



INSPIRATIEDAG 1 OKTOBER 2024

SAMEN WERKEN WE AAN EEN GEZONDE REGIO

GEZONDHEID TROEF



PROGRAMMA

09:00 uur **Ontvangst**

09:30 uur **Inspiratiesessie Ja of JA? De strategie van het geluk door Imboorling**

Nood aan een dosis positiviteit in je organisatie? De sessie 'ja of JA?' is een shot vitamines voor de geest, een wellness-kuur voor de mindset van alle aanwezigen.

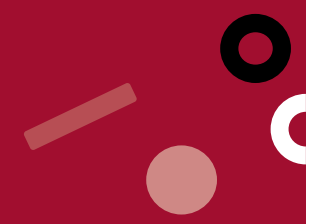
10:30 uur **Pauze**

11:00 uur **Inspiratietafels**

Kies 4 tafels om je te laten inspireren. Je vindt het volledige overzicht op de volgende pagina's.

- o 11:00 uur-11:20 uur: Ronde 1
- o 11:25 uur-11:45 uur: Ronde 2
- o 11:50 uur-12:10 uur: Ronde 3
- o 12:15 uur-12:30 uur: Ronde 4

12:30 uur **Lunch**



Op zoek naar inspiratie? Welkom!

Welkom op de inspiratiedag van Logo Limburg.

Imboorling bijt de spits af met de inspiratiesessie 'ja of JA? De strategie van het geluk'. In deze werkelende sessie zeggen we volmondig 'ja' tegen het leven. Doelbewust richten we onze energie op zaken waar we wél vat op hebben. We verleggen onze focus van het probleem naar de oplossing en creëren zo ons eigen geluk. Klaar voor deze positieve mindset?

Vervolgens nemen we je mee naar inspiratietafels waar je met échte verhalen meer te weten komt over hot topics zoals health in all policies, Warme Steden en Gemeenten, preventie op maat van kwetsbare groepen,... Je kiest zelf welke 4 onderwerpen je het meest interesseren. In deze brochure vind je een kort overzicht van wat je mag verwachten.

Geniet van deze inspirerende dag.



HEALTH IN ALL POLICIES: DO'S AND DONT'S

Wil je werken aan een gezonde publieke ruimte? Dan moeten verschillende beleidsdomeinen de handen in elkaar slaan. Onze gezondheid wordt namelijk niet alleen bepaald door onze levensstijl, genetische factoren en toegang tot zorg. Ook onze omgeving, huisvesting, onderwijs en werk spelen een belangrijke rol. Heel wat factoren buiten de gezondheidssector hebben dus een invloed op onze gezondheid. Dit idee ligt aan de basis van Health in All Policies (HIAP).



Om personen in maatschappelijke kwetsbare situaties beter te informeren over en te bereiken bij de bevolkingsonderzoeken naar kanker, startte Logo Limburg, i.s.m. het CvKo het community-project BLIK. Aangezien lokale besturen hierbij worden gecoacht in het doorlopen van het 7-stappenplan van Gezonde Gemeente, is BLIK een mooi voorbeeld van samenwerking over beleidsdomeinen heen.

Binnen de Eerstelijnszone Herkenrode werden in 2023 een aantal BLIK-projecten uitgerold, waaronder het project rond dikkedarmkanker in Zonhoven. Hiervoor werd er nauw samengewerkt met de plaatselijke horecazaken en bakkerijen. Intergemeentelijk preventiewerker Marlies Peeters legt uit waarom dit de perfecte plekken zijn om actie te ondernemen: “Met bakkers die dagelijks brood verkopen en cafés, waar mensen regelmatig een tasje koffie komen drinken, zijn dit de aangewezen plaatsen om mensen te bereiken en te sensibiliseren rond dergelijke projecten.”



*“Met bakkers die dagelijks brood verkopen en cafés waar je dagelijks koffie kunt drinken, zijn dit de perfecte plekken om actie te ondernemen!”
Marlies Peeters (IGP Herkenrode)*

Ben je nieuwsgierig hoe deze projecten tot stand zijn gekomen en hoe ze zijn verlopen? Kom dan zeker luisteren naar de ervaringen van Logo-medewerker Ine Timmermans en intergemeentelijk preventiewerker Marlies Peeters.

Contactgegevens Logo Limburg

Ine Timmermans

- Lokale netwerker Herkenrode en Haspengouw & settingsverantwoordelijke Kwetsbare Groepen
- Ine.timmermans@logolimburg.be
- 0492 06 77 74

Françoise Roelandts

- Themawerker Bevolkingsonderzoeken naar kanker, Vaccinaties, Mondgezondheid & Tabak, alcohol en andere drugs
- Francoise.roelandts@logolimburg.be
- 011 15 12 36



PREVENTIE OP MAAT VAN KWETSBARE GROEPEN

Niet iedereen heeft evenveel kansen op een gezond leven. Mensen in [maatschappelijk kwetsbare situaties](#) ervaren, ondanks hun krachten, meer drempels en minder hefboomen om gezond te leven. Ze hebben op verschillende domeinen minder kansen op een kwaliteitsvol leven, zo ook op vlak van gezondheid. Dit leidt tot [gezondheidsongelijkheid](#).

