



Zon in overvloed,
verzorg jezelf
en anderen goed.
warmedagen.be



Lokaal gezondheidsplan Warme Dagen

Handleiding voor een lokaal bestuur



Colofon

Deze handleiding is een realisatie van het Agentschap Zorg en Gezondheid in samenwerking met het Vlaams Instituut Gezond Leven en de Vlaamse Logo's.

Inhoud

Inleiding	4
Zet in op de toekomst!	5
Stappen naar een lokaal gezondheidsplan Warme Dagen	6
Een kwaliteitsvol stappenplan	6
Stap 1 Creëer draagvlak	7
Stap 2 Breng de beginsituatie in kaart	8
Stap 3 Bepaal prioriteiten	9
Stap 4 Formuleer doelstellingen	10
Stap 5 Werk acties uit	12
Stap 6 Voer acties uit	13
Stap 7 Evalueer en stuur bij	14
Stap 8 Veranker in het beleid	15
Bijlagen	16
Bijlage 1 Inspiratielijst draagvlak	16
Bijlage 2 Klimaatopwarming in kaart	18
Bijlage 3 Probleem- en doelgroepenanalyse	19
Bijlage 4 Interventieanalyse	22
Bijlage 5 Stakeholdersanalyse	23
Bijlage 6 Doelen ordenen	26
Bijlage 7 Doelen verfijnen volgens RE-AIM	27



Inleiding

Tijdens de zomer kan het erg warm worden. In de toekomst zal dat nog vaker gebeuren door de klimaatopwarming. Jammer genoeg veroorzaken erg warme dagen heel wat overlast. Ook voor de volksgezondheid: van hoofdpijn en slapeloosheid tot uitdroging, hittedag en zelfs sterfte. Kwetsbare groepen zoals kinderen, sociaal geïsoleerden en ouderen worden het ergst getroffen.

Je kunt als lokaal bestuur natuurlijk je steentje bijdragen om de klimaatverandering verder te voorkomen. Maar **een kwaliteitsvol preventief gezondheidsbeleid** is noodzakelijk omdat steeds meer warme dagen een realiteit zijn en de verwachte gezondheidseffecten grotendeels vermeden kunnen worden.

Deze handleiding en het bijbehorende sjabloon helpen je op weg om een preventief gezondheidsbeleid uit te bouwen door een lokaal gezondheidsplan Warme Dagen op te stellen.

Een lokaal gezondheidsplan Warme Dagen bundelt alle acties die de gezondheid van je inwoners beschermen, zowel voor als tijdens warme dagen.

Meer info:

- [De klimaatopwarming en het effect daarvan op hittestress](#)
- [De gezondheidsgevolgen van erg warme dagen](#)
- [Wat kun je als gemeentebestuur doen om bijkomende hittestress te voorkomen?](#)



Zet in op de toekomst!

Het aantal té warme dagen zal overal in Vlaanderen toenemen. Ook andere tendensen zoals vergrijzing en het aantal chronisch zieken zullen verder toenemen. Inzetten op een preventief gezondheidsbeleid naar aanleiding van erg warme dagen verdient dus **een duidelijke plaats in je meerjarenplan** als één van de noodzakelijke maatregelen om de gevolgen van klimaatverandering te milderen.



Situering binnen het Vlaamse en federale beleid

Het nationale ozon- en hitteplan bestaat uit 3 fasen:

- de waakzaamheidsfase (15 mei - 30 september)
- de waarschuwingsfase (0 tot 2 dagen voor het erg warm wordt)
- de alarmfase (temperatuur en ozon overschrijden drempels)

Vlaanderen is sinds 2015 bevoegd voor preventie in het kader van erg warme dagen. De campagnewebsite www.warmedagen.be speelt daarbij een centrale rol.

Maak de link met Gezonde Gemeente en het Burgemeestersconvenant

- Heeft je gemeente het Charter Gezonde Gemeente ondertekend? Maak dan zeker ook de link tussen je lokale gezondheidsplan Warme Dagen en je lokale gezondheidsbeleid.
- Heeft je gemeente [het Burgemeestersconvenant](#) getekend? Dan is een lokaal gezondheidsplan Warme Dagen een mogelijke adaptatiemaatregel. Vaak geeft de provincie en/of een intergemeentelijke vereniging ondersteuning bij de opmaak van een klimaatadaptatieplan.



