

**Integraal Plan van Aanpak
Gezond en Actief Leven
Akkoord (GALA)
Gemeente Den Helder
2023 - 2026**

Naam: Gemeente Den Helder

Datum van insturen: 30-09-2023

Contactpersoon voor aanvullende informatie:

Naam: Cynthia van der Horst

E-mailadres: c.van.der.horst@denhelder.nl

Telefoonnummer: 06-13036177

Naam verantwoordelijke wethouders: De heer F (Fotigui) Camara (Sport) en de heer P (Peter) de Vrij (Gezondheid)

De gemeente geeft met het insturen van dit plan toestemming voor gebruik van de informatie uit het plan van aanpak voor de evaluatie van de landelijke samenwerkingsafspraken en de monitoring en doorontwikkeling van landelijk beleid.

Ondertekening door (ten minste één wethouder):

Naam wethouder: Peter de Vrij

Datum ondertekening: 30 september 2023

Handtekening:

Naam wethouder: Fotigui Camara

Datum ondertekening: 30 september 2023

Handtekening:

Inhoudsopgave

AANLEIDING	3
INLEIDING	4
1 HUIDIGE SITUATIE – GEMEENTE DEN HELDER	4
1.1 GEBIEDSPROFIELEN EN DATA	6
1.2 GEZONDHEIDSVERSCHILLEN	7
1.3 VERSCHILLEN IN DEELNAME IN SPORT, BEWEGEN EN CULTUUR.....	9
1.4 PREVENTIEAKKOORD NOORDKOP GEZOND AKKOORD	11
1.5 SPORTAKKOORD DEN HELDER.....	12
1.6 BELANGRIJKSTE OPGAVEN GEZONDHEID EN SOCIALE BASIS	13
1.7 BELANGRIJKSTE OPGAVEN SPORT, BEWEGEN EN CULTUUR	14
2 UITGANGSPUNT – POSITIEVE GEZONDHEID	14
2.1 DIMENSIE 1: LICHAAMSFUNCTIES	15
2.1.1 <i>Thema 1: Lokaal sportakkoord</i>	15
2.1.2 <i>Thema 2: Brede Regeling Combinatiefuncties</i>	15
2.1.3 <i>Thema 6: Aanpak overgewicht en obesitas</i>	15
2.1.4 <i>Thema 14: Versterking kennis- en adviesfunctie GGD – domeinoverstijgend</i>	16
2.2 DIMENSIE 2: MENTAAL WELBEVINDEN	16
2.2.1 <i>Thema 5: Mentale gezondheid</i>	16
2.3 DIMENSIE 3: ZINGEVING.....	16
2.3.1 <i>Thema 13: Welzijn op recept</i>	16
2.4 DIMENSIE 4: KWALITEIT VAN LEVEN	16
2.4.1 <i>Thema 3: Terugdringen gezondheidsachterstanden</i>	17
2.4.2 <i>Thema 4: Kansrijke start</i>	17
2.4.3 <i>Thema 8: Leefomgeving</i>	17
2.4.4 <i>Thema 9: Opgroeien in een kansrijke omgeving (OKO) & Vroegsignalering alcoholproblematiek</i>	17
2.5 DIMENSIE 5: MEEDOEN.....	17
2.5.1 <i>Thema 10: Versterken sociale basis</i>	17
2.5.2 <i>Thema 12: Eén tegen eenzaamheid</i>	18
2.6 DIMENSIE 6: DAGELIJKS FUNCTIONEREN	18
2.6.1 <i>Thema 7: Valpreventie</i>	18
2.6.2 <i>Thema 11: Mantelzorg</i>	18
2.6.3 <i>Thema 15: Coördinatiekosten regionale aanpak preventie - domeinoverstijgend</i>	18
3 GOVERNANCE	18
3.1 SAMENHANG & SYNERGIE EN VOORTGANGSBEWAKING	18
3.2 VERBINDINGEN ONDERDELEN BREDE SPUK EN DOELEN GALA EN SPORTAKKOORD II	19
4 FINANCIËLE MIDDELEN	19

Aanleiding

Samen bouwen aan het fundament voor een gerichte en regionale aanpak op het gebied van preventie, gezondheid en sociale basis, dat is een gezamenlijke verantwoordelijkheid! Het rijk heeft daarom samen met partners het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) getekend. Het GALA heeft

tot doel gemeenten een steviger basis te geven om integraal preventief gezondheidsbeleid te kunnen gaan uitvoeren, zodat wij in 2040 een gezonde generatie bereiken met weerbare en gezonde mensen die opgroeien, leven, werken en wonen in een gezonde leefomgeving met een sterke sociale basis. Voor de uitvoering van de afspraken uit het GALA, samen met het Sportakkoord II*, zijn van 2023-2026 per gemeente via een Brede Specifieke Uitkering (SPUK)** financiële middelen voor 15 onderdelen op de thema's sport- en beweegstimulering, cultuurparticipatie, gezondheidsbevordering en het versterken van de sociale basis beschikbaar gesteld.

Inleiding

Den Helder zet in haar beleid en uitvoeringsplannen al enige tijd in op de gezondheid van haar inwoners. De brede Specifieke Uitkering (SPUK) biedt nog meer mogelijkheden om te werken aan een stevige basis voor een Gezond en Actief leven en geeft extra kansen voor een integrale aanpak op lokaal en regionaal niveau. Den Helder heeft om die reden dit gemeentelijk integraal Plan van Aanpak 2023-2026 in het kader van het *Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA)* opgesteld.

Het Integraal Plan van Aanpak GALA sluit aan bij de kadernota 2024-2027, de omgevingsvisie*** en overige lokale beleidsnotities. Daarnaast hangt het Integrale Plan van Aanpak nauw samen met het Integraal Zorgakkoord (IZA). Hiervoor is aan het einde van 2023 een Plan van Aanpak vanuit de regio nodig.

Het opstellen en indienen van dit gemeentelijke integrale Plan van Aanpak is een voorwaarde bij het gebruikmaken van de brede regeling Specifieke Uitkering voor sport en bewegen, gezondheidsbevordering, cultuurparticipatie en de sociale basis 2023-2026 (SPUK BREED, 560156901). Verplichte onderdelen conform artikel 6.3 van de regeling zijn opgenomen (verwijzing naar de onderwerpen uit het door de VNG/VSG aangeleverde format). Het college van B&W heeft op dd....ingestemd met het Plan van Aanpak.

De opbouw van dit integrale plan van Aanpak is als volgt: In hoofdstuk 1 gaan we in op de huidige situatie, de gebiedsprofielen, de verschillen in gezondheid en deelname inzake sport, bewegen en cultuur en de belangrijkste opgaven. Vervolgens wordt in hoofdstuk 2 het uitgangspunt Positieve Gezondheid beschreven en de 15 thema's van de brede SPUK nader toegelicht. Hierin wordt beschreven op welke activiteiten of interventies wordt ingezet, op welke wijze uitvoering wordt gegeven aan de activiteiten of interventies, welke doelen we willen realiseren en welke resultaten we beogen te behalen, met wie wordt samengewerkt, op welke wijze de doelgroep en de samenwerkende partijen worden betrokken bij de planvorming, wat de (globale)planning voor de komende 4 jaar is, hoe de ondersteunende onderdelen worden ingevuld (kennis- en adviesfunctie GGD en coördinatie regionale aanpak GGD). In Hoofdstuk 3 wordt de samenhang, de synergie en de voortgangsbewaking geformuleerd en vervolgens worden de verbindingsonderdelen Brede SPUK en de doelen GALA en Sportakkoord II weergegeven. Tot slot zijn in hoofdstuk 4 schematisch de financiële middelen weergegeven.

1 Huidige situatie – gemeente Den Helder

Den Helder is een vestingstad aan zee in de Kop van Noord-Holland met een onuitwisbare en onbetwiste geschiedenis en traditie. Puur, robuust en misschien zelfs een beetje rauw. De gemeente Den Helder telt bijna 56.600 inwoners en heeft een oppervlakte van 178,83 km². De gemeente bestaat uit drie kernen: Den Helder, Julianadorp en Huisduinen. Den Helder is de thuishaven van de Koninklijke Marine. In deze marinestad wonen en leven de mensen samen mét het water. Omringd door de Noordzee, het Marsdiep en de Waddenzee, kan de omgeving uitnodigen tot activiteiten als

* <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2022/12/14/hoofdlijnen-sportakkoord-ii>

** <https://www.dus-i.nl/subsidies/brede-spuk-specifieke-uitkering>

https://www.denhelder.nl/Onderwerpen/Bestuur_en_organisatie/Beleid/Omgevingsvisie?utm_source=Rx.Front&utm_medium=redirect&utm_campaign=omgevingsvisie

fietsen, wandelen, skeeleren en allerlei vormen van watersport. Maar ook een gebied met veel voorzieningen van goede (sport)accommodaties, restaurants, bijzonder musea tot cultuurerfgoed. Den Helder heeft het allemaal! Ondanks de aanwezigheid van ruimte en veel voorzieningen, zijn sommige inwoners minder tevreden over de woonomgeving en de voorzieningen dan in andere gemeenten in Noord Holland Noord (NHN), vooral in de gebied Binnen de Linie-Oost (zie figuur 1)*.

