



Nieuwsbrief Gezond Leven en Preventie

Welkom bij de nieuwsbrief Gezond Leven en Preventie! Deze nieuwsbrief is bedoeld om beleidsadviseurs, zorg- en welzijnsprofessionals en andere geïnteresseerden uit de regio Gooi en Vechtstreek op de hoogte te houden van belangrijke ontwikkelingen, aankomende bijeenkomsten en nuttige informatie.

Ontvang je deze nieuwsbrief niet automatisch, maar heb je hier wel interesse in? Meld je dan aan via [deze](#) link.

Mocht je relevante nieuwsitems hebben, stuur deze dan naar d.florenza@ggdgv.nl.

Veel leesplezier!

Inhoud

- [Blijvende investering in de ketenaanpak Valpreventie is noodzakelijk](#)
- [Groepsconsulten 2diabeat: samen werken aan gezondheid in de wijk](#)
- [De gemeenten kunnen veel betekenen om een gezonde voedselomgeving te realiseren](#)
- [Gezond Wijdemeren enthousiast over gevolgde blended training Positieve Gezondheid](#)
- [Vacature projectleider kinderen met overgewicht](#)
- [Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026](#)
- [Aankondiging: Week van de mentale gezondheid 3 t/m 8 juni 2025](#)
- [Bijeenkomsten en campagnes](#)

Blijvende investering in de ketenaanpak Valpreventie is noodzakelijk

Om een helder beeld te krijgen van de ketenaanpak Valpreventie in regio Gooi en Vechtstreek is in begin 2025 een factsheet ontwikkeld.

Bekijk de factsheet [hier](#).

De belangrijkste punten van de factsheet:

- Regio Gooi en Vechtstreek kent een hoog percentage 65-plussers.
- Er zijn 24% meer ziekenhuisopnamen door valongevallen bij 65-plussers in de regio dan landelijk.
- In 2022 werd bijna 10 miljoen euro besteed aan medische kosten als gevolg van valongevallen bij 65-plussers in de regio.
- In 2024 zijn 1.317 valrisicotesten afgenomen in de regio. Hieruit bleek gemiddeld 60% een verhoogd valrisico te hebben: 47% matig en 13% hoog.
- Voor ouderen met een matig valrisico zijn in 2024 in de regio 21 InBalans en 18 Vallen Verleden Tijd interventies georganiseerd.
- Er zijn nog geen interventies georganiseerd voor ouderen met een hoog valrisico. Voor deze groep zijn trainers opgeleid om een Otago-training te geven. Zodra er overeenstemming is over de tarieven kan deze training worden aangeboden.

Gezien de vergrijzing in de regio en het toenemende aantal mensen met een verhoogd valrisico, is blijvende investering in de ketenaanpak noodzakelijk.



Groepsconsulten 2diabeat: samen werken aan gezondheid in de wijk



Veel professionals die binnen het programma '2diabeat' werken aan het tegengaan van diabetes, ervaren uitdagingen in de wijk. Wijkpartners kennen elkaar en elkaars verantwoordelijkheden niet goed en de zorg mist vaak uniformiteit. Daarnaast kost het herhaaldelijk uitleggen van informatie aan mensen met diabetes veel tijd, terwijl bewoners maar een fractie van het verhaal onthouden. De hoge werkdruk, personeelstekorten en beperkte ruimte voor het onderwerp leefstijl maken het lastig om prettig en effectief te werken.

Een groepsconsult kan hiervoor een oplossing bieden. In een groepsconsult (pre)diabetes werken zorg-, welzijns- en sportprofessionals samen om deelnemers op een integrale en gecoördineerde manier te begeleiden. Dit biedt meerdere voordelen:

