



Sport- en Preventieakkoord Heemskerk 2021-2023

'Gezonde generaties'

juni 2021



Inhoudsopgave

'Gezonde generaties'	4
Inleiding	5
1 Lokaal Preventieakkoord	6
1.1 Aanleiding	6
1.2 Doelstelling	6
1.3 Doelgroep	6
1.4 Ambitie	7
1.5 Lokale thema's	7
Heel Heemskerk groeit rookvrij op	7
Heel Heemskerk beweegt buiten gewoon	8
1.6 Context	10
Nationaal Preventieakkoord	10
Sportnota en Sportakkoord	10
JOGG-gemeente	10
Preventieopdracht	11
Beleidsplan Sociaal Domein	11
1.7 Borging: Evaluatie en klankbordgroep	11
Bijlage Afspraken en intenties Preventieakkoord*	12

Geregistreerd onder nummer



‘Gezonde generaties’

Met deze ondertitel van het Sport- en Preventieakkoord willen wij duidelijk maken dat het Sportakkoord en het Preventieakkoord zich richten op alle inwoners van Heemskerk. Iedereen behoort immers tot een generatie.

Er zijn ook verschillen tussen generaties: waar het bij kinderen en jongeren gaat om gezond opgroeien en gezonde keuzes leren maken, gaat het bij oudere generaties over vitaliteit en gezonde keuzes blijven maken.

Verskillende generaties hebben met elkaar te maken; in gezinnen en families hebben zij vanzelfsprekende relaties, en mensen van verschillende generaties wonen bij elkaar in de buurt en werken met elkaar samen.

Ouders voeden hun kinderen op en leren hun kinderen gezond gedrag en gezonde keuzes maken. Maar niet alleen ouders. Ook grootouders, vrienden, leraren, mensen in de buurt. (En kinderen en jongeren spreken ook hun (groot)ouders aan op hún gezonde gedrag.)

Niet voor niets luidt een Afrikaans spreekwoord: *‘it takes a village to raise a child’*.

De afspraken in beide akkoorden richten zich veelal op een specifieke generatie. Zo zijn er afspraken gericht op (jonge) kinderen, mede om de resultaten van de inzet van Heemskerk als ‘JOGG-gemeente’ borgen. En afspraken gericht op senioren, bijvoorbeeld de pilot Fit & Vitaal 65+.

Daarom dus een Sport- en Preventieakkoord voor gezonde generaties!



Inleiding

In juni 2018 werd het eerste nationale Sportakkoord '*Sport verenigt Nederland*' getekend. Het akkoord is bedoeld voor iedere Nederlander: sporter, fan, vrijwilliger, professional in de sport, topsporter of juist die persoon – jong of oud – die nog helemaal niet met sport en bewegen bezig is. Het beoogde resultaat is dat meer mensen sporten en bewegen met plezier. Het is een akkoord tussen sport, bedrijfsleven, gemeenten en maatschappelijke organisaties en heeft als doel om de organisatie en financiën van de sport toekomstbestendig te maken.

Eind 2018 werd met ruim 70 partijen een Nationaal Preventieakkoord gesloten: een samenhangend pakket met maatregelen die gezamenlijk bijdragen aan het gezonder maken van Nederland, met meer inzet op preventie en minder op zorg.

In het Nationaal Preventieakkoord is gekozen voor een aanpak op drie onderwerpen: roken, problematisch alcoholgebruik en overgewicht. Gemeenten en regio's zijn uitgedaagd om ook op lokaal niveau gezondheidswinsten te behalen door middel van een lokaal Preventieakkoord. Bestaande initiatieven, samenwerkingsverbanden en beleidsplannen vormen het fundament van een lokaal Preventieakkoord.

In november 2019 is door een kleine 30 partijen een Lokaal Sportakkoord gesloten: 'Heel Heemskerk Beweegt!'. Heemskerk wil een vitale en sociale gemeente zijn, met actieve Heemskerkers, met zorg voor elkaar en met aandacht voor een gezonde leefstijl en voor sport en bewegen. In dit sportakkoord is, vooruitlopend op de landelijke ontwikkelingen met betrekking tot een preventieakkoord, een hoofdstuk opgenomen: Stimuleren van Bewegen en een Gezonde Leefstijl.

Er is samenhang tussen dit hoofdstuk uit het Sportakkoord en de onderwerpen van een lokaal te sluiten Preventieakkoord. Gezien ook de veelal zelfde betrokken partijen zijn beide akkoorden met elkaar verbonden in dit 'Sport- en Preventieakkoord Heemskerk'.



1 Lokaal Preventieakkoord

1.1 Aanleiding

Eind 2018 werd met ruim 70 partijen een Nationaal Preventieakkoord gesloten: een samenhangend pakket met maatregelen die gezamenlijk bijdragen aan het gezonder maken van Nederland, met meer inzet op preventie en minder op zorg.

In het Nationaal Preventieakkoord is gekozen voor een aanpak op drie onderwerpen: roken, problematisch alcoholgebruik en overgewicht omdat ze verreweg de grootste oorzaak voor ziektelast in Nederland zijn, met 35.000 doden en 9 miljard euro aan zorguitgaven per jaar.

