

Plan van aanpak Gezond Gewicht in Drenthe

Urgentie

Obesitas komt nu in Drenthe driemaal vaker voor dan in 1980. Bij kinderen rond een jaar of tien heeft nu 16% overgewicht en vanaf de overgang naar het voortgezet onderwijs neemt dit percentage met de leeftijd gestaag toe. Een derde van de jong-volwassenen (19-34 jaar) heeft overgewicht, en dit geldt bij volwassenen vanaf 35 jaar voor meer dan de helft. Bij ouderen komt overgewicht het meest voor: bijna twee derde van de ouderen van 65-74 jaar heeft overgewicht en bij hen is 19% obees. In delen van Drenthe komt overgewicht vaker voor dan elders in de provincie en dit geldt in die regio's van jong tot oud. Gunstige trends zien we vooral bij kinderen op de basisschool bij wie de prevalentie van matig en ernstig overgewicht enigszins daalt.

Het zijn vooral de consequenties van ongezond gewicht waar we ons zorgen over moeten maken. Overgewicht (en dan vooral obesitas) is na roken de belangrijkste oorzaak van ziekten in Nederland. Steeds meer mensen hebben hart- en vaatklachten of diabetes. Naast deze fysieke gevolgen kan stigmatisering van mensen met overgewicht of obesitas leiden tot psychische klachten. Vanwege de comorbiditeit van bijkomende aandoeningen en een verstoring van het immuunsysteem zijn mensen met overgewicht kwetsbaar gebleken bij het ziektebeloop van COVID-19 tijdens de corona-epidemie. Er wordt in dit verband wel gesproken over het onfortuinlijk samengaan van twee pandemieën: de acute corona-pandemie en de chronische pandemie van overgewicht.

We leven in een zogenaamde obesogene samenleving, maatschappelijke factoren die dik maken. Deze verschillende factoren hebben invloed op lichaamsgewicht en de gezondheid van mensen.

Denk aan de beschikbaarheid van goedkoop en ongezond voedsel, fast food gelegenheden en beweegarmoede. Een integrale aanpak van overgewicht richt zich zowel op de maatschappelijke factoren in de directe leefomgeving als op het beïnvloeden van keuzes die mensen binnen die de directe leefomgeving maken.

Visie

We sluiten we aan bij de landelijke doelen, +5 en -30. In 2040 leven alle Nederlanders ten minste vijf jaar langer in goede gezondheid, en zijn de gezondheidsverschillen tussen de laagste en hoogste sociaaleconomische groepen met 30% afgenomen.

We hanteren de visie vanuit het meerjarenbeleidsprogramma Drenthe samen gezond in beweging (MJP). We willen de ervaren gezondheid van Drenten verhogen in een omgeving die uitnodigt tot een gezonde leefstijl. Hierin draait het om meedoen aan de maatschappij, mentale & lichamelijke gezondheid, dagelijks functioneren, zingeving in het leven en de kwaliteit van leven.

In het uitvoeringsprogramma van het MJP is gekozen voor de thema's Gezond Gewicht en Verantwoord Middelengebruik in 2021. Dit plan van aanpak draagt bij aan het thema Gezond Gewicht.

Doel

Gezondheidswinst voor de inwoners van Drenthe door te werken aan een gezonde leefstijl met focus op gezond gewicht.

We willen met dit plan van aanpak een integrale aanpak op gezond gewicht versterken. Daarmee een toename in gezond gewicht realiseren. Het moet inzicht en adviezen geven in welke stappen er nodig zijn en wie wat kan oppakken om te komen tot deze integrale aanpak met uiteindelijk doel iedereen in Drenthe op gezond gewicht.

Advies: Gebiedsgericht integraal werken is het meest succesvol voor een effectieve aanpak van gezond gewicht

Uitgangspunten

Een gedegen integrale aanpak gezond gewicht kost tijd. Als je impact wil maken is het belangrijk om in te zetten op een goed lopende structuur, gedeeld eigenaarschap en het proces dat steeds wordt geëvalueerd en bijgesteld. Een integrale aanpak zet de mens centraal en gaat uit van 4 pijlers.



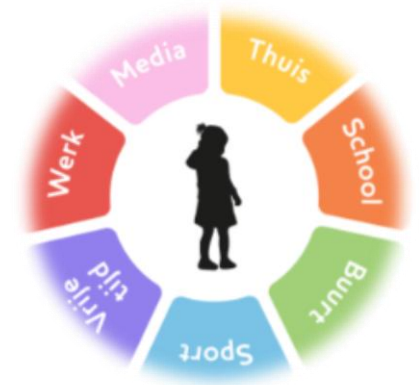
Figuur 1 Themarapport Gezond Gewicht in Drenthe, GGD december 2020

In deze 4 pijlers is het belangrijk om te kijken naar de omgevingen, levensloop fases en niveaus van activiteiten. Als er op alle vlakken activiteit en verbinding is, kunnen we spreken van een integrale aanpak.

