

TOELICHTINGSNOTA

Naar een gezond en veerkrachtig Roosendaal

Toelichting bij de ambitiesnota
lokaal gezondheidsbeleid
2018-2030





Inhoud

Spinnenwebmodel positieve gezondheid	3
Nieuwe doelgroep: kwetsbare volwassenen	4
Enkele algemene cijfers	5
Positief ouderschap en veilige hechting	7
Feiten.....	7
Cijfers	8
Wat gebeurt er al?.....	10
Een actieve gezonde leefstijl	11
Feiten.....	11
Cijfers	12
Wat doen we al?.....	15
Psychische gezondheid en weerbaarheid	17
Feiten.....	17
Cijfers	18
Wat doen we al?.....	21
Sociale verbondenheid	23
Feiten.....	23
Cijfers	24
Wat doen we al?.....	26



Spinnenwebmodel positieve gezondheid

Positieve Gezondheid is de uitwerking in 6 dimensies van de nieuwe definitie van gezondheid (figuur 1). Deze bredere benadering draagt bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan én om zoveel mogelijk eigen regie te voeren (Huber, 2012). Meer weten? Kijk op de website van het [Institute for Positive Health](#) of op [gemeenteschets positieve gezondheid Roosendaal](#).

Figuur 1: de 6 dimensies van positieve gezondheid (Huber, 2012)





Nieuwe doelgroep: kwetsbare volwassenen

Uit het ontwikkeltraject van de nota kwam overall naar voren dat er naast continuering van de aandacht voor jeugd en ouderen, de komende jaren ook oog moet zijn voor de gezondheid van - kwetsbare - volwassenen in Roosendaal. Denk hierbij aan mensen in armoedesituaties, laaggeletterden, statushouders & (arbeids-) migranten, mensen met psychische problemen et cetera. Zij zijn immers de opvoeders van en rolmodellen voor de jeugd van nu en tevens zijn zij de ouderen van de - nabije - toekomst. Ook draagt de keuze voor deze nieuwe doelgroep bij aan de opgave in het [Bestuursakkoord 2018-2022](#) om de sociaaleconomische gezondheidsverschillen in Roosendaal terug te dringen.

Het rapport [Kwetsbaar Brabant](#) definieert *kwetsbare mensen* als "mensen die zich bevinden in een toestand waardoor ze bij een bedreigende gebeurtenis een grote kans hebben op een negatieve uitkomst" (Provincie Noord Brabant, 2017). Deze kwetsbaarheid kan zich op verschillende dimensies of leefgebieden voordoen: inkomen, lichamelijke en/of geestelijke gezondheid, leefstijl, dagelijkse bezigheden, sociale samenhang en/of woonomgeving (zie figuur 2).

Op de website <http://www.kwetsbaarbrabant.nl/> vindt u voor de gemeente Roosendaal acht geografische kaarten waarin op wijkniveau een maat (score) voor het risico op kwetsbaarheid is gegeven aan de hand van deze 7 dimensies.

Figuur 2: de 7 dimensies van kwetsbaarheid (Provincie Noord Brabant, 2017)





Enkele algemene cijfers

Bronnen

De cijfers in deze *Toelichtingsnota* zijn - tenzij anders vermeldt - afkomstig van:

- > de *gezondheidsmonitors* van de GGD West Brabant:
 - jeugdmonitor 0-11 jaar uit 2017
 - volwassenenmonitor 18-64 jaar uit 2016
 - ouderenmonitor 65+ uit 2016
 - regionale jongerenmonitor 12-18 jaar uit 2015;
- > het *gemeenteprofiel klas 2VO* schooljaar 2016/2017 van de GGD WB;
- > de *gemeenteschets positieve gezondheid Roosendaal 2016* van de GGD WB;
- > de *gemeenteschets positieve gezondheid jeugd Roosendaal 2017* van de GGD WB;
- > *kwetsbaarheid in kaart gemeente Roosendaal* van Tranzo/Tilburg University, de Academische Werkplaats Publieke Gezondheid Brabant (waarin de drie Brabantse GGD's, Tranzo en RIVM structureel samenwerken), Telos en PON.

Al deze cijfers kunt u ook terugvinden op de [Brabantscan](#). Als u op de homepage van de *Brabantscan* klikt op het logo van de GGD WB, dan komt u op [De Gezondheidsatlas](#). Deze bevat naast de gegevens uit de GGD-gezondheidsmonitors ook gegevens uit andere bronnen en geeft daarmee inzicht in volksgezondheid en welzijn in uw gemeente.

De cijfers in deze toelichtingsnota beschouwen we tevens als nulmeting om de ambities te monitoren richting 2030.

Jeugd

Etniciteit

Van de 0-11 jarigen had 22% in 2017 een migratieachtergrond, waarvan 12% 'niet-Westers'. In de regio West-Brabant heeft gemiddeld 7% van de 0-11 jarigen een 'niet-Westerse migratieachtergrond'.

Eenoudergezinnen

Zo'n 11 procent van de jeugd in Roosendaal 'woont in een eenoudergezin'.

Werk en inkomen

In 2017 had in Roosendaal 8% van de gezinnen met kinderen in de leeftijd van 0-11 jaar een 'huishoudinkomen van €1500 of lager'. Negen procent van de ondervraagde ouders gaf aan dat het 'gezin moeite heeft om rond te komen'. 3% van de 0-11 jarigen 'heeft geen werkende ouder/verzorger'.

Door gebrek aan geld ervaart een deel van de ouders problemen op het gebied van 'lidmaatschap (sport)club/ vereniging' (7%), 'zwemlessen' (3%), 'gezonde voeding' (3%), 'hulpverlening' (1%) en 'medicijnen/hulpmiddelen' (1%).

Volwassenen

Etniciteit

De afgelopen jaren is het percentage volwassenen (19-64 jaar) in Roosendaal met een 'migratieachtergrond' gestegen van 15% in 2009 naar 28% in 2016. 15% daarvan is van 'niet-Westerse herkomst'. Ter vergelijking in de regio West-Brabant was in 2016 19% van de volwassenen allochtoon, waarvan 9% van 'niet-Westerse herkomst'.

Opleiding en inkomen

Van de volwassen Roosendalers heeft 7% 'geen opleiding of alleen lager onderwijs' en 23% alleen 'Mavo/LBO niveau'.

21% van de volwassenen heeft 'enige tot grote moeite' met financieel rondkomen. 8% heeft 'twee of meer betalingsachterstanden'.

Alleenstaanden

Het aantal alleenwonende volwassenen is gestegen van 11% in 2009 naar 18% in 2016. Ook in de regio is een stijgende trend zichtbaar, maar minder hard dan in Roosendaal: van 11% in 2009 naar 14% in 2016. Van de mensen die alleen wonen (18%) heeft 16% 'geen duurzame partnerrelatie'.

Ouderen

Etniciteit

De afgelopen jaren is het percentage ouderen (65+) in Roosendaal met een 'migratieachtergrond' gestegen van 9% in 2009 naar 12% in 2016. Een minderheid (2%) is van 'niet-Westerse herkomst'.

Opleiding en inkomen

15% van de Roosendaalse ouderen heeft 'geen opleiding of alleen lager onderwijs' gevolgd en 23% alleen 'Mavo/LBO niveau'. Van de ouderen ontvangt 21% alleen AOW en 10% heeft 'enige tot grote moeite' met financieel rondkomen.

Alleenstaanden

Van de ouderen in Roosendaal woont 34% alleen. Dit percentage is de afgelopen jaren gelijk gebleven. 33% van deze mensen heeft ook 'geen duurzame relatie'.



