



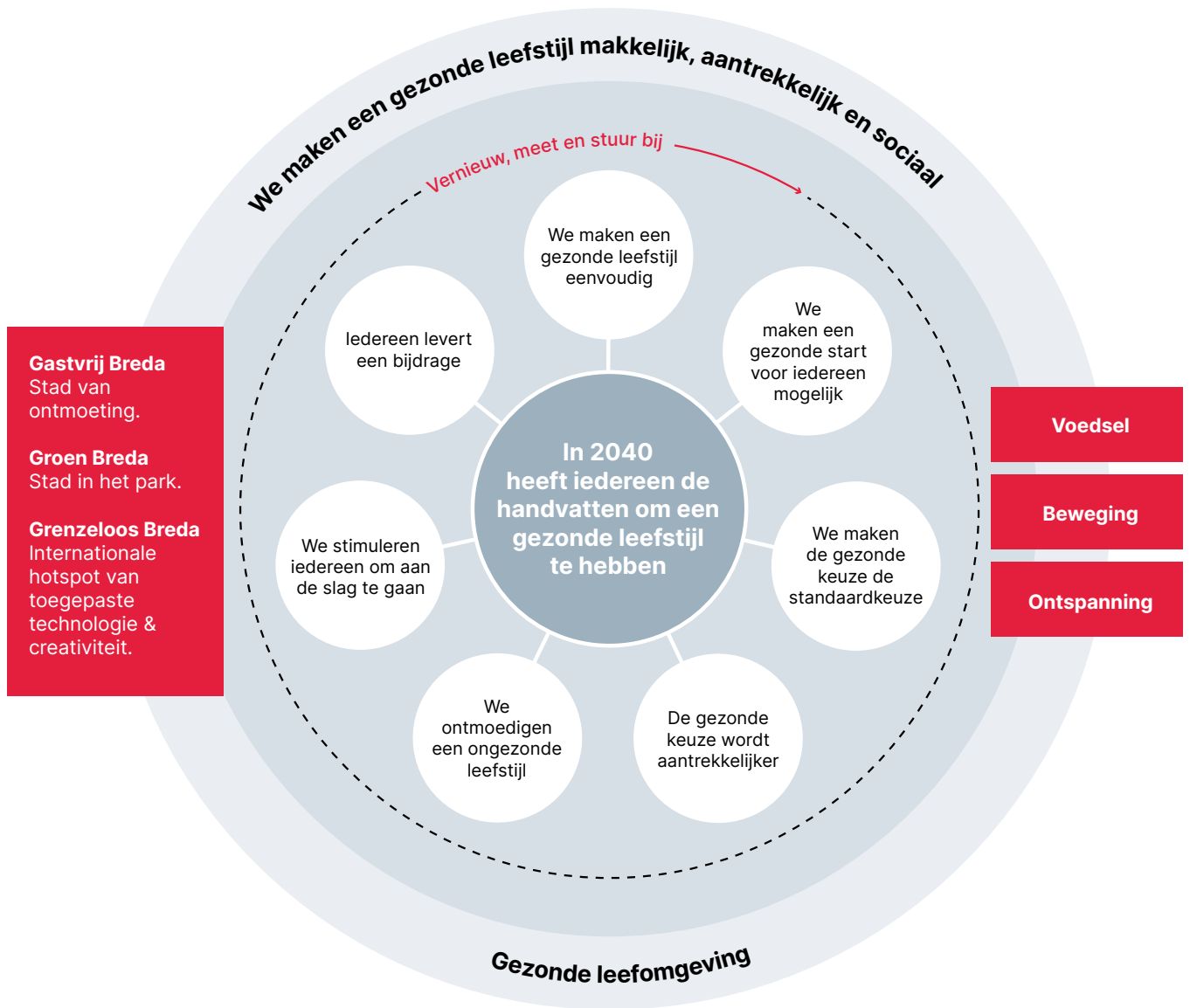
# Samenvatting Gezondheidsvisie Gedurfd, gezond en gelukkig

Gezondheidsvisie Breda  
2024-2040



**GEMEENTE  
BREDA**

## Bredase visie op gezondheid in één beeld



Figuur 1 | Visie op gezondheid in één beeld

## Samenvatting: Gezondheidsvisie Gedurfd, gezond en gelukkig

Gezondheid houdt ons allemaal bezig. Het is een onderwerp dat voor iedereen belangrijk is en voor iedereen een andere betekenis kan hebben. In Breda dromen we van een stad waar alle inwoners zich gezond gelukkig voelen en waar iedereen gelijke kansen heeft. We zien in Breda helaas op dit moment een andere realiteit. Zo kent Breda grote gezondheidsverschillen. Mensen met een lager opleidingsniveau leven gemiddeld ruim 4 jaar korter en krijgen ruim 14 jaar eerder te maken met een slechtere gezondheid dan hoogopgeleiden. Daarnaast nemen welvaartsziekten alleen maar toe en komt er een dubbele vergrijzing aan. Ook worden de zorgkosten alleen maar hoger en het tekort aan (mantel/zorg)personeel wordt steeds nijpender. Daarom moeten we nu collectief vol op gezondheid en preventie inzetten.

