

Een leven lang Gezond & Fit

HET ARNHEMS PREVENTIEAKKOORD

Een leven lang rookvrij

Een leven lang op
gezond gewicht

Een leven lang
verantwoord
alcoholgebruik

Een leven lang mentaal
en sociaal gezond

Connect
Pro Persona

H van Aaken

swoa



Veiligheids- en Gezondheidsregio
Gelderland-Midden

Henk Bril



Christiaan Rademaker

 **Rijnstate**

 **Delta**
Scholengroep

GEMEENTE
Arnhem

RCM van der Zee



A. Wiggers

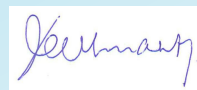
SPORTBEDRIJF **ARNHEM**
SPORT

RJ Janssen

IRISZORG

B van Nieuwenhuizen

Florēs
onderwijs



 **rijnstad**

Joke Wisseborn-Remigius

Een leven lang Gezond & Fit in Arnhem

het Arnhemse Preventieakkoord

Inleiding

Een gezonde leefstijl voor alle Arnhemmers, daar gaan we voor! De stad Arnhem sluit met dit Lokaal Preventie Akkoord aan bij de ambities van het Nationaal Preventie Akkoord. In het Nationaal Preventie Akkoord hebben landelijke partners zich verbonden op de volgende drie thema's: overgewicht, roken en alcohol. Hier voegen wij lokaal het thema mentale en sociale gezondheid aan toe.

De gemeente Arnhem heeft in januari 2021 de beleidsvisie 'Gezond & Fit' vastgesteld. Dit beleid is samen opgesteld met de Veiligheids- en Gezondheidsregio Gelderland-Midden (VGGM), Menzis, IrisZorg, Sportbedrijf Arnhem, de Gelderse Sportfederatie en de Provincie Gelderland. Wij zetten met dit nieuwe beleid in op een leven lang gezond en fit in Arnhem en daarmee onder andere op de thema's van het Nationaal Preventie Akkoord: roken, alcohol, en overgewicht.

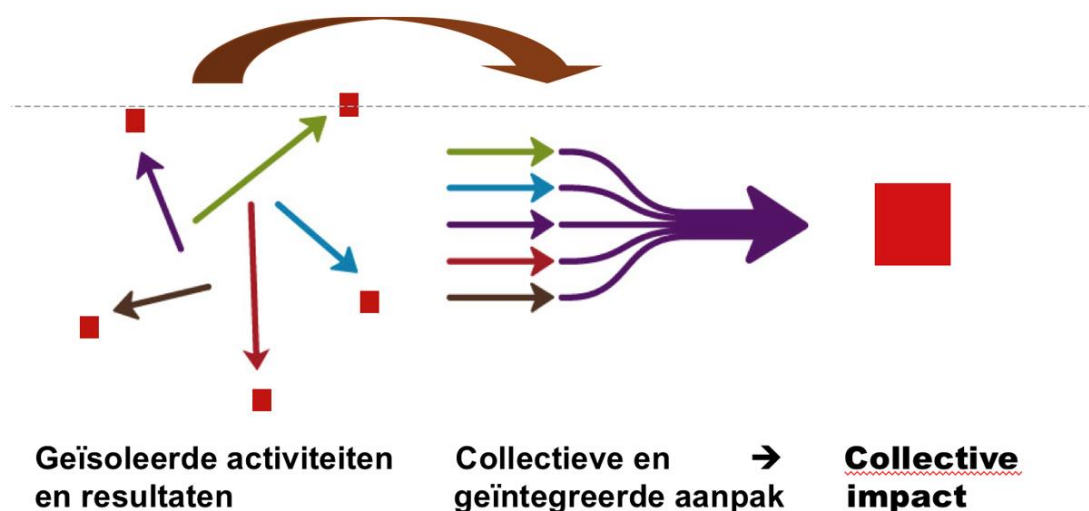
Lokaal Sportakkoord Arnhem

Sport en beweging zijn krachtige instrumenten voor preventie. In september 2020 sloot Arnhem een lokaal sportakkoord: [Sport- en Beweegakkoord Arnhem](#). Met dit akkoord wordt ingezet op een beweegvriendelijke leefomgeving, vijf uur bewegen op en rond school, vitale en toekomstbestendige sportaanbieders en inclusief bewegen. Het Sport- en Beweegakkoord Arnhem en het Arnhemse Preventie Akkoord zullen elkaar aanvullen en versterken.