Positief ouderschap en gezonde hechting

Feiten

Ieder kind verdient de best mogelijke start in het leven en een optimale kans op een gezonde en veilige ontwikkeling. Dit vraagt om krachtig en positief ouderschap, waarin niet alleen de interactie tussen ouder en kind maar ook tussen de ouders onderling centraal staat. Krachtig en positief ouderschap heeft ook een positieve invloed op de ouder zelf: het welbevinden, de relatie met de partner, het sociaal maatschappelijk leven en de eventuele carrière van ouders. Iedere fase van het ouderschap vraagt om een andere invulling, waar ouders steeds opnieuw vorm aan moeten leren geven.

Wat is ouderschap?

Het begrip 'ouderschap' kent drie belangrijke elementen:

1. *Het welzijn van de ouder*: als een ouder goed in zijn/haar vel zit is dat van grote invloed op de manier waarop hij of zij opvoedt en reageert op het kind. De ouder is dan geduldiger, vrolijker en kan beter relativeren. Wanneer de ouder het druk heeft of om wat voor reden dan ook stress ervaart, is het voor de ouder moeilijker om dat positieve gevoel vast te houden. Dit is ook van invloed op het contact met het kind.
2. *Het opvoedvertrouwen*: ouderschap maakt kwetsbaar. Alle ouders ervaren momenten van onzekerheid en hebben behoefte aan bevestiging dat zij het juiste doen. Het werken aan het element 'opvoedvertrouwen' komt hieraan tegemoet. Krachtig ouderschap groeit als een ouder het vertrouwen heeft dat hij/zij het goed doet en het gevoel heeft dat hij/zij competent is.
3. *De ouderschapsbeleving*: er zijn veel factoren die bepalen hoe de ouder het ouderschap beleeft. Bijvoorbeeld: het persoonlijk functioneren, de invloed van het ouderschap op de relatie met de partner, het sociale leven en de carrière, maar ook de sociaaleconomische omstandigheden. Een positieve ouderschapsbeleving draagt in belangrijke mate bij aan de veilige en gezonde ontwikkeling van kinderen (NCJ, 2018).

Opvoeden versus ouderschap

Ouderschap is meer dan het opvoeden van een kind. Bij het opvoeden staat het perspectief van het kind centraal. Kernvraag is: Wie is dit kind en wat heeft dit kind nodig? Opvoeden is tijdelijk en een taak die je kunt uitbesteden. Bijvoorbeeld aan de kinderopvang.

Bij het ouderschap staat het perspectief van de ouder centraal.

Kernvraag is:

Wie is deze ouder en wat heeft hij of zij nodig? Ouderschap is er altijd. Het is tijdloos, onvoorwaardelijk en gaat over de identiteitsontwikkeling als ouder. (NCJ, 2018)

Hechting

Een open en sensitieve relatie tussen ouders en kinderen bevordert een gezonde hechting. Als kinderen voldoende basisvertrouwen hebben in hun ouders of andere opvoeders, zijn ze gezond of veilig gehecht. Ze krijgen meer zelfvertrouwen en voelen dat ze de moeite waard zijn als ze de juiste aandacht en zorg krijgen. Vanuit die veilige hechting kunnen kinderen zich bovendien hechten aan andere mensen en die gaan vertrouwen.

Kinderen die onveilig zijn gehecht vinden het moeilijk om op zichzelf te vertrouwen, hebben vaak moeite om anderen te vertrouwen, hebben problemen met gezagsaanvaarding en moeite met sociale regels. Maar kinderen kunnen hier ook lichamelijke gevolgen van ondervinden. Een onveilig gehecht kind voelt niet goed aan "wat kan" en "wat niet" en heeft weinig innerlijke houvast. Dit kan zich uiten in impulsief gedrag of juist passiviteit of antisociaal gedrag. Hierdoor lopen deze kinderen grotere kans op psychische problemen, problemen op school, risicovol gedrag, alcoholmisbruik en geweld. Een veilige, gezonde hechting met ouders/opvoeders zorgt voor een grotere weerbaarheid van kinderen tegen negatieve invloeden uit de omgeving.

Cijfers

Omdat het hier gaat om een relatief nieuw preventiethema, zijn er helaas weinig specifieke onderzoekscijfers beschikbaar die inzicht geven in de huidige beleving van het ouderschap en de mate van hechting van kinderen. Daarom presenteren we hierna enkele cijfers die min of meer gerelateerd zijn aan deze begrippen.

Ouderschap

30% van de ouders in Roosendaal met kinderen tussen de 0-11 jaar 'ervaart problemen bij de opvoeding', terwijl 27% stress ervaart als gevolg van de opvoeding (GGD, 2017). Vragen en zorgen worden het vaakst besproken met de partner, hun kind(eren) zelf en vrienden/vriendinnen en in wat mindere mate met (schoon)ouders of de kinderopvang/school. Gevraagd naar hoe ouders de opvoeding van hun kinderen ervaren aan de hand van stellingen komt naar voren dat 1 op de 5 ouders:

- > de verantwoordelijkheid voor de opvoeding als zwaar ervaart;
- > het als falen voelt als het kind zich niet gedraagt zoals hij/zij wil of
- > zich schaamt voor het gedrag van het kind.

Zie ook figuur 3.

Figuur 3: Hoe ervaren ouders in Roosendaal het opvoeden van hun kinderen (GGD, 2017)

Stelling	(Beetje) eens
Ik ervaar de opvoeding van mijn kind als iets waar ik plezier aan beleef	97%
Ik ben tevreden over de relatie met mijn kind:	99%
Ik denk dat ik mijn kind beter zou kunnen opvoeden als ik een opvoedcursus zou volgen:	14%
Ik schaam me wel eens voor het gedrag van mijn kind:	20%
Het voelt als falen als mijn kind zich niet gedraagt zoals ik wil:	21%
De verantwoordelijkheid voor de opvoeding van mijn kind valt me zwaar:	19%

Figuur 4: gezinssituatie in Roosendaal t.o.v. West-Brabant (GGD, 2017)



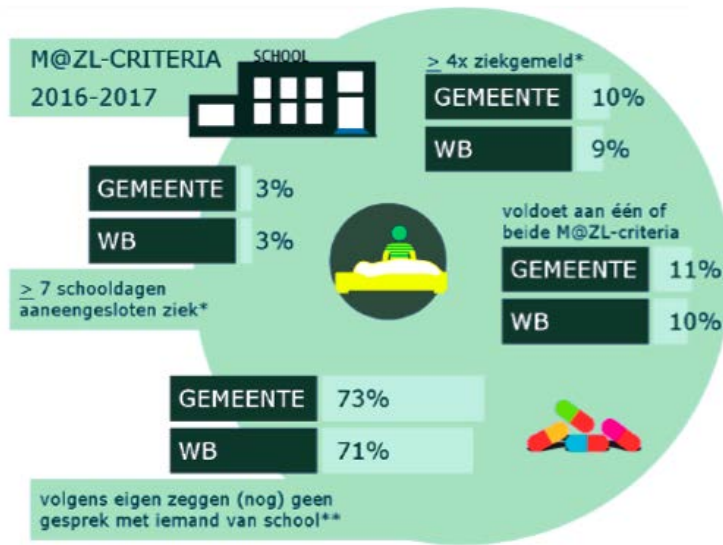
Schoolverzuim, kindermishandeling

Het versterken van positief ouderschap en gezonde hechting is een middel om onder meer schoolverzuim, kindermishandeling en -verwaarlozing te verminderen.

In figuur 5 staan de cijfers van gemeente Roosendaal volgens de M@ZL-criteria¹. Bij de screening door de GGD jeugdgezondheidszorg in 2016-2017 was 10% van de leerlingen 4x of meer ziek gemeld op school in de afgelopen 12 schoolweken (M@ZL-criterium). En 3% van de leerlingen was 7 schooldagen of meer aaneengesloten ziek in de afgelopen 12 schoolweken (M@ZL criterium). 11% van de leerlingen voldeed aan één of beide M@ZL-criteria.