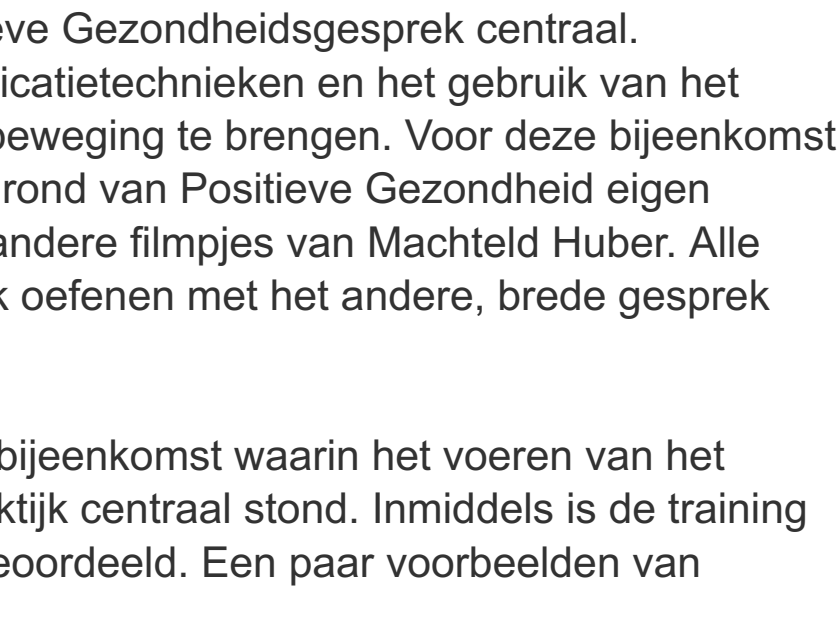
- **Leefstijl bespreekbaar maken:** in groepsverband is er ruimte om in te gaan op leefstijl en gedragsverandering.
- **Efficiënter werken & groter bereik:** één gezamenlijke bijeenkomst bespaart tijd en bereikt meer mensen.
- **Samenwerking versterken:** professionals leren elkaar kennen en bouwen een netwerk in de wijk op.
- **Ervaringsdeskundigheid inzetten:** deelnemers leren niet alleen van professionals, maar ook van elkaar door de inzet van ervaringsdeskundigen.

Dit jaar kunnen 5 wijken ondersteuning krijgen bij de voorbereiding van het groepsconsult. Samen werk je aan een plan van aanpak, een draaiboek met het programma en bijbehorende communicatiematerialen. Daarnaast is er begeleiding bij het verkennen van financieringsmogelijkheden voor de opstart van de groepsconsulten.

Aan de slag met het groepsconsult in jouw wijk? Neem contact op met 2diabeat: www.2diabeat.nl/contact

De gemeenten kunnen veel betekenen om een gezonde voedselomgeving te realiseren

Tijdens het overleg van de werkgroep Gezond Leven en Preventie op 20 maart heeft Marein de Jong, adviseur en programmamanager Gezonde Leefomgeving bij de GGD, toegelicht welke mogelijkheden gemeenten hebben voor het inrichten van een gezonde voedselomgeving.



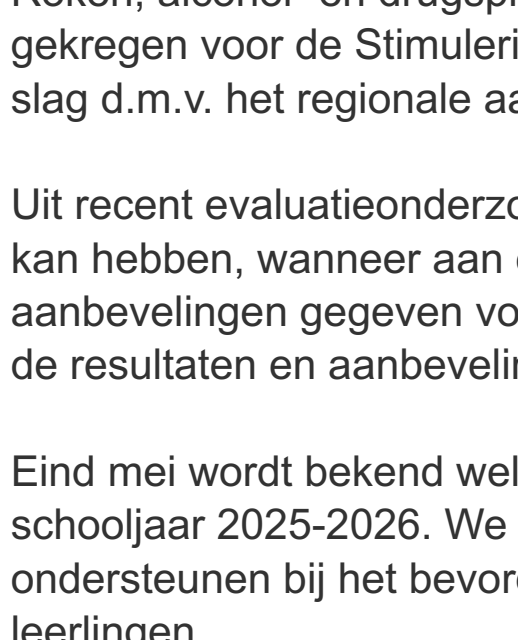
Marein benadrukte de rol van de voedselomgeving in de sterke toename van overgewicht. Als de huidige trend doorziet, zal in 2050 64% van de Nederlanders overgewicht hebben. De stijging is het sterkst onder jongeren. Een oorzaak van dit probleem is de obesogene omgeving waarin we leven. De omgeving verleidt ons steeds meer tot ongezond eten, waardoor de keuzevrijheid om gezond te eten afneemt. Naast de individuele aanpak, is het veranderen van de voedselomgeving dan ook belangrijk om het overgewicht en obesitas probleem om te lossen.

De gemeenten kunnen verschillende zaken ondernemen:

- **Beleid aanpassen**, zoals reclamebeleid, vestigingsbeleid en gebiedsontwikkeling. Bijvoorbeeld via subsidieregelingen (van IZA/GALA).
- Een **voedselvisie** opstellen, zoals waar de [gemeente Gooise Meren](#) mee bezig is.
- Een **stem laten horen** via de VNG of via initiatieven zoals de [Good Food City](#). Dit kan bijdragen aan landelijke veranderingen.
- De **Gezonde Straatscore** inzetten om inzicht te krijgen in hoe gezond een straat is, waarmee vervolgens gerichte beleidsmaatregelen kunnen worden genomen.
- **Gemeentelijke voedselverkooppunten** gezonder maken.
- **Het gesprek aangaan met collega's** van inkoop, ruimtelijke ordening, circulaire economie.

En voedingscentrum biedt veel informatie over dit thema: [Bouwstenen voor gezonde en duurzame voeding in lokaal beleid](#) | Voedingscentrum en er is een verscheidenheid aan netwerken en initiatieven waar de gemeente aan kan sluiten. Denk aan de [JOGG-academy](#), de [Alliantie Stop Kindermarketing](#), de [City Deal](#) of [Good Food City](#) (onderdeel van de City Deal).