Collectieve impact in 2025

De inzet op preventie en gezondheid is niet nieuw in Arnhem, wij zijn hier als stad al iedere dag mee bezig. Er zijn legio waardevolle programma's, maatschappelijke projecten, wijk- en buurtinitiatieven die toewerken naar een gezonde leefstijl. Met dit Preventie Akkoord willen wij niet het wiel opnieuw uitvinden, maar erkennen wat er al is, alle losse programma's met elkaar verbinden en zodoende toewerken naar het realiseren van collectieve impact.

Collectieve impact realiseren



Van versnipperd en kortdurend naar geïntegreerd en duurzaam effect

De komende drie jaar vormt dit Preventie Akkoord de routekaart voor een beweging richting duurzame en integrale samenwerking. In 2025 is er een vitaal en professioneel preventienetwerk van maatschappelijke partijen, ondernemers, wijk- en bewonersinitiatieven en de gemeente. Met dit akkoord bundelen wij de krachten, smeden wij slimme verbindingen, en werken wij samen vanuit de gedeelde ambitie om Arnhem gezond en fit te maken.

Wij nodigen alle lokale partijen en partners uit de stad van harte uit het Arnhems Preventie Akkoord te ondertekenen om zich daarmee in te zetten voor de beweging naar een gezond en fit Arnhem.

Sluit u zich ook aan bij deze beweging?

Corona

Wij schrijven dit akkoord ten tijde van een ongekende crisis: de corona-pandemie. Deze pandemie onderstreept het belang van een goede gezondheid en daarmee ook het belang van investeren in een goede gezondheid. Preventie is die investering.

Collectieve ambities tot 2025

Wij willen dat alle Arnhemmers een leven lang kunnen profiteren van een gezonde leefstijl; thuis, in de wijk en stad, op de kinderopvang, school, het werk en tijdens het sporten.

Een leven lang rookvrij

a) Ambitie

Ieder kind dat in Arnhem geboren wordt, verdient de kans om volledig rookvrij op te groeien. Wij spannen ons samen in om een 100% Rookvrije Generatie te laten opgroeien. Scholen, bedrijven, sport- en zorglocaties zijn al rookvrij; richting 2025 breiden we de rookvrije ruimte in Arnhem uit met speeltuinen, bushaltes en andere plekken waar dat gewenst is. We zetten niet alleen in op preventie door middel van rookvrije ruimtes, campagnes, voorlichting op scholen en aan jonge gezinnen, maar bieden ook de broodnodige ondersteuning bij het stoppen met roken. Zo sluiten wij jaarlijks onze inzet aan op de landelijke 'Stoptober' campagne.

b) Een greep uit wat er al gebeurt:

- Kansrijke Start (zie figuur)
- Rookvrije middelbare scholen, evenals beroeps- en hoger onderwijs
- Rookvrije speeltuinen
- Rookvrije sportaccommodaties (sportparken, sporthallen, gymzalen en playgrounds)
- Rookvrije bushalte Rijnstate Ziekenhuis

Info: Kansrijke Start

De eerste 1000 dagen van een kind zijn cruciaal voor een goede start. De gezondheid van een kind voor, tijdens en na de geboorte blijkt een belangrijke voorspeller te zijn van gezondheidsproblemen op latere leeftijd. Het programma Kansrijke Start is daarmee een belangrijk preventie instrument en daarmee een hoeksteen voor de Arnhemse preventie aanpak.

Vroegtijdig signaleren van risico's binnen de gezinssituatie en een tijdige inzet van passende ondersteuning zijn essentieel. Het lopende preventieprogramma 'Kansrijke Start' is erop gericht dat : meer (kwetsbare) ouders goed voorbereid hun zwangerschap starten, zij eerder de juiste hulp krijgen zodat deze ouders voldoende zijn toegerust voor het ouderschap en de opvoeding. Mede hierdoor groeien kinderen op in een gezonde en veilige leefomgeving.

c) Accent Preventie Akkoord

Integrale aanpak Stoppen met Roken

Met dit Arnhemse Preventieakkoord verbinden wij nog meer partijen om tot een integrale aanpak Stoppen met Roken te komen. Belangrijke onderzoeksrichtingen voor deze integrale aanpak zijn:

- Het uitbreiden van de (ruimtelijke) rookvrije zones in Arnhem, bijv. rondom onderwijslocaties, gezondheidscentra en in het openbaar vervoer
- Verdieping van de inzet voor een Rookvrije Generatie
- Verdieping op de gedragskundige kant van het stoppen met roken
- Arnhemmers ondersteunen bij het stoppen met roken, met name de kwetsbare groepen door de ontsluiting van interventies te verbeteren, bv. door middel van een sociale kaart
- Stoppen met roken integraal benaderen bijvoorbeeld door de koppeling met schuldhelpverlening
- Jaarlijks gezamenlijke inzet op Stoptober

Een leven lang op gezond gewicht

a) Ambitie

In 2025 is het percentage jongeren, volwassenen én ouderen (65+) met (ernstig) overgewicht in Arnhem gedaald. Door het combineren en intensiveren van interventies willen wij een serieuze daling bewerkstelligen van het aantal Arnhemmers met overgewicht en diabetes.

b) Een greep uit wat er al gebeurt:

Arnhem is sinds 2015 JOGG-gemeente. In het kader van JOGG (Gezonde Jeugd, Gezonde Toekomst) vindt inzet plaats op:

- Stimuleren van gezonder eten en drinken op scholen, kinderopvangcentra, sportverenigingen, zwembaden en sportevenementen, bijvoorbeeld door het aanbieden van schoolfruit
- Bevorderen van een gezonde leefomgeving rond scholen, door bijv. watertappunten
- Samenwerking VGGM, sportbedrijf en scholen in kader van de Gezonde School-aanpak
- Vaardig in Bewegen: Vijf uur beweging op en rond school (Sport- en Beweegakkoord Arnhem)

GO! Daarnaast is het GO!-programma in Arnhem ontwikkeld. Dit wijkgerichte behandelprogramma begeleidt kinderen met overgewicht én hun families gedurende twee jaar richting een gezondere leefstijl.

Diabetes type 2

Wij zetten ook in op de aanpak van diabetes type 2. Dit doen wij door middel van de Nationale Diabetes Challenge en het programma 2Diabeat. Sportbedrijf Arnhem biedt daarnaast leefstijlcoaching aan en startte in 2020 maar liefst 132 individuele trajecten richting een gezondere leefstijl. Met deze interventies zetten wij ook in op de doelgroep volwassenen.

65+ veilig laten bewegen

De gemeente, Sportbedrijf Arnhem, Stichting Welzijn Ouderen Arnhem en vele andere partijen richten zich op de doelgroep 65+ om beweging (op een veilige manier) te stimuleren, bijvoorbeeld d.m.v. Valpreventie-cursussen, beweegroutes, en wandel- en/of fietsmaatjes. Ook bieden verschillende partijen, zoals Vitanos, gezonde maaltijden én ontmoeting voor ouderen aan.

c) Accenten Preventie Akkoord

Netwerk Leefstijlcoaches Arnhem

De corona-epidemie heeft duidelijk gemaakt dat een gezonde leefstijl het hele leven lang belangrijk is. Door middel van leefstijlcoaching kunnen (kwetsbare) Arnhemmers ondersteuning krijgen bij het inlopen van de opgelopen gezondheidsachterstanden. Daarom zetten wij in op een Netwerk Leefstijlcoaches Arnhem (NLA), waardoor het aanbod van leefstijlcoaching duidelijk is voor iedereen én waardoor de samenwerking met (huis-)artsen en verzekeraar wordt verbeterd. Belangrijk aandachtspunt hierbij is dat de verbinding en samenwerking tussen de nulde, eerste en tweedelijnszorg wordt gestroomlijnd zodat inwoners de juiste zorg op de juiste plek krijgen.

Een leven lang verantwoord alcoholgebruik

a) Ambitie

Onze ambitie is dat Arnhemse jongeren onder de 18 helemaal geen alcohol nuttigen en dat alle inwoners boven de 18 minder én verantwoord alcohol nuttigen. Om dit te bewerkstelligen identificeren wij de volgende doelstellingen voor Arnhemse jongeren:

1. Jongeren gebruiken geen alcohol in de openbare ruimte
2. Jongeren worden thuis door hun ouders bewust gemaakt van de risico's en mogen thuis niet indrinken
3. Jongeren krijgen geen alcohol bij evenementen en sportkantines als ze jonger dan 18 jaar zijn
4. Jongeren sporten in een omgeving met alcoholvrije buitenreclame en sponsoring.