Gemeenten en regio's zijn uitgedaagd om ook op lokaal niveau gezondheidswinsten te behalen door middel van een lokaal Preventieakkoord. Bestaande initiatieven, samenwerkingsverbanden en beleidsplannen vormen het fundament van een lokaal Preventieakkoord.

1.2 Doelstelling

In navolging van het Nationaal Preventieakkoord en in lijn met de dit jaar vast te stellen Regionale Nota Gezondheidsbeleid, wil Heemskerk met het lokaal Preventieakkoord een gezonde- en vitale leefstijl bevorderen, met een focus op de thema's overgewicht en roken. Wij doen dit door te werken aan een rookvrije fysieke omgeving die uitnodigt tot bewegen, sporten en ontmoeten. En door samenwerking te bevorderen tussen aanbieders van activiteiten op het gebied van sport, gezondheidszorg, onderwijs en welzijn in brede zin.

1.3 Doelgroep

Het Lokaal Preventieakkoord richt zich op alle inwoners van Heemskerk, van alle generaties, maar heeft oog voor inwoners voor wie een gezonde leefstijl niet zo vanzelfsprekend is. Daar zijn allerlei verklaringen voor. Niet iedereen weet wat een gezonde leefstijl is; vaak zijn leefstijlgewoontes van ouders op kinderen overgegaan en soms ook cultureel bepaald. Wie in beslag genomen wordt door geldproblemen of door zorgen over kinderen of ouders, heeft minder ruimte om zich druk te maken over wat er 's avonds gekookt gaat worden. Ook fysieke en psychische problemen kunnen een gezonde leefstijl in de weg zitten. Voor mensen die de (Nederlandse) taal minder goed beheersen, kan het lastig zijn om informatie te begrijpen, zoals voorlichtingsmateriaal, bijsluiters bij medicijnen of ingrediënten op verpakkingen van voedsel.

Doelstelling Lokaal Preventieakkoord Heemskerk

“Een gezonde- en vitale leefstijl bevorderen, met een focus op de thema's overgewicht en roken, door te werken aan een rookvrije fysieke omgeving die uitnodigt tot bewegen, sporten en ontmoeten en door samenwerking te bevorderen tussen aanbieders van activiteiten op het gebied van sport, gezondheidszorg, onderwijs en welzijn in brede zin.”

Omdat het bij leefstijl gaat om gedrag gaat het dus om wat inwoners in de praktijk doen of laten. En om wat iemand nodig heeft om iets te doen of te laten. Wat stimuleert gezond gedrag en wat belemmert het? Dat weten mensen zelf het beste!

Het is belangrijk dat inwoners zichzelf betrokken voelen en betrokken worden bij de afspraken in het akkoord. Het akkoord gaat immers om hún gezondheid. Daarom is er bij de actiepunten (zie bijlage) specifiek aandacht voor bewonersparticipatie en daarom hebben we in een vroeg stadium de Participatieraad betrokken bij het akkoord.



1.4 Ambitie

Centraal in de ambitie van het lokaal Preventieakkoord is dat kinderen gezond opgroeien. Het is onze overtuiging dat *'it takes a village to raise a child'* en dat opvoeden het beste gaat door 'voor te leven'. Daarom beperken we ons niet tot afspraken die uitsluitend gericht zijn op kinderen, maar hebben we ook oog voor gezond gedrag van ouders, familie, vrienden, leraren; van alle bewoners dus.

De gemeente streeft naar een omgeving die het 'voorleven' van gezond gedrag en het maken van gezonde keuzes bevordert. Een omgeving die uitnodigt tot beweging en ontmoeting. En die ongezond gedrag ontmoedigt. De omgeving is - anders dan activiteiten - altijd beschikbaar en investeringen in de omgeving verdienen daarom een plaats naast het aanbieden van activiteiten. Om in de directe omgeving te vertoeven of iets verder weg, hoef je geen lid te zijn of een kaartje te kopen. Daarmee is de omgeving beschikbaar voor iedereen, bewoners en bezoekers, ongeacht sociaaleconomische positie.

1.5 Lokale thema's

In Heemskerk is ervoor gekozen om in te zetten op roken en overgewicht als thema's voor een lokaal Preventieakkoord.

Roken en overgewicht hangen samen met leefstijl; roken is onderdeel van leefstijl en overgewicht is het gevolg van een leefstijl met (te) weinig bewegen en ongezond eten. Mensen kunnen zelf iets veranderen aan roken en het gedrag dat leidt tot overgewicht, en daarmee hebben zij zelf invloed op hun gezondheid. Roken en overgewicht komen meer voor bij mensen met een lage opleiding en laag inkomen. Bekend is dat mensen met een lage opleiding en laag inkomen eerder doodgaan en de laatste jaren van hun leven in minder goede gezondheid leven dan mensen met een hoge opleiding en een hoger inkomen.

