

Actieplan 2020-2025
“Gezonde gemeente”

INHOUDSTAFEL

1. Inleiding/ uitgangspunten	4
2. Cijfergegevens gemeente Zwevegem	7
3. Voeding, beweging en sedentair gedrag.....	8
3.1. Sportieflex.....	8
3.2. Sportkompas.....	8
3.3. Life time sportbeoefening in functie van optimalisatie van de gezondheid	9
3.4. Gezonde voeding en drank tijdens vakantiewerking	9
3.5. De Fietsbieb	10
3.6. Receptenboek.....	10
3.7. Kookworkshops/ winkeloefening	11
3.8. Gezonde voeding op school	11
3.9. 10.000 stappen project.....	12
3.10. Sport Na School	12
4. Gezondheid en milieu	13
4.1. Acties rond gezond binnenmilieu.....	13
4.2. Infosessie rond stoken (hout verbranden en fijn stof).....	14
4.3. Educatief pakket rond fijn stof + fijn stof meter	14
4.4. Campagne rond asbest verwijdering.....	15
4.5. Warme dagen	16
4.6. Bescherming zonnebrand.....	16
4.7. Gezondheidstoets.....	17
4.8. Fietspaden	17
4.9. Deelmobiliteit	18
4.10. Autoluwe zondagen.....	18
5. Valpreventie	20
5.1. Week van de valpreventie.....	20
5.2. Comfortabele voetpaden	20
6. Vaccinaties	22
6.1. Consultatiebureau Kind & Gezin / Wiegwijs.....	22
6.2. Vaccinatiecampagne COVID-19	22
6.3. Griepvaccinatiecampagne	23
7. Geestelijke gezondheid	24
7.1. 10-daagse van de geestelijke gezondheid.....	24
7.2. Gewoon Geestig	24
7.3. Soep met babbeltjes.....	25

7.4.	Warme gemeente/ Warme William	25
7.5.	Projectdossier: versterken mentaal welbevinden bij kinderen en jongeren	25
7.6.	Ontmoetingsmomenten en oudercafées in Huis van het Kind	26
7.7.	Intergemeentelijke lokale preventiewerking	26
7.8.	Emotiekoffers	27
7.9.	Geluksdriehoek.....	28
7.10.	Samenwerking eerstelijnspsychologen	29
8.	Preventie tabak, alcohol en andere drugs	30
8.1.	Acties vanuit onderwijs	30
8.2.	Alcoholgebruik bij ouderen	31
8.3.	Generatie rookvrij.....	31
8.4.	Drugspreventie bundel: AJ VAN'T PADJE ZI GEROAKT	32
8.5.	Link lokale preventiewerking.....	32
9.	Bevolkingsonderzoeken	33
9.1.	Bevolkingsonderzoek borstkanker	33
9.2.	Bevolkingsonderzoek dikkedarmkanker.....	33
9.3.	Bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker	34
10.	Overkoepelende projecten.....	35
10.1.	Hartveilige gemeente	35
10.2.	Dementievriendelijke gemeente	35
10.3.	Tuutjesboom/ mondhygiëne	36
10.4.	Gehoorbescherming.....	36

1. Inleiding/ uitgangspunten

Gezond leven wordt met de dag belangrijker. Wat is de taak van het lokaal bestuur hierin? Streven naar een beleid dat iedereen kansen biedt en stimuleert om gezond te leven in een gezonde omgeving. Een gezonde geest in een gezond lichaam voor onze inwoners. Het meerjarenplan 2020-2025 Lokaal Bestuur Zwevegem, dat werd goedgekeurd in de gemeente en OCMW-raad in december 2019, vormt de kapstok van en voor het beleid voor deze legislatuur. Het meerjarenplan is opgebouwd rond 12 beleidsdoelstellingen die samen 34 actieplannen en 106 acties omvatten.

Binnen de beleidsdoelstelling 6 – Warm Zwevegem – werd het actieplan Gezonde Gemeente opgenomen.

Actie AC624

Actieplan Gezonde Gemeente: We maken een actieplan “Gezonde Gemeente” (i.s.m. LOGO), organiseren met de sportdienst regelmatig bewegingscampagnes onder het motto “bewegen is gezond”, maken een geïntegreerd actieplan tegen drugs-, alcohol- en tabaksmisbruik (met regelmatige politiecontroles op risicoplekken) en creëren een platform voor samenwerking met instellingen die werken rond psychosociale zorg (verspreiden laagdrempelige informatie met overzicht van het totaalaanbod rond psychosociale zorg).

Dit actieplan is **niet ‘eindig en allesomvattend’ ook niet statisch maar in tegendeel dynamisch**. Er kunnen nog nieuwe acties bijkomen. De diensten en medewerkers van het lokale bestuur en onze partners zijn dagelijks bezig met bestaande acties en nieuwe acties in kader van de gezondheid (op alle vlak) van onze inwoners.

Binnen onze samenwerkingsovereenkomst met Logo Leieland worden we jaarlijks ondersteund om verschillende acties rond gezondheid uit te werken. Ook voor nieuwe projecten worden we door Logo Leieland ondersteund waar nodig.

Ook participeren we aan het **Charter en format “Gezonde Gemeente”**, een initiatief van het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie i.s.m de Vlaamse Logo’s (lokaal gezondheidsoverleg), VAD (expertisecentrum rond alcohol en drugs) en de VVSG (Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten). Met het Charter ‘Gezonde Gemeente’ willen we inzetten op een goede gezondheid voor iedereen. (zie bijlage 1)

- *Zwevegem vindt een goede gezondheid voor iedereen belangrijk. Gemeente Zwevegem engageert zich om tijdens deze legislatuur 2019 - 2024 verder werk te maken van een samenhangend gezondheidsbeleid. Dit beleid biedt iedereen, en de meest kwetsbaren in het bijzonder, kansen en stimuleert hen om gezond te leven in een gezonde omgeving. Het gaat over een gezonde publieke ruimte, toegankelijke zorg- en welzijnsvoorzieningen, gezonde wijken en woningen, een gezond klimaat en veiligheid. Ons streefdoel is dat in onze gemeente de gezonde keuze de meest makkelijke keuze wordt.*
- *Zwevegem geeft hiermee niet alleen uitvoering aan de eigen lokale ambities maar helpt tegelijk mee aan de realisatie van de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen en de internationale duurzame ontwikkelingsdoelstellingen van de Verenigde Naties.*



- *Zwevegem kan hiervoor beroep doen op het Lokaal Gezondheidsoverleg Leiland en de inhoudelijke en communicatieve ondersteuningsmaterialen van Gezonde Gemeente. Om deze samenwerking te concretiseren hebben Zwevegem en Logo Leiland een samenwerkingsovereenkomst afgesloten. De samenwerkingsovereenkomst kan worden uitgebreid met andere partners zoals het Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG).*
- *Daarnaast kunnen het Logo, het CGG en Zwevegem beroep doen op verschillende Vlaamse expertisecentra zoals het Vlaams Instituut Gezond Leven, het Vlaams expertisecentrum voor Alcohol en andere Drugs (VAD) en de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten (VVSG).*

Binnen het charter 'Gezonde Gemeente', dat Zwevegem ondertekende in mei 2019 wordt verwezen naar de toen geldende **zeven Vlaamse gezondheidsdoelstellingen**. Deze gezondheidsdoelstellingen nemen we als basis om van te vertrekken voor ons actieplan gezondheid. We koppelen de verschillende acties aan één van deze gezondheidsdoelstellingen.

- **Voeding, beweging en sedentair gedrag**
 - *Meer mensen in beweging brengen en met een gezond gewicht (gezonde voeding)*
- **Gezondheid en milieu**
 - *Informeren en adviseren over de invloed van milieu op gezondheid*
- **Valpreventie**
 - *Minder ongevallen in de privésfeer*
- **Vaccinaties**
 - *Een kwaliteitsvol vaccinatiebeleid in Vlaanderen*
- **Geestelijke gezondheid**
 - *Meer veerkrachtige mensen (actieplan warme gemeente)*
- **Preventie tabak, alcohol en andere drugs**
 - *Minder rokers, drug- en alcoholgebruikers*
- **Bevolkingsonderzoeken naar kanker**
 - *Toeleiden naar bevolkingsonderzoeken*

De acties die we niet specifiek onder één van bovenstaande gezondheidsdoelstellingen kunnen thuisbrengen werden toegevoegd onder het luik 'overkoepelende projecten'.

