



VISIENOTA LEEFSTIJL

2018-2022



Gemeente
EDAM
VOLENDAM

Ondernemend en betrokken.



Gemeente
EDAM
VOLENDAM

Inhoudsopgave

1. Inleiding	4
2. Ontwikkelingen bevolkingssamenstelling en huidige gezondheidssituatie Edam-Volendam	7
3. Prioriteiten en evaluatie uit vorig beleid	8
4. Beleidsformulering	11
5. Evaluatie en monitoring	19
6. Financiën	20
7. Overzicht doelstellingen en maatregelen	21
8. Bronnen	23

1. Inleiding

Voorwoord

Voor u ligt de nota leefstijl 2018-2022. De gemeente is wettelijk verplicht om een nota vast te stellen vanuit de Wet Publieke Gezondheid (Wpg) binnen twee jaar na het verschijnen van de landelijke nota in de kamerbrief van 4 december 2015, maar ziet zelf ook de noodzaak van het hebben van beleid op de leefstijl van haar inwoners. De lokale problematiek omtrent onder andere alcohol- en drugsgebruik, gokken en overgewicht laten het belang van een visie op een gezonde leefstijl zien. Landelijk is de wens dat gemeentes zich richten op de volgende speerpunten: roken, overmatig alcoholgebruik, (ernstig) overgewicht, bewegen, depressie en diabetes. Daarbij is het belangrijk om als gemeente aan te geven hoe preventie hierin een plek krijgt.

Het valt op dat de focus in de landelijke nota meer ligt op het vermogen van mensen om met fysieke, psychische of sociale uitdagingen om te gaan in plaats van waar deze uitdagingen hen beperken. Dit houdt in dat er meer gestreefd gaat worden naar positieve gezondheid. De mens staat hierin centraal, en niet de ziekte of beperkingen. Er zijn naast een ziekte of bepaalde beperkingen een heleboel vlakken waarop een mens wel gezond is. Het versterken van deze vlakken zorgt ervoor dat de persoon in zijn/haar kracht wordt gezet. Preventie krijgt hierin een prominente plek, waarin integraliteit met andere domeinen centraal staat. In deze nota zal dit dan ook meegenomen worden.

De problematiek die beschreven wordt in de landelijke nota komt ook naar voren in de lokale en regionale cijfers van de GGD Zaanstreek-Waterland. Op basis van de landelijke wensen, de regionale en lokale cijfers van GGD Zaanstreek-Waterland en een evaluatie van de vorige nota Leefstijl zal in gemeente Edam-Volendam de focus liggen op de volgende punten:

- Fysieke gezondheid
- Psychische gezondheid
- Terugdringen van genotmiddelengebruik

Tijdens het schrijven van de nota Leefstijl 2018-2022 loopt er parallel een proces voor een overkoepelend document Ambities en Kaders Sociaal Domein Edam-Volendam. De nota Leefstijl 2018-2022 sluit hier naadloos op aan en kan gezien worden als een verdieping op de Ambities en Kaders. In deze nota is specifiek ingegaan op de kernwaarden van de gemeente, wat als rode draad door de nota Leefstijl 2018-2022 en de Ambities en Kaders Sociaal Domein Edam-Volendam loopt. Door als gemeente in te zetten op een gezonde leefstijl stellen we inwoners in staat om deel te nemen aan een inclusieve samenleving.

Het wettelijke kader

Het wettelijke kader voor het gezondheidsbeleid wordt gevormd door de Wet publieke gezondheid (Wpg). Primair zijn gemeenten vanuit deze wet verantwoordelijk voor de volgende taken:

- Algemene bevorderingstaken (artikel 2), onder andere de afstemming van de publieke gezondheidszorg met de curatieve gezondheidszorg, epidemiologie, gezondheidsbevordering en medische milieukunde.
- Jeugdgezondheidszorg tot 19 jaar (artikel 5).
- Ouderengezondheidszorg vanaf 65 jaar (artikel 5a).
- Infectieziektebestrijding (artikel 6).

- Het in stand houden van een GGD (artikel 14) voor de uitvoering van taken op het gebied van publieke gezondheidszorg. Dat wil overigens niet zeggen dat alleen de GGD deze taken uitvoert.

Bovenstaande wettelijke taken uit de Wpg zijn bij de GGD belegd. De beleidsvrijheid die de gemeente binnen de Wpg heeft, verschilt per taak. Op het gebied van jeugdgezondheidszorg (basistakenpakket) en infectieziektebestrijding zijn de taken van de gemeente duidelijk omschreven en laat de Wpg weinig ruimte voor eigen beleid. Op het gebied van de algemene bevorderingstaken (vooral gezondheidsbevordering) en de ouderengezondheidszorg is sprake van beduidend meer gemeentelijke beleidsvrijheid. Het Rijk stelt enige kaders voor deze taken, maar gemeenten hebben bij de invulling ervan veel ruimte voor eigen keuzes. Zo zal in de gemeente Edam-Volendam vanuit Wmo en het voorliggend veld meer focus komen op het thema eenzaamheid. Deze keuzes worden vastgelegd in de nota gemeentelijk gezondheidsbeleid (welke in Edam-Volendam nota Leefstijl is) die de gemeente volgens de Wpg (artikel 13) elke vier jaar opstelt.

De gemeente Edam-Volendam voldoet aan eisen die de Wpg stelt door het in stand houden van de GGD Zaanstreek-Waterland (artikel 14). De afspraken die gemeente heeft gemaakt samen met de andere gemeenten in de regio zijn vastgelegd in de gemeenschappelijke regeling GGD. Dit betekent bijvoorbeeld dat de GGD jaarlijks een begroting maakt, doelstellingen stelt en deze verantwoordt aan de gemeenteraad. Ook is de GGD Zaanstreek-Waterland verantwoordelijk voor de uitvoering van artikel 2, artikel 5 (jeugdgezondheidszorg) en artikel 6 (infectieziektebestrijding). Artikel 5a (ouderengezondheidszorg) wordt in de gemeente Edam-Volendam uitgevoerd door andere organisaties en door de gemeente zelf.

Ambities en kaders

Om onze ambities waar te kunnen maken, heeft het college een aantal kernwaarden omschreven. Deze kernwaarden komen terug in alles wat de gemeente onderneemt. Wij verbinden, tonen leiderschap, zijn wendbaar en geven vertrouwen. In de nota Leefstijl zijn deze kernwaarden dan ook in alles terug te vinden.