Gezond Wijdemeren enthousiast over gevolgde blended training Positieve Gezondheid



Gezond Wijdemeren is eind januari gestart met de blended training Positieve Gezondheid voor een multidisciplinaire groep van 24 professionals, waaronder meerdere huisartsen, POH-ers, fysiotherapeuten en medewerkers van MEE, Versa Welzijn, GGZ en de apotheek.

Maandag 10 februari was de eerste reflectiebijeenkomst. Hierin stond het zelf ervaren van het Positieve Gezondheidsgesprek centraal.

Daarnaast werd geoefend met communicatietechnieken en het gebruik van het actiemodel om de cliënt daadwerkelijk in beweging te brengen. Voor deze bijeenkomst had iedereen zich de theorie en achtergrond van Positieve Gezondheid eigen gemaakt via een E-learning met onder andere filmpjes van Machteld Huber. Alle deelnemers gingen daarna in de praktijk oefenen met het andere, brede gesprek over gezondheid.

Op 20 maart volgde de tweede reflectiebijeenkomst waarin het voeren van het Positieve Gezondheidsgesprek in de praktijk centraal stond. Inmiddels is de training afgerond. De training werd heel goed beoordeeld. Een paar voorbeelden van reacties:

"Leuk om met elkaar zo'n training te volgen en te oefenen met het ander gesprek";
"Zin om regelmatig het andere positieve gezondheid gesprek in te zetten. Sluit aan bij mijn werk";
"Er mee beginnen is nog onwettig, maar het levert wel iets op".

Wil je in jouw wijk/gemeente ook een groepstraining? Kijk dan voor meer info op [Groepstraining positieve gezondheid](#) | [e-learning en 2 bijeenkomsten](#) | [GGD](#)

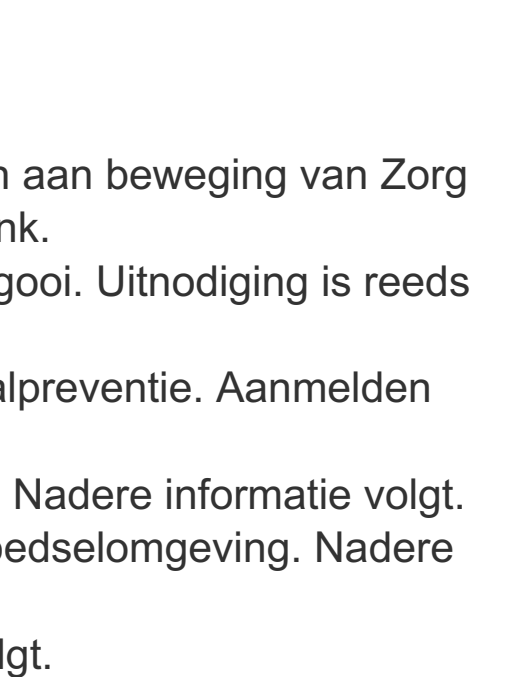
Vacature projectleider kinderen met overgewicht

De GGD Gooi en Vechtstreek is op zoek naar een projectleider voor de ketenaanpak kinderen met overgewicht. Deze ketenaanpak is onderdeel van het Gezond en Actief Leef Akkoord (GALA) en heeft als doel overgewicht en obesitas bij kinderen te verminderen.

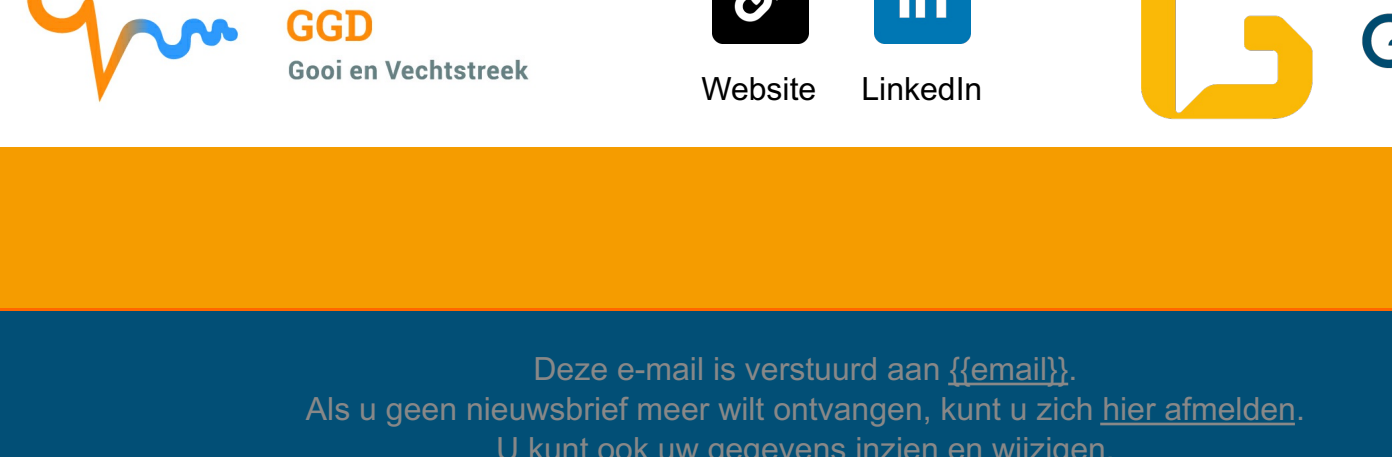
De regionaal projectleider is verantwoordelijk voor de ontwikkeling en implementatie van deze aanpak binnen onze regio, die bestaat uit zes gemeenten.

