

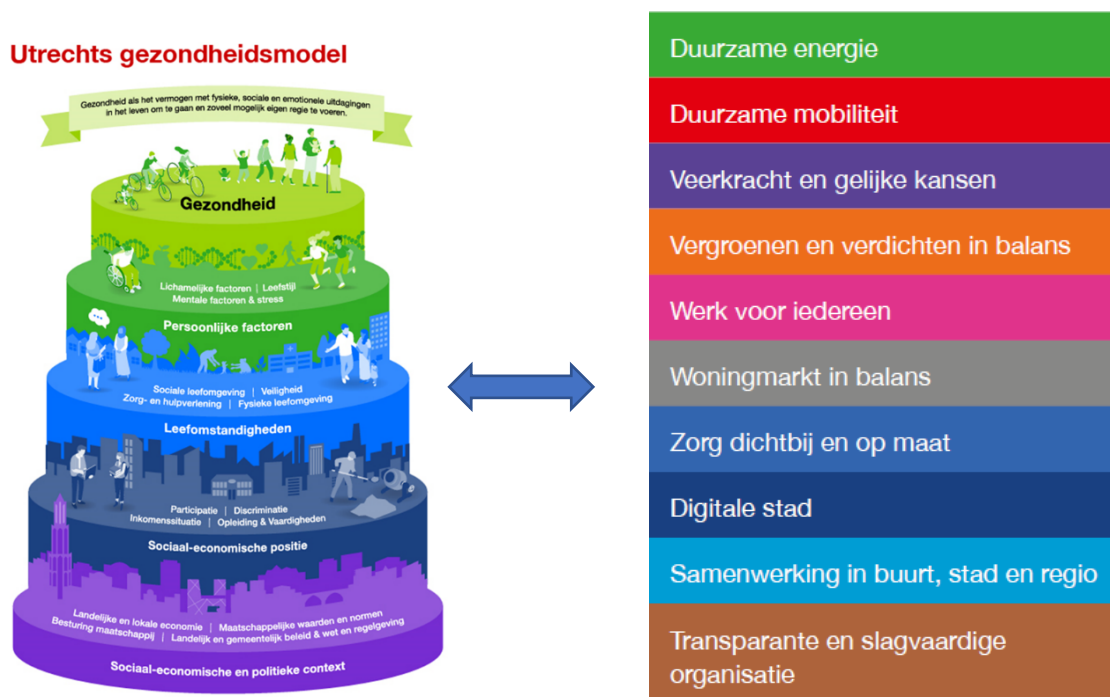
Derde voortgangsrapportage | Voortgang inzet vanuit de nota 'Gezondheid voor iedereen'

In deze voortgangsrapportage leest u hoe we als gemeente voortgang boeken met het Volksgezondheidsbeleid 2019 - 2023 '[Gezondheid voor iedereen](#)'. In deze rapportage richten we ons op 2 van de 3 uitgangspunten van het beleid: 'we benaderen gezondheid breed en positief' en 'we zetten in op kansengelijkheid'. Het uitgangspunt 'iedereen levert een bijdrage' komt terug in beide andere uitgangspunten. Hoofdstuk 1 illustreert hoe we werken langs het uitgangspunt 'we benaderen gezondheid breed en positief'. Hoofdstuk 2 gaat nader in op *highlights* van de 7 speerpunten van het volksgezondheidsbeleid in afgelopen jaar (2021): hoe we werkten aan gezondheidswinst voor iedereen én het vergroten van gelijke kansen op gezondheid.

Hoofdstuk 1: Voortgang gezondheid in gemeentelijk beleid

De drie uitgangspunten van het Volksgezondheidsbeleid vormen samen de Utrechtse invulling van "Health (equity) in all policies". Dit is een brede benadering van gezondheid die zich richt op onderliggende oorzaken van en gelijke kansen op gezondheid. De onderliggende oorzaken van gezondheid zijn heel divers en lopen van gezonde leefstijl, goede luchtkwaliteit tot toegankelijkheid van voorzieningen en inkomenssituatie. Andere beleidsterreinen dan die van Volksgezondheid zijn daarom ook van invloed op gezondheid. De onderliggende oorzaken staan weergegeven in [het Utrechts gezondheidsmodel](#) (Figuur 1 en 2). Dit model is een versimpelde weergave van deze complexe werkelijkheid. En helpt om samenhangend en over verschillende domeinen heen naar (kansen op) gezondheid te kijken.