Omgeving:

We onderscheiden 7 omgevingen om op in te zetten. Deze komen uit de JOGG-aanpak, maar gelden in meer of mindere mate in elke levensloop fase.

1. Thuis
2. School
3. Buurt
4. Sport
5. Vrije tijd
6. Werk
7. Media



Figuur 2 omgevingen JOGG-aanpak

Levensloop fases:

We onderscheiden drie verschillende levensfasen en daarmee verschillende doelgroepen. We zijn ons er bewust van dat mensen tijdens belangrijke **life events** extra beïnvloedbaar zijn voor (on)gezond gedrag.

- a. Jongeren (-9 mnd tot 2 jaar - jonge kind, 2 tot 4 jaar - peuter/kleuter, 4 tot 12 jaar - basisschool kind, 12 tot 18 jaar - middelbare school, puber)

- b. Volwassenen (18 tot 25 jaar – studenten, 25 tot 35 jaar - eerste gezinsvorming, 35 tot 65 jaar werkende volwassenen)
- c. Ouderen (65 tot 75 jaar - vitale oudere, 75+ jaar kwetsbare ouderen)

Niveaus

We onderscheiden drie niveaus. Voor een sterke integrale aanpak is er afstemming en actie tussen en op alle drie niveaus. Betrokkenheid en draagvlak is essentieel voor een duurzame aanpak.

- I. Inwoners
- II. Professionals
- III. Bestuurders en beleidsmedewerkers

Situatie Drenthe

Overkoepelend JOGG, lokale sport- en preventieakkoorden

Kinderen

Matrix Gezond Gewicht	1.Voorlichting en educatie	2.Signalering, advies en ondersteuning	3.Fysieke en sociale omgeving	4.Regelgeving en handhaving
Thuis	Groentehapjes in 10 stapjes (a, I) Goede start (a, b, I, II, III)	Consultatiebureau (ii) Goede start (a, b, I) GLI EetTeam 1 ^{ste} lijns professionals (oa HA/POH/Dietisten/ fysiotherapeuten) en 2 ^{de} lijn (o.a. kinderarts) Welzijnsprofessionals		
School	Gezonde school (c, I, II, III) Daily Mile Drink water campagne Schoolfruit Campagne door leerlingen	JGZ Vakleerkrachten (sport) Vertrouwenspersoon mentoren	Groene schoolpleinen Gezonde kantine	Traktatie beleid
Buurt			Gezondere Supers Team:Fit BIOR Watertappunten Groen en speelplekken	Omgevingswet
Sport	Iedereen kan /mag sporten		Team:Fit Gezonde kantine	Jeugdfonds sport en cultuur Lokaal sport akkoord
Vrije tijd	Kindermenu 2.0		BIOR	

			Team:Fit Kindermenu 2.0 watertappunten	
Werk	Vitale werkvloer			
Media	Nieuwsbrief Drenthe gezond Webinars			

Volwassenen

Matrix Gezond Gewicht	1.Voorlichting en educatie	2.Signalering, advies en ondersteuning	3.Fysieke en sociale omgeving	4.Regelgeving en handhaving
Thuis	Puur gezond	Zorgprofessionals: 1 ^{ste} lijns professionals (oa HA/POH/Dietisten/ fysiotherapeuten) en 2 ^{de} lijn (cardiologen, orthopaeden, internisten, oncologen) Welzijnsprofessionals GLI		
School		Mentoren, vertrouwenspersonen		
Buurt	Workshops (kook- slaap- beweeg- gedrag) Publieks bijeenkomsten	Laagdrempelige trainingen (stress, eten, bewegen, slaap) Meedoen- vrijwilligerswerk- basisbanen	Gezondere Supers Team:Fit BIOR Watertappunten Wandelgroepen Wandelroutes Veilige loop- en fietsroutes. Trim- en beweegplekken Aangepast- opstart beweegprogramma	Omgevingswet Participatie wet
Sport			Team:Fit	Participatie wet
Vrije tijd	Ervaringsdeskundigen inzet			
Werk	Vitale werkvloer Duurzame inzetbaarheid en Vitaliteit	Bedrijfsarts, leidinggevende, P&O verzuim, PMO Workshops en trainingen	Gezonde kantine Gezonde werkplek	arbowet

