VENRAY BEWEEGT

Gemeente Venray

Leefstijlakkoord Venray: verbinding van Lokaal Sportakkoord en Preventieakkoord

GEZOND OPGROEIEN EN VITAAL OUD WORDEN IN VENRAY

1. INLEIDING

De coronapandemie heeft het laatste jaar duidelijk gemaakt hoe belangrijk een gezonde leefstijl is en dat het opbouwen van weerstand letterlijk van levensbelang kan zijn. Het is niet voor niets dat steeds meer organisaties en medici pleiten voor meer aandacht voor en investeringen in een gezonde(re) leefstijl en preventie.

Venray Beweegt, de uitvoeringsorganisatie van de Gemeente Venray op het gebied van sport, bewegen en gezonde leefstijl, koos jaren geleden al voor een beleid waarin samen met partners extra impulsen worden gegeven aan de vitaliteit van de inwoners van Venray. Toen ook Venray de kans kreeg om een Lokaal Sportakkoord te formeren, werd meteen het besluit genomen om het gedachtegoed van het Nationaal Sportakkoord te koppelen aan de ambities van het Nationaal Preventieakkoord. Venray noemde haar Lokaal Sportakkoord dan ook het Leefstijlakkoord Venray. Met als uitgangspunt: gezond opgroeien en vitaal oud worden in Venray. Bijna 100 partners uit de domeinen sport, zorg, overheid, onderwijs en bedrijfsleven committeerden zich aan het Leefstijlakkoord Venray. Daarmee onderschreven zij de boodschap dat een fitter, vitaler en gezonder Venray een gezamenlijke maatschappelijke opdracht is.

Nu Venray ook een Lokaal Preventieakkoord mag formeren, is logischerwijs de keuze gemaakt om het Leefstijlakkoord uit te breiden met projecten die invulling geven aan de uitgangspunten van het Nationaal Preventieakkoord. De Gemeente Venray kiest voor een 'hybride uitvoering' van het Preventieakkoord. De gemeente heeft zich aangesloten bij het Noord-Limburgse Preventieakkoord (Regioakkoord) én focust sterk op een lokale uitvoering van projecten en ambities. Het Leefstijlakkoord heeft immers geleerd dat de lokale betrokkenheid en energie in Venray heel groot is om met en voor inwoners het verschil te kunnen maken als het gaat om een gezonde(re) leefstijl. Die lokale energie fungeert ook nu weer als brandstof voor een uitbreiding van het Leefstijlakkoord Venray.

De samenwerkende partners hebben bovendien de wens uitgesproken om ook bij de uitvoering van de projecten die zijn gelieerd aan het gedachtegoed van het Nationaal Preventieakkoord, te kiezen voor een 'andersoortige' aanpak. Niet te institutioneel en niet weer een nieuwe organisatiestructuur optuigen, maar hands-on en dichtbij de inwoners blijven. Omdat het om preventie gaat, is nadrukkelijk ingezoomd om projecten op te zetten voor en door jongeren.

Tot slot willen we benadrukken dat in Venray veel waarde wordt gehecht aan het monitoren van de projecten in het Leefstijlakkoord. De projecten worden resultaatgericht opgezet en uitgevoerd, zodat we ook kunnen aantonen wat de effecten zijn geweest.

2. NATIONAAL SPORTAKKOORD EN PREVENTIEAKKOORD

Nederland heeft de afgelopen jaren het eerste Nationaal Sportakkoord en Preventieakkoord getekend.

- Doel van het Sportakkoord is om de organisatie en financiën van de sport toekomstbestendig te maken: 'Sport verenigt Nederland'.
- In het Preventieakkoord staan meer dan 200 afspraken om Nederland gezonder te maken. Door roken, overgewicht en problematisch alcoholgebruik aan te pakken, kan de gezondheid van heel veel Nederlanders verbeteren. Jaarlijks sterven 35.000 Nederlanders door roken, overgewicht of probleemdrinken. Ze zijn samen de grootste oorzaak van ziekte in Nederland. De Rijksoverheid en andere organisaties streven samen naar een rookvrije generatie in 2040. Dat betekent dat kinderen niet meer beginnen met roken. En dat zwangere vrouwen niet meer roken. Ook staat in het akkoord dat het aantal rokende volwassenen moet dalen van 23% naar maximaal 5%. Samenwerkende partners in de gemeente Venray willen rookvrij opgroeien vanzelfsprekend maken. Ieder kind dat geboren wordt, moet de kans krijgen om volledig rookvrij op te groeien. De ambitie om overgewicht aan te pakken, is in het Leefstijlakkoord vertaald in (de eerste) 10 projecten. Daarin is ook aandacht voor het versterken van sociale cohesie c.q. het tegengaan van eenzaamheid.

