

## GEZONDHEIDSRAAD

Zitting van 13 februari 2023

### **Aanwezig:**

Hans Crol	Schepen	Gemeenteraadslid
Erika Van Uytven	lid	LOGO
Francine De Becker	lid	persoonlijk
Griet Janssens	secretaris	administratie
Dhaima Oosterlinck		
Sandra Soetemans		

Verontschuldigd: Patricia Pluym, Wouter Decat, Paul Andries, Kirsten Van der Auwera, Jos Landuyt

---

### **1. Verslag gezondheidsraad 13 februari 2023**

Geen opmerkingen.

### **2. Bewegen Op verwijzing**

Er zijn 2 nieuwe coaches in Boortmeerbeek: Jasmien Van Damme en Jolente Dejaegher.

Er is een nieuwe overeenkomst tussen de gemeente en LOGO, deze kost de gemeente 0.04 EUR per inwoner...

Kiezen voor een actievere levensstijl? Dat wordt nog makkelijker. Want Bewegen Op Verwijzing breidt uit! Vanaf nu kunnen niet alleen (huis)artsen doorverwijzen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach, maar ook podologen, ergo- en kinesitherapeuten, maatschappelijk werkers, apothekers, vroedvrouwen, diëtisten, psychologen en verpleegkundigen.

Vorig jaar schakelden 2.258 Vlamingen een Bewegen Op Verwijzing-coach in om hen te helpen om meer te bewegen. En met succes, want maar liefst 92% was tevreden met het resultaat.

#### **Wat doet een Bewegen Op Verwijzing-coach?**

Een Bewegen Op Verwijzing-coach zorgt voor professionele begeleiding en maakt een beweegplan op maat. De coach motiveert, ondersteunt en helpt waar nodig. Elke stap naar meer beweging telt. Daarna is het aan de patiënt/cliënt om te gaan bewegen. En dat kan soms simpel zijn: door al fietsend naar het werk te gaan, bijvoorbeeld. Of door een wekelijkse wandeling te maken met familie of vrienden. De coach weet ook welke activiteiten en sporten gemeenten en verenigingen aanbieden. Want ook zij doen mee aan Bewegen op Verwijzing. In 82% van de Vlaamse en Brusselse gemeenten vind je deze begeleiding al.

#### **Wie komt in aanmerking?**

In eerste instantie denken we aan diegenen waarvan je weet dat ze weinig bewegen en/of vaak lang stilzitten. Maar ook bij aandoeningen, zoals overgewicht en obesitas, chronische nek- en rugpijn, diabetes type I en II, depressie, hypertensie, angst, ... is lichaamsbeweging aanbevolen. Ontdek 32 aandoeningen waarbij beweging helpt op [www.bewegenbijziekte.be](http://www.bewegenbijziekte.be).

### **Waarom een verbreding?**

Wie beroep wil doen op een kwaliteitsvolle en betaalbare coach, heeft een verwijsbrief nodig. In eerste instantie werd die gegeven door de huisarts. Maar omdat het voor een goede preventieve gezondheidszorg essentieel is om zoveel mogelijk mensen in beweging te zetten en omdat andere beroepsgroepen ook vragende partij waren, krijgen nu meer hulpverleners de kans om door te verwijzen. Door deze verbreding creëren we een multidisciplinaire aanpak en kunnen we meer mensen helpen.

### **Bewegen Op Verwijzing werkt**

Bewegen Op Verwijzing via andere zorgverleners werd vorig jaar in 12 pilootregio's uitgetest. Daaruit blijkt dat de aanpak van de coaches werkt: 75% van de participanten had op het einde van het traject de beweegdoelstelling volledig behaald en 17% gedeeltelijk. Die positieve cijfers worden nog eens weerspiegeld in het feit dat 8 op de 10 verwijzers ook in de toekomst opnieuw gebruik willen maken van Bewegen Op Verwijzing.

### **Ondersteuning**

Hulpverleners staan er dus niet alleen voor om hun patiënten/cliënten in beweging te zetten! Iemand doorverwijzen kan op verschillende manieren: via de [online verwijstool](#), een papieren verwijsblok (te bestellen op [www.bewegenopverwijzing.be](http://www.bewegenopverwijzing.be)) of een eigen verwijsbrief. Een officiële verwijsbrief motiveert de patiënt/cliënt en zorgt ervoor dat ze, aan een erg voordelig tarief, beroep kunnen doen op een professionele en goed opgeleide Beweging Op Verwijzing-coach.

