

FIT EN VITAAL COEVORDEN 2023 - 2026

Met het GALA bouwen we aan een fundament voor een gerichte lokale en regionale aanpak op het gebied van preventie, gezondheid en sociale basis. De stip op de horizon: een gezonde generatie in 2040! Met het sport- en preventieakkoord als basis brengen we in dit plan de samenhang aan tussen de verschillende domeinoverstijgende plannen, visies en acties om tot een gezonde leefwereld te komen voor onze inwoners. Positieve gezondheid loopt hier als een rode draad doorheen. We dragen dit uit, stimuleren, informeren en inspireren om te werken vanuit dit gedachtegoed. Dit doen we samen met onze inwoners en samenwerkingspartners uit de verschillende wijken en dorpen in onze gemeente.

In de gemeente Coevorden hebben we sinds september 2020 een sport- en preventieakkoord Gezond Coevorden. Sportverenigingen/sportaanbieders, onderwijs, bedrijfsleven, welzijn, zorg en andere maatschappelijke organisaties hebben samen met de gemeente afspraken gemaakt over een Gezonder Coevorden, waar jong en oud zich veilig voelen en met plezier bewegen. Inmiddels werken we met meer dan 150 partners aan een Gezonder Coevorden.

In deze aanpak en samenwerking ligt de focus op het terugdringen van gezondheidsachterstanden. Gezondheidsverschillen ontstaan niet alleen door persoonlijke leefstijlfactoren. In kwetsbare wijken/buurtten hebben inwoners vaak te maken met een stapeling van problemen. Het gaat dan bijvoorbeeld om financiële zorgen, werkloosheid, laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden. Maar ook om een prettige fysieke leefomgeving.

Binnen de thema's van het sport- en preventieakkoord zijn we aan de slag gegaan met activiteiten/interventies voor kwetsbare inwoners. Door het op orde hebben van de sociale basis, sportief bezig te zijn, mee te kunnen doen, ergens bij horen en sociale contacten te maken kan de gezondheid worden verbeterd, zowel fysiek als mentaal.

In 2023 hebben gemeenten hebben de opdracht om aan de slag te gaan met een Sport- en preventieakkoord 2.0. Sport, sportcultuur en gezondheid staan voor nieuwe uitdagingen en tegelijkertijd kansen. Uitdagingen en kansen die passen bij de huidige tijd. We kunnen deze uitdagingen alleen aanpakken als we anders denken, anders werken en intensiever samenwerken.

We zijn aan de slag gegaan met een vernieuwing! We blijven doorgaan met wat goed loopt, maar we kijken ook kritisch naar wat anders moet. Voor het grootste deel blijven we samen met onze inwoners en partners inzetten op de thema's binnen het huidige sport- en preventieakkoord Gezond Coevorden 2020 - 2023. Op een aantal fronten gaan we onze focus verleggen. Daarnaast brengen we een aantal extra thema's onder bij dit akkoord. Op deze manier willen we bijdragen aan de doelstellingen binnen het GALA om een gezond en actief leven voor iedereen mogelijk en toegankelijk te maken. Er is tussen deze verschillende thema's veel verbinding en ze versterken elkaar. De toegevoegde thema's zijn:

- Mantelzorg
- Eenzaamheid
- Versterken van sociale basis
- Welzijn op recept
- Kansrijke Start
- Valpreventie
- Mentale Gezondheid

THEMA 1.

Bewegen en gezondheid jeugd

Meer en beter bewegen voor kinderen (0 -12 jaar)

De komende jaren zetten we in op meer en beter bewegen voor kinderen. Meer kinderen bewegen dagelijks 1 uur matig intensief én gymmen of sporten 3 keer per week. Hierdoor nemen hun motorische vaardigheden toe. Daarbij gaat de grootste aandacht naar de groep van 0 – 12 jaar.

Stand van zaken en ambities

- Buurtsportcoaches organiseren samen met de scholen activiteiten voor de basisschoolleerlingen zoals de Koningsspelen en activiteiten tijdens de Nationale Sportweek
- Beweegaanbod tijdens en na schooltijd door onder andere clinics van sportverenigingen en inzet vakdocenten bewegingsonderwijs.
- Het stimuleren van bewegen en samen spelen in de kinderopvang en op de basisscholen door de inzet van beweegcontainers en het opleiden van speelpleincoaches.
- Vijf keer per jaar schoolgym in het water voor alle leerlingen vanaf groep 5 in samenwerking met de zwembaden in de gemeente Coevorden.
- Sport- en spelactiviteiten in samenwerking met de buurtsportcoaches tijdens vakanties. Inwonersbetrokkenheid speelt een belangrijke rol in de verschillende wijken en dorpen. Buurtsportcoaches luisteren naar de wensen van onze inwoners. Op dit thema ligt de focus op de jeugd. Op basis van gesprekken met de jeugd worden plannen gezamenlijk uitgewerkt.

Een gezondere sociale en fysieke (leef)omgeving voor de jeugd (0 – 19 jaar)

De gemeente Coevorden is een JOGG-gemeente. JOGG staat voor gezonde jeugd, gezonde toekomst. JOGG maakt de fysieke en sociale leefomgeving van kinderen en jongeren gezonder. JOGG vormt samen met gemeenten, maatschappelijke organisaties en bedrijven een werknet. De JOGG aanpak richt zich op kinderen en jongeren van 0 t/m 19 jaar. We maken met deze aanpak de leefomgevingen thuis, school, buurt, sport, vrije tijd, werk en media gezond. Op deze manier streven we er naar dat alle kinderen en jongeren in onze gemeente opgroeien in een gezonde leefomgeving met aandacht voor een gezonde leefstijl. Focus ligt op gezond eten, water drinken, genoeg bewegen en goed slapen. Aandacht voor deze thema's draagt bij aan het voorkomen van overgewicht en obesitas. Daardoor groeit onze jeugd op tot een gezonde generatie. Een gezonde toekomst begint bij een gezonde jeugd. Om jongeren te betrekken bij de plannen en de uitvoering hebben we een Jongerenraad. In Coevorden zijn we hier regelmatig mee in gesprek over verschillende thema's. Om niet alleen de jongeren uit de stad te bereiken hebben we deze gesprekken ook op locatie in de verschillende dorpen. We krijgen zo een breder beeld bij wat jongeren bezighoudt en wat ze belangrijk vinden. Veel besproken thema's hebben ook betrekking op de fysieke en sociale leefomgeving.