Media	Nieuwsbrief Drenthe gezond Publiekscampagnes Social media campagne!! (lokaal en regionaal)	Webinars Trainingen Podcasts	Info borden Wandelroutes :(kunst/cultuur/natuur/ Geocatching/10.000 stappenpad) Gezondheidsweken winkelcentra	
--------------	---	------------------------------------	---	--

Uit GGD themarapport

Versterking van Pijler 1: Voorlichting en educatie Op dit moment is de voorlichting en educatie in gemeenten in Drenthe vooral gericht op de doelgroep kinderen van de basisschoolleeftijd en hun ouders. Gezien de gunstige resultaten voor deze leeftijdsgroep is het aan te bevelen deze inspanningen door te zetten. Daarnaast is aandacht voor andere doelgroepen gewenst (aanstaande ouders, ouders van jonge kinderen, jongeren in het voortgezet onderwijs, jong volwassenen, volwassenen en ouderen).

Versterking van Pijler 2: Signalering, advies en ondersteuning Signalering van overgewicht vindt op dit moment vooral plaats bij kinderen en jongeren. Bij volwassenen en ouderen is er geen sprake van structurele signalering. Signalering bij kinderen en jongeren leidt niet altijd tot een passend vervolg.

Versterking van Pijler 3: Sociale en fysieke omgeving Deze pijler is gericht op het bijsturen en omvormen van de sociale en fysieke omgeving, zodat deze minder obesogeen wordt en meer uitnodigt tot gezonde leefgewoonten. Ook gaat het om programma's en werkwijzen om mensen op deze uitnodiging attent te maken en hen tot gezond gedrag te verleiden. Voor deze pijler is in Drenthe in toenemende mate aandacht. Er zijn al enkele mooie programma's in gang gezet, zoals het plaatsen van watertappunten, het aanbieden van schoolfruit, aanbieden van lokale bewegingsactiviteiten en vorming van gezondere schoolpleinen, schoolkantines, sportkantines en supermarkten. Alle gemeenten in Drenthe hebben inmiddels een lokaal sportakkoord gesloten waarbij overheden, sportorganisaties, het bedrijfsleven en maatschappelijke organisaties betrokken zijn. In het lokaal sportakkoord zijn bij de meeste gemeenten ambities en acties voor de sociale en fysieke leefomgeving opgenomen. Drie gemeenten in Drenthe hebben een lokaal sportakkoord in combinatie met een preventieakkoord gesloten. Deze akkoorden zijn een lokale uitwerking van de landelijk gesloten akkoorden (Nationaal Sportakkoord, juni 2018 en het Nationaal Preventieakkoord, november 2018). Een groot aantal partijen heeft zich verenigd in het Kennislab BIOR Noord. De ambitie van dit samenwerkingsverband is om jong en oud te verleiden tot bewegen in de grootste buitensportaccommodatie: de buitenruimte.

Versterken van Pijler 4: Regelgeving en handhaving Aandacht voor gezond gewicht staat in veel gemeenten in Drenthe hoog op de agenda bij de beleidsterreinen Volksgezondheid en Sport. Het realiseren van de ambities lukt echter niet uitsluitend vanuit deze domeinen. Het vraagt om een gezamenlijke inspanning vanuit meerdere beleidsterreinen waarbij ook regelgeving ingezet kan worden. Deze pijler heeft een sterke mate van overlap met de vorige pijler en heeft betrekking op de mogelijkheden van de gemeentelijke overheid om vanuit een gedeelde visie en met beschikbare instrumenten de publieke ruimte gezonder in te richten.

SWOT-analyse huidige situatie versus integrale aanpak

Kansen Inhoud: focussen op het (jonge) gezin en de fysieke en sociale leefomgeving. Met de centrale zorgverlener als spil in het web.	Bedreigingen Inhoud: teveel richten op het kind en denken in hokjes, waardoor niet de mens centraal staat en onvoldoende wordt gekeken naar de achterliggende problematiek.
---	---

Proces: Het UVP is een nieuw startpunt om alle neuzen de zelfde kant op te krijgen en een duidelijke verdeling te maken van taken en rol. Waarbij we meer evidence informed werken en mogen experimenteren, leren en verbinden om echt integraal te werken.	Proces: verschillen in communicatie tussen en op de verschillende lagen. Bestuurders die resultaat gedreven zijn en er weinig draagvlak is voor het proces dat we ingaan. De onrust vanwege de verschillende belangen en geldstromen, waardoor er minder ruimte is om te experimenteren.
Sterktes Inhoud: Er is veel kennis en expertise in de netwerken aanwezig en er zijn veel activiteiten en interventies. Proces: de Drentse samenwerking en gedeelde ambitie.	Zwaktes Inhoud: er is veel versnippering en onvoldoende samenhang in interventies. Proces: er wordt te weinig urgentie gevoeld en er zijn personen vertegenwoordigd ipv organisaties.