Verbinden

De nota Leefstijl heeft erg veel raakvlakken met andere beleidsterreinen en is bij uitstek geschikt om verschillende domeinen met elkaar te verbinden. Dit blijkt uit de aanpak van kinderen met overgewicht, waar de beleidsterreinen sport, leefstijl en jeugd met elkaar verbonden worden. Niet alleen worden domeinen met elkaar verbonden, ook de kennis en expertise vanuit het veld komt met elkaar in aanraking. Om de kennis en expertise vanuit het veld te gebruiken, worden de plannen en activiteiten samen met de partners bedacht en besproken.

Leiderschap

Met de nota Leefstijl nemen we het initiatief en de verantwoordelijkheid om de inwoners van deze gemeente zo gezond mogelijk te laten deelnemen in de maatschappij. Dit blijkt bijvoorbeeld uit het opzetten van een duurzame, integrale aanpak op het genotmiddelengebruik. Hierbij staan wij open voor vernieuwing, maar houden we ook oog voor de initiatieven die al een plek hebben in de gemeente.

Wendbaar

Maatschappelijke ontwikkelingen op het gebied van leefstijl komen en gaan. Dit vraagt om flexibiliteit. Toch is het wenselijk een duurzaam beleid te creëren, om daadwerkelijk veranderingen teweeg te kunnen brengen. Om goed in te kunnen spelen op de veranderende maatschappij zijn de

doelstellingen op hoofdlijnen beschreven zodat er ruimte blijft om in te springen op de maatschappelijke ontwikkelingen. Dit is een verandering ten opzichte van de Nota Leefstijl 2013-2016, waar hele specifieke doelstellingen beschreven waren. Ter illustratie: in de nota Leefstijl 2013-2016 was de doelstelling het aantal jongeren ooit softdrugs heeft gebruikt terugbrengen naar 12% en in de nota Leefstijl 2018-2022 staat enkel het teweegbrengen van een daling.

Vertrouwen

Voor het verkrijgen van de kennis en kunde uit het veld is vertrouwen tussen de partners en de gemeente noodzakelijk. Om het vertrouwen te bewerkstelligen hebben we korte lijnen met de partners in het veld en faciliteren we waar nodig in de korte lijnen tussen de partners. De gemeente is bereikbaar en als initiatiefnemer nauw betrokken. Dit komt naar voren uit het partneroverleg dat opgesteld is om gezond gewicht in de gemeente te bevorderen, waar de gemeente samen met de kennis en kunde uit het veld een agenda opstelt en activiteiten en vorderingen bespreekt.

Leeswijzer

De nota Leefstijl 2018-2022 is als volgt opgebouwd. In hoofdstuk twee is een overzicht waarin een huidige stand van zaken geschetst met betrekking tot de bevolkingssamenstelling en de gezondheidssituatie. In hoofdstuk drie vindt een terugblik plaats, waaruit een aantal zaken benoemd gaan worden wat nu in de gemeente speelt en de aandacht verdient in dit beleid. In hoofdstuk vier staat dan de beleidsformulering, waarna in hoofdstuk vijf een evaluatieschema is weergegeven. In hoofdstuk zes is een schematische weergave van de financiën te zien en volgt tot slot in hoofdstuk zeven de bronvermelding.

Voor inzicht in de gezondheidssituatie van de inwoners van Edam-Volendam is gebruik gemaakt van cijfers van GGD Zaanstreek-Waterland. Dit betreft het E-MOVO onderzoek in 2013-2014 en de gezondheidsmonitor onder 0-11 jarigen en volwassenen en senioren in 2016. De GGD werkt met een onderzoek cyclus, waarbij elke vier jaar onderzoek herhaald wordt. Er is dus door de jaren heen een goede vergelijking mogelijk.

2. Ontwikkelingen bevolkingssamenstelling en huidige gezondheidssituatie Edam-Volendam

In Edam-Volendam wonen in 2016 35.465 mensen. Hiervan is 49,9% mannelijk en 50,1% vrouwelijk. Onder deze inwoners heeft 8,3% een migranten achtergrond. Dit zou nog iets kunnen toenemen door de plaatsing van statushouders de komende jaren. In totaal zijn er sinds 2015 195 statushouders gehuisvest in de gemeente, waarvoor in een plan gericht op participatie en integratie van de statushouders in de gemeente ook de gezondheid is meegenomen.

De landelijke trend van vergrijzing is ook in Edam-Volendam zichtbaar. Op dit moment is 20% van de bevolking 65+, maar in 2040 zal dit 29% zijn terwijl het aantal kinderen gaat dalen. Ook is de verwachting dat het aantal mensen met dementie stijgt van 360 in 2015 naar 1.000 in 2040. Het beleid zal zich daarom nog meer gaan richten op preventie, waaronder de preventie van eenzaamheid en het langer kunnen thuis blijven wonen. Meer informatie hierover is te vinden in het uitvoeringsplan van de Wmo, dat nog in ontwikkeling is.

Van de inwoners van gemeente Edam-Volendam ervaart ongeveer 80% een goede gezondheid. Bij jongeren en kinderen is dit zelfs nog hoger. Uit onderzoek blijkt dat 96% van de kinderen hun eigen gezondheid als zeer goed ervaren. Ook met de jongeren gaat het goed: slechts 1.7% van de jongeren uit de tweede en vierde klas ervaart hun gezondheid als niet zo best of slecht. In de regio is het onveranderd gebleven, maar in de gemeente betekent dit een daling van 1.3%. Binnen de verschillende kernen zitten hier geen noemenswaardige verschillen tussen. Dit betekent dat de inwoners van deze gemeente zeer positief gestemd zijn over hun eigen gezondheid.

3. Prioriteiten en evaluatie uit vorig beleid

Vanwege de fusie met voormalig gemeente Zeevang zijn er twee nota's: de nota leefstijl 2013-2016 vanuit gemeente Edam-Volendam en de nota gezondheid 2013-2016 vanuit Zeevang. Er is in beide nota's ingezet op drie onderwerpen:

- Alcohol, drugs, gokken en roken (genotmiddelenbeleid)
- Gezond gewicht (met name voeding)
- Psychische gezondheid

Genotmiddelenbeleid

Dit hoofdstuk betrof doelstellingen gericht op alcohol, drugs, gokken en roken. Bij het gebruik van alcohol en drugs en bij het roken was het doel een afname te creëren. Dit zou bereikt worden met meer voorlichting over alcohol en drugs, georganiseerd door partners zoals Brijder en de GGD. Om roken in de gemeente te verminderen is het landelijk beleid gevolgd. Met succes: Deze preventieve acties vertalen zich door in een afnemende trend in rokers in de regio. De doelstellingen van roken dus gehaald.