In de gemeente Den Helder heeft de Gemeenteraad in 2023 de Kadernota 2024-2027** vastgesteld, waarin de kaders worden beschreven. De gemeente investeert in een zorgzaam, leefbaar en vitaal Den Helder. Deze Kadernota vormt ook het uitgangspunt voor ons integrale Plan van Aanpak Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA). Met de beschikbare middelen vanuit de Brede Specifieke Uitkering (Brede SPUK) kan de gemeente Den Helder van 2023-2026 nog meer en beter haar doelstellingen realiseren en daarmee het basisfundament voor sport, bewegen, cultuur, gezondheid en de sociale basis verstevigen om kansengelijkheid te creëren en gezondheidsverschillen op te lossen.

Het integrale Plan van Aanpak GALA sluit aan bij onderstaande programma's en doelstellingen uit de kadernota 2024-2027:

1. Samenwerkende gemeente

We vinden het belangrijk dat iedereen open en veilig zichzelf kan zijn. We werken proactief aan een inclusieve samenleving, waarbij we drempels om mee te doen, in de breedste zin, wegnemen. We laten zien dat we oprecht geïnteresseerd zijn in wat er binnen de gemeente speelt. We bieden een goede dienstverlening aan onze inwoners en ondernemers. Daarbij ligt onze focus op samenwerking. In de regio, met maatschappelijke partners en natuurlijk met onze inwoners. De samenwerking met jongeren is hierbij een specifiek aandachtspunt, we willen ervoor zorgen dat zij kunnen meedenken over maatschappelijke en bestuurlijke vraagstukken van de gemeente Den Helder.

Doelen:

- We betrekken belanghebbenden uit de samenleving actief bij het vormen en implementeren van beleid. Daarbij zijn we helder over de invloed die inwoners wel of niet kunnen uitoefenen.
- We zetten ons in voor het bevorderen van digitale, fysieke en sociale toegankelijkheid zodat onze inwoners zonder belemmering kunnen deelnemen aan de maatschappij.

2. Zorgzame gemeente

Ons doel is om iedereen kansen te geven om zich te ontwikkelen en een fijn leven te leiden met een sociaal vangnet. We werken regionaal samen om lokaal maatwerk te kunnen bieden. We focussen ons daarbij op preventie, sociale cohesie en mensen in hun kracht zetten. En waar inwoners extra steun nodig hebben organiseren we een laagdrempelige, fysieke en digitale toegang voor jong en oud. Daarbij bieden we de ondersteuning zo snel, compleet en lokaal mogelijk aan.

Doelen:

- We zetten in op goed functionerende samenwerking van preventieve voorzieningen.
- We erkennen en ondersteunen mantelzorg en informele zorg.
- We zetten vanuit de wijkteams en met maatschappelijke organisaties in op een integrale aanpak: op het voorkomen en bestrijden van zaken zoals eenzaamheid, schuldenproblematiek, armoede, gezondheidsproblemen en werkloosheid.
- Elk kind moet veilig, gezond en zonder achterstand opgroeien.

3. Vitale gemeente

We werken aan een beter imago van Den Helder door positieve zaken lokaal en landelijk, te benadrukken en onder de aandacht te brengen. De strategie Van Krimp naar Groei houden we vast. Kinderen in Den Helder groeien op met het perspectief dat ze de stad niet hoeven te verlaten voor hun ambitie of welbevinden.

Doel:

- Goede bereikbaarheid van voorzieningen en een goede verkeersveiligheid.

4. Leefbare gemeente

We bieden onze inwoners kansen op een leven lang ontwikkelen door goede onderwijsfaciliteiten en een breed onderwijsaanbod. Verder koesteren we ons cultuuraanbod en ons erfgoed. Daarnaast stimuleren we sport en bewegen want dit vergroot de kans op een goede gezondheid. Tot slot is de openbare ruimte ingericht voor deze activiteiten en aantrekkelijk om te verblijven en elkaar te ontmoeten. Schoon, heel en veilig blijft daarbij het uitgangspunt.

Doelen:

* <https://gezondnhn.nl>

** [Kadernota gemeente Den Helder 2024 - 2027 \(pdf\)](#)

- We kiezen voor een programmatische aanpak van buurten met achterstanden op het gebied van leefbaarheid, samenleving en overlast/veiligheid.
- We consolideren het huidige cultuuraanbod en zetten in op versterking van de kwaliteit van het erfgoed.
- Er is een adequaat aanbod van voorzieningen gericht op gezond bewegen voor alle doelgroepen.

Om de gezondheid te bevorderen en gezondheidsverschillen te verminderen is in de regio een samenwerkingsverband van organisaties in de Kop van Noord-Holland opgericht, het Netwerk Noordkop Gezond voor Elkaar. Inmiddels hebben totaal 23 organisaties zich aan het netwerk verbonden en is men met de intentieverklaring aangesloten bij “Alles is Gezondheid”*. Het Netwerk heeft in 2020 een regiobeeld “Kop van Noord-Holland”** opgesteld met als ambitie: door (meer) samenwerking tussen organisaties in het netwerk krijgt iedereen de juiste handvatten aangeboden om zo gezond mogelijk en veerkrachtig te leven of anderen daarbij te ondersteunen.

1.1 Gebiedsprofielen en data

In Den Helder is veel data beschikbaar op gemeente-, dorp- en buurtniveau, zie <https://Denhelder.incijfers.nl/Dashboard>. De bevolkingsopbouw bestaat uit 14,2% uit kinderen tussen de 0-14 jaar, 16,4% uit 15-29 jaar, 17,3% uit 30-44 jaar, 28,3% uit 45-64 jaar en 23,8% is 65 jaar of ouder. Den Helder heeft gemiddeld meer 65 plussers t.o.v. van Nederland (20%). Deze afwijking zien we ook terug in de leeftijd 45-65 jaar, waarbij landelijk het percentage 27,3 betreft. De gemiddelde leeftijd van inwoners in Den Helder is 43,7 jaar en landelijk ligt dit op 44,9. In de gemeente Den Helder is 79% van de inwoners autochtoon en 21,0% heeft een migratieachtergrond. Van deze groep heeft 11,2 % een niet-westerse migratieachtergrond. De inwoners van Den Helder zijn verdeeld in 27.296 huishoudens. Het gemiddeld aantal personen per huishouden is 2,06. In Den Helder wonen gemiddeld minder mensen in een huishouden t.o.v. het landelijk beeld (2,16). Van het aantal huishoudens is 41,4% alleenstaand t.o.v. 39% landelijk.

Binnen de gemeente Den Helder wordt gebiedsgericht gewerkt. Het gebied is verdeeld in acht “wijken”, zie onderstaand:

*<https://allesiisgezondheid.nl/nieuws/noordkop-gezond-voor-elkaar/>

** <https://www.zonh.nl/regiobeeld-kop-van-noord-holland/>



- Wijk 01 Stad binnen de Linie-Oost
- Wijk 02 Stad binnen de Linie-West
- Wijk 03 Nieuw Den Helder-West
- Wijk 04 Nieuw Den Helder-Oost
- Wijk 05 De Schooten
- Wijk 06 Het Koegras
- Wijk 07 Duinzoom
- Wijk 08 Julianadorp

Figuur 1: Wijkindeling gemeente Den Helder

1.2 Gezondheidsverschillen

Algemeen

Inkomen, opleidingsniveau en achtergrond

In vergelijking met mensen met een laag inkomen en laag opleidingsniveau, leven mensen met een hoog inkomen en hoog opleidingsniveau gemiddeld genomen niet alleen zes jaar langer, maar ook vijftien jaar langer in goede gezondheid. Naast een sterk verband tussen opleiding en gezondheid, hangt ook het hebben van een bijstandsuitkering of schulden samen met gezondheid. Van de mensen met een bijstandsuitkering ontvangt 31% psychische zorg ten opzichte van 10% van de mensen die werken of naar school gaan. Mensen met problematische schulden blijken meer te roken en ongezonder te eten. Ze hebben vaker psychische problemen, lage rugklachten en overgewicht of obesitas. Voor veel van deze verschillen geldt dat ze tussen mensen met een migratieachtergrond en autochtone Nederlanders vaak nog groter zijn. Zo komen chronische aandoeningen als diabetes, hart- en vaatziekten en depressie gemiddeld vaker voor onder inwoners met een migratieachtergrond dan onder autochtone Nederlanders. Deels zijn etnische verschillen in gezondheid te verklaren door de gemiddeld lagere sociaaleconomische positie van migranten, maar daarbovenop hebben het proces van migratie (vrijwillig of onvrijwillig), het omgaan met taal- en cultuurverschillen en integratie hier invloed op (pharos, 2019).

