Geachte raadsgriffier,

Graag willen we uw raad aan het begin van deze raadsperiode inspireren met toepasbare kennis voor een gezonde en veerkrachtige gemeente. Na de beëdiging en een mooi lang Paasweekend waarin iedereen kon bekomen van de dynamische verkiezingsperiode, beginnen alle raadsleden deze week met het debatteren over beleidsplannen voor uw gemeente.

Veel van die plannen zullen impact hebben op de gezondheid en veerkracht van uw inwoners. Vanuit de Nederlandse Kenniscentra voor Gezondheid en Samenleving zorgen we voor toepasbare kennis voor beleidsmakers. We brengen wetenschappelijk onderzoek samen met praktische en ervaringskennis en zetten die om naar interventies die werken en kennis met handelingsperspectief.

In bijlage vindt u een kleine greep aan kennis die u kan gebruiken bij uw dagelijkse beleidsuitdagingen.

Samen beschikken we over nog veel meer voorbeelden. Weet ons te vinden!

Hartelijke groet,

Martijntje Bakker

Voorzitter NKGS

NKGS
Nederlandse Kenniscentra
voor Gezondheid en Samenleving

Contact

Martijntje Bakker
Voorzitter NKGS
martijntjebakker@nkgs.nl

Laat kennis werken voor een gezonde en veerkrachtige gemeente!

Hartelijk gefeliciteerd met uw benoeming tot raadslid!
De volgende 4 jaar mag u, met mandaat van de inwoners van uw gemeente, verder bouwen aan een veerkrachtige en gezonde gemeente. Dat is een mooie en belangrijke taak.

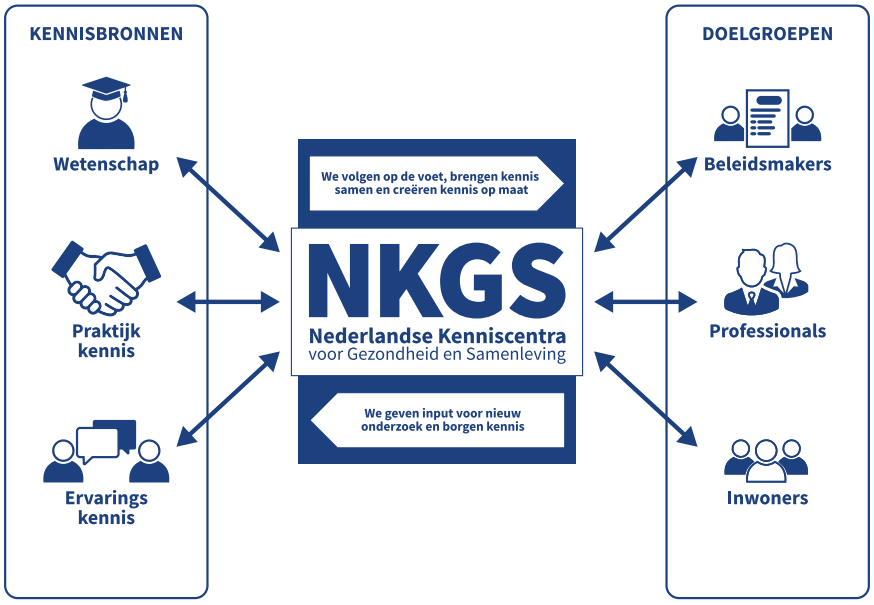
Vanuit de Nederlandse Kenniscentra voor Gezondheid en Samenleving wensen wij u veel succes en wijsheid toe.

De uitdagingen zijn groot. In Europa, Nederland en ook in uw gemeente. De financiële middelen zijn beperkt en de ruimte schaars**.**

Het komt er dus op aan om slimme keuzes te maken; keuzes die opgaven combineren, koppelkansen benutten en die gebaseerd zijn op onderbouwde kennis over wat werkt.

Als **Nederlandse Kenniscentra voor Gezondheid en Samenleving (NKGS)** kunnen we u die kennis bieden. Wij zetten wetenschappelijke, praktijk- en ervaringskennis om in toepasbare aanbevelingen en interventies voor professionals en burgers maar vooral ook voor u als beleidsmakers.

We geven input voor nieuw (wetenschappelijk) onderzoek en verwerken de meest recente conclusies, eigen onderzoeksresultaten en praktijkinzichten op gebied van gezondheid en welzijn tot toepasbare kennis voor verschillende doelgroepen. Zo bieden we kennis die werkt voor uw gemeente.



Bij deze brief vindt u voorbeelden van die toepasbare kennis toegespitst op 2 thema's die voor elke gemeente van belang zijn; **veerkracht** en **leefomgeving**.

U zult merken dat kennis op verschillende terreinen elkaar raakt en dat wat goed is voor één bevolkingsgroep ook impact heeft op andere groepen.

Gezondheid en samenleving vergen integraal beleid, gebaseerd op integrale kennis. Daarom werken we binnen NKGS nauw samen, wisselen we kennis en inzichten uit en leren we van elkaars aanpak.

