

# Verhaal van Alphen Noord

Alphen aan den Rijn

Inwoners en organisaties

samen aan de slag

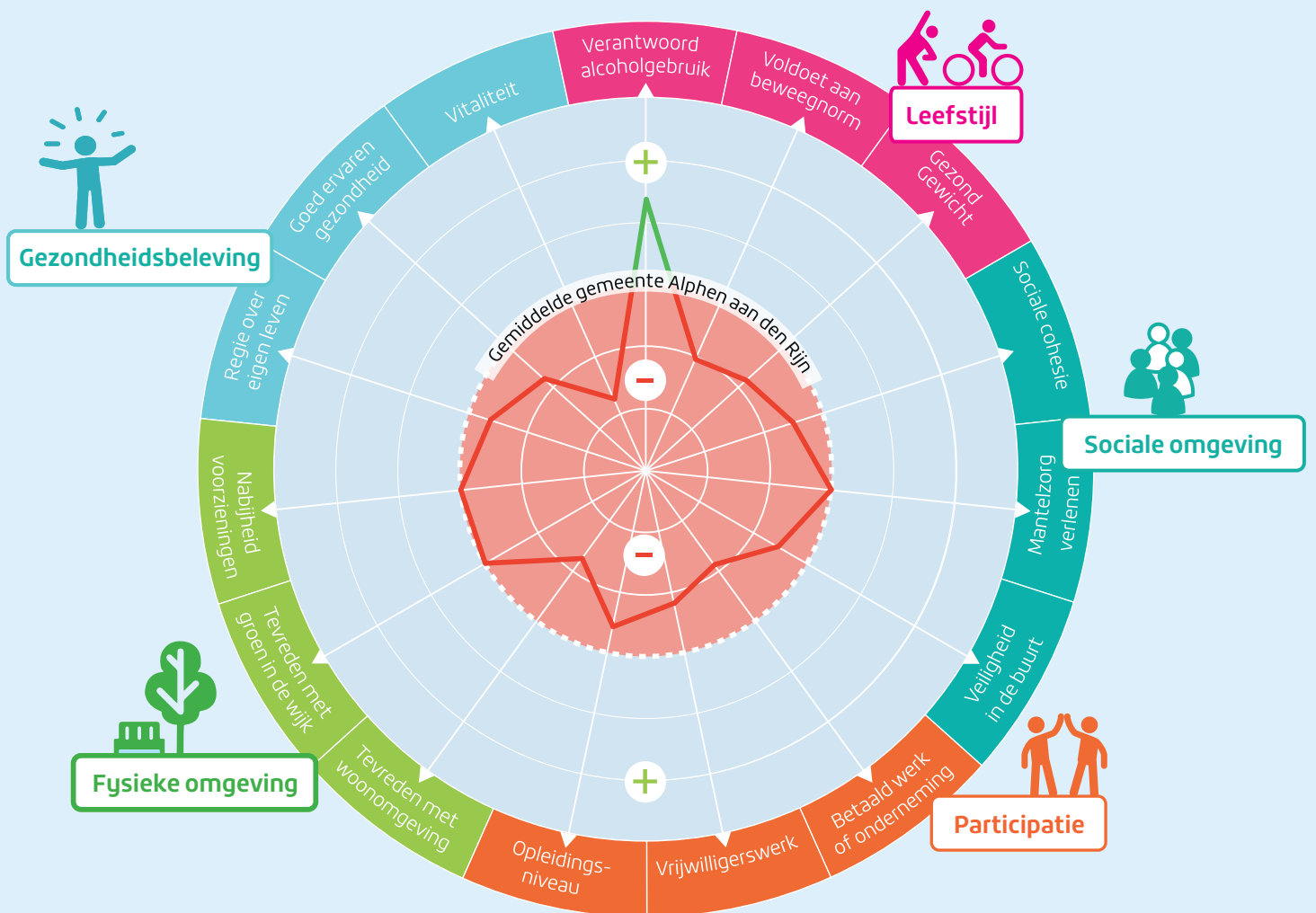
voor het  
versterken van

een sociale en  
gezonde wijk

# Alphen Noord in beeld



+ betekent dat de Alphen-Noord op deze indicator gunstig scoort ten opzichte van het gemiddelde van de gemeente Alphen aan den Rijn en - ongunstig.



