



Plan van aanpak Gezond en Actief Leven in Rhenen 2024 - 2026

Samen zetten we in op een gezonde generatie!

Samenvatting

Het gezondheidsbeeld in Rhenen lijkt op dat van de Regio Utrecht, maar met enkele verschillen: meer ouderen, minder volwassenen (18-64 jaar), grotere gezinnen, en minder eenoudergezinnen en alleenstaanden. Ongeveer 30% van de inwoners heeft een lager opleidingsniveau, maar er zijn minder mensen met lees- en schrijfproblemen. Volwassenen bewegen iets minder, met minder dan de helft die voldoende beweegt. Overgewicht en obesitas komen vaker voor, zowel bij volwassenen als bij 10-11 jarigen.

Gemeente Rhenen streeft naar een actieve en beweegvriendelijke omgeving waarin inwoners van alle leeftijden kunnen genieten van bewegen, sport en cultuur. Er zijn diverse initiatieven en samenwerkingsverbanden om dit doel te bereiken. Voorbeelden zijn:

1. het Sport- en Bewegakkoord Rhenen met ambities gericht op inclusie en diversiteit, sociaal veilige sport, vitale sportaanbieders, vaardig in bewegen en ruimte voor sport en bewegen.
2. het lokaal Preventieakkoord Rhenen-Achterberg-Elst met ambities gericht op het verbeteren van de mentale gezondheid, gezond gewicht, online veiligheid (sociale media) en het verminderen van eenzaamheid en alcohol- en drugsgebruik.

Bij de uitvoering en samenwerking zijn betrokken: sportclubs, scholen, kerken, zorgorganisaties, Mozaïek jongerenwerk, Welzijn Rivierstroom, Sportservice Rhenen, buurtsportcoaches en cultuurcoach. Diverse projecten en activiteiten zijn uitgevoerd, zoals gezonde kookclubs voor kinderen, de Olympiade voor alle basisscholen, aangepaste beweegactiviteiten voor ouderen en voorlichting over gezonde leefstijl.

In Rhenen zijn 3 buurtsportcoaches en is een cultuurcoach actief. Doel is om inwoners meer te laten bewegen en te laten genieten van cultuur.

De activiteiten van de buurtsportcoaches zijn gericht op de thema's: gezondheid & sociaal, openbare ruimte & buurt, onderwijs, sterke verenigingen en sportevenementen. Buurtsportcoaches stimuleren beweging voor iedereen op scholen, in de wijk, bij evenementen.

De cultuurcoach verbindt cultuur en inwoners door culturele activiteiten te organiseren.

Gemeente Rhenen heeft gekozen om een plan van aanpak 2024-2026 op te stellen voor alle thema's uit het Gezond en Actief Leven Akkoord:

- a) terugdringen gezondheidsachterstanden, waaronder een kansrijke start voor kinderen;
- b) gezonde fysieke leefomgeving;
- c) versterken van de sociale basis, waaronder mantelzorg, één tegen eenzaamheid en welzijn op recept;
- d) een gezonde leefstijl, waaronder de aanpak van overgewicht en obesitas, vroegsignalering middelengebruik;
- e) versterken mentale gezondheid;
- f) vitaal ouder worden, waaronder valpreventie;
- g) versterking kennis- en adviesfunctie GGD en regionale aanpak preventie.

Inhoudsopgave

Inleiding.....	3
Thema's GALA	4
1 Sport, bewegen en cultuur	4
1.1 Het lokaal Sportakkoord	5
1.2 Het lokaal Preventie-akkoord	6
1.3 Brede Regeling Combinatiefuncties	6
2. Gezondheid en sociale basis	7
2.1 Terugdringen gezondheidsachterstanden.....	7
2.2 Kansrijke start	8
2.3 Het versterken van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid	8
2.4 Aanpak overgewicht en obesitas	9
2.5 Vitaal ouder worden en valpreventie	10
2.6 Een gezonde fysieke leefomgeving	11
2.7 OKO en vroeg signalering alcoholproblematiek.....	12
2.8 Versterken sociale basis	13
2.9 Mantelzorg	13
2.10 Eén tegen Eenzaamheid	14
2.11 Welzijn op recept.....	15
3. Kennis-en adviesfunctie GGD	16
4. Voortgang bewaken	16
5. Samenhang en synergie	16
6. Verbinding Brede SPUK, GALA en Sportakkoord	17
Bijlage 1: Budget GALA gemeente Rhenen 2023-2026	18

Inleiding

Rhenen is een actieve en betrokken samenleving. Dit willen we natuurlijk zo houden. We gaan voor een inclusieve samenleving waar iedereen mee kan en mag doen. Dat mensen elkaar accepteren zoals ze zijn. We vinden het belangrijk dat inwoners zich gezond en vitaal voelen. Zodat zij in staat zijn om met fysieke, mentale en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. Om de zorg, nu en in de toekomst te kunnen blijven bieden, monitoren we de ontwikkelingen op sociaal, economisch en gezondheidsniveau. Zodat we kunnen bijsturen op preventie. Dit kunnen we als gemeente niet alleen, maar dat doen we met elkaar. Dit doen we aan de hand van de Rhenense Principes. Deze zijn leidend bij het maken van het beleid en de uitvoering daarvan: meedoen naar vermogen, eigen regie, werken vanuit vertrouwen en werken vanuit de oorzaak aan een duurzame oplossing. Ook leggen we de focus op eenvoud en doen wat nodig is. De principes staan met elkaar in verbinding en zijn allemaal belangrijk. De één kan niet zonder de ander.

Dit plan van aanpak voor het GALA schetst een route naar het bereiken van onze doelen. Het plan gaat in op sport, bewegen, cultuur, gezondheid en de sociale basis in onze gemeente. Wij hebben ons aangemeld voor alle thema's. Belangrijk daarin zijn onze kernprincipes en onze drijfveren. We lichten toe welke doelen en resultaten we voor ogen hebben en wat we daarvoor gaan doen. Daarbij behouden we wat er goed gaat en borduren we voort op dat wat er is.

De gemeente Rhenen

Gemeente Rhenen ligt in de provincie Utrecht. De gemeente bestaat uit de kernen Rhenen, Achterberg en Elst waar in totaal ruim 20.000 inwoners leven. De gemeente staat bekend om haar rijke historie en natuurgebieden.

De gemeente Rhenen heeft als missie om samen met haar inwoners en organisaties een samenleving te ontwikkelen waar het goed wonen en werken is. Wij onderscheiden ons van andere gemeenten door dat we werken vanuit de bedoeling en waarderend vernieuwen. We kijken met onze inwoners naar wat zij van ons nodig hebben. Dat doen we door vanaf het begin van een proces samen op te trekken. Samen verkennen, verlangen, vormgeven en vernieuwen. Met inwoners, maatschappelijk partners, professionals en organisaties. We behouden wat goed gaat en borduren voort op dat wat er is.

Kaders

Verschillende bestaande beleidsstukken vormen de basis van dit plan. Deze stukken zijn samen met inwoners, vrijwilligers, professionals en maatschappelijke organisaties opgesteld.

- [Preventieakkoord Elst-Achterberg-Rhenen 2021](#),
- [Sport- en beweegakkoord Rhenen 2019-2021](#) inclusief een herijking in 2023
- Sportbeleid 2019-2023
- Groenbeleidsplan 2023-2028
- [Visie Sociaal Rhenen 2030](#)
- [Toekomst-/omgevingsvisie Rhenen 2035](#)
- [Bestuursprogramma 2022-2026](#).

