

# Doe mee met de Trendbreuk!



Zuid-Limburg wil de  
gezondheidsachterstand inlopen

Informatie voor professionals

trend**breuk**  
zuid-limburg

## Wat is de Trendbreuk?

Zuid-Limburg kent een hardnekkige gezondheidsachterstand die vaak van generatie op generatie wordt overgedragen. De 16 Zuid-Limburgse gemeenten, de provincie Limburg, de GGD en heel veel andere partijen willen die gezondheidsachterstand ten opzichte van de rest van Nederland in 2030 met een kwart hebben ingelopen. Deze gezamenlijke ambitie heet de Trendbreuk Zuid-Limburg.

## Wat houdt de gezondheidsachterstand in?



Inwoners van Zuid-Limburg leven korter.



Ze maken meer gebruik van jeugdhulp.



Ze leven korter in goed ervaren gezondheid.



Meer baby's hebben een aangeboren aandoening.



Ze hebben een ongezondere leefstijl.



Meer kinderen leven in armoede.



Ze hebben vaker overgewicht.



Kinderen hebben vaker een onderwijsachterstand.



Diabetes en hart- en vaatziekten komen vaker voor.



Tienerzwangerschappen komen vaker voor.



Ze hebben minder vaak betaald werk.

Dit is ten opzichte van de rest van Nederland. Cijfers staan o.a. in de bijlage van het regionaal gezondheidsbeleid [Zuid springt eruit 2020-2023](#) en in de [gezondheidsatlaszl.nl](#).



### **Wat is de oorzaak?**

Veel mensen denken dat vooral het eigen gedrag van invloed is op gezondheid. Feit is dat maatschappelijke omstandigheden minstens zo belangrijk zijn. Denk hierbij aan leefomgeving, huisvesting, werk en inkomen. Er is dus niet één oorzaak of één belangrijkste oorzaak van de gezondheidsachterstand van Zuid-Limburg. Er zijn diverse oorzaken die deels met elkaar samenhangen. Het rapport [Op zoek naar de Limburg-factor](#) geeft daar een goed inzicht in.

### **Wat zijn de gevolgen?**

De gevolgen zijn groot. Met (ernstige) gezondheidsproblemen kun je minder goed mee doen in de maatschappij en wordt het lastiger om je leven te leiden zoals je graag zou willen. Daarnaast zijn vitale mensen hard nodig voor de Zuid-Limburgse economie en voor vrijwilligerswerk. Tot slot wordt het voorkomen van gezondheidsproblemen steeds belangrijker om de zorg toegankelijk te houden. Kortom, het is in het belang van Zuid-Limburg en alle Zuid-Limburgers dat iedereen kans heeft op een gezonde toekomst. Dat geldt met name voor mensen met het grootste risico op een ongezond leven.

## Hoe pakt Zuid-Limburg het aan?

We leren van ervaringen in het verleden en kijken sámen vooruit. We weten steeds beter wat werkt en wat niet. De volgende uitgangspunten zijn de leidraad voor de Trendbreuk.

### **Samen**

Alleen samen kunnen we de trend breken.

### **Iedereen is nodig**

Overheid, burgers, onderwijs, jongeren, zorgverleners, zorgverzekeraars, maatschappelijke organisaties, kennisinstututen, bedrijfsleven, enz.

### **Gezondheid is overal**

Daarom betrekken we partijen op het gebied van onder meer armoedebestrijding, ruimtelijke ordening, milieu, sport, jeugd, arbeidsmarkt, economie en welzijn.

### **Langjarig**

Een trend breken vereist een langjarige, regionale aanpak.

### **Jeugd**

De focus ligt op de jeugd. We geven elke kind een kansrijke start.

### **Bewezen**

We zetten interventies in waarvan bewezen is dat ze effectief zijn. En als we iets nieuws uitproberen, laten we onderzoeken of het werkt.

### **Massa maken**

Als een interventie ergens goed loopt, wordt deze steeds verder uitgerold over de regio.

### **Hetzelfde aanbod**

Iedereen in de regio kan gebruikmaken van hetzelfde ondersteuningsaanbod. Het maakt niet uit in welke gemeente je woont.