Door te zorgen dat we iedereen bereiken en dat het aanbod ook voor mensen in maatschappelijke kwetsbare situaties [gezondheidswinst](#) oplevert, kunnen we deze gezondheidsongelijkheid mee verkleinen.

Geluk je bent het waard Vorming over de [geluksdriehoek](#)

Op vraag van en door [samenwerking](#) tussen Stad Genk en Logo Limburg, kwam de [vormingsreeks 'Geluk, je bent het waard'](#) tot stand. De vormingsreeks is een cocreatie tussen Stad Genk, Logo Limburg, Ligo Limino, Stebo en de Community Health Workers. Dit initiatief is [op maat van kwetsbare groepen](#), al dan niet met een beperkte taalvaardigheid.

Een lesgever van Logo Limburg laat in drie bijeenkomsten de deelnemers kennismaken met [de verschillende onderdelen van de Geluksdriehoek](#). De inhoud is concreet en aangepast aan de leefwereld van de deelnemers. Er wordt gebruik gemaakt van [visuele materialen en interactieve werkvormen](#).

Naast 'Geluk, Je bent het waard' biedt Logo Limburg [ook andere methodieken aan om op een laagdrempelige manier en op maat van de doelgroep aan de slag te gaan rond de gezonde keuze](#), bijvoorbeeld de verteltassen rond bevolkingsonderzoeken en de 'Gezond Ge(s)maakt'-box.



“De aanleiding om ‘Geluk, je bent het waard’ te ontwikkelen was de vraag van 2 buurtwerkers die graag rond mentaal welbevinden wilden werken op een heel laagdrempelige manier voor sociaal kwetsbare personen en mensen die zich minder goed kunnen uitdrukken in het Nederlands. Er werd een werkgroep samengesteld met buurtwerkers, community health workers en iemand van LIGO om samen met Logo Limburg tot een toegankelijke methodiek te komen.”

De methodiek van de geluksdriehoek werd als basis gebruikt maar werd iets meer praktijkgericht en meer gericht naar de specifieke doelgroep. Er ontstonden zo 3 korte sessies i.p.v. 1 lange sessie. Dit was zeker een voorbeeld van een goede samenwerking met mensen uit het werkveld en Logo Limburg waarbij een goed resultaat werd bekomen.”

Cinta Moors - projectmedewerker gezondheidszorg Genk

Contactgegevens Logo Limburg

Ine Timmermans

- Lokale netwerker Herkenrode en Haspengouw & settingsverantwoordelijke Kwetsbare Groepen
- Ine.timmermans@logolimburg.be
- 0492 06 77 74



LOKAAL GEZONDHEIDSPLAN WARME DAGEN

Elk jaar, van mei tot september, krijgen we te maken met periodes van warme dagen. Met de toenemende impact van klimaatverandering kunnen we in de toekomst nog meer extreme weersomstandigheden verwachten.

Een kwaliteitsvol preventief gezondheidsbeleid opzetten is noodzakelijk om de verwachte gezondheidseffecten te beperken en je inwoners te beschermen voor warme periodes.

Maar welke impact zal hitte hebben op onze provincie in de toekomst? Hoe ziet zo'n preventief gezondheidsbeleid rond hitte er uit? De medisch milieukundigen van Logo vertellen het je graag aan deze inspiratietafel. Je komt te weten hoe je met een 'lokaal gezondheidsplan Warme Dagen' je inwoners kan beschermen tegen de gezondheidsrisico's van warmte. Een 'lokaal gezondheidsplan Warme Dagen' bundelt alle acties die de gezondheid van je inwoners beschermen, zowel voor als tijdens warme dagen. En dit verspreid over verschillende diensten binnen jouw gemeente.



Marktactie Warme Dagen in Lanaken 2024

“Ook op een zonnige marktdag kan je mensen bewust maken rond warme dagen. Zo kan je een kraam inrichten met sensibiliserende flyers en gratis zonnecrème. Of heeft je gemeente een slimme smeerpaal met zonnecrème of openbare drinkwatertappunten, zet deze dan extra in de kijker!”

Sara - Omgevingsambtenaar Gemeente Lanaken

Op de website www.warmedagen.be vind je alles terug om actie te ondernemen rond warme dagen: van informatie en tips tot gratis campagnemateriaal.