We zetten als gemeente in de volle breedte in op gezondheid met de ambitie "Gezond Stedelijk Leven voor Iedereen". We werken aan deze ambitie met 10 gemeentebrede opgaven. Via deze opgaven versterken we bewust (en soms ook onbewust) de gezondheid van Utrechtse.



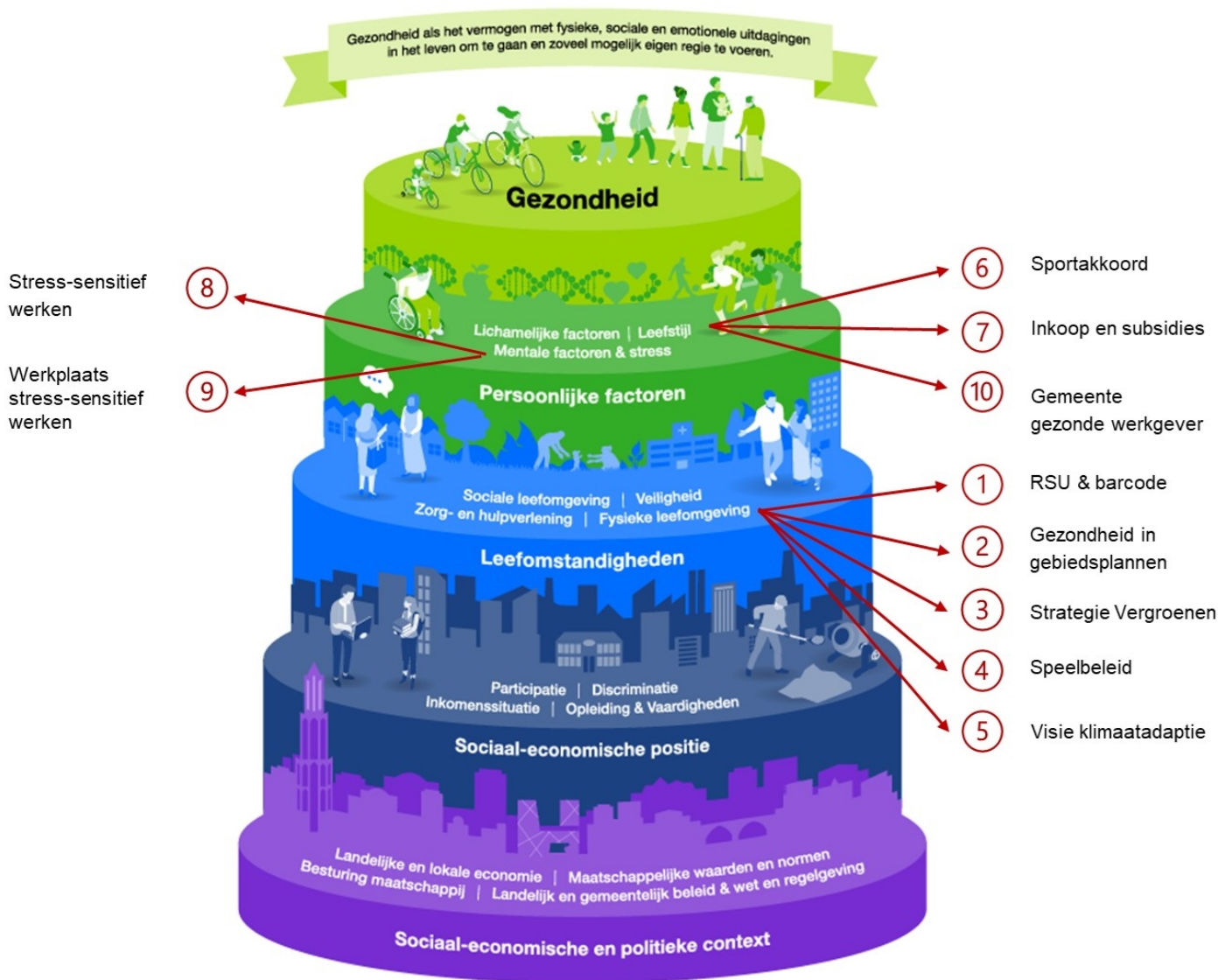
Figuur 1. Relatie tussen Utrechts gezondheidsmodel en 10 gemeentelijke opgaven (klik op het model voor een vergroting).