Sociaaleconomisch en fysiek

Gezondheidsverschillen ontstaan niet alleen door individuele leefstijlfactoren. Sociaaleconomische factoren zoals voldoende bestaanszekerheid, het volwaardig kunnen participeren in de samenleving, het beschikken over een sociaal netwerk, een prettige fysieke leefomgeving en voldoende toegang tot passende zorg en ondersteuning spelen een grote rol bij de mate van gezondheid en veerkracht die mensen ervaren. Sociaaleconomische problemen die langdurig aanhouden (kunnen) leiden tot intergenerationele gezondheidsproblemen. Hiermee bedoelen we dat sociaaleconomische problemen en daarmee verweven gezondheidsachterstanden aan de volgende generatie worden doorgegeven. In kwetsbare dorpen/wijken/buurtten hebben inwoners vaak te maken met een stapeling van problemen. Denk aan financiële zorgen, werkloosheid, laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden. Tegelijkertijd spelen er problemen op buurtniveau, zoals onveiligheid, geluidsoverlast en slecht onderhouden woningen en openbare ruimte. Deze factoren in de sociale en fysieke leefomgeving dragen bij aan het ontstaan van chronische stress. Stress is een belangrijke oorzaak voor ongezondheid en een verminderd vermogen om eigen regie te voeren.

Wij zien in onze gemeente gezondheidsverschillen tussen wijken en dorpen, maar ook tussen verschillende groepen inwoners. Ook in bepaalde levensfasen manifesteren deze verschillen zich. Dit betekent dat een gedifferentieerde aanpak noodzakelijk is. Maatwerk per wijk/dorp of groep in plaats van generieke voorliggende voorzieningen. Het betrekken van de doelgroep bij planvorming, communicatie en uitvoering staat centraal.

Specifiek

De sociaaleconomische status score (SES-score*) van Den Helder komt gemiddeld uit op -0,139. De gemiddelde SES-score voor heel Nederland is 0. Bij een hogere score zijn de inwoners welvarender en/of hoger opgeleid en/of langduriger aan het werk. In het gebied Nieuw Den Helder-Oost wordt zeer slecht gescoord op de SES status en met -0,363 staat dit gebied onderaan. Daarnaast volgt het gebied Stad binnen de Linie Oost (-0,247) en Nieuw Den Helder-West (-0,223). Ook scoort het gebied De Schooten (-0,185) en Stad binnen de Linie-West (-0,159) lager dan het gemeentelijk beeld. Het gemiddelde wordt omhoog getrokken door de gebieden Duinzoom waar met 0,213 het hoogst wordt gescoord. Gevolgd door Julianadorp (0,191) en Het Koegras (0,074). Het gemiddelde inkomen in Den Helder is € 26.000,- en ligt daarmee onder het modale inkomen (€ 40.000,-).

In Den Helder is het percentage inwoners (15 -75 jaar) met een laag opleidingsniveau hoger dan Noord-Holland Noord, 30,9% vs 27,2%. Het percentage inwoners (15-75 jaar) met een hoog opleidingsniveau scoort lager dan Noord-Holland Noord, 17,5% vs 27,0%.

In Den Helder leeft 7,2% van de huishoudens in armoede. Huishoudens in armoede beschrijft het aandeel huishoudens met een besteedbaar inkomen (exclusief huurtoeslag) onder de lage-inkomensgrens. Dit is hoger dan het percentage in Noord Holland Noord (5,0%).

Als je specifiek naar kinderen in armoede kijkt, leeft 8,3% van de kinderen tot 18 jaar in armoede t.o.v. 5% in Noord-Holland Noord. De gemiddelde werkloosheid ligt ook lager in Schagen, met 3,1% t.o.v. 3,5% in Noord-Holland Noord. Het aandeel tienermoeders ligt op 17, dit is hoger dan het gemiddelde in de regio (3,5).

Gedrag en leefstijlfactoren

Uit de GGD-monitors** komt naar voren dat Den Helder het laagst (51,6%) scoort in de regio op het overmatig alcoholgebruik onder jongvolwassenen (16-25 jaar). Van overmatig alcoholgebruik bij jongvolwassenen is sprake als in de afgelopen 4 weken 5 of meer glazen gedronken worden bij een gelegenheid (=binge drinker). Ook volwassenen (18-65 jaar) scoren lager bij overmatig alcoholgebruik (14,4%) dan het gemiddelde beeld in de regio (17,4%). Ook volwassenen (18-65 jaar) scoren lager op overmatig alcoholgebruik (17%) dan het gemiddelde beeld in de regio (18,4%). Ook in de leeftijd 65+ is het percentage overmatig drinken hoger (18,9%) dan in Noord-Holland Noord (19,9%).

Als we inzoomen op roken dan zien we een ander beeld. Onder de jongvolwassenen (16-25 jaar) rookt 22,6% regelmatig. Dit ligt 3,5% hoger dan het beeld in de regio. Van de volwassenen (18-65 jaar) rookt 25,6%. Dit is hoger dan het beeld in de regio (17,9%). 19,2 % van de ouders vindt het acceptabel als een kind onder de 18 jaar roken af en toe uitprobeert. Dit percentage is lager dan in de regio (20,2%).

Het percentage overgewicht onder jeugd is 4,7% bij 2 jarigen, bij 3-4 jarigen 6,2%, bij 5-6 jarigen 15%, bij 10-11 jarigen 32,3% en bij 13-14 jarigen 26,8%. We zien een forse stijging vanaf 4 tot en met 11 jaar. In de leeftijd 18-65 jaar zien we een hoger percentage (22,2,1%) ernstig overgewicht (obesitas) dan in de regio (14,5%). In de leeftijd 65+ is het percentage ernstig overgewicht ook hoger (19,3%) dan in de regio (14,7%).

In de gemeente Den Helder zien we een lage inname van groente en fruit onder volwassenen. 40,4% van de volwassenen eet dagelijks fruit vs 42,1% in de regio en 23,7% eet dagelijks groente. Bij jongeren drinkt 71,0% dagelijks water vs 75,5% in de regio en 36,3% nuttigt dagelijks suikerhoudende dranken. In de gemeente Den Helder valt er winst te behalen door in te zetten op het verbeteren van een gezondere leefstijl bij alle leeftijdscategorieën. Dit betekent het verhogen van groente- en fruit inname, het stimuleren van waterdrinken en het streven naar een rookvrije generatie.

Psychische klachten

In Den Helder zien we een stijging van psychische klachten onder jongvolwassenen (16-25 jaar). Het aantal jongvolwassen met psychische klachten is toegenomen van 31,7% in 2017 naar 54% in 2022. In Den Helder heeft 38,2% van de jongvolwassenen in 2022 serieus gedacht om een eind te maken

*SES-Score is een numeriek getal gebaseerd op de welvaart, opleidingsniveau en arbeidsdeelname.

** <https://gezondhnh.nl>

aan het leven. Dit is hoger dan in de regio (30,9%). Bij volwassenen is het percentage suïcide in 2022 13,7%. Dit is hoger dan in de regio (11,7%).

Over het algemeen ervaren de ouders met een laagopleidingsniveau de gezondheid van hun kind iets minder goed. De kinderen van deze ouders hebben vaker een door de arts vastgestelde aandoening. Ook komen slaapproblemen vaker voor naarmate de ouders lager zijn opgeleid. Jongens hebben vaker dan meisjes een verhoogd risico op sociaal-emotionele problemen. Voor wat betreft leeftijd valt het op dat kinderen van 8 t/m 11 jaar vaker een verhoogd risico hebben op emotionele problemen, dan kinderen van 4 t/m 7 jaar. De 4 t/m 7 jarigen hebben vaker gedragsproblemen.

Als we verder kijken in de categorie jeugd zien we dat in deze gemeente het percentage jongeren met jeugdhulp hoger (13,5 %) ligt dan het landelijk beeld (10,2 %). Dit betreft hulp en zorg aan jongeren en hun ouders bij psychische, psychosociale en of gedragsproblemen, een verstandelijke beperking van de jongere, of opvoedingsproblemen van de ouders. Laagopgeleide ouders hebben vaker het gevoel alleen te staan in de opvoeding en weten minder vaak hoe ze moeten reageren op hun kind dan midden- en hoogopgeleide ouders.

Méér preventie en samenwerking hieromtrent en met deze doelgroep is nodig. Doordat organisaties zowel in het sociaal domein/onderwijs als in de jeugdhulpverlening elkaar nog niet altijd goed kennen en weten te vinden, wordt de urgentie niet altijd gevoeld en worden signalen / problemen laat en / of onvoldoende opgepakt. Ook op andere domeinen merkt de regio dat er onbekendheid is m.b.t. de sociale kaart voor initiatieven vanuit sociaal domein en waar de verbinding ligt met de zorg. Zowel inwoners als zorg- en welzijnsprofessionals hebben hier volgens de regio momenteel onvoldoende zicht op (regiobeeld NHN, 2023).