Ben je geïnspireerd geraakt door deze inspiratietafel? Dan kan Logo Limburg ondersteuning bieden bij de opmaak van een 'lokaal gezondheidsplan Warme Dagen' voor jouw gemeente.

We kunnen samen met jou de relevante diensten samen brengen, inventariseren wat jullie reeds doen rond warme dagen, en bekijken welke bijkomende acties er mogelijk zijn. Dit alles gieten we dan in één overzichtelijk plan!

Contactgegevens Logo Limburg

Kirsten Knaepen

- Medisch milieukundige
- kirsten.knaepen@logolimburg.be
- 011 15 12 41 | 0492 06 77 71

Hanna Stynen

- Medisch milieukundige
- hanna.stynen@logolimburg.be
- 011 15 12 40 | 0492 06 77 76

METEN IS WETEN WERKEN MET CIJFERS

Wil je jouw **gezondheidsbeleid** echt afstemmen op de behoeften van de **inwoners** in jouw stad of gemeente? Dan zijn cijfers onmisbaar. Ze bieden niet alleen **inzicht in de gezondheid van de inwoners**, maar schetsen ook een beeld van de **noden die deze inwoners ervaren**. Zo vormen cijfers een eerste aanzet bij **het bepalen van prioriteiten**.

Maar cijfers zijn ook noodzakelijk binnen 'population health management'. Via **demografische en epidemiologische cijfers** kan je bepaalde (risico) groepen binnen een populatie in kaart brengen en het gezondheidsbeleid gericht afstemmen op de noden van bepaalde doelgroepen. Door het hanteren van deze principes verhoog je **de impact van het preventief gezondheidsbeleid**.



Bovendien geven cijfers **ondersteuning bij het verwerven van draagvlak**. Ze bieden de nodige **inspiratie bij de opmaak van een meerjarenplan** en het daaruit volgend **jaaractieplan**.

Aangezien de meeste cijfers op regelmatige basis geüpdatet worden, kunnen ze ook een hulp zijn bij **het evalueren en bijsturen van gekozen gezondheidsacties en -beleid**. Waar mogelijk zijn er cijfers op lokaal niveau. Wanneer dit niet mogelijk is, wordt er verwezen naar cijfers op provinciaal of Vlaams niveau, die ongetwijfeld ook interessant zijn.

“Meten is weten. Durf doelen voorop te stellen. Ook wanneer deze niet behaald worden, zijn ze een schat aan informatie en geven ze richting aan volgende acties en doelen.”
Kristof Habraken – Stad Lommel

De Logomedewerker kan op **verschillende manieren** en bij **verschillende stappen** ondersteunen:

- Samenstellen van een **cijfer rapport/omgevingsanalyse**.
- Hulp bij **de interpretatie en het gebruik** van cijfers.
- **Presentatie van de cijfers** aan lokale en regionale stakeholders.
- Adviseren bij **het bepalen van prioriteiten en doelstellingen**.
- Ondersteunen bij **opmaak meerjarenplan/actieplan**, gebaseerd op de cijfers.

Daarnaast kan de logomedewerker ook helpen bij **het creëren van draagvlak** en **het in kaart brengen van de beginsituatie**.

Wil je weten hoe je cijfers kunt gebruiken om jouw gezondheidsbeleid te versterken? Kom dan luisteren aan deze inspiratietafel. Kristof en Hanneke van Stad Lommel vertellen hoe zij aan de slag zijn gegaan met cijfers en delen hun ervaringen.

Contactgegevens Logo Limburg

Ine Timmermans

- Lokale netwerker Herkenrode en Haspengouw
- Ine.timmermans@logolimburg.be
- 0492 06 77 74

Sophie Blokken

- Lokale netwerker ZuidOost-Limburg, West-Limburg en MiddenWest-Limburg
- Sophie.blokken@logolimburg.be
- 0492 06 77 72

Renate Vanvljmen

- Lokale netwerker Kemp en Duin
- Renate.vanvljmen@logolimburg.be
- 0492 06 77 75

Anke Mouha

- Lokale netwerker Maasland en Noord-Limburg
- Anke.mouha@logolimburg.be
- 0492 06 77 73

SAMENWERKEN MET EERSTELIJNSZONES ROND PREVENTIE

Verschillende organisaties en structuren die rond preventie werken, hebben er baat bij om hun krachten te bundelen. Zo ondersteunde Logo Limburg ELZ Zuid-Oost Limburg in de opmaak van hun **preventieve beleidsplan**. Ook **beleidsondersteuning** van de verschillende eerstelijnszones behoort tot de officiële opdrachten van het Logo.