Voorbeelden link tussen gezondheid en breed gemeentelijk beleid

Het borgen van gezondheid in [de koers van de omgevingsvisie](#) vormt de brede beleidsbasis voor het werken aan gezondheid in ons gemeentelijk beleid. De afgelopen drie jaar is hard gewerkt om steeds bewuster de link leggen tussen al ons beleid en gezondheid. Hieronder staan enkele concrete

voorbeelden waaruit deze toename blijkt, weergegeven in het Utrechts gezondheidsmodel (Figuur 2). Deze voorbeelden worden kort toegelicht in de tabel op de volgende pagina.

Utrechts gezondheidsmodel



Figuur 2. Utrechts gezondheidsmodel

Toelichting op voorbeelden bij het Utrechts gezondheidsmodel (Figuur 2)	
①	De Ruimtelijke Strategie Utrecht (RSU) omarmt het Gezond Stedelijk Leven voor Iedereen als één van de uitgangspunten van de groei van de stad. De 'barcode' is het unieke Utrechtse instrument om groei in balans te helpen realiseren.
②	In de grotere (gebieds)ontwikkelingen wordt gezondheid standaard meegenomen in de gebiedsplannen. In het toetsteam worden kleine plannen aan het gezondheidsbeleid getoetst.
③	Er is een strategie voor groen opgesteld om het tempo van vergroenen fors te versnellen.
④	In 2022 is het nieuwe speelbeleid 'Spelen in je eigen buurt' vastgesteld.
⑤	In 2021 is de visie klimaatadaptatie vastgesteld, met daarin opgenomen een hitteplan voor de stad.
⑥	Sportakkoord: de connectie met inwonersinitiatieven is versterkt. Hierdoor is een breder scala van initiatieven bereikt waaronder partijen die een mix van sport- en leefstijlactiviteiten aanbieden. Een voorbeeld hiervan is een partij die sport, kookt en werkt aan een gezonde leefstijl voor kinderen uit Leidsche Rijn.
⑦	Inkoop en subsidies: gezondheid wordt steeds meer meegenomen in inkooptrajecten en subsidies. Voor inkoop is dit gerealiseerd bij: catering, huishoudelijke hulp en speeltoestellen. Daarnaast is gezondheid opgenomen in de opdrachtbrief voor vluchtelingenopvang.
⑧	Stress-sensitief werken: er is een gemeentebrede visie Menselijke maat ontwikkeld waar stress-sensitief werken een onderdeel van is. Meer dan 75 collega's hebben deelgenomen aan gemeentebrede workshops over stress-sensitief werken. En bij het ondernemersloket is aandacht voor psychische gezondheid.
⑨	Samen met partners in de stad (Buurtteam, U-Centraal) neemt de gemeente deel aan de ontwikkel werkplaats stress-sensitief werken, waarbij we met interdisciplinaire wijktraining ernaartoe werken om als hulpverlening dezelfde taal te spreken en geen extra stress toe te voegen in onze dienstverlening met de inwoner.
⑩	De gemeente wil als werkgever en als dienstverlener zelf ook het goede voorbeeld geven. In dat kader hebben we als gemeente 1) het ambitiesdocument 'gezonder voedingsaanbod in gemeentehuizen' ondertekend, 2) medewerkers kennis laten maken met positieve gezondheid, via een 'escape room' in eigen huis en 3) bewust meer aandacht gegeven aan 'financieel fitte werknemers'.

Hoofdstuk 2: Voortgang per speerpunt van het afgelopen jaar

Binnen de brede aanpak op de onderliggende oorzaken van gezondheid ligt de focus van het Volksgezondheidsbeleid 2019-2023 op 7 speerpunten. Met deze speerpunten verwachten we de meeste gezondheidswinst te behalen. Per speerpunt geven we de *highlights* weer van afgelopen jaar. We maken onderscheid tussen inzet op gezondheidswinst voor alle Utrechters en inzet op het vergroten van gelijke kansen op gezondheid en daarmee het verkleinen van gezondheidsverschillen. Op deze manier maken we zichtbaar hoe we ongelijk investeren om de meeste winst te boeken voor diegenen die dat het meeste nodig hebben.

