

‘Kom in Beweging’

Themadag ‘Kom in Beweging!’



Themadag Algemeen Bestuur
GGD Hollands Noorden

25 september 2013

Opening door Michiel Pijl

Michiel Pijl opent als voorzitter van de GGD Hollands Noorden deze themadag van het AB. Hij benadrukt het belang van preventie en het belang van het delen van deze kennis. De Gezondheidsmonitor van de GGD geeft een goed beeld van waar we nu staan. In een aantal opzichten doet onze regio het beter ten opzichte van andere regio's. Op andere terreinen doen we het minder. Deze achterstand wordt met vereende krachten ingelopen. Hij wenst de aanwezigen een inspirerende ochtend toe en hoopt dat iedereen "in beweging" komt.

Ivan Wolffers

Ivan Wolffers is hoogleraar gezondheidszorg en cultuur aan de VU in Amsterdam en neemt de aanwezigen mee in de geschiedenis van onze genen. Ons genetisch materiaal is in 10.000 jaar nauwelijks veranderd en dat betekent een enorme uitdaging voor onze gezondheid. De mens in de oertijd was lang bezig (in beweging) met het verzamelen van voedsel en het lichaam is gemaakt om reserves aan te maken voor tijden van schaarste. Dat maakt ook dat we vooral voorkeur hebben voor zoet en vet. In onze hedendaagse maatschappij wordt 70% van ons voedsel door anderen verzorgd, is bewegen niet vanzelfsprekend meer en hebben we genetisch een kick voor zoet en vet.

Aan een ziekte als diabetes wordt jaarlijks 5 miljard aan gezondheidszorg uitgegeven (exclusief de kosten van bijvoorbeeld het ziekteverzuim dat dit met zich meebrengt).

Het is moeilijk om je gedrag te veranderen en onbewust worden we steeds geconfronteerd met zaken die slecht zijn voor onze gezondheid (Skyfall beste film van dit jaar, maar meeste rookmomenten).

Kies je als overheid voor individuele preventie (het is een eigen keuze) of collectieve preventie? Wolffers zet in op het laatste. Het is van belang om ook de omgeving en leefomstandigheden aan te pakken: integreer beweegmomenten in de wijk, in het leven van mensen. Hij benadrukt dat het belangrijk is om mensen te betrekken. Pas als mensen kennis hebben van het probleem en het gevoel hebben dat het over hen gaat, is er bereidheid om wat te doen aan bijvoorbeeld overgewicht. Het is belangrijk dat in kleine stappen te doen en ook de voedingsindustrie en supermarkten te betrekken.

Een boek dat Ivan aanraadt is '[Salt Sugar Fat. How the Food Giants Hooked Us](#)' van Michael Moss.



**“Wees optimistisch
in je hart, maar
pessimistisch met
je verstand”**

Paul Rosenmöller

Paul Rosenmöller is oud-politicus, programmamaker maar hier als voorzitter Convenant Gezond Gewicht en ambassadeur van Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG). Paul Rosenmöller stelt dat zijn inleiding naadloos aansluit op die van Ivan Wolffers. Er is een relatie tussen leefstijl en chronische ziekten. In Europees verband zijn er initiatieven om meer samenhang te krijgen in het voorkómen hiervan, maar het gebeurt uiteindelijk echter in de wijk. De kunst is om van kortdurend en gefragmenteerd beleid te komen tot langdurig en samenhangend. Rosenmöller schetst kort de vijf succesfactoren van JOGG voor de lokale aanpak: politiek bestuurlijk draagvlak, publiek-private samenwerking, sociale marketing, verbinding preventie en zorg en (wetenschappelijke) begeleiding/evaluatie.

Ter illustratie van de aanpak laat hij een filmpje zien van de wijk Overvecht in Utrecht. Vraag is of JOGG aanpak ook werkt in een regio met gemeenten met veel kleine kernen. Rosenmöller vindt van wel, in dat geval kunnen gemeenten ook samenwerken met buurgemeenten. Net als Wolffers benadrukt hij dat de omgevingsfactoren belangrijk zijn: veilige routes, gezonde kantines, aanbieden van gezonde keuzes. In deze regio ligt een mooie uitdaging om bijvoorbeeld met de zaadbedrijven verbonden te sluiten. Het blijft echter duwen, trekken en sleuren, maar ook Rosenmöller is optimistisch, omdat ook een multinational als Unilever constateert dat er een niet te stuiten hang naar gezondheid is in de maatschappij.