We hopen ook uw gemeente te kunnen inspireren met onze toepasbare kennis en inzichten.
Weet ons te vinden!

Met vriendelijke groeten,

Martijntje Bakker
Voorzitter NKGS

Veerkrachtige inwoners

We leven in een tijd met grote uitdagingen zoals geopolitieke spanning, polarisatie en klimaatverandering maar ook vergrijzing en ontgroening. Al deze ontwikkelingen vergen slim beleid en hebben hun weerslag op de veerkracht van de inwoners van Nederland en uw gemeente. Uit de Monitor Mentale Gezondheid van het Trimbos-instituut blijkt dat deze onder druk staat, vooral bij jongeren en jongvolwassenen. Die ontwikkeling is al ingezet voor COVID-19 en zet zich versneld door. Dat heeft niet alleen zijn weerslag op het gevoel van welbevinden vandaag maar ook op de brede welvaart van morgen.

Gelukkig zijn er ook voldoende onderzoeken die aantonen dat er maatregelen zijn die gemeenten kunnen nemen om mentale veerkracht te bevorderen. Ook is er een palet aan toepasbare kennis en interventies die eraan kunnen bijdragen.

Sociale infrastructuur is bijvoorbeeld van belang. Beschikbaarheid van plekken en netwerken waar mensen steun ervaren, draagt bij aan sterke sociale verbindingen en helpt mensen omgaan met langdurige stress en onzekerheid. Ook een groene omgeving waarin mensen elkaar kunnen ontmoeten, samen sporten of rustig bewegen en waar kinderen kunnen spelen, heeft een positief effect. Sociale infrastructuur uit zich voor ouderen ook in de woonvormen die aangeboden worden. Indirect dragen sociale woonvormen voor ouderen bij aan de veerkracht van de beroepsbevolking doordat ze de druk op mantelzorgers verlichten. Ook vanuit de SER werd recent aandacht gevraagd voor die **toenemende druk**.

Door te werken aan veerkracht kunnen de gemeenten een sleutelrol spelen in de omslag van zorg naar welzijn. Voor deze omslag van zorg naar welzijn op gebied van veerkracht en mentale gezondheid, bieden de Nederlandse Kenniscentra voor Gezondheid en Samenleving voor elke levensfase toepasbare kennis over wat werkt; scans, lesprogramma's, inzichten en aanbevelingen met handelingsperspectief.

Hieronder vindt u een greep uit ons kennisaanbod geclusterd per leeftijdscategorie.
Veel kennis wordt in samenwerking opgebouwd en overstijgt alle groepen zoals de **kennis over de link tussen bewegen en mentale gezondheid** of het **kennispakket mentaal gezondheidsbeleid voor gemeenten**.



Een gezonde generatie begint bij de jongsten:

- **Risicovol buitenspelen** vergroot het risicobesef en ontwikkelt een sterkere generatie; **Risiplay** Van **VeiligheidNL** biedt tips voor professionals over hoe het toch veilig kan.
- **Opgroeien in een Kansrijke Omgeving** is een werkwijze ontwikkeld voor gemeenten om in een meerjarenaanpak te werken aan gezonde en gelukkige jongeren. Ontwikkeld door het **Trimbos-Instituut.**



Als gemeenteraadslid verantwoordelijk voor jeugd?

- 10 tips voor nieuwe raadsleden van het **Nederlands Jeugdinstituut.**
- Het lesprogramma **Je Brein de Baas** van het **NCJ** helpt mentale gezondheid te bespreken op scholen.
- De **Ben je Oké? Campagne** van **Rutgers** biedt gemeenten handvatten om seksuele straatintimidatie aan te pakken.
- **Het Nivel biedt kennis over:** Economische kostenbatenafwegingen en **aanbevelingen over schoolsluitingen bij pandemieën**
- **Het Nivel biedt kennis over:** Lokale gezondheidsonderwerpen zoals **de impact van aardbevingen op de mentale gezondheid van jongeren.**

Wat is van belang voor **senioren** in uw gemeente?

- Adviezen over eten na je 70 – Voedingscentrum.
- Hoe voorkom je fietsongevallen bij ouderen? - Tips van VeiligheidNL.
- Vilans bracht de oplossingen in kaart die ouderen zelf bieden voor zorguitdagingen.
- Uw gemeente moet ouderen niet zelf de weg wijzen naar praktische oplossingen; Vilans ontwikkelde een handige hulpmiddelenwijzer.
- Gemeenten zijn mede-verantwoordelijk voor het inrichten van de Ketenaanpak Valpreventie voor ouderen 65+. Deze handreiking van VeiligheidNL biedt handvatten voor gemeenten, net als de communicatietoolkit valpreventie.

En de **werkende inwoners**?

- Hoe ondersteun je mantelzorgers? – Movisie.
- Factsheet effecten van sporten bewegen op mentale gezondheid van Kenniscentrum Sport en Bewegen.
- Soa Aids Nederland ontwikkelde samen met de SWAD een visiedocument en stappenplan om te komen tot een effectief gemeentelijk sekswerkbeleid.
- Het Nivel doet onderzoek naar de relatie tussen medicatiemanagement en arbeidsparticipatie van mensen met een chronische ziekte. Op basis daarvan worden handvatten ontwikkeld die duurzame inzetbaarheid bevorderen.