## Wat gebeurt er concreet?

De aanpak draait om preventie. Dat houdt in: waar nodig vroegtijdig en kortstondig lichte steun bieden om later zware of langdurige ondersteuning te voorkomen. Die preventieve aanpak start heel vroeg, al voor de geboorte van een kind en loopt tot de volwassen leeftijd. In elke fase van het opgroeien bieden de Trendbreuk-partners interventies aan alle ouders, kinderen en jongeren en specifiek aan groepen die een extra steuntje kunnen gebruiken. Zo werken we aan een gezonde generatie. Een kind dat gezond opgroeit, kan het goede voorbeeld geven aan de volgende generatie. Dit heet de Trendbreuk-cyclus. Een overzicht van interventies staat op [www.trendbreukzuidlimburg.nl](http://www.trendbreukzuidlimburg.nl).

*De Trendbreuk-cyclus.*



Maar de aanpak omvat méér dan het uitvoeren van interventies. De Trendbreuk-partners vormen samen een netwerk waarin zij kennis vanuit verschillende domeinen samenbrengen, zoals het sociale-, omgevings- en gezondheidsdomein. Het versterken van de samenwerking tussen verschillende domeinen helpt enorm om (dreigende) gezondheidsproblemen vroegtijdig op te merken en snel passende steun te bieden.

### Voorbeeld van een interventie: Rookvrije Generatie

Nog steeds sterft er in Nederland elk half uur iemand aan de gevolgen van roken. Vanuit de Trendbreuk-ambitie werken diverse partijen samen aan een omgeving waarin kinderen rookvrij kunnen opgroeien. Zo'n omgeving komt zichtbaar dichterbij. De bekende blauwe Rookvrij-borden zijn steeds vaker te zien: op sportclubs, verenigingen, speeltuinen, schoolpleinen en dagattracties. Ook is er rondom de geboorte van een kind veel aandacht voor een rookvrij thuis.

DIT TERREIN IS



ROOKVRIJ

OP WEG NAAR EEN

ROOKVRIJE  
GENERATIE

trend  breuk  
zuid-limburg

## **Wie zijn er bij de Trendbreuk betrokken?**

De lijst van partijen die zich inzetten om de trend te breken wordt langer en langer. Zie [www.trendbreukzuidlimburg.nl/partners](http://www.trendbreukzuid limburg.nl/partners). Iedereen zet zich in op een manier die bij zijn organisatie past. De ene partij is vooral op de achtergrond actief om betere samenwerking voor elkaar te krijgen, de andere komt bij mensen thuis voor opvoedondersteuning. Weer een ander zet zich in voor een gezonde leefomgeving of sponsort de gezonde lunch.

## **Wat is er tot nu toe bereikt?**

Het besef groeit dat gezond blijven een van de belangrijkste gezamenlijke uitdagingen is. De Trendbreuk-ambitie is de manier waarop Zuid-Limburg hier werk van maakt. De Zuid-Limburgse aanpak wordt in het land vaak als goed voorbeeld genoemd. Onder andere door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, de Vereniging van Nederlandse Gemeenten en Pharos.

De focus in de Trendbreuk-aanpak ligt op de jeugd. Er zijn allerlei interventies gericht op gezond opgroeien opgestart. Het doel is om ze verder te verspreiden en te borgen, zodat elke interventie in elke gemeente beschikbaar komt.

Uit een recente effectmeting (2022, [Sociale Agenda Limburg](#)) is gebleken dat Limburg op veel gebieden trendvolgend is. Waar Nederland het beter doet, doet Limburg dit ook. De achterstand is dus niet groter geworden. Dat is winst. Maar de verschillen tussen Limburg en met name Zuid-Limburg en Nederland zijn nog niet kleiner geworden. Er is nog geen sprake van een trendbreuk.

## **Waarom is er nog geen trendbreuk?**

Ten eerste. Het realiseren van een trendbreuk vraagt tijd. Het kan een generatie duren voordat een verandering goed zichtbaar wordt. Na een voorbereidingsperiode zijn we pas in 2019 echt van start gegaan. Ten tweede. De Trendbreuk draait om preventie. Het belang van preventie wordt steeds meer onderkend, maar dat is lang niet altijd zo geweest. Ten derde. Veel gezondheidsproblemen hebben geen lichamelijke oorzaak. De gezondheidsklachten komen bijvoorbeeld voort uit slechte huisvesting, zwaar werk, geldzorgen of een ongezonde leefomgeving. De partijen die op die terreinen kunnen bijdragen aan een gezonder Zuid-Limburg zijn zich daar vaak nog niet van bewust. Hun bijdrage is wel heel hard nodig!