Bewegen op Verwijzing wordt gefinancierd door het departement Zorg en gecoördineerd door het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw samen met verschillende partners, zoals de Vlaamse Logo's, VIVEL, Domus Medica, de mutualiteiten en VVSG.

Meer weten? Volg dan de korte [e-learning](#) op [gezondlevenacademie.be](http://gezondlevenacademie.be). Ook op [www.bewegenopverwijzing.be](http://www.bewegenopverwijzing.be) vind je meer info.

### **Dé lokale Beweging Op Verwijzing-coach**

Nodig jouw coach in de buurt uit voor meer info op lokaal niveau. Hij/zij licht de zorgverleners graag in over de lokale werking en noden. Uiteraard komen tips en lokale promotiematerialen mee aan bod!

## **3. 10.000 stappen 2024 met focus op lokale beweegacties ism lokale verenigingen**

- Registratie voor 31 januari, samen met verenigingen de bevolking aan het stappen krijgen.
- In 2024 worden alle steden en gemeenten aangemoedigd om beweegacties te organiseren voor hun inwoners in samenwerking met lokale verenigingen en organisaties.
- Oproep om lokale beweegacties te registreren op UiT in Vlaanderen met toevoeging van het label 10.000 stappen. Door te registreren maak je kans op prijzen. Eind 2024 worden er meerdere winnaars gekozen uit alle geregistreerde acties.
- Beschikbare materialen:
  - o Actiefiches met inspiratie voor een aantal beweegacties (zeker linken met bestaande wandelingen, acties als gelukswandeling, Warme William wandeling, ipitup-bank, groepscoaching door de Beweging Op Verwijzing coaches) in samenwerking met verenigingen. Je vindt er ook tips en aandachtspunten bij de organisatie ervan.

- E-learning van 10.000 stappen
  - 10.000 stappen promomateriaal, te bestellen via webwinkel, link staat vanaf 2024 op deze site staan: [2024: Lokale beweegacties i.s.m. het verenigingsleven | Gezond Leven](#)
  - Prijzenpakket voor elk lokaal bestuur dat deelneemt aan de stappenclash om lokaal te verloten.
- Vlaamse 10.000 stappenclash
- 1 tem 31 mei 2024
  - Virtuele stappenuitdaging tussen Vlaamse steden en gemeenten. De afgelegde route wordt gevisualiseerd op een wereldkaart.
  - Via online stappenregistratietool [www.10000stappen.be](http://www.10000stappen.be) of de app van 10.000 stappen.
  - Alle deelnemende gemeenten en steden worden naargelang het aantal inwoners ingedeeld in een categorie (<10.000 inwoners, 10.000 – 20.000, 20.000 – 50.000 en > 50.000). Per categorie is er een afzonderlijk klassement. De stad/gemeente die na 1 maand in zijn categorie de meeste stappen zet, is de winnaar
  - Tijdslijn
    - Tot en met 31 januari 2024: inschrijven voor de stappenclash via link op website logo
    - Februari-maart 2024: gratis pakket gepersonaliseerd promomateriaal bestellen. Levering bij lokaal bestuur
    - Maart – april 2024: communicatie en promo voeren naar de inwoners zodat ze zich registreren voor de clash
    - 1 tot en met 31 mei: stappenclash
    - Juni 2024: winnaars stappenclash ontvangen hun prijzen (tip; niet de prijs aan degene met meeste stappen maar wel aan de persoon die de grootste vooruitgang boekte)
  - Een deelnemende gemeente krijgt als groep een plaats in de online stappentool. De inwoners kunnen zich dan met een eenvoudige klik registreren als deelnemer in de groep. Inwoners geven dan elke dag hun aantal stappen in. Op voorhand moet dit goed gecommuniceerd worden in het BMB nieuwskrantje. Bekijken wat er kan van deze actie met het gemeentepersoneel

#### **4. Actiemaand bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker**

Januari is de internationale maand in de strijd tegen baarmoederhalskanker. Ook de Vlaamse overheid en het Centrum voor Kankeropsporing organiseren een campagne om het belang van vroegtijdige opsporing van baarmoederhalskanker te benadrukken.