De leefomgeving als kans voor de omslag naar gezondheid en veerkracht

Tot honderdduizend woningen per jaar erbij tot 2030; dat is het streven. Die woningen moeten landen in 1 van de 30 grootschalige nieuwbouwlocaties vermeld in het regeerakkoord maar ook in verdichte kernen. Dit biedt flinke uitdagingen voor gemeenten. Maar het biedt ook kansen. Als u nu slimme keuzes maakt bij het inrichten van die nieuwe wijken, kunt u bijdragen aan de veerkracht en gezondheid van uw inwoners nu en morgen. De kenniscentra van NKGS bieden hiertoe onderzoekskennis maar vooral toepasbare inzichten en praktische tools.



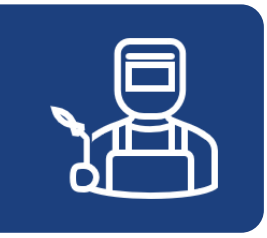
- Hoe nodigt de leefomgeving uit tot buitenspelen? Dat zie je in de **buitenspeelscan** van **Kenniscentrum Sport en Bewegen**.
- **VeiligheidNL** biedt een scholierenprogramma om risicovol gedrag in het verkeer te leren herkennen; **Split the Risk**.
- In digitale tijden ontwikkelde **Kenniscentrum Sport en Bewegen** een handige **toolkit buitenspelen**.
- Het **Nivel** doet onderzoek naar gezondheidseffecten die bijdragen aan besluitvorming zoals op gebied van blootstelling aan **gewasbeschermingsmiddelen** en **windturbines.**



- Gemeenten kunnen met lokaal beleid inwoners helpen om gezonder en duurzamer te kiezen en zo werken aan gezonde inwoners. Het Voedingscentrum heeft bouwstenen om gemeenten te helpen.
- Hoe zorg je ervoor dat de leefomgeving bijdraagt aan gezondheid voor iedereen? Dat begint bij samenwerking met de inwoner. Hiervoor heeft **Pharos** onder meer de **leefplekmeter** ontwikkeld. Er is ook een speciale versie voor kinderen.
- VeiligheidNL: Het aantal fietsslachtoffers onder jongeren in het verkeer neemt jaarlijks toe. Met het gratis **MOVE dashboard** krijg je als gemeente het meest complete inzicht in aantallen slachtoffers, de hotspots, leeftijd en aard van het letsel. Zo kun je gerichtere maatregelen nemen om het aantal verkeersslachtoffers terug te dringen.
  Ook voor andere leeftijden is deze tool van belang.



- **Kenniscentrum Sport en Bewegen** heeft **tools ontwikkeld voor gemeenten om de omgeving beweegvriendelijk voor ouderen** in te richten.
- **Vilans** brengt helder in kaart wat **samenwerken** met zorgzame gemeenschappen vraagt vanuit gemeenten en zorgorganisatie.
- **Vilans** biedt ook informatie over hoe **Woonvormen** bijdragen aan vitaal ouder worden in een vergrijzende samenleving.
- Zolang mogelijk thuiswonen met een zorg-of ondersteuningsbehoefte. Wat kan je als gemeente doen om de opgave tot het realiseren van **zorgzame, inclusieve wijken** in te vullen?
- **Movisie** en **Vilans** bieden inzicht in **welke leefvormen bijdragen aan een vitale oude dag** en welke regelgeving hiervoor nodig is.



- **Kenniscentrum Sport en Bewegen** biedt een **scan voor een beweegvriendelijke werkomgeving.**
- Het Voedingscentrum biedt met haar richtlijnen eetomgeving **handvatten voor een gezonde eetomgeving** op onder andere werk, scholen en attracties.
- Het Nivel doet onderzoek naar de kwaliteit van huisartsenzorg in **bepaalde wijken** en de impact op de huisartsen zelf.
- Het Nivel biedt **maatwerkonderzoek** voor gemeenten op gebied van wonen en werken.

Met elkaar bouwen we aan toepasbare kennis voor een gezonde en veerkrachtige samenleving. Zo bieden we kennis die werkt voor uw gemeente.

kenniscentrum sport & bewegen

MOVISIE kennis en aanpak van sociale vraagstukken

ncj Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

NJi Nederlands Jeugdinstituut

NIVEL Kennis voor betere zorg

Pharos Samen voor gelijke kansen op gezondheid

Rutgers Expertisecentrum seksualiteit

SOAIDS Nederland aidsfonds

Trimbos instituut Netherlands Institute of Mental Health and Addiction

veiligheid.nl kenniscentrum letselpreventie

Vilans

eerlijk over eten Voedingscentrum

NKGS
Nederlandse Kenniscentra voor Gezondheid en Samenleving

Contact

Martijntje Bakker
Voorzitter NKGS
martijntjebakker@nkgs.nl