¹ *Integrale aanpak van ziekteverzuim bij scholieren op voortgezet en middelbaar beroepsonderwijs in West-Brabant.*

Figuur 5: Medische Advisering Ziekgemelde Leerlingen (M@ZL) in Roosendaal
(Transformatiemonitor Jeugd, GGD, 2018)



* in de afgelopen 12 schoolweken (M@ZL-criterium)
** van de leerlingen die aan een of beide M@ZL-criteria voldoen

Uit de volwassenenmonitor 2016 van de GGD blijkt dat in Roosendaal 10,0% van de inwoners ooit slachtoffer is geweest van huiselijk geweld. Dit ligt iets hoger dan het percentage in de jeugdzorgregio WBW (8,0%). Veilig Thuis registreert het aantal meldingen van vermoedens van huiselijk geweld en indermishandeling. In 2016 kreeg deze organisatie 1208 meldingen. In 67% (811 gevallen) waren hierbij kinderen betrokken. Overigens betekent dit niet per definitie dat kinderen ook getuige of slachtoffer waren. Het gaat echter wel om geweld in gezinnen, waarbij de kinderen worden geregistreerd in verband met de veiligheidsinschatting.

Wat gebeurt er al?

Preventie & gezondheid

Wegwijs Roosendaal

Jeugdprofessionals zijn er voor alle kleine en grote vragen over jeugdhulp, opvoeden en opgroeien. De jeugdprofessionals kan het gezin hierbij adviseren, ondersteunen en indien verwijzen als er extra zorg nodig is. Specifieke zaken:

- > [Mindfulness](#). Voor ouders die beter willen omgaan met opvoedstress en hun reacties naar hun kinderen.
- > Bij scheidingsproblemen werken de jeugdprofessionals nauw samen met [WijZijn Traverse](#) om het gehele gezin van ondersteuning te voorzien als het nodig is.

Andere domeinen

- > [Video-Hometraining](#) door TWB: een video-hometrainer geeft op basis van 2 á 3 filmopnames de ouder positieve feedback over een opvoedmoment of contactmoment met het kind.



Een actieve gezonde leefstijl

Feiten

Een gezond gewicht draagt zowel bij aan de lichamelijke als de geestelijke gezondheid van mensen; dit begint al jong. Kinderen en tieners met een gezond gewicht zitten beter in hun vel dan hun leeftijdgenoten met overgewicht. Te zware leeftijdsgenoten hebben vaak te maken met stigmatisering en pesten, vooral meisjes. Hierdoor hebben zij meer kans op een lagere zelfwaardering en daarmee samenhangende psychosociale problemen, zoals eenzaamheid, verdriet en gespannenheid. Een ongezond gewicht bij kinderen leidt zowel nu als later tot meer gezondheidsproblemen. Wanneer iemand al vanaf jonge leeftijd overgewicht heeft, zijn de gezondheidsgevolgen op latere leeftijd extra groot. Overgewicht heeft ook maatschappelijke en economische gevolgen. Mensen die beperkt zijn of ziek worden door ernstig overgewicht participeren niet of onvoldoende in de samenleving. Zij vergroten de maatschappelijke kosten voor arbeidsongeschiktheid, ziekteverzuim en de gezondheidszorg.

Gewichtstoename kan een gevolg zijn van uiteenlopende oorzaken.

De voornaamste reden is een te hoge energie-inname via *voeding* en te *weinig lichamelijke activiteit*. Gezonde voeding, bewegen en sporten is dus belangrijk voor een gezond gewicht. Ook is het gezien de lange termijn consequenties van belang om zo jong mogelijk in te steken op het behouden van een gezond gewicht. Reden waarom de gemeente Roosendaal in haar gezondheidsbeleid het bevorderen van een gezond gewicht bij kinderen en jongeren nadrukkelijk in haar ambitie heeft opgenomen.

Beweegrichtlijnen 2017

In Nederland bestonden tot medio 2017 drie normen voor bewegen:

de *Nederlandse Norm Gezond Bewegen*, de *Fitnorm* en de *Combinorm*.

Op verzoek van de minister van VWS heeft de Commissie Beweegrichtlijnen deze normen in het licht van nieuwe wetenschappelijke ontwikkelingen samengevat in één nieuwe richtlijn: [Beweegrichtlijnen 2017](#) (Gezondheidsraad 2017). Deze richtlijnen houdt de gemeente Roosendaal ook aan in haar ambitie. Gevolg is wel dat de huidige cijfers van de gezondheidsmonitors van de GGD nog zijn gebaseerd de *Nederlandse Norm Gezond Bewegen*. Het zal dus over 4 jaar nog niet mogelijk zijn om een trendvergelijking te maken op deze indicator.

Figuur 6: beweegrichtlijnen 2017

Tot voor kort werd de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB of Beweegnorm) gebruikt. Recentelijk zijn er echter op basis van nieuwe inzichten nieuwe beweegrichtlijnen uitgebracht die de Beweegnorm vervangen.

De beweegrichtlijn voor volwassenen en ouderen

Bewegen is goed, meer bewegen is beter.

- > Doe minstens 150 minuten per week aan matig intensieve inspanning, verspreid over diverse dagen. Langer, vaker en/ of intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel.
- > Doe minstens tweemaal per week spier- en botversterkende activiteiten, voor ouderen gecombineerd met balansoefeningen.
- > En: voorkom veel stilzitten.

De beweegrichtlijnen voor kinderen

Voor kinderen van 4 tot 18 jaar geldt de volgende beweegrichtlijn:

- > Bewegen is goed, meer bewegen is beter.
- > Doe minstens elke dag een uur aan matig intensieve inspanning. Langer, vaker en/ of intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel.
- > Doe minstens driemaal per week spier- en botversterkende activiteiten.
- > En: voorkom veel stilzitten.

Voor kinderen jonger dan vier jaar is het belangrijkste dat ze gevarieerd bewegen en motorische vaardigheden aanleren.

Cijfers

Jongeren tot 12 jaar

Van de totale groep 0-11 jarigen in Roosendaal had in 2017:

- > 8% ondergewicht;
- > 7% overgewicht exclusief obesitas en
- > 3% obesitas.

Het percentage kinderen dat 'overgewicht' heeft neemt snel toe vanaf de leeftijd van 3,5 jaar.

Meisjes hebben vaker (9,7%) 'overgewicht' dan jongens (7,3%). Ook komt 'overgewicht inclusief obesitas' vaker voor onder kinderen van niet-Nederlandse herkomst: 8,5% van de kinderen van Nederlandse herkomst heeft overgewicht tegenover 30,4% van de kinderen van Turkse herkomst en 21,1% van Marokkaanse herkomst. Sinds 2013 is wel sprake van een heel licht dalende trend in overgewicht onder deze leeftijdsgroep in Roosendaal.

JOGG Roosendaal

Het bevorderen van bewegen en een gezond gewicht voor kinderen in de leeftijd van 4-12 jaar, maakte al eerder onderdeel uit van het Roosendaalse gezondheidsbeleid. Roosendaal is sinds enkele jaren een zogenaamde JOGG-gemeente (Jongeren op Gezond Gewicht).

De Roosendaalse JOGG-aanpak Doe je mee, fit is oké! werd in 2013 gestart in Kalsdonk met als vertrekpunt basisschool De Vlindertuin.



Eind 2017 is de aanpak geëvalueerd. Uit deze evaluatie blijkt dat vergeleken met 2014 in 2017 op De Vlindertuin:

- > Het percentage kinderen met een gezond gewicht stabiel is.
- > Er iets meer kinderen met overgewicht zijn.
- > Kinderen vaker aan de fruit- en groentenorm voldoen.
- > Kinderen meer glazen water en minder glazen frisdrank per dag drinken.
- > Er minder kinderen zijn die nooit sporten (in groep 1-5).
- > Er meer kinderen zijn die vaker en/of langer sporten per week (in groep 6-8).
- > Het aantal kinderen met een zwemdiploma is toegenomen.
- > De tijd die kinderen zittend met een beeldscherm (computer) doorbrengen is toegenomen.

