



Achterhoek de gezondste regio in 2030 – hoe?

We staan met onze beide voeten op de bodem van de Achterhoek. We proberen van het uitzicht, de mooie natuur en de rust te genieten. Dat lukt vaak ook, maar vandaag even niet. Naast ons staat een Gezondheidstafel met daarop een doel: de Achterhoek de gezondste regio in 2030. Alle inwoners van de Achterhoek leven zo gezond en gelukkig mogelijk en hebben daarbij zoveel mogelijk zelf de regie. Dat is een mooi doel, maar hoe bereiken we dat? We kijken elkaar aan en spreken uit wat we denken: gewoon leven, gewoon laeven, daar gaat het om.

Gewoon leven, omdat gezondheid en geluk niet altijd vanzelfsprekend zijn en ook niet voor iedereen hetzelfde betekenen. We kunnen elkaar er wel naar vragen, dus dat doen we ook. Onze bestuurders vroegen zorgprofessionals naar hun vak, wat geluk en gezondheid voor hen betekenen en hoe ze daar zelf aan bijdragen. Dit levert verhalen op vanuit verschillende perspectieven.

Dit is een van die verhalen geschreven door Joop Wikkerink, wethouder Sociaal Domein Aalten en onderdeel van de Stuurgroep Achterhoek Gezond. Dit verhaal is gebaseerd op de visie van acht professionals werkzaam in het lokale welzijnswerk, zorg en ondersteuning van ouderen, schuldhulpverlening en eenzaamheid, onderwijs. Een ervan is wmo-jeugdconsulent en een beleidsmedewerker wmo.

Leren leven

Kloof

Binnen de wereld van professionals wordt volop gedroomd over een betere wereld. “Iedereen mag meedoen, met sporten en bewegen, met cultuur, met activiteiten.” Want dat wordt algemeen ervaren als oorzaak no. 1 van eenzaamheid, stress en ziekte: het niet (meer) meedoen. Daarbij wordt aan sport, bewegen vooral in groepsverband veel waarde toegedicht. “We hebben gesproken over de “kloof”. Onze inwoners, aan de verkeerde kant van de kloof, hebben niet alleen minder geld en minder kansen, ze leven vaak ook ongezonder, waardoor ook de levensverwachting korter is en de kwaliteit van leven minder. Kortom we moeten de kloof overbruggen.” Met laagdrempelige, betaalbare voorzieningen zonder betuttelend te worden. Maar er is ook een uitstraling in de Achterhoek van een gezonde leefomgeving met een juiste balans tussen werk en privé.

Hoe moeten we die kloof overbruggen? Je wilt niet weten hoeveel ideeën, projecten, aanpakken en plannen er zijn, die nog uitgevoerd worden ook. Van bingokaarten, motiverende filmpjes, *challenges*, sport – en beweeg-carroussels, maatjes en tandemprojecten, rookvrije instellingen, *walking football* en senioren fit, inzet van sportverenigingen en scholen: het duizelt je soms en vaak is er geen overzicht.

Samenwerking en contact

Hoe kunnen we het dan beter organiseren: elkaar kennen en weten wat er is, is een belangrijke. Die wens is natuurlijk al zo oud als de weg naar Rome, maar komt altijd en overal weer naar voren. Ondanks telefoonlijstjes, groepsapps, sociale kaarten: het lukt niet goed om precies het totale aanbod in beeld te krijgen. “We zijn volgens mij allemaal dagelijks bezig met de gezondheid van de inwoner en soms is het maar iets heel kleins, bijvoorbeeld dat iemand met een maatje gaat wandelen, maar dit heeft een groot effect voor de inwoner zelf.”

Niet in het zorgsysteem getrokken worden

In veel bijdragen klinkt door dat (zelfs als we met preventie bezig zijn) we vaak aan de “late kant zijn”. Soms is er al een hulpverleningsstructuur opgezet en dan kom je nog eens aan met preventieve activiteiten als schuldenpreventie of simpele maatjes-activiteiten tegen eenzaamheid. Dan moet je erg oppassen dat je op preventie gerichte interventies niet onderdeel worden van de hulp- en zorgstructuur die er al om de inwoner of zijn “systeem” gebouwd is. Dus eerder eropaf!

Empowerment en Naoberschap

En dan komen we bij een wat fundamentele benadering. Hoe mooi zou het zijn als we een zodanig “ecosysteem” kunnen maken waarin mensen zèlf leren om te gaan met de impact van de life-events. Weerbaar, creatief en zelfbewust. Maar ook de bronnen van hulp weten te vinden. Empowerment en naoberschap.

Is dat een taak voor opvoeders (maar die zijn vaak zo verlegen), is het een taak voor het onderwijs (maar die hebben al zoveel op hun bordje), is het een taak voor de “zorg” (maar die zitten al vaak aan het eind van de keten), is het een taak voor welzijnswerk en opbouwwerk: leer mensen te leven. Dat is toch wel een rode draad in ons gesprek: hoe kunnen we onze inwoners krachtiger, stabiel en weerbaarder maken tegen de uitdaging die leven heet. En dan komen we uit bij een krachtige sociale basis als voorwaarde voor een gelukkig en gezond leven.

Joop Wikkerink, wethouder Sociaal Domein Aalten
Stuurgroep Achterhoek Gezond



Joop Wikkerink - Leren Leven