Vertrekpunt

We streven naar een integrale aanpak die is toe te passen op zowel kinderen en gezinnen als op volwassenen. Voor Drenthe willen we daarom de kennis en ervaringen uit de aanpak KnGG en de netwerkaanpak overgewicht en obesitas volwassenen (PON) met elkaar integreren. Deze beide aanpakken zouden niet naast elkaar, maar integraal moeten worden aangepakt. Op deze manier willen we provincie breed een betere invulling geven aan pijler 2, zodat er passende ondersteuning is voor mensen die te kampen hebben met (de gevolgen van) overgewicht.

Voorkomen is beter dan genezen. Preventieve strategieën op alle vier niveaus van preventie (universeel, selectief, geïndiceerd en zorg gerelateerd). Vooral universeel en selectief zorgen voor een risicoreductie populatie breed. Gezond houden van mensen is de basis met een collectieve aanpak gericht op oorzaken en oplossingen. Een leefomgeving waarin de gezonde keuze de norm is.

Een provinciale aanpak en coördinatie met een lokale uitwerking is wenselijk. Bestuurlijk is het ook van belang dat er tijd en middelen worden vrijgemaakt voor de implementatie van deze integrale netwerkaanpak.

De lokale versterking vindt hierbij plaats door de verbinding met preventie door goede voorlichting en educatie (pijler 1) en het creëren van een gezonde leef en sociale omgeving (pijler 3). Hiervoor wordt o.a. lokaal de JOGG-aanpak ingezet, waarbij aandacht is voor de versterking en borging van de succesvolle activiteiten en interventies. Door ook inwoners en bedrijfsleven te betrekken bij het opstellen en uitwerken van plannen, zal er draagvlak ontstaan en betere aansluiting bij behoeften en er draagvlak is.

Een succesvolle integrale aanpak staat ook met een gezamenlijk vertrekpunt en urgentie. Er is bestuurlijk draagvlak en een gezamenlijke sturing nodig. Hierbij is het ook van belang dat gemeenten door middel van beleid en regelgeving bijdragen aan het maken van gezonde keuzes (pijler 4). Hoewel de invloedssfeer van Drentse gemeenten (bijvoorbeeld op BTW, suikertaks, vettax) beperkt is, kan er wel bestuurlijk worden uitgesproken welke speerpunten op deze pijler van belang. Hier kunnen gemeenten binnen de aanwezige ruimte naar handelen en hiervoor landelijk lobby voeren. Denk bijvoorbeeld aan gezond voedselaanbod rondom scholen, vestigingsbeleid fastfoodketens en horeca en mogelijkheden binnen de omgevingswet.

Gebiedsgericht en integraal werken

Om samen te werken aan gezonde inwoners in een gezonde omgeving adviseren we gebiedsgericht werken, de wijk- en regioaanpak¹. Binnen deze aanpak wordt integraal samengewerkt² tussen professionals van verschillende beleidsgebieden (bijvoorbeeld ruimtelijke ordening, sport/bewegen en welzijnswerk).

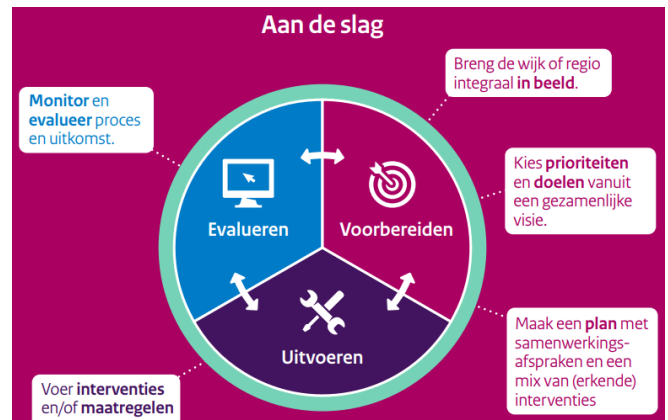
Gebieds- of wijkgericht werken betekent keuzes maken. Begin waar energie zit en een breed gedragen gevoel van urgentie is. Klein beginnen is de sleutel tot succes ga niet 10 opgaven in een keer proberen op te lossen, maar focus. Vind een goede balans in de samenwerking en blijf afstemmen³.