Zie ook figuur 7.

Figuur 7: trends voeding en bewegen leerlingen basisschool De Vlindertuin in Kalsdonk (GGD, 2017)

	Groep 1-5 2014	Groep 1-5 2017	Groep 6-8 2014	Groep 6-8 2017
Voldoet aan groentenorm ²	26%	24%	6%	15%
Voldoet aan fruitnorm ³	35%	57%	13%	30%
Sport bij wijkvereniging	46%	46%	41%	42%
Sport bij andere vereniging	58%	70%	75%	86%
Elke dag ontbijt	93%	95%	80%	87%
Elke dag een warme maaltijd	86%	93%	86%	79%

² 150 gram groente

³ Minimaal
2 stuks fruit

Jongeren 12-18 jaar

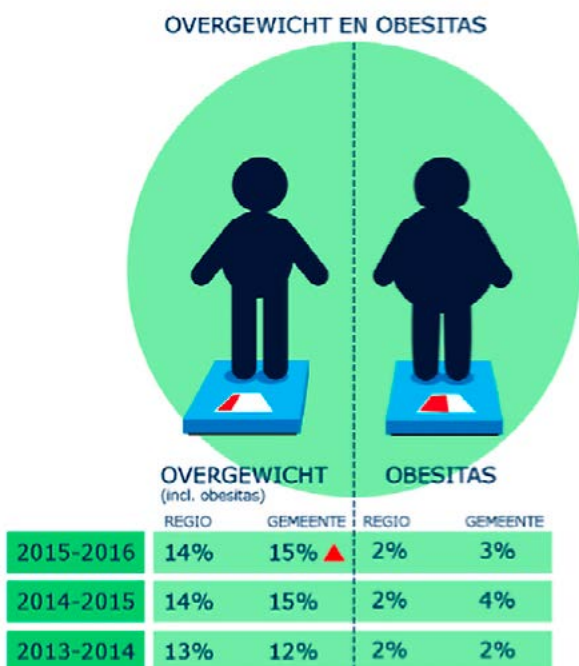
In de 2^e klas van het voortgezet onderwijs is in Roosendaal sprake van een stijgende trend in het percentage jongeren dat 'overgewicht' heeft ten opzichte van de voorgaande schooljaren jaren (zie figuur 8).

Zo'n 2% van de jongeren had in 2017 '(ernstig) ondergewicht'.

Naast een stijgende trend in overgewicht onder 13-14 jarigen, blijkt er ook dalende trend in het aantal jongeren dat voldoet aan de *Nederlandse Norm Gezond Bewegen*.

In het schooljaar 2013-2014 voldeed nog 21% van de 13-14 jarigen hieraan. Drie jaar later - schooljaar 2016-2017- nog maar 16%. Deze trend is ook in de regio zichtbaar. Algemeen geldt dat scholieren op het VMBO aanzienlijk minder bewegen dan scholieren op het VWO.

Figuur 8 overgewicht & obesitas (GGD jeugdmonitor 2015)



Volwassenen

Van de Roosendaalse volwassenen had in 2016 bijna de helft (49%) overgewicht of obesitas. Dit percentage overgewicht is vergelijkbaar met voorgaande jaren. Slechts 57% van de volwassenen voldeed aan de *Beweegnorm*⁴. Dit is een daling ten opzichte van 2009 toen nog 63% aan deze norm voldeed. Het lidmaatschap van een sportclub of vereniging is nagenoeg gelijk gebleven sinds 2009: 36%.

Ouderen

Het aantal ouderen met overgewicht of obesitas is 64%. Dit is de afgelopen jaren vrijwel gelijk gebleven. In 2016 voldeed 71% van de 55-plussers aan de *Beweegnorm*. Dit is een stijging ten opzichte van 2009 toen nog maar 65% aan de beweegnorm voldeed. Ongeveer een kwart van de ouderen is lid van een sportclub.

⁴ Minstens vijf dagen per week minimaal een half uur matig intensief te bewegen.

Wat doen we al?

Preventie & gezondheid

Doe je mee, fit is oké! JOGG Roosendaal

Roosendaal is sinds 2013 één van de 120 Nederlandse gemeenten die de landelijke aanpak *Jongeren op Gezond Gewicht* (JOGG) heeft omarmd. Onder de naam *Doe je mee, fit is oké!* is gestart in de wijk Kalsdonk. Sindsdien zijn er al veel resultaten behaald die bijdragen aan een gezonde leefstijl onder de jeugd in Kalsdonk. Zo zijn er onder meer een watertappunt en een beweegroute gerealiseerd, zijn er afspraken gemaakt over gezond beleid op de *Brede School* en is het *Vignet Gezonde School* behaald. Verder is een combinatiefunctionaris aangesteld. Ook is de samenwerking tussen de zorgpartners verbeterd rondom de aanpak van overgewicht.

Sinds 2017 is *Doe je mee, fit is oké!* uitgebreid naar de wijk Westrand. De bedoeling is om de beweging uit te rollen in heel Roosendaal waar mogelijk. Samen met onder andere ouders, scholen, supermarkten en andere partners willen we een omgeving creëren voor kinderen waar gezondheid en bewegen de normaalste zaak van de wereld is. Met als belangrijkste doel daling van het overgewicht, zodat kinderen fit en blij kunnen opgroeien. Dat realiseren we onder meer door:

- > Op een gezondere manier aan te haken bij bestaande evenementen en activiteiten: JOGG is o.a. betrokken bij de *KPO Kidsrun*, *Avond4daagse*, *Fitdag*, *Sportkermis*, *Summerfun*.
- > Uitrollen van *Ketenaanpak Overgewicht*: kinderen met overgewicht moeten tijdig gesignaleerd worden en doorverwezen worden naar passende hulp.
- > Samenwerking met publieke en private partners om gezamenlijk afspraken te maken over een gezonde leefomgeving. Deze partners ondersteunen de beweging door een gezonde visie in het beleid op te nemen en helpen mee met inzet van expertise, (financiële) middelen en communicatie.
- > Meer bekendheid rondom gezonde leefstijl realiseren d.m.v. het organiseren van inspiratiesessies, social media, schoolberichten, nieuwsbrieven, JOGG lied en website.
- > **Gezonde School**: een school die structureel aandacht besteedt aan gezondheid kan een certificaat halen. KPO Basisschool de Vlindertuin, De Appel en de Jeroen Boschschool hebben als eerste scholen in Roosendaal het Vignet Gezonde School behaald. Daarnaast hebben ook steeds meer kinderopvanglocaties een gezondheidsbeleid.
- > **Cool 2B Fit**: een programma voor kinderen boven een gezond gewicht om plezier te krijgen in gezondere gewoonten. Dit programma is vanaf 15 januari 2018 gestart in Kalsdonk, waarbij er 14 gezinnen deelnemen aan het programma.
- > Gezonde sportkantine: sportorganisaties en verenigingen kunnen met **Team Fit** aan de slag om hun kantine gezonder te maken.
- > **Kinderkoken, Aan Tafel**: Kinderen uit gezinnen met een laag inkomen komen elke week samen om gezond te koken onder leiding van vrijwilligers.

Kids2move

Kinderen worden op een laagdrempelige manier in beweging gebracht en gehouden (Van Broekhoven Fysiotherapie, THOR, SSNB en TWB).

Sportbeleid gericht op gezonde leefstijl

Sportservice Noord-Brabant geeft uitvoering aan het uitvoeringsplan Gezonde leefstijl 2015-2018. De focus van dit plan ligt op het meer laten sporten en bewegen van de Roosendaalse inwoners en op het bevorderen van een gezonde leefstijl. Concrete doelstellingen zijn:

1. Jeugd op gezond gewicht brengen en houden;
2. Sport- en beweegparticipatie onder de jeugd vergroten;
3. Sport- en beweegparticipatie onder volwassenen vergroten.

