

Samen Fitter Verder!

verdiepingslag op het onderdeel preventie van het
Sport- en Preventieakkoord Samen Fitter Verder!





Inhoud

04

1. Achtergrond

05

2. Onze ambitie

06

3. Van ziekte en zorg
naar gezondheid en
gedrag

06

4. Samenwerken en
netwerken

07

5. Onze uitgangspunten
en focus

12

6. Onze werkwijze

14

7. Zo volgen we de
voortgang



Bijlage 1: Voorbeelden
waar we blij
van worden

De gezondste zaak

Corona heeft ons de afgelopen tijd laten zien hoe belangrijk gezondheid is. Nu de coronapandemie op zijn retour lijkt, is het zaak om ook verder te kijken. Gezondheid is niet alleen afwezigheid van ziekte, maar vooral ook welbevinden: gezond gedrag in een gezonde omgeving. Het is de gezondste zaak, maar nog niet de gewoonste zaak.

Nationaal is er aandacht gevraagd voor preventie op thema's als alcohol, drugs, roken en overgewicht. Die thema's pakken we al enige jaren ook in Ommen op. De volgende slag wordt het aanpakken van de dieperliggende oorzaken die de gezondheid negatief beïnvloeden zoals stress, ongezonde leefomgeving maar ook bijvoorbeeld laaggeletterdheid. Dit vraagt om een gerichte, maar vooral ook gezamenlijke aanpak. Ik ben blij en trots dat het in Ommen lukt om een verdiepingsslag te maken op het onderdeel preventie van het Sport- en Preventieakkoord Samen Fitter Verder!. Samen met veel organisaties gaan we ervoor om van Ommen de gezondste gemeente van Overijssel te worden!

Met vriendelijke groet,

Ko Scheele

Wethouder

1. Achtergrond

Door roken, overgewicht en problematisch alcoholgebruik aan te pakken kan de gezondheid van heel veel Nederlanders verbeteren. Daarom heeft de Rijksoverheid in 2018 samen met meer dan 70 maatschappelijke organisaties het Nationaal Preventieakkoord gesloten. Daarin staan meer dan 200 afspraken om Nederland gezonder te maken.

Voor gemeenten is een lokaal preventieakkoord dé kans om zich meer in te zetten voor gezondheidspreventie. Zo'n lokaal akkoord bevat concrete maatregelen om roken, overgewicht en overmatig alcoholgebruik tegen te gaan en om gezond leven te bevorderen. In Ommen is daarom in 2020 het Sport- en Preventieakkoord Samen Fitter Verder! ontwikkeld. Samen met verschillende partners zijn ambities vastgelegd en afspraken gemaakt hoe we van Ommen de fitste gemeente van Overijssel kunnen maken. De uitvoering van het akkoord is in volle gang. In het Sport- en Preventieakkoord is aandacht voor het thema 'Gezondheid' en daar borduren we met dit document op voort.

Ontwikkelingen, programma's en bestaande netwerken

We sluiten met dit plan aan bij verschillende andere programma's en ontwikkelingen. Zo is de gemeente Ommen bijvoorbeeld sinds 2014 JOGG-gemeente. Van daaruit stimuleert ze jongeren in het maken van gezonde keuzes. Daarbij wordt ingezet op (1) het creëren van netwerken rondom (clusters van) scholen, (2) breed stimuleren van gezonde leefstijl en (3) het creëren van een sluitende zorgketen voor kinderen met (dreigend) ongezond gewicht. We maken gebruik van de relaties en netwerken die door JOGG zijn ontstaan om zo een extra impuls te geven aan gezondheidspreventie.

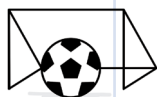
Verder zoeken we verbinding met de activiteiten van Stichting Vitaal Vechtdal. Vitaal Vechtdal zet zich in voor een gezonde, actieve regio. Samen met allerlei organisaties en instellingen stimuleert Vitaal Vechtdal mensen, van jong tot oud, om zelf actief aandacht te besteden aan de eigen gezondheid. Denk hierbij aan programma's als 'Gezond ouder worden', de 'Vitaal Vechtdal Challenge' en de 'Ikpas campagne'.