Kerngroep GALA

Het plan is samen met beleidsadviseurs van de gemeente, een externe adviseur en samenwerkingspartners adviseur opgesteld, waaronder: [Welzijnsorganisatie Rivierstroom](#), [Jongerenwerk Mozaïek](#), [Sportservice Rhenen](#), [Cultuurcoach Rhenen](#) en [Humanitas](#).

Participatie

We hebben inwoners, vrijwilligers, professionals en organisaties, gevraagd om mee te denken over het GALA-plan tijdens een bijeenkomst op 21 juni 2023. De resultaten zijn verwerkt in dit plan. De GGD heeft dit plan getoetst op integraliteit en data. Dit is in lijn met artikel 16 van de Wet Publieke Gezondheid, waarin staat dat advies gevraagd wordt aan de GGD voordat besluiten worden genomen die belangrijke gevolgen kunnen hebben voor de publieke gezondheidszorg.

Thema's GALA

Gemeente Rhenen heeft gekozen om een plan van aanpak 2024-2026 op te stellen voor alle thema's uit het Gezond en Actief Leven Akkoord:

- a) terugdringen gezondheidsachterstanden, waaronder een kansrijke start voor kinderen;
- b) gezonde fysieke leefomgeving;
- c) versterken van de sociale basis, waaronder mantelzorg, één tegen eenzaamheid en welzijn op recept;
- d) een gezonde leefstijl, waaronder de aanpak van overgewicht en obesitas, vroegsignalering middelengebruik;
- e) versterken mentale gezondheid;
- f) vitaal ouder worden, waaronder valpreventie;
- g) versterking kennis- en adviesfunctie GGD en regionale aanpak preventie.

In dit plan staat per onderwerp wat de belangrijkste cijfers en doelen zijn, wat we al doen, wat we willen verbeteren en wie er meewerken. We letten ook op verschillen tussen Rhenen, Achterberg en Elst als dat nodig is. De cijfers komen uit de [Trendrapportage visie sociaal Rhenen](#) en de [GGD buurtmonitor](#).

Algemeen beeld gezondheid inwoners

De mensen in Rhenen zijn meestal net zo gezond als in Regio Utrecht, maar er zijn een paar verschillen.

- Er wonen iets meer 65-plussers en iets minder volwassenen tussen de 18 en 64 jaar in Rhenen. Gezinnen in Rhenen zijn gemiddeld iets groter. Er zijn minder eenoudergezinnen en mensen die alleen wonen.
- Ongeveer 30% van de inwoners is lager opgeleid. Dit is een hoger percentage dan de provincie Utrecht. Maar er zijn minder mensen die moeite hebben met lezen en schrijven.
- Inwoners van Rhenen bewegen en sporten minder dan in de regio. Ruim vier op de 10 van de volwassenen en oudere mensen beweegt genoeg, en de helft doet wekelijks aan sport. In de regio Utrecht beweegt 51% van de inwoners genoeg.
- In Rhenen is meer dan de helft (54%) van de volwassenen (18-plussers) te zwaar ten opzichte van 45% in de regio Utrecht. Bijna 1 op de 6 heeft obesitas. Bij kinderen is het deel dat overgewicht heeft het grootst onder 13-14 jarigen (18%). Van de jongvolwassenen (16-25 jaar) heeft bijna een derde overgewicht (32%).

1 Sport, bewegen en cultuur

Ruim vier op de 10 van de volwassenen (18+) in Rhenen beweegt genoeg (41%) en de helft sport wekelijks (50%). Dat is iets minder dan in de regio, (respectievelijk 51% en 60%). Ruim 8 op de 10 (82%) 10-11-jarigen en 2 op de 3 (66%) 13-17-jarigen sporten elke week. Ook hier doen iets meer kinderen dat in de regio (93% en 77%). Twee derde (66%) van de jongeren in Rhenen sport wekelijks bij een sportclub of sportschool.

Rhenen heeft een rijk verenigingsleven. Er zijn zo'n 35 sportclubs in de gemeente die inwoners helpen om in beweging te blijven. Sportorganisaties, buurtsportcoaches en de cultuurcoach organiseren vaak dingen samen voor verschillende groepen inwoners

Gemeente Rhenen streeft naar een actieve en beweegvriendelijke omgeving waarin inwoners van alle leeftijden kunnen genieten van bewegen, sport en cultuur. Er zijn diverse initiatieven en samenwerkingsverbanden om dit doel te bereiken. Rhenen heeft een lokaal Sportakkoord en een lokaal Preventie-akkoord.

1.1 Het lokaal Sportakkoord

Het Sport- en beweegakkoord Rhenen 2019-2021 is in 2023 geactualiseerd. Landelijke ambities voor 2023-2026 zijn:

- Het fundament op orde: voorwaarden verbeteren om te kunnen sporten en daar plezier aan te beleven. Denk hierbij aan veiligheid, kwaliteit en toegankelijkheid. Onder fundament worden de mensen, organisaties, cultuur (waarden en normen) en materiële voorzieningen in de sport verstaan.
- Een groter bereik: meer (potentiële) sporters, toeschouwers en vrijwilligers met de inzet bereiken, waarbij kansengelijkheid wordt nagestreefd: een inclusieve sector waarin niemand drempels voelt om te (blijven) genieten van sport en sportevenementen.
- Rhenen zet daarbij in op het vergroten van het aantal mensen dat in beweging wordt gebracht. Het gaat hierbij om het aanspreken van nieuwe doelgroepen en groepen mensen die te weinig sporten en bewegen (*).
- Meer (zichtbare) betekenis: de waarde van (top)sport en sportief bewegen voor de hele maatschappij laten zien. Sporten geeft niet alleen energie, plezier, inspiratie en zingeving, maar levert ook het tegengaan van eenzaamheid en kansengelijkheid en het bevorderen van gezondheid. Rhenen zet daarbij vooral in op het versterken van de verbinding tussen bewegen en sport, gezondheid, zorg, welzijn, onderwijs, cultuur.

De lokale opgaven uit Sportakkoord II voor de komende jaren zijn:

- Inclusie en diversiteit;
- Sociaal veilige sport;
- Vitale sportaanbieders;
- Vaardig in bewegen;
- Ruimte voor sport en bewegen;
- Maatschappelijke waarde van topsport.

*Uit risicogroepenanalyse van de GGD blijkt dat onder jongeren minder meisjes en minder jongeren van VMBO en Havo dagelijks minstens een uur bewegen. Minder meisjes, minder jongeren van VMBO en Havo, minder jongeren met een (niet-)Westerse migratieachtergrond en minder jongeren uit dubbele gezinssituatie en eenoudergezin sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool (tov jongens, jongeren op VWO, jongeren met een Nederlandse achtergrond en jongeren uit volledige gezinnen). Hier zitten mogelijk nieuwe doelgroepen bij.

Uitvoering en samenwerking

Er is een lokale kerngroep sportakkoord. We werken samen met sportclubs, scholen, zorgorganisaties, Sportservice Rhenen. Er zijn al ongeveer 17 projecten uitgevoerd binnen dit akkoord. We houden rekening met de verschillende kenmerken en behoeftes in Rhenen, Achterberg en Elst bij de uitvoering.