Sinds 2017 heeft Sportservice hierbij het accent gelegd op het bereiken van inactieven (mensen die een drempel ervaren om te gaan sporten en bewegen).

Integraal armoedebeleid: Stichting Paul

Deelname aan sportactiviteiten voor kinderen uit huishoudens met een inkomen tot 120% van het sociaal minimum. Stichting Paul keert maximaal €225,- per kind per jaar uit voor contributie en sportattributen.

Fysieke omgeving

De afgelopen jaren zijn onder andere de volgende sport- en beweegmogelijkheden in de buitenruimte gerealiseerd: Kwiekroute Westrand, fitroute Langdonk, Beweegweb Kalsdonk, Wielereperience.



Psychisch gezond en weerbaar

Feiten

Psychische gezondheid

Psychische gezondheid is een subjectief begrip. Het verwijst naar het cognitief, emotioneel en sociaal welzijn van mensen. Psychisch gezonde personen voelen zich over het geheel genomen tevreden, zijn in staat om te genieten, denken positief, zijn tevreden met hun sociale relaties en kunnen omgaan met tegenslagen. Psychische gezondheid wordt voornamelijk gemeten door middel van de afwezigheid van psychische klachten. Een officiële definitie van psychische gezondheid is er niet. De betekenis hangt af van allerlei aspecten, zoals de cultuur waarin iemand leeft, zijn/haar subjectieve beleving of vanuit welk theoretisch kader naar psychische gezondheid gekeken wordt.

Psychische ongezondheid kan zich uiten in allerlei psychische klachten, zoals je down voelen, stress ervaren, zenuwachtig zijn of angst hebben. Het kunnen ook psychosomatische klachten zijn, zoals hoofdpijn, vermoeidheid, duizeligheid of buikpijn. De ernst van psychische klachten kan variëren van af en toe milde klachten ervaren tot een gediagnosticeerde psychische stoornis, zoals een angststoornis of een depressie. Dit is een glijdende schaal, die onder meer afhangt van de mate waarin de klachten de betreffende persoon belemmeren in zijn of haar dagelijks leven. Psychische gezondheid en psychische ongezondheid kunnen tegelijk voorkomen bij een persoon. Iemand met psychische klachten kan zich op een aantal aspecten nog altijd psychisch gezond voelen, bijvoorbeeld omdat hij of zij nog kan genieten van het leven of tevreden is met zijn of haar sociale relaties (= positieve gezondheid).

Mentale weerbaarheid

Mentale weerbaarheid is een aspect van psychische gezondheid en eenvoudigweg te beschrijven als de fitheid van geest: bestand zijn tegen psychosociale druk. Naast specifieke aandacht voor het mentale, draagt ook een gezonde levensstijl positief bij aan mentale weerbaarheid: voldoende beweging, stoppen met roken, minder drinken en gezonder eten.

De activiteiten die voortvloeien uit beleidsspeerpunt 2 *Een actieve gezonde leefstijl* (zie ook *Ambitienota*) dragen dus eveneens bij aan de mentale weerbaarheid van de Roosendaalse bevolking.

Jongeren

Mentaal weerbare jongeren zijn in staat om in het dagelijks leven hun grenzen aan te geven en hun wensen kenbaar te maken met respect voor de grenzen van anderen. Sleutelbegrippen daarbij zijn: zelfvertrouwen, zelfrespect, een goed zelfbeeld, veerkracht en sociale en communicatieve vaardigheden. Ook zijn mentaal weerbare jongeren in staat om gezonde keuzes te maken wat betreft hun leefstijl. Zij beschikken over de vaardigheden om de verleidingen uit het dagelijks leven te weerstaan. Denk aan ongezonde voeding, overmatig alcoholgebruik, gamen, drugs, roken en onveilige seks. Zij durven 'nee' te zeggen en kunnen omgaan met groepsdruk. Zij nemen verantwoordelijkheid voor hun (seksuele) gezondheid en welzijn en participeren actief aan de samenleving.

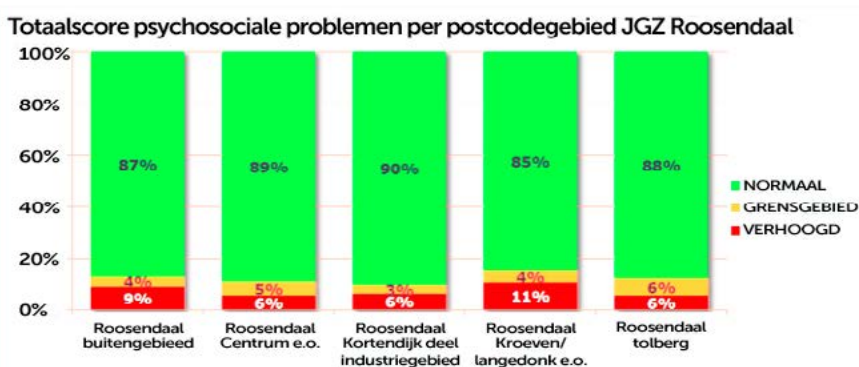
Cijfers

Psychosociale problemen jeugd 12⁻

Tijdens de contactmomenten met de GGD Jeugdgezondheidszorg wordt met behulp van een vragenlijst het risico op psychosociale problemen bij kinderen vastgesteld. Kinderen kunnen dan een 'verhoogd risico' hebben op psychosociale problemen of in het 'grensgebied' vallen. In 2017 had 11% van de 4-11 jarigen een verhoogd risico op het krijgen van psychosociale problemen. Dit is vergelijkbaar met de GGD-regio West-Brabant.

Als we kijken naar de postcodegebieden in Roosendaal en het aantal kinderen met een 'verhoogd risico op psychosociale problemen', dan zien we in 'Kroeven/Langdonk e.o.' en het 'buitengebied van Roosendaal' meer kinderen wonen met een verhoogd risico op psychosociale problemen (figuur 9).

Figuur 9 bron: contactmoment groep 2 en groep 7, schooljaar 2015/2016, GGD.



Psychische gezondheid jeugd 12+

In 2016 had op basis van eenzelfde vragenlijst 3% van de Roosendaalse jongeren in klas 2 van het voortgezet onderwijs een 'verhoogd risico' op psychosociale problemen, 10% viel in het 'grensgebied'. Jongeren gaven daarbij aan dat ze moeilijkheden ervaren - wat betreft emoties, concentratie, gedrag of onvermogen om met andere mensen op te schieten - die hun dagelijks leven belemmeren als het gaat om:

- > 'leren in de klas' (27%);
- > 'thuis' (21%);
- > 'vriendschappen' (15%) en
- > activiteiten in de vrije tijd'.

12% van de Roosendaalse 2^e klassers heeft in de afgelopen 3 jaar een ingrijpende gebeurtenis meegemaakt, die hem/haar nog steeds veel bezig houdt.

Pesten en weerbaarheid jeugd

Van de 4-11 jarigen bleek 91% in 2017 'voldoende weerbaar'.

Van de 12-plussers zijn alleen cijfers beschikbaar op regionaal niveau (Figuur 10). Hierbij valt op dat de 'weerbaarheid' van jongeren op het VMBO-BK gemiddeld lager (83%) is dan op hogere onderwijsniveaus (93%-94%).

9% van de Roosendaalse jongeren in klas 2 van het voortgezet onderwijs geeft aan dat zij 'gepest of getreiterd' worden.