Stand van zaken en ambities

- Overall waar we komen worden we verleid tot het nuttigen van veel en ongezonde voeding. We bewegen steeds minder, hebben veel stress en slapen onvoldoende. Het resultaat is een enorme groei van welvaartsziekten. We staan voor een brede maatschappelijke opgave: een leefstijltransitie. Onze ambitie is om samen met onze partners de leefomgeving van de jeugd gezonder te maken.
 - JOGG-Teamfit werkt met sportverenigingen samen om de sportomgeving gezonder te maken. Onze JOGG-Teamfit coach geeft kosteloos advies. Ze bieden sportlocaties hulp om aan de slag te gaan met een gezonder

voedingsaanbod, een verantwoord alcoholbeleid en een rookvrij terrein. Sinds kort is de aanpak ook uitgebreid naar de buurtomgeving, en tegenwoordig ook naar alle dagrecreatie in de gemeente Coevorden onder de noemer: Gezond Uit!

- Bedrijven in de Coevorden werken aan duurzame inzetbaarheid van medewerkers, denk aan rookvrij, gezonder voedingsaanbod in de bedrijfskantine en het stimuleren van bewegen/sporten.
- Het stimuleren van gezond gedrag is het uitgangspunt bij ontwikkeling van de openbare ruimte, denk aan de ontwikkeling van nieuwe woonwijken.
- Kanselijkheid om gezond op te groeien is niet voor ieder kind gewoon. Om gezond gewoon te maken is ieders inzet hard nodig. Gezonde schoollunches, lessen over voeding, meer bewegen, actief buitenspelen maar ook thema's als welbevinden, relaties en seksualiteit: steeds meer scholen zien het belang in van een gezonde leefstijl van hun leerlingen en willen samen met kinderen en ouders iets doen aan gezondheidsbevordering.
- Buurtsportcoaches organiseren in het kader van inwonerbetrokkenheid denktank sessies met scholieren.

Kansrijke en Goede Start

Ieder kind verdient de best mogelijke start van zijn of haar leven en een optimale kans op een goede toekomst. 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 problemen – zowel fysiek als mentaal - op latere leeftijd.

Kansrijke en Goede start richt zich op het zo vroeg mogelijke signaleren van zorgvragen, problemen of risico's die een gezonde groei en/of ontwikkeling van het kind kunnen belemmeren. Het is gericht op de periode vanaf de kindervens tot het moment dat het jongste kind in het gezin 19 jaar wordt.

Stand van zaken en ambities

- De ambities van Kansrijke Start, een landelijk programma, en Goede Start, een regionaal programma, hebben we samengevoegd tot Kansrijke en Goede Start waarbij we inzetten op de doelgroep -1 tot 23 jaar. De gezamenlijke ambitie is dat kwetsbare gezinnen benodigde hulp wanneer nodig ontvangen. Hiervoor werken partners in sociaal en medisch domein nauw preventief samen om de benodigde hulp alleen zolang en waar nodig te bieden.
- Binnen de gemeente Coevorden werken we met drie werkgroepen (-1 tot 6 jaar, 6 jaar tot 14 jaar en 14 jaar tot 23 jaar). Er is gekeken naar bestaande overlegstructuren.
- Samen met de ondersteuning van Impology (een adviesbureau dat ondersteunt bij visie- en beleidsvorming voor de toekomstige groei en succes van uw organisatie en hiervoor praktische strategiescenario's ontwikkelt) willen we de werkgroepen nog verder ontwikkelen en blijven kijken of we op de goede weg zijn. Hoe kunnen we elkaar blijven vinden en samenwerken.
- Leren van de bestaande projecten en wat goed werkt structureel kunnen maken.
- Het Preventiemenu Gezond Coevorden (meer informatie bij thema 4) voor het Voortgezet onderwijs is ook onderdeel van Kansrijke en Goede start.

THEMA 2. **Positieve en inclusieve sportcultuur**

Vitale sport- en beweegaanbieders met een positieve sportcultuur

Vitale sport- en beweegaanbieders met een positieve sportcultuur: Alle typen aanbieders van sport en bewegen toekomstbestendig maken, doordat de financiële en organisatorische basis goed is. Aanbieders kunnen zich richten op verbreding van hun aanbod. Iedereen kan overal met plezier, veilig, eerlijk en zorgeloos sporten. Dit vraagt aandacht van bestuurders, sportclubs, trainers, ouders en verzorgers.

Stand van zaken en ambities:

- Het verbreden van aanbod bij verenigingen. Dit doen we aan de hand van gesprekken / behoeftepeiling met inwoners en verenigingen. Voorbeeld zijn voetbalclubs met onder andere Walking Football
- Het organiseren van inspiratiesessies vanuit JOGG Teamfit voor de gezondere sportkantine, verantwoord alcohol schenken en een rookvrij sportpark.
- We zetten in op het versterken van het verenigingshart:
 - Gezamenlijke deskundigheidsbevordering op bestuurlijk niveau en voor vrijwilligers
 - Scholing van trainers daar waar wensen/behoefte zijn
 - Werving van, beter benutten van, en inzet van vrijwilligers binnen de vereniging.
 - Denken in aanvullingen en versterking in de samenwerking met andere verenigingen.
 - Zoeken naar nieuwe oplossingen, technologieën en mogelijkheden, elkaar informeren en verbinden.
 - Van elkaar leren en horen wat anderen doen.