Voorbeelden van activiteiten:

- Aangepaste sport: Speciale sportactiviteiten voor mensen met beperkingen en ouderen, zoals 'Bewegen vanuit de stoel' en 'Walking voetbal'
- Samenwerking zorg en sport: wandelgroepen waar patiënten via het Gezondheidscentrum begeleiding krijgen van fysiotherapeuten en Sportservice Rhenen
- Kinderen in beweging: Programma's SAM Multisport en weerbaarheidstraining
- Beweegroutes om beweging in de buitenlucht te bevorderen

Nieuwe ontwikkelingen in Rhenen:

- Beleidskader Sportaccommodaties voor bestuurlijke keuzes over investeringen
- Meer samenwerking tussen buurtsportcoaches, cultuurcoach, jongerenwerkers en welzijnswerkers.
- Onderzoek naar lokaal sportplatform voor betere samenwerking en belangenbehartiging.
- Verbetering van clubondersteuning via één loket en gesprekken met lokale clubondersteuners en adviseurs.

1.2 Het lokaal Preventie-akkoord

Rhenen heeft een Preventieakkoord Rhenen-Achterberg-Elst met ambities gericht op het verbeteren van de mentale gezondheid, gezond gewicht, online veiligheid (sociale media) en het verminderen van eenzaamheid en alcohol- en drugsgebruik.

Bij de uitvoering en samenwerking zijn betrokken: sportclubs, scholen, kerken, zorgorganisaties, Mozaïek jongerenwerk, Welzijn Rivierstroom, Sportservice Rhenen, buurtsportcoaches en cultuurcoach. Diverse projecten en activiteiten zijn uitgevoerd, zoals gezonde kookclubs voor kinderen, aangepaste beweegactiviteiten voor ouderen en voorlichting over gezonde leefstijl.

1.3 Brede Regeling Combinatiefuncties

Sportservice Rhenen heeft de volgende plannen voor 2023:

- Gezondheid & Sociaal: Zorgen dat alle mensen in Rhenen gezond blijven of gezonder worden. Sport helpt hierbij, niet alleen voor het lichaam maar ook voor hoe we ons voelen en hoe we meedoen in het leven.
- Openbare ruimte & Buurt: Zorgen dat iedereen buiten kan bewegen, en dat het fijn is om samen te sporten en bewegen. Mensen voelen zich betrokken bij hun buurt en doen mee.
- Onderwijs: Zorgen dat kinderen meer en beter bewegen op school. We testen hoe goed ze bewegen en helpen als dat nodig is.
- Sport: Sterke verenigingen en sportgroepen maken door ze te helpen en te verbinden. Ook willen we dat de gemeente sport en bewegen belangrijk vindt.
- Evenementen: Leuke sportevenementen voor verschillende groepen mensen. We werken samen met lokale partners.

Uitvoering en samenwerking

We willen dat inwoners meer gaan bewegen in hun dagelijks leven. Er is hulp in Rhenen om dat makkelijker te maken. In Rhenen zijn drie buurtsportcoaches van Sportservice Rhenen en één cultuurcoach actief. Ze zorgen voor meer sport-, beweeg- en cultuuraanbod en helpen inwoners om daarnaartoe te gaan. Buurtsportcoaches zijn actief:

- Op scholen: bijvoorbeeld Leren met bewegen
- In de buurt: bijvoorbeeld Beweegroute en activiteiten voor jongeren
- Voor iedereen: met bijvoorbeeld Fitadvies en Rhenen Vitaal voor 55-plussers
- Bij Evenementen: (bijvoorbeeld de Sportweek).

De cultuurcoach organiseert bijvoorbeeld:

- Kleurrijk op Zaterdag: Elke week een feestje op straat met cultuur.
- Cultureel café: Soms komen mensen bij elkaar om te praten over cultuur.
- Kunst op straat: kunstwerken of evenementen in Rhenen.

Samen met sport- en cultuurclubs organiseren de buurtsportcoaches en de cultuurcoach jaarlijks de Olympiade voor kinderen van alle basisscholen in Rhenen. Zie ook [SAM School Olympiade - Sportservice De Vallei | Rhenen \(sportservice-rhenen.nl\)](https://www.sportservice-rhenen.nl)

2. Gezondheid en sociale basis

2.1 Terugdringen gezondheidsachterstanden

De sociaaleconomische status in Rhenen is iets hoger dan het landelijk gemiddelde. Dit is gebaseerd op de financiële welvaart, het opleidingsniveau en recent arbeidsverleden van de inwoners. Op wijkniveau varieert deze van laag (-0.06) naar hoog (0,38). Meer inwoners van de gemeente Rhenen hebben een lager opleidingsniveau dan gemiddeld in de regio, maar laaggeletterdheid komt hier minder voor. In Rhenen hebben 10% van de inwoners een inkomen onder het sociaal minimum, dit is minder dan het landelijke cijfer van 13%. Volgens de Monitor Volwassenen van de GGD 2022 heeft van de inwoners van 18 t/m 64 jaar 16% enige tot grote moeite met rondkomen. Onder de ouderen (65-plus) speelt dit bij 8%. Dit is vergelijkbaar met de regio.

Een deel van de inwoners waarover we ons zorgen maken over gezondheidsachterstanden heeft te maken met armoede/laag inkomen. Het terugdringen van gezondheidsachterstanden bij deze inwoners is complex en wordt beïnvloed door een groot aantal factoren, waaronder de gevolgen van stress door financiële zorgen, maar ook de omgeving of veiligheid. Een integrale aanpak is van belang. Bij alle projecten of activiteiten voor deze doelgroep toetsen we of het project of de activiteit voldoende is afgestemd op de leefwereld van deze inwoners en blijkt geeft van kennis over armoede en de gevolgen van armoede op het functioneren.

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- De gemeente ontwikkelt een lokale aanpak voor het terugdringen van gezondheidsachterstanden om kwetsbare groepen te bereiken, waarbij ook wordt gekeken naar de interactie met andere beleidsterreinen. Uitgangspunt is een brede, domein overstijgende aanpak, onder andere langs de volgende sporen:
 - goed toegankelijk (preventie- en zorg)aanbod in de wijk;
 - stimuleren van gezond gedrag en gezondheidsvaardigheden;
 - zorgen voor een gezonde leefomgeving en sociale omgeving;
 - stimuleren dat mensen actief mee kunnen doen aan de maatschappij.
- De gemeente biedt gelijke gezondheidskansen en past differentiatie toe bij interventies, toegespitst op (wijken met) mensen met gezondheidsachterstanden.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

We vergroten de kansen voor kwetsbare groepen door het direct of indirect terugdringen van gezondheidsachterstanden. **Dit doen we door:**

- Meer aandacht te hebben voor sport- en cultuurdeelname, met nadruk op plezier en sociaal contact.
- Financiële en andere ondersteuning te bieden, zoals het Jeugdfonds voor Sport en Cultuur.
- Actief te zoeken naar woonvormen voor ouderen en kwetsbaren.
- Betaalbare woningen en flexwoningen te bouwen.