Ondertussen is de leeftijdsgrens om alcohol te drinken verhoogd naar 18 jaar. Het blijkt dat het aantal minderjarigen dat drinkt en drugs gebruikt is afgenomen. Alleen bij het gebruik van softdrugs is een lichte toename te zien. Bovendien is een flink voorlichtingstraject ingezet voor de jeugd en hun ouders/verzorgers door de gemeente en haar partners, waaronder theater, voorlichtingen en ouderavonden. Een integrale aanpak met de afdeling Veiligheid is noodzakelijk om het preventieve en repressieve beleid op alcoholgebruik te laten slagen. De doelstellingen uit het vorige beleid besloegen een afname in percentage drinkende jongeren. Dit percentage is gehaald, echter blijft de problematiek zichtbaar aanwezig en heeft Edam-Volendam een significant hoger percentage zwaar drinkende jongeren dan de regio. Ook gaat extra aandacht uit naar de samenwerking met de sectie Veiligheid.

Bewoners en sleutelfiguren melden steeds vaker problematiek rondom gokken. De doelstelling was om meer inzicht te krijgen in cijfers omtrent het gokprobleem. Landelijk is dit wel bekend, maar regionaal en lokaal (nog) niet. Hier komt in het komende beleid aandacht voor. In de gemeente is een trend zichtbaar waar jongeren en volwassenen, georganiseerd in vriendengroepen, gokken op voetbalwedstrijden. Deze trend dient inzichtelijker te worden om de problematiek aan te pakken.

Gezond gewicht

Een gezond gewicht onder kinderen, jongeren en volwassenen is nog een punt van aandacht. Met het stijgen van de leeftijd zien we een stijging van het percentage overgewicht: 3% bij 2 jaar, 9% bij 5 jaar, 14% bij 10 jaar, 15% bij 13 jaar en 19% bij 15 jaar. Bij volwassenen is het toegenomen tot 45%. Overigens wijken we hierin niet af van de landelijke cijfers. Het gaat dan ook niet goed met het gezond eten van jongeren in gemeente Edam-Volendam. Dit blijkt uit de cijfers in tabel 1.

Tabel 1 Overzicht percentage groente en fruit

	Kinderen 0-12 jaar E-V	Kinderen 0-12 jaar ZW	Jongeren tweede & vierde klas E-V	Jongeren tweede & vierde klas ZW
Elke dag groente	34% **	43%	28%**	30%
Elke dag fruit	55% **	66%	19%**	31%
Vijf dagen groente	86%	86%	69%**	75%
Vijf dagen fruit	80%**	90%	49%	51%

** significant verschillend ten opzichte van de regio.

Zoals blijkt uit tabel 1 is er een significant verschil het percentage kinderen en jongeren dat elke dag groente en fruit eet en dat vijf dagen per week fruit eet, waarbij het percentage in de regio significant hoger ligt.

De afgelopen jaren is er door de gemeente een overlegstructuur opgericht waarbij diëtisten, fysiotherapeuten, CJG, het lokale sportbedrijf en GGD artsen en medewerkers deelnemen om met elkaar te komen tot een integrale aanpak om de inwoners van Edam-Volendam meer bewust te maken van de voordelen van gezonde voeding en het hebben van een gezond gewicht. Ook is er aandacht voor voeding gekomen bij de jaarlijkse organisatie van de Buitenspeeldag en bij de sportkennismakingslessen die het lokale sportbedrijf namens de gemeente uitvoert. De beleidsdoelstellingen met betrekking tot gezond gewicht zijn dus niet gehaald, maar de ketenaanpak wordt als een zeer constructief overlegplatform ervaren en is een goede start voor de komende vier jaar.

Psychische gezondheid

De doelstelling was om het percentage jongeren van klas 2 en 4 met suïcidegedachten terug te brengen naar minder dan 21%. Van de jongeren heeft 11% nog suïcidale gedachten. De interventiedoeleinden zijn regionaal opgepakt. Het project Suïcidepreventie Actienetwerk met een proeftuin in Zaanstreek-Waterland is gestart in 2017. Meer informatie hierover staat in het hoofdstuk 'Beleidsformulering', omdat de proeftuin de komende jaren meer vorm gaat krijgen. Het onderzoek naar waar de suïcidale gedachten vandaan komen is niet uitgevoerd en het plan van aanpak daaropvolgend dus ook niet. De doelstellingen met betrekking tot de daling van het percentage jongeren met suïcide gedachten zijn behaald, de interventiedoeleinden dienen lokaal nog uitgevoerd te worden.

Wat speelt er nu?

Bovenstaande prioriteiten uit het vorige beleid zullen ook in deze nota terugkomen. Zowel overgewicht, als gezonde voeding, middelengebruik en psychische gezondheid blijven punten van aandacht. Extra aandacht komt er voor het terugdringen van alcoholgebruik onder jongeren. In de raadsvergadering van 13 juli 2017 heeft de raad haar zorgen geuit over het genotmiddelengebruik onder minderjarigen, met name tijdens de zogenoemde 'zitjes' die soms uitmonden in grootschalige feesten bij mensen thuis. Hier nuttigen minderjarige kinderen zonder (en soms zelfs met) toezicht veel alcohol. Als voorbeeld liep op 18 juni 2017 een 'zitje' uit de hand, waar een opeenstapeling van kleine incidenten ervoor zorgde dat de politie eraan te pas kwam. Om op dit probleem in te spelen zal een breder preventief beleid besproken worden, waarbij een intensieve samenwerking met de sectie Veiligheid centraal staat. Deze sectie zal gaan inzetten op de handhaving van de problematiek. Met een integrale aanpak zullen alle facetten rondom de jongere aangepakt worden. Deze aanpak zit

een apart project en zal nog naar de gemeenteraad komen. Op donderdag 05 oktober 2017 heeft de portefeuillehouder in de themaraad een eerste opzet en visie geschetst.

Daarnaast is op het terrein Onderwijs een project gaande, genaamd 'Samen Beter'. De scholen voelen zich overvraagd door de verschillende beleidsvelden en het project is in het leven geroepen om deze aanvragen te stroomlijnen en samen met de scholen en schoolbesturen een aantal doelstellingen vast te stellen. Gezamenlijk wordt dan een activiteitenagenda gemaakt. Dit zal ook van invloed zijn op de activiteiten van het gezondheidsbeleid, waar onder andere vanuit de GGD en de Brijder de scholen benaderd worden.