Een leven lang bewegen

Zonder belemmeringen bewegen voor iedereen. Iedere inwoner van de gemeente Coevorden kan een leven lang plezier beleven aan sporten en bewegen. Leeftijd, fysieke of mentale gezondheid, etnische achtergrond of sociale positie vormen hierbij geen belemmering.

Stand van zaken en ambities:

- Met de werving van een buurtsportcoach gericht op de doelgroep 60+ wil de gemeente Coevorden meer inzetten op vitaal ouder worden. Een lokale verbinder die ouderen stimuleert, maar ook luistert naar wensen en behoeften van inwoners in de verschillende dorpen en wijken en daar op in kan spelen.
- De gemeente Coevorden is een doortrapgemeente. Dit betekent dat er interventies worden ingezet om de fietsveiligheid in de gemeente te verbeteren. Het doel van doortrappen is om ouderen langer en veiliger te laten fietsen door per stap zoveel mogelijk ouderen te bereiken en veiliger te laten fietsen.
- De gemeente Coevorden wil samen met partners, sportverenigingen en inwoners aan de slag met De Alliantie Gelijke spelen. Een samenwerkingsverband van verschillende organisaties dat zich inzet om (LHBTI) acceptatie in de sport te bevorderen. Het project 'De Veilige Kleedkamer' is hier onderdeel van.

- Meer aandacht voor aangepast sporten en bewegen. In 2021 is er een behoefteonderzoek gedaan onder de inwoners in de verschillende dorpen en wijken. Samen met partners kijken we naar passend aanbod. Onder de aandacht brengen van de service van het uitleenpunt voor Uniek sporten (uitgiftepunt voor sporthulpmiddelen)
 - Aanbod voor inwoners die niet kunnen meedoen aan het reguliere aanbod voor sporten en bewegen.
 - #eenlevenlangbewegen is de naam van het beweegprogramma dat zich specifiek op de groep mensen richt (35% blijkt uit onderzoek) die wel wil bewegen maar waarbij het gewoonweg niet lukt. Er is nog weinig over deze doelgroep bekend, maar uit het eerste onderzoek blijkt dat we te kunnen constateren dat precies dezelfde beweeg activiteiten; die 50% van Nederland in beweging brengt, bij deze groep juist averechts werkt. Veelal is de oorzaak te vinden in mentale redenen die zorgen voor het afhaken.

Vitaal ouder worden: Inzet op valpreventie

In de gemeente Coevorden wordt valpreventie aangeboden door verschillende (fysio)praktijken. Dit wordt op initiatief van de praktijk zelf georganiseerd.

In het kader van 'vitaal ouder worden' wil de gemeente Coevorden de komende jaren aan de slag met het opzetten van fittesten in dorpen en wijken. Tijdens deze fittesten staat positieve gezondheid centraal, waarmee er breed gekeken wordt naar de gezondheid en het welzijn van de inwoner. Voor deze fittesten worden alle 70+'ers uit een dorp of wijk uitgenodigd, waarbij laagdrempeligheid een voorwaarde moet zijn. Bij de fittesten komt de nadruk te liggen op de persoon zelf, veerkracht en wat het leven zinvol maakt. Er worden diverse testen afgenomen en inwoners kunnen kennismaken met het beweegaanbod binnen het dorp/wijk en de omliggende dorpen/wijken. We luisteren goed naar de wensen en behoeften van onze inwoners en kijken vervolgens samen naar passend aanbod in onze dorpen en wijken.

Om de fittesten vorm te geven zijn er een aantal belangrijke voorwaarden. Het is belangrijk dat verschillende organisaties en partijen vertegenwoordigd zijn om gesprekken aan te gaan over de brede gezondheid van inwoners, denk hierbij aan; Buurtsportcoaches, opbouwwerkers en casemanagers. Een andere voorwaarde is dat er voldoende (beweeg)aanbod in de dorpen en wijken aanwezig is om een vervolg te geven aan de fittesten. Het versterken en organiseren van voldoende aanbod in de dorpen en wijken is voor de gemeente Coevorden ook een ambitie voor de komende jaren.

Als inwoners in de gemeente Coevorden fysiek, mentaal en sociaal fit kunnen blijven zullen er minder valincidenten zijn.

Huidige stand van zaken en ambities:

- Doorontwikkelen van het programma Powerful ageing als (preventieve) voorziening
- Het organiseren van fittesten gericht op het volledige welzijn van de inwoner om vervolgens samen met inwoners en partners te kijken naar passend aanbod.
- Het organiseren en versterken van voldoende aanbod bij de beweegaanbieders in de wijk, zodat ouderen kunnen blijven bewegen na een valpreventie interventie.

THEMA 3. Gezonde omgeving

Leefomgeving

De inrichting en vormgeving van de buurt heeft invloed op de gezondheid en leefstijl van de bewoners. Het bepaalt mede in hoeverre mensen bewegen, elkaar ontmoeten, naar voorzieningen als de arts en supermarkt kunnen, en activiteiten kunnen ondernemen.

In de onlangs vastgestelde woonzorgvisie 2023-2026 "Wonen zonder zorgen" is de volgende ambitie vastgelegd:

"Samen met inwoners te werken aan gezonde, informele en inclusieve wijken en dorpen waar mensen prettig in een aantrekkelijke woonomgeving kunnen wonen en leven. We stimuleren een gezonde levensstijl volgens de uitgangspunten van positieve gezondheid, faciliteren informele ondersteuning en zorg, en bevorderen inclusiviteit in wijken en dorpen. Dit doen we met organisaties uit de domeinen wonen, sociaal werk, ondersteuning en zorg."