Verder is Zwevegem sinds 2019 een **Warme Gemeente**. Met Warme Gemeente Zwevegem willen we focussen op universele preventie bij kinderen en jongeren tussen 0 en 24 jaar. Als Lokaal bestuur zijn we daarbij de motor om ouders en partners te ondersteunen en versterken bij de inzet op het thema mentaal welbevinden. In augustus 2019 werd de ingediende aanvraag voor Warme Gemeente goedgekeurd. Binnen de stuurgroep van Huis van het Kind werden de krijtlijnen vastgelegd alsook werd de keuze gemaakt om in het kader van participatie een bevraging uit te voeren. 90 ouders, 71 jongeren en 10 partners werden

hierbij bevestigd. Met deze resultaten werd aan de slag gegaan op de startvergadering van 10 september 2020.

Dit doen de gemeenten door te werken aan 8 pijlers om veerkracht te versterken:

1. Besteed aandacht aan de basisbehoeften en rechten van kinderen en jongeren
2. **Moedig een warme, ondersteunende opvoeding aan**
Waardering, kans om eigen keuzes te maken, leren uit fouten, ervaren van grenzen.
3. **Ondersteun de persoonlijke ontwikkeling**
Ik mag nieuwe dingen proberen, talenten ontdekken, zelfvertrouwen ontwikkelen.
4. Creëer verbondenheid tussen kinderen, jongeren en hun omgeving
5. Maximaliseer kansen op fysieke gezondheid
6. **Maak kwetsbaarheid bespreekbaar in een veilige omgeving**
Ik kan praten over positieve en negatieve emoties en mag mijn kwetsbaarheid tonen.
7. Zorg dat kinderen en jongeren makkelijk de weg naar hulp vinden
8. Betrek kinderen en jongeren bij het beleid

De pijlers in het vet zijn de pijlers waar Zwevegem de nadruk op legt, deze werden bepaald op basis van de bevraging en bevestigd op de startvergadering van 10 september 2020. Verder willen we algemeen promotie maken en de Zwevegemse bevolking sensibiliseren over het belang van geestelijke gezondheid. Dit mede door de Warme William campagne die ook gekoppeld is aan Warme Gemeente.

Actieplan Warme Gemeente Zwevegem kan je vinden in bijlage 2. Het actieplan werd gefinaliseerd in 2021 maar is ook niet eindig en allesomvattend. Er komen geregeld acties bij. Ook door bijvoorbeeld extra subsidiemogelijkheden kan er op bepaalde pijlers meer of extra worden ingezet.

Om te komen tot het actieplan 'Gezonde Gemeente' werd **samengewerkt en input gevraagd** van verschillende diensten, werkgroepen, stuurgroepen en adviesraden, namelijk:

- Dienst samenleving
- Werkgroep gezonde levensstijl (vanuit actieplan armoede ifv kookworkshops, soep met babbeltjes, ...)
- Adviesraad Gezins- en welzijnsbeleid
- Stuurgroep Huis van het Kind (pijler sociale cohesie, mentaal welbevinden, preventieve gezondheidszorg en opvoedingsondersteuning (gezond opvoeden)
- Stuur- en werkgroep Warme gemeente – Warme William
- Dienst vrije tijd (Jeugd en Sport)
- Dienst Ruimte en Omgeving
- Dienst Klimaat en Milieu
- Dienst Mobiliteit

2. Cijfergegevens gemeente Zwevegem

- In bijlage 3 kan je de presentatie van de gezondheidscijfers voor Zwevegem terugvinden: dit is een overzicht van alle beschikbare gezondheidscijfers voor Zwevegem. Het overzicht werd opgemaakt door Logo Leieland op 10 juli 2021.
- Ruimere kenmerken van de gemeente zijn terug te vinden in de gemeentemonitor: [Zwevegem | Gemeente-Stadsmonitor \(vlaanderen.be\)](#)

3. Voeding, beweging en sedentair gedrag

Meer mensen in beweging brengen en met een gezond gewicht (gezonde voeding).

Vanuit de gezondheidscijfers (2021) zien we dat binnen Zwevegem bijna de helft van de inwoners niet wekelijks aan sport doet. Binnen Zwevegem hebben er 60 op 1000 inwoners diabetes, dit cijfers ligt hoger dan het Vlaamse gemiddeld (56 op 1000). Daarom zetten we in op onderstaande acties.

3.1. Sportieflex

Omschrijving

Flexibel sportabonnement voor mensen die nog niet de weg naar een sportclub vonden. Via dit abonnement kan men proeven van verschillende plaatselijke sportdisciplines aangeboden door sportclubs.

Voor wie

Voor inwoners die zich niet willen binden aan een sportclub en liever vrij proeven van verschillende sporttakken maar ook voor wie op zoek is naar een geschikte sportclub.

Doel

Mensen aanzetten tot sportbeoefening gericht op life time bewegen

Trekker en partners

Trekker: sportdienst

Partner(s): sportclubs en de sportfederatie Sportievak

Termijn

Jaar: 2020-einde legislatuur

Duur: 2020-einde legislatuur

3.2. Sportkompas

Omschrijving

Het sportkompas is een oriëntatie-tool die kinderen van 8 – 10 jaar helpt bij het maken van een goede sportkeuze.

Voor wie

Kinderen van 8 – 10 jaar (3^{de} – 4^{de} leerjaar).

Doel

Een juiste sportkeuze draagt bij tot een meer duurzame sportbeleving. Als kinderen een sport kiezen vanuit hun eigen kunnen en motivatie, dan beleven ze er meer plezier aan en kunnen ze ook genieten van de vooruitgang die ze boeken. Dit draagt bij tot hun welzijn en een blijvende gezonde levensstijl.

Trekker en partners

Trekker: Sportdienst Zwevegem

Partner(s): Sportkompas

Termijn

Jaar: 2020 - 2021

Duur: 1 jaar

3.3. Life time sportbeoefening in functie van optimalisatie van de gezondheid

Omschrijving

Het lokaal bestuur werkt een eigen programma (acties of activiteiten) uit naar verschillende doelgroepen toe en richt hiervoor waar nodig overlegstructuren op zoals bv. een G-sportplatform, een senioren beweegplatform.

Het lokaal bestuur ondersteunt ook initiatieven van andere aanbieders op zowel financieel, logistiek als deskundig vlak.

Voor wie

Doelgroepen waarnaar bijzondere aandacht uitgaat in deze legislatuur zijn de werknemers in Zwevegem (bedrijvensport), personen met een beperking (G-sportplatform en SportiG), senioren (senioren beweegplatform), lagere school kinderen (Sportkompas), jongeren (Win the moving game), niet-sporters (Sportieflex) en kansarme groepen.

Doel

Met het sportbeleid, als onderdeel van het algemeen welzijnsbeleid, wenst het lokaal bestuur zoveel mogelijk inwoners van Zwevegem zo veel mogelijk te laten sporten in zo goed mogelijke, kwaliteitsvolle omstandigheden. Dit kadert in het streven naar een optimale volksgezondheid.

Trekker en partners

Trekker: sportdienst

Partner(s): sportclubs, andere gemeentebesturen, hogere overheid, private sportaanbieders,...

Termijn

Jaar: 2020 – einde legislatuur

Duur: 2020- einde legislatuur

3.4. Gezonde voeding en drank tijdens vakantiewerking

Omschrijving

Tijdens de vakantiewerking wordt gezorgd voor elke dag een stuk fruit, water (geen sapjes meer) en wordt er elke dag (de mogelijkheid tot) een warme maaltijd voorzien.

Voor wie

Kinderen van de vakantiewerking

Doel

Gezonde voeding tijdens vakantiewerking

Trekker en partners

Trekker: jeugddienst

Partner(s): sportdienst

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: onbekend

3.5. De Fietsbieb

Omschrijving

De Fietsbieb is een project van beweging.net. De fietsbieb draait vooral op de inzet van vrijwilligers, actief in de lokale uitleenpunten. Ook in Zwevegem is er een uitleenpunt, dus hebben we een fietsbieb. Iedereen kan terecht bij de fietsbieb. Bij de fietsbieb kan je kinderfietsen goedkoop lenen. Met een abonnement van €20 en een waarborg van €20 mag je één jaar lang een kinderfiets gebruiken. Tijdens dat jaar mag je die fiets bovendien inruilen voor een groter exemplaar of voor een ander model uit het aanbod. De fietsbieb van Zwevegem heeft ook een aanbod van volwassen fietsen.

Voor wie

Kinderen tot 12 jaar – ook uitbreiden naar fietsen voor volwassenen.

Doel

Elk kind heeft een fiets op maat. Iedereen, ook volwassenen aanzetten om samen te fietsen, te bewegen. Algemeen promoten van het fietsgebruik.