Stappen naar een lokaal gezondheidsplan Warme Dagen



Een kwaliteitsvol stappenplan

Een lokaal gezondheidsplan uitwerken is een cyclisch proces en bestaat uit verschillende stappen:

- Creëer draagvlak
- Breng de situatie in kaart
- Formuleer doelstellingen
- Ontwerp een beleid en voer het uit
- Evalueer en stuur bij



Meer info:

- [De kadermethodiek Gezonde Gemeente waarop dit stappenplan gebaseerd is](#)
- [Gezondheidsbevordering](#)



Stap 1

Creëer draagvlak

Vraag expliciet het engagement van je schepencollege. Dankzij de toestemming van je bestuur kun je aan de slag gaan, en krijg je werkingsmiddelen en tijd van je collega's.

Vergroot je draagkracht en verdeel je draaglast door samen te werken met verschillende diensten en organisaties.

Concrete tips

- Schrijf een nota aan het schepencollege.
 - Overtuig op basis van cijfers en andere feiten die we aanreiken in bijlage 1.
 - Ga na welke engagementen jullie aangaan binnen het Burgemeestersconvenant en Gezonde Gemeente. Een warmteplan kan daar helemaal in thuishoren.
- Vraag goedkeuring om een werkgroep samen te stellen.
- Zet het thema op de agenda van je lokale welzijns- of gezondheidsraad of een ander relevant intern overleg.

[Consulteer eventueel je Logo voor ondersteuning!](#)



Lees meer:

- [De kadermethodiek Gezonde Gemeente waarop dit stappenplan gebaseerd is](#)
- [Gezondheidsbevordering](#)



Stap 2

Breng de beginsituatie in kaart

Het is goed om een duidelijk beeld te krijgen van de huidige situatie in je gemeente voor je beslist wie wat gaat doen. Welke behoefte leeft er in jouw gemeente en welke mogelijkheden heb je om aan die behoeften tegemoet te komen?

Vragen die je je kunt stellen in de beginsituatie:

1. **Welke invloed heeft temperatuur in onze gemeente?**
2. **Welke zijn de gevoelige groepen en waarom zijn ze gevoelig?** Hoeveel inwoners in de gemeente behoren tot die doelgroepen?
3. **Welke interventies kun je opzetten naar die doelgroepen?** En hoe sluiten die interventies aan bij bestaande acties binnen de gemeente?
4. **Welke diensten en/of lokale actoren kunnen betrokken worden** bij acties voor en tijdens warme dagen? Welke diensten en/of lokale actoren ondernemen nu al acties voor en tijdens warme dagen?
5. **Welke capaciteit is beschikbaar** in onze gemeente om acties voor en tijdens warme dagen op te zetten? Zijn er voldoende tijd en middelen beschikbaar om een gezondheidsplan Warme Dagen op te stellen?

Al die factoren helpen je de doelstellingen en prioriteiten van je lokale warmteactieplan te formuleren.

De bijlagen kun je gebruiken om het antwoord op de vragen te formuleren. Je mag voor ondersteuning ook altijd contact opnemen met het [Logo van je regio](#).

De omgevingsanalyse, een verplicht onderdeel van het meerjarenplan 2020-2025, kun je zeker goed gebruiken als startpunt voor deze stap.

Lees meer:

- Bijlage 2 – Klimaatopwarming in jouw gemeente in kaart brengen
- Bijlage 3 – Probleem- en doelgroepenanalyse
- Bijlage 4 – Interventieanalyse
- Bijlage 5 – Stakeholdersanalyse



Stap 3

Bepaal prioriteiten

De beginsituatie heeft mogelijkheden en werkpunten blootgelegd. Het is niet altijd vanzelfsprekend om op alle behoeften en mogelijkheden in te zetten. De reden? Omdat de beschikbare tijd en middelen realistisch gezien vaak beperkt zijn. Er moet dus tussen de verschillende acties, maatregelen, initiatieven en doelgroepen gekozen worden.

Die keuze mag je natuurlijk niet zomaar lukraak maken. Stel duidelijke prioriteiten op basis van criteria die jullie lokaal belangrijk vinden. **Verskillende criteria kunnen je prioriteiten mee bepalen.** Enkele voorbeelden:

- Bereik
- Zichtbaarheid
- Betaalbaarheid
- Haalbaarheid
- Gezondheidskloof overstijgend
- Koppeling met strategische doelstellingen binnen het meerjarenplan
- Realiseerbare integratie in de bestaande werking
- Hoge motivatie van de werkgroep
- Grote bereidwilligheid van lokale organisaties om mee te werken
- Ondersteuning door het schepencollege

Sommige criteria zullen elkaar versterken, andere criteria zijn moeilijker combineerbaar. Aan jullie om lokaal een onderbouwde keuze te maken!