Daarnaast willen wij het aantal 65-plussers dat overmatig drinkt halveren voor 2025. Hierbij vraagt vooral de hoge SES groep extra aandacht.

b) Een greep uit wat er al gebeurt:

De bestaande aanpak is vooral gericht op jongeren, met voorlichting en bewustwording via het middelbaar- en beroepsonderwijs:

- Integraal plan Alcohol & Drugs op school: Scholen, VGGM, IrisZorg Preventie, Jongerenwerk, Pactum en de gemeente werken al samen in het kader van voorlichting, preventie en vroegsignalering van (problematisch) gebruik.
- Voorlichting over risico's alcoholgebruik met programma Gezonde School
- Trainingen verantwoord schenken voor personeel van horeca en sportkantines
- Deskundigheidsbevordering o.a. ten behoeve van vroegsignalering

c) Accenten Preventie Akkoord

Verkenning IJslands Preventiemodel

De laatste 20 jaar heeft IJsland door een integrale community-based preventieaanpak het gebruik van alcohol, tabak en drugs onder jongeren drastisch verminderd. In vier domeinen (gezin, vrije tijd, school, peer groep) is gekeken naar beschermende factoren én naar risicofactoren. Het intensieve samenspel tussen beleid, uitvoering en onderzoek blijkt een belangrijke succesfactor in dit model. De resultaten van de het IJslands Preventiemodel motiveren ons om hier lessen uit de trekken en deze lessen toe te passen in Arnhem.

Wij gaan onderzoeken hoe wij de IJslandse methodiek kunnen toepassen in een pilotbuurt of -wijk in Arnhem. Hierbij leggen wij actief de verbinding met de Arnhem-Oost aanpak: een langdurige en integrale vernieuwingsaanpak die de kansengelijkheid in vijf Arnhemse wijken wil vergroten.

Een leven lang mentaal en sociaal gezond

a) Ambitie

Al voor de coronacrisis waren er zorgen over de mentale en sociale druk onder jongeren. Ook eenzaamheid onder ouderen is een issue van voor corona. Maar de lockdowns het afgelopen jaar hebben het belang van de mentale gezondheid en sociaal welzijn dubbel en dwars onderstreept. Daarom kan dit thema niet ontbreken in dit Arnhemse Preventie Akkoord. Met dit akkoord benadrukt Arnhem het belang van de mentale en sociale gezondheid van jong én oud.

Wij ambiëren dat wij in 2025 het aantal inwoners met een (verhoogd risico voor een) depressie of angststoornis drastisch hebben verlaagd. Hierbij hebben wij ook oog voor de achterliggende problematiek en belemmeringen, denk hierbij bijvoorbeeld aan financiële belemmeringen, eenzaamheid, of chronische aandoeningen.

b) Een greep uit wat er al gebeurt:

De volgende activiteiten en programma's lopen al in dit kader:

- Actieprogramma 'Eén tegen Eenzaamheid' – verschillende partijen in de stad dragen hieraan bij (bv. SWOA, Vitanos, Mantelzorg & Vrijwillige Thuiszorg Arnhem (MVT))
- Programma Ontmoeten & Verbinden waaruit verschillende activiteiten worden gefinancierd zoals wijkdiners en kookgroepen
- Programma Suïcide preventie
- GGZ-preventie activiteiten door Pro Persona Connect
- Inzet welzijnsorganisaties voor kinderen en jongeren, zoals Jongerenwerk Rijnstad, AM Support, Presikhaaf University en Empowering Nisa

c) Accenten Preventie Akkoord

- **Programma SOEPEL:** een programma voor de doelgroep 55 – 65 dat werkt aan de conditie en deelnemers bekend maakt met verschillende sporten en clubs. Primair doel is het verbeteren van de gezondheid en secundair doel is nieuwe ontmoetingen mogelijk maken, en daarmee het tegengaan van eenzaamheid. Dit programma, uitgerold door Sportbedrijf Arnhem, is een uitstekend voorbeeld van beweging als belangrijk instrument voor preventie.

De combinatie van beweging en preventie kan ook worden toegepast voor de doelgroep jongeren. Er zijn al verschillende maatschappelijke initiatieven die deze combinatie inzetten, zoals Presikhaaf University, AM Support en de Common Ground Gym.

- **Versterken van de integrale aanpak Depressie onder Jongeren**
Stichting Rijnstad nam in februari 2021 het initiatief om in samenwerking met zorg- en welzijnsinstanties in Arnhem het thema depressie onder jongeren bij het grote publiek onder de aandacht brengen. Veel partners uit de stad zijn aangesloten bij de aanpak van Rijnstad. Het erkennen en herkennen van depressie onder jongeren is een opgave die om integrale samenwerking vraagt. En die integrale samenwerking gaat Arnhem leveren.