Figuur 10 Weerbaarheid jongeren 12-18 jaar naar schoolniveau in West-Brabant. (GGD, 2015)



Psychische gezondheid en welbevinden volwassenen en ouderen

Het merendeel van de ouderen en volwassenen in Roosendaal zegt zich 'psychisch gezond' te voelen en driekwart voelt zich '(erg) gelukkig'. Dit betekent echter ook dat bijna één op de vijf volwassenen en ouderen zich 'psychisch ongezond' voelt. Vooral het percentage volwassenen dat zich 'matig psychisch ongezond voelt' is de afgelopen jaren gestegen van 2% in 2009 tot 6% in 2016. Daarnaast voelt bijna een kwart van de volwassenen en ouderen zich dus 'niet (zo) gelukkig' of 'ongelukkig'. Ook heeft 38% van de volwassenen en 45% van de ouderen 'het gevoel geen doel of richting in het leven' te hebben.

Sinds 2009 is het aantal volwassenen dat stress ervaart sterk toegenomen. Eén op de vijf volwassenen 'heeft in de afgelopen 4 weken veel stress ervaren' door werk (1), financiën (2), gezondheid (3) of opvoeding van kinderen (4). 6% van de volwassen Roosendalers heeft 'serieus overwogen om een einde aan het leven te maken'. Voor ouderen is hierover geen cijfer bekend. Bij ouderen wordt wel de kwetsbaarheid gemeten. Volgens de TFI⁵ die hiervoor wordt gebruikt is ruim een kwart van de Roosendaalse ouderen als 'psychisch kwetsbaar' aan te merken. Zie ook figuur 11.

⁵ De Tilburg Frailty Indicator (TFI) is een vragenlijst, waarmee de mate van sociale, emotionele en psychische kwetsbaarheid van ouderen kan worden vastgesteld.

Figuur 11 Psychische gezondheid en welbevinden van volwassenen en ouderen in Roosendaal (GGD, 2016)

	Volwassenen	Ouderen
Voelt zich psychisch ongezond	18%	19%
Voelt zich niet zo gelukkig of is ongelukkig	23%	26%
Heeft het gevoel geen richting of doel te hebben	38%	45%
Heeft veel stress ervaren de afgelopen 4 weken	19%	--
Heeft serieus overwogen een eind aan het leven te maken	6%	--
Ervaart weinig tot geen regie over eigen leven	12%	17%
Kwetsbaar (volgens tfi)	--	27%
Is psychisch kwetsbaar	--	27%

Angststoornis en depressie bij volwassenen en ouderen

Figuur 12 geeft het percentage volwassenen en ouderen in Roosendaal weer met een 'verhoogd risico op het krijgen van een angststoornis of depressie'.

Figuur 12 Percentage volwassenen en ouderen met een verhoogd risico op een angststoornis of een depressie (GGD, 2016)

	2009	2012	2016
Volwassenen			
Matig risico op angststoornis of depressie	28%	31%	42%
Hoog risico op angststoornis of depressie	4%	8%	10%
Ouderen			
Matig risico op angststoornis of depressie	38%	39%	39%
Hoog risico op angststoornis of depressie	6%	7%	5%
Is psychisch kwetsbaar		--	27%

Het valt op dat er in Roosendaal sprake is van een sterk stijgende trend in het percentage volwassenen met een 'matig tot hoog risico op een angststoornis of depressie': van 32% in 2009 tot 52% in 2016.

Uit onderzoek van de GGD (Factsheet Psychische ongezondheid, 2018) komt naar voren dat in West-Brabant het percentage volwassenen dat een 'matig tot hoog risico op een angststoornis of depressie' gemiddeld (47,8%) al significant hoger is dan in de rest van Nederland (44,8%). Roosendaal springt er daarnaast in de regio vooral uit wat betreft het percentage volwassenen met een 'hoog risico op een angststoornis of depressie'. Dit is één van de hoogste cijfers in de regio: 10% versus 7,3% in West Brabant en 7,1 % landelijk. Het is nog niet duidelijk wat de achterliggende oorzaken zouden kunnen zijn voor deze cijfers. Voor ouderen geldt dat het beeld in Roosendaal niet afwijkt van West-Brabant.



Percentage 19-65 jarigen met hoog risico op angst of depressie, 2016

Wat doen we al?

Het bevorderen van de psychische gezondheid, in het bijzonder de preventie van angststoornissen en depressie vormden de afgelopen jaren geen speerpunten van het beleid. De bestaande interventies zijn gericht op het versterken van de weerbaarheid van jongeren (wel een beleidsspeerpunt) maar hebben geen directe link met preventie van depressie en/of angst.

Preventie & gezondheid

Jongeren

Voor jongeren is het stimuleren van weerbaarheid en veerkracht vooral ingebed in een aantal reguliere preventieve activiteiten van de maatschappelijke partners. Denk hierbij aan voorlichting over middelengebruik zoals alcohol, drugs en roken. Jongeren leren hierbij 'nee' te zeggen en in te gaan tegen groepsdruk. De gemeente ziet er op toe dat de partijen hun krachten bundelen en samen werken aan het bereiken, informeren, motiveren en ondersteunen van jongeren in het maken van gezonde keuzes. Bijvoorbeeld door het stimuleren van een aanbod van betrouwbare (hulp)bronnen en informatie over psychische gezondheid en leefstijlonderwerpen op digitale plekken waar jongeren zijn, zoals SENSE⁶. In aansluiting op SENSE verzorgt de GGD bij scholen voor voortgezet onderwijs en het ROC-MBO Kellebeek College op verzoek gastlessen/workshops voor jongeren en ondersteuning van docenten. Alles gericht op het thema seksualiteit en weerbaarheid (o.a. loverboys) en waar mogelijk zal er gekoppeld worden aan de thema's alcohol en verslavingen.

⁶ SENSE is speciaal voor jongeren t/m 24 jaar voor alle vragen over seks. Sense omvat een speciale jongerenwebsite met informatie over seksualiteit, verliefdheid, relaties en liefde en inloopspreekuren

De jeugdprofessionals (WegWijs Roosendaal) speelt daarnaast een centrale rol als het gaat om de weerbaarheid en veerkracht van specifieke risicogroepen onder kinderen en biedt de volgende trainingen aan in samenwerking met lokale maatschappelijke partners:

- > [Training Sociale Vaardigheden](#), om makkelijker om te gaan met anderen;
- > [!JeS, Jij en Scheiding](#), groepstraining voor kinderen bij scheiden;
- > [Mindfulness](#), aandachtstraining voor jongeren;
- > [Weerbaar Opvoeden](#) tegen radicalisering op drie basisscholen in 2018. Doel van deze cursus is om Islamitische moeders te leren hoe zij hun kinderen weerbaar kunnen opvoeden, zodat hun kinderen minder vatbaar zijn voor radicalisering en
- > Social mediatraining op drie basisscholen in de wijk Kortendijk.

GGZ Westelijk Noord Brabant (in samenwerking met WegWijs):

- > [Brussengroep](#), voor kinderen/jongeren die een broer of zus hebben met psychische problemen zoals een vorm van ADHD, ODD, ASS of een depressie.
- > [KOPP groep](#), voor kinderen die een ouder hebben met psychische of verslavingsproblemen. Uitgevoerd samen met Novadic Kentron.
- > [Piep zei de muis](#), voor kinderen die te maken hebben met spanning en stress.
- > [Ben jij gek?!](#) op ROC's: preventief middel om psychische problemen te signaleren en hulp zoeken laagdrempelig te maken.

Het mantelzorgsteunpunt geeft voorlichting op scholen over de gevolgen van mantelzorg op jonge leeftijd.

