

**KANSRIJKE START**  
**binnen de aanpak leefstijlthema's**  
**van GALA/SPUK**

Module tbv

[\\*plan-van-aanpak-spuk.pdf \(vng.nl\)](#)

# KANSRIJKE START binnen GALA doelen

- **Terugdringen gezondheidsachterstanden:** De 1e 1.000 dagen zijn een belangrijk momentum in de aanpak gezondheidsverschillen! Jaarlijks worden ±170.000 kinderen geboren. De meeste daarvan groeien gezond en veilig op, maar dat geldt niet voor alle kinderen. Een baby die tijdens die eerste 1000 dagen blootstaat aan stress, rook, slechte voeding, mishandeling of andere risicofactoren, begint al met een achterstand aan de rest van zijn leven. De oorzaken voor een minder goede start reiken verder dan aanleg, gezondheid en leefstijl, maar voornamelijk bij sociale risicofactoren en het gebrek aan beschermingsfactoren. Hiervoor is een domeinoverstijgende aanpak en samenwerking nodig. Geen goede start is een belangrijke voorspeller van fysieke en mentale problemen later. Preventie in de eerste 1000 dagen heeft een grote impact op de levensloop. Hoe vroeger de investering, des te groter de positieve impact.
  1. ieder kind verdient een kansrijke start. Als iedereen die betrokken is bij de 1<sup>e</sup> 1000 dagen van een kind lokaal en op meerdere domeinen samenwerkt, voorkomen we gezondheidsverschillen en de daarmee samenhangende problemen
  2. **Gezonde leefomgeving:** een gezonde leefomgeving nodigt uit tot een gezonde leefstijl en ontmoeting. Voor kinderen en hun ouders bevorderend voor hun gezondheid en sociale contacten/steun. Een gezonde leefomgeving speelt een belangrijke rol bij voor een gezonde start.
  3. **Versterken van de sociale basis:** Het is belangrijk dat (aanstaande) ouders in een kwetsbare situatie vroegtijdig gesignaleerd worden en juiste interventies kunnen worden ingezet. In een wijk waar veel sociale samenhang is, is het makkelijker elkaar te ontmoeten en hulp te vragen en te bieden. Door het stimuleren van samenredzaamheid in de wijk d.m.v. ontmoetingsmogelijkheden voor (aanstaande) ouders en vrijwillige inzet.
  4. **Gezonde leefstijl:** Belangrijke leefstijlfactoren voor een kansrijke start zijn niet roken, geen alcohol en- drugsgebruik, gezonde voeding en borstvoeding. Deze hebben invloed op de ontwikkeling van het (ongeboren) kind. Een gezonde start draagt bij aan een kansrijke start.
  5. **Versterken mentale weerbaarheid en gezondheid:** Stressvolle omstandigheden in een gezin, bijvoorbeeld door bestaansonzekerheid, beïnvloeden de ontwikkeling van kinderen, zowel voor als na de geboorte. Als deze stressvolle omstandigheden aanhouden, kan dit leiden tot grote kansen- en gezondheidsverschillen met levenslange gevolgen. Coalitie Kansrijke Start kunnen veel betekenen in het verlichten van stress en voorkomen dat zij zelf onbedoeld stress toevoegen.
  6. **Domeinoverstijgende inzet vanuit een regionale preventie-infrastructuur:** Regionaal samenwerken kan lokaal samenwerken rond kansrijke Start ondersteunen of versterken. Samenwerken op regionaal niveau kan zinvol zijn bij: overlappende werkgebieden van betrokken partners, vergelijkbare problematieken tussen gemeenten, wensen om krachten te bundelen, van elkaar te leren, en het maken van afspraken met partijen die (sub-)regionaal werken.