Organisatie

Gezamenlijk werken aan preventie vergt co-creatie om de focus per thema te bepalen en hier vanuit een gedeelde verantwoordelijkheid, in de hectiek van alledag, vorm aan te geven. Het gaat niet alleen om het delen van kennis en ervaringen - ieder vanuit eigen expertise en ervaring - maar vooral om het verbinden van afzonderlijke initiatieven om zo toe te werken naar *collectieve impact*. De uitrol van dit Preventie Akkoord is daarmee een *lerende beweging*, waarin ruimte is om elkaar te leren kennen, barrières te overwinnen, elkaar de bal toe te spelen en samen successen te vieren.

Wij zetten ons in om de gezondheid van alle Arnhemmers te verbeteren door aandacht te besteden aan positieve gezondheid, een gezonde leefstijl te stimuleren en door gezondheidsproblemen te voorkomen. Wij stimuleren en motiveren elkaar door kennis en ervaringen te delen en waar gewenst trekken we samen op. Samen leren we hoe we collectief de bijdragen hieraan kunnen versterken.

Stuurgroep

Een vertegenwoordiging van de partners die zich primair scharen achter dit Preventie Akkoord vormt de stuurgroep. Het doel van de stuurgroep is de samenhang binnen de uitrol van het akkoord bewaken, de voorgestelde plannen beoordelen en waar nodig om aanscherping vragen, en in het verlengde daarvan te adviseren over de besteding van het beschikbaar budget. De uiteindelijke beslissing over en toekenning van budget zal door de gemeente gebeuren. Ook zal de stuurgroep verbindingen leggen met andere relevante partijen of initiatieven zoals met het Sport- en Beweegakkoord Arnhem.

De deelnemende organisaties zijn zelf verantwoordelijk voor de uitvoering van afspraken en het behalen van specifieke doelen. Iedere partner houdt zelf bij (monitoren) hoe het staat met hun bijdrage aan het Preventie Akkoord.

Verdelen uitvoeringsbudget

Voor de jaren 2021, 2022 en 2023 is elk jaar € 80.000 uitvoeringsbudget beschikbaar. Hiervan gaat 10% naar de organisatie van gemeenschappelijke, jaarlijks terugkerende activiteiten. De overige 90% is beschikbaar voor activiteiten, in te brengen door lokale partijen. Alle Arnhemse organisaties die het Arnhems Preventie Akkoord hebben ondertekend kunnen een aanvraag indienen voor uitvoeringsbudget, mits:

- Uitvoering van het plan aansluit bij één of meerdere thema's uit het akkoord.
- Het plan wordt in samenwerking met andere organisaties (partners) uitgevoerd.
- De aanvraag gaat gepaard met een plan waarin doelstelling, doelgroep, aanpak, thema preventieakkoord en financiën van het plan zijn beschreven.
- Het idee komt zonder een financiële ondersteuning niet tot stand. Tegelijkertijd blijft het initiatief bestaan, ook als de financiële bijdrage ophoudt (borging).
- De kosten zijn in verhouding tot het verwachte resultaat.
- De resultaten van de activiteit zichtbaar worden gemaakt door middel van "tellen en vertellen", dat wil bijv. zeggen het meten van het aantal deelnemers én het delen van ervaringen van deelnemers

Aanvragen kunnen worden gedaan via het aanvraagformulier op www.preventieakkoordarnhem.nl

Concrete jaarlijkse activiteiten / afspraken:

- Jaarlijkse één speciale partnerbijeenkomst waar resultaten worden gedeeld en gezamenlijk successen worden gevierd
- gezamenlijke inzet / activiteiten rondom Stoptober-campagne (Roken)
- gezamenlijk inzet / activiteiten rondom landelijke IkPas-campagne / Dry January (Alcohol)

Lijst van Arnhemse partijen die het akkoord ondertekenen:

- Gemeente Arnhem
- Sportbedrijf Arnhem, inclusief JOGG-regisseurs en leefstijl coaches
- Stichting Welzijn Ouderen Arnhem (SWOA)
- Rijnstate Ziekenhuis
- Menzis
- Veiligheids- en Gezondheidsregio Gelderland-Midden (VGGM)
- Pro Persona & Pro Persona Connect
- IrisZorg
- Stichting Rijnstad
- Stichting CLC Arnhem PO; PO besturen Deltascholengroep en Flores Onderwijs