Uitvoering en samenwerking

De gemeente Rhenen zet zich volop in om kwetsbare groepen te ondersteunen en hun betrokkenheid te vergroten. Dit wordt gerealiseerd via diverse strategieën, gericht op sport, cultuur, financiële hulp en gezondheid. Dit pakken we op diverse manieren aan:

- Het sport- en beweegaanbod wordt uitgebreid om activiteiten te bieden die aansluiten bij de behoeften van kwetsbare groepen, zoals vastgesteld in het Sport- en beweegakkoord van Rhenen (2019-2021).
- We werken aan het overzichtelijker maken van beschikbare regelingen. We leggen nadruk op het ondersteunen en bemiddelen van kwetsbare inwoners, bijvoorbeeld via projecten zoals Maatjesprojecten. Het Jeugdfonds Sport en Cultuur voert een pilot uit waarbij de beperking op vergoedingen wordt losgelaten. Het budget voor ondersteuning van mensen met beperkingen is vaak ontoereikend gezien de hogere kosten. In samenwerking met

sportverenigingen wordt gezocht naar haalbare oplossingen om sporten voor mensen met een beperkte financiële situatie en beperkingen toegankelijk te maken.

- De Cunerapas wordt benut om het gebruik van cultuuraanbod te stimuleren, naast andere doelen.
- Actieve ondersteuning wordt geboden aan inwoners met beginnende financiële problemen, zoals vermeld in het Bestuursprogramma.
- Er wordt extra nadruk gelegd op preventie en gezondheid, met outreachend werk in Rhenen en delen van Elst. Hierbij wordt bijvoorbeeld een sociaal makelaar ingezet, die zichtbaar is in de buurt en samenwerkt met inwoners om de toegang tot laagdrempelige voorzieningen in wijken en kernen te verbeteren.

2.2 Kansrijke start

De geboortecijfers in de gemeente Rhenen zijn gunstig vergeleken met de regio. Zo start 81% van de zwangere vrouwen in Rhenen op tijd met zwangerschapsbegeleiding, terwijl dit in de regio 76% is. Problemen zoals te vroeg geboren baby's of een laag geboortegewicht komen minder voor in Rhenen (115 op 1000 geboorten) vergeleken met de regio (142 op 1000 geboorten). Helaas is het sterftecijfer rond de geboorte iets hoger in Rhenen (7,3 op 1000 geboorten) vergeleken met de regio (4,5 op 1000 geboorten).

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- De gemeente heeft een lokale ketenaanpak Kansrijke Start inclusief interventies en maakt samenwerkingsafspraken met partners rond de eerste 1000 dagen van een kind.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

Gemeente Rhenen werkt sinds 2019 aan Kansrijke Start, maar dit is nog niet helemaal vastgelegd in een officieel plan. We gaan verder samenwerken met verschillende partijen, zoals de GGD, de geboortezorg, en instanties die zich bezighouden met kwetsbare gezinnen, om de Kansrijke Start beter vorm te geven.

Uitvoering en samenwerking

- Er is een overleg voor kinderen van -9 tot 4 jaar, waarin mensen met verschillende beroepen samenwerken (zoals CJG-medewerkers, GGD, verloskundigen, kraamzorg, kinderopvang en de gemeente) om zorg en ondersteuning voor kwetsbare zwangere vrouwen en gezinnen beter op elkaar af te stemmen.
- Samen met andere gemeenten gaat Rhenen meedoen aan het programma Nu niet Zwanger Dit programma is officieel erkend als goed onderbouwd.
- Er is een bezoek aan huis beschikbaar voor kwetsbare gezinnen voordat de baby wordt geboren.
- De bibliotheek biedt hulp aan mensen die moeite hebben met lezen en schrijven, en er worden programma's uitgevoerd om kinderen al vroeg voor te bereiden op school (VVE).

In de komende jaren gaan we werken aan het versterken van bestaande diensten en waar mogelijk nieuwe diensten toevoegen. Denk bijvoorbeeld aan meer activiteiten voor jonge ouders (zoals ouder-kind-café's en Centering Parenting) en beter rekening houden met verschillende culturen.

2.3 Het versterken van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid

Volgens de Jeugdmonitor van de GGD 2021 heeft in Rhenen 23% van de jongeren lichte tot ernstige psychische klachten en 25% in de regio.

Uit de Monitor Jongvolwassenen 2022 van de GGD blijkt dat 47% van de jongvolwassenen lichte tot ernstige psychische klachten heeft (51% in de regio).

De Monitor Volwassenen en Ouderen van de GGD 2022 laat zien dat 18% van de volwassenen (18+) in Rhenen (heel) veel stress heeft en ongeveer 6% heeft een hoog risico op angststoornissen of depressieklachten. Deze cijfers zijn vergelijkbaar met die in de regio.

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- De gemeente integreert mentale gezondheid in de bredere aanpak gezondheid/preventie, waardoor:
 - het voor alle inwoners gebruikelijker is om te praten over hun mentale gezondheid;
 - alle inwoners beter weten waar ze laagdrempelige ondersteuning kunnen vinden;
 - alle inwoners weten welke handvatten er zijn om met hun mentale gezondheid aan de slag te gaan.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

De gemeente Rhenen heeft mentale gezondheid hoog op de agenda staan, vooral door het groeiend aantal jongeren met mentale problemen. We willen:

- De mentale gezondheid van jongeren, volwassenen en ouderen verbeteren.
- Preventief werken aan de mentale weerbaarheid van jongeren, in samenwerking met CJG (Centrum voor Jeugd en Gezin) en jongerenwerk.
- Het gesprek over mentale en fysieke gezondheid stimuleren via een positieve benadering.
- Een gezonde en veilige opgroeiplek bieden voor kinderen en jongeren in verschillende leefwerelden: thuis, school, vrije tijd en online.
- Vroegtijdige ondersteuning bieden aan kinderen en jongeren die problemen ervaren in een van deze leefwerelden, via CJG, jongerenwerk en school.

Uitvoering en samenwerking

Samen met onze partners werken we hard aan het versterken van de mentale gezondheid van al onze inwoners, vooral onze jongeren.

- Ons jongerenwerk speelt een belangrijke rol door individuele coaching en voorlichting over risico's.
- We willen de mentale weerbaarheid via onze sportverenigingen vergroten, onder andere door vertrouwenspersonen beschikbaar te stellen.
- We willen het thema mentale gezondheid bespreekbaar maken via bijeenkomsten en activiteiten bij verschillende maatschappelijke organisaties, zoals sportclubs en buurthuizen.
- We streven naar toegankelijke digitale hulp voor mentale gezondheid, zoals via 'De Landelijke Luisterlijn'.

In de periode van 2023 tot 2026 zullen we ons bestaande aanbod verder versterken en mogelijk nieuw aanbod ontwikkelen. Zo willen we bijvoorbeeld ouderen en jongeren samenbrengen in activiteiten, zoals een klussendienst of kookproject. Samen werken we aan een mentaal gezondere en veerkrachtigere samenleving.

2.4 Aanpak overgewicht en obesitas

In Rhenen zien we dat meer dan de helft (54%) van de volwassenen (18+) te maken heeft met overgewicht of obesitas, waarvan 16% zelfs obesitas heeft. Deze cijfers zijn iets lager in de regio, met respectievelijk 45% en 13%. Bij de oudere generatie (65+) heeft 58% overgewicht of obesitas en 15% kampt met obesitas.

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- Voor kinderen en volwassenen met overgewicht of obesitas is passende ondersteuning, begeleiding en zorg toegankelijk.
- Er zijn samenwerkingsafspraken tussen gemeente, zorgverzekeraars en zorgaanbieders gemaakt.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

- We streven ernaar dat mensen vooral gezonde voeding kiezen.
- Kinderen en jongeren worden gestimuleerd om veel te bewegen, zowel thuis, op school, bij de kinderopvang als bij de sportvereniging. Ook volwassenen worden aangemoedigd om meer te bewegen en gezondere keuzes te maken, bijvoorbeeld door vaker de fiets te gebruiken.