Voor de totstandkoming van de visie is een uitgebreid participatieproces doorlopen met zowel inwoners als partners. De betrokkenheid uit de stad was erg groot. De belangrijkste thema's die hieruit naar voren komen zijn: voedsel, beweging en ontspanning. Ook is het van belang om aandacht te hebben voor zowel de fysieke- als mentale gezondheid.

Om gezondheid nader uit te leggen is het model van Lalonde gebruikt. Dit model schetst gezondheid vanuit vier factoren die iemands gezondheid beïnvloeden: biologische factoren, voorzieningen gezondheidszorg, omgevingsfactoren en leefstijlfactoren. De focus van deze visie ligt niet op zorg en ziekte, maar op leefstijl en leefomgeving, waarbij er aandacht is voor zowel de fysieke als mentale gezondheid. Daarnaast wordt aangesloten bij het Verhaal van Breda: *In Breda vieren we het leven* en de bijhorende 3 'G's': Groen, Grenzeloos en Gastvrij. De ambitie voor 2040 is:

*"In 2040 heeft iedereen in Breda de juiste handvatten om zelf voor een gezonde leefstijl te zorgen. Balans is hierin het sleutelwoord. Gezondheid is namelijk meer dan 'niet ziek zijn'. Het is belangrijk als we gelukkiger en langer willen leven, zowel fysiek als mentaal, en een bijdrage aan de samenleving kunnen leveren. Bovendien zorgen we samen voor een gezonde omgeving. Een omgeving die een gezonde leefstijl, gezonde voeding, bewegen en ontspannen stimuleert. Iedere Bredanaar helpt daaraan mee vanuit zijn eigen rol, bijvoorbeeld als werkgever, buur, vriend of familielid. We besteden daarbij extra aandacht aan gelijke gezondheidskansen voor iedereen."*

Drie thema's in deze visie staan centraal: Voedsel, Beweging en Ontspanning. Daarnaast zijn er zes strategische uitgangspunten ontwikkeld, welke de basis vormen voor hoe we van Breda een gezonde stad willen maken. Hieruit volgen de actielijnen die dienen als meetlat waarlangs we straks onze plannen en activiteiten leggen. De actielijnen zijn: 1. Maak een gezonde leefstijl makkelijk; 2. Maak een gezonde leefstijl aantrekkelijk; 3. Maak een gezonde leefstijl sociaal; 4. Vernieuw, meet en stuur bij. Vervolgens zijn op de drie thema's van deze visie verschillende ambities en focuspunten gevormd.

### ➤ **Voedsel(omgeving):**

- We maken de gezonde keuze de logische en makkelijke keuze die voor iedereen toegankelijk is;
- In 2035 hebben we een Rookvrije Generatie;
- We ontmoedigen overmatig alcoholgebruik.

### ➤ **Beweging:**

- Sporten en bewegen is voor nog meer Bredanaars een vast onderdeel van het dagelijks leven.

### ➤ **Ontspanning:**

- Bredanaars zijn bewust bezig met ontspanning en het is een vast onderdeel van het dagelijks leven.

Om tot uitvoering te komen van deze visie worden uitvoeringsplannen ontwikkeld. In de uitvoeringsplannen werken we de ambities verder in concrete programma's en projecten, met aandacht voor bepaalde doelgroepen, buurten en wijken. Concreet valt hierbij te denken aan het evenrediger verdelen en verlagen van ongezonde aanbieders over de stad heen, het stimuleren van buiten bewegen en het bieden van handvatten aan inwoners om zelf hun mentale veerkracht te versterken. Daarom moeten we nu collectief vol op gezondheid en preventie inzetten. Samen met partners en inwoners werken we aan gezondheid. Balans is het sleutelwoord. Het pakken van eigen regie is hierin essentieel. Dit komt mede omdat de vraag naar zorg toeneemt, maar de personele capaciteit en financiële middelen hiervoor niet in dezelfde lijn mee (kunnen) groeien.



Lees de volledige visie op onze website:  
[www.breda.nl/gezondheidsvisie](http://www.breda.nl/gezondheidsvisie)