Maak een onderscheid tussen prioriteiten op korte termijn en prioriteiten op lange termijn (= langetermijnvisie). Een snelle succeservaring kan alle betrokkenen energie geven en de basis vormen om op verder te bouwen. Zo kun je ervoor kiezen om eerst te focussen op één doelgroep om dan de volgende jaren te focussen op andere doelgroepen.

Zet in op kwetsbare doelgroepen!

We houden een pleidooi om met het oog op warme dagen vooral in te zetten op de meest kwetsbare doelgroepen: sociaal geïsoleerden, ouderen, kinderen en chronisch zieken.

Voor sociaal geïsoleerden en kinderen werkten we een apart dossier uit.



Stap 4

Formuleer doelstellingen

Zijn de prioriteiten duidelijk? Dan kun je doelstellingen formuleren. Stel jezelf daartoe de vraag 'Wat wil ik bereiken?'.

Strategische doelen

Het is logisch dat je eerst strategische doelen formuleert. Strategische doelen geven aan wat het wenselijk einddoel op lange termijn is. Bijvoorbeeld:

- 'We willen voorkomen dat sociaal geïsoleerden in onze gemeente zware gezondheidsgevolgen van warme dagen ondervinden.'

Extra tips:

- Koppel je strategische doelen aan de verschillende doelgroepen.
- Formuleer doelstellingen op grond van factoren die je wilt beïnvloeden en niet factoren van gedrag.
 - Goed: 'Sociaal geïsoleerden weten hoe ze zich kunnen beschermen tegen erg warme dagen.'
 - Fout: 'Sociaal geïsoleerden drinken meer op erg warme dagen.'
- Formuleer doelstellingen op korte en lange termijn. Zorg dat je doelstellingen op korte termijn je langetermijnvisie ondersteunen.

Operationele doelen

Wil je je strategische doelen bereiken? Vertaal ze dan in operationele doelen. Operationele doelen zijn een concretere vertaling van de strategische doelen.

Kies voor een mix van strategieën als je je operationele doelen formuleert. Alleen sensibiliseren en informeren werkt niet. Om een goed resultaat te krijgen, kun je het best inzetten op een mix van de volgende vier strategieën:

- Informatie en sensibilisatie
 - Bijvoorbeeld: 'We bereiken dit jaar met de publiekscampagne 50 procent van onze inwoners.'
- Omgevingsinterventies
 - Bijvoorbeeld: 'Deze zomer creëren we voldoende schaduwrijke plekken op minstens twee plaatsen waar veel mensen komen.'
- Regels en afspraken
 - Bijvoorbeeld: 'We voeren ten laatste tegen oktober het nemen van maatregelen tijdens warme dagen in als gunningsvoorwaarde voor evenementen.'
- Zorg en begeleiding
 - Bijvoorbeeld: 'De huisartsen nemen actief contact op met 80 procent van de mensen uit onze gemeente die tijdens warme dagen opgenomen worden in het ziekenhuis om zo problemen in de toekomst te vermijden.'



Extra tips:

- Bekijk je evaluatieopzet als je je doelstellingen formuleert. Dat zal je evaluatie vergemakkelijken.
- Betrek zo veel mogelijk actoren bij het opstellen van je doelstellingen en hou rekening met hun adviezen. Zo creëer je draagvlak voor je doelstellingen en je actieplan. Laat hen feedback geven op de inhoud, niet op de formulering.
- Deze operationele doelen kun je duidelijk, meetbaar, realistisch en tijdsgebonden formuleren waar mogelijk (SMART!). In het begin is het moeilijk om inschattingen te maken van exacte aantallen, maar hoe langer je bezig bent, hoe duidelijker je ziet wat haalbare streefcijfers zijn. En dan is het natuurlijk de bedoeling dat je altijd probeert om net iets verder te raken.

Bundel je acties in een matrix

Concretiseer de operationele doelstellingen in acties en plaats ze in een gezondheidsmatrix. Bijvoorbeeld:

- 'We bereiken dit jaar met de publiekscampagne minimaal alle scholen.'
 - Acties:
 - We publiceren een artikel in ons gemeenteblad.
 - We communiceren over de actie via onze website.
 - ...
 -

Gebruik de gezondheidsmatrix als instrument om het overzicht van alle acties weer te geven. Zet in de kolom 'Uitvoerder' de verantwoordelijke dienst om een overzicht te krijgen van wie wat zal ondernemen.

Extra tips:

- Maak een aparte matrix per fase van het Vlaamse warmteactieplan (de waakzaamheidsfase, de waarschuwingsfase, de alarmfase) en per doelgroep.

