Leidschendam-Voorburg

Gewoon Gezond

Ambitie: Een gezond Leidschendam-Voorburg, waarin zoveel mogelijk inwoners gezond en veerkrachtig opgroeien, leven en ouder worden. We versterken preventie en gezondheid dichtbij, zodat inwoners langer in goede gezondheid leven en gezondheidsverschillen kleiner worden. Hiervoor zijn doelen en projecten voor 2027-2030 vastgesteld.

de 5 leefgebieden

- **Kansrijk opgroeien**
- **Gezonde Leefstijl**
- **Mentale Gezondheid**
- **Vitaal Ouder Worden**
- **Gezondheids-verschillen verkleinen**

Kansrijk opgroeien

De eerste 2.000 dagen vormen de basis voor gezond opgroeien en gelijke ontwikkelkansen.

Bestaande inzet

- Ketenaanpak Kansrijke Start
- Nu Niet Zwanger
- Ketenaanpak Kind naar Gezonder Gewicht
- Gezonde School-aanpak

Nieuwe inzet

- Integrale Gezinspoli
- Rookvrije Start
- Centering pregnancy
- Centering parenting
- Cuddle and Care in Voorburg

Focus 2027–2030

- Kansrijke start uitbreiden naar de eerste 2.000 dagen
- Zorg, onderwijs en sociaal domein verbinden
- Gezonde School, rookvrij en gezond gewicht doorontwikkelen



Gezonde leefstijl

Een soepele route van zorg naar sport en welzijn maakt gezond gedrag beter bereikbaar.

Bestaande inzet

- Goed Bezig! Aanpak
- Volwassenen naar gezond gewicht: GLI en leefstijl-coaching
- Beweegaanbod en Wandeluitdaging

Nieuwe inzet

- Groepsconsulten opstarten voor volwassenen
- Hart checkpunten fit en vitaal
- Centrale zorg verlener uitbreiden

Focus 2027–2030

- Bewegen en gezonde voeding stimuleren
- Centrale zorg verlener en coordinator positioneren
- Zorg, sport en welzijn verbinden, zodat meer mensen in beweging komen



Vitaal ouder worden

Vroegsignalering, ontmoeting en mantelzorgondersteuning helpen ouderen langer zelfstandig te wonen.

Bestaande inzet

- Ketenaanpak Valpreventie
- Mantelzorg
- Signalerende huisbezoeken



Nieuwe inzet

- Preventieve beweegcursussen gericht op vallen
- Ketenaanpak Dementie
- Zorgzame buurten

Focus 2027–2030

- Mantelzorgondersteuning versterken
- Zorgzame buurten en voorzorgcirkels uitbreiden
- Ontmoetingsplekken en bewegen

Mentale gezondheid

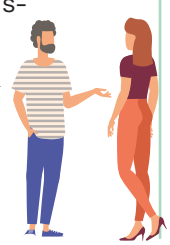
Vroege, laagdrempelige steun voorkomt dat lichte klachten uitgroeien tot specialistische zorg.

Bestaande inzet

- Sociaal Verwijzen
- Mentale gezondheid jeugd: De Veranderkamer

Nieuwe inzet

- Mentale Gezondheids-netwerken
- Verkennend gesprek
- Laagdrempelige Steunpunten



Focus 2027–2030

- Ervaringsdeskundigheid inzetten in laagdrempelige steunpunten
- Zorg en welzijn structureel verbinden
- Preventief/collectief inzetten mentale gezondheid jeugd

Gezondheidsverschillen verkleinen

Vroege, laagdrempelige steun voorkomt dat lichte klachten uitgroeien tot specialistische zorg.

Bestaande inzet

- Gezonde buurten en wijkpreventieaanpakken
- Toegang en lokale teams
- Sociaal Makelaar / Opbouwwerk

Nieuwe inzet

- Regionaal Eerstelijns Samenwerkingsverband (RESV) en lokale wijksamenwerking
- Lokaal team in Bovenveen, proeftuin
- Inloopvoorzieningen Sociaal en Gezond

Focus 2027–2030

- Wijkaanpakken verstevigen
- Bewoners en professionals verbinden
- Wijksamenwerkingsverbanden met de eerste lijn