Hoe gaan we van Ommen de fitste gemeente van Overijssel maken?

Een belangrijke andere ontwikkeling, tot slot, is de aandacht van de gemeente Ommen voor het transformatieproces in het sociaal domein. Er zijn in dat kader verschillende werksessies georganiseerd, waarbij de gemeenteraad in gesprek is gegaan met vertegenwoordigers van het maatschappelijk veld rondom de thema's Jeugd, Ouderen en Werk en Inkomen. Dit heeft geleid tot de Transformatieagenda 2021-2024. Hierin vraagt de gemeente per thema (Jeugd, Ouderen en Werk en Inkomen) aan partijen wat zij in onderlinge samenwerking kunnen betekenen in de realisatie van de agenda, hoe ze hun aanbod hierop kunnen aanpassen, of welke aanvullende projecten of diensten zij kunnen aanbieden. De gemeente stuurt daarbij op co-creatie: een gezamenlijke verantwoordelijkheid voor het creëren van passende antwoorden op de vraagstukken die voorliggen. Deze aanpak sluit naadloos aan bij de werkwijze die verderop in dit aanvalsplan wordt besproken.

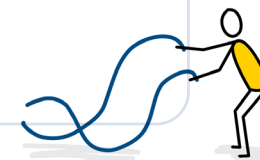
2. Onze ambitie

Met dit plan versterken en verbinden we lopende programma's en ontwikkelingen, waarin organisaties al actief samenwerken. Zo stimuleren we samen alle Ommenaren (jong en oud) om te werken aan een gezonde toekomst in een gezonde gemeente. We hebben daarbij extra aandacht voor inwoners bij wie dat niet vanzelf gaat.



We willen in Ommen een fysieke en sociale omgeving creëren die bijdraagt aan een gezonde gemeente die 'in beweging is'. Een gemeente waar inwoners een betekenisvol leven leiden en waar de leef- en werkomgeving gezond gedrag stimuleert, ondersteunt en makkelijk maakt. We nodigen iedereen uit om deze uitdaging met ons aan te gaan.

We willen de veerkracht van onze inwoners vergroten om met alle uitdagingen in het leven om te gaan en hierin eigen regie te voeren. Zo verkleinen we gezondheidsverschillen en maken we van Ommen de gezondste gemeente van Overijssel.



3. Van ziekte en zorg naar gezondheid en gedrag

We willen in Ommen de omslag maken van Ziekte en Zorg (ZZ) naar Gezondheid en Gedrag (GG). Dit betekent veel voor de inrichting en focus in zorg en welzijn. Inwoners die te kampen hebben met psychosociale of aan leefstijl gerelateerde klachten willen we namelijk op een andere manier helpen en ondersteunen. Er moeten andere opties in beeld komen dan enkel en alleen diagnosticeren en (medisch) behandelen.

De zorgverlening willen we verschuiven van behandelen in de praktijk, de polikliniek of het ziekenhuis naar ondersteuning bieden bij mensen thuis of in de wijk. Daarnaast willen we veel meer vanuit preventie gaan werken. Vanuit dit andere perspectief willen we investeren in de gezondheid van onze inwoners. Het resultaat is een gezonde fysieke en sociale leef- en werkomgeving waarin de inwoner centraal staat. Het is de bedoeling dat inwoners zelf de regie nemen en gestimuleerd worden tot een proactieve en veerkrachtige houding.

4. Samenwerken en netwerken

Veel vraagstukken die te maken hebben met de fysieke en mentale gezondheid van onze inwoners kunnen we niet alleen oplossen. Daarvoor is samenwerking, afstemming en inzet van verschillende (maatschappelijke) organisaties en (private) bedrijven nodig.

Het realiseren van onze gezamenlijke ambitie vraagt dus om organisatiekracht en het benutten van bestaande netwerken. Zo delen we kennis en ervaringen, ieder vanuit eigen expertise en kwaliteiten. We zetten ons in om afzonderlijke initiatieven te verbinden en zo toe te werken naar collectieve maatschappelijke impact. Dat betekent dat we per vraagstuk netwerken bij elkaar brengen, waarbij we zoveel mogelijk aanhaken bij bestaande structuren en samenwerkingsverbanden.