Gezonde leefomgeving

Het speerpunt Gezonde leefomgeving verbindt maatschappelijke en ruimtelijke ontwikkelingen. Door kennis en expertise over gezondheid mee te nemen in intentiedocumenten, stedenbouwkundige programma's van eisen, bouwenvelopen, bestemmingsplannen, omgevingsvisies en tenders wordt concreet invulling gegeven aan gezond stedelijk leven voor iedereen. Zie voor een uitgebreide toelichting [dit filmpje](#). Dit werk was afgelopen jaar terug te zien in bijvoorbeeld:

- Het Stedenbouwkundig Plan van Eisen is vastgesteld voor het vroegere Pieter Baan Centrum (PBC). Deze locatie krijgt hoven als plek voor ontmoeting. De oever van de Kromme Rijn ontwikkelt zich tot groen oeverpark. Het PBC moet ruimte bieden voor woningen voor verschillende doelgroepen, een culturele broedplaats, horeca en voor werken.
- De bouwvelop voor de studententorens 'High Five' op het Utrecht Science Park is vastgesteld. Ideeën van studenten zijn gebruikt voor de inrichting van de begane grond en zal bestaan uit voorzieningen die ontmoetingen stimuleren en voorzieningen voor sport en ontspanning.
- Een uitgebreide houtstookcampagne is opgestart om houtstook te verminderen en daarmee bij te dragen aan schonere lucht. Daarnaast wordt er ook een houtstooktraining gegeven en een subsidie verleend om een vervuilde kachel te vervangen voor een schoner model of bij het verwijderen van het rookkanaal.
- De omgevingsvisie Binnenstad maakt de weg vrij voor een gezondere leefomgeving voor bewoners en bezoekers van de wijk door meer ruimte voor lopen, fietsen, groen en voorzieningen. In de binnenstad is ook besloten om de Strosteeg garage in 2028 te slopen. Zo zetten we weer een stap naar een gezondere stad met minder autoverkeer.
- Het nieuwe speelbeleid 'Spelen in je eigen buurt' is vastgesteld. De speelwijkscan van de wijk West is afgerond, komend jaar zetten we deze speelwijkscans voort in andere wijken.
- Er wordt steeds vaker gebouwd met hofjesstructuren, om stille plekken en geluidsluwe zijdes in de stad te realiseren.
- Bodemonderzoek en bodemsanering is gedaan bij verhoogde loodgehaltenes op kinderspeelplaatsen.
- In oktober 2021 is de nieuwe [Citydeal Gezonde en Duurzame Voedselomgeving](#) ondertekend. Meerdere steden, waaronder Utrecht, werken aan een pilot in hun stad om te experimenteren met (juridisch) instrumentarium. In Utrecht vindt de pilot plaats in ontwikkelingsgebied Cartesius.

Gelijke kansen op gezondheid

Een gezonde leefomgeving draagt bij aan ieders gezondheid, maar heeft het meest effect bij kwetsbare groepen. Deze groepen, mensen met een lager inkomen en/of opleiding, wonen vaak op minder gezonde plekken in de stad en ervaren vaker gezondheidsachterstanden. We hebben ook extra aandacht voor groepen met gezondheidskwetsbaarheden, namelijk ouderen en kinderen. We [onderzoeken het effect van verschillende interventies in de leefomgeving op gezondheid](#). Dit doen we samen met de Universiteit Utrecht en het UMCU. Het onderzoek wordt uitgevoerd in Overvecht, een wijk waar relatief veel gezondheidswinst te behalen valt. Wij onderzoeken drie interventies bij wijze van experiment: (1) een sociale renovatie van de Nigerdreef, (2) de sloop van de Ivoordreef, (3) groen in de wijk. De eerste resultaten van het onderzoek worden verwacht eind 2022.

We passen in alle projecten afstandscriteria tot de weg toe voor kwetsbare groepen, om hen te beschermen tegen de gezondheidsrisico's van luchtvervuiling. We werken aan de vertaling van het begrip ruimtelijke kansengelijkheid naar concrete doelen en regels in de omgevingswet. Dit betekent vaak ongelijk investeren voor gelijke kansen. Een gezonde en prettige plek in de stad bijvoorbeeld is erg aantrekkelijk voor de bouw van dure koopwoningen. De keuze juist op deze mooie plekken sociale huur te realiseren of juist bij sociale huur in extra groen te investeren, ligt voor initiatiefnemers en investeerders niet voor de hand en vraagt stevige keuzes.