Lees meer:

- [Inspiratie voor mogelijke interventies vind je terug in bijlage 4 – Interventieanalyse.](#)
- [Meer info over doelen ordenen vind je in bijlage 6 – Doelen ordenen.](#)
- [Meer info over doelen verfijnen vind je in bijlage 7 – Doelen verfijnen.](#)
- [Meer info over evalueren lees je in stap 7.](#)
- [Download een lege gezondheidsmatrix in lay-out van Warme Dagen om zelf aan de slag te gaan op \[warmedagen.be\]\(http://warmedagen.be\).](#)
- [Lees meer over de gezondheidsmatrix.](#)



Stap 5

Werk acties uit

Zijn de doelstellingen van het warmteactieplan duidelijk? Dan kun je starten met uittekenen welke acties je gaat ondernemen om de doelstellingen te realiseren.

Werk een stappenplan uit

Om de gekozen acties te realiseren, formuleer je eerst de stappen per actie. Start met wat logisch als eerste komt. Bijvoorbeeld:

- x.x.1 Alle organisaties die werken voor sociaal geïsoleerden zijn tegen het einde van de maand in kaart gebracht.
- x.x.2 Alle organisaties krijgen van de werkgroep een mailing met:
 - informatie over de campagne Warme Dagen en de leidraad 'sociaal geïsoleerden';
 - een uitnodiging voor een overleg om met de campagne Warme Dagen voor sociaal geïsoleerden aan de slag te gaan.



Stap 6

Voer acties uit

De verschillende betrokkenen zullen op de afgesproken momenten, tijdens de afgesproken fases en op de afgesproken manier de acties uitvoeren. Iemand die het plan coördineert kan daarbij erg handig zijn om het overzicht te behouden en de langetermijnvisie te bewaken.

Extra tips:

- **Schakel verschillende interne diensten, partner- en middenveldorganisaties in.** Je kunt heel wat acties integreren in bestaande plannen zoals noodplannen, evenementenplannen, preventieplannen ...
- **Laat de verschillende betrokkenen (en nieuwe partners) regelmatig samenkomen.** De regelmaat bepaal je lokaal het best zelf. Bewaak in dit overleg zelf ook mee de grote lijnen.
- **Creëer voldoende tijd en ruimte voor de acties.** Goede voornemens helpen je al goed op weg, maar de geplande acties moeten ook realistisch zijn. De verantwoordelijken voor bepaalde maatregelen moeten voldoende tijd en middelen hebben om de acties naar behoren uit te voeren.
- **Probeer de einddoelgroep zo veel mogelijk te doen participeren.** Wordt de doelgroep betrokken bij het kiezen en uitvoeren van de acties? Dan zullen ze positiever reageren op de acties.



Stap 7

Evalueer en stuur bij

Van evalueren kun je leren. Door te evalueren krijg je inzicht in wat werkt, wat beter niet herhaald kan worden en hoe je bepaalde acties kunt bijsturen om ze sterker te maken in de toekomst.

Trek voldoende tijd en middelen uit voor evaluatie!

Evalueren kan op twee niveaus. Het is aangeraden om ze te combineren.

- **De effectevaluatie.** Bij welke doelgroep is wat bereikt? Welke impact op de gezondheidsdeterminanten of zelfs op gezond gedrag, op preventiedeelnemers en op zorgconsumptie zien we?
- **De procesevaluatie.** Hoe is de uitvoering van het plan verlopen? Waren de werkwijzen, middelen en materialen geschikt om het plan uit te voeren?

- [Lees meer over kwaliteitsvol evalueren](#)



Stap 8

Veranker in het beleid

Zoals beschreven in de inleiding, staat dit gezondheidsplan niet op zichzelf maar kun je het beter verankeren in het meerjarenplan van je organisatie of lokale bestuur.

Concrete tips

- Veranker dit gezondheidsplan Warme Dagen in je lokale gezondheidsbeleid.
- Lees het meerjarenplan van je gemeente en OCMW en zoek aanknopingspunten.
- Rapporteer je korte- en langetermijndoelstellingen, verspreid je visietekst onder collega's of zoek fora waarop je gezondheidsplan kan worden bekendgemaakt, zoals lokale studiedagen of je gemeenteblad.
- Vergroot je samenwerking en bouw je netwerk op lange termijn uit.
- Koppel je gezondheidsplan aan de acties die lopen rond klimaatbeleid, gezondheidsbeleid en ander relevant beleid. Dit thema zal de komende jaren steeds belangrijker worden.



Bijlagen

Bijlage 1

Inspiratielijst draagvlak

*Inspiratielijst om je bestuur te overtuigen van een lokaal gezondheidsplan
Warme Dagen*

Waarom inzetten op warme dagen?

