

**Verslag Gezondheidsraad 2 april 2019**

**Aanwezig:** Brigitte Verstrepen, Grazia Rossi, Piet De Bruyn, Bernadette Lox, Luc Broeckaert,

 Marie-Jeanne Schoofs , Kathleen Vaesen, Wim Augustijns, Jan Martens, Greet

 Van den Bosch, Kim Pauwels, Katia Sente, Ria Nijs, Annemie Jansen, Kristof

 Wuyts, Jo Delabastita

**Verontschuldigd:** Annick Hirschböck, Chris Van Geyseghem, Kelly Van Meldert, Siegrid

 Vrijsen, Roos De Fraine

**1. Verwelkoming en kennismaking**

Brigitte

Nu we geen voorzitter meer hebben, leidt Brigitte als ondervoorzitter de vergadering in goede banen.

Piet

Piet is blij dat hij gezondheid als bevoegdheid kreeg toebedeeld en wijst er op dat de gezondheidsraad, ook financieel, toch over een zekere autonomie beschikt om initiatieven te nemen.

Kim

Kim uit Wezemaal is professioneel bezig met medische hulpmiddelen en privé met sport en gezonde voeding.

Bernadette

Bernadette is verzorgende, met een hart voor gezondheid en sportiviteit.

Ria

Ria uit Rotselaar is verpleegkundige met ervaring in longziekten en vroeger ook hoofdverpleegkundige en actief geweest in de thuisverpleging.

Annemie

Annemie uit Wezemaal heeft als natuurcoach interesse in eten, bewegen, lopen, afvallen, … Ook Annemie wijst op het belang van geestelijke gezondheid.

Luc

Luc van Heikant wijst op het belang van de zorg voor de minstbedeelden, want arm maakt ziek en omgekeerd. Vanuit de preventieve invalshoek van de gezondheidsraad moet er uiteraard oog zijn voor jong maar ook voor oud(er).

Jo

Jo uit Wezemaal is een actieve papa die al even actief is in het verenigingsleven. Beroepshalve is hij vanuit CM verantwoordelijk voor gezondheidsbevordering binnen het arrondissement.

Marie- Jeanne

Marie- Jeanne uit Heikant is beleidsmedewerker bij Kind en Gezin en loopster.

Kathleen

Kathleen uit Wilsele werkt voor familiehulp en ontfermt zich ondermeer over de kleinschalige dagopvang in het lokaal dienstencentrum (NOAH).

Kristof

Kristof uit Wezemaal is als militair instructeur tactische benadering noodgevallen.

Katia

Katia uit Hellicht moest omwille van allergie haar opleiding vroedkunde stopzetten.

Grazia

Grazia is onze penningmeester die bovendien al 8 jaar actief is binnen Samana en ook voorzitster van Samana Heikant is.

Jan

Jan uit de Walenstraat was ooit hoofdverpleegkundige op Gasthuisberg en is nu fruitteler. Ook hij kreeg al te maken met ziekte binnen de familie en vindt inzetten op cardio (reanimatie) en dementie belangrijk.

Greet

Greet van Heikant is bruggepensioneerd, is geïnteresseerd in gezondheid en houdt van wandelen.

Brigitte

Brigitte begon ooit omdat ze iets rond gezondheid wilde doen voor Rotselaar. Nu werkt ze voor zorgbedrijf Rivierenland (thuiszorg, dienstencentra…).

We zijn dus nog steeds op zoek naar een voorzitter. Bij het verslag van de gezondheidsraad zullen de statuten van onze raad worden toegevoegd. Daarin staat ondermeer te lezen dat we graag werken rond lichamelijke, psychische en sociale gezondheid, waarbij we de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen graag als leidraad gebruiken. Maar we kunnen ook ruimer gaan en initiatieven die meer aansluiten bij secundaire preventie kunnen uiteraard ook: reanimatiecursussen, orgaandonatie, bloed geven. Het gaat hierbij om adviezen (al dan niet op vraag van gemeentebestuur), maar ook om eigen voorstellen en initiatieven: fietszondag, verteltheater dementie, Ik drink Slim, Bewegen op Verwijzing, …

**2. Goedkeuring verslag 12 februari**

Het verslag wordt aangepast aan de opmerkingen van Luc en Bernadette.

Factuur én recepten van de interessante en lekkere mocktailworkshop werden ondanks herinneringen nog niet ontvangen.

**3. Werk maken van geestelijke gezondheid**

De gezondheidsraad wil 2 jaar werk maken van geestelijke gezondheid. Annick, Marie- Jeanne, Annemie en Bernadette nemen graag deel aan de werkgroep geestelijke gezondheid. Zij zullen ook de “open welzijnsraad” voorbereiden en uitzoeken wie hiervoor best wordt uitgenodigd, wat we met zo’n bijeenkomst willen bereiken en welke methodiek (bv. meteen in 3 groepen, volgens doelgroep) wordt toegepast. Samenwerking met de seniorenraad is wenselijk.