Naast het benutten van bestaande netwerken en structuren, brengen we ook partijen bij elkaar en stimuleren we samenwerking, zodat co-creatie en nieuwe initiatieven ontstaan.



5. Onze uitgangspunten en focus

In alles wat we doen en bij alles wat we ondernemen hanteren we een raamwerk met uitgangspunten. Het zijn de principes en afspraken die we in onze werkwijze toepassen en die we continu bewaken. Dit zijn onze uitgangspunten:

1.

We stellen de inwoner centraal

In alles wat we doen staat de inwoner centraal. We signaleren zo vroeg mogelijk tegen welke uitdaging inwoners aanlopen, gaan in gesprek en leggen specifieke groepen middels panels regelmatig vragen voor om aanbod beter te laten aansluiten. Zo houden we beter grip op de match tussen vraag en aanbod en welke route het beste bij een inwoner past.

2.

We gebruiken Positieve Gezondheid als gedachtegoed

Positieve Gezondheid is een bredere kijk op gezondheid, uitgewerkt in zes dimensies. Met die bredere benadering dragen we bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. En om zo veel mogelijk eigen regie te voeren. Wij gaan uit van dit gedachtegoed en toetsen onze werkwijze hieraan.

3.

We werken evidence-based

Vaak wordt bij evidence-based werken gedacht dat het alleen om kennis gaat die wetenschappelijk bewijs levert of een methode of interventie effectief is. Wetenschappelijke kennis is een belangrijke bron, maar bij 'evidence-based werken' is het ook belangrijk om te kijken naar ervaringen van experts en beroepsbeoefenaars zelf en naar ervaringen van gebruikers. Zo werken wij.

4.

We maken gebruik van lokale kennis en ervaring

Ommen heeft de laatste jaren steeds meer aandacht voor de ontwikkeling van een lokale infrastructuur op het gebied van gezondheid en preventie. Verschillende partijen en organisaties werken samen, waardoor veel lokale kennis en ervaring is opgebouwd. Dit zoeken we op en daar maken we gebruik van.

5.

We gaan voor maatwerk op het juiste schaalniveau

Bij het opzetten en uitvoeren van programma's, interventies en activiteiten en bij het ondersteunen van groepen of individuen gaan we altijd uit van maatwerk. We kijken dus per vraagstuk wat nodig is op individueel, wijk-, buurt- of schoolniveau.

We willen elkaar echt leren kennen en echt van elkaar leren

6. We houden rekening met life-events

Er zijn verschillende situaties waarin inwoners te maken krijgen met ingrijpende veranderingen in hun leven (life-events), zoals het overlijden van een dierbare, scheiding, trouwen, zwangerschap, geboorte van een kind, ontslag, pensioen en verandering in iemands financiële situatie. Deze veranderingen kunnen leiden tot gezondheid gerelateerde vragen, problemen en uitdagingen. In onze werkwijze hebben we hier aandacht voor.

7. We stemmen continu af of de juiste mensen betrokken zijn en of neuzen nog dezelfde kant op staan

De samenwerking tussen organisaties, professionals en vrijwilligers rondom gezondheidsvraagstukken krijgt in Ommen steeds meer vorm. Steeds beter weten we elkaar te vinden. De verschillende domeinen werken beter samen en er is veel meer aandacht voor de bredere context van ondersteuningsvragen. Toch zijn er nog verbeteringen mogelijk. We gaan daarom extra aandacht besteden aan afstemming en gezamenlijke visievorming.

8. We gaan uit van wat we al doen, of we de goede dingen doen en wat we anders zouden kunnen doen

In onze werkwijze en bij het maken van keuzes voor projecten, programma's of ondersteuningstrajecten kijken we eerst goed wat we nu al doen, of we de goede dingen doen en wat er anders zou moeten. We zijn dus kritisch op het eigen handelen en optimaliseren waar nodig.

