Gezondheidsaanpak Gewoon Gezond brengt hulp dichter bij inwoners

Inwoners moeten gezond kunnen opgroeien, leven en ouder worden. Daarom versterkt de gemeente vanaf 2027 de inzet op gezondheid en welzijn. Succesvolle activiteiten, zoals valpreventie en vitaliteitsdagen, gaan door. Daarnaast start de gemeente met nieuwe activiteiten, zoals meer inzet voor mantelzorgers, extra ondersteuning voor mentale gezondheid bij jongeren en een wijkgericht team. Zo krijgen inwoners eerder passende hulp dichtbij huis en wordt het makkelijker om gezond te leven. De aanpak bestaat uit 5 thema's onder de noemer Gewoon Gezond en is gericht op gezondheid en welzijn voor alle leeftijden.

Kansrijk opgroeien

De gemeente blijft inzetten op kansrijk opgroeien door gezonde scholen te stimuleren en een gezinspoli te organiseren, waar gezinnen terechtkunnen met uiteenlopende hulpvragen. Ouders en kinderen kunnen daardoor eerder hulp krijgen bij vragen over bijvoorbeeld gezondheid, opvoeding, geld of mentale problemen. Scholen en maatschappelijke partners blijven aandacht besteden aan gezond eten, bewegen en welbevinden. Daarnaast komt er extra begeleiding voor kinderen met overgewicht, vooral in Leidschendam-Noord, Bovenveen en Leidschendam-Zuid.

Gezond leven en bewegen

Ook blijft de gemeente het maken van gezonde keuzes en beweegactiviteiten ondersteunen. Aanvullend zet de gemeente samen met partners in op groepsconsulten bij overgewicht voor volwassenen en hartcheckpunten.

Gezond en fit ouder worden

Ouderen kunnen blijven meedoen aan cursussen om vallen te voorkomen en langer zelfstandig te blijven wonen. De gemeente breidt het beweegaanbod voor ouderen uit, zodat zij fit en sterk kunnen blijven. Mantelzorgers krijgen hulp en tijdelijke ontlasting als de zorg te zwaar wordt. Voor mensen met dementie en hun naasten wordt de omgeving toegankelijker gemaakt, onder meer met dementievriendelijke routes.

Mentale gezondheid

Inwoners met stress, somberheid of andere lichte mentale klachten kunnen via de huisarts worden doorverwezen naar welzijnsactiviteiten. Jongeren met lichte mentale klachten kunnen via De Veranderkamer begeleiding krijgen om meer grip, vertrouwen en toekomstperspectief te ontwikkelen. Regionaal ontwikkelen we de Mentale Gezondheidsnetwerken, waarin huisartsen, welzijn en GGZ samenwerken om inwoners met mentale problematiek snel en op de juiste plek te kunnen helpen.

Gezondheidsverschillen verkleinen

Om gezondheidsverschillen tussen wijken te verkleinen, is voor Leidschendam-Noord, Bovenveen en Leidschendam-Zuid een aanpak ontwikkeld. De gemeente werkt samen met inwoners en lokale organisaties per wijk aan bijvoorbeeld gezond bewegen, meer ontmoetingen, hulp bij geldzorgen, verbeteren van de Nederlandse taal en hulp dichtbij huis.

In 2027 start in de wijk Bovenveen een proef met een lokaal team, waar inwoners terecht kunnen met vragen over bijvoorbeeld wonen, gezondheid, opvoeding of geld. Eén medewerker helpt de vraag helder te krijgen en brengt de inwoner in contact met de juiste organisatie. Doordat de gemeente, huisartsen en

welzijnspartners beter samenwerken, hoeven inwoners hun verhaal minder vaak opnieuw te vertellen en worden zij sneller geholpen. De lessen uit deze proef gebruikt de gemeente om de samenwerking ook in andere wijken te verbeteren.

Stap voor stap vanaf 2027

De activiteiten worden stap voor stap ingevoerd van 2027 tot en met 2030. De gemeente werkt hiervoor samen met huisartsen, welzijnsorganisaties, scholen, sportaanbieders en zorgorganisaties. Waar nodig wordt de aanpak aangepast. Activiteiten die goed werken, wil de gemeente blijvend onderdeel maken van het lokale gezondheidsbeleid.