Trekker en partners

Trekker: Beweging.net

Partners: Huis van het Kind, lokaal bestuur Zwevegem

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: onbepaalde duur

3.6. Receptenboek

Omschrijving

Er werd een receptenboek uitgewerkt vanuit de dienst Samenleving. Er staat telkens 1 gerecht per maand in het receptenboek. Er wordt gewerkt met seizoensgebonden ingrediënten. Het receptenboek is toegankelijk geschreven, werd verdeeld aan de cliënten van de voedselbank, de deelnemers van de kookworkshops, ...

Voor wie

Cliënten OCMW, Ubuntux8K, bezoekers Food4All en Surplus+vzw, mensen in armoede.

Doel

Iedereen heeft de mogelijkheid om een gezonde maaltijd te bereiden op basis van laagdrempelige recepten. Leren koken met seizoensgebonden ingrediënten en voor een democratische prijs.

Trekker en partners

Trekker = Dienst samenleving

Partners: Groep Ubuntux8k, sociale dienst OCMW, Food4All, Surplus+vzw.

Termijn

Jaar: 2020- 2021

Duur: 2020-2021

3.7. Kookworkshops/ winkeloefening

Omschrijving

In samenwerking met onderstaande partners, worden jaarlijks kookworkshops georganiseerd voor kwetsbare personen.

Voor wie

Cliënten OCMW, Ubuntu, bezoekers Food4All en Surplus+vzw, mensen in armoede.

Doel

Iedereen heeft de mogelijkheid om een gezonde maaltijd te bereiden op basis van laagdrempelige recepten.

Leren op een goedkope en gezonde manier boodschappen doen.

Trekker en partners

Trekker = Dienst samenleving

Partner: Groep Ubuntu8k, sociale dienst, Food4All, Surplus+vzw, logo leieland.

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: onbepaald

3.8. Gezonde voeding op school

Omschrijving

Vanuit het lokaal bestuur gaan we opzoek naar een partner die gezonde voeding kan leveren aan onze scholen. We kiezen voor een partner die voldoet aan onderstaande criteria.

Gevarieerd eten, duurzaamheid (alle groenten die geserveerd worden zijn lokaal geteeld), korte keten, gezond en dagvers.

Voor wie

Leerlingen en leerkrachten van de Zwevegemse scholen.

Doel

Gezonde voeding op school.

Trekker en partners

Trekker: Dienst onderwijs/ dienst aankopen

Partner(s): Gekozen catering bedrijf

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: onbepaald

3.9. 10.000 stappen project

Omschrijving

Het idee achter het project '10.000 stappen' is eenvoudig: volwassenen voor wie de drempel naar sport te groot is, kunnen toch een actieve levensstijl opbouwen en gezondheidsvoordelen bekomen door dagelijks 10.000 stappen te zetten of 8000 stappen voor ouderen (>65 jaar). In 2021 stapte het lokaal bestuur Zwevegem in op het project 10.000 stappen elke stap telt om ervoor te zorgen dat de Zwevegemnaar meer gaat bewegen. Jaarlijks wordt er ingezet op nieuwe initiatieven. In 2021 zijn we gestart met bewegwijzering, in 2022 staan beweegvriendelijke routes op de planning.

Voor wie

Elke inwoner van Zwevegem

Doel

Zwevegemnaren aanzetten en aanmoedigen tot meer bewegen. Dit aan de hand van bewegwijzering, aangeven hoeveel stappen het van plek A naar plek B is, om aan te moedigen om te voet te gaan of met de fiets (ook het aantal minuten staat aangeduid), aan de hand van posters de bevolking aanmoedigen om te voet naar de lokale handelaar te gaan, aan de hand van andere nudging methodieken (sjablonen op de parking, sjablonen aan de bushalte 'stap eens een halte vroeger af, want elke stap telt') de bevolking aansporen om mee te bewegen en om dagelijks aan 10.000 stappen te komen.

Trekker en partners

Trekker: Dienst samenleving, Dienst sport

Partner(s): Logo Leieland, Sport Vlaanderen, Vlaams Instituut Gezond Leven

Termijn

Jaar: 2021, 2022

Duur: 2021 - 2024

3.10. Sport Na School

Omschrijving

Jongeren aanmoedigen om kennis te maken met verschillende sporten aan een voordelig tarief. Om er zo voor te zorgen dat ze zich gaan inschrijven of aansluiten bij een sportclub, waardoor ze meer bewegen.

Voor wie

Jongeren (secundair onderwijs)

Doel

Jongeren aanmoedigen om meer te bewegen en nieuwe sporten te ontdekken

Trekker en partners

Trekker: Dienst sport

Partner(s): Sport na School

Termijn

Jaar: 2020-2024

Duur: onbepaald

4. Gezondheid en milieu

Informeren en adviseren over de invloed van milieu op gezondheid

- 42% van de bevroegde inwoners (zie overzicht gezondheidscijfers Zwevegem 2021) vindt het **niet veilig** om te fietsen in Zwevegem. 29% vindt het wel veilig. Daarnaast vindt 31% van de bevroegde inwoners dat er **voldoende fietspaden** zijn terwijl 49% dit **niet** vindt. 39% vindt ook dat de fietspaden **niet in goede staat** zijn. De voetpaden worden dan weer iets beter gescoord t.o.v. het Vlaamse gemiddelde beoordeeld. 52% van de bevroegde inwoners vindt dat de voetpaden in goede staat zijn, 24% vindt dit niet.
 - 14% van de bevroegde inwoners vindt dat er onvoldoende aanbod **groen** aanwezig is in de buurt. 12% van de bevroegde inwoners vindt dat er onvoldoende aanbod groen is in Zwevegem. 75% vindt wel dat er voldoende groen aanwezig is in de buurt, 73% op grondgebied van Zwevegem. 74% is tevreden over de natuur-en groenvoorzieningen in Zwevegem en dat is een grote stijging van 2020 t.o.v. 2017. Bijna alle inwoners hebben vlotte toegang tot woongroen (100% -op 150m) en buurtgroen (95,1% -op 400m). Slechts 17,36% heeft ook toegang tot **wijkgroen** (800m) wat een stuk lager ligt dan de gemeenten binnen de Belfius cluster.
 - Zwevegem zit vooral in het centrum in een rode zone wat betreft **hitte kwetsbaarheid**. Het opstellen van een **warmte actieplan** lijkt aangewezen, alsook het meenemen van ontharding, aanwezigheid van voldoende groen, enz.
 - De luchtkwaliteit en verkeersgeluid scoort niet slecht in vergelijking met de rest van Vlaanderen.
 - 66% van de inwoners vinden dat er voldoende speelvoorzieningen zijn voor kinderen tot 12 jaar.
- **Veiligheid** om te fietsen en voldoende **fietspaden** die daarnaast ook in goede staat zijn kunnen nog een duwtje in de rug gebruiken.

4.1. Acties rond gezond binnenmilieu

Omschrijving

Actieweek gezond binnenmilieu in samenwerking met Logo Leieland.

Waarom een gezond binnenmilieu zo belangrijk is? Wist je dat we gemiddeld 85% van onze tijd binnenshuis doorbrengen, vooral in onze eigen woning? En dat de lucht binnenshuis vaak meer schadelijke stoffen bevat dan buiten? Op korte termijn kan men, door veel tijd binnen door te brengen, kampen met luchtwegaandoeningen, hoofdpijn, astma en allergieën. Zowel kinderen, ouderen als zwangere vrouwen en mensen met een luchtwegprobleem zijn gevoeliger aan binnenmilieuproblemen.

Vanuit de dienst willen wij dat elke inwoner een behoorlijke huisvesting heeft als basisrecht. Ook is het een fundamenteel recht om 'gezonde lucht' in te ademen. 60% van onze woningen zijn gebouwd van voor 1970 en voldoen niet meer aan de huidige eisen rond gezondheid, comfort en energie-efficiëntie. Bovendien zou 37% van de woningen met vochtproblemen kampen, te weinig licht, overbezetting en afwezigheid van sanitair zoals bad, douche of toilet met lopend water. (cijfers = Belgische bevolking)

Voor wie

Voor elke inwoner van Zwevegem en deelgemeentes maar vooral de kwetsbare doelgroep.

Doel

De mensen duidelijk maken dat je door verluchten van de woning al heel wat problemen kan oplossen. Dat je hierdoor ook zorgt voor een beter en gezonder binnenmilieu.

Trekker en partners

Trekker: Dienst woon- en leefomgeving

Partner(s): Logo Leieland + de verschillende partners die er willen aan deelnemen: OCMW, CAW, SVK en SHM, ...