Uitgangspunt

Als gemeente streven we naar een inclusieve samenleving, een samenleving waarin elke burger meedoet en tot zijn of haar recht kan komen. Om dit te bewerkstelligen werken we samen met de burger, instellingen, organisaties en professionals. De nota Leefstijl 2018-2022 sluit aan op de ambities en kaders van het Sociaal Domein, waar op het moment van schrijven het complete plan nog in ontwikkeling is. Gezien de vergrijzing en de verschuiving in de landelijke nota richting preventie is deze nota gericht op positieve gezondheid. Dit bevat de gedachte dat mensen goed kunnen leven met een ziekte of een beperking, en dit dus ook zo ervaren.

Om dit waar te maken is beleid op maat nodig. De gemeente bestaat uit grotere kernen, maar ook uit vele kleine kernen. In kleine kernen is het lastig om bepaalde activiteiten of diensten te waarborgen, uit organisaties of vanuit de gemeente. Hier is maatwerk nodig om de veiligheid en gezondheid van alle inwoners van gemeente Edam-Volendam te waarborgen. Een voorbeeld hiervan is het waarborgen van AED's in de gemeente, waarbij op zes minuten afstand altijd een AED ter beschikking moet zijn.

Het vorige beleid wordt voortgezet en aangescherpt. De opbouw van deze nota zal niet bestaan uit specifieke doelstellingen, maar is gericht op een visie. Per domein bestaat er een doelstelling (of doelstellingen) met bijbehorende maatregelen. Deze dragen bij aan de visie en het doel dat de gemeente voor ogen heeft. Ter illustratie is een uitvoeringsprogramma bijgevoegd. De speerpunten van deze nota zijn fysieke gezondheid (gezonde voeding, beweging), psychische gezondheid (verwarde personen, suïcide, slachtofferhulp) en terugdringen genotmiddelengebruik (alcohol, drugs, roken, gokken).

4. Beleidsformulering

Fysieke gezondheid

Om gezond en kansrijk in de maatschappij te staan, is bepaalde kennis over voeding en bewegen noodzakelijk. In samenwerking met partners zoals diëtisten, fysiotherapie praktijken, huisartsen, het lokale sportbedrijf en de GGD zal een integraal plan ervoor gaan zorgen dat de fysieke gezondheid van de inwoners van de gemeente zal verbeteren. Het doel is dat de inwoners van de gemeente zich bewust zijn van hun eigen rol met betrekking tot gezond gewicht en gezonde voeding.

In Edam-Volendam heeft 14% van de jongeren overgewicht. Om overgewicht tegen te gaan kan er extra aandacht uitgaan naar voeding en naar beweging. Kinderen in Edam-Volendam bewegen meer dan kinderen in de regio (69% tegenover 64%). Ook zijn jongeren uit Edam-Volendam vaker aangesloten bij een sportvereniging dan jongeren in Zaanstreek-Waterland (82% tegenover 70%). Uit deze informatie blijkt dat sporten in de gemeente hoog in het vaandel staat. Beleid ten aanzien van sporten en beweging staat beschreven in de nota Sport 2018-2022.

De volwassenen en senioren worden gezien als nieuwe risicogroep binnen de gemeente: 41% van de volwassenen heeft overgewicht in Edam-Volendam en 57% van de senioren. Het percentage volwassenen en senioren met overgewicht is het hoogste in Volendam, maar het verschil met volwassenen en senioren in de kernen in voormalig Zeevang is klein. Landelijk wijkt onze gemeente niet af, maar toch is het zorgelijk. Komende periode zal een onderzoek meer duidelijkheid scheppen in de doelgroep. De focus zal op deze leeftijdsgroepen liggen door de vergrijzing.

Een nog niet onderzocht, maar wel interessant, gegeven is dat de inwoners van de gemeente zich erg gezond voelen en aangeven hun eigen gezondheid als zeer positief te ervaren, maar het eten van groente en fruit significant achterblijft. Op dit moment is er geen conclusie aan te verbinden en zal de komende periode een instrument ontwikkeld moeten worden om de relatie tussen de ervaren gezondheid en het eten van groente en fruit te onderzoeken.

Het landelijke initiatief JOGG (Jongeren op Gezond Gewicht) waarbij alle partijen samenwerken om een gezonde omgeving te creëren is inmiddels door meer dan 300 gemeenten omarmd. In de regio Zaanstreek-Waterland zijn Purmerend en Zaanstad JOGG gemeenten. Hiermee is kennisuitwisseling. Zo heeft JOGG een methode ontwikkeld om overgewicht bij kinderen aan te pakken. Centraal staat het gezin en een coachende rol voor de centrale zorgverlener. Gestreefd zal worden naar een plan van aanpak voor het gehele gezin, waarbij gedacht kan worden aan een programma voor kinderen met hun ouders en andersom. Samenwerking met partners in het veld is hierin essentieel.

Uit de evaluatie blijkt dat jongeren in Edam-Volendam laag scoren als het gaat om het dagelijks eten van groente (28%) en fruit (19%). Ook van de kinderen (0-12 jaar) eet maar 34% dagelijks groente. Afgelopen jaren is de kerngroep Gezond Gewicht ingezet, waarmee met het veld integrale plannen bedacht en uitgevoerd kunnen worden. Inwoners van Edam-Volendam moeten zich bewust zijn van de voordelen van gezond eten en de nadelen van ongezond voedsel. De focus heeft tot nu toe nog niet gelegen op de bewustwording van gezonde voeding, maar dit zal de komende periode aandacht krijgen. Door bewustwording te creëren wordt de eigen kracht van mensen bevordert en kan de gemeente gericht preventieve acties gaan uitzetten, ook om de inwoners te ondersteunen. Extra aandacht gaat uit naar de gehuisveste statushouders binnen de gemeente. Kennis en kunde over gezonde voeding in Nederland is, geheel begrijpelijk, niet aanwezig en dient aangesterkt te worden.

Door de focus hierbij op ouders te leggen zal in de opvoeding van de kinderen de gezonde voeding in Nederland meegenomen worden.

Doelstelling

In Edam-Volendam zijn de inwoners zich bewust van gezonde voeding en voldoende beweging om een gezond gewicht na te streven.