Uitvoering en samenwerking:

- Verschillende organisaties bundelen hun krachten om een gezond gewicht en levensstijl te bevorderen voor kinderen, jongeren en volwassenen.
- De Gezonde Schooladviseur voorziet basisscholen en VMBO-scholen van advies en voorlichting. Sommige scholen in Rhenen hebben het Gezonde School vignet, wat onder andere betrekking heeft op sport en beweging.
- Scholen en maatschappelijke organisaties zetten in op gezonde voeding, vaak in samenwerking met lokale ondernemers. Dit varieert van een gezonde kantine tot het aanbieden van gratis fruit op evenementen en het organiseren van gezonde kookworkshops voor kinderen.
- Vanaf eind 2023 biedt Sportservice in samenwerking met huisartsen de Gecombineerde Leefstijlinterventie Cool aan, gericht op volwassenen met overgewicht. Deze interventie wordt vergoed door de zorgverzekering en richt zich op leefstijlverandering.
- De gemeente Rhenen sluit aan bij het GO!-programma voor coaching van kinderen met overgewicht, aangeboden door Sportservice Rhenen.
- Sportservice Rhenen en zorgprofessionals bieden gezamenlijk beweegprogramma's aan, met de mogelijkheid van gezondheidstesten. Er is ook een aangepast beweegprogramma voor mensen met specifieke gezondheidsuitdagingen.
- Welzijnswerk zet in op samenwerking met de zorgsector en biedt preventieve gezondheidschecks, beweegactiviteiten en gezonde kookworkshops aan voor kinderen.

2.5 Vitaal ouder worden en valpreventie

Volgens de GGD Monitor 2020 ervaart in Rhenen 7% van de ouderen ernstige beperkingen door gezondheidsproblemen. Dit is in lijn met de regio. Meer dan één op de drie (38%) van de ouderen in Rhenen is in het afgelopen jaar gevallen. Van deze gevallen vond één derde binnenshuis plaats en de overige twee derde buitenshuis. Het aantal vallen wat leidt tot een ziekenhuisopname is vergelijkbaar met de regio (171 van de 10.000 vallen).

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- De gemeente brengt praktijkvoorbeelden van de wijze waarop artikel 5a van de Wpg wordt ingevuld in kaart en draagt zorg voor de verspreiding van goede voorbeelden.
- De gemeente draagt bij aan de agendering van gezonde voeding en ondervoeding bij ouderen door hier aandacht voor te hebben in de lokale nota gezondheidsbeleid of in het lokale preventieakkoord, of door het thema ondervoeding te agenderen in regionale overleggen over (kwetsbare) ouderen waar zij bij aansluiten.
- Om te stimuleren dat toegangsmedewerkers in het sociaal domein aandacht besteden aan een gezond voedingspatroon en het signaleren van ondervoeding bij ouderen, vraagt de gemeente hier in de afspraken met aanbieders in het sociaal domein aandacht voor.
- De gemeente draagt bij aan de bewustwording bij ouderen en hun mantelzorgers op het thema gezonde voeding, bijvoorbeeld door de inzet van de interventie 'Goed gevoed ouder worden' en het organiseren van buurttafels waar gezamenlijk gegeten wordt of informatiebijeenkomsten op dit thema.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

Rhenen heeft een ruim aanbod voor ouderen, zoals vastgelegd in de Nota 'Een inventarisatie van wat de gemeente Rhenen voor haar oudere inwoners doet' uit 2020.

- We hebben nog geen breed programmatisch aanbod van erkende preventies zoals de cursus "Vallen Verleden Tijd" Maar hier is wel behoefte aan. Bovendien hebben gemeenten de taak gekregen om de Ketenaanpak Valpreventie in te richten voor inwoners van 65 jaar en ouderen met een verhoogd valrisico. Dit is vastgelegd in het GALA en het IZA.
- De buurt-sportcoaches werken samen met sportclubs en zorgverleners, zoals fysiotherapeuten, om beweegactiviteiten voor ouderen te regelen. Denk aan wandelgroepen, aangepaste sporten bij verschillende clubs, een beweegroute, en bewegingen voor ouderen die minder goed kunnen bewegen en dansgroep voor ouderen.
- Adviseurs voor senioren gaan op huisbezoek bij mensen van 75 jaar en ouder. Ze kijken ook naar hoe comfortabel iemand woont en of er problemen zijn, en ze geven een signaal als dat nodig is.
- In buurthuizen en bij welzijnsorganisaties is er van alles te doen voor ouderen, zoals koffiedrinken, taalclubs, biljarten en bridgen.
- We willen graag samenwerken met een deskundige op het gebied van gezond eten om kookworkshops te organiseren voor ouderen, zodat ze leren hoe ze gezond kunnen eten.

2.6 Een gezonde fysieke leefomgeving

In Rhenen is voor 99% van de inwoners het groen in de buurt voldoende. Wel merken we dat een vergelijkbaar aantal huishoudens als in de regio (tussen de 10 en 15%) problemen heeft met ventilatie en koeling in huis tijdens warm weer.

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- Bij besluitvorming over de fysieke leefomgeving (zoals in omgevingsplannen) wordt gezondheidskennis toegepast. Die kennis gaat over gezondheidsbevordering én over gezondheidsbescherming.
- De gemeente zet in op meer kennis en maatregelen om (kwetsbare) mensen zo goed mogelijk te beschermen tegen hitte, allergieën, infectieziekten en uv-straling

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

In ons plan voor de toekomst van Rhenen (Visie op Rhenen 2035) hebben we doelen voor een gezonde omgeving:

- Onze omgeving nodigt uit om buiten te zijn, te bewegen en anderen te ontmoeten, voor jong en oud. Wandelen, sporten en spelen dragen bij aan onze gezondheid.
- Bij het plannen van wegen en verkeer houden we rekening met hoe gezond het is. We kijken naar geluid, schone lucht en veiligheid. We willen mensen aanmoedigen om te lopen en te fietsen door betere fietspaden.

Uitvoering en samenwerking

We hebben plannen om onze omgeving groener te maken, zoals beschreven in ons 'Groen beleidsplan 2023-2028'. We willen meer natuur in de stad. We kijken naar plekken waar het erg warm wordt of waar wateroverlast is bij slecht weer. In 2024-2025 maken we een plan voor ontmoeting, spelen, bewegen en sporten in de buitenlucht. We betrekken inwoners vroeg bij het maken van plannen voor de omgeving. Veel activiteiten zijn gericht op een gezonde en groene omgeving:

- Onze groene omgeving in Rhenen is perfect om te bewegen en te ontspannen. Er zijn wandel-, fiets- en mountainbikeroutes aangelegd. De Grift is goed voor kanotochten. We verbeteren bestaande routes met bankjes en voegen nieuwe toe. We maken het ook aantrekkelijker om buiten te bewegen, met bijvoorbeeld voetbalkooien en sporttoestellen, zelfs speciaal voor ouderen.

- We hebben energiemaatjes die in wijken met minder geld op bezoek gaan. Zo kunnen ook mensen met minder geld hun huis gezonder maken (en besparen op kosten). Dit doen we samen met stichting Hulpmaatje Rhenen.

2.7 OKO en vroeg signalering alcoholproblematiek

In Rhenen worden inspanningen geleverd om de gezondheid en het welzijn van zowel jongeren als volwassenen te bevorderen.