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: Onbepaald

4.2. Infosessie rond stoken (hout verbranden en fijn stof)

Omschrijving

Bij houtverbranding komen veel schadelijke stoffen vrij. Houtverbranding produceert meer fijn stof dan het wegverkeer. De luchtvervuiling door houtverbranding is het ergst in de winter. Om de luchtkwaliteit te verbeteren geeft de Vlaamse Milieumaatschappij (VMM) op bepaalde dagen het advies om zo weinig mogelijk hout te verbranden ('stookadvies'). <https://www.vlaanderen.be/stook-slim-en-vermijd-luchtvervuiling> en <https://www.gezondleven.be/themas/gezondheid-en-milieu/gezond-binnen/andere/stoken>. Via sensibiliseringscampagnes willen we hier de Zwevegemse bevolking van bewust maken. Ook werd er op 30 september 2021 een infosessie rond stoken georganiseerd. Hier willen we blijven op inzetten.

Voor wie

Voor alle inwoner van Zwevegem

Doel

Sensibilisering van de Zwevegemse bevolking rond stoken, wat mag je stoken wat niet, welke houtsoorten zijn ok, welke niet. Sensibilisering gevaren van fijn stof.

Trekker en partners

Trekker: Milieudienst

Partner(s): Velt, Logo Leieland,

Termijn

Jaar: 2021

Duur: Onbepaald

4.3. Educatief pakket rond fijn stof + fijn stof meter

Omschrijving

Bedoeling om de kinderen van de Zwevegemse scholen mee te betrekken in sensibilisering rond fijn stof, wat is fijn stof, hoe kan je het meten, hoe gezond is de lucht rondom de school.

Voorzitter Mina-raad: deelt pakketten uit aan 10 scholen binnen Zwevegem, in het pakket zit materiaal waarmee je de hoeveelheid fijn stof kan opmeten in de omgeving. Verder ook info om hier mee aan de slag te gaan in school.

Verder is er ook het project van Belfius en Airscan waar een Zwevegemse school aan deelneemt. Het project zet in op het meten en verbeteren van de luchtkwaliteit in en rond de Belgische scholen.

[https://www.belfius.be/about-us/dam/corporate/press-room/press-](https://www.belfius.be/about-us/dam/corporate/press-room/press-articles/downloads/nl/2020/Persbericht%20Belfius%20CO2logic%20Airscan%2028%2008%202020.pdf)

[articles/downloads/nl/2020/Persbericht%20Belfius%20CO2logic%20Airscan%2028%2008%202020.pdf](https://www.belfius.be/about-us/dam/corporate/press-room/press-articles/downloads/nl/2020/Persbericht%20Belfius%20CO2logic%20Airscan%2028%2008%202020.pdf)

<https://www.airscan.org/news/clean-air-for-our-kids-nl>

Voor wie

Zwevegemse scholen – lagere school/ secundaire school

Doel

Kinderen mee te betrekken in problematiek fijn stof en zelf tot acties en oplossingen te doen komen.

Trekker en partners

Trekker: Mina-raad + lokaal bestuur: klimaat en milieu

Partner(s): Scholen

Termijn

Jaar: 2020 - 2021 - 2022

Duur: Onbepaald

4.4. Campagne rond asbest verwijdering

Omschrijving

Asbest is alleen gevaarlijk als u losse asbestvezels inademt. De vezels zijn niet met het blote oog te zien en kunnen vrijkomen bij de beschadiging van asbesthoudend materiaal, bijvoorbeeld in de vorm van stof. Neem daarom altijd de juiste voorzorgsmaatregelen als u asbest verwijdert. Bij het inademen dringen asbestvezels zeer diep in de longen, wat ernstige ziektes kan veroorzaken. Hoe vaker u wordt blootgesteld aan asbestvezels, hoe meer risico u loopt om ziek te worden. Zeker wie herhaaldelijk in contact komt met hoge concentraties asbestvezels kan een asbestziekte krijgen. In combinatie met roken lopende de risico's door het inademen van asbest sterk op. De genetische gevoeligheid speelt ook een rol en verschilt van mens tot mens. Opgelet: ook een korte blootstelling aan asbestvezels kan gevaarlijk zijn. Maar dat betekent niet dat u sowieso ziek wordt door één keer asbesthoudend stof in te ademen. Vergelijk het met roken: een kettingroker loopt een groter risico op longkanker dan iemand die maar even gerookt heeft.

<https://www.ovam.be/gezondheidsrisicos>

<https://www.gezondleven.be/themas/gezondheid-en-milieu/gezond-binnen/stoffen/asbest#:~:text=Asbestvezels%20zijn%20vooral%20gevaarlijk%20als,ziek%20wordt%2C%20i%20heel%20klein.>

De gemeente plaatst info over de gevaren van asbest op de website. Ook extra info over hoe je asbest kan verwijderen, welke instanties kunnen helpen, ... Ook zet Zwevegem de Vlaamse campagne in de kijker: gratis ophaaldienst van asbestdaken bij landbouwers. Vlaamse campagne: [OVAM start gratis ophaaldienst van asbestdaken bij landbouwers - OVAM](#)

Voor wie

Algemeen voor de Zwevegemse bevolking

Vlaamse campagne: Landbouwers in Zwevegem

Doel

Veiligheid en gezondheid van de bevolking garanderen.

Trekker en partners

Trekker: Lokaal bestuur: woon- en leefomgeving, milieudienst

Partner(s): Imog

Termijn

Jaar: 2021

Duur: onbepaald

4.5. Warme dagen

Omschrijving

Jaarlijks worden we door Logo Leieland ondersteund om tijdens de zomermaanden in te zetten op bewustwording en het belang van veel te drinken tijdens warme zomerdagen maar ook om schaduw op te zoeken, jezelf en je woning koel te houden. Dit doen we vooral aan de hand van posters, flyers, ... Met speciale aandacht voor kwetsbare groepen zoals kinderen en ouderen.

Hieraan gekoppeld willen we in de toekomst ook inzetten op sensibilisering rond klimaatverandering.

Voor wie

De Zwevegemse bevolking

Doel

Sensibilisering belang van drinken, schaduw op te zoeken, jezelf en je woning koel te houden + sensibilisering opwarming van de aarde

Trekker en partners

Trekker: Dienst samenleving, dienst eerstelijnszorg

Partner(s): Logo leieland

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: onbepaald

4.6. Bescherming zonnebrand

Omschrijving

Jaarlijks worden we door Logo Leieland ondersteund om met de komst van de eerste zon en de zomermaanden de bevolking te sensibiliseren rond het beschermen van hun huid tegen de zon. Dit aan de hand van campagnes. Ook binnen de scholen zijn er verschillende campagnes:

https://www.kanker.be/zonneslimme_scholen

In het verleden werd vanuit de jeugddienst beroep gedaan op materiaal van de zonnebrandactie van de provincie. Kinderen worden uiteraard ingesmeerd op de werkingen, er zijn petjes voorzien en we moedigen aan om voldoende water te drinken.

Ook vanuit de sociale dienst worden op regelmatige basis sensibiliseringscampagnes gevoerd voor de cliënten.

Voor wie

De Zwevegemse bevolking

Doel

Sensibiliseren van de bevolking om hun huis te beschermen tegen de zon.

Trekker en partners

Trekker: Over de verschillende diensten heen (onderwijs, jeugd, samenleving, sociale dienst, buurtwerking, Huis van het Kind, ...)

Partners: Logo Leieland

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: doorlopend

4.7. Gezondheidstoets

Omschrijving

Gezondheid wordt niet alleen bepaald door de som van persoonlijke keuzes en genetische factoren. Ook onze omgeving heeft een grote invloed op onze gezondheid. Daarom is het juist zo belangrijk om samen in te zetten om een gezonde publieke ruimte te realiseren. Bij het ontwikkelen van een site of een ruimtelijk uitvoeringsplan (RUP) is het belangrijk om stil te staan bij de impact van dit plan op verschillende gezondheidsindicatoren. Met de gezondheidstoets worden deze gezondheidsindicatoren in rekening gebracht. Het desbetreffende gebied en de ideeën omtrent het gebied zelf worden op een kritische manier beoordeeld op vlak van gezondheid. De gezondheidsindicatoren die hier aan bod komen zijn: walkability, luchtkwaliteit, mobiliteit, gezond leefmilieu, geluid, klimaat en varia. Vooraf wordt er ook nagegaan of er sprake is van een kwetsbare groep in het desbetreffende gebied. Naast de vaststellingen per gezondheidsindicator worden er ook verschillende, geheel vrijblijvende suggesties gegeven over hoe je met bepaalde ingrepen de welbepaalde gezondheidsindicator positief kan beïnvloeden. Deze gezondheidstoets wordt uitgevoerd door Logo Leieland (i.s.m. Leiedal).

Voor wie

Ruimtelijke planners, einddoelgroep is elke inwoner van Zwevegem

Doel

Bij het ontwikkelen van een site of een ruimtelijk uitvoeringsplan (RUP) is het belangrijk om stil te staan bij de impact van dit plan op verschillende gezondheidsindicatoren.

