

Preventie & gezondheid

2026

TWENTSE
KOERS

Meer weten over het thema
Preventie & gezondheid?
Klik **hier** of **scan de qr-code**



Over dit thema



Vanuit de themalijn preventie en gezondheid streven we naar een gezondere Twentse bevolking. Voorkomen is beter dan genezen. We bevorderen een gezonde leefstijl vanuit een integrale benadering en vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. Dit vraagt om een brede preventieve infrastructuur.

Waarom we doen wat we doen

In Twente hebben inwoners van alle leeftijden te maken met gezondheidsuitdagingen. Een goede start is cruciaal: stress, ongezonde voeding en een gebrek aan liefdevolle aandacht in de eerste levensjaren kunnen blijvende impact hebben. Overgewicht bij kinderen en volwassenen neemt toe en 12% van de Twentenaren is een zware drinker (landelijk 10%). Daarnaast vergrijst Twente sneller dan gemiddeld, wat leidt tot meer valincidenten. Veel inwoners hebben ondersteuning nodig, waaronder mensen met een licht verstandelijke beperking. Voor iedereen geldt echter dat het prettig is zo zelfstandig en gezond mogelijk te zijn. Daarom zetten we in op preventie.

Onze aanpak: zo doen we het!

We bevorderen een gezondere leefstijl vanuit een integrale blik: vaak zijn er onderliggende problemen die gezonde keuzes belemmeren. We bevorderen gezond gedrag door te werken aan een gezonde leefomgeving, toegankelijke ondersteuning, effectieve interventies en meer bewustwording. Samen met partners in zorg en welzijn versterken we de regionale samenwerking. Dit doen we vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid waarbij niet de klacht maar de kracht het uitgangspunt is.

Over Twentse Koers

Het verlengen van gezonde levensjaren en het versterken van de zelf- en samenredzaamheid van de Twentse inwoner; dat is onze ambitie. We streven samen naar gezondheid en passende zorg en ondersteuning in Twente. Op deze manier houden we de zorg en het welzijn beschikbaar, toegankelijk en betaalbaar. Twentse Koers is een strategische samenwerking tussen de veertien Twentse gemeenten, zorgverzekeraar en zorgkantoor Menzis, SamenTwente en provincie Overijssel. We werken samen met meer dan **300 partners** in het werkveld en vanuit vier verschillende themalijnen.

TWENTE

We werken aan dit thema met 7 projecten:

- Kansrijke start en kansrijk opgroeien
- Gezonde koers voor kinderen
- Volwassenen naar gezond(er) gewicht
- Valpreventie
- Alcoholontmoediging
- Versterken zelfstandigheid bij mensen met een licht verstandelijke beperking
- Impuls Positieve Gezondheid

We doen het samen

Met GGD Twente, gemeenten, zorg- en welzijnsorganisaties, huisartsen, fysiotherapeuten, apothekers, Menzis en inwonersinitiatieven bouwen we aan een gezonder Twente. Door preventief te werken ondersteunen we inwoners duurzaam en voorkomen we problemen.

Samen koersen we op het versterken van de gezondheid van onze inwoners.



Kansrijke start en kansrijk opgroeien

Dit willen we bereiken: We vergroten de kansen van kwetsbare gezinnen door kwetsbare (aanstaande) ouders preventief en laagdrempelig te ondersteunen. Dit bereiken we door betere samenwerking tussen professionals uit het medische, sociale en informele domein.

Zo doen we het: We werken aan het versterken van de samenwerking in de geboorteketen, zowel regionaal als lokaal. We werken aan een regionaal zorgpad voor zwangeren in kwetsbare situaties, zodat professionals sneller en efficiënter kunnen doorverwijzen. We maken ons ook hard voor meer bekendheid van het preconceceptieconsult en een uniforme manier van vroegsignalering. Zo kunnen we inwoners met een kinderwens en aanstaande ouders in kwetsbare situaties zo vroeg mogelijk helpen. Verder organiseren we bijeenkomsten en stimuleren we het delen van kennis, zodat alle gemeenten beter ondersteund worden in het opzetten en versterken van een effectieve ketenaanpak voor een kansrijke start.

Gezonde koers voor kinderen

Dit willen we bereiken: We streven naar het verlagen van het aantal kinderen met overgewicht in Twente. Zo dragen we bij aan een gezonde generatie in 2040.

Zo doen we het: Met het project Gezonde koers voor kinderen zetten we in op een integrale ketenaanpak Kind naar Gezond Gewicht (KnGG). Bij KnGG staan het kind, het gezin en de samenwerking tussen het zorg- en sociaal domein centraal. Samen met professionals kijken wij vanuit een brede blik naar de onderliggende problematiek en oorzaken. We bieden passende en integrale ondersteuning bij kinderen met overgewicht.