Dit Preventieakkoord bevat afspraken over nieuw te ontwikkelen activiteiten, over het verbinden van bestaande en nieuwe activiteiten en het verbinden van organisaties. Over het bieden en delen van informatie en kennis. En over het (beter) inrichten van de openbare ruimte als een plaats voor bewegen en ontmoeten.

We sluiten aan bij het bestaande sport-, spel-, welzijns- en gezondheidsaanbod. We betrekken bewoners bij de ontwikkeling en uitvoering van activiteiten en nodigen hen uit om ook zelf initiatieven te ontwikkelen.

De gekozen thema's verwoorden wij zo:

- Heel Heemskerk groeit rookvrij op
- Heel Heemskerk beweegt buiten gewoon

Heel Heemskerk groeit rookvrij op

Van de vele vermijdbare risico's die invloed hebben op de gezondheid, heeft roken de meeste doden tot gevolg. Jaarlijks sterven meer dan 20.000 mensen in Nederland door roken of meerroken. Dit betekent dat in Nederland 13% van alle sterfgevallen van 20 jaar of ouder aan roken kan worden toegeschreven.

De Rijksoverheid en de andere organisaties in het Nationale Preventieakkoord streven samen naar een rookvrije generatie in 2040. Dat betekent dat kinderen niet meer beginnen met roken. En dat zwangere vrouwen niet roken. Ook staat in het akkoord dat het aantal rokende volwassenen moet dalen van 23% naar maximaal 5%. Landelijk zetten we in op het rookvrij maken van kinderopvanglocaties, kinderboerderijen, speeltuinen, sportaccommodaties, kortom alle



omgevingen waar kinderen en jongeren komen. In het lokale Preventieakkoord sluiten we hier bij aan, onder andere door in te zetten op ZICHTBAAR rookvrij. We stimuleren volwassenen om te stoppen met roken en daar hulp bij te zoeken. We willen dat professionals vaker een stopadvies geven en dat er voor iedereen passende stoppen-met-rokenhulp is.

Iedereen weet wel dat roken ongezond en verslavend is. Door roken loop je risico's op de korte, maar met name op de lange termijn. Hoe meer en hoe langer iemand rookt, hoe groter die risico's. Op korte termijn is bijvoorbeeld te merken dat je conditie veel slechter is als je rookt. Op lange termijn loop je bijvoorbeeld meer kans op het krijgen van verschillende soorten kanker. Onder mensen met een lage of middelbare opleiding rookt een groter deel dan onder mensen met een hoge opleiding. Roken is niet alleen een ongezonde, maar ook een dure gewoonte. Als je een pakje per dag rookt van 8,20 euro, bespaar je elke week 57 euro. Dit is gemiddeld 250 euro per maand en bijna 3000 euro per jaar.

Kinderen zijn extra gevoelig voor rook. Daar hoeven ze niet zelf voor te roken. Ook de resten van tabaksrook die achterblijven op mensen en meubels kunnen gezondheidsproblemen veroorzaken bij kinderen. Als kinderen roken, kan dat leiden tot blijvende veranderingen in de hersenen. Roken op jonge leeftijd vergroot de kans op veranderingen in het brein. Door die blijvende veranderingen in het brein kan het moeilijker zijn voor jongeren om te stoppen met roken. Als iemand al op vroege leeftijd is begonnen met roken, is het ook later in het leven nog erg lastig om te stoppen.

Roken en corona

Roken is een ongezonde gewoonte. In deze corona-tijd is dat nog duidelijker geworden. Rokers hebben een minder goede afweer in hun longen. Daarom zijn rokers in het algemeen gevoeliger voor virusinfecties en waarschijnlijk ook voor het coronavirus. Eenmaal besmet lopen rokers een groter risico op ernstige complicaties en op overlijden. Rokers hebben ook meer kans om de ziekte verder te verspreiden omdat ze meer hoesten. Voor een roker zal het soms ook lastig zijn om te herkennen of de 'rokershoest' verergert of dat hij/zij hoest vanwege een besmetting met het coronavirus.

Ruim de helft van de rokers geeft aan stress te ervaren door de coronacrisis. Veel rokers geven daarbij aan dat zij door de stress meer zijn gaan roken. Dit blijkt uit onderzoek naar roken en corona van het Trimbos-instituut. Tijdens de eerste golf gaven rokers aan vooral uit verveling meer te zijn gaan roken, inmiddels blijkt ook stress een belangrijke factor.¹

Heel Heemskerk beweegt buiten gewoon

Is zitten het nieuwe roken? Zeker in de zin dat het allebei ongezonde 'bezigheden' zijn. Lichamelijke inactiviteit verhoogt onder andere het risico op overgewicht, hart- en vaatziekten en diabetes type 2. Bewegen en gezonde voeding hebben grote invloed op het hart, de hersenen en het immuunsysteem.

Wie beweegt, verbrandt energie. Wie minder verbrandt dan eet, wordt te dik. Maar bewegen is niet alleen goed om een gezond gewicht te krijgen of houden. Bewegen is ook goed om beter te denken, beter te slapen. Voor een betere stemming en minder stress en voor een verhoogde weerstand. Dagelijks genoeg bewegen, vermindert de kans op ziektes als suikerziekte (diabetes) en sommige soorten kanker.