Maatregelen

- Het ontwikkelen van een goed meetinstrument op het gebied van de relatie tussen gezondheidsbeleving en wat de standaard van gezond eten is.
- Onderzoeken wat de beweegredenen zijn om niet elke dag groente en fruit te eten.
- Bewoners bewust maken van de voordelen van het eten van groente, fruit en ander gezond eten.
- Het aanbieden van kennis en kunde op het gebied van gezonde voeding door middel van voorlichtingen en preventieve en informatieve activiteiten aan kinderen, jongeren en hun ouders.
- Een plan van aanpak gericht op kinderen met overgewicht en het gezin.

Financiën

Het volgen van de beleidsnota, waarin plannen uitgevoerd kunnen worden die bijdragen aan de doelstellingen.

	€ 16.000,-
Extra budget voor vernieuwing ten opzichte van de lopende zaken	€ 10.000,-
Onderzoeksbudget	€ 20.000,-

Psychische gezondheid

In de gemeente willen we dat iedereen gezond kan leven, van jong tot oud. Mensen met psychische problemen bieden we steun aan waar nodig en leggen we de focus op dingen waar zij goed in zijn. Hierdoor wordt deze doelgroep in zijn of haar eigen kracht gezet. Op het gebied van de geestelijke gezondheidszorg moet een plan van aanpak komen voor mensen met verward gedrag. Hierin zijn we innovatief waar dat kan, maar pakken dit ook samen op met de regio en leren we van elkaar. Het aantal suïcides in de regio is nog steeds vrij hoog. Ook daarin zal in samenwerking met de regio een focus op komen te liggen.

Suicide

In Nederland overleden in 2016 1894 mensen door zichzelf van het leven te beroven. Zowel landelijk als in de regio is er een stijgende lijn te zien. In Zaanstreek-Waterland ligt dit getal op dit moment rond de 30 sterfgevallen per jaar. In 2017 is er een regionaal project gestart door GGD Zaanstreek-Waterland in samenwerking met 113online rondom suïcidepreventie, ook wel de Proeftuinen genoemd. Dit regionale project bestaat uit een paar onderdelen: grootschalig onderzoek naar motieven om zelfmoord te plegen, het bespreekbaar maken van zelfmoord en trainingen voor zogenoemde 'gatekeepers'. Deze 'gatekeepers' kunnen na de training goed signaleren of iemand suïcidale gedachten heeft. Denk hierbij aan politie, hulpverleners, wijkteam en medewerkers op scholen en bij verenigingen.

Er is uitgegaan van de regionale cijfers, omdat de GGD de lage aantallen in de kleinere gemeentes niet openbaar maakt. Mensen in de desbetreffende gemeente zullen dan direct weten over wie het gaat. Wel blijkt dat ten opzichte van de regio en van het vorige E-MOVO onderzoek het percentage van jongeren in de tweede en vierde klas in de gemeente Edam-Volendam dat serieuze gedachten over zelfdoding gedaald is, van 21% naar 11%. Landelijke hulp- en informatiepunten zijn door middel van campagnes redelijk bekend onder de inwoners, maar lokale voorzieningen hierin niet. Het streven voor de komende periode is om de naamsbekendheid van lokale initiatieven en hulp- en informatiepunten te vergroten.

Belangrijk is om de komende vier jaar motieven van suïcide te achterhalen. Bijdragen aan een verbetering om de juiste zorg in te zetten. Een belangrijke groep waar aandacht voor komt zijn hoogbegaafde mensen. Het is gebleken dat deze doelgroep een hogere kans op suïcidale gedachten heeft. Daarnaast is het belangrijk om aangesloten te blijven bij de regionale samenwerking op het gebied van preventie van suïcide.

Psychische klachten en verwarde personen

De overheid wil dat mensen met psychische problemen passende geestelijke gezondheidszorg (GGZ) krijgen op de juiste plaats. Mensen met klachten kloppen aan bij de huisarts. De huisarts is verantwoordelijk voor de behandeling van lichte psychische klachten. De huisarts kan ook doorverwijzen naar de basis GGZ of gespecialiseerde GGZ.

Sinds 1 januari 2014 behandelt de huisarts lichte psychische klachten zelf. Hij doet dat in samenwerking met een Praktijkondersteuner Huisarts (POH-GGZ). Hiervoor krijgt de huisarts extra geld van de overheid. Als een POH-GGZ helpt, blijft de huisarts wel inhoudelijk verantwoordelijk voor de behandeling. De huisarts of POH-GGZ kan ook doorverwijzen voor hulp bij psychische problemen naar een zorgaanbieder binnen de Basis GGZ of naar de gespecialiseerde GGZ. Dit gebeurt in Edam-Volendam ook via het zorgteam, waar een professional in zit.

De politie ving voorheen personen met verward gedrag op en bracht deze naar een hulpverlener, maar de politie heeft aangegeven dat dit niet meer werkbaar is. Daarom is besloten dat iedere gemeente op 01 oktober 2018 een sluitende aanpak heeft om in te zetten op personen met verward gedrag. Hieruit moet blijken wat er moet gebeuren met deze personen als de politie erbij betrokken is, als iemand zijn of haar huis wordt uitgezet en welke partijen er allemaal betrokken zijn. Dit plan van aanpak hangt samen met woningcorporaties, huisartsen, hulpverleningsdiensten, professionals, de gemeente, enzovoort. De gemeente werkt hierin samen met de regio Noord-Holland: de gemeentes, de drie GGD-en en het Landelijke Schakelteam (sinds oktober 2017). Parallel aan dit plan van aanpak loopt het traject dat zich richt op maatschappelijke opvang, waar op 01 januari 2020 een nieuw plan klaar moet zijn. De twee plannen zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden, waar de personen met verward gedrag vaak tussen wal en schip vallen als het gaat om maatschappelijke opvang en woningen.

Naast het plan dat er dus moet komen waarin beschreven staat wat er zou moeten gebeuren met een persoon met verward gedrag als deze met de politie in aanraking komt, is het ook noodzakelijk om aan de preventieve kant te kijken wat de huidige woonsituatie van deze persoon is. Het vergt enige aandacht in de gemeente én in de regio om hier een sluitende en integrale aanpak op de creëren.

Tot slot legt de gemeente de aandacht op het onderwerp eenzaamheid, wat in alle beleidsvelden terugkomt. Hierdoor ontstaat er een integrale aanpak, waarmee verdere psychische problematiek ondervangen kan worden.

Slachtofferhulp

De gemeente zorgt ervoor dat Slachtofferhulp Nederland voldoende middelen heeft om inwoners van Edam-Volendam hulp te bieden op juridisch, praktisch of emotioneel gebied. Het gaat hierbij om slachtoffers van misdrijven, ongevallen en rampen.