Gezond en veilig opgroeien

We bieden gezinnen tijdig passende en samenhangende hulp en ondersteuning, met als doel problemen te voorkomen en te voorkomen dat kleine problemen uitgroeien tot grote problemen. Er is afgelopen jaar ingezet op onder andere:

- Met de Collectieve Aanpak zijn opvoedvragen voor en door ouders en kinderen vroegtijdig bespreekbaar gemaakt. De collectieve aanpak in Utrecht staat voor preventief, tijdig en snel inspelen op vragen uit de wijk van ouders en kinderen over opvoeden en opgroeien. Voorbeelden hiervan zijn BuKoJou, 'Hoera! 8 maanden' groepsbijeenkomsten, de collectieve aanpak op scheiden en de veel bezochte [webinars](#) met onderwerpen als '[de kracht van groep 7 en 8](#)'. We werken nu aan de borging en verbreding van de aanpak met partners zoals DOCK en Stichting JoU. Lees wat er afgelopen jaar is gedaan en behaald in [de monitor Collectieve aanpak opgroeien en opvoeden](#)!
- De samenwerking tussen de (kern)partners Voorschoolse Educatie (VE), Primair Onderwijs en Voortgezet Onderwijs is in coronatijd geïntensiveerd om kinderen in beeld te houden en waar nodig gezinnen te ondersteunen. Door het verstevigen van de samenwerking kunnen kinderen en hun gezin eerder de meest passende hulp ontvangen. De jeugdverpleegkundigen zijn nu zichtbaar als hét gezicht van de JGZ op school.
- Om het VE bereik te vergroten hebben we ingezet op verschillende acties, zoals een kwaliteitsslag in de samenwerking met partners en ouders in het toeleidingsproces. Een praktisch voorbeeld is de pilot in Overvecht waarbij een toeleider van de JGZ en de planner van de VE samen op één locatie zitten om ter plekke de ouders te helpen met de inschrijving van hun kind. Ook werft het team toeleiding een extra toeleider met als doel voldoende tijd en aandacht in het contact met ouders. Met bovenstaande acties geven we invulling aan [motie 29](#). Daarnaast is ingezet op het verbeteren van de gegevensuitwisseling door middel van de toeleidingsmonitor en betere communicatie richting ouders over VE, met behulp van tasjes met informatie over VE.
- Zoveel mogelijk door laten gaan van de dienstverlening van de Jeugdgezondheidszorg (JGZ). Ook afgelopen jaar heeft corona veel gevraagd van de flexibiliteit binnen de dienstverlening van de JGZ. Ondanks krapte is er met bijna alle kinderen en ouders contact geweest om kinderen zoveel mogelijk een gezonde en kansrijke start te geven.
- Het implementeren van de uitbreiding van het Rijksvaccinatieprogramma met de HPV-vaccinatie voor jongens. Zowel jongens als meisjes kunnen deze vaccinatie bij 10 jaar krijgen. En de JGZ heeft '[informed consent](#)' geïmplementeerd.



Gelijke kansen op gezondheid

De inzet op een Kansrijke Start is gericht op (aanstaande) gezinnen in een kwetsbare situatie gedurende de eerste 1000 dagen (-9 maanden tot 2 jaar). In mei 2022 heeft het RIVM [het online dashboard Kansrijke Start](#) gepubliceerd. Dit is een indicatorenset met informatie over de eerste 1000 dagen op gemeenteniveau. Hieruit blijkt dat Utrecht op vrijwel alle indicatoren voor, tijdens en na de zwangerschap gunstig scoort in vergelijking met de G4 en het Nederlands gemiddelde. Een

uitzondering vormt psychische problematiek: Utrecht scoort gelijk of licht ongunstig op dit gebied. Dit duiden we nog.