“Strijd overgewicht win je alleen als iedereen meedoet”



Interviewsessie met Ben Blonk (Schagen), Elly Deutekom (Opmeer) en Christiaan Kwint (Heerhugowaard)

Gabrielle Geerdink, adjunct directeur GGD, bevroegt de wethouders hoe zij op lokaal niveau invulling geven aan het thema 'Kom in beweging'. Ben Blonk geeft aan dat Schagen het programma 'Ik lekker fit' heeft. Schagen is geen JOGG-gemeente, maar het programma heeft wel veel kenmerken hiervan. In Opmeer wordt gewerkt met 'athletic skills' waarbij kinderen, door kennismaking met andere sporten, hun talenten in de eigen sport verbeteren. Daarnaast kent Opmeer 'Bewegen op recept' dat samen met de 1e lijn aangeboden wordt. Het is belangrijk om de raad goed te betrekken. Christiaan Kwint doet vooral een oproep om de krachten te bundelen: het zou

mooi zijn om in 2016 overal een JOGG aanpak te hebben in Noord-Holland Noord. Elly Deutekom denkt dat op NHN-niveau vooral de kracht zit om samen het bedrijfsleven te verleiden en te laten participeren. Ben Blonk geeft aan dat hij al met de AH in Callantssoog spreekt over mogelijkheden tot samenwerking. Christiaan Kwint zag al een verandering toen hij in zijn gemeente bij de kassa van de supermarkt snoeptomaatjes zag staan in plaats van snoep en koek.

Na deze interviews volgde een [filmpje over de samenwerking](#) tussen partijen waaruit mooi het '1+1=3 effect' blijkt. In Overvecht bleek dat de zorgkosten voor Achmea met 4% daalden.



Paneldiscussie

Lucretia d’Fonseca is directielid bij GGZ Noord–Holland–Noord, en pleit ervoor de krachten te bundelen. Kirscha de Vries is preventiecoördinator bij Omring en is enthousiast over de Utrechtse aanpak, vooral de samenwerking met de zorgverzekeraars, gemeenten en zorgaanbieders. Zij pleit ervoor dit te omarmen en van daaruit verder te gaan. Peter de Baat (wethouder Alkmaar) onderschrijft dit van harte, ook de suggestie die Rosenmöller deed om de zaadveredelingsbedrijven te betrekken omarmt hij.

Ook Michiel Pijl (wethouder Hoorn) denkt dat je gezond gedrag in de eigen omgeving van kinderen kunt stimuleren door slimme verbanden te leggen. D’Fonseca benadrukt wel dat we niet alleen aan symptoombestrijding gaan doen, er is een duidelijke relatie tussen overgewicht en sociaal economische status: kijk vooral welke problematiek er achter zit. De Baat denkt dat we van GGZ nog veel kunnen leren op het gebied van e–health, zij zijn daar ver mee. Zou dit ook in te zetten zijn bij overgewicht?

Nico Plug (directeur GGD) waarschuwt om niet te veel energie verloren te laten gaan in losse projecten maar voor een samenhangend programma te gaan. Het Preventieprogramma NHN bundelt al krachten van zorgaanbieders, de Rabobank ondersteunt het alcoholproject.



Het panel is het eens dat de zorgverzekeraars een steeds belangrijker partner worden. Vanuit de zaal wordt door mevrouw Groot gepleit om dit samen op te pakken. Peter de Baat geeft aan dat de zorgverzekeraars ook al hebben aangegeven deze uitdaging aan te willen gaan. Zij zijn zoekend naar hun rol, zij kennen de wijk of gemeente niet, daarvoor hebben ze de gemeenten en GGD nodig. D’Fonseca geeft aan dat preventie veelal niet interessant is voor zorgverzekeraars. Plug vult aan dat dat jammer is want de jeugdgezondheidszorg levert veel op. Een recent onderzoek noemt bijvoorbeeld een opbrengst van 11 euro voor elke euro die wordt geïnvesteerd. Vanuit de zaal geeft de heer Van der Noordaa (ZONH) de tip om goed te kijken naar beleid van zorgverzekeraars, dat wordt vaak elders in het land gemaakt: wat zijn de beleidsspeerpunten van de inkoop, haak daar op aan.

Door één van de aanwezige raadsleden wordt aangegeven dat we niet te veel en te lang over geld moeten spreken, er kan al heel veel gebeuren op wijkniveau bij de inrichting. De heer Kuipers geeft aan dat in Medemblik de zorgverzekeraar al participeert in de proeftuin ouderen.

Participatie van bewoners is essentieel om hen te verleiden tot gezond gedrag. Gabrielle Geerdink geeft als pannel leider aan dat het opmerkelijk is dat niemand met beperkingen in wet– of regelgeving is gekomen, en dat wij blijkbaar geloven het samen te redden. Zij bedankt de panelleden.

Michiel Pijl sluit als voorzitter deze ochtend af in de hoop dat het enthousiasme dat hij vanochtend heeft gezien wordt vastgehouden. Het AB van de GGD vergadert vanmiddag verder en gaat met deze input vers in het hoofd aan de slag. Pijl vermoedt dat deze ochtend een vervolg zal krijgen om u te laten weten hoe we er mee verder zijn gegaan. Hij nodigt iedereen van harte uit voor de actieve lunch: gezond en met de nodige activiteiten om letterlijk in beweging te komen.



Colofon

Verslag van de Themadag 'Kom in Beweging' op 25 september 2013 in Schagen.

Tekst Yvonne Koopen, GGD Hollands Noorden

Fotografie en opmaak Tjeerd Kuiper, GGD Hollands Noorden
communicatie@ggdhn.nl

Met dank aan het Scagon Theater, Omring Thuiszorg, Sportservice Noord-Holland, GGZ Noord-Holland-Noord.