Trekker en partners

Trekker: Logo Leieland

Partner(s): Gemeente Zwevegem, Leiedal

Termijn

Jaar: 2020-2024

Duur: 2020 – einde legislatuur

4.8. Fietspaden

Omschrijving

Uitvoeren (her)inrichten en promoten van fietspaden en -straten. We optimaliseren het Guldenspoorfietspad en richten samen met de Provincie de oversteken met Deerlijkstraat, Otegemstraat, Harelbeekstraat veilig in (= voorrang voor fietsers), voorzien fietszones in het aan te passen circulatieplan Zwevegem centrum, promoten functionele en recreatieve fietsroutes en zetten in op (overdekte) fietsstalplaatsen, ook bij private projecten.

Voor wie

Inwoners van Zwevegem

Doel

Zwevegem fietsveilig te maken

Trekker en partners

Trekker: Dienst mobiliteit

Partner(s):

Termijn

Jaar: 2020 - 2021

Duur: 2020 – einde legislatuur

4.9. Deelmobiliteit

Omschrijving

Zwevegem stelt deelfietsen en deelauto's ter beschikking van haar inwoners.

Voor wie

Voor alle inwoners van Zwevegem

Doel

Gezonde lucht (deelauto's en deelfietsen) + meer bewegen (deelfietsen)

Trekker en partners

Trekker: Dienst Mobiliteit

Partner(s): Leiedal

Termijn

Jaar: 2020-2024

Duur: 2020 – einde legislatuur

4.10. Autoluwe zondagen

Omschrijving

1 keer per maand de inwoners sensibiliseren om geen auto te gebruiken. Hiervoor zal gerichte communicatie opgesteld worden en duidelijke signalisatie. Test periode loopt vanaf april 2022 tot en met oktober 2022

Voor wie

Inwoners van Zwevegem

Doel

Gezonde lucht + gezondheid (sedentair gedrag tegengaan)

Trekker en partners

Trekker: Dienst Mobiliteit

Partner(s): Mina-raad

Termijn

Jaar: 2022

Duur: Test periode van april 2022 tot oktober 2022 nadien evaluatie

5. Valpreventie

Binnen het luik valpreventie verwijzen we graag ook naar ons actieplan toegankelijkheid dat ook in deze legislatuur zal worden uitgewerkt.

5.1. Week van de valpreventie

Omschrijving

Jaarlijks willen we inzetten op bewustwording en sensibilisering van het belang van valpreventie (dit in de week van de valpreventie – eind april). Ondertussen is er ook op de website van de gemeente een pagina aangemaakt waar we onze jaarlijkse acties op vermelden en waar telkens ook info zal bijkomen. Zo staat er voor 2022 een infosessie op het programma waar tips zullen meegegeven worden rond valpreventie. Verder werd er ook een checklist opgemaakt die mensen thuis kunnen gebruiken om na te gaan of hun huis valveilig is. Jaarlijks worden er ook in het woonzorgcentrum tal van activiteiten en campagne gevoerd in de week van de valpreventie.

Voor wie

Oudere bevolking van Zwevegem

Doel

Onder de aandacht brengen van het belang van valpreventie.

Trekker en partners

Trekker: Dienst eerstelijnszorg, dienst samenleving

Partner(s): Logo Leieland

Termijn

Jaar: 2020-2024

Duur: 2020 – einde legislatuur

5.2. Comfortabele voetpaden

Omschrijving

Vanuit Samana en andere ouderverenigingen werden de voetpaden gecontroleerd op toegankelijkheid. Hier gaan we samen met de dienst mobiliteit verder mee aan de slag om de Zwevegense voetpaden veilig en toegankelijk te maken. Ook worden andere organisaties en verenigingen aangemoedigd om knelpuntwandelingen uit te voeren zodat de dienst mobiliteit hiermee aan de slag kan.

Voor wie

Inwoners van Zwevegem, rolstoelgebruikers, mensen met jonge kinderen (ifv buggy gebruik)

Doel

Toegankelijk en veilig maken van de voetpaden in Zwevegem

Trekker en partners

Trekker: Dienst samenleving, dienst mobiliteit

Partner(s): Samana, ouderverenigingen, logo leieland

Termijn

Duur: 2020-2024

Jaar: 2020- einde legislatuur

6. Vaccinaties

6.1. Consultatiebureau Kind & Gezin / Wiegwijs

Omschrijving

Vaccinaties beschermen je kind, je gezin en je omgeving. Tegen heel wat infectieziekten bestaan vaccins. Het is belangrijk om je kind te laten vaccineren, zodat je kind beschermd wordt tegen gevaarlijke infecties.

Kind en Gezin werkt nauw samen met de verschillende diensten binnen Zwevegem: dienst samenleving, dienst burgerzaken, Huis van het Kind, sociale dienst.

Opvolging verplichte vaccinaties door de dienst burgerzaken.

Voor wie

Zwangere vrouwen en ouders van jonge kinderen

Doel

Sensibiliseren/ overtuigen van het belang van de basisvaccinaties.

Trekker en partners

Trekker: Kind & Gezin, dienst burgerzaken

Partner(s): Logo Leieland

Termijn

Jaar: jaarlijkse campagnevoering

Duur: onbepaald

6.2. Vaccinatiecampagne COVID-19

Omschrijving

Vaccinatie is onze belangrijkste troef om te voorkomen dat we ernstig ziek worden of sterven ten gevolge van COVID-19. Om de maatregelen achter ons te laten, is het echter noodzakelijk dat we de vooropgestelde vaccinatiegraad en bijgevolg groepsimmunitet behalen. Zwevegem zet zich in om zo veel mogelijk mensen te overtuigen om zich te laten vaccineren en om iedereen te informeren over de te zetten stappen tot vaccinatie. <https://www.laatjevaccineren.be/vaccinatieteller-cijfers-per-gemeente>

Vaccinatiecijfers Zwevegem: 87,43% werd volledig gevaccineerd. → 21.729 inwoners van de 24.853 werden volledig gevaccineerd.

Voor wie

Iedere inwoner van Zwevegem

Doel

Sensibilisering COVID vaccin.

Trekker en partners

Trekker: Eerstelijnszone

Partner(s): Logo Leieland en Lokaal bestuur

Termijn

Jaar: 2020 - 2021- 2022

Duur: onbekend

6.3. Griepvaccinatiecampagne

Omschrijving

Jaarlijks nemen we deel aan de griepvaccinatiecampagne. Griep treft elke winter gemiddeld 1 op 10 mensen. Meestal genezen ze vanzelf, maar bij sommige risicogroepen kan griep ernstige gevolgen hebben. Elk jaar sterven ook honderden mensen aan de gevolgen van de ziekte.

Een jaarlijkse griepvaccinatie biedt de beste kans om zonder de ziekte de winter door te komen. Ben je gevaccineerd, dan is de kans dat je griep krijgt veel kleiner. Krijg je toch griep, dan word je met een vaccinatie minder ziek en is de kans op complicaties zoals een longontsteking veel kleiner.

Voor wie

De griepvaccinatiecampagne richt zich ieder jaar op specifieke doelgroepen bepaald door de Vlaamse overheid, namelijk:

- gezondheidswerkers
- 65-plussers
- vrouwen die zwanger zijn tijdens het griepseizoen
- chronisch zieken: mensen met een hartziekte, een longziekte, een lever- of nierziekte, een chronische spierziekte of diabetes
- mensen met verminderde weerstand door andere ziekten of door een medische behandeling
- al wie in een woonzorgcentrum, psychiatrische instelling voor lang verblijf of instelling voor personen met een beperking opgenomen is
- iedereen die onder hetzelfde dak woont als deze risicopersonen
- iedereen die zorgt voor kinderen jonger dan 6 maanden

Doel

Sensibilisering rond het nemen van het Griep-vaccin

Trekker en partners

Trekker: Dienst samenleving

Partner(s): Logo Leieland

Termijn

Jaar: jaarlijkse campagnevoering

Duur: onbekend

7. Geestelijke gezondheid

7.1. 10-daagse van de geestelijke gezondheid

Omschrijving

Jaarlijks is er begin oktober de 10-daagse van de geestelijke gezondheid. Hieraan nemen we deel aan de hand van verschillende acties. Bv. de button actie, Warme William in de kijker zetten, communiceren via infopunt over het belang van geestelijke gezondheid, ...