Doelstelling

In Edam-Volendam is een goede basis voor mensen met psychische problematiek aanwezig.

Maatregelen

- Een integraal plan van aanpak voor personen met verward gedrag gereed hebben voor 01 oktober 2018. Hierin wordt, waar mogelijk, de samenwerking met de regio en met het plan voor beschermd wonen gezocht.
- De naamsbekendheid vergroten van lokale initiatieven en hulp- en informatiepunten.
- Gatekeepers werven voor het project Proeftuinen.
- Het project Proeftuinen gebruiken om motieven van suïcide te achterhalen.
- Ondersteunen van Slachtofferhulp Nederland.

Financiën

Bijdrage aan de Proeftuinen

€ 6.000,-

Slachtofferhulp

€ 8607,-

Terugdringen genotmiddelengebruik

Om een gezonde leefomgeving te creëren, is het van belang om het gebruik van genotmiddelen in de gemeente terug te dringen. Noodzaak is dat dit integraal gebeurt. Alle kanalen waar de jongere toegang tot heeft/welke toegang hebben tot de jongere dienen hierin meegenomen te worden. Belangrijker: een preventief plan heeft draagvlak en input van handhaving en instanties nodig om te slagen. De gemeente steunt initiatieven die zich lokaal inzetten voor de zorg en voorlichting met betrekking tot genotmiddelengebruik en verslaving. Mensen die kampen met een verslaving kunnen nog terecht bij verslavingszorginstellingen en andere hulpdiensten. In totaal zijn er vier facetten van genotmiddelengebruik in deze nota opgenomen: alcohol, drugs, roken en gokken.

Alcohol- & drugsgebruik

Alcohol is wereldwijd het meest gebruikte en meest geaccepteerde genotmiddel. Jongvolwassenen zijn kwetsbaar, omdat hun lichaam nog volop in ontwikkeling is. Landelijk, regionaal en lokaal zijn hier dan ook diverse programma's op gericht. Uit tabel twee blijkt hoe het zit met het aantal zwaar drinkende inwoners.

Tabel 2 overzicht percentages zwaar drinkende jongeren uit de tweede en vierde klas van de middelbare school (5 glazen of meer tijdens één gelegenheid)

	Zwaar drinken 2010 E-V	Zwaar drinken 2010 ZW	Zwaar drinken 2013 E-V	Zwaar drinken 2013 ZW
Jongeren 2^e en 4^e klas	49%**	22%	35%**	22%

** significant verschillend ten opzichte van de regio.

Tabel 3 overzicht percentages zwaar drinkende volwassenen en senioren (5 glazen of meer tijdens één gelegenheid)

	Zwaar drinken 2012 E-V	Zwaar drinken 2012 ZW	Zwaar drinken 2016 E-V	Zwaar drinken 2016 ZW
Volwassenen	17%**	12%	16%**	11%
Senioren	8%	7%	7%	6%

** significant verschillend ten opzichte van de regio.

Edam-Volendam behoort tot de gemeentes in de regio waar het aantal zware drinkers hoger ligt dan in de rest van de regio. Onder volwassenen en senioren is zelfs de afgelopen periode geen afname te zien in het alcoholgebruik. Volendam is onder volwassenen de kern waar de meeste zware drinkers wonen: bijna 1 op de 5 volwassenen (19%). Deze doelgroep moet toegevoegd worden aan het beleid.

Op dit moment vinden in de gemeente vele preventieve activiteiten plaats. Voorlichting op basisscholen, voortgezet onderwijs, ouderavonden en een posteractie zorgen voor blijvende aandacht onder de jongeren. Ook steunt en deelt de gemeente de landelijke Nix18 campagne en werkt samen met de GGD aan preventie en bewustwording bij het Periodiek Geneeskundig Onderzoek in groep 7. Preventieve activiteiten alleen hebben echter minder effect. Vanuit de GGD zijn vier pijlers belangrijk om het preventieve beleid op te richten:

- Maatregelen. Hierbij gaat het om het beïnvloeden van de sociale norm over alcoholgebruik. Het project Glashelder is hiervan een voorbeeld, waar kinderen die lid zijn van een sportvereniging een contract ondertekenen dat zij tot hun 18^e niet drinken.
- Regelgeving en handhaving. Preventief beleid bereikt haar doelen niet zolang de regels niet nageleefd worden en de controle hierop niet bestaat. Een handhavingsplan dient hand-in-hand te gaan met het preventieve plan. De overheid heeft daarom in de drank en horecawet vastgelegd dat gemeentes elke vier jaar een preventie- en handhavingsplan moeten vaststellen. Het huidige plan is van 2014-2018 en is dus nog van voor de gemeentelijke fusie en dient daarom herschreven te worden. Wel sluit de nota Leefstijl 2018-2022 aan op het Integrale Veiligheidsplan van de afdeling Veiligheid.
- Voorlichting en educatie. De lessen op de scholen en ouderavonden geven mensen inzicht in de gevaren van alcohol. Brijder en de GGD maken dit samen mogelijk. Een grote mediacampagne behoort ook tot de opties.
- Signalering, advies en ondersteuning. Hierin bieden we als gemeente hulp aan de mensen die dit nodig hebben. Dit kan gaan om het signaleren van (overmatig) gebruik, matigen van het alcoholgebruik of het compleet stoppen met gebruiken, maar bijvoorbeeld ook het bieden van alcoholvrije uitgaansgelegenheden voor de jeugd en ondersteuning bieden aan deelnemers van de landelijke actie Ikpas waarbij een maand geen alcohol gedronken wordt.

De preventieve activiteiten zullen zich ook richten op drugsgebruik. Volgens onderzoek is het drugsgebruik onder jongeren in klas 2 en 4 gedaald, maar landelijk gezien blijft het drugsgebruik in

de uitgaansscene problematisch. Het komende beleid biedt kansen om verschillende domeinen met elkaar te verbinden om samen te strijden tegen (overmatig) alcohol- en drugsgebruik. De doelstelling is om in 2018 een goedlopend integraal beleid te hebben om het alcohol- en drugsgebruik onder jongeren verder teruggedrongen te hebben, wat in de jaren daaropvolgend uitgerold kan worden.