Deze visie is via een intensief participatietraject tot stand gekomen. Zowel organisaties als inwoners waren goed vertegenwoordigd. Eind 2023 moeten de drie thema's, gezonde, informele en inclusieve wijken verder zijn uitgewerkt in lokale prestatieafspraken tussen gemeente, zorgpartijen, corporaties en welzijnsorganisatie. Om dit verder te kunnen concretiseren vinden er in 2023 drie proeftuinen plaats binnen de drie thema's. In het dorp Geesbrug komen inwoners met een plan om jongeren in het dorp te behouden en langer zelfstandig voor ouderen mogelijk te maken. Dit initiatief is aangemerkt als proeftuin voor de gemeente Coevorden.

In de ontwerp-omgevingsvisie is de ambitie opgenomen dat alle generaties samen wonen en leven. Met bereikbare voorzieningen, in een groene en duurzame omgeving. De identiteit van dorpen en wijken is zichtbaar en voelbaar.

Sinds 2019 werken we programmatisch volgens het visiedocument 'Samen op weg naar een klimaatbestendige toekomst!'

Het programma Duurzaamheid is gebouwd op vier pijlers: energietransitie, groene leefomgeving, circulaire economie en een duurzame gemeentelijke organisatie.

In alle bovengenoemde plannen hebben we vanuit verschillende invalshoeken aandacht voor een groen, gezonde toekomstbestendige leefomgeving.

Huidige stand van zaken en ambities:

Een aantal relevante zaken die expliciet zijn opgenomen zijn:

- Voorzieningen; We stimuleren dat er in elk dorp en elke wijk een ontmoetingsplek is. Dit kan een dorps huis zijn, maar ook een andere plek. Wij willen dat voor iedereen voorzieningen bereikbaar blijven. In leefbare buurten en wijken zijn de basisvoorzieningen op orde. Denk daarbij aan school, supermarkt en huisarts.
- De omgeving waar kinderen opgroeien is erg belangrijk. We besteden aandacht aan voorzieningen en hulp in hun omgeving. Sportverenigingen, scholen en culturele instellingen zijn daarin belangrijke spelers. We vinden het belangrijk dat kinderen kunnen spelen. De speeltuinen hebben in sommige wijken de functie van 'kloppend hart' en basis van buurtactiviteiten. We zoeken samen met inwoners en partners in dorpen en wijken naar de beste plekken om sport- en beweegvoorzieningen te realiseren.

- We houden bij plannen rekening met de gezondheid van onze inwoners. We kijken bijvoorbeeld naar de effecten op lucht, geur, licht, bodem, water en geluid. We gunnen alle inwoners positieve gezondheid. Bij nieuwe inrichting van de ruimte denken we na over hoe we gezond gedrag kunnen aanmoedigen. We willen het gemakkelijker maken om buiten te spelen, sporten, fietsen en wandelen.

Ruimte voor sport en bewegen

We willen optimaal gebruik maken van de sportvoorzieningen en de openbare ruimte in de gemeente Coevorden. Daarnaast gaat de gemeente Coevorden actief aan de slag met het verduurzamen van de (sport)accommodaties. Hierbij wordt gekeken hoe onder andere de energiekosten zo laag mogelijk gehouden kunnen worden. Het is belangrijk dat de sport betaalbaar is en blijft voor de inwoners en verenigingen die kunnen blijven aanbieden.

Huidige stand van zaken en ambities:

- Playgrounds en speeltuinen zijn ingericht om te verleiden tot sporten, bewegen/spelen en zijn voor iedereen toegankelijk. We betrekken onze inwoners en partners in de verschillende dorpen en wijken bij de (her)ontwikkeling van deze terreinen.
- We bevorderen en stimuleren het (gezamenlijk) gebruik van bestaande sport- en beweegvoorzieningen. Op deze manier benutten we de voorzieningen beter voor een bredere doelgroep en creëren we waar mogelijk meer aanbod.
- Coevorden is een wandel- en fietsgemeente

Gezond gewicht

Gezond gewicht is een belangrijk focuspunt voor de komende jaren. In de gemeente Coevorden is hier veel aandacht voor. Gezond gewicht heeft meerdere aspecten: gezond eten, meer/beter sporten en bewegen aantrekkelijker maken, een gezondere omgeving en voor hen die het nodig hebben toegankelijke en passende ondersteuning en zorg bieden.

Huidige stand van zaken en ambities:

- De gemeente Coevorden gaat samen met partners aan de slag met de netwerkaanpak Kind naar Gezonder Gewicht (KNGG). Een gezonde toekomst is alleen mogelijk als we ons structureel richten op zowel een omgeving waarin het makkelijk is om gezonde keuzes te maken, als op individuele hulp bij het wegnemen van obstakels die een gezonde leefstijl in de weg staan.
- Een gecombineerde leefstijlinterventie (GLI) is een programma voor mensen met overgewicht of obesitas. Een GLI helpt mensen bij een gedragsverandering. Het is voor mensen met overgewicht of obesitas belangrijk om een gezonde leefstijl te bereiken en vooral te behouden. De regie ligt bij de cliënt zelf, zodat de gekozen stappen aansluiten bij de behoefte en leefsituatie van de cliënt.