Voor wie

Alle inwoners van Zwevegem

Doel

Sensibilisering belang van geestelijke gezondheid

Trekker en partners

Trekker: Dienst Samenleving

Partner(s): Logo Leieland, Huis van het Kind, buurtwerking

Termijn

Jaar: Gestart in 2019

Duur: 2019 - 2025

7.2. Gewoon Geestig

Omschrijving

Onderzoek wijst uit dat één op vier mensen doorheen het leven een moeilijke periode doormaakt. Op zo'n moment hebben we wel eens een zetje nodig om de draad terug op te pakken, om te werken aan een gezonde geest in een gezond lichaam.

Elk kan op eigen tempo ervaren wat beweging teweegbrengt en vaardigheden en oefeningen uitproberen onder leiding van een psycholoog. Gewoon bewegen, ervaren en ontmoeten.

Voor wie

Voor wie het even moeilijk heeft en de routine even wilt doorbreken.

Doel

Met "gewoon geestig" willen we mensen samenbrengen om op een sportieve, actieve en bewegende manier aan een verbeterde psychische én fysieke gezondheid te werken.

Trekker en partners

Trekker: Dienst sport

Partner(s): psycholoog

Termijn

Jaar: 2021 - 2022

Duur: voorlopig najaar 2020 (kan verlengd worden)

7.3. Soep met babbeltjes

Omschrijving

Vanuit de werkgroep gezonde leefstijl en actieplan armoede werd deze actie opgericht. In kwetsbare buurten willen we ontmoeting en sociale cohesie gaan versterken. De buurtbewoners leren elkaar kennen op een informele manier, bij een tasje soep of een mocktail (bij zomer edities).

Voor wie

Zwevegemse bevolking

Doel

Versterken van ontmoeting, sociale contacten en cohesie in de buurt.

Trekker en partners

Trekker: Werkgroep gezonde leefstijl, buurtwerking

Partners: Groep Ubuntu, sociale dienst, thuiszorgorganisaties, huisvestingsmaatschappijen, verenigingen, organisaties die werken in de buurt, vrijwilligers, logo leieland.

Termijn

Jaar: Eerste keer opgestart in 2020

Duur: 2020-einde legislatuur

7.4. Warme gemeente/ Warme William

Omschrijving

Alle acties rond mentaal welbevinden (zie bijlage 2 actieplan Warme gemeente)

Doel

Veerkracht bij jongeren vergroten/ versterken, van Zwevegem een Warme plek maken waar iedereen kan zijn wie hij wil, waar iedereen een luisterend oor kan zijn voor mekaar (campagne Warme William).

Trekker en partners

Trekker = Dienst Samenleving, Logo Leieland, Huis van het Kind, buurtwerking

Partners: vzw jongerenzorg, Konekti, interne diensten in gemeente zoals vrije tijd, sportdienst, jeugddienst, dienst thuisbegeleiding, jeugdraad..., buurtwerking, bibliotheek, schepenen, Kind en Gezin, vzw Familiezorg, gezinsbonden, Lok en Pamperbank, CLB's, basisscholen, RHIZO College Zwevegem, Kinderopvanginitiatieven, CAW/ JAC, huisartsen

Termijn

Jaar: lopend project

Duur: 2019 - 2025

7.5. Projectdossier: versterken mentaal welbevinden bij kinderen en jongeren

Omschrijving

Versterking van de acties binnen actieplan Warme Gemeente. We haalden in 2021 een projectsubsidie binnen waarmee we nog meer kunnen inzetten op het versterken van het mentaal welbevinden bij kinderen en jongeren na de moeilijke coronaperiode. Dit doen we aan de hand van workshops voor jongeren, sessies signaalherkenning voor ouders, sessie NOKNOK voor jongerenwerkers ('oppeppers voor een tienerhoofd'). Activiteiten organiseren voor de ongeorganiseerde (niet in een jeugdbeweging zitten)

jeugd bv. spelletjesnamiddag in de bib, ruilmarkt op de opendeurdag van Huis van het Kind, ontwikkelen van emotiekoffers voor jongeren.

Voor wie

Ouders, kinderen en jongeren, personen die met jongeren werken, leerkrachten, jeugdwerkers

Doel

Versterken mentaal welbevinden bij kinderen en jongeren + sensibilisering ouders, jeugdwerkers, ...

Trekker en partners

Trekker: Dienst samenleving, Huis van het Kind, buurtwerking

Partner(s): Logo Leieland, Lokale preventiewerker + partners binnen Warme Gemeente

Termijn

Jaar: 2021-2022

Duur: Gekoppeld aan Warme Gemeente: 2019 - 2025

7.6. Ontmoetingsmomenten en oudercafés in Huis van het Kind

Omschrijving

Twee keer per maand is er een ontmoetingsmoment in Huis van het Kind waar elke ouder naar toe kan komen. Dit om mekaar te ontmoeten, om de sociale netwerken van deze ouders sterker te maken, om in te zetten op sociale cohesie. Ook wordt er om de drie maanden een oudercafé georganiseerd in Huis van het Kind, deze samenkomst gaat over een specifiek thema waar dan ook info over gegeven wordt, maar nadien is er voornamelijk tijd om ervaringen uit te wisselen, elkaar te ontmoeten, erkenning te vinden, ...

Voor wie

Ieder gezin in Zwevegem is welkom.

Doel

Ontmoeting, sociaal netwerk versterken, sociale cohesie, leren van mekaar, tips uitwisselen met mekaar.

Trekker en partners

Trekker: Huis van het Kind

Partner(s): sociale dienst, dienst samenleving, LOI, buurtwerking

Termijn

Jaar: opgestart in 2021

Duur: 2021 - onbekend

7.7. Intergemeentelijke lokale preventiewerking

Omschrijving

Sinds 2019 is er een samenwerkingsovereenkomst met Logo Leieland voor een intergemeentelijke preventiewerking. Dit met het oog op de realisatie van de Vlaamse gezondheidsdoelstelling 'De Vlaming leeft gezonder in 2025'.

Er werd gekozen om in de regio Zuid-West-Vlaanderen in eerste instantie te focussen op het thema mentaal welbevinden en dit voornamelijk bij de doelgroep jongeren.

In de afgelopen periode werden reeds diverse regionale en lokale projecten/acties uitgerold. Zo werd bijvoorbeeld in juni 2020 gestart met de uitrol van de regionale campagne 'Kzitermee.be'. Deze campagne wil jongeren (en met uitbreiding ook volwassenen en intermediairs) ondersteunen om de weg te vinden in het grote aanbod van organisaties binnen de geestelijke gezondheidszorg. Daarnaast zet de campagne ook in op taboedoorbreking. Deze twee pijlers werden gekozen op basis van signalen en noden die naar voor kwamen uit de regio. Op regionaal niveau werd binnen dit project een doorverwijswebsite (www.kzitermee.be), een instagrampagina, een Kzitermee-lied, ... ontwikkeld. Daarnaast zette Zwevegem ook reeds in op flankerende acties die tegemoetkomen aan deze doelstellingen. Zo werden bijvoorbeeld doorverwijskaartjes (kzitermee- kaartjes) uitgedeeld aan jongeren. Op dit doorverwijskaartje staan de gegevens van de contactpersoon binnen Zwevegem waarop ze beroep kunnen doen wanneer ze nood hebben aan een babbel. Ook in de toekomst zal Zwevegem verder inzetten op de intergemeentelijke preventiewerking.

Voor wie

In de eerste fase ligt de focus voornamelijk op jongeren (12-25 jaar) + 3^e graad basisonderwijs met als hoofdthema mentaal welbevinden.

Doel

Veerkracht bij jongeren vergroten/ versterken.

Trekker en partners

Trekker = Logo Leieland, dienst samenleving

Partners: Scholen, jeugddienst, buurtwerking, sociale dienst

Termijn

Jaar: lopend project

Duur: 2019-2025

7.8. Emotiekoffers

Omschrijving

Vanuit Huis van het Kind worden er voor verschillende leeftijden emotiekoffers ontwikkeld. Deze koffers kunnen ontleend worden door ouders, leerkrachten, jongeren, professionelen, ... die rond emoties willen werken, of die graag tips willen hoe ze met hun kind of tiener over emoties kunnen praten. In 2021 werd de eerste emotiekoffer ontwikkeld voor leeftijd 0 -3 jaar. In 2022 werd de koffer voor leeftijd 3- 6 jaar en leeftijd 12-16 jaar ontwikkeld. In 2023 staat gepland de koffers voor leeftijd 6-12 jaar te ontwikkelen.

Voor wie

Voor ouders, kinderen, jongeren, leerkrachten, professionelen

Doel

Hiermee willen we inzetten op het leren praten over je gevoelens, aangeven dat het ok is om te praten over je gevoelens, heb je hiervoor tips nodig of handvaten nodig, dan kan je deze in de emotiekoffers vinden en kunnen de koffers je verder op weg helpen.