- Uit de Monitor Jeugd van de GGD 2021 blijkt dat 31% van de jongeren ooit alcohol heeft gedronken, 30% heeft de laatste 4 weken alcohol gedronken. Regionaal is dit lager met 26% respectievelijk 25%.
- Volgens de Monitor Jeugd van de GGD heeft 11% van de jongeren ooit gerookt, 7% rookt wekelijks, 5% rookt dagelijks. Dit is gestegen sinds 2015, terwijl op regioniveau een daling is te zien.
- Ongeveer een kwart van de jongeren speelt dagelijks games.
- Een klein percentage, namelijk 9%, heeft een risico op problematisch sociaal mediagebruik, en 2% vertoont mogelijk problematisch gamegedrag.
- Volgens de GGD Monitor rookt meer dan 15% van de volwassenen (18+). De helft houdt zich aan de aanbevolen alcoholrichtlijnen.
- Dertien procent van de volwassenen (18+) drinkt overmatig, en 5% drinkt zwaar. Dit komt overeen met de regio.

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- Er wordt actief ingezet op het voorkomen van het gebruik van alcohol, tabak en drugs door jongeren.
- Er is netwerksamenwerking voor vroegsignalering alcoholproblematiek.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

- We streven naar een gezonde omgeving waarin gezonde keuzes gemakkelijker zijn wat betreft voeding, alcoholgebruik en roken.
- Sportaanbieders worden ondersteund om een voorbeeldrol aan te nemen in het tegengaan van alcohol- en drugsgebruik.
- Het doel is om actief te voorkomen dat jongeren alcohol, tabak en drugs gaan gebruiken. Er wordt samengewerkt om vroegtijdig signalen van alcoholproblemen te herkennen.

Samenwerking en uitvoering

- Buurtgerichte werkgroepen, bestaande uit partners in het preventieakkoord, zijn actief in het uitvoeren van het beleid. Kerken spelen hierbij een belangrijke rol, onder andere in alcohol- en drugspreventie en het omgaan met sociale media.
- Een Preventieve Aanpak wordt per buurt ingezet om alcohol- en drugsgebruik te voorkomen. Voorlichting wordt gegeven op scholen, sportverenigingen en kerken, en er is online informatie voor ouders en jongeren.
- We streven naar een rookvrije omgeving en bevorderen gezonde keuzes op gebied van voeding en roken.
- Sportaanbieders worden ondersteund om een voorbeeldrol aan te nemen in het tegengaan van alcohol- en drugsgebruik.
- Preventiewerkers werken samen met ouders wanneer er zorgen zijn over alcohol-, drugs- of ongewenst gedrag. Daarnaast zetten we energiemaatjes in om kwetsbare doelgroepen te helpen met een gezonder binnenklimaat in huis.

2.8 Versterken sociale basis

In Rhenen streven we ernaar om een sterke en levendige samenleving te creëren waarin iedereen kan deelnemen en meedoen. Hier zijn enkele feiten en doelen die ons richting geven:

De leefbaarheid in Rhenen wordt gemeten met de leefbaarheidsmonitor. Hierbij scoort Rhenen met 0,02 rond het landelijke gemiddelde van 0. Dit instrument geeft inzicht in diversiteit, sociale samenhang, bevolkingsgroei en meer (bron: GGD buurtmonitor).

- Bij volwassenen (18-64 jaar) geeft 78% aan een goede gezondheid te ervaren, terwijl bij 65-plussers dit percentage op 65% ligt.
- Vrijwilligerswerk is belangrijk in Rhenen, waarbij één op de drie inwoners actief als vrijwilliger bijdraagt. Dit ligt 7% hoger dan in de bredere Utrechtse regio (27%).
- Jongerenwerk bereikt 23% van de doelgroep, wat een positief resultaat is. (Bron: Rapportage Jongerenwerk Rhenen 2022).

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- De gemeente faciliteert een sterke lokale sociale basis met een sterke sociale samenhang en laagdrempelige toegankelijke voorzieningen waar mensen op elkaar kunnen terugvallen en meedoen in de samenleving.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

- De gemeente streeft naar gelijke kansen voor iedereen, een stevige sociale basis in alle wijken en toegankelijke en betaalbare zorg op maat. Extra aandacht gaat uit naar wijken waar leefbaarheid extra aandacht nodig heeft. Bron: Bestuursprogramma 2022.
- Onze ambitie is om een actieve, gezonde, veilige en betrokken samenleving te creëren waarin iedereen dezelfde kansen heeft. Preventie is belangrijk en we vertrouwen op de kracht van onze inwoners, waardoor zorg en ondersteuning beschikbaar en betaalbaar blijven voor degenen die het nodig hebben. Bron: Visie Sociaal Rhenen, 2023.

Uitvoering en Samenwerking

Samen met welzijnsorganisaties, jongerenwerk en partners zoals zorgverleners, de gemeente en zorgverzekeraars, biedt Rhenen een breed aantal diensten om de sociale basis van haar inwoners te versterken. Dit alles draagt bij aan het creëren van een sterke, hechte samenleving waarin iedereen kan deelnemen:

- Buurtgarage biedt activiteiten zoals kookworkshops en koffiemomenten voor volwassenen en oudere
- Verenigingsondersteuning
- Opbouwwerk en welzijnsactiviteiten
- Werkplaats de Steiger
- Talenhouse voor jongeren
- Bibliotheek-Taalhuis biedt informele ondersteuning voor taalvaardigheid, zelfredzaamheid en digitale vaardigheden
- Jobhulpmaatje ondersteunt werkzoekenden individueel en in groepen
- Netwerk en taalmaatjes voor nieuwkomers
- Schuldhulpmaatje
- Netwerk informele zorg

2.9 Mantelzorg

In Rhenen zijn we actief bezig met ondersteuning voor mantelzorgers. Onze gemeente telt iets meer jonge mantelzorgers (14%) dan het omliggende gebied (12%). Van de volwassenen (18+) biedt 16% mantelzorg (13% in de regio). In Rhenen zijn we actief bezig met ondersteuning voor mantelzorgers.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

Gemeente Rhenen is al langere tijd betrokken bij mantelzorgondersteuning. We hebben beleidsdocumenten zoals de 'Nota Mantelzorgondersteuning', de 'Beleidsregel Huishoudelijke ondersteuning voor mantelzorgers en respijtzorg aan huis' en de 'Beleidsregel Premantelzorgwoningen'. In 2023 beginnen we met de evaluatie van ons beleid.

Onze uitgangspunten:

- We erkennen, respecteren en waarderen mantelzorgers.
- De keuze en beslissingen van de mantelzorger (in relatie tot de zorgvrager) staan voorop.
- Mantelzorg kan nooit worden opgelegd door de gemeente.
- Onze ondersteuning versterkt de kracht van zowel mantelzorgers als degenen voor wie ze zorgen.
- We streven naar balans in het leven van mantelzorgers om overbelasting te voorkomen.
- We werken samen met organisaties en inwoners om ons mantelzorgbeleid vorm te geven en uit te voeren.

Uitvoering en samenwerking

We ondersteunen, organiseren en faciliteren onze inwoners op een toegankelijke manier, omdat veel mantelzorgers zichzelf niet zo zien. Dit gebeurt via ontmoetingsplekken zoals mantelzorgcafés en knooppunten. We zijn zichtbaar op plaatsen zoals huisartspraktijken, apotheken, zorgcentra en ziekenhuizen. Ook bereiken we mantelzorgers op hun dagelijkse plekken zoals werk, buurtcentra, bibliotheken, scholen, sportclubs en kinderopvang.