9. We willen elkaar echt leren kennen en echt van elkaar leren

We staan bij de uitvoering van dit akkoord stil bij elkaars mening, visie en drijfveren. Dat geldt voor professionals onderling, maar ook zeker voor het samenspel tussen professional en deelnemer/inwoner. Alleen dan zal samenwerking z'n vruchten afwerpen en behalen we resultaat.

10. We werken op basis van gedegen monitoring en evaluatie

Alle initiatieven die voortvloeien uit dit akkoord volgen we op de voet. Daarbij kijken we naar effectiviteit, efficiëntie en proces. Gedegen monitoring en evaluatie helpt ons namelijk ons werk beter te doen en meer en betere resultaten te behalen.

Onze focus en afspraken

Op basis van verdiepende gesprekken met verschillende kernpartners, werksessies waarbij de gemeenteraad in gesprek is gegaan met vertegenwoordigers uit het maatschappelijk veld, en cijfers van onder andere GGD IJsselland, het RIVM en het Trimbos-instituut, zijn wij gekomen tot 5 thema's waar we in de gemeente Ommen de focus op leggen.

We richten ons **de komende jaren** op:

1.

Middelengebruik, met
aandacht voor alcohol,
roken en drugs

2.

Overgewicht en een
gezonde leefstijl

3.

Mentaal welbevinden, met
aandacht eenzaamheid en
mentale druk

4.

Verantwoord
schermgebruik

5.

Laaggeletterdheid

In onze werkwijze houden we continu rekening met de samenhang tussen deze thema's. We maken slimme verbindingen zodat nog meer samenwerking ontstaat tussen organisaties, professionals en vrijwilligers. Interventies worden dus op een integrale manier ingezet.

Deze concrete afspraken maken we:

1. GGD IJsselland, Vitaal Vechtdal, de gemeente Ommen en WijZ Welzijn organiseren in het najaar van 2021 een bijeenkomst in Ommen waarbij het werken met Positieve Gezondheid voor professionals centraal staat. We zien de bijeenkomst als aftrap om met de basistraining Positieve Gezondheid aan de slag te gaan. Zo willen we medewerkers in zorg en welzijn zoals huisartsen, fysiotherapeuten en welzijnswerkers ondersteunen in het werken vanuit Positieve Gezondheid zodat ze het model kunnen toepassen als professional. Het resultaat is dat zij dezelfde taal leren spreken en werkwijze toepassen om zo inwoners gericht te kunnen ondersteunen in het werken aan hun gezondheid.
2. In het voorjaar van 2022 gaan GGD IJsselland en de JOGG-regisseur van de gemeente Ommen samen met een school uit het primair en/of voortgezet onderwijs een pilot opstarten die zich richt op het welbevinden van kinderen en jongeren op school om de druk op het dagelijks leven bij jeugd en jongvolwassenen te verminderen. Daarbij sluiten we aan bij het programma Gezonde School. Vanuit Samen Fitter Verder is contact met CNS Ommerkanaal (PO) en het Vechtdal College (VO). Samen wordt gekeken naar de juiste invulling. We willen leren van de ervaringen op de betreffende scholen om vervolgens te kijken in hoeverre we het traject verder kunnen uitrollen.¹
3. Ten behoeve van het verbeteren van de samenwerking tussen verschillende disciplines gaan de gemeente Ommen, Vitaal Vechtdal, Fysiotherapie De Carrousel, FysioTotaal, WijZ Welzijn en Tactus bestaande initiatieven gericht op preventie in kaart brengen en zorgen voor een betere vindbaarheid en een goede doorverwijzing. Hierbij wordt aansluiting gezocht bij onder andere de beweging 'Samen voor gezond gewicht in het Vechtdal' en 'Samenwerken in de wijk'. Een van de plekken die we daarvoor gebruiken is de website www.vitaalommen.nl, ontwikkeld door de gemeente Ommen, WijZ Welzijn en Vitaal Vechtdal. Dit is een online platform waar inwoners antwoord vinden op vragen rondom sport, bewegen, welzijn, financiën, vervoer en gezonde leefstijl.