Trekker en partners

Trekker: Huis van het Kind

Partner(s): Kind & Gezin, bibliotheek, Artevelde Hogeschool, Vives Hogeschool, dienst samenleving, logo leieland

Termijn

Jaar: 2021, 2022, 2023

Duur: 2021 - 2023

7.9. Geluksdriehoek

Omschrijving

Algemeen inzetten op bekendmaking van de geluksdriehoek. Een gelukkig leven... Dat wensen we elkaar allemaal toe. Maar je 'gelukkig voelen' of 'gelukkig zijn': wat is dat precies? Het Vlaams Instituut Gezond Leven verzamelde alle belangrijke wetenschappelijke kennis over geluk. Wat is het? Hoe kun je eraan werken? Met de geluksdriehoek willen we informeren en inspireren. We willen mensen bewuster maken over geluk. En over hoe ze zich gelukkig en goed in hun vel kunnen voelen. We willen hen de weg wijzen over wat ze kunnen doen om zelf aan hun geluksgevoel te werken (www.geluksdriehoek.be). De geluksdriehoek is er gekomen ter aanvulling op de voedingsdriehoek en de bewegingsdriehoek.



Voor wie

De doelgroep van de geluksdriehoek is de algemene bevolking vanaf 3 jaar.

Doel

De driehoek geeft adviezen voor een grote groep mensen: het model is bedoeld om mensen te informeren en te ondersteunen bij het behouden of versterken van hun geluk.

Trekker en partners

Trekker: Dienst samenleving

Partner(s): Logo Leieland, Vlaams Instituut Gezond Leven

Termijn

Jaar: geluksdriehoek is er gekomen in 2021

Duur: doorlopend

7.10. Samenwerking eerstelijnspsychologen

Omschrijving

Zwevegem werkt sinds 2021 samen met een eerstelijnspsychologe. Door deze samenwerking kunnen we kwetsbare mensen doorverwijzen naar hulp en behandeling. Dit voor een kort durende ambulante behandeling voor mensen met een licht tot matige psychische kwetsbaarheid (zoals angst, depressie, ...).

Voor wie

Voor mensen met een psychische kwetsbaarheid op doorverwijzing (vanuit sociale dienst, vanuit kind & gezin, vanuit Huis van het Kind, relevante partners kunnen doorverwijzen.

<https://www.psy Zuid.be/nl/aanbod/eerstelijnspsychologen/volwassenen>

Doel

Kwetsbare mensen toeleiden naar hulp en behandeling.

Trekker en partners

Trekker: Sociale dienst

Partner(s): Dienst samenleving, netwerk GGZ Zuid-West-Vlaanderen, coördinator ELP, Logo Leieland

Termijn

Jaar: gestart in 2021

Duur: 2021 - onbekend

8. Preventie tabak, alcohol en andere drugs

Preventie tabak, alcohol, drugs, gamen en andere verslavingen.

Uit de VAD leerlingen bevraging (2018-2019) zien we een stijging in het aantal uren per week die besteed wordt aan gamen. Met een groot verschil tussen jongens en meisjes, waar de jongeren meer gamen.

8.1. Acties vanuit onderwijs

Omschrijving

Kinderen en jongeren brengen veel tijd door op school. Dit biedt de opportuniteit om in deze context een grote groep (al dan niet alle) kinderen en jongeren te bereiken. Het is belangrijk dat bij de preventie van tabak, alcohol en drugs de aanpak afgestemd is op de leeftijd. Zo zal het werken rond tabak, alcohol en andere drugs in het lager onderwijs een andere aanpak vereisen dan deze in het secundair onderwijs.

Zo zal het bijvoorbeeld niet effectief zijn om een les te geven rond alcohol, tabak of drugs bij de kleinsten van het **basisonderwijs**. Dit zou de aandacht kunnen trekken naar een middel terwijl de kinderen in eerste instantie misschien geen interesse hadden in dat bepaald middel. De focus ligt bij deze doelgroep voornamelijk op het versterken van algemene (sociale) vaardigheden.

Afhankelijk van het thema kan in de laatste graad van het basisonderwijs gekeken worden om verslavingsthema's aan bod te brengen. Hierbij is een goede afweging wel noodzakelijk. Voorlichting rond alcohol kan nuttig zijn maar voorlichting rond tabak wordt echter afgeraden omdat 10-12-jarigen vaak negatief staan tegenover roken. Ook bij deze doelgroep staat het versterken van algemene (sociale) vaardigheden centraal. Ook voor het **secundair onderwijs** zijn de aanbevelingen verschillend per graad.

VAD (Vlaams expertisecentrum voor alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen) ontwikkelde de leerlijn verslavingspreventie. Deze leerlijn biedt preventieve aanbevelingen per leeftijdsgroep: hoe aan de slag gaan rond de thema's, DO's & DON'Ts, ...

Daarnaast ontwikkelde VAD ook diverse lespakketten waarmee leerkrachten zelfstandig aan de slag kunnen gaan om rond deze thema's te werken:

- Vlucht naar Avatar (basisonderwijs)
- LOL zonder alcohol (basisonderwijs)
- Rock Zero (secundair onderwijs)
- PLAY (secundair onderwijs)
- ...

De scholen kunnen ook een [ouderavond](#) aanbieden om ouders te informeren over alcohol, drugs, gamen en gokken.

Voor wie

Leerlingen uit het basis- en secundair onderwijs

Doel

Leerlingen bewust maken van de risico's, niet gebruik aanmoedigen, vaardigheden versterken, ...

Trekker en partners

Trekker: scholen, dienst onderwijs

Partners: VAD, Logo Leieland, dienst samenleving

Termijn

Jaar: 2020-2024

Duur: 2020 – einde legislatuur

8.2. Alcoholgebruik bij ouderen

Omschrijving

Woonzorgcentra, dienst eerstelijnszorg, lokaal bestuur, de huisartsen, ... willen meer inzetten op het preventief werken rond alcoholgebruik (evt ook psychofarmaca) bij ouderen.

(<https://www.vad.be/preventie-en-hulpverlening/ouderen>)

Voor wie

Inwoners Zwevegem

Doel

Bewustmaking van de risico's, problematisch gebruik voorkomen, schade beperken (harm reduction)

Trekker en partners

Trekker: Dienst samenleving

Partners: Woonzorgcentra, dienst eerstelijnszorg, VAD, Logo

Termijn

Jaar: 2022-2024

Duur: 2022 – einde legislatuur

8.3. Generatie rookvrij

Omschrijving

Vanuit de kinderen van de kindergemeenteraad (schooljaar 2020 – 2021) kwam de actie 'rookvrije plaatsen voor kinderen en jongeren'. De kinderen wilden graag het begin zijn van een rookvrije generatie. Roken in het bijzijn van kinderen is niet OK, hier staat de kindergemeenteraad volledig achter. Ook scholen, jeugd- en sportverenigingen werden opgeroepen om hierin mee te stappen. Er werden bordjes ontwikkeld door de kinderen van de kindergemeenteraad om de bezoekers van de speelpleintjes van Zwevegem te informeren 'hier speel ik rookvrij'.

Voor wie

Alle ouders, spelende kinderen, mensen die naar de speelpleinen komen.

Doel

Zwevegense bevolking sensibiliseren om niet te roken, niet te roken in het bijzijn van kinderen.

Trekker en partners

Trekker: Jeugddienst

Partner(s): Zwevegense scholen, lokaal bestuur Zwevegem

Termijn

Jaar: Actie in 2020 vanuit de kindergemeenteraad

Duur: 2020 - onbepaald

8.4. Drugspreventie bundel: AJ VAN'T PADJE ZI GEROAKT

Omschrijving

Bundel voor jeugdbewegingen om te leren omgaan met drugs-, tabak- en alcoholgebruik. Ze vinden er allerlei tips om verschillende situaties aan te pakken en hoe ze hun leden zoveel mogelijk kunnen informeren rond drugs- drank- en alcoholpreventie.

Voor wie

Jeugdwerkingen

Doel

Alcohol, tabak en drugspreventie

Trekker en partners

Trekker: Jeugddienst & jeugdraad Zwevegem

Partner(s): Vives Kortrijk, jeugdwerkingen

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: blijft beschikbaar

8.5. Link lokale preventiewerking

Omschrijving

De link tussen mentaal welbevinden en alcohol-, tabak- en drugspreventie is groot. In een volgende fase kan de intergemeentelijke preventiewerker naast het thema mentaal welbevinden ook inzetten op preventie van alcohol, tabak en andere drugs. Dit kan bijvoorbeeld door ondersteuning te bieden aan de scholen, woonzorgcentra, ... om met bepaalde methodieken aan de slag te gaan.