De afgelopen periode hebben we geïnvesteerd in gesprekken en de samenwerking met ouders en professionals voor een kansrijke start, door onder meer [interviews](#), spiegelgesprekken waarin ouders aan het woord zijn en professionals luisteren, en gesprekken over de speciale uitgave van de Volksgezondheidsmonitor Utrecht over [de eerste 1000 dagen](#). Er is geïnvesteerd in wijknetwerken en casusbesprekingen, en in het versterken van het sociale netwerk van ouders, samen met ouders. Hierdoor kunnen professionals ouders eerder passende zorg of ondersteuning bieden. Bijvoorbeeld met een huisbezoek van de JGZ al tijdens de zwangerschap. Samen met het geboortenetwerk Kanaleneiland is een conferentie georganiseerd over de zorg voor ongedocumenteerde (aanstaande) ouders. Voor (aanstaande) ouders op het AZC is een serie bijeenkomsten georganiseerd over ouderschap en opgroeien. In februari 2022 is met onze samenwerkingspartners de balans opgemaakt. Dit is gedaan onder meer op basis van de special [de eerste 1000 dagen](#) en de activiteiten die uitgevoerd worden binnen Kansrijke Start. De conclusie was dat er veel waardevolle inzet wordt gepleegd en het draagvlak groot is bij partijen in de stad voor doorontwikkeling op de actielijnen.

Een ander voorbeeld van inzet op gelijke kansen is *Taalaanloop*. Dit is een samenwerking tussen JGZ en Taal doet meer, voor kinderen vanaf 14 maanden tot 2,5 jaar die in aanmerking komen voor VE. Het doel is om het jaar voor de voorschool zo goed mogelijk te benutten op het gebied van taalstimulering. *Taalaanloop* bestaat uit ouder-kindgroepen en taalhuisbezoeken (een vrijwilliger komt een keer per week bij een gezin thuis). Afgelopen jaar zijn extra ouder-kindgroepen gestart in verschillende wijken. Op dit moment maken ongeveer 75 gezinnen hiervan gebruik en start de negende ouder-kindgroep in de stad. De aanpak wordt gemonitord in samenwerking met de Universiteit Utrecht.

Gezond gedrag

De ambitie van het speerpunt gezond gedrag is dat het maken van de gezonde keuze voor de hand ligt (gemakkelijk is) op de plekken waar Utrechters komen. Het gaat om keuzes op het gebied van voeding, bewegen, roken, seksuele gezondheid, middelengebruik en alcohol.

Afgelopen jaar is onder andere ingezet op:

- Rookvrij voor alle Utrechtse kinderen: Met de [Roadmap Rookvrije generatie](#) maken we plekken waar kinderen komen rookvrij. Dit doen we vanuit de ambitie: een rookvrije generatie in 2035. Een voorbeeld is de Alliantie Cultureel Utrecht Rookvrij. Utrecht is de éérste stad in Nederland waar kinderen op geen enkele plek in een museum met roken in aanraking komen.
- In 2021 voerden we een [kwalitatief onderzoek](#) uit naar voeding en bewegen in de Utrechtse kinderopvang.

Gelijke kansen op gezondheid

Bij de beoordeling van [subsidieaanvragen gezonde leefstijl](#) is onder andere getoetst op het criterium gezondheidsachterstanden van de doelgroep. Eén van de subsidieaanvragers die zich richt op een jonge doelgroep met risico op gezondheidsachterstanden is kinderopvang Ludens. Op twee locaties in Zuidwest kunnen zij nu een beweegvloer plaatsen. Hierdoor kunnen ongeveer 200 kinderen (van 2 tot 12 jaar) dagelijks bewegend leren. Voor



Utrecht ademt cultuur, geen rook. ✓

Na de zwembaden, dierenweides en beheerde speelplekken, zijn ook de Utrechtse musea vanaf vandaag volledig rookvrij. ➡ direct.to/hkhi



Afbeelding 1. Bord van de Alliantie Cultureel Utrecht Rookvrij

gelijke kansen op gezondheid is toegankelijkheid van informatie en zorg belangrijk. Dat betekent: cultuur sensitief werken en informatie aanbieden op vertrouwde plekken, zoals een buurtcentrum of moskee. Hiervoor organiseren wij bijvoorbeeld Fit & Gezond dagen waar inwoners laagdrempelig een gesprek over gezondheid en leefstijl kunnen hebben met een professional of een gezondheidstest kunnen doen (zoals: bloeddruk, BMI en diabetes). Afgelopen jaar zijn er, ondanks de coronamaatregelen, 11 Fit & Gezond dagen georganiseerd.