In 2020 zijn nieuwe beweegrichtlijnen opgesteld. Voor kinderen van 4 t/m 18 jaar luiden die: 1 uur per dag matig intensief bewegen en 3x per week spier- en botversterkende activiteiten. Voor volwassenen en ouderen: 2,5 uur per week matig intensief bewegen en 2x per week spier- en botversterkende activiteiten. En voor ouderen bovendien balansoefeningen.

¹Bron: Trimbos Instituut: <https://www.trimbos.nl/kennis/corona/roken>



Om matig intensief te bewegen, hoef je niet lid te zijn van een sportvereniging (het mág well!) of heel fanatiek te zijn in een sportschool. Fietsen en wandelen is natuurlijk goed, maar denk ook aan heel gewone dagelijkse bezigheden zoals boodschappen doen, schoonmaken, traplopen in huis of op je werk en in de tuin werken.

Buiten bewegen voegt veel toe aan bewegen alleen. Door uv-licht maakt je lichaam vitamine D aan, dat belangrijk is voor sterke botten. Buitenlicht helpt bij het afstellen van je biologische klok en zorgt ervoor dat je beter slaapt. Als je gaat sporten in een park of in het bos profiteren je longen omdat de lucht in de buurt van bomen en planten schoner is en van het zien van bomen en de kleur groen kikkeren mensen op. En als het buiten ijskoud is? Ook dan is buiten bewegen extra goed; want sporten en een lage omgevingstemperatuur helpen allebei bij verbranden van lichaamsvet en dat kan helpen om sneller af te vallen of op een gezond gewicht te blijven.²

In dit preventieakkoord concentreren we ons op laagdrempelige vormen van beweging. Op het stimuleren van bewegen in de openbare ruimte. Door middel van aanpassingen en toepassingen willen we bereiken dat de openbare, dus voor iedereen toegankelijke ruimte, uitnodigt tot bewegen. Van een dagelijks 'ommetje' tot de fiets pakken in plaats van de auto of spelen met de (klein)kinderen.

Overgewicht en corona

Al in het begin van de coronacrisis viel het op: er liggen op de intensive care (IC) veel mensen met overgewicht. Zo'n 78% van de coronapatiënten op de IC heeft overgewicht (BMI van 25 of meer). Dit is hoger dan in de hele bevolking (50% van de volwassenen). 34% van de coronapatiënten op de IC heeft zelfs ernstig overgewicht (BMI van 30 of meer). Voor de hele bevolking is dat 15%.

Coronapatiënten met ernstig overgewicht hebben een verhoogd risico op ernstige problemen. Ze hebben een grotere kans om in het ziekenhuis opgenomen te worden of op de IC terecht te komen. Bij mensen met ernstig overgewicht is het afweersysteem meestal verstoord. Het is echter niet duidelijk of overgewicht de oorzaak is van het ernstiger verloop. Mensen met ernstig overgewicht hebben ook vaak andere aandoeningen, zoals hart- en vaatziekten of diabetes. Hierdoor is ook de kans op een ernstiger verloop verhoogd.

Hoe dan ook is het voorkomen of verminderen van overgewicht een 'gewichtige' zaak.

²Bron: <https://gezondoud.nl/8-redenen-om-buiten-te-bewegen/>



1.6 Context

Nationaal Preventieakkoord

Het Nationaal Preventieakkoord is erop gericht om mensen, jong en oud, te stimuleren om gezonde keuzes te maken.

In het Nationaal Preventieakkoord is gekozen voor een aanpak op deze drie onderwerpen: roken, problematisch alcoholgebruik en overgewicht. Omdat ze verreweg de grootste oorzaak voor ziektelast in Nederland zijn, met 35.000 doden en 9 miljard euro aan zorguitgaven per jaar.

Die keuze voorkomt dat aan heel veel verschillende zaken een klein beetje wordt gedaan. Het akkoord bestrijkt met de drie thema's wel zo'n groot gebied dat automatisch allerlei andere invalshoeken, onderwerpen en aanpakken aan de orde komen.

Belangrijk is de aandacht voor gezondheidsverschillen tussen bevolkingsgroepen. Mensen met een lage opleiding en laag inkomen zijn in onze samenleving veel slechter af als het om gezondheid gaat. Ze roken meer, hebben vaker problemen met overgewicht, bewegen te weinig en eten ongezonder. De gezondheidsproblemen staan vaak niet op zichzelf, maar maken onderdeel uit van bredere achterliggende problematiek (denk aan schulden, armoede, werkloosheid etc.). De cijfers zijn onthutsend: zeven jaar eerder overlijden en jezelf achttien jaar langer ongezond voelen.

Sportnota en Sportakkoord

Het Sportakkoord is het startpunt geweest in de aanzet naar een lokaal Preventieakkoord. De klankbordgroep en de ondertekenaars van het Sportakkoord zijn in een vroeg stadium betrokken bij en geïnformeerd over een lokaal Preventieakkoord. Het speerpunt 'stimuleren van bewegen en een gezonde leefstijl', dat onderdeel is van zowel het Sportakkoord als van de Lokale Nota Sportbeleid, heeft direct verband met het thema overgewicht uit het Preventieakkoord.