THEMA 4. Mentale Gezondheid

Het versterken van mentale weerbaarheid

Naast aandacht voor de lichamelijke gezondheid zijn er extra maatregelen nodig voor de geestelijke gezondheid. De laatste 2 jaar coronacrisis heeft geleid tot meer burn-outklachten, eenzaamheid, depressiviteit en slaapproblemen. Mentale gezondheid en weerbaarheid zijn belangrijke voorwaarden om gezond te leven en gezond op te groeien. Er bestaan al langer zorgen over de mentale gezondheid van de Nederlandse bevolking; zo noemt de

Volksgesondheidstoekomstverkenning 2020 dit een van de grootste gezondheidsrisico's voor de toekomst. Mensen met een goede mentale gezondheid hebben een 15 tot 20 jaar langere levensverwachting dan mensen met een slechte mentale gezondheid, onder meer omdat mensen met een goede mentale gezondheid sneller herstellen van lichamelijke ziekten.

Huidige stand van zaken en ambities:

- De lancering van het preventiemenu Gezond Coevorden voor het Basisonderwijs. Met als uitgangspunt de Gezonde School-aanpak werken we ook aan de mentale gezondheid van jongeren in het basisonderwijs en het voorgezet onderwijs en het praktijkonderwijs. Het huidige School Preventie Plan voor de basisschool is doorontwikkeld naar het Preventiemenu Gezond Coevorden: een uiteenlopend aanbod aan voorlichtingen en activiteiten onder de thema's van de Gezonde School voor de leerlingen van groep 1 t/m 8, leerkrachten en ouders/verzorgers.
- Samen met de onderwijsinstellingen ontwikkelen we het Preventiemenu Gezond Coevorden voor het voortgezet onderwijs. Het is een aanbod voor leerlingen, docenten en ouders/verzorgers. Binnen de Preventiemenu voor zowel het PO als het VO is aandacht is voor leefstijl en (mentale) gezondheid (met focus op 'Welbevinden') van verschillende organisaties. Het Preventiemenu Gezond Coevorden zorgt ervoor dat er structureel aandacht is voor deze thema's.
- Inzet op middelengebruik, minder alcohol, drugs en een rookvrije samenleving. Het drinken van alcohol is een maatschappelijk geaccepteerd verschijnsel en komt in alle lagen van de bevolking voor. Zeker bij jongeren is voorzichtigheid in het gebruik van alcohol van belang. Komend schooljaar 2023-2024 zal er als start een groepsvoorstelling voor brugklassers komen op het hoofdthema Groepsdruk wat ook speelt op het gebied van alcohol. Paar maanden later zal er een themadag komen waarin de brugklassers workshops kunnen volgen op het gebied van zelfbeeld, welbevinden, mediawijsheid, alcohol/drugs/gamen en veiligheid.
- Meer inzet en tijd van de jongerenwerkers van Maatschappelijk Welzijn Coevorden rondom het thema weerbaarheid. Het is belangrijk om de tijd te nemen die nodig is voor het opbouwen van langdurige positieve relaties met de jongeren op school.

Coevorden is een regenbooggemeente

Coevorden in 2017 een Regenbooggemeente geworden. Coevorden heeft er voor gekozen om zich te richten op het vergroten van de sociale acceptatie en veiligheid van LHBT's, maar ook op het terugdringen van discriminatie, het onterecht verschil maken tussen mensen op basis van kenmerken die in een bepaalde situatie niet van belang zijn.

In 2018 is het Diversiteitsplatform opgericht om meer uiting te geven aan het feit dat Coevorden een regenbooggemeente is. Het Diversiteitsplatform bestaat uit inwoners vanuit de LHBTI+ groep, de Jongerenraad, het onderwijs, een sociaal werker en raadsleden. Daarnaast wordt er samengewerkt met diverse (culturele) organisaties, zorgaanbieders, kerken, buurtsportcoaches/jongerenwerkers etc. Het Diversiteitsplatform Coevorden adviseert gevraagd en ongevraagd over diversiteit, discriminatie en acceptatie van bijvoorbeeld afkomst, huidskleur, leeftijd, religie, handicap of chronische ziekte. Het Diversiteitsplatform organiseert activiteiten en neemt initiatieven met als doel dat vooroordelen, discriminatie, pesten en geweld afneemt. Vanaf 2024 krijgt het Diversiteitsplatform een vaste uitvalsbasis vanuit de synagoge in Coevorden. Hiervoor wordt een samenwerking aangegaan met de Stichting Synagoge Coevorden. We zien mooie verbanden tussen de geschiedenis van de Joodse inwoners van Drenthe en de huidige vraagstukken op het gebied van onder ander acceptatie en inclusie. Educatie is daarin een belangrijk onderdeel.

We zetten ons in tegen eenzaamheid

Eenzaamheid is één van de thema's waarop wordt gemeten in de gezondheidsonderzoeken van de GGD. In deze cijfers is te zien dat eenzaamheid bij iedere doelgroep aanwezig is, maar dat verschillende doelgroepen meer eenzaamheid ervaren dan andere doelgroepen. Omdat we ons niet op alle doelgroepen kunnen focussen gaan we inzetten op specifieke doelgroepen. De doelgroepen waarop gefocust gaat worden zijn

- ouderen
- jongvolwassenen
- inwoners met een praktische opleiding

De reden waarom we ons focussen op deze groepen is dat we bij deze drie doelgroepen een verhoogd percentage van het ervaren van emotionele eenzaamheid zien. Dit blijkt uit gezondheidsonderzoeken van de GGD. Het betrekken van inwoners en ervaringsdeskundigen is één van de vijf pijlers waarop het actieplan gestoeld is. De komende jaren gaan we samen met inwoners, ervaringsdeskundigen en partners aan de slag met de verdere uitwerking van dit thema.

Huidige stand van zaken en ambities:

De afgelopen jaren zijn er allerlei activiteiten geweest vanuit verschillende organisaties. Voorbeelden hiervan zijn Soep op de stoep, de bezoekgroep Humanitas en de week tegen de eenzaamheid. Door het samenbrengen van alle activiteiten en interventies proberen we het aanbod voor de inwoners beter in beeld te brengen.