Afbeelding 2. Beweegvloer

Gezond rondkomen

Met dit speerpunt streven we ernaar dat alle Utrechters gezond kunnen rondkomen. Als er toch geldzorgen zijn, leidt dit niet tot chronische stress en is er ondersteuning die aansluit op wat er nodig is. De meeste inzet vanuit het speerpunt Gezond rondkomen is gericht op inwoners met een laag inkomen. Daarmee ligt de focus op gelijke kansen op gezondheid.

Gelijke kansen op gezondheid

De focus is de gezondheid van inwoners met een laag inkomen te verbeteren. Dit doen we door de [aandacht voor geld\(stress\)](#) bij eerstelijnszorgprofessionals te vergroten. Zo is er onder andere een pilot in een huisartsenpraktijk in Overvecht waar het Buurtteam Sociaal één dagdeel in de week zit zodat de professionals in de praktijk bij geldzorgen gelijk kunnen doorverwijzen naar het Buurtteam Sociaal. Ook zijn er webinars georganiseerd voor onder andere fysiotherapeuten in Utrecht over het herkennen, bespreekbaar maken en doorverwijzen bij geldzorgen. Dit alles doen we in samenwerking met ervaringsdeskundigen. Daarnaast is er een spiegelbijeenkomst georganiseerd voor geboortezorg professionals en sociaal domein professionals. Tijdens deze bijeenkomst deelden moeders met jonge kinderen hun verhaal en vertelden zij hoe ingewikkeld het is om met weinig geld kinderen gezond te laten opgroeien en dat dit stress geeft. Ook is er tijdens de scholing dag waar 150 JGZ professionals aan deelnamen uitleg gegeven over hoe de professionals gezinnen met geldzorgen kunnen ondersteunen. Dit jaar zijn er ook 250 gratis babypakketten beschikbaar gesteld vanuit St. Babyspullen waarbij geen verzendkosten betaald hoefden worden, om de drempel zo laag mogelijk te houden.

Fysiotherapeut: "Heel erg nuttig om hier meer over te horen en ervaringen te delen."

Kraamzorg professional: "Ik ben geraakt door de stress en schaamte die hierbij komt kijken. Ik denk dat wij in de kraamperiode meer open het gesprek over geld aangaan. Niet te zwaar maken."

Gezond werkgeverschap

Met het speerpunt Gezond werkgeverschap willen we bereiken dat bedrijven zich partner voelen – en als partner gedragen – van de Utrechtse maatschappelijke opgaven. De focus ligt op gezondheidswinst voor alle Utrechters. Afgelopen jaar is:

- Een breed gedragen eindadvies opgeleverd om Utrechtse werkgevers met één boodschap vanuit één gemeentelijke organisatie te benaderen.
- Specifieke [Utrechtse kennis verkregen over de relatie tussen werk en gezondheid](#) en gedeeld.

Psychische gezondheid

Het speerpunt Psychische gezondheid is gericht op de preventie en het verbeteren van de psychische gezondheid van jeugdigen (18-) en jongvolwassenen (16+ jaar)¹. In het speerpunt staan drie lijnen centraal. Voorbeelden waar afgelopen jaar aan gewerkt is:

1. *Het bespreekbaar maken van psychische gezondheid*
Jongvolwassenen: Medio december 2021 en op Blue Monday (17 januari 2022) zijn ruim 2000 [lichtjes uitgedeeld](#) aan jongeren in de stad om aandacht te vragen meer naar elkaar om te zien en met elkaar het gesprek aan te gaan over psychische gezondheid en psychische problemen. Tevens zijn er op Blue Monday webinars georganiseerd door de [Wachtverzachter](#) en [GeluksBV](#).
2. *Het stimuleren en uitbreiden van toegankelijke en laagdrempelige vormen van ondersteuning en zorg die de veerkracht versterken*
 - Laagdrempelig aanbod: De Wachtverzachter zorgt ervoor dat jongvolwassenen tijdens het wachten op passende (tweedelijns) zorg al kunnen werken aan herstel door de ondersteuning van ervaringsdeskundige leeftijdsgenoten. Bij de GeluksCafés ontmoeten jongeren elkaar, gaan in gesprek en werken aan inzicht en handelingsperspectief voor meer veerkracht, geluk en gezondheid. Daarnaast werkt het Netwerk Student&Zorg aan een verbeterde versie van de [routekaart Student&Zorg](#). En eind april 2022 is de website [Studentenzorgwijzer.nl](#) gelanceerd, waar studenten de mogelijkheden voor (laagdrempelige) hulp en ondersteuning in Utrecht zien.
 - Dialoogsessies Duurzaam perspectief voor veerkracht: Lokalis, Buurteam Sociaal, JoU, de Number 5 Foundation en de Nationale Jeugdgraad (NJR) zijn in co-creatie met jongeren in gesprek over hun toekomstperspectief. In de maanden maart en april 2022 zijn er 3 dialoogsessies met 30 jongeren gehouden. Op basis van de gesprekken wordt een agenda met bijbehorende acties opgesteld voor het hervinden van toekomstperspectief en het versterken van mentale gezondheid.
3. *Het versterken van vroegsignalering van psychische problemen*
Er worden trainingen [Mental Health First Aid](#) (MHFA) voor de vroegsignalering van psychische klachten en problemen ingezet bij onder andere jongerenwerk, vrijwilligersacademie, sportverenigingen, studentenverenigingen en onderwijsinstellingen. Daarnaast is onlangs het project [eerderisbeter.nl](#) gestart.