3. AMBITIES

In het Leefstijlakkoord Venray hebben de partners de volgende ambities geformuleerd:

- Venray wil in 2022 de gemeente zijn waar de gezondste jeugd van Limburg woont en leeft;
- Venray wil in 2022 de gemeente zijn waar de gelukkigste senioren van Limburg wonen en leven, waarbij de focus ligt op het snijvlak van bewegen en sociale contacten;
- De duurzame inzetbaarheid van werknemers van Venrayse bedrijven wordt vergroot (gezonde werkvloer);
- Inclusief sporten en bewegen in een positieve en veilige (sport)omgeving voor mensen voor wie dat niet vanzelfsprekend is en belemmeringen vanwege fysieke of mentale gezondheid wegnemen;
- Versterken duurzame en vitale sportverenigingen;
- Venray wil in 2022 een zichtbaar rookvrije gemeente zijn als het gaat om openbare locaties;
- Venray wil het aantal rokende jongeren en volwassenen in 2023 met 2% verminderen (als tussenstap naar een rookvrije generatie in 2040);
- Venray wil het alcoholgebruik onder jongeren in 2023 met 3% verminderen.

4. LANDELIJKE PRIMEURS

Venray heeft in het Leefstijlakkoord twee landelijke primeurs:

- het is de eerste gemeente van Nederland (bron: JOGG Nederland) waar álle grote supermarktketens zich verbinden aan een campagne om inwoners en met name jongeren op het gebied van voeding en beweging te begeleiden naar een gezonde(re) leefstijl.
- het is de eerste gemeente van Nederland (bron: betrokken zorginstellingen) waar een Multi Sports Club wordt opgericht voor mensen met een verstandelijke beperking en/of psychische kwetsbaarheid. De betrokken zorginstellingen willen ontschotten door niet meer te denken en te doen vanuit twee verschillende doelgroepen (sport voor mensen met een verstandelijke beperking en sport voor mensen met een psychische kwetsbaarheid), maar ze samen te laten sporten binnen 1 sportclub en zorg te dragen voor een positieve, veilige sportomgeving.

5. PARTNERS

Zo'n 100 instellingen en organisaties uit de sport, het onderwijs, de zorg, het bedrijfsleven en de overheid hebben zich verbonden aan het Leefstijlakkoord Venray. Zij willen bijdragen aan een duurzaam fitter, gezonder en vitaler Venray. De partners variëren van grote organisaties (ziekenhuis, GGD, zorginstellingen, gemeente) tot eenpitters op het gebied van voeding, slaap, sport en bewegen.

6. ROL VAN DE GEMEENTE VENRAY

In Venray wordt al enkele jaren gedacht en gehandeld vanuit het gedachtegoed van het Sportakkoord en Preventieakkoord. Venray Beweegt legt al verbindingen tussen sport, beweging, gezondheid en zorg. Venray Beweegt werkt samen met enthousiaste, betrokken partijen en inwoners aan een gezonde en sportieve leefstijl. De focus ligt op drie programmalijnen:

- Iedereen kan Meedoen (drempels om te bewegen verlagen voor inwoners die het niet op eigen kracht kunnen);
- Jongeren Op Gezond Gewicht (kinderen en jongeren leren om zich sportief en gezond te ontwikkelen volgens de JOGG-aanpak);
- Leefstijlakkoord past binnen de innovatieruimte van Venray Beweegt.

Het Leefstijlakkoord Venray is een katalysator van de aanpak in Venray om partners rondom sport en beweging, onderwijs, bedrijfsleven, overheid en zorg met elkaar te verbinden.

7. DE 13 PROJECTEN LEEFSTIJLAKKOORD VENRAY

Op basis van individuele gesprekken en bijeenkomsten met de partners en de eerder beschreven ambities zijn 13 projecten benoemd die samen het Leefstijlakkoord Venray vormen. Ieder project wordt kort beschreven en aangegeven wordt wie de 'aanjagende partners' binnen het project zijn.