Een belangrijke factor in het alcohol- en drugsgebruik van minderjarige kinderen zijn de ouders. Het hebben van zogenoemde 'zitjes' thuis, gefaciliteerd door ouders, vallen volledig onder de verantwoordelijkheid van deze ouders. Dit probleem is aanwezig in alle kernen. Groepsdruk speelt niet alleen een rol onder de jongeren, maar ook onder ouders. Groepsdruk is de druk die men voelt om hun gedrag aan te passen aan de norm van de groep (Remmerswaal, 2009). Dit kan eventueel afwijken van hun persoonlijke voorkeur in gedrag in bepaalde situaties. Naar aanleiding van signalen lijkt het dat ouders eerder toestaan dat hun minderjarige zoon of dochter een 'zitje' waar alcohol houdt of naar 'zitjes' toegaat om zelf ook niet buiten de boot te vallen. Dit beleid is bedoeld om een cultuur te doorbreken. Het niet vroegtijdig gebruiken van alcohol en/of drugs is juist krachtig en geen teken van zwakte. De gemeente zal in gaan zetten op verschillende factoren, die zich bevinden op verschillende niveaus. Het zijn factoren die te maken hebben met het individu, maar ook de omgeving en het sociale (online) leven van de jongeren én de ouders. De gemeente zet hiermee in op een trendbreuk in de visie van jongeren op het vroegtijdig genotsmiddelengebruik.

Om het alcohol- en drugsgebruik onder minderjarigen terug te dringen, staan in de nota sport 2018-2022 en de komende nota Kunst en cultuur 2018-2022 ook extra activiteiten voor de leeftijd 12 tot 18 jaar genoemd. Het idee hierachter is om alcoholvrije alternatieven te bieden aan de jongeren. Het programma zal dus domein overstijgend worden opgezet. Om een vertrekpunt te kunnen bepalen en dus uiteindelijk te kunnen aangeven van een werkend beleidsplan, zal een nul meting uitgevoerd gaan worden op het gebied van alcohol- en drugsgebruik om de huidige stand van zaken weer te geven. Achtereenvolgens kan elk jaar een nieuwe meting gedaan worden en zal over de tijd een lijn zichtbaar worden. In de loop van 2018 wordt meer bekend over het integrale programma tussen Samenleving en de sectie Veiligheid.

Roken

Roken is bij uitstek de belangrijkste oorzaak van sterfte en ziekte. In Nederland sterven zo'n 20.000 mensen per jaar aan een ziekte gerelateerd aan roken, zoals longkanker, COPD en vormen van kanker in het hoofdhalsgebied. Landelijk wordt hier dan ook al jaren stevige preventie op ondernomen.

Deze preventieve acties vertalen zich door in een afnemende trend in roken in de regio: het percentage volwassen rokers (19-64 jaar) is van 35% in 1993 gedaald naar 24% in 2016. Het aantal jongeren dat rookt is gedaald tot 7% en de senioren roker (65+) is gedaald tot 11%. Lokaal zijn de cijfers nog beter: maar 4% van de jongeren in Edam-Volendam rookt minstens 1 keer per week. Dit is significant verschillend ten opzichte van de regio, wat heel positief is. Ook blijkt dat steeds minder kinderen blootgesteld worden aan roken. Het onderzoek laat zien dat in de regio nog maar 2% van de kinderen meerookt. In 2011 was dit nog bijna 10%.

De landelijke aanpak lijkt goed te werken. De prognoses zien er ook goed uit. In 2030 zal naar verwachting nog maar 19% van de volwassenen roken. Het is dus belangrijk aangesloten te blijven bij de landelijke en regionale preventieplannen. Landelijk is er het nieuwe kabinet Rutte III ook steun voor de Rookvrije Generatie en zal het roken duurder worden door het verhogen van de accijns. De

Rookvrije Generatie heeft als doel om rookvrij opgroeien vanzelfsprekend te maken. Als gemeente steunen we ook deze beweging.

Gokken

In Nederland zijn naar schatting tussen de 40.000 en 70.000 mensen gokverslaafd. De helft hiervan zou jonger zijn dan 25 jaar. Deze geluiden komen ook uit de gemeente; jongeren gokken en bouwen hiermee flinke schulden op. Het is lastig om dit soort cijfers lokaal naar boven te krijgen, omdat gokken niet erg zichtbaar is. Bovendien gebeurt het ook nog vaak online, wat het overzicht hierin vinden nog moeilijker maakt. Inwoners en sleutelfiguren van onze gemeente uiten steeds vaker hun zorgen over mensen in hun omgeving die grote schulden hebben en geen uitweg meer zien. Daarom is het voor de komende jaren belangrijk dat er een preventief beleid ontwikkeld wordt om bewoners en ouders van gokkende jongeren handvatten te bieden. Online gokken is sinds afgelopen zomer door de Tweede Kamer gestemd, waar dan ook preventiemaatregelen en landelijke campagnes op gang. Belangrijk is om hier als gemeente op aan te sluiten. De samenwerking met het veld wordt hierbij opgezocht. Voorbeelden in het preventieplan van Trimbos (van Leeuwen, Goossens & Lammers, 2015) zijn campagne gericht op de wetswijziging, een anti-stigma campagne op kansspelverslaving en een loket waar men laagdrempelig informatie kan opvragen over kansspelverslaving.

Bij een verslaving wordt ook de sociale omgeving getroffen. Denk hierbij aan het gezin, de familie en vrienden. De sociale omgeving kan ondersteuning en tips gebruiken om met een (ex)verslaafde om te gaan. De gemeente ondersteunt deze lokale initiatieven. Naast bovenstaand preventief beleid heeft dit ook de aandacht.

Doelstelling

Het middelengebruik in Edam-Volendam onder jongeren is in beeld en er is een duidelijke aanpak, zowel preventief als repressief.

Maatregelen

- Jaarlijks een meting uitvoeren om de situatie omtrent alcohol- en drugsgebruik vast te stellen en de voortgang van de preventie en repressie te monitoren.
- Het mogelijk maken van alcoholvrije alternatieven voor de jeugd in het weekend om het gebruik van alcohol en drugs tegen te gaan.
- Het terugdringen van alcohol- en drugsgebruik onder volwassenen.
- Het verder laten dalen van het percentage rokende inwoners door aangehaakt te blijven bij de landelijke campagnes en ontwikkelingen.
- Een onderzoek starten om de gokproblematiek in kaart te brengen.

Doelstelling

De gemeente ondersteunt ouders en jongeren in het weerbaar zijn tegen groepsdruk.

Maatregel

De signalen van groepsdruk onder ouders en jongeren in kaart brengen en een preventief plan ontwikkelen om ouders en jongeren handvatten te bieden.