65+, eenzaamheid en mantelzorg

In de leeftijd 18-65 jaar is 49,3% matig tot (zeer) ernstig eenzaam. Dit is hoger dan in de regio (46,7%). In de leeftijd 18-65 jaar wordt in het gebied Nieuw-Den Helder Oost het hoogst gescoord op eenzaamheid t.o.v. Den Helder (52,2% t.o.v. Den Helder 49,3%). Verder wordt er in de Linie-Oost, West en de Schooten ook lager gescoord. In Duinzoom ervaart men het minste eenzaamheid (40,0%) gevolgd door Koegras met 43,0%. Ook onder jongvolwassenen is het percentage matig tot (zeer) ernstig eenzaam hoog, 68,2% t.o.v. 60,6% in de regio.

Verder wonen in de gemeente Den Helder relatief veel ouderen (23,8%) t.o.v. Nederland. De meeste 65'ers wonen in de Schooten, 1/3^e van deze inwoners is 65 jaar of ouder. Van deze groep voelt 51% zich eenzaam in dit gebied. In de leeftijd 18-65 jaar voelt 49% zich eenzaam. Naast de Schooten, wonen er ook relatief veel 65'ers in Stad binnen de Linie West (21%) en Nieuw-Den Helder Oost. 23% van de inwoners is 65 jaar of ouder. Verder bestaat 35% van de inwoners in Duinzoom uit 65'ers, 28% in Nieuw Den Helder-West en 26% van de inwoners in het Koegras. In de regio neemt het aandeel 85+'ers t.o.v. 50-64 jarigen fors toe, waardoor er meer mantelzorgers nodig zijn, maar er tegelijkertijd ook minder beschikbaar zullen zijn. Dit zorgt voor een knelpunt waardoor de vraag naar formele zorg en ondersteuning stijgt. De regio ervaart dat het tekort aan informele zorgverleners groeit (regiobeeld NHN, 2023). Op dit moment geeft 12,8% van de inwoners (18-65 jaar) mantelzorg in Den Helder, landelijk is dit 13,5%.

1.3 Verschillen in deelname in sport, bewegen en cultuur

Sport en bewegen

Er zijn veel sport- en beweegmogelijkheden in Den Helder. Kinderen (4-12 jaar) in Den Helder scoren qua percentage lager bij minstens 1 uur per dag bewegen dan Noord Holland Noord, 68,5% in Den Helder t.o.v 76,5% in de regio.

Voldoende sport en bewegen is nog niet voor iedereen vanzelfsprekend. Om voldoende sport en bewegen te meten is de beweegrichtlijn opgesteld. De beweegrichtlijn* houdt in: dat minstens 150

* <https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/producten/beweegrichtlijnen/>

minuten matige of zwaar intensieve inspanning per week en minstens 2x per week spier- en botversterkende activiteiten. Voor ouderen wordt aanbevolen om dit te combineren met balansoefeningen. Gemiddeld voldoet 52,6 % van de inwoners (18-65 jaar) in Den Helder aan de beweegrichtlijn. Dit percentage is lager dan het percentage in de regio (54,1%). In de leeftijd van 65 jaar en ouder voldoet 39,3% van de beweegrichtlijn. Dit percentage is eveneens lager dan in de regio (44,7%).

Als we verder inzoomen op gebiedsniveau, dan valt op dat de Schooten het slechtst scoort. Slechts 46,4% beweegt voldoende*. Daarna volgt Nieuw Den Helder-West met 49,2% en het Koegras met 50,9%.

De gemeente Den Helder scoort in alle leeftijdscategorieën minder dan het gemiddelde in Noord-Holland Noord. 4-12 jaar 73,0% vs 77,3% NHN, 2^e/4^e klas VO 72,8% vs 80,3% NHN, 16-25 jaar 52,7% vs 63,1% NHN, 18-65 jaar 27,6% vs 37,6% NHN en 65 jaar en ouder 22,8% vs 27% NHN. Naast het sporten in verenigingsverband zien we de laatste jaren ook een trend in het ongeorganiseerd sporten. Hieronder worden veelal de volgende activiteiten benoemd: Fitness, Wielrennen, Sportief wandelen en Hardlopen. In 2020 deed ongeveer 19% van de inwoners van Den Helder van 18 jaar of ouder aan fitness**. Ongeveer 10% van de inwoners gaf aan hard te lopen, 3% gaf aan sportief te wandelen en ongeveer 1% doet aan wielrennen.

In de gemeente Den Helder wordt er 69 (1-100) gescoord op de beweegvriendelijke omgeving (BVO)***. De indicator BVO laat zien in hoeverre de openbare ruimte mogelijkheden biedt voor mensen om te sporten en te bewegen. De veronderstelling is dat een beweegvriendelijke omgeving (dus een hogere score) het beweeggedrag positief beïnvloedt. De score is hoger dan het landelijke gemiddelde (60). De nabijheid van de voorzieningen is gelijk aan de landelijke gemiddelde score (41). Ook het aantal sportaccommodaties vs landelijk (68 vs 62) scoort positief evenals het aantal speelplekken (97 vs 72). Wel mist 29,7% van de ouders met jonge kinderen 0-11 jaar een veilige speelplek en is 24,4% ontevreden over de speelmogelijkheden van de kinderen.

Cultuur

Door de ligging van Den Helder omgeven door water kent de stad een rijke geschiedenis. Deze herinneringen zijn vastgelegd in het cultureel erfgoed. In Den Helder is veel te beleven op het gebied van cultureel erfgoed, accommodaties, evenementen, wonen, werken, leren en recreëren. De huidige gemeentelijke cultuurvisie is gericht op 4 speerpunten; Kinderen en cultuur, Iedereen doet mee, Den Helder culturele hart van de regio en Cultureel ondernemen. De cultuurvisie beoogt traditioneel de juiste voorwaarden te scheppen voor een samenleving waarin onze inwoners kunnen participeren in culturele activiteiten die als waardevol worden gezien. De vormgeving van de cultuurvisie verschilt van periode tot periode. Dit hangt samen met veranderende opvattingen over wie bepaalt wat waardevol is, en hoe actief deelname hieraan moet worden gestimuleerd vanuit inclusiviteit. Als gevolg hiervan is herijken van de cultuurvisie binnen de gemeente Den Helder wenselijk.

Den Helder heeft een cultuurplatform. Dit platform denkt mee met Citymarketing over verschillende kunst- en cultuuronderwerpen, om de levendigheid en de verscheidenheid in de stad te bevorderen en kunst en cultuur toegankelijk te maken voor iedereen. De toegankelijkheid van het culturele aanbod wordt in de dorpen soms als minder ervaren.

Ook heeft Den Helder veel historische, kunst, dans, muzikale, creatieve, maritieme, carnaval en educatieve verenigingen* met actieve deelname. Deze cultuurverenigingen hebben doorgaans te maken met een terugloop in leden, minder aanmeldingen van kinderen en een olopemd vrijwilligerstekort. Uit extern onderzoek naar de cultuursector is gebleken dat de bezoekersaantallen (sinds corona) nog niet op het "oude" niveau zijn en dat in verhouding veel bezoekers van buiten Den Helder komen ten opzichte van de "eigen" inwoners. Ook zien we dat de betrokkenheid van jongeren achterblijft zowel qua bezoeken als ontwerpen. Verder is talentontwikkeling in de cultuursector beperkter doordat talenten minder ervaring hebben kunnen op doen met publiek vanwege corona en maken we ons zorgen over de positie van makers en ZPP'ers in de culturele sector in de gemeente Den Helder.

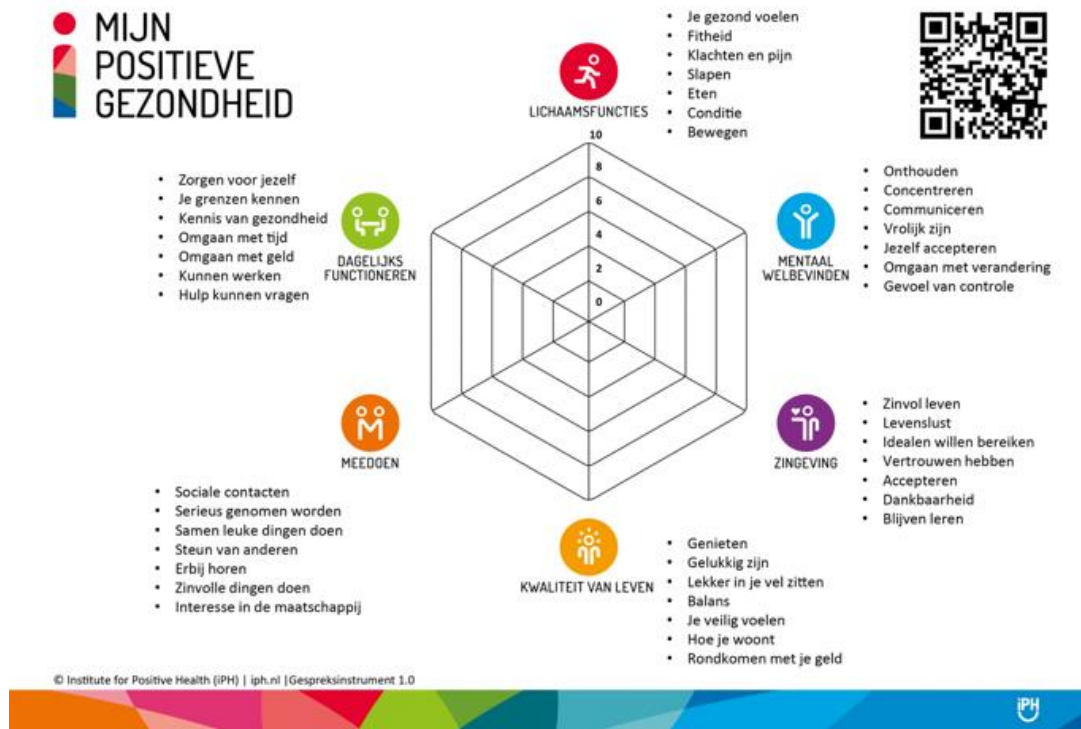
** <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kaarten/ongeorganiseerdspots>

