

Gewoon leven

Samen gelukkig en gezond
in de Achterhoek

[Achterhoek Gezond](#) doet acht beloftes.
Deze beloftes verwoorden waar we voor staan
en waar we naar streven:
Achterhoek de gezondste regio in 2030.

1 We leven ons gewone leven

Wij Achterhoekers willen gewoon leven en zelf bepalen hoe we dat doen. We willen dat ons dagelijks leven centraal staat. Als ons lijf of ons hoofd niet meewerkt, beïnvloedt dat alles in ons leven. Wat we dan als oplossing zien, kan voor ons allemaal verschillen. Voorkomen dat we ziek worden, is heel belangrijk voor ons. Het liefst willen we daar zo jong mogelijk mee beginnen en zolang mogelijk mee doorgaan.

2 We leven met verandering

Leven is veranderen. En verandering is onderdeel van onze levens. Helemaal nu. Onze levenswegen zijn niet recht, maar bijna net zo kronkelig als de Achterhoekse wegen. We willen krachtig om kunnen gaan met alles wat er in de toekomst op onze weg komt. Wij gaan weerbaar, creatief en zelfbewust de toekomst in.

3 We hebben zelf regie

Inwoners, zorgverleners en ondernemers zorgen samen voor een goed en gezonder leven in de Achterhoek. Daardoor is uiteindelijk minder zorg nodig. We zijn een gemeenschap met eigen verantwoordelijkheid en naoberschap als de belangrijkste waarden in ons sociale leven. We geven hulp en vragen erom. Wij accepteren hulp en weten andere hulpbronnen te vinden, als we er met elkaar niet uitkomen.

4 We zijn allemaal inwoner en meer

We zijn allemaal inwoner en meer: werknemer, mantelzorger, vrijwilliger, patiënt, buurtgenoot, sporter, muzikant, ouder en kind. Vul maar in. We waarderen al deze ervaringen en gezichtspunten. Het landschap van de Achterhoek leeft het ons voor. Na iedere bocht een nieuwe kijk, een ander vergezicht en toch één geheel. Daarom betrekken we mensen met uiteenlopende achtergronden en ideeën, binnen de zorg en erbuiten

5 We zijn trots op nu en nieuwsgierig naar later

We dromen van een goed leven voor onszelf en voor wie na ons komt. Daarom denken we nu al na over gezond en gelukkig leven voor later. Over wie wij over tien jaar zijn. Over wat we dan nodig hebben als Achterhoekers en wat we zelf kunnen (blijven) doen. We zijn trots op onze inwoners. Wat wij met zijn allen kunnen en wat we weten, hebben we hard nodig voor een gezonde en gelukkige toekomst. Samen bepalen we, wat wij nu moeten doen voor later.

6 We tonen lef in wat we zeggen en doen

Wij zijn eerlijk over wat we weten en kunnen. We concluderen dat ons zorgsysteem onder druk staat. Door vergrijzing en ontgroening stijgt de vraag naar zorg, maar er is minder zorgpersoneel en informele zorg beschikbaar. Als we zo doorgaan lopen we vast. Lef is nodig om dit verhaal te vertellen. We zijn ook eerlijk over onze zoektocht naar hoe het moet: radicaal anders besturen, zorgen en financieren. We zijn eerlijk over wat we niet weten. Als omstandigheden of inzichten veranderen, verandert onze aanpak mee. Lef is nodig om het anders te doen. Lef is nodig om in 2030 de gezondste regio te kunnen zijn.

7 We zorgen voor ruimte

Verandering ontstaat in vertrouwen en door ervaren ruimte. Wij zorgen voor deze ruimte om uit bestaande patronen te komen en te ontwikkelen. Om ons samen te richten op meer gezondheid en gewoon leven. We hebben ruimte nodig om na te denken, om zelf te kunnen beslissen en ruimte om elkaar te kunnen vinden. Dit vraagt ook ruimte in de omgeving, ruimte in onze wijk, in onze regio en ruimte in budget. We zoeken naar oplossingen om ziekte te voorkomen en zorg slimmer en geschikt voor de toekomst in te richten.

8 We zetten een stap per dag

We denken groot, maar weten ook: niemand loopt zomaar 10.000 stappen per dag. We beginnen met een kleine stap en daar komen er iedere dag een paar bij. Al die kleine stappen samen maken dat we de toekomst gezond en gelukkig bereiken. Soms zetten we een paar passen terug. Niet alles gaat in een keer goed. Maar ons doel is duidelijk: de gezondste regio, dat wordt de Achterhoek.

