

Vitaal Vechtdal

Vitaal Vechtdal helpt bewoners gezonde keuzen te maken. Dit regionale netwerk van Overijsselse organisaties heeft onlangs een subsidie voor drie jaar gekregen van het ministerie van VWS. Het is een vergoeding voor een deel van de samenwerkingskosten om een gezonde leefstijl bij burgers te bevorderen.

VWS wil met deze tegemoetkoming, de zogenoemde Preventiecoalitie, een structurele samenwerking aanwakken tussen zorgverzekeraar, gemeenten en netwerken zoals Vitaal Vechtdal. Zilveren Kruis heeft samen met Ommen, Hardenberg en Vitaal Vechtdal de aanvraag ingediend.

en welzijn kennen elkaar, het is klein en overzichtelijk. Dankzij de infrastructuur verloopt het min of meer natuurlijk. Voor de gemeente is deze samenwerking wel een nieuwe tak van sport.” Huisarts Paul Habets: “Het ontbrak ons aan middelen om preventie goed op de kaart te zetten. Deze subsidie stelt ons

Bevordering van een gezonde leefstijl is een gezamenlijke aanpak die thuis, op school, bij sportverenigingen en op het werk dient plaats te vinden. Scheele: “We proberen mensen aantrekkelijke alternatieven aan te bieden in de sport- en schoolkantines. Ander voorbeeld: we zijn een kraanwatergemeente, met veel tappunten. We kunnen aan organisatoren van evenementen voorschrijven dat ze zorgen voor water, anders krijgen ze geen vergunning.” Habets: “Als je mensen kunt verleiden tot ongezonde keuzen, kun je volgens mij ook het omgekeerde doen.”

‘Medisch en sociaal domein meer met elkaar verbonden’

Zorgorganisaties, gemeenten, verenigingen en maatschappelijke instellingen, aangesloten in Vitaal Vechtdal, hebben sinds 2013 een beweging in gang gezet die bewoners stimuleert aan hun gezondheid en welzijn te werken. Ze leggen het accent op voorkomen dat je ziek wordt. Het is bijzonder: zoveel partijen die meedoen en samen werken aan een gezonde en vitale regio. Er is sprake van een publieke en private samenwerking en een sterke, lokale gemeenschap. Dat versterkt elkaar en het barst van de activiteiten.

Nieuwe tak van sport

Ko Scheele is wethouder in Ommen. Hij vertelt: “Eerste, tweede, nulde lijn, gemeenten en verzekeraars vormen hier al een aantal jaren een sterke combinatie. We richten ons op verbeteren, vernieuwen en versoberen. Vanuit het ziekenhuis zijn bedden naar de eerste lijn gegaan. Het medisch en sociaal domein zijn meer met elkaar verbonden. Zorg

in staat een groter aanbod te ontwikkelen om een gezonde leefstijl verder mogelijk te maken.”

Schoolkantines

Vitaal Vechtdal richt zich op de thema's Beweging, Roken, Alcohol, Voeding, Ontspanning en Welzijn (BRAVO).

Fiets in plaats van busje

Volgens het tweetal is meer mogelijk. Scheele: “Kinderen worden met busjes naar het speciaal onderwijs gebracht. Kunnen sommigen niet onder begeleiding van een ouder of maatje op de fiets? We bespreken dat met ouders en de school en dan blijkt er veel mogelijk. De kinderen komen fris op school, hun

Stimulerende verzekeringspolis

Landelijke publiciteit kreeg Vitaal Vechtdal met een verzekering: de Vitaal Vechtdal polis. Dit is een gratis aanvullende verzekering die circa 25.000 mensen hebben afgesloten, bovenop hun eigen basisverzekering.

Huisarts Paul Habets: “Het is een bonus, ze hebben daardoor voordelen en kortingen op allerlei trainingen en workshops, op hun basisverzekering of meedoen met een tour in de supermarkt, een valrisico-screening of gratis parkeren bij het ziekenhuis in Hardenberg. Het is een instrument dat helpt gezondheid en gezond gedrag te stimuleren. Maar het is niet de bedoeling dat we een zorgverzekeraar worden.” Wethouder Ko Scheele: “Deze polis versterkt de gemeenschap en brengt iets in beweging. Mensen mogen bijvoorbeeld gratis meedoen met de Diabetes Challenge”. De polishouders vormen een coöperatie.



Wethouder Ko Scheele (links) en huisarts Paul Habets uit Ommen

prestaties verbeteren, waardoor ze ook meer zelfvertrouwen krijgen. Hier heb je *naoberschap* en je vindt vrijwilligers die dit willen doen. Wel moet je het als gemeente faciliteren.”

Dakkapel

Het is volgens Scheele een omslag. “We kijken naar het probleem dat moet worden opgelost. Dat vergt soms buiten de lijnen durven kleuren. Neem een gezin met zes pleegkinderen. De kinderen worden ouder en hebben meer ruimte nodig. De pleegouders wilden graag een dakkapel, maar daar hadden ze

geen geld voor. De vraag is: wil je als gemeente meedenken? Als je het gezin helpt, zorg je voor het welbevinden van deze kinderen. Je voorkomt dat ze uit dit pleeggezin worden geplaatst. Ook dit is maatwerk.”

Habets vertelt dat ook werkgevers worden benaderd. “Er is krapte op de arbeidsmarkt, dus ze hebben er belang bij dat hun werknemers gezonder worden en blijven. Het gaat om veel meer dan alleen fysiek gezond blijven, om voldoende bewegen. Ook mentale gezondheid is van belang. Een werknemer met schulden heeft stress en is er

minder bij op het werk. Een werkgever kan daarbij helpen. Ook bij het stimuleren dat iemand sociaal actiever wordt.” Volgens de huisarts gebeurt preventie vooral buiten zijn spreekkamer. “Wat helpt zijn de boekjes met concrete tips die op mijn bureau liggen. Daar hebben mensen wat aan. Ik kom daardoor gemakkelijker met mensen in gesprek over hun leefstijl.”

Hogere btw groente en fruit

Waarom werkt hun aanpak? Scheele: “Er is een *coalitie of the willing* en we hebben mensen die leiderschap tonen, zoals een ziekenhuisdirecteur die op de zeepkist gaat staan tijdens personeels- en publieksbijeenkomsten. Mensen met gezag die steeds op diverse plekken een consistent verhaal vertellen. En die daadkrachtig zijn, ze hebben een voorbeeldfunctie.”

Hij vervolgt: “Je moet een lange adem hebben, je hebt te maken met tegenbewegingen, denk bijvoorbeeld aan bezuinigingen of aan landelijke maatregelen die averechts werken, zoals verhoging van de btw op groente en fruit. Het risico bestaat dat gemeenten verkeerde keuzen maken omdat ze gekort worden op het sociaal domein. En hebben de huisartsen voldoende tijd? Aan de voorkant op tijd signaleren en ingrijpen, dat is belangrijk.” <<

Tekst: Corina de Feijter

Foto: Dieger ter Berge