Om de beleidsplannen te onderbouwen, werd eerst **een nodenbevraging** georganiseerd **in de drie clusters van de zorggraad**: 'Welzijn', 'PZON' en 'Zorg'. Tijdens **focusgroepen** gaven we de kans aan de lokale actoren om de **belangrijkste noden uit het werkveld** te signaleren. De prioriteiten werden gebundeld en we sloegen de handen in elkaar om **het preventieve luik van de beleidsplannen** vorm te geven.



Hieruit vloeide een samenwerking waarin ELZ ZOLim en Logo Limburg samen een **inspiratienota** schreven om de lokale besturen in deze regio te overtuigen van het belang om in te zetten op preventieve gezondheid.

Deze bevat enerzijds **de belangrijkste preventieve thema's** die aandacht verdienen en anderzijds **de planning van de ELZ om samenwerkingen te versterken**. Door dit met beide partners op te nemen, dragen we bij aan **het creëren van meer gedragenheid**.

De taak van het Logo is vaak om partners te verbinden vanuit een netwerkfunctie. Door de participatie van Logo Limburg in zorggraden, op gemeentelijk, regionaal en Vlaams niveau, hebben wij **een helicopterview en een duidelijke kijk** bij wie je waarvoor terecht kan.



In deze opdracht werden er linken gelegd tussen **de Eerstelijnszone**, de verschillende clusters van de **zorggraad**, de lokale besturen en Logo Limburg.

De resultaten uit deze **focusgroepen** werden gestaafd met informatie vanuit de **omgevingsanalyse** en met de **prioriteiten van de Stuurgroep 'Intergemeentelijke Preventiewerking'**, om de verschillende preventieve beleidsplannen in deze regio optimaal op elkaar af te stemmen.

Contactgegevens Logo Limburg

Sophie Blokken

- Lokale netwerker ZuidOost-Limburg, West-Limburg en MiddenWest-Limburg
- Sophie.blokken@logolimburg.be
- 0492 06 77 72



WARME STEDEN EN GEMEENTEN

Het gaat niet zo goed met de geestelijke gezondheid, veerkracht en motivatie van de 1.800.000 Vlaamse kinderen en jongeren. Vanuit de gevoelde nood aan een [duurzaam beleid geestelijke gezondheidsbevordering](#) is door het Fonds Ga voor Geluk in 2012 het project Warme Steden opgestart. Hieruit vloeide een pilootproject, ondersteund door Vlaams Instituut Gezond Leven, LUCAS KU Leuven en de Vlaamse Logo's, voort waaraan vijf centrumsteden deelnamen van 2016 t.e.m. 2018.

In 2019 sprongen 42 extra Vlaamse lokale besturen mee op de kar. Eind 2023 werd door Fonds Ga voor Geluk de vernieuwde versie van de kadermethodiek voorgesteld.



Een Warme Stad of Gemeente heeft aandacht voor het mentaal welbevinden van haar kinderen en jongeren. De methodiek verwacht een integrale (health in all policies) aanpak en een kinderen- en jongerenreflex.

Je ontwikkelt een duurzaam lokaal beleid dat gericht is op **7 pijlers van veerkrachtbevordering bij kinderen en jongeren**, en dit in alle settings en alle leeftijdscategorieën van 0-24 jaar. Een Warme Stad of Gemeente ontstaat uiteraard niet van de ene op de andere dag.



En je staat er gelukkig niet alleen voor. Het uitgewerkte 7-stappenplan en de begeleiding van Logo Limburg zijn dankbare hulpmiddelen.

Tijdens het proces ga je samen, op een verknoopte manier, [aan de slag met een netwerk van partners](#) die allemaal een rol spelen in de leefwereld van kinderen en jongeren. Je kijkt bij elke partner welke acties er al bestaan en je beslist samen welke van de 7 pijlers meer aandacht moet krijgen. Zo worden de acties in de gemeente of stad op elkaar afgestemd en ontstaat er [een integraal beleidsplan](#).

“De rondreis met de Warme Williambank en de pipowagen van Huis van het Kind doorheen de scholen van Diepenbeek was een groot succes. Door middel van spelletjes en activiteiten voor verschillende leeftijden hebben we mentaal welzijn bij kinderen en jongeren bespreekbaar gemaakt.

*In een Warm Diepenbeek weten kinderen dat het oké is om je niet oké te voelen. Deze actie heeft de bekendheid van Warme William een enorme boost gegeven en onze gemeenschap dichter bij elkaar gebracht.”
Isabelle Smeers - Deskundige Beleven - Gemeente Diepenbeek*

Contactgegevens Logo Limburg

Eva Helmer

- Themaverantwoordelijke Geestelijke Gezondheid
- eva.helmer@logolimburg.be
- 011 15 12 34

SAMEN WERKEN
WE AAN EEN
gezonde
REGIO

logo^{LIM}
GEZONDHEID
TROEF