***[SROI Den Helder](#)

*<https://www.denhelder.online/cultuur/culturele-verenigingen>

1.4 Preventieakkoord Noordkop Gezond Akkoord

Den Helder heeft een regionaal preventieakkoord “Noordkop Gezond Akkoord (2021-2023)” met de gemeente Hollands Kroon, Schagen en Texel, zij vormen de regio Noordkop met ong. 160.000 inwoners. Bij de uitvoering van het preventieakkoord wordt gewerkt vanuit het principe “Positieve Gezondheid”. Binnen de vier gemeente staat deze visie centraal. Positieve Gezondheid is het vermogen om je aan te passen en zelf te beslissen hoe om te gaan met sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven. Belangrijke randvoorwaarden van deze visie zijn een bredere kijk op gezondheid, uitgaan van de gezondheidsbeleving van het individu, veerkracht en zingeving. Er is aandacht voor voeding en beweging, maar ook voor zelfbeeld, stress en rust. De focus ligt op gezondheid en gedrag. Deze brede invulling is uitgewerkt in zes dimensies, te weten:



Figuur 2: Dimensies Positieve Gezondheid

In het Noordkop Gezond Akkoord staat de volgende ambitie centraal:

“De Kop van Noord-Holland is in 2033 een positief gezonde regio. In de Kop van Noord-Holland leven gezonde, vitale en gelukkige inwoners. Zij hebben een actieve leefstijl en groeien op in een gezonde omgeving. Zij zijn veerkrachtig en maken gezonde keuzes”.

Om dit te bereiken heeft de Noordkop ingezet op 5 speerpunten:

1. Een leven lang gezond actief – fysiek, mentaal en sociaal actief
2. Een gezonde leefstijl met gezonde keuzes – gezonde keuzes de gemakkelijkste keuze
3. Terugdringen middelengebruik: alcohol, drugs en roken
4. Meedoen in de Kop – laagdrempelig meedoen
5. Vitaal ouder worden – zolang mogelijk vitaal gezond en zelfstandig kunnen leven

Per speerpunt zijn passende projecten geselecteerd en afhankelijk van het project zijn de samenwerkingspartners benaderd en is gezamenlijk gekeken naar een effectieve invulling van het project. In Den Helder hebben we samen met de JOGG-regisseur, de GGD, kinderopvang, Mee & De Wering, Wonen Plus Welzijn, huisartsen, Omring, ZONH en de scholen de volgende activiteiten uitgevoerd:

- Een leven lang gezond actief: In Den Helder is gestart met het landelijke impulsprogramma *Jong Leren Eten** om voor alle kinderen en jongeren dichtbij huis en school een goed aanbod van educatieve en ervaringsgerichte activiteiten over voedsel te realiseren.

* <https://www.jonglereneten.nl/sites/default/files/2021-06/Kop%20van%20Noord-Holland%20-%20Overzicht%20voedsel%20educatie%20-%202021-22.pdf>

Het doel is om kinderen en jongeren meer in aanraking brengen met kennis en activiteiten over voedsel, zodat ze zelf gezonde én duurzame keuzes kunnen maken.

- *Een gezonde leefstijl met gezonde keuzes; Op een aantal basisscholen in Den Helder is het schoolfruit aangeboden om kinderen te stimuleren meer fruit te eten. Tevens is het project Groentjessoep project uitgevoerd. Met het project Groentjessoep krijgen alle leerlingen van de school iedere week een kop verse groentesoep tijdens de lunch. De leerlingen van de groepen 7/8, de zogenaamde "Soupmasters" helpen mee met het bereiden, uitdelen en vertellen over de soep.*
- *Terugdringen middelengebruik; Den Helder is gestart met het programma In Control of Alcohol & Drugs op het voorgezet onderwijs. Het doel is om het gebruik van alcohol en drugs te voorkomen of terug te dringen onder jeugdigen en zelfcontrole te bevorderen waardoor jongeren beter in staat zijn verleidingen te weerstaan.*
- *Meedoen in de kop: In Den Helder wordt het Gouden Kans Project uitgevoerd voor jongeren tussen de 16 en 27 jaar om hun krachten en talenten te ontdekken. Tevens wordt het project Ontmoeten & Meedoen in De Verbinding aangeboden voor alle inwoners. Dit zijn inloopbijeenkomsten waarbij ontmoeting, iets samen met andere inwoners doen en andere inwoners leren kennen, centraal staan. Naast ontmoeten en doen is Doet & Ontmoet ook een plek waar informatie kan worden opgehaald, denk aan informatie over zorg- en welzijnsorganisaties, activiteiten e.d. Voor inwoners die 18 jaar of ouder zijn, met een Wajonguitkering of Bijstandsuitkering is deelname aan het project Sport-Werkt! mogelijk. Het project biedt een steuntje in de rug om de levensstijl te verbeteren door mee te doen aan sportclinics, workshops voeding & koken, solliciteren & presenteren, sociale vaardigheden & zelfvertrouwen versterken en omgaan met geld. Op dit moment wordt onderzocht wat de mogelijkheden zijn comeback/helden toe te passen in Den Helder. Project Comeback "Helden in de klas" is een programma om het welzijn van jongeren met een uitdaging te verbeteren door inspiratie en motivatie van topsporters. Het heeft als doel om in 2035 een generatie te hebben afgeleverd die tegenslag overwonnen heeft en waar met bewondering en inspiratie naar gekeken wordt.*
- *Vitaal ouder worden: Den Helder ondersteunt ouderen die niet zelfstandig in staat zijn om gelukkig, gezond en langer thuis te wonen met programma's als de dementievriendelijke gemeente (in 2017 uitgeroepen tot dementievriendelijke gemeente), Doortrappen, valpreventie, langer zelfstandig thuiswonen, van vergrijzing naar vernieuwing*.*

1.5 Sportakkoord Den Helder

In Sportakkoord 1 zijn onder drie invalshoeken (Sterk & Samen, Gezond & Wel en Veel & Vaardig) ambities geformuleerd.

Onder invalshoek **Sterk & Samen** zijn met verschillende sport- en beweegaanbieders uit de regio de volgende activiteiten uitgevoerd:

- *Kennisdeling en samenwerking om sport te versterken, zoals het aanbieden van trainersopleidingen bij sportverenigingen en het aanbieden van workshops over het sport- en beweegaanbod.*
- *Versterking sportorganisaties en vergroting participatie, door het aanleggen van een traplift is de tafeltennisvereniging (op de verdieping) gemakkelijker bereikbaar voor oudere sporters. Ook hebben we een 1^e traject empoweren vrouwen via werelddans Internationaal Vrouwencentrum aangeboden.*
- *Delen accommodaties en materialen, zoals de aanschaf van materialen (runningframes, tennisrackets, beweegidboxen), die door verschillende sport- en beweegaanbieders gebruikt worden voor het aanbieden van sport- en beweegactiviteiten.*
- *Openbare ruimte beweegvriendelijker. We hebben nieuwe bewegwijzering voor MTB-routes en een steiger voor kano's aangelegd. Ook hebben we 'Ommetjes'* aangelegd in 2 wijken in Den Helder en Julianadorp. Hier kunnen bewoners (alleen of onder leiding van een wandelcoach) routes lopen van 1, 2 of 3 kilometer.*

* <https://www.rodinl.nl/denhelder/sport/237654/team-sportservice-en-gemeente-openen-eerste-ommetje-in-den-helder>

- Versterking en verbreding ondersteuning sportaanbieders. We hebben de taakie app geïntroduceerd, waarmee sportverenigingen vrijwilligers kunnen benaderen voor diverse taken.