Financiën

Voorlichtingsactiviteiten

€ 27.000,-

Preventieve activiteiten

€ 36.000,-

Integrale programma met sectie Veiligheid

€ 30.000,-

Communicatie voor integraal programma sectie Veiligheid

€ 10.000,-

5. Evaluatie en monitoring

Uit de beleidsformulering komt naar voren dat komend beleid een onderzoekend karakter heeft. Een evaluatie van deze onderzoeken zal blijken uit de informatie die hierna beschikbaar is om preventieve programma's op te stellen.

De volgende onderzoeken, uitgevoerd door de GGD, gaan inzicht bieden in af- of toename in de verschillende onderwerpen:

- | | | |
|--|----------------|--------------------|
| • E-MOVO onderzoek (2 ^e en 4 ^e klas) | In najaar 2019 | resultaten in 2020 |
| • Jeugd – enquête (0-11 jarigen) | In najaar 2019 | resultaten in 2020 |
| • Volwassenenonderzoek – seniorenonderzoek | In najaar 2020 | resultaten in 2021 |

Begin 2021 zal een eindevaluatie opgesteld worden ter voorbereiding op het nieuw op te stellen beleid.

6. Financiën

In de programmabegroting 2018 was reeds € 143.607,- opgenomen ten behoeve van een gezonde leefstijl. Zoals te zien is in onderstaande begroting, is € 20.000,- extra om de komende jaren onderzoeken te doen ten behoeve van een instrument om de relatie te bekijken tussen ervaren gezondheid (zeer hoog) en het eten van groente en fruit (zeer laag) en de gokproblematiek in de gemeente. Na dit onderzoek kan een gericht en onderbouwd preventieprogramma plaatsvinden. Dit bedrag kan eenmalig verstrekt worden uit 5.03 Jeugd/Wmo Algemeen. Hierdoor zijn alle budgetten reeds beschikbaar in de going concern begroting.

Domein	Bestemming	Bedrag	Totaal
Fysieke gezondheid	Het volgen van de beleidsnota, waarin plannen uitgevoerd kunnen worden die bijdragen aan de doelstellingen.	€ 16.000,-	
	Extra budget voor vernieuwing ten opzichte van de lopende zaken	€ 10.000,-	
			€ 26.000,-
Psychische gezondheid	Bijdrage aan de Proeftuinen	€ 6.000,-	
	Ondersteunen Slachtofferhulp Nederland	€ 8.607,-	
			€ 14.607,-
Genotsmiddelenbeleid	Voorlichtingsactiviteiten	€ 27.000,-	
	Preventieve activiteiten	€ 36.000,-	
	Integraal programma met sectie Veiligheid	€ 30.000,-	
	Communicatie voor integraal programma sectie Veiligheid	€ 10.000,-	
			€ 103.000,-
Programmabegroting 2018-2022	Budget beschikbaar voor 2018 t/m 2022		€ 143.607,-
Nota Leefstijl 2018-2022	budget onderzoek 2018, reeds beschikbaar in de going concern begroting.		€ 20.000,-

7. Overzicht doelstellingen en maatregelen

Fysieke gezondheid

Doelstelling: In Edam-Volendam zijn de inwoners zich bewust van gezonde voeding en voldoende beweging om een gezond gewicht na te streven.

Maatregelen:

- Het ontwikkelen van een goed meetinstrument op het gebied van de relatie tussen gezondheidsbeleving en wat de standaard van gezond eten is.
- Onderzoeken wat de beweegredenen zijn om niet elke dag groente en fruit te eten.
- Bewoners bewust maken van de voordelen van het eten van groente, fruit en ander gezond eten.
- Het aanbieden van kennis en kunde op het gebied van gezonde voeding door middel van voorlichtingen en preventieve en informatieve activiteiten aan kinderen, jongeren en hun ouders.
- Een plan van aanpak gericht op kinderen met overgewicht en het gezin.

Psychische gezondheid

Doelstelling: In Edam-Volendam is een goede basis voor mensen met psychische problematiek aanwezig.

Maatregelen:

- Een integraal plan van aanpak voor personen met verward gedrag gereed hebben voor 01 oktober 2018. Hierin wordt, waar mogelijk, de samenwerking met de regio en met het plan voor beschermd wonen gezocht.
- De naamsbekendheid vergroten van lokale initiatieven en hulp- en informatiepunten.
- Gatekeepers werven voor het project Proeftuinen.
- Het project Proeftuinen gebruiken om motieven van suïcide te achterhalen.
- Ondersteunen van Slachtofferhulp Nederland.

Terugdringen genotmiddelengebruik

Doelstelling: Het middelengebruik in Edam-Volendam onder jongeren is in beeld en er is een duidelijke aanpak, zowel preventief als repressief.

Maatregelen:

- Jaarlijks een meting uitvoeren om de situatie omtrent alcohol- en drugsgebruik vast te stellen en de voortgang van de preventie en repressie te monitoren.
- Het mogelijk maken van alcoholvrije alternatieven voor de jeugd in het weekend om het gebruik van alcohol en drugs tegen te gaan.
- Het terugdringen van alcohol- en drugsgebruik onder volwassenen.
- Het verder laten dalen van het percentage rokende inwoners door aangehaakt te blijven bij de landelijke campagnes en ontwikkelingen.
- Een onderzoek starten om de gokproblematiek in kaart te brengen.

Doelstelling: De gemeente ondersteunt ouders en jongeren in het weerbaar zijn tegen groepsdruk.

Maatregel:

- De signalen van groepsdruk onder ouders en jongeren in kaart brengen en een preventief plan ontwikkelen om ouders handvatten te bieden.

8. Bronnen

GGD Zaanstreek-Waterland. Gezondheid, welzijn en leefstijl van jongeren, gemeente Edam-Volendam. Tabellenboek Jeugdmonitor Emovo 2013-2014, maart 2015.

Onze Gezondheid vandaag en morgen, regionale gezondheidsverkenning 2011-2016 Zaanstreek-Waterland. GGD Zaanstreek-Waterland: Zaandam, juni 2017.

Leeuwen, van L., Goossens, F.X. & Lammers, J. (2015). Preventieplan Kansspelen op Afstand. Preventiekoersen voor het voorkomen van (online) kansspelverslavingsproblematiek. Trimbos Instituut.

Remmerswaal, J. (2009), 'Handboek groepsdynamica. Een inleiding op theorie en praktijk'. Barneveld: HNB/ Uitgeverij Nelissen.

Websites:

<http://gezondheidincijfers.ggdzw.nl/>

<http://gezondheidsverkenning.ggdzw.nl/>