Gelijke kansen op gezondheid

- Onderzoek jongeren, armoede en psychische gezondheid: Medio 2022 start een groot onderzoek vanuit verschillende organisaties naar de verschillende factoren die samen een rol spelen bij de mentale gezondheid van de jongeren. Dit onderzoek wordt gefinancierd door de Nationale Wetenschapsagenda (NWA). In alle fasen van het onderzoek wordt er gesproken met de jongeren zelf, hun ouders, professionals en beleidsmakers om te zorgen dat hun expertise en ervaringen worden meegenomen in het project.

¹ De inzet op jongvolwassenen maakt onderdeel uit van de gemeentebrede opgave Duurzaam Perspectief voor jongeren/ jongvolwassenen.

- Bewustwordingsavonden jongeren mentale gezondheid: Begin 2022 heeft [MIX-2000](#) meerdere bewustwordingsavonden op het gebied van mentale gezondheid georganiseerd voor jongeren uit Hoograven, Overvecht en Kanaleneiland. In een kleine setting van 10 à 12 jongeren is er op een interactieve wijze stilgestaan bij het thema 'mentale gezondheid'.

Gezond ouder worden

Vanuit het speerpunt Gezond ouder worden werken we preventief aan het versterken van de gezondheid van senioren. De focus ligt op gezondheidswinst voor alle Utrechters. Voorbeelden van de inzet van afgelopen jaar:

- [Doortrappen](#): Dit programma is gericht op het ondersteunen van senioren in alle uitdagingen die zij tegenkomen bij het fietsen, zodat zij zo lang mogelijk veilig blijven fietsen. In het najaar van 2021 is de gemeente officieel tot Doortrappengemeente benoemd. Ook hebben de eerste twee Doortrappendagen plaatsgevonden in de wijk Overvecht. Er zijn nieuwe Doortrappendagen gepland in 2022, wederom in Overvecht en ook in Noordwest. Met de start in de wijk Overvecht is er extra aandacht voor gelijke kansen op gezondheid.
- Valpreventie: In 2022 is gestart met de stedelijke opschaling van het wijkprogramma [Vallen-Voorkomen](#). Dit programma is reeds geïmplementeerd in Oog in Al. Tot nog toe heeft een aantal wijken interesse getoond om hier ook mee aan de slag te gaan, namelijk Binnenstad, Zuidwest (Kanaleneiland, Rivierenwijk en Dichterswijk), Zuid (Lunetten en Hoograven) en West (Lombok). Er is een startbijeenkomst geweest in Binnenstad (april 2022) en in Kanaleneiland (mei 2022).

Tot slot

De gemeente werkt nu 3 jaar aan het Volksgezondheidsbeleid 2019 - 2023 'Gezondheid voor iedereen'. Zoals in deze voortgangsrapportage beschreven is, gaat het niet alleen om inzet op gezondheidsthema's als gezonde leefstijl en zorg, maar (juist) ook door het bevorderen van gezondheid via aanpalend beleid zoals gebiedsontwikkeling en armoedebelief. Ook in het komende, laatste jaar van deze notaperiode blijven we inzetten op gezondheid voor iedereen.