Onder invalshoek **Gezond & Wel** zijn met verschillende sport- en beweegaanbieders, Mee & De Wering, Noordkop Voor Elkaar, Praktijk Ondersteuners Huisartsen Julianadorp, Dieet & Co, Odensehuis en AristoZorg de volgende activiteiten uitgevoerd:

- *Extra aandacht voor gezonde leefstijl in sportomgeving.* Er is een informatiebijeenkomst gezonde kantine aangeboden aan alle sportverenigingen. Enkele sportverenigingen hebben na deze informatiebijeenkomst daadwerkelijk aanpassingen gedaan in het kantine aanbod.
- *Vergroten mogelijkheden voor aangepast sporten.* Met de atletiekvereniging is een loop gehouden op Noorderhaven voor mensen met een (lichte) beperking. Een boksschool biedt boksen voor inwoners met Parkinson aan. De instructeur is professioneel geschoold om les te geven aan deze doelgroep.
- *Huisartsen verwijzen door naar dit specifieke aanbod.* Voor inwoners met een beperking is een zeilkamp georganiseerd en is een interactieve sportmarkt aangepast sporten georganiseerd.
- *Meer ouderen in beweging.* We hebben samen met de atletiekvereniging een rollatorloop georganiseerd en met de wielervereniging fietstochten voor ouderen. Ook hebben we een walkingfootball toernooi, weerbaarheidstrainingen, valpreventie en een sportieve proeverij 55+ aangeboden.
- *Toegankelijkheid sport voor minder draagkrachtigen vergroten.* Voor achterstandsjeugd is een workshop goed en goedkoop voeding aangeboden.
- *Meer kennisdeling en samenwerking sport en zorg.* Een aantal van de genoemde activiteiten is uitgevoerd met zorginstellingen, zoals Noorderhaven (mensen met een beperking) en het Odensehuis (mensen met dementie).

Onder invalshoek **Veel & Vaardig** zijn met verschillende sport- en beweegaanbieders, scholen en theater de Kampanje zijn de volgende activiteiten uitgevoerd:

- *Nieuwe sportactiviteiten en -evenementen.* Om nieuwe sportactiviteiten te promoten hebben we in samenwerking met buurtsportcoaches en sportverenigingen "zomerboost-activiteiten" aangeboden.
- *Extra voorzieningen om sport en bewegen te bevorderen.* We hebben binnen de nationale sportweek een BeActive Night georganiseerd om inwoners kennis te laten maken met diverse sporten en zo sport en bewegen te bevorderen. Om (met name jonge) inwoners kennis te laten maken met nieuwe sporten hebben we een Urban Culture Festival georganiseerd.
- *Versterking en verbreding samenwerking tussen sport, onderwijs en kinderopvang om kinderen meer en beter te laten bewegen.* Om de samenwerking te verbreden zijn we pauzesport activiteiten opgestart op basisscholen. Dit is een samenwerking met studenten Sport & Bewegen uit het MBO. Voor de allerjongste inwoners is een Peuter4daagse gehouden.

1.6 Belangrijkste opgaven gezondheid en sociale basis

Een goede sociale basis bestaat uit inwoners die zich persoonlijk ontwikkelen, hun talenten benutten en zelfredzaam zijn. Gezondheid zien we als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven.

Om de kanselijkheid te vergroten op een langer leven in een goede gezondheid wordt in Den Helder gefocust op de volgende opgaven:

- Het bevorderen van meedoen in de samenleving in gebied Nieuw Den Helder oost en West en Stad binnen de linie Oost;
- Het voorkomen van onbedoelde zwangerschappen bij mannen en vrouwen in de vruchtbare leeftijd met complexe problemen;
- Het voorkomen van alcoholgebruik onder jongvolwassenen (16-25 jaar);
- Het verminderen van roken onder jongeren (16-25 jaar) en volwassenen (18-65 jaar);
- Het verminderen van overgewicht onder jongeren (16-25 jaar) en volwassenen (18-65 jaar) in de Schooten en Stad binnen de linie Oost en West;
- Het stimuleren van inname van groente en fruit onder jongeren (16-25 jaar) en volwassenen (18-65 jaar);

- Het stimuleren van water drinken onder kinderen (4- 16 jaar);
- Het verminderen van psychische klachten onder jongeren (16-25 jaar);
- Het verminderen van gedrags- en opvoedingsproblemen;
- Het verbeteren van de verbindingen tussen het sociale domein en de zorg (sociale kaart);
- Het verminderen van de eenzaamheid met focus op de leeftijd 19-65 jaar in Nieuw Den Helder Oost, Stad binnen de linie Oost en West en de Schooten en op de leeftijd 65+ in de Schooten, Stad binnen de linie West en Nieuw-Den Helder Oost;
- Het voorkomen van vallen;
- Het ondersteunen van mantelzorgers.

1.7 Belangrijkste opgaven sport, bewegen en cultuur

Sport, bewegen en cultuur is overal en van iedereen en moet dus ook door zoveel mogelijk inwoners te ervaren en te beleven zijn. Dit betekent enerzijds dat er kwalitatief aanbod moet zijn en anderzijds dat iedereen die het wil, kan deelnemen aan sport, bewegen en cultuur.

Om deze ambities te kunnen realiseren en de deelname verschillen binnen gemeente Den Helder op te lossen richt Den Helder zich op de volgende opgaven:

Sport en bewegen

- Het verhogen van de wekelijkse sportdeelname met focus op Schooten en jongeren van 12 tot 18 jaar;
- Het versterken van de sportverenigingen (veilig en vitaal);
- Het vernieuwen van het sport- en beweegaanbod;
- Het stimuleren van ongeorganiseerd sporten;
- Het vergroten van de laagdrempeligheid van het sport- en beweegaanbod;
- Volwassenen en ouderen bewegen meer als onderdeel van hun dagelijkse ritme;
- Het stimuleren van sport- en bewegen in de openbare ruimte onder alle doelgroepen en leeftijdscategorieën;
- Het vergroten van de vaardigheden in bewegen bij kinderen;
- Het bevorderen van deelname aan sport & bewegen voor kinderen en gezinnen met minder geld.

Cultuur

- Het blijvend op de kaart zetten van kunst en cultuur door een actualisatie van de cultuurvisie binnen de gemeente Den Helder;
- Het stimuleren van domein-overstijgende samenwerking tussen de verschillende verenigingen, organisaties en het onderwijs;
- Het stimuleren van deelname aan vrijwilligerswerk bij de cultuurverenigingen of -organisaties;
- Het verbeteren van de toegankelijkheid (laagdrempeligheid), om zowel zichtbare als onzichtbare drempels weg te nemen;
- Het nog meer positioneren van kunst en cultuur in de gemeente Den Helder als toeristische trekpleister;
- Het kennismaken met en interesse bevorderen van kunst & cultuur op scholen door opname van kunst & cultuur in het curriculum en in het naschoolse en buitenschoolse activiteiten aanbod;
- Het bevorderen van deelname aan kunst en cultuur voor kinderen en jongeren uit gezinnen met minder geld;
- Het verbreden van het culturele aanbod dat inspeelt op de migratie-gerelateerde diversiteit;
- Het meer profileren van Den Helder als culturele hart van de regio.

2 Uitgangspunt – Positieve Gezondheid

Den Helder, Hollands Kroon, Schagen en Texel borduren in het Plan van Aanpak Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) voort vanuit het principe "Positieve Gezondheid". Positieve Gezondheid maakt het mogelijk om mensen aan te spreken op hun veerkracht in plaats van op hun ziekte. Niet gezondheid is het doel, maar een betekenisvol leven. Het gedachtengoed laat je beter aansluiten op persoonlijke behoeften. Veel hulpvragen komen doorgaans terecht in het medische circuit, terwijl het in de kern niet altijd om een zorgprobleem gaat. Zorgoplossingen kunnen dan medicaliserend werken. Als je kijkt door de bril van Positieve Gezondheid, zie je beter wat er écht nodig is. Binnen de vier

gemeenten staat deze visie blijvend centraal. We hebben daarom de thema's van de Brede SPUK-regeling onderverdeeld onder de zes gezondheidsdimensies.

In dit concept wordt gezondheid niet meer gezien als de af- of aanwezigheid van ziekte, maar als het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren. In deze visie is gezondheid niet meer het domein van de zorgprofessionals, maar van ons allemaal. Het gaat immers om het vermogen om met veranderende omstandigheden om te gaan. Positieve Gezondheid gaat over zes gezondheidsdimensies om het "gezondheidswelzijn" te meten.

2.1 Dimensie 1: Lichaamsfuncties

Het domein lichaamsfuncties heeft betrekking op medische feiten, medische waarnemingen op klachten, pijn, gebrek aan energie of juist een goede conditie, het fysiek functioneren. Deze dimensie richt zich op het verbeteren van de gezondheid van inwoners en verlagen van de zorgkosten. Om de gezondheid te verbeteren wordt ingezet op het stimuleren van sport en bewegen, cultuurparticipatie (*Thema 1: Lokaal Sportakkoord* en *Thema 2: Brede regeling combinatiefuncties*), het terugdringen van overgewicht en obesitas (*Thema 6: Aanpak overgewicht en obesitas*) en het versterken van de kennis- en adviesfunctie GGD (*Thema 14: Versterken kennis- en adviesfunctie GGD*).