¹ Vanuit de jeugdgezondheidszorg is GGD IJsselland samen met het Vechtdal een project aan het voorbereiden om samenwerking binnen de school te gaan intensiveren om zo problemen eerder te signaleren en op te pakken. Hier sluiten we bij aan.

Daarnaast gaan we aan de slag met de volgende **speerpunten:**

1.

We ontwikkelen met de belangrijkste stakeholders en inwoners een gezamenlijke visie per thema. Hierdoor ontstaat een gedeeld toekomstbeeld met daarin beschreven hoe een thema zich de komende 5 tot 10 jaar moet ontwikkelen. Op basis van deze gedeelde visie wordt een meerjarenplan opgesteld waarin afspraken staan hoe dat toekomstbeeld dichterbij wordt gebracht.

2.

We faciliteren werkgroepen om tot concrete plannen van aanpak te komen die aansluiten bij de ambities en uitgangspunten zoals hier beschreven. We stellen formats beschikbaar en wijzen trekkers aan die samen met professionals en inwoners een plan van aanpak opstellen gericht op een specifiek thema of een specifieke doelgroep. We dragen hierbij ook goede voorbeelden aan die elders in het land succesvol zijn geïmplementeerd. Denk bijvoorbeeld aan de Ketenaanpak overgewicht bij kinderen.

3.

We stimuleren co-creatie en cofinanciering door actief mee te denken welke partners betrokken kunnen worden bij de ontwikkeling en uitvoering van plannen en hoe extra lokale, regionale en provinciale financiering gegenereerd kan worden.

4.

We nemen bestaand aanbod kritisch onder de loep en stellen de vraag in hoeverre deze programma's, projecten en activiteiten daadwerkelijk preventief werken en nog aansluiten bij de wensen en behoeften van deelnemers en cliënten.

5.

We verkennen de mogelijkheid voor het contracteren van een GLI voor het Vechtdal en het aanstellen van een welzijnscoach en/of het invoeren van Welzijn op recept.

6.

We verkennen de mogelijkheid of Fysiotherapie De Carrousel, FysioTotaal en Vitaal Vechtdal een pilot kunnen starten om 70-plussers in de gemeente Ommen uit te nodigen voor een gratis leefstijlscan met leefstijladvies. Met dit project benadrukken de fysiotherapiepraktijken hun rol in Ommen als het gaat om preventie en kunnen zij gericht antwoord geven op maatschappelijke vraagstukken als gezond(er) oud worden, zelfredzaamheid en het tegengaan van eenzaamheid. We gaan daarnaast in gesprek met sportverenigingen om te kijken of zij speciale arrangementen voor senioren kunnen ontwikkelen die aansluiten bij de leefstijlscan en het leefstijladvies. Er zijn hierover gesprekken met Tennisclub Ommen.

6. Onze werkwijze

Alle partners, organisaties, professionals en vrijwilligers die zich bewegen in het brede welzijn- en gezondheidsdomein zijn nodig om van dit akkoord een succes te maken. Maar ook inwoners van de gemeente Ommen zelf zullen actief betrokken worden.

Kerngroep

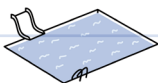
Om dit in gang te zetten, is een kerngroep samengesteld. Dit is een groep kartrekkers die verantwoordelijk is voor het aanjagen en begeleiden van de uitvoering.

De kerngroep bestaat uit:

- Alex Govers, Tactus verslavingszorg
- Marije van Hal, GGD IJsselland
- Mariëlle Kuik, Fysiotherapie De Carrousel
- Carla Mastenbroek, FysioTotaal
- Nicole Oolman, GGD IJsselland
- Marije Rodenburg, WijZ Welzijn Ommen
- Ellen van der Vegte, Vitaal Vechtdal
- Natascha Visser, gemeente Ommen

De kerngroep heeft de volgende taken en verantwoordelijkheden:

- Werven van betrokkenen die een bijdrage willen leveren om de ambities uit dit plan te realiseren.
- Samenstellen van werkgroepen
- Volgen van de acties die voortkomen uit dit plan.
- Bewaken inkomsten en uitgaven en waar nodig budgetten bijstellen.
- Zorgen voor slimme verbindingen tussen werkgroepen en thema's.
- Organiseren van minimaal 1 evaluatiemoment per jaar met alle betrokkenen.
- Toekomstbestendig maken van dit plan op langere termijn.