Zeer warme dagen zijn niet zonder gevaar. Vooral ouderen, kinderen en alleenstaanden zijn kwetsbare groepen. Bovendien pieken de sterftcijfers op erg warme dagen. Hierbij enkele sprekende cijfers om je bestuur te overtuigen om in te zetten op warme dagen.

Sprekende cijfers

8°

Op warme dagen kan het in **Vlaamse steden en gemeenten tot 8° warmer zijn dan buiten de stad**. Dat hitte-eilandeffect leidt tot groter energieverbruik, meer luchtvervuiling en een lagere productiviteit. Met een mix van maatregelen kan uw gemeente het hitte-eilandeffect milderen en voorkomen.

13%

Tijdens een hittegolf zijn er **ongeveer 13% meer overlijdens** dan anders.

11%

Door het **hitte-eilandeffect** in steden kan de **lokale economie tot 11% krimpen**.

2700

De Europese Commissie schat dat er binnenkort jaarlijks **ongeveer 2.700 extra overlijdens** te wijten zullen zijn aan **klimaatverandering**.

382

In België ondertekenden al **382 steden en gemeenten** het **burgemeestersconvenant** waarmee zij willen aangeven effectief werk te maken van een meer **klimaatvriendelijke gemeente**.



Waarom je acties voor en tijdens warme dagen bundelen in een lokaal gezondheidsplan Warme Dagen?

- **Systematische aanpak:** een gezondheidsplan Warme Dagen zorgt voor een systematische aanpak. Zo zie je niets over het hoofd en is er een duidelijke leidraad voor alle betrokkenen.
- **Hiaten worden blootgelegd:** de huidige situatie in de gemeente wordt in beeld gebracht. De lokale behoeften, knelpunten, opportuniteiten op lokaal niveau en het aanbod aan ondersteuning worden geïnventariseerd. Zo krijg je een duidelijk overzicht van de behoeften.
- **Duidelijke taakverdeling:** het gezondheidsplan Warme Dagen biedt een overzicht van het hele netwerk en alle partners die er een rol in hebben. Zo weten alle actoren wat er van hen verwacht wordt en waarmee ze aan de slag moeten.
- Het lokale gezondheidsplan pleit voor een **multidisciplinaire en dienstoverschrijdende aanpak** die berust op een uniforme werkwijze. Door de sterktes van de verschillende diensten en organisaties te gebruiken en door samen te werken versterk je de kwaliteit van het eindproduct aanzienlijk.
- **Behoud van kennis:** door de informatie te bundelen voorkom je dat kennis verloren gaat bij een verschuiving in het personeelsbestand of als taken en verantwoordelijkheden overgedragen worden.
- De **planmatige aanpak** helpt prioriteiten te stellen en dient als leidraad om de intensiteit van de acties en voorbereidingen te bepalen. Zo kun je de beschikbare middelen steeds inzetten waar en wanneer ze het meest nodig zijn.
- **Gezondheidswinst:** een preventieve aanpak leidt tot minder gezondheidsproblemen. Zo kun je heel wat persoonlijke en maatschappelijke kosten beperken.
- Een kwaliteitsvol gezondheidsplan stelt duidelijke, meetbare doelen op en laat evaluatie toe. De **evaluatie** leidt dan tot kleine of grote veranderingen die de kwaliteit versterken. Daarnaast zorgen evaluaties voor een organisch karakter van het plan. Dit kun je dan 'en cours de route' verder ontwikkelen met nieuwe ervaringen uit het werkveld.



Bijlage 2

Klimaatopwarming in kaart

Zelfs in het meest optimistische [klimaatopwarmingsscenario](#) zullen we [veel meer warme dagen](#) kennen in de komende jaren. Zowel op het platteland als in de steden. In de steden zal het nog warmer zijn door [het stedelijk hitte-eilandeffect](#): de stad houdt de warmte vast, waardoor het er overdag, maar vooral ook 's nachts warmer is dan in de landelijke gebieden errond.

De noodzaak aan actieve sensibilisatie en ondersteuning van verschillende bevolkingsgroepen zal steeds dringender worden. Ga dus nu al van start met interventies, zodat je leert uit beginnersfouten en op een zeer efficiënte manier aan preventie kunt doen.



Bijlage 3

Probleem- en doelgroepenanalyse

Erg warme dagen kunnen leiden tot gezondheidsklachten bij ieder van ons. Van slapeloosheid tot een hitteslag of uitdroging. Sommige mensen lopen een verhoogd risico, vooral baby's en jonge kinderen, ouderen, sociaal geïsoleerde personen, chronisch zieken en hulpbehoevenden. Ook sporters en bezoekers van evenementen verdienen extra aandacht.