1. Alle grote supermarktketens hebben zich verbonden aan een campagne om inwoners en met name jongeren op het gebied van voeding te begeleiden naar een gezonde(re) leefstijl (voeding en beweging). Eerste gezamenlijke project in 2021 wordt de Supermarkt Safari. Waar mogelijk worden sportverenigingen en ondernemende sportaanbieders bij de campagne betrokken, waar jongeren proeflessen kunnen volgen.
   Partners: AH, Jumbo, PLUS, Aldi, Jan Linders, COOP

2. Kraamzorg en een supermarkt (PLUS Van Dijck) gaan een leefstijlprogramma ontwikkelen voor aankomende en prille ouders en hun baby (inclusief workshops gezond koken).
   Partners: Kraamzorg, supermarkt PLUS, verloskundigen, Spring Kinderopvang

3. Fysiotherapiepraktijken gaan eind 2021 alle 70-plussers in de gemeente Venray uitnodigen voor een gratis leefstijlscan met leefstijladvies. Dat zal plaatsvinden in hun praktijken. Ze plannen zelf wanneer en in welke frequentie. Via de Gemeente Venray worden de 70-plussers aangeschreven en uitgenodigd. Met dit project accentueren de fysiotherapeuten ook hun rol in Venray als het gaat om preventie en om antwoord te geven op maatschappelijke vraagstukken als gezond(er) oud worden, zelfredzaamheid en het tegengaan van eenzaamheid. Sportverenigingen ontwikkelen speciale arrangementen voor senioren in het kader van de leefstijlscan en het leefstijladvies. Voor verenigingen is dit ook een mogelijkheid om nieuwe leden/doelgroep aan zich te binden.
   Partners: Cas & Selder, Fysiotherapie Buitenlust, Van Soest Fysiotherapie, Fysiotherapie Wieenhof, Fysiotherapie Eindstraat, Venrayse sportverenigingen

4. Zorginstellingen en sportaanbieders starten samen een proeftuin: Multi Sports Club Venray. Mensen met een verstandelijke beperking en/of met een psychiatrische kwetsbaarheid kunnen lid worden van de club, zo wekelijks sporten uitproberen bij reguliere sportaanbieders, met als doel om uiteindelijk lid te worden van een reguliere sportclub (inclusie). Maandelijks ook een sociale activiteit en veel aandacht voor een gezonde(re) leefstijl. Zorgaanbieders zorgen voor begeleiding tijdens de trainingen. De betrokken zorginstellingen willen ontschotten door niet meer te denken en te doen vanuit twee verschillende doelgroepen (sport voor mensen met een verstandelijke beperking en sport voor mensen met een psychische kwetsbaarheid), maar ze samen te laten sporten binnen 1 sportclub en zorg te dragen voor een positieve, veilige sportomgeving. De trainingen worden verzorgd door reguliere sportaanbieders in Venray. Sportverenigingen gaan op deze wijze om met een positieve sportcultuur en kunnen nieuwe leden werven.
   Partners: Vincent van Gogh, MetGGZ, PSW, SGL, De Rooyse Wissel, Dichterbij, Synthese, Bodycamp Venray, Sportinstituut Verhagen, Wonen Venray.

5. Bedrijven adopteren jonge leefstijlambassadeurs in het primair onderwijs: leerlingen van basisscholen gaan leeftijdsgenoten informeren over en enthousiasmeren voor een gezonde(re) leefstijl. Topsporters worden ingezet om leerlingen te enthousiasmeren om te gaan/blijven sporten en het beste uit zichzelf te halen.
Partners: Reumkens Voet & Zorg, Herbalife, Wonen Venray, fysiotherapiepraktijken, diverse bedrijven, topsporters uit Venray

6. Tien Venrayse aanbieders op het gebied van leefstijl hebben de krachten gebundeld in een Leefstijlclub, die de duurzame inzetbaarheid van werknemers wil vergroten aan de hand van gepersonaliseerde programma's op het gebied van onder meer voeding en beweging. De Leefstijlclub zoekt per persoon naar een sportaanbod op maat, passend bij de wensen en mogelijkheden van de werknemer. Dat kan bij de georganiseerde sport, de ongeorganiseerde sport en de anders georganiseerde sport zijn.
Partners: LB Fitness, Knooppunt Venray, Van Soest Fysiotherapie, LACO, Gewichtige Zaken, VieStyle, Meerdaags Wandelevenement Venray, Bolenius, Het Preventieteam, Venray Beweegt