| Bevolkings-opbouw                                       | Leefstijl                                                         | Gezondheid                                                                    | Sociale omgeving                                               | Participatie                                           | Voorzieningen                                                                               | Fysieke omgeving                                                                            |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>23% / 23%*</b><br><b>Jongeren</b><br>(0-19 jaar)     | <b>50% / 51%*</b><br><b>Sporten</b> (19+)                         | <b>11% / 10%*</b><br><b>Verminderde psychische gezondheid</b><br>(11-18 jaar) | <b>5% / 6%*/10</b><br><b>Ernstig eenzaam</b><br>(19-64 jaar)   | <b>74% / 79%*</b><br><b>Actieve ouderen</b> (65+)      | <b>84% / 87%*</b><br><b>Ouderen met voldoende zorg</b> (65+)                                | <b>Tevreden over wandel- en beweeg-mogelijkheden in de wijk</b><br>(18-85 jaar)             |
| <b>58% / 58%*</b><br><b>Volwassenen</b><br>(20-64 jaar) | <b>16% / 20%*</b><br><b>Softdrug-gebruik ooit</b><br>(11-18 jaar) | <b>6 / 6%*</b><br><b>Hoog risico op angst en depressie</b> (19+)              | <b>10% / 9%*</b><br><b>Ernstig eenzaam</b> (65+)               | <b>74% / 76%*</b><br><b>Zelfredzame ouderen</b> (65+)  | <b>Goede voorzieningen jongeren</b> (15+)                                                   | <b>Oudshoorn 76% / 81%*</b><br><b>Ridderveld 84% / 81%*</b><br><b>Zegersloot 94% / 81%*</b> |
| <b>17% / 15%*</b><br><b>Ouderen</b><br>(65+)            | <b>17% / 16%*</b><br><b>Stress</b> (19+)                          | <b>25% / 21%*</b><br><b>Beperkte mobiliteit</b> (65+)                         | <b>1,9% / 2,3%*</b><br><b>Overbelaste mantel-zorgers</b> (19+) | <b>18% / 15%*</b><br><b>Moeite met rondkomen</b> (19+) | <b>Oudshoorn 30% / 32%*</b><br><b>Ridderveld 29% / 32%*</b><br><b>Zegersloot 33% / 32%*</b> | <b>8,0 / 8,2*</b><br><b>Rapportcijfer woning</b> (19+)                                      |

\* Gemiddelde gemeente Alphen aan den Rijn

## RODE DRAAD

1. Zorg voor een laagdrempelig beweeg- en sportaanbod, denk ook aan sporten en bewegen voor vrouwen en cultuursensitiviteit.
2. De sociale cohesie versterken door elkaar beter te leren kennen, zowel inwoners onderling als inwoners en professionals. Ook contacten leggen tussen

- jongeren, professionals, wijkagenten en oudere buurtbewoners.
3. Wijkbewoners die meer eigen verantwoordelijkheid nemen. Zelfstandigheid versterkt de vitaliteit.
4. Bied hulp bij financiële problemen, bijvoorbeeld in de vorm van schuldhulpmaatjes. Leer inwoners zelf goed met geld om te gaan.



# Wijzer in de Wijk Alphen Noord 2019 - 2022



## GEZONDE LEEFSTIJL

- Meer kennis en voorlichting over een gezonde leefstijl
- Meer mogelijkheden voor ontmoeting
- Goede ondersteuning bij het voorkomen of het terugdringen van overgewicht
- Goede ondersteuning bij (het voorkomen van) diabetes.

## GEZOND MEEDOEN EN VAARDIGHEDEN

- Verbeteren (zelf)redzaamheid bij inwoners
- Verbeteren van meedoen om talenten beter te zien en te benutten
- Meer gezondheidsvaardigheden samen met ontmoeting
- Meer samen mét inwoners.

## LEEF-OMGEVING

- Leefomgeving is ondersteunend voor een 'gezonde leefstijl' en 'gezond meedoen en vaardigheden'
- Meer behoefte aan mogelijkheden voor ontmoeting en contact
- Meer met elkaar participeren ('doe-participatie')
- Goede afstemming vraag- en aanbod speelvoorzieningen.



# Totstandkoming Wijzer in de Wijk Alphen Noord 2019 - 2022

Groeten  
uit...

## ALPHEN RIDDERVELD

### BIJEENKOMSTEN EN GESPREKKEN

- 3 bijeenkomsten circa 30 beroepskrachten/actieve bewoners
- Focusgroepgesprek met een vrouwengroep
- Focusgroepgesprek met een jongerengroep
- Focusgroepgesprek met ouderen
- Focusgroepgesprek met mensen met migrantenachtergrond, lage ses en taalachterstand

Met medewerking en ondersteuning van



**ALPHEN  
BEWEEGT**



centrum voor  
jeugd en gezin



IN DE  
BUURT



**ZonMw**