Volwassenen naar gezond(er) gewicht

Dit willen we bereiken: We streven naar het verhogen van de algemene gezondheid en het welzijn van onze inwoners, het verlagen van het aantal inwoners met overgewicht en het voorkomen van andere problematiek ten gevolge van overgewicht.

Zo doen we het: We ondersteunen gemeenten en partners bij het uitrollen van de ketenaanpak Volwassenen naar gezond(er) gewicht (VnGG). De integrale ketenaanpak richt zich op het bevorderen en behouden van een gezonde leefstijl bij mensen met overgewicht en gezondheidsrisico's. We besteden aandacht aan het identificeren en aanpakken van de onderliggende problemen (medisch, sociaaleconomisch en psychologisch). Dit doen we door een verbinding te maken met Sociaal Verwijzen (voorheen Welzijn op Recept). We versterken de domeinoverstijgende samenwerking in de keten. Samen kunnen we de juiste groep mensen bereiken en duurzaam ondersteunen.

Valpreventie

Dit willen we bereiken: We streven naar een afname van het aantal valincidenten en meer bewustwording onder valrisico's onder oudere inwoners van Twente.

Zo doen we het: We ondersteunen gemeenten en ketenpartners bij het versterken van de ketenaanpak valpreventie. De ketenaanpak leidt tot samenwerking tussen het sociaal domein en het zorg domein. Ook draagt de ketenaanpak bij aan het vergroten van bewustwording van valrisico's onder ouderen en professionals, vroegtijdige signalering van valrisico's bij thuiswonende inwoners (65+), laagdrempelige toegang tot valpreventieve beweeginterventies en een passend en structureel sport- en beweegaanbod.

Met de ketensamenwerking bereiken en ondersteunen we ouderen zo vroeg mogelijk.

Alcoholontmoediging

Dit willen we bereiken: We streven naar een afname van het aantal inwoners dat 'vaak en veel' alcohol drinkt. Want soms lijkt het 'normaal' om 'vaak en veel' te drinken, soms al op jonge leeftijd. Hiertoe versterken we de regionale beweging dat het in Twente normaal wordt om minder of geen alcohol te drinken.

Zo doen we het: We zetten in op bewustwording en het beïnvloeden van de sociale norm. Om het gesprek over alcoholgebruik te stimuleren werken we toe naar een pakket van hulpmiddelen voor diverse professionals en organisaties.

Hierbij zetten we in op een regionale, domein overstijgende aanpak, zodat in Twente overal dezelfde boodschap wordt verspreid.

Versterken zelfstandigheid bij mensen met een licht verstandelijke beperking

Dit willen we bereiken: We vergroten de zelf – en samenredzaamheid van Twentse inwoners met een licht verstandelijke beperking die zelfstandig wonen en ambulante zorg ontvangen.

Zo doen we het: Binnen dit project werken we vanuit het gedachtegoed 'reablement' en 'samenredzaamheid'. Betrokken professionals hanteren een nieuwe werkwijze, waarbij de verschuiving plaatsvindt van de hulpvraag oplossen met zorgaanbod naar een manier van vragen stellen die de inwoner in eigen kracht zet.

We kijken vanuit de brede blik van Positieve Gezondheid naar de interesses en talenten van de inwoner. De inwoner maakt samen met het eigen netwerk een plan, zodat deze zelfredzamer is en minder afhankelijk is van zorg.

Impuls Positieve Gezondheid

Dit willen we bereiken: Positieve Gezondheid wordt ook wel de bredere manier van kijken naar gezondheid genoemd. De focus ligt niet op de ziekte of klacht maar juist op de kracht. We kijken naar wat iemand wél kan. Naar wat iemand echt belangrijk vindt. Hierbij spelen eigen regie, welbevinden en zingeving een rol. We zetten in op het vergroten en versterken van het gebruik van Positieve Gezondheid door welzijns- en zorgorganisaties, overheden en kennisinstellingen in Twente.

Zo doen we het: We voeren verschillende activiteiten, in samenhang uit, om het gedachtegoed van Positieve Gezondheid onder professionals verder te brengen. We organiseren interventies, in de vorm van theatervoorstellingen, workshops en trainingen om het werken met Positieve Gezondheid te versterken. Daarnaast ontwikkelen we een praktische toolkit die organisaties en professionals verder ondersteunt in het werken met Positieve Gezondheid.

De uitkomsten van een regionale scan (eind 2025 uitgevoerd) geven inzicht in kansen en belemmeringen in het gebruik van het gedachtegoed Positieve Gezondheid. Deze worden gebruikt om de interventies beter aan te laten sluiten bij de wensen en behoeften van de doelgroep. Zo kunnen we op basis van data echt een impuls geven aan het werken met Positieve Gezondheid.