwerking tussen diverse beleidsafdelingen maar ook met de sociale dienst is daarvoor van groot belang. In de regio heeft de GGD inmiddels al ervaring opgedaan met geschikte interventies zoals aanpak van 'Armoede en gezondheid van kinderen' in Veldhoven en de aanpak van ziekteverzuim op scholen in Eindhoven en Veldhoven. Via de sociale dienst, budgetteringscursussen en schuldhulpverlening kan ingestoken worden op het versterken van gezondheidsvaardigheden bij de doelgroep; het leren hoe je met een beperkt budget toch gezond kunt koken, en het stimuleren van bewegen als opstap naar re-integratie.