## Welke partijen zijn precies nodig?

Iedereen kan bijdragen, omdat gezondheid nauw verweven is met veel andere maatschappelijke domeinen. Een paar voorbeelden:



### *Arbeidsmarkt*

Het belang van een gezonde werkplek ligt voor de hand. Dat gaat verder dan veilig omgaan met stoffen die gevaarlijk zijn voor de gezondheid of een bedrijfsrestaurant met broodjes gezond. Denk ook aan flexibilisering van werk, tijdelijke contracten, nulurencontracten, hoge werkdruk, een lage beloning of een sociaal onveilige werkplek. Het kan direct of indirect (stress!) invloed hebben op de gezondheid.



### *Kinderopvang en onderwijs*

Veel scholen in het primair en voortgezet onderwijs en kinderopvangorganisaties besteden aandacht aan gezondheid. Bijvoorbeeld door mee te doen aan activiteiten van het programma Gezonde School. Dat begint zelfs al op de voorschoolse opvang met Gezonde Kinderopvang. Een slimme zet, want gezonde leerlingen, die goed in hun vel zitten, presteren beter. Bovendien is het aanleren van gezond gedrag op jonge leeftijd een van de beste investeringen in je toekomst.



### *Ruimtelijke ordening*

De manier waarop de omgeving is ingericht heeft invloed op de gezondheid. Een gezonde leefomgeving nodigt uit om te bewegen, spelen, sporten en elkaar te ontmoeten en helpt om gezonde keuzes te maken. Ook doet het mensen in allerlei opzichten veel goed als ze in een prettige omgeving met voldoende groen leven. Met in hun eigen buurt veilige wandel- en fietspaden, bankjes, trapveldjes of een plek voor een work-out.



### *Milieu*

Milieu is een veelomvattend begrip. Hier gaan we in op de luchtkwaliteit. Die is de afgelopen jaren verbeterd in Limburg, maar nog lang niet genoeg. De buitenlucht die Limburgers inademen is vergelijkbaar met het passief meeroken van ruim 4 sigaretten per dag. Limburgers leven gemiddeld bijna 11 maanden korter door luchtverontreiniging. Een lagere blootstelling aan luchtverontreiniging levert altijd gezondheidswinst op.





*“Trendbreuk richt zich niet alleen op meer bewegen of gezond eten. Het gaat ook over het creëren van een Zuid-Limburg waarin het makkelijk is om gezonde keuzes te maken.”*

*Leon Geilen, voorzitter stuurgroep Trendbreuk Zuid-Limburg*

## Hoe kan mijn organisatie bijdragen?

Elke organisatie kan bijdragen aan een gezonder Zuid-Limburg. Hoe? Kort gezegd: houd in de plannen, het beleid en de werkwijze rekening met gezondheid. Kijk niet alleen naar financiële winst, maar ook naar gezondheidswinst. Voldoe niet enkel aan de wettelijke verplichtingen, maar doe vooral wat de inwoners van Zuid-Limburg nodig hebben om gezond te kunnen leven. Help de gezonde keuze tot de vanzelfsprekende keuze te maken. Daarbij is het belangrijk om geen geld en energie te verspillen, bijvoorbeeld doordat er onbedoeld overlap zit tussen activiteiten. Neem daarom bij de eerste ideevorming gerust contact op met het programmamangement Trendbreuk.



# Samen zijn we Trendbreuk



## Programmamanagement Trendbreuk

GGD Zuid Limburg

### Meer informatie

✉ [trendbreuk@ggdzl.nl](mailto:trendbreuk@ggdzl.nl)

☎ 088 880 53 01

🌐 [www.trendbreukzuidlimburg.nl](http://www.trendbreukzuidlimburg.nl)

🌐 @Trendbreuk Zuid-Limburg

©Trendbreuk Zuid-Limburg, 2023