Hieronder volgt een korte beschrijving van de verschillende kwetsbare doelgroepen en specifieke aandachtsgroepen met telkens een doorverwijzing voor wie zich dieper wil inlezen.

Kwetsbare doelgroepen

- **Ouderen**

Op Vlaams niveau staat de term 'ouderen' voor personen die de leeftijd van 65 jaar gepasseerd zijn.¹ Ouder worden gaat gepaard met een verouderingsproces op fysiek, zintuiglijk en geestelijk vlak. Zo veroudert het lichaam inwendig (hart en longen) en nemen de spierkracht, de regeling van de lichaamstemperatuur en de fysieke fitheid af. Oudere personen voelen minder goed dat ze dorst hebben. Op cognitief vlak kunnen ze moeite krijgen om nieuwe problemen op te lossen, snel besluiten te vormen en complexe situaties te overzien.

- Lees meer over ouderen en erg warme dagen op warmedagen.be.
- Het aantal ouderen binnen jouw gemeente of stad? [Raadpleeg de gemeentelijke profielschetsen](#) of informeer naar concrete gegevens bij jouw lokale bestuur.

- **Kinderen**

Baby's en jonge kinderen hebben op warme dagen behoefte aan extra zorg. Zuigelingen hebben nog moeite om hun lichaamstemperatuur te regelen en zijn extra gevoelig voor uitdroging. Kinderen jonger dan 3 jaar kunnen hun behoeften of ongemakken niet altijd goed duidelijk maken. Ze zijn afhankelijk van zorg. Jonge kinderen reageren ook anders op warmte dan volwassenen en hebben op warme dagen meer aandacht van hun verzorgers nodig.

- Lees meer over kinderen en erg warme dagen op warmedagen.be.
- Het aantal kinderen binnen jouw gemeente of stad? [Raadpleeg de gemeentelijke profielschetsen](#) of informeer naar concrete gegevens bij jouw lokale bestuur.



¹ Vlaamse Ouderenraad: <http://www.vlaamse-ouderenraad.be/Publicaties/folder/Beeldvormingsfolder.pdf>

- **Sociaal geïsoleerden**

Bij deze groep is er vaak een gebrek aan uitgebreide kennis over gezondheid. Zij worden het minst bereikt met algemene campagnes. Daarnaast missen deze personen vaak de sociale controle die hen naar het juiste gedrag stuurt. Ze missen een sociaal vangnet.

- Lees meer over sociaal geïsoleerden op warmedagen.be.
- Lees meer over sociaal geïsoleerden en erg warme dagen op warmedagen.be.
- Het aantal sociaal geïsoleerden binnen jouw gemeente of stad? In de methodiek rond sociaal geïsoleerden op warmedagen.be lees je hoe je dat in kaart kunt brengen.

- **Chronisch zieken**

De warmte kan de fysiologische huishouding van mensen in de war sturen. Bij mensen die al met gezondheidsproblemen kampen, kunnen deze verergeren of kan het helingsproces schade oplopen. Daarnaast kunnen zieken vaak moeilijker inschatten wat het lichaam aan kan en hoe het op bepaalde situaties zal reageren. Bovendien kunnen warmte en zonlicht een effect hebben op de werking van geneesmiddelen. Daardoor kan de beschikbare dosis van een middel veranderen of kan de werking verschillen.

- Lees meer over chronisch zieken en erg warme dagen op warmedagen.be.
- Het aantal chronisch zieken binnen jouw gemeente of stad? Werk samen met de lokale ziekenfondsen om deze mensen te bereiken.

Specifieke aandachtsgroepen

- **Bezoekers van een evenement**

Een outdoor evenemententerrein kan zo opgebouwd zijn dat er te weinig koele plekken zijn om aan de warmte en het directe zonlicht te ontsnappen. Daarnaast ontstaat er een pinguïneffect als mensen dicht bij elkaar staan, waardoor de temperatuur in de groep nog stijgt. Ten slotte kan een overvloedige inname van alcohol en drugs ertoe leiden dat bezoekers van evenementen niet juist reageren op te warme periodes.

- Lees meer over evenementen en erg warme dagen op warmedagen.be.
- Het aantal evenementen binnen jouw gemeente of stad? Raadpleeg jouw collega's die instaan voor de vergunningen.

- **Sporters**

Zware inspanningen gaan vaak gepaard met zweten en een verhoging van de lichaamstemperatuur. Warmteperiodes hebben een cumulatief effect op die lichamelijke reacties. Daardoor vormen ze sneller een probleem voor de gezondheid. Specifiek bij sporters bestaat het gevaar dat ze dezelfde prestaties van hun lichaam verwachten als op minder warme dagen. Door competitiedrang is de kans nog groter dat ze risico's nemen.