- Er zijn ook initiatieven in de gemeente die activiteiten aanbieden, niet specifiek gericht op eenzaamheid, maar dit gevoel wel kunnen voorkomen of verminderen. Denk hierbij aan; Meer bewegen voor ouderen, stichting Duofietsen, stichting Vier het leven en bakkie troost.
- de werkgroep dementievriendelijk Coevorden wil zich inzetten tegen eenzaamheid bij mensen met dementie en hun partners. Deze werkgroep bestaat uit een mix van professionals, vrijwilligers en inwoners.

THEMA 5. Coevorden op de kaart

We zetten Coevorden op sportieve wijze op de kaart

Evenementen zijn een belangrijke manier voor een sterke profilering (promotie) van de stad, het buitengebied of de regio. Ook in de gemeente Coevorden liggen hier kansen door met meer, andere of kwalitatief hoogwaardigere evenementen de naamsbekendheid te vergroten en de bestedingen te laten stijgen. Dit kan door de verblijfsduur te verlengen wanneer ingezet wordt op meerdaagse evenementen. Met sport en bewegen kunnen we Coevorden op de kaart zetten. We gaan Coevorden profileren als een sportieve gemeente. Laten zien wat we te bieden hebben, dat we daar trots op zijn en zorgen dat niet alleen de inwoners kunnen genieten van dat wat Coevorden heeft maar ook toeristen. Kortom, sport en bewegen inzetten voor regiopromotie!

Huidige stand van zaken en ambities:

- Topsportevenement hosten waarmee we de gemeente op de kaart zetten. Voorbeeld is het EK Wegwielrennen dat op 22 september 2023 wordt georganiseerd in Drenthe
- Kennisdeling- en samenwerking door o.a. inzet van het kenniscentrum Events : • Meer krachten bundelen om evenementen te kunnen blijven organiseren met de inzet op vrijwilligers (verkeersregelaars, EHBO, vergunningen, calamiteitenplan, etcetera)
- Actief gebruik en promotie van de website www.actiefincoevorden.nl, ook bij promotie van evenementen.
- Informatieavond over het aanvragen van vergunningen, actuele zaken over regelgeving, onder andere voor evenementenorganisatoren.
- Door het convenant Gezonde Sportevenementen te tekenen hebben alle gemeente in Drenthen de volgende ambitie: Alle evenementen in de gemeente Coevorden bieden een gezonde keuze
- Nationale Sportweek als jaarlijks terugkerend evenement in de gemeente Coevorden
- De gemeente Coevorden positioneert zich als wandelgemeente. Op www.welkomincoevorden.nl kunnen inwoners en bezoekers van Coevorden zien welke korte en lange afstandswandelingen de gemeente te bieden heeft. Deze website heeft ook aandacht voor de fietsroutes in de gemeente.
- In 2023 zijn we samen met partners gestart met het ontwikkelen van een kinderbeleefroute in de gemeente Coevorden. In het jaar 2024 willen we deze route gerealiseerd hebben. Dit doen we niet alleen met onze samenwerkingspartners, maar ook met onze inwoners. Zo denken kinderen van scholen in onze gemeente mee in de opzet van de beleefroute. Daarnaast hebben we blijvend aandacht voor het in 2022 ontwikkelde Cultuurpad in de gemeente Coevorden. Naast het feit dat de gemeente Coevorden een route voor lange afstandswandelingen heeft, wordt erfgoed, cultuurlandschap en bewegen bij elkaar gebracht.

THEMA 6. Versterken sociale basis en inwonersbetrokkenheid

In de gemeente Coevorden streven we naar een basis waarin iedere inwoner meetelt, mee kan doen en op een prettige manier kan leven. Een goede en brede sociale basis is hiervoor een belangrijke grondlegger. Een sociale basis vraagt een wijkgerichte aanpak met enkele wijkoverstijgende vraagstukken. Naast dat we ons als gemeente richten op een integrale wijkgerichte aanpak zal de komende jaren de focus voornamelijk liggen op de wijkoverstijgende vraagstukken.

Huidige stand van zaken en ambities:

- Er is een uitvoeringsplan geschreven waarin de informele zorg en vrijwilligerswerk centraal staan. Hierin gaan we samen met de ketenpartners (Welzijn, Naoberschap, Wijk- en Dorpsverenigingen, zorgorganisaties en centra) in gesprek over hoe we dit met elkaar willen organiseren en de ingezette acties kunnen borgen. Informele netwerken versterken en omzien naar elkaar zijn belangrijke elementen.
- Daarnaast zal er in 2023/2024 een nieuwe subsidieregeling opgesteld worden om de mogelijkheden voor inloop- en ontmoetingen te vergroten. Door meer voorzieningen te organiseren voor specifieke doelgroepen (Psychische problematiek/Mantelzorg/Dementie) willen we meer inwoners bereiken, maar ook meer inwoners de kans bieden om d.m.v. voorliggende voorzieningen het gesprek met lotgenoten te kunnen voeren.
- Het DOS (Domeinoverstijgend Samenwerken) experiment in Dalen geeft de kans om zorg over een andere boeg te gooien en verder te ontwikkelen in een integrale wijkgerichte aanpak. Met de eerste resultaten van DOS Dalen willen we in 2024/2025 en 2026 verder gaan inzetten op de DOS methodiek en dit in andere wijken/dorpen inrichten en inzetten. Dit vraagt inzet en commitment van alle zorgprofessionals in het dorp, maar ook van de inwoners en inwonersinitiatieven.
- Aanpak basisvaardigheden (laaggeletterdheid)
De gemiddelde geletterdheid in Coevorden ligt wat lager dan het landelijk gemiddelde. Goede lees, schrijf, spreek en digitale vaardigheden zijn belangrijk. Het uitvoeringsplan "Aanpak basisvaardigheden 2021-2024" beschrijft wat we als gemeente samen met onze netwerkpartners hier ondernemen om deze vaardigheden te verbeteren. Goede basisvaardigheden zijn een belangrijke sleutel in de aanpak van gezondheidsachterstanden. Het is belangrijk om te weten hoe je gezond wordt en blijft. Daarvoor is goede en begrijpelijke informatie belangrijk. Inwoners moeten deze informatie kunnen vinden, begrijpen en gebruiken. We gebruiken hiervoor o.a. het project *Voel je Goed!* Dit is een interventie met als doel om een gezonder gevoel en gewicht bij laaggeletterde volwassenen met overgewicht te realiseren. Om dit te bereiken worden individuele eet- en beweegadviezen in makkelijke taal van een diëtist gecombineerd met groepslessen gezondheidsvaardigheden van een vrijwilliger.
- Stichting Petje Af is actief in Coevorden actief in Schoonoord en Coevorden: Petje af streeft naar gelijke kansen voor alle kinderen in Nederland zodat zij kunnen opgroeien tot bewuste, zelfstandige personen, die vanuit hun talenten actief bijdragen aan de maatschappij. Aandacht voor talentontwikkeling is een belangrijke investering voor zowel het kind als de samenleving. Als een kind weet waar het goed in is en wat er mogelijk is, krijgt het zelfvertrouwen. Talenten kunnen ontplooien en met