2.1.1 Thema 1: Lokaal sportakkoord

Met meer aandacht voor gezondheid en sport als middel is in Den Helder meer en passender sport- en beweegaanbod gekomen bij onze sport- en beweegaanbieders. De herijking van het Sportakkoord in 2023 sluit nog beter aan op onze doelstellingen op het gebied van preventie en gezondheid. De uitdagingen waarin het Sportakkoord II op wil inspelen zijn:

- o Het sportaanbod bij sportaanbieders sluit (nog te vaak) onvoldoende aan op de veranderende behoefte van de sporter op zowel kwaliteit, veiligheid als toegankelijkheid;
- o De uitstroom bij sportclubs in bepaalde groepen zoals 12 tot 18-jarigen is te hoog;
- o Als volwassenen eenmaal zijn gestopt met sporten, komen zij moeilijk weer in beweging en terug bij de sportaanbieders;
- o De ondersteuning van en dienstverlening aan de sportaanbieders is erg versnipperd;
- o De maatschappelijke waarde van (top)sport is nog te beperkt zichtbaar;
- o Sport en sportief bewegen zit te weinig in gedrag en routine van onze inwoners.

Om de uitdagingen te trotseren richten we ons in Sportakkoord II op de volgende drie opgaven:

1. [Het fundament op orde](#)
2. [Een groter bereik](#)
3. [Meer \(zichtbare\) betekenis](#)

2.1.2 Thema 2: Brede Regeling Combinatiefuncties

Het doel van de Brede Regeling Combinatiefuncties is het stimuleren van gezondheid, sport- en beweegdeelname, cultuurparticipatie én het versterken van de sociale basis van inwoners. Daarmee zetten wij een stap in het nog meer doelgericht inzetten van functionarissen met de volgende zes profielen:

1. [Verenigingsondersteuner](#)
2. [Buurtsportcoaches sport, bewegen en cultuur](#)
3. [Beweegcoach kwetsbare groepen](#)
4. [Combinatiefunctionaris onderwijs](#)
5. [Coördinator Sport en Preventie - Lokaal Sportakkoord II](#)
6. [Regisseur Positieve Gezondheid](#)

2.1.3 Thema 6: Aanpak overgewicht en obesitas

Den Helder werkt integraal aan overgewicht en obesitas. De maatregelen en interventies worden in samenhang gezet en aangepakt via de pijlers:

- o Voorlichting & educatie;

- Signalering;
- Advies en ondersteuning;
- Fysieke en sociale omgeving;
- Regelgeving en handhaving.

Naast gezonde voeding kan sport en bewegen bijdragen aan gewichtsverlies, verminderde gewichtstoename na gewichtsverlies en minder ontstekingsreacties in je lichaam. Daarnaast word je fitter en kan bewegen zorgen dat je lekkerder in je vel zit.

Den Helder focust zich samen met andere gemeenten in de regio op kinderen (en gezinnen) met overgewicht of obesitas en richt zich op: [Kind naar Gezonder Gewicht \(KnGG\)](#)

2.1.4 Thema 14: Versterking kennis- en adviesfunctie GGD – domeinoverstijgend

GGD Holland Noorden heeft vanuit haar reguliere activiteiten de ondersteuning voor gemeenten in het kader van GALA/SPUK al nader vormgegeven door de inrichting van drie regionale advies- en kennisteams. De teams bestaan uit beleidsadviseurs, gezondheidsbevorderaars en epidemiologen die zich inzetten voor de gemeenten uit respectievelijk de regio Alkmaar, Kop van NH of West-Friesland. Deze regionale teams vervullen hun kennis- en adviesfunctie vanuit een onafhankelijke en objectieve positie als volgt in: [Versterking kennis- en adviesfunctie GGD](#)

2.2 Dimensie 2: Mentaal welbevinden

Je mentaal welbevinden wordt voor een deel bepaald door hoe goed je je voelt en door de positieve emoties die je ervaart. Het gaat dan over positief en optimistisch zijn, zelfvertrouwen hebben en je goed in je vel voelen. Veel factoren hebben invloed op ons mentaal welbevinden. Mentaal gezonde jongeren gebruiken minder alcohol & drugs, zijn veerkrachtiger, kunnen beter omgaan met groepsdruk en ervaren minder prestatiedruk. Om de mentale gezondheid te bevorderen wordt ingezet op het verminderen van alcohol & drugsgebruik bij jongeren (*Thema 5: Mentale gezondheid*).

2.2.1 Thema 5: Mentale gezondheid

Mentale gezondheid gaat over de manier waarop je je verhoudt tot jezelf en tot anderen en hoe je omgaat met de uitdagingen in het dagelijks leven. Alcohol en drugs kunnen een negatief effect hebben op de mentale gezondheid en tot psychische klachten leiden. In de gemeente Den Helder ligt het percentage alcohol- en drugsgebruik vergelijkbaar of lager dan landelijk het beeld is. Door integraal samenwerken op het gebied van handhaving, preventie en communicatie wordt beoogd het percentage alcohol- en drugsgebruik op hetzelfde niveau te houden en bij voorkeur verder te verlagen en zet daarom in op jongeren: [In control of Alcohol & Drugs](#)

2.3 Dimensie 3: Zingeving

De behoefte aan zingeving is de grootste levenskracht om gezondheid te bevorderen. Om gezond te zijn moet het mentaal, sociaal en fysiek goed zitten. Om zingeving te bevorderen wordt ingezet op het verminderen van psychosociale klachten (*Thema 13: Welzijn op recept*).

2.3.1 Thema 13: Welzijn op recept

Het doel van Welzijn op recept is het verminderen van psychosociale klachten van inwoners die bij de huisarts komen. Welzijnsorganisaties en eerstelijnszorgvoorzieningen ontwikkelen lokale welzijnsarrangementen, waar inwoners naar doorverwezen worden. Deze bestaan uit interventies die het welbevinden verhogen, zoals creatieve of sportieve activiteiten en vrijwilligerswerk.

[Welzijn op recept](#)

2.4 Dimensie 4: Kwaliteit van leven

Kwaliteit van leven gaat over de waarde die ondanks (gezondheids)beperkingen toch aan het leven worden toegekend. Het is de blik die mensen hebben op het leven en positief omgaan met (negatieve) veranderingen. Om de kwaliteit van leven te bevorderen wordt ingezet om de verschillend terug te dringen (*Thema 3: terugdringen gezondheidsachterstanden*), *de kansengelijkheid te bevorderen*

(Thema 4: Kansrijke start), de leefomgeving te optimaliseren (Thema 8: Leefomgeving) en (Thema 9: Opgroeien in een kansrijke omgeving (OKO) & Vroegsignalering alcoholproblematiek).

2.4.1 Thema 3: Terugdringen gezondheidsachterstanden

Bij gezondheidsachterstanden hebben we het over gelijke gezondheidskansen voor alle inwoners. Niet alle inwoners in Den Helder hebben dezelfde kansen. Armoede, schulden, minder goede huisvesting, een ongunstige woonomgeving, onveilige gevoelens, eenzaamheid en werkloosheid kunnen leiden tot chronische stress en ervaren eerder een slechtere gezondheid. Om de (opvoedings, interactie en gezondheids)vaardigheden van kinderen en ouders te verbeteren richten we ons op:

1. [JOGG-regisseur](#)
2. [Video hometraining](#)
3. [Gezonde voeding op school](#)
4. [Gratis watertappen](#)

2.4.2 Thema 4: Kansrijke start

Ieder kind verdient de best mogelijke start van zijn of haar leven. Om de kansengelijkheid te bevorderen van deze best mogelijke start richten we ons op:

1. [Nu niet zwanger \(NNZ\)](#)
2. [Stichting babyspullen](#)
3. [Koken met Nijntje boekjes](#)
4. [Stevig ouderschap en Voorzorg](#)

2.4.3 Thema 8: Leefomgeving

Een gezonde leefomgeving beschermt niet alleen de gezondheid van onze inwoners, het kan de gezondheid ook actief bevorderen. Een gezonde leefomgeving is een prettige leefomgeving die onze inwoners uitnodigt tot gezond gedrag. Een beweegvriendelijke omgeving is een wezenlijk onderdeel van die gezonde leefomgeving en faciliteert en stimuleert inwoners om te sporten en bewegen. Met een beweegvriendelijke omgeving bevorderden we de fysieke conditie en motorische vaardigheden van onze inwoners. Ook draagt een beweegvriendelijke omgeving bij aan de leefbaarheid en sociale cohesie in de buurt en aan het welzijn en de mentale gezondheid van inwoners. Doordat meer mensen in een beweegvriendelijke omgeving gebruik maken van actief transport (lopen, fietsen), draagt deze ook bij aan een schoner (leef-)milieu en een duurzame gezonde leefomgeving en daarom richten we ons op: [Beweegvriendelijke omgeving](#)

2.4.4 Thema 9: Opgroeien in een kansrijke omgeving (OKO) & Vroegsignalering alcoholproblematiek

OKO helpt om te werken aan gezonde en gelukkige jeugd, door te zorgen voor een positieve leefomgeving voor jongeren. Een belangrijk onderdeel hiervan is zinvolle vrijetijdsbesteding. We verkennen of binnen onze gemeente het mogelijk is om uitvoering te geven aan deze werkwijze: [Opgroeien in een kansrijke omgeving \(OKO\)](#)

2.5 Dimensie 5: Meedoen

Het gevoel erbij te horen en contact te hebben met anderen is een diepe behoefte van mensen. Uit onderzoek blijkt dat echte eenzaamheid schadelijker is dan roken. Mensen die roken leveren bij matig roken 8 jaar in op hun levensverwachting en bij zwaar roken 13 jaar. Maar leven in echte eenzaamheid vermindert de levensverwachting met 14 jaar. Om iedereen in Den Helder mee te laten doen in de samenleving wordt ingezet het verbeteren van de leefbaarheid (Thema 10: versterken sociale basis) en het terugdringen van eenzaamheid (Thema 12: Eén tegen eenzaamheid).