De afspraken in het Sportakkoord sluiten wat dat betreft aan bij de afspraken van het Preventieakkoord; beide akkoorden versterken elkaar.

JOGG-gemeente

Heemskerk is sinds 2014 'JOGG-gemeente', met als streven een gezonde jeugd (kinderen en jongeren van 0 tot 19 jaar) die opgroeit in een gezonde omgeving met volop kansen voor voldoende beweging en goede voeding. Het doel is nog altijd dat kinderen en jongeren met overgewicht hun leefstijl veranderen, om overgewicht blijvend te laten afnemen, en kinderen, jongeren en degenen die betrokken zijn bij het opgroeien (ouders, verzorgers, school, sportclubs, etc.), bewust zijn van de gezondheidsrisico's van overgewicht. In 2014 was in Heemskerk het percentage overgewicht, inclusief obesitas, bij kinderen 16%. Het streven was om dit percentage in 2020 terug te brengen naar 12%. Het overgewichtcijfer bij kinderen van 5 tot 14 jaar laat in 2019 een daling zien naar 11%.

Verminderen van overgewicht is echter geen doel op zich, maar een indicatie van fysieke gezondheid, die bovendien invloed heeft op sociale vaardigheden, weerbaarheid en leervermogen. Dit Preventieakkoord – én het eerder gesloten Sportakkoord, in het bijzonder het speerpunt *stimuleren van bewegen en een gezonde leefstijl* - heeft dan ook mede als doel om te blijven werken aan de JOGG-doelen en om de behaalde JOGG-resultaten te borgen. Bijvoorbeeld door het aantal openbare watertappunten uit te breiden, als bijdrage aan het succesvolle 'Heel Heemskerk Drinkt Water' project.



Preventieopdracht

In januari 2019 heeft het college de uitwerking van de opdracht 'Preventie' vastgesteld. Deze opdracht heeft als doel een integrale, gebiedsgerichte aanpak om meer samenhang in dienstverlening en activiteiten in buurten en wijken te krijgen. Daarbij wordt aangesloten bij de leefwereld van bewoners en is er oog voor overlap en hiaten, verbinding en samenwerking. Deze benadering sluit aan bij een van de aspecten van het preventieakkoord: het betrekken van bewoners, en draagt bij aan de samenhang van activiteiten en ondersteuning binnen wijken en buurten.

Beleidsplan Sociaal Domein

Het integrale Beleidsplan Sociaal Domein 2020-2023 benadrukt de samenhang van de verschillende beleidsvelden binnen het sociale domein, zoals gezondheidsbeleid, welzijnsbeleid, armoedebelief en onderwijsachterstandenbeleid. Deze integrale kijk op het sociale domein sluit aan bij de bredere achterliggende problematiek waarmee mensen met een lage opleiding en laag inkomen te kampen hebben. De ambitie van de gemeente is dat alle inwoners van Heemskerk meedoen. Dat mensen gezond en weerbaar zijn - voorwaarden om te kunnen meedoen - is een van de maatschappelijke effecten die de gemeente wil bereiken.

In het licht van deze integrale benadering is het logisch dat beleidsambtenaren vanuit het sociale domein betrokken zijn bij de totstandkoming van het lokale preventieakkoord.

1.7 Borging: Evaluatie en klankbordgroep

Dit preventieakkoord is tot stand gekomen met de inzet van een externe procesbegeleider. Tijdens het samenstellen van dit akkoord is zij bijgestaan door de klankbordgroep voor het Sportakkoord (vertegenwoordigers van gemeente, GGD, Team Sportservice Kennemerland en Heliomare), uitgebreid met een vertegenwoordiger van de HVMK (Huisartsen Vereniging Midden Kennemerland).

Deze klankbordgroep zal gedurende de uitvoering van het preventieakkoord beschikbaar blijven om bij te dragen aan zowel de uitvoering van het Sportakkoord als van het lokale Preventieakkoord.

De afspraken en intenties uit dit Preventieakkoord gelden voor een jaar. Aan het einde van het jaar worden proces en resultaten met de deelnemende partijen geëvalueerd en worden voor 2022 nieuwe afspraken gemaakt of bestaande afspraken en intenties aangescherpt. Het is geen statisch akkoord; partijen die nog niet 'aangehaakt' zijn, kunnen tijdens de hele looptijd van het akkoord kenbaar maken dat zij willen bijdragen aan bestaande afspraken of initiatief nemen voor nieuwe afspraken.

Met dit Preventieakkoord komt de gemeente Heemskerk in aanmerking voor een stimuleringsbudget van € 20.000, - per jaar voor de jaren 2021, 2022 en 2023. Dit budget is bedoeld voor het bewaken van de uitvoering van het Preventieakkoord en voor het ondersteunen van de ondertekenaars. Uitvoeren van het akkoord is de taak van de ondertekenende partijen. Daarvoor kunnen zij een beroep doen op het beschikbaar gestelde stimuleringsbudget. Aanvragen hiervoor worden door de klankbordgroep beoordeeld.