7. Maandelijks wordt een voetbalcafé gehouden waarbij senioren en mensen met (beginnende) dementie bijeenkomen om aan de hand van voetbalplaatjes (voetballers + momenten uit de historie van SV Venray, VVV-Venlo en Nederlands Elftal) en voetbalattributen met elkaar in gesprek gaan. De plaatjes en attributen zitten in een 'reiskoffer', die iedere bijeenkomst wordt meegenomen. Ook oud-spelers van SV Venray en VVV-Venlo bezoeken het café. Het voetbalcafé is een sociale activiteit (tegengaan eenzaamheid) én een moment om 'geheugen te trainen'.
Partners: SV Venray, VVV-Venlo, Zorggroep, Synthese, SGL

8. We stellen vrijwilligers in de gelegenheid om opleidingen te volgen die de KNVB aanbiedt aan (toekomstige) bestuurders van sportverenigingen om zo bij te dragen aan duurzame sterke en vitale sportverenigingen. Let wel: niet alleen voor voetbalclubs! De opleiding van de KNVB is bedoeld voor (toekomstige) bestuurders van alle sporttakken.
Partner: KNVB

9. Kinderopvangorganisatie 't Nest, SPOVenray en Venray Beweegt investeren in een leefstijlcoach die met ingang van januari 2020 op basisscholen en kinderopvangcentra in Venray aan de slag is gegaan met de leefstijl (bewegen en voeding) van de leerlingen. Doel is meer inzicht in wat een gezond leven is en het stimuleren van vaardigheden in bewegen bij leerlingen in het primair onderwijs, in samenwerking met sportverenigingen in Venray. Er wordt gewerkt met erkende interventies.
Partners: 't Nest, SPOVenray en Venray Beweegt (gemeente Venray), in samenwerking met sportverenigingen

10. In Venray gaan we een pilot starten waarin sporters de energie die ze opwekken tijdens een work-out, kunnen toevoegen aan hun eigen energienetwerk. Op deze wijze werken ze aan hun vitaliteit én reduceren ze hun energierekening. Past bovendien bij de duurzaamheidambities van de Gemeente Venray.
Partner: Ambaum BrandMakers

11. Venray gaat alle locaties die al rookvrij zijn en gaan worden, zichtbaar maken door de fysieke uiting 'rookvrij' eraan te verbinden. In 2022 dienen alle openbare locaties in de gemeente Venray rookvrij te zijn. Denk hierbij aan verenigingen, organisaties, instellingen, bedrijven, bushaltes, treinstation, scholen, speeltuinen, enz. De Gemeente Venray gaat onderzoeken of het mogelijk is rookvrij als voorwaarde te stellen voor het verkrijgen van subsidie.
Partners: Gemeente Venray, VieCuri Medisch Centrum, Gilde Opleidingen, SPOVenray, Montessorischool, Vincent van Gogh, Stichting Rookvrij, Team Fit, GGD, Regioakkoord Preventie, Venray Beweegt

12. Leerlingen van Gilde Zorg & Welzijn (MBO opleiding) ontwikkelen een campagne om jeugd uit de basisschoolleeftijd te stimuleren om niet te gaan roken. Door en voor jongeren dus. De campagne start in het schooljaar 2021-2022 en kent een looptijd van twee jaar. Het is geen 'stoppen met roken' campagne, maar een 'niet beginnen met roken' campagne. De leerlingen van Gilde Zorg & Welzijn zijn zelf in de lead als het gaat om de invulling en uitvoering van de campagne. Ze zullen daarbij ondersteund worden door reclame- en communicatiebureaus uit de gemeente Venray die hun kennis en ervaring belangeloos inzetten.
Partners: Gemeente Venray, Gilde Opleidingen, SPOVenray, Stichting Rookvrij, Montessorischool, Team Fit, GGD

13. Campagnes om alcoholgebruik onder jongeren terug te dringen, zijn over het algemeen niet heel succesvol. Het alcoholgebruik onder jongeren stijgt nog steeds, dat geldt ook in de gemeente Venray. We gaan daarom inzetten op het meer nuttigen van alcoholvrij bier, als een aanlokkelijk alternatief. Om dat aan te jagen, stimuleren en faciliteren we jongeren vanaf 18 jaar om hun eigen 0.0% bier te brouwen. Dat krijgt het karakter van een challenge. We organiseren in 2021, 2022 en 2023 een '0.0% bierfestival', waarbij bezoekers het bier - gebrouwen door jongeren - kunnen proeven en beoordelen. Op deze wijze willen we het bewustzijn van het gebruik van alcohol en het kennisniveau over de effecten ervan, bij jongeren verhogen. Dus niet met een voorlichtingscampagne, maar met een challenge om 0.0% bier te brouwen. We trekken hierin samen op met jongerencentra in de gemeente Venray.
Partners: Gemeente Venray, Proeflokaal Goesting, Vincent van Gogh, GGD