- Lees meer over personen die zware inspanningen leveren en erg warme dagen op warmedagen.be.
- Het aantal sporters binnen jouw gemeente of stad? Raadpleeg de sportdienst.



- **Mensen in armoede en etnisch-culturele minderheden**

Niet iedereen vindt het even gemakkelijk om gezondheidsinformatie toe te passen in zijn eigen leven. Je kent niet altijd de gebruikte begrippen of culturele verschillen maken dat je ze anders interpreteert of toepast.

- Lees meer over personen met een lage sociaal-economische status en erg warme dagen op warmedagen.be.
- Het aantal mensen met een lage sociaal-economische status binnen jouw gemeente of stad? [Raadpleeg de gemeentelijke profielschetsen](#) of informeer naar concrete gegevens bij jouw lokale bestuur, bijvoorbeeld het OCMW.



Bijlage 4

Interventieanalyse

Om je operationele doelen te bereiken zul je acties opzetten. Je kunt daarbij van een wit blad vertrekken of je baseren op eerdere ervaringen en inzichten. We hebben inzichten uit literatuur en good practices per doelgroep gegroepeerd in een vooraf ingevulde gezondheidsmatrix. Laat je door die inzichten inspireren en leiden om zelf acties te formuleren (stap 4).

Algemene bevolking

Zet een publiekscampagne 'Warme dagen, zorg dragen' op. Gebruik daarvoor de affiche, folder, voorbeeldberichten voor sociale media, voorbeeldartikels en publireportages die je kunt vinden in de [webwinkel](#) op [warmedagen.be](#).

Pas je communicatie aan per fase van het Vlaamse warmteactieplan. Leg in de waakzaamheidsfase de focus op algemene informatie en preventietips, en geef in de waarschuwingsfase meer gerichte boodschappen.

Naast sensibiliseren en informeren kun je ook omgevingsinterventies opzetten voor de algemene bevolking. Creëer bijvoorbeeld op plaatsen waar veel mensen komen schaduwrijke plekken.

[Lees meer](#)

Kwetsbare doelgroepen

Op [warmedagen.be](#) vind je voor de volgende doelgroepen inspiratie voor interventies:

Ouderen

- Ouderen in woon-zorgcentra
- Ouderen algemeen

Kinderen

- Kinderen in scholen
- Kinderen in de kinderopvang

Sociaal geïsoleerden

Chronisch zieken

Specifieke aandachtsgroepen

Bezoekers van een cultureel evenement

Sporters

Mensen met lage sociaal-economische status



Bijlage 5

Stakeholdersanalyse

Het doel van de stakeholdersanalyse is in kaart brengen welke interne diensten en welke externe lokale actoren je kunt betrekken bij de opmaak en uitvoering van je lokale gezondheidsplan Warme Dagen.

Interne stakeholdersanalyse

Een aantal diensten binnen je lokale bestuur ondernemen nu al actie voor en tijdens warme dagen. Daarnaast zijn er zeker nog diensten die zeker een meerwaarde kunnen zijn. Breng relevante diensten in kaart. Let daarbij extra op diensten die zich inzetten voor de kwetsbare doelgroepen en specifieke aandachtsgroepen uit bijlage 3.

De onderstaande tabel helpt je op weg.

Doelgroep	Dienst/medewerker
Algemene bevolking	Dienst Communicatie
	Dienst Sociale Zaken/Gezondheid
	Milieudienst (bv. link met thema klimaat/Burgemeestersconvenant)
	Duurzaamheidsambtenaar (bv. link met thema klimaat/Burgemeestersconvenant)
	Ambtenaar nood- en interventieplanning (die bijvoorbeeld de alarmfase coördineert)
	Dienst Stedenbouw (die bijvoorbeeld informeert over hittebestendig bouwen)
	Personeelsdienst
Kinderen	Wijkwerking
	Dienst Kinderopvang
	Huizen van het Kind
	Jeugddienst
	Gemeentescholen
Ouderen	Speelpleinwerking
	Lokale dienstencentra
	Eigen woon-zorgcentra



Sociaal geïsoleerden	Sociale dienst OCMW
	Eigen maaltijdbedeling
	Wijkagent
Bezoekers van evenementen	Dienst Evenementen
	Cultuurdienst
Personen die zware inspanningen leveren	Sportdienst

Externe stakeholdersanalyse

Ook buiten je eigen diensten zijn er lokale actoren die nu al actie ondernemen voor en tijdens warme dagen of die later nog kunnen helpen om je lokale gezondheidsplan Warme Dagen uit te voeren. Breng die externe lokale actoren in kaart.