Bijlage Afspraken en intenties Preventieakkoord*

	Bewonersparticipatie	Deelnemer/ initiatiefnemer
1	De gemeenten ontwikkelt dit jaar een e-participatieplatform om online in gesprek te kunnen gaan met inwoners over beleid, projecten of maatschappelijke opgaven.	Gemeente
2	De gemeenten betreft bewoners betrokken bij het uitvoeren van de afspraken uit dit preventieakkoord en moedigt hen aan om zelf initiatieven te ontwikkelen. Daarvoor maken we gebruik van bestaande sociale media platforms (Facebook en het te ontwikkelen e-participatieplatform) en werken we onder andere samen met de lokale 'Gezondheidsraad'.	Gemeente Gezondheidsraad
3	De gemeente besteedt tijdens periodieke gesprekken met gesubsidieerde organisaties de gezonde leefstijl en hoe die zichtbaar en bespreekbaar is bij (groeps)activiteiten en individuele contacten met cliënten en bezoekers.	Gemeente
4	MET Heemskerk verbindt en ondersteunt bewoners en vrijwilligersorganisaties bij het realiseren van activiteiten uit dit akkoord. Tijdens de individuele ondersteuning van inwoners is leefstijl een onderdeel van het gesprek en worden inwoners ondersteund op dat gebied waar mogelijk.	MET Heemskerk

	Heel Heemskerk rookvrij	Deelnemer/ initiatiefnemer
	<i>Heel Heemskerk groeit rookvrij op</i>	
5.	IJmond geboortezorg agendeert het programma Rookvrije Start en geeft het een plek binnen de Integrale Geboortezorg Organisatie (IGO). Voorafgaand inventariseren verloskundigen en kraamverzorgenden wat er op dit vlak al is en wat er nog nodig is om zwangeren en (toekomstige) ouders vaker een effectief stopadvies te geven. Ook spreken zij af dat in de thuissituatie niet gerookt wordt door professionals.	IJmond geboortezorg
6.	JGZ Kennemerland verkent onder begeleiding van het Trimbos Instituut op welke manier zij vaker een effectief stopadvies aan jonge ouders kunnen geven.	JGZ Kennemerland
7.	Longarts Pauline Dekker van het Rode Kruis Ziekenhuis deelt haar kennis over stoppen-met-roken met de samenwerkingspartners.	Pauline Dekker, longarts RKZ
8.	De huisartsen van Medistate, huisartsenpraktijk Broekpolder, HOED Waterrijck en huisartsenpraktijk Ruiters bevestigen met dit akkoord af dat zij stoppen-met-roken (SMR) gesprekken voeren met hun rokende patiënten en hen zullen doorverwijzen naar stoppen met roken coaches (in de huisartsenpraktijk of in het Rode Kruis Ziekenhuis).	Medistate, Huisartsenpraktijk Broekpolder, HOED Waterrijck en huisartsenpraktijk Ruiters
9.	De Huisartsenvereniging Midden-Kennemerland (HVMK), de Rookstoppoli van het Rode Kruis Ziekenhuis, GGD Kennemerland, zorgadvies- en implementatiebureau ZONH en de verslavingsarts van Brijder zetten zich samen in om samenhangende stoppen-met-rokenzorg te organiseren en te stimuleren dat professionals vaker een stopadvies geven.	Rode Kruis Ziekenhuis, GGD Kennemerland, ZONH, Brijder, HVMK
10.	Door ZonMw is in het kader van het programma 'Samen Gezond' subsidie toegekend voor het (regionale) project	GGD Kennemerland