Voor wie

Jongeren (met mogelijkheid tot uitbreiding doelgroep)

Doel

Alcohol, tabak en drugspreventie

Trekker en partners

Trekker: intergemeentelijke preventiewerker

Partner(s): Dienst samenleving, VAD, scholen, jeugdwerkingen, ...

Termijn

Jaar: gestart in 2021

Duur: onbekend

9. Bevolkingsonderzoeken

9.1. Bevolkingsonderzoek borstkanker

Omschrijving

Dankzij het bevolkingsonderzoek kunnen vrouwen tussen 50 en 69 jaar zich gratis laten onderzoeken op borstkanker. Om de 2 jaar krijgen zij een kwaliteitsvolle screeningsmammografie aangeboden. Ze ontvangen daarvoor een uitnodiging per post.

Borstkanker is de meest voorkomende vorm van kanker onder vrouwen. Liefst 1 op de 9 krijgt met de ziekte te maken. Het risico om borstkanker te krijgen neemt toe met de leeftijd. 3 op de 4 vrouwen bij wie borstkanker ontdekt wordt, is ouder dan 50 jaar. Per 1.000 borstkankeronderzoeken worden 7 tot 9 vrouwenlevens gered.

Jaarlijks neemt de gemeente Zwevegem deel aan de actiemaand bevolkingsonderzoek borstkanker in oktober. In die maand wordt het bevolkingsonderzoek borstkanker extra in de kijker gezet. Gezien we binnen Zwevegem een klein beetje onder het Vlaams gemiddelde zijn gedoken en we ook het algemene cijfer van de deelname omhoog willen krikken, willen we in oktober 2022 de actiemaand extra in de kijker zetten en verschillende acties uitwerken samen met de Zwevegense vrouwenverenigingen en andere gezondheidsorganisaties. Bv. info avond, getuigenissen, ...

Voor wie

Zwevegense vrouwen van 50 tot en met 69 jaar

Doel

Sensibilisering deelname screeningsmammografie om zo vroegtijdig borstkanker op te sporen. (Oktober is actiemaand Bevolkingsonderzoek Borstkanker)

Trekker en partners

Trekker: Dienst Samenleving

Partner(s): Logo Leieland

Termijn

Jaar: jaarlijks terugkomende campagnevoering

Duur: onbekend

9.2. Bevolkingsonderzoek dikkedarmkanker

Omschrijving

Mannen en vrouwen van 50 tot en met 74 jaar kunnen zich om de 2 jaar gratis laten screenen op dikkedarmkanker door deel te nemen aan het bevolkingsonderzoek. Ze krijgen een uitnodiging per post met een afnameset voor een stoelgangstest. Jaarlijks voert Zwevegem campagne om deze bevolkingsgroep aan te moedigen om hieraan deel te nemen.

Voor wie

Mannen en vrouwen van 50 tot en met 74 jaar

Doel

Elk jaar krijgen meer dan 6500 Vlamingen te horen dat ze dikkedarmkanker hebben. Bij het ontstaan van dikkedarmkanker heb je eerst geen klachten. Daardoor wordt de ziekte vaak pas laat ontdekt. Het is

daarom belangrijk om dikkedarmkanker op te sporen vóór je klachten hebt. Dikkedarmkanker en de voorlopers ervan kunnen met een stoelgangtest vroegtijdig worden opgespoord. De behandeling is dan meestal minder zwaar en je hebt meer kans om te genezen. Daarom wil Zwevegem inzetten op sensibilisering om deel te nemen aan dit onderzoek.

Trekker en partners

Trekker: Dienst Samenleving

Partner(s): Logo Leieland

Termijn

Jaar: jaarlijks terugkomende campagnevoering

Duur: onbekend

9.3. Bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker

Omschrijving

Dankzij het Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker kunnen vrouwen tussen 25 en 64 jaar om de 3 jaar gratis een uitstrijkje laten nemen. Zij ontvangen daarvoor een aanbevelingsbrief per post. Als lokaal bestuur zetten we jaarlijks de deelname aan onderzoek tegen baarmoederhalskanker mee in de kijker.

Voor wie

De vrouwelijke Zwevegemse bevolking van 25 tot en met 64 jaar

Doel

Elk jaar krijgen ongeveer 350 Vlaamse vrouwen baarmoederhalskanker. Het is de achtste meest voorkomende kanker bij vrouwen. Met het bevolkingsonderzoek kan baarmoederhalskanker vroegtijdig worden opgespoord. Daarom willen wij inzetten op sensibilisering rond deelname aan het bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker. (Januari is actiemaand Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker)

Trekker en partners

Trekker: Dienst Samenleving

Partner(s): Logo Leieland

Termijn

Jaar: jaarlijks terugkomende campagne

Duur: onbekend

10. Overkoepelende projecten

10.1. Hartveilige gemeente

Omschrijving

In België worden er dagelijks mensen getroffen door een hartstilstand buiten het ziekenhuis: op straat, op het werk, thuis, in de sportclub, ... Momenteel overleeft slechts een kleine 10% van hen, maar dat kan anders.

In Zwevegem staan 10 automatische externe defibrillators (AED) verspreid op verschillende, voor het publiek toegankelijke plaatsen. Een AED is een draagbaar toestel dat een persoon met een hartstilstand op een geautomatiseerde manier een schok toedient om het verstoord hartritme te stoppen en het normale ritme te hernemen. Je krijgt via het toestel mondeling de informatie die je nodig hebt om het te gaan gebruiken, maar de AED beslist zelf na analyse of een stroomstoot (defibrillatie) kan helpen.

Hierbij bieden we ook aan organisaties en inwoners van Zwevegem opleidingen rond het gebruik van de AED-toestellen. Op die manier kunnen organisaties ook het label hartveilig verkrijgen. Dit dienen ze tweejaarlijks te hernemen om het label te kunnen behouden.

Voor wie

Alle inwoners van Zwevegem

Doel

Levens redden

Trekker en partners

Trekker: Dienst Samenleving

Partners: Rode Kruis Zwevegem

Termijn

Jaar: 2020-2025

Duur: 2020 – einde legislatuur

10.2. Dementievriendelijke gemeente

Omschrijving

Uitwerken en uitvoeren van acties om Zwevegem een dementievriendelijke gemeente te maken. Het actieplan dementievriendelijke gemeente (2018 – 2019: <https://www.dementie.be/sophia/wp-content/uploads/sites/2/2018/09/actieplan-2018-2019.pdf>) wordt momenteel door de werkgroep herzien en concrete acties worden verder uitgewerkt.

Voor wie

Alle inwoners van Zwevegem

Doel

Zwevegem is een dementievriendelijke gemeente

Trekker en partners

Trekker: Dienst eerstelijnszorg

Partner(s): Ouderenadviesraad, dienst samenleving, Logo Leieland, woonzorgcentra, vrouwenverenigingen, ouderverenigingen, adviesraad gezins- en welzijnsbeleid, bibliotheek, expertisecentrum dementie Sophia

Termijn

Jaar: Gestart 2018 – 2019 verdere uitwerking en uitvoering 2022

Duur: 2018 – einde legislatuur

10.3. Tuutjesboom/ mondhygiëne

Omschrijving

Sinds mei 2021 is er een tuutjesboom aanwezig in Zwevegem. Deze boom dient ervoor om de kinderen die hun tuut niet meer nodig hebben, te helpen om afscheid te nemen van hun tuut en ze een plekje te kunnen geven in de boom. Hiervoor krijgen ze in ruil een diploma en een leuk leesboekje. De bekendmaking van de tuutjesboom gebeurt onder andere via Huis van het Kind, Kind & Gezin, de bibliotheek, maar ook via huisartsen en tandartsen. Bij deze partners liggen er flyers over de tuutjesboom met daarbij ook een flyer over het belang van mondhygiëne.

Voor wie

Ouders en kinderen

Doel

Ouders bewust maken van het belang van mondhygiëne.

Trekker en partners

Trekker: Huis van het Kind, Bibliotheek Zwevegem

Partner(s): Logo Leieland

Termijn

Jaar: 2021 opgestart

Duur: 2021 – onbekend

10.4. Gehoorbescherming

Omschrijving

Binnen de jeugddienst wordt binnen het fuifbeleid ingezet op gehoorbescherming. Bij fuiven kan men steeds een pakket oordopjes aanvragen om gratis ter beschikking te stellen op het evenement.

Vanuit de jeugdraad werd in het verleden ook al 2 keer een groepsaankoop oordoppen op maat georganiseerd.

Voor wie

Organisatoren van fuiven, Zwevegense jongeren

Doel

Sensibilisering rond het belang van gehoorbescherming.

Trekker en partners

Trekker: jeugddienst Zwevegem

Partner(s): Dienst samenleving, Logo Leieland

Termijn

Jaar: bestaand project

Duur: onbepaald