**Ik doe het straks wel.**  
Eerst nog even een mailtje sturen.

**GEEN EXCUSES.  
LAAT EEN UITSTRIJKJE  
NEMEN.**

**BLA BLA BLA**

ONDERZOEK VOOR VROUWEN  
VAN 25 TOT EN MET 64 JAAR

BEVOLKINGS  
ONDERZOEK  
BAARMOEDER  
HALSKANKER



Ontdek hoe ook jij kan deelnemen op [www.baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be](http://www.baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be)

Misschien herken je de BlaBlaBlacampagne wel op de Radio of van op grote reclamepanelen langs winkelcentra?

**Ik doe het straks wel.**  
Eerst nog even mijn Facebook checken.

**BLA BLA BLA**

**GEEN EXCUSES. LAAT EEN UITSTRIJKJE NEMEN.**

Ontdek hoe ook jij kan deelnemen op [www.baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be](http://www.baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be)

Het Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker moedigt alle vrouwen tussen 25 en 64 jaar aan om een uitstrijkje te laten nemen. Door om de drie jaar een uitstrijkje te laten nemen, kan de aandoening al in een vroeg stadium worden opgespoord en behandeld. De behandeling is dan ook minder zwaar en je herstelt sneller.

Drie jaar is zo voorbij. Krijg je graag een herinnering in je mailbox als het weer tijd is voor een uitstrijkje? Schrijf je dan [hier](#) in.

## 5. Mammobiel

Vanaf 6 november 2023 tot en met vermoedelijk 22 november 2023 komt de mammobiel terug naar Boortmeerbeek voor het tweejaarlijks bevolkingsonderzoek naar borstkanker.

In 2021 bedroeg de dekkingsgraad door screening binnen het bevolkingsonderzoek van Boortmeerbeek 44,5%. U kan deze cijfers raadplegen via volgende website: [bevolkingsonderzoek.incijfers.be](http://bevolkingsonderzoek.incijfers.be)

Om de volledige gezondheidswinst uit dit programma te halen zou deze graad minstens 70% moeten zijn. De ondersteuning van de actie door het lokale bestuur en de huisartsen uit uw gemeenten zijn zeer belangrijk om dit te verhogen.

Dit jaar ontvingen de huisartsen een brief met campagnemateriaal op de patiënten gericht te informeren.

De cijfers van 2022 eind dit jaar gekend.

## **6. Warme William banken/ geluक्सwandering/Warme William wandeling?**

De warme William banken werden geplaatst aan de 4 verschillende basisscholen. Vanuit de wegwijzer in het dorp van de gemeente start de warme William wandeling. Vorige week werden al de pancartes langs de route geplaatst. Hans maakt een tekst om te publiceren op onze website:

We maken nog een qr code aan en een gpx om te plaatsen aan dit artikel. We zouden graag 'de opening' van de William wandeling koppelen aan de lanceringsengagement van de 10 000 stappen-clash. We kunnen dit eventueel doen in samenwerking met de scholen. Via logo kan het warme William-berepak aangevraagd worden zodat William aanwezig is bij de opening.

In de habobib Schiplaken zouden we ook kunnen vragen of zij daar met een thematafel iets rond willen doen.

*Beste wandelaar, jong en oud: welkom bij de Warme William-wandeling!*

*Ongetwijfeld had je Warme William al gezien aan één van de vier scholen in Boortmeerbeek, Hever en Schiplaken? Het is de grote, blauwe beer die als mascotte een luisterend oor biedt, het is iemand die vraagt hoe het écht met je gaat. Warme William staat immers voor verbondenheid en welbevinden bij kinderen en jongeren.*

*Hij neemt je nu ook mee op een mooie wandeling doorheen onze gemeente. Onderweg kom je allerlei opdrachten en tips tegen, en regelmatig ook een letter. Maak onderweg zeker ook foto's of filmpjes en post deze op je Facebook of Instagram. Gebruik daarbij zeker ook @warmewilliam en @boortmeerbeek!*

*Veel wandelplezier!*

Daarna volgt een omschrijving van het parcours. Een plannetje van de wandeling voegen we hier nog aan toe en dan kunnen we dit publiceren.

## **7. Mededelingen en varia**

- Sandra en Dhaima stellen zich voor. Ze gaan in de toekomst gezondheid opvolgen.
- Planning 2024:
  - 26 februari 2024: 19 uur onder voorbehoud van gemeenteraad
  - Dinsdag 4 juni 2024: 19 uur
  - 7 oktober 2024: 19 uur

Volgende vergadering: maandag ?????? 19 uur in het gemeentehuis

Hans Crol  
Schepen van gezondheid

Karin Derua  
Burgemeester

---