SPORT- EN PREVENTIEAKKOORD HEEMSKERK 2021-2023

	'Rookvrij Kennemerland'. GGD Kennemerland zet zich samen met andere partijen in om inwoners met een lager inkomen te stimuleren om te stoppen met roken en de stophulp af te stemmen op hun behoeften.	
11.	Team Sportservice biedt in samenwerking met GGD Kennemerland beweeglessen aan aan een groep Heemskerkers die meedoen aan een stoppen-met-roken interventie, bijvoorbeeld in oktober tijdens <i>Stoptober</i> of juist op een ander logisch moment zoals 1 januari. Partners promoten het beweegaanbod onder deelnemers aan een stoppen-met-roken interventie.	Team Sportservice GGD Kennemerland
12.	De gemeente moedigt zorg- en welzijnsprofessionals aan om het gesprek aan te gaan over (stoppen met) roken met patiënten, cliënten en bezoekers, bijvoorbeeld door gebruik van de methode Very Brief Advice.	Gemeente Alle ondertekenende partijen
<i>Heel Heemskerk sport rookvrij</i>		
13.	Team Sportservice en de gemeente gaan sportaanbieders uitdagen om de rookvrije norm uit te dragen, in navolging van de tennisverenigingen, die de Rookvrije Generatie Award hebben gewonnen, ADO '20 en ODIN '59 zijn de eerste verenigingen die zich bij dit onderdeel van het Preventieakkoord hebben aangesloten. Zij gaan de komende jaren stap voor stap naar een rookvrij sportterrein. Mapleleaves verbindt zich aan dit akkoord door in hun communicatie richting leden het rookvrij zijn te promoten.	Team Sportservice Gemeente ADO'20 ODIN '59 Mapleleaves
14.	Handbal DSS is al jaren rookvrij. Voor verenigingen die ook rookvrij willen worden, willen zij als vraagbaak fungeren. Zij staan open om benaderd te worden door verenigingen (en) voor bijeenkomsten over dit thema, om hun ervaring en aanpak te delen. De sportomgeving rookvrij valt onder een breder geheel van een gezonde sportomgeving. Handbal DSS heeft ook een gezonde sportkantine. Ook over dit onderwerp zijn zij te benaderen door andere verenigingen om effect en aanpak te delen.	Handbal DSS
15.	Ter waardering en ondersteuning biedt de gemeente in oktober 2021 'Heel Heemskerk sport rookvrij'-bordjes aan aan alle rookvrije sportlocaties. In oktober van 2022 en 2023 wordt dit herhaald voor locaties die recent rookvrij geworden zijn.	Gemeente Sportverenigingen
16.	De Sportboulevard Heemskerk gaat alle sportzones op de sportboulevard zichtbaar rookvrij maken.	Sportboulevard Heemskerk
<i>Heel Heemskerk speelt rookvrij</i>		
17.	De gemeente nodigt omwonenden en gebruikers via sociale media uit om speelplekken in hun omgeving tot 'rookvrije speelplekken' te verklaren en zal dat zichtbaar maken door het aanbrengen van een leuke tegel, street art of op een andere manier.	Gemeente
18.	De gemeente voorziet rookvrije buitenterreinen van de kinderopvanglocaties van Welschap, Tabijn Opvang en peutergroepen d'Evelaer van 'Heemskerk rookvrij' borden om het rookbeleid van de organisaties bekend en zichtbaar te maken.	Gemeente, Welschap Kinderopvang, d'Evelaer, Tabijn Kinderopvang
19.	Het kinder- en jongerenwerk van de welzijnsorganisaties draagt zichtbaar de rookvrije norm door tijdens activiteiten niet te roken en het onderwerp bespreekbaar te maken met kinderen en jongeren.	Welschap, d'Evelaer
<i>Heel Heemskerk leert rookvrij</i>		
20.	Schoolterreinen zijn wettelijk rookvrij en scholen zijn verplicht dit zichtbaar te maken. Door het aanbrengen van borden worden ouders en omwonenden gewezen op het belang van niet roken in de buurt van kinderen en uitgenodigd het	Gemeente, OPO IJmond, Fedra, Tabijn, Heliomare school en



	goede voorbeeld te geven.	SVOK.
	<i>Heel Heemskerk werkt rookvrij</i>	
21.	Gemeente en GGD stimuleren dat ondernemers stoppen-met-roken ondersteuning in hun vitaliteitsprogramma voor werknemers opnemen. Tata Steel heeft dit inmiddels toegezegd. De interventie Samen Sterker Stoppen, waarbij een cadeaubon van de baas de stoppers helpt om een rookstoptraining vol te houden, is daarbij een optie. Samenwerking wordt gezocht met de Rookstoppoli Beverwijk en met Universiteit Maastricht voor de implementatie.	Gemeente, GGD Kennemerland, Tata Steel
22.	Vanaf 1 januari 2022 biedt de Tata Steel Academy een rookvrije omgeving aan de leerlingen. De aanpak hiertoe wordt in overleg met leerlingen, docenten, directie en de programma manager Gezondheid en Vitaliteit bepaald.	Tata Steel
	<i>Heel Heemskerk rookvrij</i>	
23.	De gemeente bevordert een rookvrije omgeving bij (de ingang van) openbare gebouwen, zoals het gemeentehuis en winkelcentra, door middel van borden en tegels, en ontmoedigt rookplaatsen (in het zicht van klanten/bezoekers). Daarnaast onderzoekt de gemeente of rookvrije zones kunnen worden aangewezen.	Gemeente