Een gezonde wijk- of gebiedsaanpak kent de volgende stappen (figuur 3):

1. Breng het gebied of wijk integraal in beeld aan de hand van een wijkgezondheidsprofiel⁴ en bespreek deze samen met je netwerk bestaande uit professionals en inwoners. Breng je netwerk in kaart op basis en betrek deze partners op basis van de gekozen focus (figuur 4).

- a. Bepaal je focus
 - b. Verzamel gegevens
 - c. Interpreteer de verzamelde gegevens
 - d. Presenteer het wijkgezondheidsprofiel
 - e. Maak afspraken
- Er zijn verschillende tools die kunnen helpen met het maken van een wijkgezondheidsprofiel⁵

2. Kies prioriteiten, een doelgroep en doelen vanuit een gezamenlijk visie⁶ met tools voor instrumenten⁷
3. Maak een plan met een mix van (erkende) interventies⁸. Denk daarbij aan interventies op alle vier de pijlers van een integrale aanpak⁹.
 - a. Krijg meer inzicht in het gekozen thema
 - b. Bepaal de wensen en behoeften van de doelgroep
 - c. Kijk wat er mist in het aanbod en selecteer wat nodig is
 - d. Kies (erkende) interventies die het best passen bij de aanpak
 - i. Interventies zijn beoordeeld op onderbouwing en effectiviteit: I= goed onderbouwd; II eerste aanwijzingen voor effectiviteit; III Goede aanwijzingen voor effectiviteit; IV Sterke aanwijzing voor effectiviteit



Figuur 3 stappen gebiedsaanpak¹



Figuur 4 breng het netwerk in kaart

¹ [Infographic Gezonde Wijkaanpak | Locketgezondleven.nl](https://loketgezondleven.nl/infographic-gezonde-wijkaanpak)

² [Aan de slag met integraal werken aan gezondheid | Locketgezondleven.nl](https://loketgezondleven.nl/aan-de-slag-met-integraal-werken-aan-gezondheid)

³ [Platform31 kennis- en netwerkorganisatie voor stad en regio - Wat werkt in een gebiedsgerichte aanpak?](https://platform31.nl/kennis-en-netwerkorganisatie-voor-stad-en-regio-wat-werkt-in-een-gebiedsgerichte-aanpak/)

⁴ [Wijkgezondheidsprofiel | Locketgezondleven.nl](https://loketgezondleven.nl/wijkgezondheidsprofiel)

⁵ [Instrumenten wijkgezondheidsprofiel | Locketgezondleven.nl](https://loketgezondleven.nl/instrumenten-wijkgezondheidsprofiel)

⁶ [Prioriteiten en doelen kiezen | Locketgezondleven.nl](https://loketgezondleven.nl/prioriteiten-en-doelen-kiezen)

⁷ [Instrumenten voor prioriteiten en doelen kiezen | Locketgezondleven.nl](https://loketgezondleven.nl/instrumenten-voor-prioriteiten-en-doelen-kiezen)

⁸ [Interventies kiezen | Locketgezondleven.nl](https://loketgezondleven.nl/interventies-kiezen)

⁹ GGD Drenthe. Themarapport Gezond Gewicht in Drenthe. Assen, Versie 1.0, December 2020.

- e. Bespreek met de interventie-eigenaar hoe de interventie gebruikt kan worden
 - f. Beslis hoe de interventie uitgevoerd kan worden
4. Voer interventies en/of maatregelen samen uit¹⁰
- a. Het blijft aan gemeenten zelf om ambities en gezondheidsthema's te prioriteren en te beleggen. Daarbij kan het helpen om te kijken of thema's een plek kunnen krijgen in al lopende programma's of daar bij aan te haken (Alles is Gezondheid; GezondIn, Gezonde kinderopvang, Gezonde school, JOGG, juiste zorg op de juiste plek, kansrijke start, meerjarenprogramma depressiepreventie).
5. Monitor en evalueer proces en uitkomst¹¹
- Evalueren helpt bij het bijsturen en doorontwikkelen van het beleid of aanpak. Denk al bij het opstellen van beleid of aanpak na over het evalueren daarvan. Maak daarom bij aanvang keuzes over wat je wilt evalueren, wanneer je resultaten wilt weten en wat daarvoor nodig is. Er is een stappenplan voor evaluatie¹²

Advies: Gebiedsgericht integraal werken is het meest succesvol voor een effectieve aanpak van gezond gewicht

¹⁰ [Landelijke gezondheidsprogramma's | Loketgezondleven.nl](#)

¹¹ [Monitoren en evalueren | Loketgezondleven.nl](#)

¹² [Stappenplan Hoe evalueer ik mijn \(integrale\) aanpak? | Loketgezondleven.nl](#)