een concreet doel in hun hoofd, kunnen kinderen naar een toekomstbeeld toewerken. Zo is de kans groter dat ze gemotiveerder naar school gaan, hun diploma halen en later een passende baan vinden. Mede door de Petje af-activiteiten ontwikkelen kinderen zich tot bewuste inwoners die hun talenten inzetten waarmee zij actief bijdragen aan de maatschappij. Om gelijke kansen te creëren, biedt Petje af kinderen (10-14 jaar) wekelijks een lokaal georganiseerd, praktijkgericht programma aan waardoor zij in aanraking komen met inspirerende rolmodellen en diverse werkvelden. Dankzij dit programma, waarin ook het gezin wordt betrokken, ontwikkelen kinderen (nieuwe) vaardigheden, een positief zelfbeeld en een beter perspectief voor de toekomst.

- Om burgerparticipatie en burgerinitiatieven te stimuleren werken we vanaf medio 2023 met een Burgerbegroting voor de wijk Lootuinen in Coevorden. In oktober 2020 is er vanuit "Kracht van de Veenkoloniën", één van de drie pijlers van het programma Kans voor de Veenkoloniën, in de wijk Lootuinen gestart met het idee van de methodiek burgerbegroting. Via initiatieven van de inwoners kan de wijk verbeteren en worden inwoners meer betrokken bij hun eigen wijk. Er zijn diverse thema's genoemd die te maken hebben met ontmoeten, bewegen en een groene leefomgeving. Het wijkteam en de inwoners worden in het proces (de methodiek) van de burgerbegroting ondersteund vanuit de bewonersraad van de "Kracht van de Veenkoloniën". Deze bewonersraad is een platform dat zeggenschap en eigenaarschap van bewonersinitiatieven ondersteunt en begeleidt. De gemeente bekostigt deze ondersteuning.

Mantelzorg

Er is begin 2023 een uitvoeringsplan mantelzorg gemeente Coevorden 2023-2026 vastgesteld. We willen het volgende maatschappelijke doel bereiken: Mantelzorgers worden gesteund in de uitoefening van hun mantelzorgtaken, ervaren balans in hun dagelijkse leven en raken niet overbelast.

Het Steunpunt Mantelzorg is er voor alle mantelzorgers in de gemeente. Mantelzorgers zijn wel onder te verdelen in verschillende groepen. Aan een aantal van deze groepen willen we specifiek aandacht besteden. Dit kan zijn omdat ze in aantallen groot is of omdat de zorgzwaarte en het uitvalrisico bij bepaalde groepen groter is. We willen de beschikbare capaciteit van het Steunpunt zo optimaal mogelijk benutten en leggen daarom een paar accenten binnen de dienstverlening.

Het gaat hierbij om de volgende doelgroepen:

- Mantelzorgers voor een persoon met dementie; In 2020 telt Coevorden 750 mensen met dementie in verschillende stadia. In 2025 is deze groep gegroeid naar 950. Mantelzorgers van mensen met dementie hebben meer behoefte aan ondersteuning en respijtzorg dan de meeste andere groepen mantelzorgers. Het aantal neemt toe en de acties uit 'Een dementievriendelijk Coevorden' worden hierdoor versterkt.
- Mantelzorgers van mensen met psychische en psychiatrische problemen; Bij mantelzorgers van naasten met psychische of psychiatrische problemen is er vaak geen sprake van een specifieke behoefte aan ondersteuning maar moet er bij de benadering met een aantal specifieke zaken rekening worden gehouden zoals stigma, gedragsverandering en relaties of sterke wisselingen tussen 'goede en slechte' momenten
- jonge mantelzorgers; Jonge mantelzorgers hebben soms extra zorgtaken, maar maken zich vooral veel zorgen en komen zelf vaak zorg en aandacht te kort. Een

fors deel van de jonge mantelzorgers krijgt daardoor te maken met (veelal op latere leeftijd psychische) problemen en ervaren direct ook minder kwaliteit van leven en levensgeluk.

Huidige stand van zaken en ambities

- preventie door bewustwording te creëren bij de mantelzorger en de omgeving
- zichtbaarheid en vindbaarheid. De mantelzorgers in onze gemeente, of de (professionele) omgeving weten tijdig de weg te vinden naar informatie, advies of ondersteuning als dit nodig is.
- oog voor de mantelzorger door professionals en organisaties
- oprechte waardering en erkenning van mantelzorgers
- ontwikkelen van een breder aanbod van respijtzorg
- starten met focusgroepen bestaande uit een aantal (voormalig) mantelzorgers om het beleid nog beter te laten aansluiten bij de praktijk.