# Een GALA-impuls aan de integrale samenwerking mbt Kansrijke Start

(vraag 3 B, plan van aanpak VNG)

## Suggesties voor het borgen van Kansrijke Start:

(gemeente) heeft een lokale ketenaanpak kansrijke start, inclusief interventies, en maakt samenwerkingsafspraken met partners rondom de eerste duizend dagen van een kind. Uitgangspunt is dat (aanstaande) ouders in een kwetsbare situatie op tijd in beeld komen en tijdig de juiste zorg en ondersteuning krijgen, aansluitend op hun hulpbehoefte. Deze zorg en ondersteuning richt zich primair op het verminderen van risicofactoren die stress veroorzaken, zoals psychische problemen, financiële problemen, relatieproblemen, huisvestingsproblemen en hechtingsproblemen, maar ook het bevorderen van beschermende factoren en een gezonde leefstijl. Dit start al voor de zwangerschap.

- (gemeente) heeft aan lokale coalitie waarin partners uit het medisch – sociaal domein en formeel en informeel verbonden worden. En werken samen met de mensen om wie het gaat.
- (gemeente) heeft met partners en (aanstaande) ouders de opgaven rond de eerste 1000 dagen helder, en deze worden gedeeld door betrokken partners. Op basis daarvan zijn doelen gesteld met acties om daar te komen. Deze acties worden door de verschillende partners opgepakt en uitgewerkt. Daarbij zijn ook randvoorwaarden meegenomen zoals vakmanschap, een trekker, volgen en evalueren van de aanpak en samenwerking e.d.
- (gemeente) heeft samenwerkingsafspraken met partners en hun deelname aan de coalitie geborgd op management/bestuurlijk niveau....
- (gemeente) heeft invulling gegeven aan de ondersteuning van inwoners in de vruchtbare leeftijd (die in een kwetsbare situatie verkeren) rond hun kinderwens. Er zijn erkende interventie opgenomen en anticonceptie kan worden vergoed.
- (gemeente) biedt voor inwoners in de vruchtbare leeftijd (die in een kwetsbare situatie verkeren) in het verlengde van prenatale voorlichting op een laagdrempelige manier preconceptievoorlichting en maakt de mogelijkheden voor preconceptiezorg (preconceptieconsult) bekend. OF (gemeente) heeft plannen om dit uit te zetten omschreven.
- (gemeente) stimuleert kinderopvangorganisaties om aan de slag te gaan met de aanpak en scholing van [Gezonde Kinderopvang](#). Omdat veel kinderen in deze leeftijd naar de kinderopvang gaan, wordt hiermee structureel gewerkt aan de gezonde leefstijl van veel kinderen.
- (gemeente) stimuleert het gebruik van de [JGZ-Richtlijn Voeding en Eetgedrag](#). Deze biedt zorgverleners de handvatten om ouders van praktische tips voor een gezonde opvoeding te voorzien.
- (gemeente) is een [borstvoedingsvriendelijke gemeente](#) en maakt mogelijk dat de JGZ kwalitatief hoogwaardige borstvoedingszorg kan bieden. Hiermee stimuleert en faciliteert de gemeente het geven van borstvoeding.

# Samenhang met sport

- Vroeg beginnen is vroeg winnen! Van jongs af aan voldoende bewegen is essentieel voor een gezonde ontwikkeling van baby's, dreumesen en peuters. Je legt de basis voor een gezond en actief leven. Bewegen is niet alleen goed voor de motorische ontwikkeling, maar heeft ook een positieve relatie met thema's als stress en slaap. Daarnaast draagt bewegen bij aan het aanleren van persoonlijke, sociale, cognitieve en emotionele vaardigheden.
- Zet in op meer bewegen voor 0-4 jarigen met het [beweegadvies](#) en stimuleer de gespreksvoering met ouders met behulp van een consultatiebureau dat uitstraalt dat bewegen belangrijk, leuk en eenvoudig is middels de [Inspiratiegids bewegestimulerende inrichting consultatiebureaus](#).

# Bruikbare bronnen

[eerste-1000-dagen-van-een-kind](#)

[bouwstenen-en-succesfactoren-van-de-aanpak-kansrijke-start](#)

[Beweegadvies 0-4](#)

[Inspiratiegids beweegstimulerende inrichting consultatiebureaus](#)

[De beweegrichtlijnen \(voor zwangeren\)](#)

[Gezonde Kinderopvang](#)

[JGZ-Richtlijn Voeding en Eetgedrag](#)

[borstvoedingsvriendelijke gemeente](#)

[Kindervoeding 0-4 jaar | Voedingscentrum](#)