- Jaarlijkse bijeenkomsten en trainingen voor professionals en vrijwilligers om netwerken te versterken.
- Het verschaffen van nuttige informatie en contactgegevens voor mantelzorgers.
- Nazorg voor ex-mantelzorgers en speciale ondersteuning voor jonge mantelzorgers.
- We moeten reageren op de verwachte groei van thuiswonende ouderen met gezondheidsproblemen en het groeiende personeelstekort in de zorg. Dit vraagt om meer mantelzorgers en vrijwilligers.

In Rhenen bewegen we samen richting een toekomst waarin mantelzorgers krachtig ondersteund worden en waar we klaarstaan voor uitdagingen die op ons pad komen.

2.10 Eén tegen Eenzaamheid

In Rhenen vinden we het belangrijk om eenzaamheid aan te pakken en verbondenheid te vergroten.

Wat staat er in het Gezond en Actief Leven Akkoord?

- De gemeente zet in op een lokale aanpak eenzaamheid langs de vijf pijlers: bestuurlijk commitment, een sterk netwerk creëren, mensen met gevoelens van eenzaamheid zelf betrekken, aan een duurzame aanpak werken en monitoring en evaluatie organiseren.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

In het Preventieakkoord hebben we expliciete doelen gesteld voor mentale gezondheid en eenzaamheid: we willen eenzaamheid verminderen onder jongeren, volwassenen en ouderen. We richten ons op het bevorderen van ontmoeting en deelname aan activiteiten. Onze focus ligt op het versterken van verbinding tussen mensen en groepen.

Hoewel we momenteel geen specifiek programma hebben genaamd 'Eén tegen eenzaamheid', blijven we niet stilzitten. We stimuleren ontmoeting en deelname van inwoners. In 2023-2024 onderzoeken we of aansluiten bij het landelijke actieprogramma 'Eén tegen eenzaamheid' voor ons waardevol is.

Uitvoering en samenwerking

Samen met welzijnsorganisaties, Sportservice Rhenen, sport- en cultuurverenigingen en jongerenwerk werken we aan verbinding. Enkele voorbeelden:

- We hebben een mobiel koffie- en theehuisje dat door verschillende organisaties wordt gebruikt. Het doel is ontmoetingen te faciliteren, eenzaamheid te verminderen en mensen door te verwijzen naar plekken waar ze hulp kunnen krijgen.
- We breiden het informele zorgnetwerk uit om eenzaamheid in verschillende bevolkingsgroepen te begrijpen.
- We creëren een plek voor jongeren om elkaar te ontmoeten en activiteiten te organiseren.
- Het Talenthouse organiseert activiteiten voor jongeren, speciaal voor groepen zoals jonge mantelzorgers.
- We versterken buurthuis kamers voor activiteiten en ontmoetingen.
- Cultuur en beleid werken samen om jongeren bij cultuur te betrekken en onderlinge banden te versterken.
- We hebben maatjesprojecten op maat, onder andere via Humanitas.
- Ons gezamenlijke doel van welzijn, sport en gezondheid is het bestrijden van eenzaamheid.
- We werken aan een gemeenschappelijke kalender met laagdrempelige activiteiten en gebruiken verschillende communicatiemiddelen om mensen te bereiken.

In Rhenen zijn we actief bezig om eenzaamheid te verminderen en het gevoel van verbondenheid te vergroten, omdat we geloven in een samenleving waarin niemand zich alleen hoeft te voelen.

2.11 Welzijn op recept

In Rhenen maken 18% van de huishoudens gebruik van hulp in het sociale domein. Ongeveer 5% van de ouderen en 2% van de volwassenen krijgt in een jaar ondersteuning via een sociaal wijkteam.

Welzijn op Recept is een nieuwe aanpak voor mensen met psychosociale klachten. In plaats van een medisch recept, stuurt de huisarts patiënten naar een welzijnscoach. Samen met de cliënt zoekt de welzijnscoach naar persoonlijke behoeften en mogelijkheden.

In Rhenen wordt Welzijn op Recept niet direct toegepast, maar we werken al geruime tijd met lokale welzijnsconsulenten en speciaal voor ouderen met seniorenadviseurs.

In de komende jaren bouwen we verder aan Welzijn op Recept. We laten ons daarbij inspireren door de handreiking Welzijn op Recept en de regionale aanpak.

Hoe gaat gemeente Rhenen hieraan werken?

- De huisarts, POH-GGZ en POH-ouderenzorg kunnen mensen doorverwijzen naar een welzijnsconsulent. Deze consulenten, afkomstig van welzijnsorganisaties, gaan langs bij ouderen die zich eenzaam voelen of weinig actief zijn. Ze ontdekken wat nodig is om deze mensen te stimuleren. Ze verbinden hen met informele zorg, zoals buurthuizen, Humanitas, maatjesprojecten of kerken. Ze helpen ook bij zingeving en betekenisgeving.
- Seniorenadviseurs zijn getrainde vrijwilligers van welzijnsorganisaties. Ze bellen of bezoeken ouderen van 75 jaar en ouder om te praten over welzijn, gezondheid, wonen en meer. Als er hulp nodig is, verwijzen ze door naar de juiste instanties of naar welzijnsconsulenten. We evalueren en passen dit project aan in 2023-2024.
- We versterken de samenwerking tussen zorg en welzijn. Onze welzijnsconsulenten werken al goed samen met huisartsen en zorgverleners in de wijk, maar we willen de verbinding met wijkverpleging en thuiszorg versterken. Ook brengen we welzijnsconsulenten, buurtsportcoaches en cultuurcoaches dichterbij elkaar.
- In 2023-2024 organiseren we netwerkbijeenkomsten met partners in zorg en welzijn.

We zetten ons in om de inwoners van Rhenen actiever te maken en beter te ondersteunen, want een gezamenlijke inspanning leidt tot een sterkere samenleving.

3. Kennis-en adviesfunctie GGD

Voor het jaar 2023 is de kennis- en adviesfunctie van de GGD al ingericht binnen de regio. De GGD heeft voor alle gemeenten in kaart gebracht wat de lokale gezondheidssituatie is (indien mogelijk op wijkniveau). Daarnaast geeft de GGD advies over het behalen van de doelstellingen binnen het GALA en hoe deze in het Plan van Aanpak worden ingevuld.

Dit Plan van Aanpak GALA gemeente Rhenen is voor advies voorgelegd aan de GGD om te toetsen op integraliteit en data. Dit is in lijn met artikel 16 van de Wet Publieke Gezondheid, waarin staat dat advies gevraagd wordt aan de GGD voordat besluiten worden genomen die belangrijke gevolgen kunnen hebben voor de publieke gezondheidszorg.

De GGD kan ook ondersteunen op lokaal of regionaal niveau bij de inrichting van ketenaanpakken. In het Integraal Zorg Akkoord (IZA) en het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) is afgesproken dat gemeenten aan de slag gaan met de inrichting van vijf ketenaanpakken:

1. De gecombineerde leefstijlinterventie (GLI);
2. De aanpak overgewicht en obesitas bij kinderen;
3. Valpreventie bij ouderen;
4. Welzijn op recept;
5. Kansrijke Start.