Welzijn op recept

Welzijn op Recept is een alternatief voor mensen met psychosociale klachten. In plaats van het 'traditionele pilletje' voor te schrijven, verwijst de huisarts deze patiënten door naar een welzijnscoach. Klachten als vermoeidheid, pijn in de nek, maar ook stress, angst en somberheid hebben lang niet altijd een medische oorzaak. Vaak spelen onderliggende sociaal maatschappelijke problemen een rol, zoals overlijden van een partner, verlies van werk, eenzaamheid etc. Via Welzijn op Recept worden patiënten verwezen naar de welzijnscoach.

We starten eind 2023 met 2 pilots. We hebben hiervoor een huisartsenpraktijk op het oog waarbinnen men al veelvuldig werkt vanuit het principe van positieve gezondheid. Alle medewerkers van deze praktijk hebben de scholing hiervoor gevolgd. We zetten in op een welzijnscoach in de vorm van een POH'er Welzijn. We verwachten hiermee een goede aansluiting te vinden bij de huisartsen en andere POH 'ers. We hebben al geruime tijd goede ervaringen opgedaan met de POH'er Jeugd.

De tweede pilot willen we 'uitrollen' binnen het project Domeinoverstijgend Samenwerken (DOS). We bevorderen hiermee de samenhang tussen verschillende acties.

Bewaken voortgang

We doen het samen met onze partners en inwoners

Als gemeente maken we onze plannen altijd samen met onze partners. Dat zijn professionals, ervaringsdeskundigen en natuurlijk eigen inwoners. Jong en oud. Samen gaan we voor een fit en vitaal Coevorden, wat betekent dat we ook samen deze uitdaging aan gaan. Luisteren naar de inwoner, zichtbaar zijn in wijken en dorpen en zorgen voor een sterke ketenaanpak is van groot belang voor het behalen van onze gezamenlijke doelen en ambities. De komende jaren zal in de uitwerking van dit plan dan ook extra focus liggen op het gesprek met de inwoners en partners. We werken op een wijk- en dorpsgerichte manier samen.

Buurtsportcoach als lokale verbinder

Binnen de gemeente Coevorden werkt het team buurtsportcoaches aan de uitvoering van het beleid 'Samen voor een Gezonder Coevorden'. Het sport- en preventieakkoord Gezond Coevorden (Fit en vitaal Coevorden) is een belangrijk uitvoeringsinstrument van dit beleid. De buurtsportcoach is een lokale verbinder en werkt veel samen met partners in de omgeving buurt/wijk – school – sport. Focus op het kind en zijn of haar omgeving, op de senioren, maar ook focus op onze inwoners die het meer belemmeringen ervaren bij het meedoen in de maatschappij. Daarnaast functioneert de buurtsportcoach als clubkadercoach voor het verbeteren van vitaliteit van verenigingen die van zeer belangrijke waarde zijn voor de leefbaarheid in de wijken en dorpen.

Inzet cultuurcoach

De gemeente Coevorden heeft in 2023 nieuw cultuurbeleid vastgesteld. Onze visie op cultuur is dat ieder kind de mogelijkheid moet hebben om cultureel kansrijk op te groeien. We stellen dus het kind centraal. De culturele sector is in staat om bij te dragen aan het realiseren van deze doelstelling. Zij werken vanuit deze visie samen, ondersteunen elkaar ook. Het binnen- en buitenschoolse cultuuronderwijs is daarin een belangrijk onderdeel. In de uitvoering van dit beleid is de inzet van de cultuurcoach cruciaal. Deze lokale verbinder en bruggenbouwer is deel van de noodzakelijke basisinfrastructuur om dit beleid uit te kunnen voeren. Na een pilotfase in 2021-2022, is besloten om de cultuurcoach voor de komende jaren structureel te maken, in eerste instantie voor 1,2 fte.

Voortgang plan van aanpak GALA

In de meeste uitvoeringsplannen waarop het plan van aanpak GALA is gebaseerd staat omschreven hoe de voortgang wordt bijgehouden. Voor de voortgang en het bewaken van de samenhang is er een lokale ambtelijke werkgroep GALA in het leven geroepen. Hier nemen beleidsmedewerkers uit verschillende teams in deel. We bouwen deze werkgroep uit met onze belangrijkste samenwerkingspartners uit het veld. We formuleren een aantal mijlpalen en toetsen daar periodiek aan. We leggen de voortgang vast, markeren successen en sturen bij op knelpunten.

Monitoring

De komende jaren gaan we samen met partners verder bouwen aan een fit en vitaal Coevorden. Dit monitoren we op de volgende wijze:

- Aan de hand van de cijfers van de gezondheidsmonitor jeugd en volwassenen en ouderen van de GGD
- Drentse sportmonitor
- We brengen jaarlijks in kaart van de resultaten zijn van de acties en ambities die we gezamenlijk hebben geformuleerd. Dat doen we aan de hand van een factsheet.

- Aan de hand van storytelling brengen we ervaringen en verhalen in beeld van zowel inwoners als samenwerkingspartners.
- Monitoring vanuit het landelijk actieprogramma Kansrijke Start

Met dit GALA plan van aanpak bouwen we in de gemeente Coevorden aan een fundament voor een gerichte lokale en regionale aanpak op het gebied van preventie, gezondheid en sociale basis: Een gezonde generatie in 2040! Een plan wat met een integrale blik richting geeft aan de ambities in Coevorden. Geen nieuw beleid, maar het samenbrengen en aanscherpen van bestaande doelen en ambities.

Namens Joop Slomp , Wethouder Sport en Gezondheid
Gemeente Coevorden
19 oktober 2023