2.5.1 Thema 10: Versterken sociale basis

Het versterken van de sociale basis moet helpen mensen gelukkiger te maken. Alle informele netwerken om mensen heen, de burens, de familie, de school, (vrijwilligers) werk, sportvereniging, online netwerken etc., dragen bij aan het welzijn van mensen. Het is in deze kring, waar

ongedwongen en aansluitend bij iemands belevingswereld, veel steun wordt geleverd. Daarom zet Den Helder nog meer in om betere voorzieningen te realiseren en die ook vindbaar en toegankelijk te maken voor alle inwoners door:

1. [Versterken wijkteams - toegang sociaal domein](#)
2. [Vergroten maatschappelijke oriëntatie sportverenigingen](#)

2.5.2 Thema 12: Eén tegen eenzaamheid

Gezelligheid en sociale contacten zijn een van de belangrijkste redenen waarom ouderen graag in groepsverband activiteiten doen, met een kopje koffie na. Het gevoel van eenzaamheid is voor iedereen anders en vraagt daarom maatwerk. Den Helder wil het welzijn van ouderen structureel verbeteren door: [Voorstellingen Stichting de tijdmachine](#)

2.6 Dimensie 6: Dagelijks functioneren

Het dagelijks functioneren gaat over hoe goed u voor uzelf kunt blijven zorgen. Wat u kunt doen om een zelfstandig leven te leven, of zo zelfstandig mogelijk. Om het dagelijks functioneren te bevorderen of te behouden wordt ingezet om vallen te voorkomen (*Thema 7: Valpreventie*) en de belastbaarheid van mantelzorg te reguleren (*Thema 11: Mantelzorg*) en de coördinatie regionaal te optimaliseren (*Thema 15: Coördinatie regionale aanpak preventie*).

2.6.1 Thema 7: Valpreventie

Elke 5 minuten belandt er in Nederland een 65-plusser op de spoedeisende hulp na een val. Valincidenten onder ouderen hebben ernstige gevolgen. Zorgelijk, wanneer je je bedenkt dat één op de drie 65-plussers een verhoogd valrisico heeft. Hiervan komt jaarlijks 10% op de spoedeisende hulp – ruim 280 ouderen per dag. Dit heeft impact op de zelfredzaamheid en vitaliteit van de persoon zelf, maar ook op de zorg en een eventuele partner en/of mantelzorger(s). Een val voorkomen is dus beter dan genezen! Bewegen speelt een belangrijke rol om te werken aan de fysieke onderdelen om vitaal ouder te worden. Om vallen te voorkomen richt Den Helder zich op: [Ketenaanpak valpreventie](#)

2.6.2 Thema 11: Mantelzorg

Mantelzorg is alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving, ook als zorg vanzelfsprekend voelt. Mantelzorg is onbetaalde hulp en kan nooit als een verplichting worden opgelegd. Den Helder zet in op het Odensehuis en respijtzorg voor mantelzorgers door:

1. [Odensehuis](#)
2. [Versterken en doorontwikkelen respijtzorg](#)

2.6.3 Thema 15: Coördinatiekosten regionale aanpak preventie - domeinoverstijgend

In onze zorgregio is de gemeente Hoorn de coördinerende gemeente voor [de regionale aanpak preventie](#). Samen met de samenwerkingspartners werkt de gemeente Hoorn aan het tot stand komen van dit regionaal plan.

3 Governance

3.1 Samenhang & synergie en voortgangsbewaking

Regionaal

In de regio wordt een werkgroep samengesteld. Een werkgroep bestaande uit één ambtelijk vertegenwoordiger per subregio vanuit gemeenten en vanuit GGD HN. De taken van de werkgroep zijn als volgt:

- Bepaalt in samenspraak prioritering van de opdrachten en binnen de opdrachten;
- Monitort voortgang, evalueert en stelt zonodig bij;
- Agendeert ambtelijk de voortgang;
- Schaalt op naar management van beide organisaties bij stagnaties en eventuele knelpunten;
- Zorgt voor verbinding met coördinatie tafel NHN Gezond.

Lokaal

Den Helder werkt met de omgevingsgerichte aanpak. Immers de kern, buurt of wijk waarin je woont, met de aanwezige voorzieningen daarin, creëert kansen op of belemmeringen in gezondheid. Den Helder maakt in deze aanpak ruimte voor gezondheid met als uitgangspunt de Positieve Gezondheid. Den Helder stelt vanuit de BRC-regeling een Regisseur Positieve Gezondheid aan, die zorgt voor de verbinding tussen en ondersteuning van de lokale organisaties bij:

- o Het opzetten en aanbieden van leefstijlprogramma's. Aansluiting op de dimensies van positieve gezondheid en participatie van inwoners zijn criteria waar alle inzet aan moet voldoen.
- o In eerste instantie wordt aangesloten bij de reeds bestaande coalities. Daarmee borgen we de toeleiding van deelnemers naar het aanbod.
- o Inrichting van een positief gezonde leefomgeving, die inwoners verleidt tot een gezonde leefstijl met gezonde keuzes.

Omgevingsgerichte aanpak Positieve Gezondheid



Daarnaast bewaakt de Regisseur Positieve Gezondheid de voortgang van de interventies en koppelt dit terug aan de Kerngroep of de ambtelijke organisatie.

Voor de verantwoording zullen gedurende het proces nog extra afspraken opgesteld worden. Eén keer per jaar wordt de voortgang aan het Rijk teruggekoppeld, onder ander via de SiSa verantwoording. Deze verantwoording stellen we samen met de samenwerkingspartners die een bedrag voor uitvoering hebben ontvangen. Naast de financiële verantwoording wordt per thema teruggekoppeld wat de stand van zaken is, welke processtappen tot op heden behaald zijn en/of er mogelijk al cijfermatige of kwalitatieve data is.

3.2 Verbindingen onderdelen Brede SPUK en doelen GALA en Sportakkoord II

Met de vinkjes in dit [schema](#) wordt aangegeven welke onderdelen een bijdrage wordt geleverd aan de specifieke onderdelen van het GALA en Het Hoofdlijnen Sportakkoord II.

4 Financiële middelen

Het Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport (VWS) heeft voor de gemeente Den Helder onderstaande budgetten ter beschikking gesteld:

Nr.	Thema	2023	2024	2025	2026	Totaal
1	Lokaal Sportakkoord	€ 50.149	€ 50.148	€ 50.148	€ 38.558	€ 189.003
2	BRC	€ 345.256	€ 345.250	€ 345.250	€ 333.530	€ 1.369,286
3	Terugdringen Gezondheidsachterstanden	€ 77.152	€ 77.151	€ 77.151	€ 77.117	€ 308.571
4	Kansrijke start	€ 57.864	€ 61.721	€ 61.721	€ 77.117	€ 258.423
5	Mentale Gezondheid	€ 27.003	€ 19.288	€ 19.288	-	€ 65.579
6	Aanpak overgewicht en obesitas	€ 67.508	€ 67.507	€ 67.507	-	€ 202.522
7	Valpreventie	€ 198.667	€ 183.233	€ 183.233	€ 188.936	€ 754.069

8	Leefomgeving	€ 38.576	€ 38.575	€ 38.575	-	€ 115.726
9	OKO & Vroegsignalering	€ 9.644	€ 9.644	€ 9.644	-	€ 28.932
10	Versterking sociale basis	€ 140.803	€ 138.872	€ 138.872	€ 104.108	€ 522.655
11	Mantelzorg	€ 38.576	€ 38.575	€ 38.575	€ 34.703	€ 150.429
12	Eén tegen eenzaamheid	€ 38.576	€ 38.575	€ 30.860	-	€ 108.011
13	Welzijn op recept	€ 21.217	€ 36.647	€ 44.362	€ 52.054	€ 154.280
14	Versterking kennis- en adviesfunctie GGD	€ 9.644	€ 9.644	€ 9.644	-	€ 28.932
15	Coördinatiekosten regionale aanpak preventie	€ 34.333	€ 28.160	€ 28.160	-	€ 90.653
	Totaal	€ 1.154.968	€ 1.142.990	€ 1.142.990	€ 906.123	€ 4.347.071