Integraal armoedebeleid

- > **Armoederegisseur:** schuldenproblematiek en gezondheidsklachten gaan vaak hand in hand. Zaak is dat betrokken professionals (artsen, wijkverpleegkundigen en schuldhulpverleners) hiervan op de hoogte zijn. Oog voor de samenhang moet ertoe leiden dat mensen die financiële stress ervaren indien nodig gecombineerde trajecten doorlopen; trajecten waarin zowel wordt gewerkt aan de aanpak van schulden als de verbetering van de gezondheid. De armoederegisseur kan hierin een belangrijke rol spelen: creëren van bewustzijn bij de professionals en ze voorzien van tips en tricks hoe de situatie van de patiënt/cliënt integraal in kaart te brengen.
- > **Regelingen-check:** wanneer mensen met problemen zich melden bij een maatschappelijke organisatie (zoals WijZijn Traverse, WegWijs, Werkplein e.d.) wordt een intakegesprek aangeboden, waarin een zogeheten 'regelingen-check' plaatsvindt. Op deze manier kan er worden bewerkstelligd dat deze personen ook daadwerkelijk aanspraak maken op de voorzieningen waar zij recht op hebben.
- > **MoneyWays en Omgaan met Geld:** Moneyways is een aangepast lesprogramma over omgaan met geld voor scholieren van de middelbare school. Studenten gaan met scholieren in Roosendaal in gesprek over omgaan met geld. Het programma richt zich op de preventie van armoede en schulden door het verhogen van financieel bewustzijn en weerbaarheid en het vergroten van de kennis over omgaan met geld. Het programma wordt aangeboden in 40 tot 50 klassen binnen voortgezet en middelbaar beroepsonderwijs. Er is een aangepast lesprogramma ontwikkeld voor het praktijkonderwijs, een lesprogramma dat aansluit bij deze doelgroep. Dit programma genaamd "omgaan met geld" zal op het praktijkonderwijs geïntegreerd worden in het bestaande lesprogramma en zal gedurende de hele schoolperiode benadrukt worden.
- > **Jongeren SchuldenVrij:** voorziening voor jongeren met schulden en een studiebeurs. Het succesvolle project uit Tilburg genaamd Fix Up Your Life is vertaald naar de Roosendaalse context: Jongeren SchuldenVrij. Door vindplaatsgericht te werken worden jongeren bereikt die anders buiten het (schuld-) hulpverleningstraject zouden blijven.

Sport en cultuur

Sport- en cultuuractiviteiten hebben zowel een lichamelijke, als geestelijke positieve invloed op mensen. Een gezonde leefstijl draagt bij aan de mentale weerbaarheid. Sportservice Noord-Brabant en CultuurCompaan bieden een breed scala aan activiteiten aan.



Sociale verbondenheid

Feiten

Mensen die verbondenheid met anderen en sociale interacties missen, voelen zich eenzaam⁷. Afhankelijk van het ervaren gemis, spreken we van emotionele of sociale eenzaamheid.

- > *Emotionele eenzaamheid* treedt op als iemand een hechte, intieme band mist met één of meerdere personen. Meestal gaat het om een levenspartner. Er is een emotionele behoefte.
- > *Sociale eenzaamheid* draait om minder contact hebben met andere mensen dan je wenst. Denk aan het missen van vrienden, kennissen of collega's. Het sociaal netwerk schiet tekort. Er is een sociale behoefte.

Iemand kan gelijktijdig zowel sociaal als emotioneel eenzaam zijn. We spreken van sociaal isolement wanneer iemand weinig of geen contacten heeft. Sociaal isolement is niet hetzelfde als eenzaamheid. Het kan wel samenvallen.

Gevolgen

Zeker als het gemis aan sociale verbondenheid of eenzaamheid langdurig aanhoudt, leidt het tot gezondheidsrisico's, minder meedoen in de samenleving en een gevoel dat welzijn of geluk tekortschiet. Het verhoogt zelfs de kans op voortijdig overlijden. Er kan een vicieuze cirkel ontstaan waarbij de gevolgen de eenzaamheid versterken:

- > **Gezondheid:** eenzaamheid kan, net als stress, een negatieve invloed hebben op het immuunsysteem. Met een lage weerstand ben je vatbaarder voor infecties. Ook kan eenzaamheid leiden tot depressie en een verhoogd risico op hartziekten en de ziekte van Alzheimer. Daarnaast kan eenzaamheid bijdragen aan een ongezonde leefstijl: weinig bewegen, minder gezond eten en meer gebruik van verslavende middelen. Met als gevolg een groter risico op overgewicht, hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten.
- > **Kwaliteit van leven:** eenzaamheid maakt ongelukkig. Eenzaamheid geeft een gevoel van leegte en algemene ontevredenheid over het leven. Het gevaar bestaat dat een negatieve spiraal ontstaat doordat mensen die zich niet sociaal verbonden voelen ook minder goed voor zichzelf zorgen.
- > **Meedoen in de samenleving:** eenzaamheid kan ertoe leiden dat je je terugtrekt. Omdat je weinig sociale contacten hebt, denk je dat anderen je niet leuk vinden. Waardoor je sociale gelegenheden uit de weg gaat. Of je weet niet wie je kunt vragen om samen iets te ondernemen. Misschien heb je door je eenzaamheidsgevoelens simpelweg geen zin om de deur uit te gaan.
- > **Voortijdig overlijden:** eenzaamheid verhoogt de kans op voortijdig overlijden. Ook lijkt er een verband te zijn tussen eenzaamheid en zelfmoordgedachten.

⁷ *“Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Het kan zijn dat het aantal contacten dat men heeft met andere mensen geringer is dan men wenst. Het kan ook zijn dat de kwaliteit van de gerealiseerde relaties achterblijft bij de wensen.”*
(De Jong Gierveld, 2007)

Eenzaamheid is niet leeftijdsgebonden. Wel komt eenzaamheid meer voor onder 75-plussers. De verschillen tussen mannen en vrouwen zijn klein, maar vrouwen voelen zich vaker emotioneel eenzaam, terwijl mannen vaker sociaal eenzaam zijn. Een partner lijkt een goede buffer tegen eenzaamheid, maar de kwaliteit van de relatie is daarbij wel belangrijk voor het al dan niet ervaren van eenzaamheid. Onder laagopgeleiden komt meer eenzaamheid voor dan onder hoogopgeleiden. Ook geld speelt een rol: onder mensen met een hoog inkomen komt eenzaamheid minder voor dan onder mensen met een laag inkomen. En mensen met betaald werk zijn minder vaak eenzaam dan mensen met onbetaald werk of zonder baan.

Cijfers

Eenzaamheid volwassenen

Sinds 2009 stijgt het percentage Roosendalers tussen de 19 en 64 jaar dat 'eenzaam' is.

In 2016 was 42% van de volwassenen eenzaam, waarvan 13% (zeer) ernstig eenzaam.

Gelet op de verschillende typen eenzaamheid is er zowel sprake van een stijgende trend in 'sociale eenzaamheid' als in 'emotionele eenzaamheid' onder volwassenen (zie ook figuur 13).

Ook heeft 38% van de volwassenen Roosendalers het gevoel geen doel of richting te hebben in het leven. Eenzaamheid komt in Roosendaal vaker voor dan in de regio West-Brabant.

Figuur 13 Trends in eenzaamheid onder volwassenen (19-64 jaar) in Roosendaal (GGD, 2016)

	2009	2012	2016
Is eenzaam	38%	39%	42%
> waarvan (zeer) ernstig eenzaam	8%	9%	13%
Is emotioneel eenzaam zoals het ervaren van een leegte en het missen van een goed vriend(in)	24%	28%	34%
Is sociaal eenzaam Zoals bij niemand terecht kunnen en niet veel mensen volledig kunnen vertrouwen	41%	40%	45%
Woont alleen	11%	13%	18%
Eenoudergezin	4%	6%	7%

Eenzaamheid ouderen

Het terugdringen van eenzaamheid en sociaal isolement onder ouderen vormde de afgelopen vier jaar ook al een speerpunt binnen het Roosendaalse gezondheidsbeleid.

In figuur 14 zijn de trends in kwetsbaarheid en eenzaamheid onder ouderen in Roosendaal sinds 2009 weergegeven.