Werkgroepen

Per thema of vraagstuk worden vanuit de kerngroep werkgroepen geformeerd met een trekker die het initiatief neemt om partners bij elkaar te brengen. Vanuit de werkgroepen worden interventies en programma's opgezet. Daarnaast stimuleren zij andere organisaties en partijen om projecten aan te dragen die bijdragen aan het realiseren van de ambities en doelstellingen uit dit akkoord. Communicatie is hierbij een belangrijk aandachtspunt. Om de verschillende relevante doelgroepen van een werkgroep goed mee te nemen in de ontwikkelingen, zal hier nadrukkelijk aandacht aan besteed moeten worden. Er worden formats beschikbaar gesteld op basis waarvan samenwerkingspartners worden gevraagd een plan van aanpak, inclusief communicatieparagraaf, op te stellen.

Hoe kan iemand meedoen?

Meedoen kan op verschillende manieren. Als trekker van een project, als lid van een werkgroep, als deelnemer aan een activiteit, als professional van een organisatie of als vrijwilliger.

De volgende rollen kunnen worden onderscheiden:

Initiatiefnemers

Trekken de kar, nemen het initiatief om een project of activiteit op te zetten. Dit kunnen ook mensen uit de kerngroep zijn.

Aanhakers

Helpen mee met het uitwerken van een project of activiteit, of maken bijvoorbeeld onderdeel uit van een werkgroep.

Deelnemers

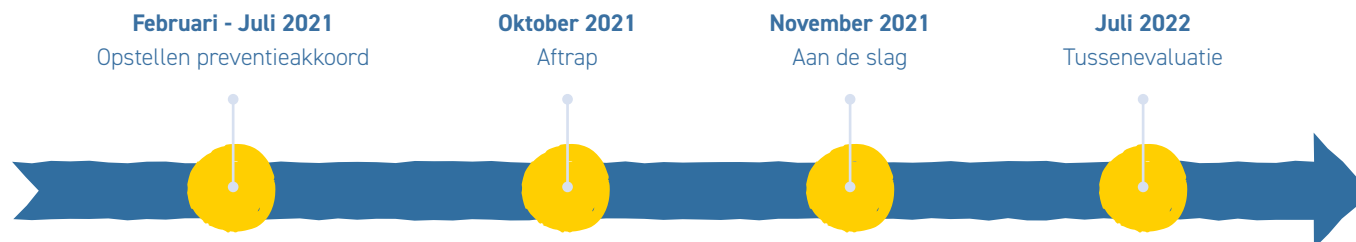
Doen mee, juichen het akkoord toe, zijn ambassadeur en proberen anderen enthousiast te maken om ook deel te nemen.

Sponsors

Hebben geen inhoudelijke betrokkenheid, maar dragen bijvoorbeeld bij in het financieren of faciliteren van projecten of activiteiten.

Planning

Bij de uitvoering van dit akkoord wordt de planning hiernaast aangehouden.



7. Zo volgen we de voortgang

Zoals eerder aangegeven werken we 'evidence-based'. Alle initiatieven die voortvloeien uit dit akkoord volgen we op de voet. Daarbij kijken we naar effectiviteit, efficiëntie en proces. We hebben daarbij heel nadrukkelijk aandacht voor de ervaringen van experts en beroepsbeoefenaars zelf en ervaringen van deelnemers. We sluiten in de monitoring zoveel mogelijk aan bij bestaande monitors van GGD IJsselland die periodiek worden uitgevoerd. Waar nodig wordt gekeken welke extra inspanningen nodig zijn om antwoord te geven op de vraag of de uitvoering van het akkoord het gewenste resultaat oplevert. Denk hierbij aan evaluaties en onderzoeken per thema of specifieke groep.