In Haacht heeft de gezondheidsraad niet alles aan initiatieven op het vlak van geestelijke gezondheid zelf uitgevoerd, maar wel in kaart gebracht. Zij maakten gebruik van de matrix (zie bijlage) als kapstok om hun actieplan op een kwalitatieve manier vorm te geven: volgens de verschillende pijlers zoals educatie, omgevingsinterventies, beleid en zorg maar ook op zowel individueel, buurt- en gemeentelijk niveau. Onze bewonersdiensten (buurtcomités) zouden ook een rol kunnen spelen.

De grootste return on investment wordt behaald wanneer ingezet wordt op de geestelijke gezondheid van 0- 2 jarigen. Aangezien baby’s hun problemen niet kunnen vertellen, is het belangrijk om signalen van geestelijke (on-) gezondheid te leren herkennen.

**Toelichting Vlaams actieplan suïcidepreventie 2012- 2020**

Depressie en verslaving hebben zeker een link met suïcide. Voor een stukje speelt erfelijkheid ook een rol. De helft van de suïcideplegers heeft echt een doodswens. 90% van de suïcideplegers gaf signalen in de 2 weken die er aan vooraf gingen. In 5% is sprake van een impulszelfmoord. Met gemiddeld 3 zelfmoorden (733 mannen en 333 vrouwen die wel bijna dubbel zo veel pogingen ondernemen) en 30 pogingen per dag scoren we binnen Europa erg slecht. Wellicht ligt het werkelijke aantal nog een stuk hoger. Er sterven dus meer mensen door zelfmoord dan in het verkeer. In Nederland is de situatie heel wat minder slecht, vermoedelijk omdat Nederlandse jongeren meer zelfhulpzoekend gedrag vertonen. Bij 15 tot 50- jarigen is suïcide de eerste overlijdensoorzaak. Gemiddeld duurt een suïcidaal proces van gedachte tot uitvoering 2.5 jaar.

Initiatieven zoals Fit in je hoofd, Nok- nok en Zilverwijzer vallen onder universele preventie. Om aan selectieve preventie te doen, wordt naar kwetsbare risicogroepen gewerkt (bv. Werkgroep Verder, Asphalijn voor hulpverleners, CGG, holebi’s, transgenders, senioren, landbouwers…). Geïndiceerde preventie richt zich op suïcidale personen zelf (Think Life, 1813, Back Up, …).

Meer info: VLESP (Vlaams Expertise Centrum Suïcidepreventie) of Dr. Alexander Reyners.

**4. Varia**

**Hartveilige gemeente**

Zie samenwerkingsovereenkomst die alvast werd opgevraagd.

**Herondertekening vernieuwd charter gezonde Gemeente Rotselaar Bewegen op verwijzing**

Zie bijlage.

In het kader van dit charter wordt het thema geestelijke gezondheid binnenkort verder uitgewerkt en wordt ook nagegaan welke onze doelgroep (en) zijn.

**Ik drink slim**

De nodige materialen werden afgeleverd bij de scholen. Het blijkt nu toch niet helemaal uitgesloten dat het initiatief zou ophouden te bestaan.

**Huis van het kind**

Intussen opgestart. De preventieambtenaar nam gisteren deel aan de stuurgroep. Binnenkort worden een aantal initiatieven genomen in het kader van de week van de opvoeding. Kathleen geeft aan dat Ellen geen uitnodiging hiervoor ontving, hoewel ze zich opgaf als kandidaat.

**Hervormingen drugpreventie**

Wim wijst er op dat ten gevolge van de staatshervorming het intergemeentelijk tabak-, alcohol- en drugpreventiewerk hervormd wordt. De subsidie zou zowat gehalveerd worden, de opdracht niet langer “beperkt” tot alles wat met verslaving te maken heeft maar alles i.v.m. gezondheidspreventie in het algemeen. Minstens op termijn zou hiertoe moeten samengewerkt worden binnen eenzelfde eerstelijnszone. Begijnendijk behoort tot een andere eerstelijnszone dan Tremelo en Begijnendijk.

**Rookvrije generatie**

Charter rookvrije generatie (zie bijlage). Na onze gezondheidsraad besliste de gemeenteraad om werk te maken van een rookvrije (re) plas van Rotselaar, precies in het kader van Rookvrije generatie.

De volgende gezondheidsraad wordt besproken hoe we verenigingen (zoals de tennisclub van Wezemaal) kunnen ondersteunen in hun inspanningen om werk te maken van een rookvrije generatie.

**Dinsdag 10/09: lezing suïcidepreventie** (werelddag suïcidepreventie)

**Bewegen**

Affiche sessie “Leren vallen” wordt doorgemaild.

Loopwegen bewegwijzeren (bv. Wijngaardberg).

**Memorandum**

De vraag wordt gesteld wat het bestuur met ons memorandum gaat doen. Het bestuursakkoord wordt in het najaar gepresenteerd. Hieraan voorafgaand zouden de adviesraden nog worden betrokken.

**Volgende gezondheidsraad: dinsdag 4 juni om 19.30 in Theo Humbletzaal**