Er wordt op dit moment regionaal en lokaal nog onderzocht welke rol de GGD het beste kan vervullen de komende jaren. Voor de werkzaamheden vanaf 2024 worden op korte termijn afspraken gemaakt en vastgelegd in de samenwerkingsovereenkomst gemeente Rhenen met de GGD regio Utrecht 2024. De focus zal liggen op het versterken van de kennisinfrastructuur en advisering van de GGD regio Utrecht rondom gezond en actief leven in de regio.

4. Voortgang bewaken

In Rhenen zijn we ons bewust van het belang van datagedreven werken. Datagedreven werken is een belangrijk speerpunt in onze organisatievisie. Door data te analyseren krijgen we informatie en kunnen we inzichten opdoen die helpen bij het opstellen van beleid, het monitoren van de uitvoering, of bij het verantwoorden en evalueren achteraf.

We geloven in 'leren door te doen'. We hebben de vrijheid om te experimenteren, te inspireren en te zorgen voor blijvende verbetering. We gebruiken zowel cijfers als andere informatie om te leren, aanpassingen te maken en om successen te vieren, groot en klein. Bij het maken van beleid baseren we ons op cijfers en luisteren we naar lokale professionals en inwoners. Het perspectief van de mensen voor wie we het doen, is het belangrijkste.

We houden de voortgang van onze activiteiten goed in de gaten. We gebruiken bestaande gegevensbronnen en krijgen ondersteuning van de GGD voor advies. We maken gebruik van verschillende bronnen zoals [dashboard - Gemeenteprofiel GALA - Rhenen \(buurtmonitor.nl\)](#)

5. Samenhang en synergie

In de kerngroep GALA leggen we verbinding tussen de verschillende beleidsdomeinen: gezondheid, bewegen, sport, onderwijs, jeugd, onderwijs, cultuur, armoede, welzijn en ouderenzorg. Onze ambitie is 1 missie voor welzijn, jongerenwerk, sport en cultuur. In de uitvoering werken de buurtsportcoaches, jongerenwerkers en cultuurcoach al veel samen. Een jaarlijks terugkerend evenement is SAM School Olympiade, dé sportdag voor alle basisscholen binnen de gemeente Rhenen. Tijdens het evenement staat de gedachte "meedoen is belangrijker dan winnen" centraal. Kinderen kunnen hierbij kiezen uit verschillende sport- en cultuuractiviteiten. Het moment om eens kennis te maken met nieuw sport- en cultuuraanbod en nieuwe aanbieders uit de buurt.

6. Verbinding Brede SPUK, GALA en Sportakkoord

In onderstaande tabel is weergegeven met welke onderdelen van de SPUK-regeling een bijdrage wordt geleverd aan specifieke doelen van het GALA, het Hoofdlijnen Sportakkoord II of het addendum BRC.

Onderdelen SPUK		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
GALA	A	√		√	√					√						
	B	√	√	√			√		√	√			√			
	C	√		√							√	√	√	√		
	D	√	√	√		√	√		√	√				√		
	E			√		√				√			√			
	F	√							√				√			
	G															√
Sportakkoord	H	√		√												
	I	√														
	J	√														
	K	√														
	L	√														
	M															
Addendum BRC	N	√		√									√			
	O	√		√												
	P	√		√			√						√			

Onderdelen SPUK regeling

- | | |
|--|-------------------------------------|
| 1. Lokaal Sportakkoord | (thema Sport, Bewegen en Cultuur) |
| 2. Brede Regeling Combinatiefuncties (BRC) | " |
| 3. Terugdringen gezondheidsachterstanden | (thema Gezondheid en Sociale Basis) |
| 4. Kansrijke Start | " |
| 5. Mentale gezondheid | " |
| 6. Aanpak overgewicht en obesitas | " |
| 7. Valpreventie | " |
| 8. Leefomgeving | " |
| 9. OKO & Vroegsignalering alcoholproblematiek | " |
| 10. Versterken sociale basis | " |
| 11. Mantelzorg | " |
| 12. Eén tegen Eenzaamheid | " |
| 13. Welzijn op recept | " |
| 14. Versterking kennis- en adviesfunctie GGD | (thema Ondersteunende Onderdelen) |
| 15. Coördinatiekosten regionale aanpak preventie | " |

Doelen Gezond en Actief Leven Akkoord

- Terugdringen gezondheidsachterstanden
- Een gezonde fysieke leefomgeving die uitnodigt tot bewegen en ontmoeten
- Het versterken van (de verbinding met) de sociale basis
- Een gezonde leefstijl
- Versterking van de mentale weerbaarheid en mentale gezondheid
- Vitaal ouder worden
- Domeinoverstijgende inzet vanuit een regionale preventieinfrastructuur

Doelen Hoofdlijnen Sportakkoord II

- Inclusie en diversiteit in de sport vergroten
- Sociaal veilige sport creëren
- Vitale sportaanbieders: vergroten van de kwaliteit, veiligheid en toegankelijkheid van het sportaanbod
- Vaardig in bewegen: een leven lang sporten en bewegen voor ieder kind en iedere jongere
- Ruimte voor sport en bewegen: een toekomstbestendige sportinfrastructuur
- Maatschappelijke waarde van topsport optimaliseren

Doelen addendum BRC

- N. Meer kinderen, jongeren en volwassenen die sporten, bewegen en meedoen aan cultuur (ook kwetsbare groepen en mensen die achterblijven in sport-, beweeg- en cultuurdeelname)
- O. Sterke aanbieders in sport, bewegen en cultuur waarbij kwaliteit, veiligheid en toegankelijkheid geregeld is
- P. Een sterke verbinding tussen sport, bewegen en cultuur met andere domeinen en programma's (onderwijs, gezondheid, zorg, welzijn en sociale zaken/armoede & schulden)

Bijlage 1: Budget GALA gemeente Rhenen 2023-2026

	GALA Thema	Subthema	2023	2024	2025	2026	Totaal
3A	Terugdringen gezondheidsachterstanden	Kansrijke Start	17.086	18.225	18.225	22.771	76.308
		Terugdringen gezondheidsachterstanden	22.782	22.781	22.781	22.771	91.116
3B	Gezonde fysieke leefomgeving	Gezonde leefomgeving	11.391	11.391	11.391	0	34.172
3C	Versterken van de sociale basis	Versterken sociale basis	41.577	41.007	41.007	30.741	154.332
		Mantelzorg	11.391	11.391	11.391	10.247	44.420
		Eén tegen eenzaamheid	11.391	11.391	9.113	0	31.894
		Welzijn op Recept	6.265	10.821	13.099	15.371	45.556
3D	Een gezonde leefstijl	Aanpak overgewicht	19.934	19.934	19.934	0	59.802
		OKO & vroegsignalering middelengebruik (roken, alcohol en drugs)	2.848	2.848	2.848	0	8.543
		Lokaal Sportakkoord	14.808	14.808	14.808	11.386	55.810
		Brede Regeling Combinatiefuncties	101.949	101.947	101.947	98.486	404.330
3E	Versterken mentale gezondheid	Mentale gezondheid	7.974	5.695	5.695	0	19.364
3F	Vitaal ouder worden	Valpreventie	58.663	54.106	54.106	55.790	222.665
3G	Domein overstijgende inzet vanuit regionale preventie infrastructuur	Versterken kennis advies GGD	2.848	2.848	2.848	0	8.543
		Coördinatiekosten	10.138	8.315	8.315	0	26.768
		TOTAAL	341.045	337.508	337.508	267.564	1.283.625

Namens gemeente Rhenen,



Dick Poortinga, wethouder