Figuur 14 Trends in kwetsbaarheid en eenzaamheid onder ouderen (65+) in Roosendaal

	2009	2012	2016
Kwetsbaar (volgens TFI)		33%	27%
> waarvan (zeer) ernstig eenzaam	8%	11%	12%
Is eenzaam	48%	52%	52%
Is emotioneel eenzaam zoals het ervaren van een leegte en het missen van een goed vriend(in)	29%	33%	36%
Is sociaal eenzaam Zoals bij niemand terecht kunnen en niet veel mensen volledig kunnen vertrouwen	50%	52%	49%
Woont alleen	31%	33%	34%

Het percentage ouderen dat 'kwetsbaar' is volgens de TFI⁸ lijkt sinds 2012 te dalen. Toch is nog ruim een kwart van de Roosendaalse ouderen als kwetsbaar aan te merken. Frailty Indicator (gebaseerd op 15 lichamelijke, psychische en sociale componenten van kwetsbaarheid).

Na een aanvankelijke stijging tussen 2009 en 2012, is het percentage Roosendaalse ouderen, dat 'eenzaam' is, de laatste vier jaar gelijk gebleven. Dat neemt niet weg dat ruim de helft van de ouderen nog steeds eenzaam is. Ongeveer 1 op de 10 ouderen (11%) is zelfs (zeer) ernstig eenzaam. Verder is een groeiend aantal Roosendaalse ouderen 'emotioneel eenzaam': 29% in 2009 tegenover 36% in 2016. De 'sociale eenzaamheid' is nagenoeg gelijk gebleven.

5% van de ouderen is niet in staat om zelfstandig sociale contacten te leggen en te onderhouden. Ook heeft 45% van de ouderen het gevoel geen doel of richting in het leven meer te hebben.

Sociale cohesie

Op basis van stellingen over sociale verbondenheid en behulpzaamheid in de buurt kwam naar voren dat 9% van de volwassenen en 15% van de ouderen in Roosendaal veel sociale cohesie ervaart. Beide cijfers liggen lager dan in de regio West-Brabant.

⁸ De Tilburg Frailty Indicator (TFI) is een vragenlijst waarmee de mate van kwetsbaarheid van ouderen kan worden vastgesteld aan de hand van 15 lichamelijke, psychische en sociale componenten.

Vrijwilligerswerk en mantelzorg

Ongeveer een kwart van de volwassenen (23%) en ouderen (27%) deed in 2016 vrijwilligerswerk en 16% van de volwassenen en 17% van de ouderen verleende mantelzorg. Het aantal mensen dat mantelzorg verleent, is de afgelopen jaren sterk gestegen in Roosendaal. Onder ouderen iets meer dan onder volwassenen. Ook in het verrichten van vrijwilligerswerk is voor beide leeftijdsgroepen een lichte stijging zichtbaar.

Verenigingsleven

Ongeveer de helft van de volwassenen (48%) en ouderen (53%) was in 2016 lid van een (sport)vereniging of -club. Dit percentage ligt lager dan in de regio West-Brabant.

Daarnaast ging ruim de helft van de ouderen (55%) naar groepsbijeenkomsten.

Wat doen we al?

Preventie van eenzaamheid en het bevorderen van sociale verbondenheid is niet specifiek voorbehouden aan het gemeentelijk gezondheidsbeleid. Er vindt al een reeks aan activiteiten en projecten plaats vanuit andere gemeentelijke beleidsterreinen en vanuit de maatschappelijke partners.

Preventie & gezondheid

Tijd van je leven

Het project de [Tijd van je leven](#) is ontwikkeld om de kwaliteit van het leven van *ouderen* te verbeteren door creatieve tijdbesteding. Hierdoor ontstaat meer onderling contact en sociale verbondenheid waardoor de mogelijke eenzaamheid onder ouderen wordt tegengegaan. Kunst speelt hierbij een belangrijke rol. In het project werken de GGD, CultuurCompaan Roosendaal, De Nieuwe Veste Breda, Cultuurbedrijf Bergen op Zoom, kunstenaars en zorginstellingen samen.

VKO

De primaire doelstelling van [VKO](#) (Vroegsignalering Kwetsbare Ouderen) is dat de oudere zo lang mogelijk zelfstandig thuis kan blijven wonen, op verantwoorde wijze met behoud van ervaren kwaliteit van leven. Hierbij zijn de volgende subdoelstellingen geformuleerd:

1. Het vroegtijdig signaleren van kwetsbaarheid.
2. Het vormen en coördineren van een samenhangend hulpverlenings- en zorgaanbod voor kwetsbare ouderen op het gebied van welzijn, wonen, zorg en behandeling, waarbij expliciete aandacht is voor de regiefunctie van de huisarts.
3. Het leveren van een bijdrage aan het zelfmanagement en het versterken van bestaande steunsystemen.
4. Het voorkomen van (herhaaldelijk) bezoek aan en/of (tijdelijke) opname in het ziekenhuis.

De aanpak VKO richt zich op ouderen van 65 jaar en ouder. Actieve opsporing met behulp van case-finding vindt plaats bij ouderen van 75 jaar en ouder.

Huisvesting van senioren

Op verzoek van de gemeenteraad is in 2017 een onderzoek opgestart over het verhuisgedrag en – motieven van ouderen in de gemeente. Eén van de aanbevelingen uit het onderzoek is om een belangengroep ouderenhuisvesting samen te stellen, die een adviserende rol heeft bij de uitwerking van de diverse aanbevelingen en er ook actief mee aan de slag gaat.

De kennisgroep ouderenhuisvesting, bestaande uit diverse zorg- en woonprofessionals, verdiept zich in ontwikkelingen in de woningmarkt, de zorg en concrete bouwprojecten.

Het bewustwordingsproces van senioren wordt als eerste prioriteit opgepakt binnen de kennisgroep. Preventie van eenzaamheid en het bevorderen van sociale verbondenheid zijn onderwerpen die hier onderdeel van uitmaken.

Mantelzorgsteunpunt

Wanneer er sprake is van een mantelzorgsituatie, biedt het mantelzorgsteunpunt verschillende activiteiten aan, zoals:

- > cursussen om het netwerk te versterken om eenzaamheid en sociaal isolement tegen te gaan
- > lotgenotencontact om ervaringen te delen met mensen die in een soortgelijke situatie zitten.

Age Friendly City

Een programma van de WHO (World Health Organisation), dat lokale overheden ondersteunt in het opzetten en uitvoeren van participatief ouderenbeleid met als doel het verbonden houden van ouderen op alle fronten.

Dementievriendelijke gemeente

De gemeente zet zich in om de Roosendaalse gemeenschap dementievriendelijk te maken. Door de bundeling van krachten rondom preventie en ondersteuning aan mensen met dementie en hun mantelzorger en door een structurele en planmatige aanpak kunnen mensen met dementie zo lang mogelijk als volwaardige burgers aan de samenleving blijven deelnemen. Ook in een aantal omliggende gemeente zijn soortgelijke programma's gestart en wordt er op dit terrein samen gewerkt. Het initiatief sluit aan bij het programma *Age Friendly City*.

- | | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| > Beweegpunten | > Activiteitsaanbod |
| > Kom Erbij Roosendaal | Verplegings- & Verzorgingssector |
| > Maatjesprojecten | > Activiteitsaanbod KBO |
| > Wijknetwerken- Huiskamers | > Zorgeloos Huys |
| > Activiteiten WijZijn Travers | > Ondersteuningsgroep voor |
| > Zorg op afstand | dementerende en hun naasten |
| > Buurtkamers | > Alzheimercafé/NAH café/ |
| > Inlooppunten buurthuizen | Parkinsoncafé |
| > Koffiemomenten in de wijk | > City Challenge Eenzaamheid |
| > Wijkrestaurants | |

Bezoekadres

Stads erf 1

T 14 0165

info@roosendaal.nl

Postadres

Postbus 5000

4700 KA Roosendaal

roosendaal.nl