8. LEEFSTIJLECOSYSTEEM: KOSTEN EN FINANCIERING

Alle partners werken samen in een leefstijlecosysteem: ze dragen niet alleen bij, maar ze willen er ook van kunnen profiteren. Return on investment dus. Partners investeren gezamenlijk in het gedachtegoed en ambitie van het Leefstijlakkoord Venray, plukken daar de vruchten van en zijn daardoor bereid om opnieuw te investeren. Het leefstijlecosysteem is dan ook een zelfregulerend, open en actief netwerk van instellingen en organisaties uit de sport, het onderwijs, de zorg, het bedrijfsleven en de overheid die ambitieus, innovatief, creatief en resultaatgericht samenwerken voor de realisatie van de ambities geformuleerd in het Leefstijlakkoord Venray. De Gemeente Venray draagt bij aan het leefstijlecosysteem (in middelen en uren van medewerkers) en vergroot daarmee de slagkracht en het succes van het systeem. Het leefstijlecosysteem moet zorgen voor een duurzame samenwerking van publieke en private partners. De gekapitaliseerde waarde van hun inbreng (in cash en in kind) is voor het jaar 2021 voorlopig begroot op € 125.000.

9. ORGANISATIE

De keuze is gemaakt om van de projecten zelfsturende teams te maken, die rapporteren aan Venray Beweegt. Iedere projectgroep stelt een eigen begroting op en maakt ook inzichtelijk welke wensen er op het gebied van communicatie en marketing zijn. De projectbegrotingen en communicatie- en marketingwensen worden integraal behandeld door Venray Beweegt en verankerd in een corporate begroting en marketingcommunicatieplan. Op basis van deze beoordeling wordt bepaald welk budget iedere werkgroep krijgt om de plannen uit te voeren. Uiteraard passend binnen de totale uitvoeringsgelden van het Leefstijlakkoord Venray (uitvoeringsgelden voor het lokaal sportakkoord en preventieakkoord). Dat betekent dus dat iedere werkgroep niet vanzelfsprekend het gevraagde budget krijgt. Er wordt een afweging gemaakt en het moet passen binnen het geheel. Afspraak is dat iedere werkgroep wel uitvoeringsgeld krijgt, maar dat zou dus minder kunnen zijn dan is aangevraagd.

10. MONITOREN

Het Leefstijlakkoord beslaat de periode 2020-2023. De resultaatmeting zal in 2023 plaatsvinden. Inzet is dat het Leefstijlakkoord zorgt voor de volgende effecten:

- Venray is de gemeente waar de gezondste jeugd van Limburg woont en leeft, op basis van onderzoek GGD (vergelijking cijfers onderzoek 2019 en 2021);
- Venray is de gemeente waar de gelukkigste senioren van Limburg wonen en leven, waarbij de focus ligt op het snijvlak van bewegen en sociale contacten (vergelijking cijfers onderzoek 2019 en 2021);
- De duurzame inzetbaarheid van werknemers van Venrayse bedrijven is vergroot;
- Inclusief sporten en bewegen voor mensen voor wie dat niet vanzelfsprekend is en belemmeringen vanwege fysieke of mentale gezondheid wegnemen: de Multi Sports Club heeft bestaansrecht en voorziet in een behoefte (meer mensen uit de doelgroepen sporten en bewegen);
- Sportverenigingen zijn vitaler, werken intensiever samen, hebben een sterker kader en weten meer leden aan zich te binden;
- Venray is in 2022 een zichtbaar rookvrije gemeente als het gaat om openbare locaties;
- In Venray is het aantal rokende jongeren en volwassenen in 2023 met 2% verminderd (als tussenstap naar een rookvrije generatie in 2040);
- In Venray is het alcoholgebruik onder jongeren in 2023 met 3% verminderd.

10. PARTNERS

Meer informatie:

www.leefstijlakkoordvenray.nl