De onderstaande tabel helpt je op weg.

Doelgroep	Lokale actor
Algemene bevolking	Apothekers
	Huisartsen
Kinderen	Kinderdagverblijven
	Onthaalouders
	Consultatiebureaus Kind en Gezin
	CLB's
	Diensten Gezinszorg
	Jeugdbewegingen
Senioren	Diensten Thuiszorg
	Seniorenverenigingen
	Private woon-zorgcentra
	Mantelzorgers
	Vrijwilligerswerkingen
Sociaal geïsoleerden	Diensten thuiszorg
	CAW



	Vrijwilligerswerking
	Wijkagent
Bezoekers van evenementen	Organisatoren van evenementen in je gemeente
Personen die zware inspanningen leveren	Sportverenigingen

Wat na de stakeholdersanalyse?

Nu heb je een lijst van relevante interne diensten en externe lokale actoren. Wil je ook weten of ze de voorbije jaren al actie ondernamen voor en tijdens warme dagen? Contacteer hen. Vraag ook of ze betrokken willen worden bij het lokale gezondheidsplan Warme Dagen en/of bij de activiteiten die eruit voortvloeien.



Bijlage 6

Doelen ordenen

Wil je het geheel overzichtelijk houden en meteen ook bewaken dat je werkt aan een mix van strategieën? Dan kun je de operationele doelstellingen ordenen volgens de strategieën van de gezondheidsmatrix. Bijvoorbeeld:

Sensibilisatie

- 1.1 Zo veel mogelijk organisaties die zich inzetten voor sociaal geïsoleerden brengen die doelgroep een bezoek in het voorjaar, om hen te informeren hoe ze zich kunnen beschermen tegen erg warme dagen.
- 1.2 Zo veel mogelijk sociaal geïsoleerden krijgen een bezoek op erg warme dagen (tijdens de waarschuwingsfase).
- 1.3 Met alle sociaal geïsoleerden wordt telefonisch contact opgenomen bij een alarmfase.

Omgevingsmaatregelen

- 2.1 Alle sociaal geïsoleerden die slecht gehuisvest zijn, kunnen in de zomer op erg warme dagen terecht op koele plekken binnen de gemeente.

Afspraken en regels

- 3.1 Alle sociaal geïsoleerden kennen het subsidiereglement van de gemeente dat de financiële ondersteuning biedt als je je woning hittebestendig maakt.



Bijlage 7

Doelen verfijnen volgens RE-AIM

Om een actie te doen welslagen moet je nadenken over de hele keten van het project. De checklist RE-AIM helpt je om de juiste vragen te stellen.

Waarvoor staan de letters RE-AIM?

- R = reach of bereik
- E = effectiviteit
- A = adoptie of interesse
- I = implementatie
- M = maintenance of behoud
-

Zowel op het niveau van de einddoelgroep als op het niveau van de intermediair wil je natuurlijk een effect bereiken.

- **Einddoelgroep:** het is niet alleen belangrijk dat je met je campagne of acties veel mensen bereikt (R), maar ook dat je doelgroep meedoet aan je actie (I), dat de actie een effect heeft op hun gedrag (E), en liefst voor altijd (M).
- **Intermediair:** het is niet alleen belangrijk dat zo veel mogelijk partners (A) je acties begrijpen, doen en bekendmaken (E), maar ook dat ze dat kwaliteitsvol doen (I) en op lange termijn (M).

Wil je weten of je acties kwaliteitsvol zijn? Benoem dan per operationele doelstelling indicatoren volgens RE-AIM.

Bijvoorbeeld:

Adoptie:

- Intermediairs:
 - We bereiken 100 organisaties.

Effectiviteit:

- Intermediairs
 - 80 organisaties communiceren met de einddoelgroep.
 - 20 organisaties brengen een bezoek aan de einddoelgroep.
- Einddoelgroep
 - 100 vrijwilligers brengen een bezoek aan een oudere gedurende de waarschuwingsfase.
 - 10.000 mensen drinken extra op erg warme dagen.

Bereik:

- Einddoelgroep
 - We bereiken 10.000 mensen via online communicatie.
 - We bereiken 1000 mensen via een bezoek.



Implementatie

- Intermediairs
 - Alle organisaties voeren de acties uit tijdens de waarschuwingsfase.

Behoud

- Intermediairs
 - De meewerkende organisaties engageren zich ook de komende jaren voor de werkgroep.

[Op de verschillende niveaus van RE-AIM kun je gemakkelijk evalueren.](#)