	<i>Heel Heemskerk beweegt buiten gewoon</i>	Deelnemer/ initiatiefnemer
	Buiten gewoon bewegen voor kinderen	
24.	De gemeente moedigt scholen aan - naast de al actieve scholen – om de Daily Mile te introduceren. Team Sportservice en de gemeente ondersteunen nieuwe Daily Mile-scholen om Daily Mile-routes te ontwikkelen en zichtbaar te maken.	Gemeente, Team Sportservice, scholen De Kariboe, De Zilvermeeuw
25.	De gemeente realiseert medio 2021 een verplaatsbare sportcontainer met sportmateriaal waar iedereen gebruik van kan maken voor het sporten in de openbare ruimte. Via sociale media worden inwoners geraadpleegd over de (eerste) locatie.	Gemeente, Team Sportservice, sportverenigingen
26.	Buurthuis d'Evelaer en Team Sportservice zetten twee kabouterroutes uit in de omgeving van Heemskerkerduin. Themataassen met opdrachten voor kinderen van 3 tot 6 jaar zijn gratis te leen bij buurthuis d'Evelaer. Elk voorjaar worden de routes indien nodig verbeterd of aangepast.	Team Sportservice d'Evelaer
27.	GGD Kennemerland bevordert integrale en planmatige aandacht aan een gezonde leefstijl van leerlingen en medewerkers door een Gezonde School te worden of het Gezonde School-vinget 'Sport en Bewegen' te halen, door inzet van de Gezonde Schooladviseur. Team Sportservice biedt inhoudelijke ondersteuning en zet het netwerk in.	GGD Kennemerland, Team Sportservice, De Kariboe, De Zilvermeeuw
28.	GGD Kennemerland, JGZ Kennemerland en Team Sportservice willen blijvend ondersteuning bieden aan kinderen met (dreigend) overgewicht. Het is van belang deze kinderen op tijd in beeld te krijgen en te begeleiden naar een gezonde leefstijl middels o.a. coaching en bewegen. JGZ, GGD en Team Sportservice zullen in overleg met de gemeente kijken op welke manier het Leefstijlcoach project vanuit de huidige GIDS-subsidie (deels) gecontinueerd kan worden. Te	JGZ Kennemerland, GGD Kennemerland, Team Sportservice, gemeente,



	denken valt aan financiering vanuit reguliere uren, andere subsidiemogelijkheden (vanuit de gemeente), zorgverzekering, e.d.	
	Buiten gewoon bewegen voor volwassenen	
29.	De gemeente brengt bestaande wandel- en fietsroutes bij elkaar en brengt deze onder de aandacht via onder andere de eigen website www.heemskerkzeevantijd.nl .	Gemeente
30.	De gemeente nodigt bewoners uit om beweegroutes en 'ommetjes' ('Daily Mile voor volwassenen') te ontwikkelen, en brengt (thermoplastische) markeringen aan. In het kader van het project Groenspoor wordt samen met bewoners gewerkt aan het verbinden van stukjes natuur tot aantrekkelijke verblijfs- en beweegplekken.	Gemeente, bewoners
31.	De gemeenten besteedt bij herinrichtingsprojecten aandacht aan sport- en beweegstimulering, bijvoorbeeld door toepassen van elementen voor sport- en spelaanleiding.	Gemeente
32.	Heliomare organiseert (wanneer weer mogelijk) in het verlengde van de succesvolle eerste editie in 2019 samen met de gemeenten Beverwijk en Heemskerk, lokale ondernemers en sportorganisaties het leefstijlevenement BRAVO (bewegen, roken, alcohol, voeding, ontspanning), met de intentie er een jaarlijks terugkerend evenement van te maken.	Heliomare Sport
33.	Team Sportservice biedt een beweegprogramma aan voor deelnemers van gecombineerde leefstijlinterventies (GLI's) bij verschillende leefstijlcoaches, voor een kleine eigen bijdrage. Deelnemers maken kennis met elkaar, met sport en met lokale aanbieders.	Team Sportservice, leefstijlcoaches
	Buiten gewoon bewegen voor senioren	
34.	MET Heemskerk en de buurtsportcoach senioren promoten bestaande fiets- en wandelactiviteiten vanuit buurthuizen en huisartsenpraktijken, en bevorderen het ontstaan van nieuwe wandelgroepen.	Gemeente, huisartsen, MET Heemskerk, Team Sportservice
35.	Team Sportservice voert het, door de provincie gesubsidieerde, project 'Doortrappen' uit om te bevorderen dat ouderen langer, veilig en met plezier blijven fietsen. De buurtsportcoach senioren start een e-bike introductie-moment voor nieuwe gebruikers.	Team Sportservice
36.	Team Sportservice organiseert beweegactiviteiten voor 65-plussers op het Cruyff Court.	Team Sportservice i.s.m. lokale sportaanbieders en/of zorgaanbieders
37.	De buurtsportcoach senioren gaat in gesprek met zorgpartners over valpreventie (behoefte inwoners, aanbod, evt opzetten).	Team Sportservice
	Buiten gewoon water	
38.	Namens de sportverenigingen op Sportpark Assumburg heeft DDS Handbal het voornemen een openbaar watertappunt te realiseren bij het aan te leggen multifunctionele beachveld.	DSS Handbal
39.	De gemeenten heeft nu twee watertappunten in beheer en breidt die uit met twee punten op het gemeenteplein en bij winkelcentrum De Citadel.	Gemeente

*Afspraken/intenties kunnen afhankelijk zijn van beschikbare (financiële) middelen.



SPORT- EN PREVENTIEAKKOORD HEEMSKERK 2021-2023





Lokaal Sportakkoord

(Eind 2019 gesloten en wordt onderdeel van het te sluiten Sport- en Preventieakkoord Heemskerk 2021 – 2023)





Partners Heel Heemskerk Beweegt