Geïnteresseerd in deze functie? Bekijk de vacature op Flextender via [deze](#) link.

Ken jij iemand in jouw netwerk die hiervoor geschikt zou zijn? Stuur de vacature dan gerust door!



Stimuleringsregeling Gezonde School 2025-2026



Van 10 maart tot 15 april 2025 kunnen scholen uit het po, go, vo en mbo weer gebruikmaken van de [stimuleringsregeling Gezonde School](#). Hiermee kunnen scholen een gezonde leefstijl op school vanzelfsprekend maken.

Extra ondersteuning op de thema's Welbevinden en Roken en alcohol- en drugspreventie

GGD Gooi en Vechtstreek biedt extra ondersteuning op de thema's Welbevinden en Roken, alcohol- en drugspreventie (RAD). Scholen die geen toekenning hebben gekregen voor de Stimuleringsregeling Welbevinden of RAD, kunnen alsnog aan de slag d.m.v. het regionale aanbod.

Uit recent evaluatieonderzoek blijkt dat de Gezonde School toegevoegde waarde kan hebben, wanneer aan een aantal condities wordt voldaan. Ook worden er aanbevelingen gegeven voor o.a. scholen, GGD'en en gemeenten. Benieuwd naar de resultaten en aanbevelingen? Lees het [eindrapport](#) of bekijk de [factsheet](#).

Eind mei wordt bekend welke scholen gebruik mogen maken van de regeling in het schooljaar 2025-2026. We kijken dan graag samen hoe we scholen (alsnog) kunnen ondersteunen bij het bevorderen van de gezondheid en het welzijn van hun leerlingen.

Vragen? Neem contact op met Gezonde Schooladviseur Marlou Hensen via m.hensen@ggdgv.nl.

Aankondiging: Week van de mentale gezondheid 3 t/m 8 juni 2025



De Nederlandse Week van de Mentale Gezondheid, 2 t/m 8 juni 2025, staat in het teken van ontknopen en verknopen. [Missie Mentaal](#) stimuleert het proces van ontmoeten en ontknopen, zodat ruimte ontstaat voor nieuwe perspectieven en verbindingen. Verbindingen voor een (mentaal) veerkrachtige samenleving.

De hele week, 2 t/m 8 juni 2025, worden in het hele land activiteiten georganiseerd voor verschillende doelgroepen, vanuit verschillende invalshoeken. Activiteiten kunnen [hier](#) aangemeld worden.

Meer informatie: www.heyhetisoke.nl en missiementaal.com vanuit de [Aanpak Mentale gezondheid van ons allemaal](#)

Bijeenkomsten en campagnes

Bijeenkomsten

- 15 april tot en met 8 juli: leernetwerk Samenwerken aan beweging van Zorg naar Gezondheid VNG. Aanmelden kan via [deze](#) link.
- 15 april (15.45-17.15): inspiratiesessie Leefstijl Tergooi. Uitnodiging is reeds verzonden.
- 13 mei (16.00-19.00): regionale leerbijeenkomst Valpreventie. Aanmelden kan via [deze](#) link.
- 19 juni: inspiratiedag Leefstijl Gezond Wijdemeren. Nadere informatie volgt.
- 23 juni (16.00-19.00): leerbijeenkomst Gezonde Voedselomgeving. Nadere informatie volgt.
- 2 oktober: Gezond Gooi dag. Nadere informatie volgt.

Campagnes

- 1 tot en met 30 maart: 30 dagen gezonder. Doe je ook mee? Voor meer informatie kijk op [30dagengezonder.nl](#).

Overig

- Mensgerichte maandagmails van Movisie ontvangen? Aanmelden kan via [deze](#) link.

Heb je nog vragen over de coalitie Gezond Leven en Preventie? Dan kun je terecht bij projectmedewerker IZA Doris Florenza d.florenza@ggdgv.nl.