

# VESTER



## VITALE GEMEENSCHAPPEN &

POSITIEVE GEZONDHEID  
ERVARINGSVERHALEN OVER  
INITIATIEVEN IN EN VOOR  
NOORD-LIMBURG  
APRIL 2026

PROGRAMMA  
VITAAL & GEZOND  
REGIO NOORD-LIMBURG

# VOORWOORD

## INITIATIEVEN VOOR GEZONDE GEMEENSCHAPPEN UITGELICHT

Welkom bij deze nieuwe editie van VERTEL, de Vertelmonitor van Regio Noord-Limburg.

In deze uitgave zetten we een belangrijke stap: we verbreden ons perspectief. Waar eerdere edities vooral een creatieve vorm van verantwoording waren voor projecten uit de Regio Deal en de Investeringsagenda, kiezen we dit jaar bewust voor een andere insteek.

De beweging Vitaal & Gezond is namelijk groter dan de projecten die vanuit de regio zijn gefinancierd. Overall in Noord-Limburg gebeurt iets: mensen, organisaties en gemeenschappen zetten zich in voor gezondheid, vitaliteit, ontmoeting en ontwikkeling. Dat werd opnieuw zichtbaar op het Inspiratiefestival en via het Gezondste Regio Netwerk: een rijke verzameling energie, initiatieven en samenwerkingen die samen laten zien hoe breed en krachtig het regionale ecosysteem is.

Door alleen de projecten op te nemen waar de regio financieel bij betrokken is, zouden we maar een deel van het verhaal, dat bijdraagt aan de Gezondste Regio vertellen.

En dit jaar willen we juist het hele verhaal laten zien, de beweging achter de beweging. Daarom vind je in deze editie niet alleen de initiatieven uit de Regio Deal en Investeringsagenda, maar ook ideeën en projecten die door partners uit het netwerk zijn aangedragen of op het Inspiratiefestival zijn gepresenteerd. Samen laten ze zien:

- hoe het regionale ecosysteem groeit en bloeit
- hoeveel initiatieven bijdragen aan gezondheid en vitaliteit
- hoe samenwerking, inspiratie en kruisbestuiving de beweging steeds sterker maken

“**VERTEL is uitgegroeid tot een inspiratie-uitgave die zowel de impact van de Regio Deal en Investeringsagenda zichtbaar maakt, als de bredere kracht van de regio. De naam blijft bewust behouden want we vertellen het gezamenlijke verhaal van een vitale en gezonde regio. Regio Noord-Limburg, Programma Vitaal & Gezond, blijft hierbij de afzender. Als verbinder, aanjager en versterker van alles wat bijdraagt aan deze regionale ambitie.**”

We nodigen je uit om mee te lezen, je te laten inspireren en misschien zelfs nieuwe verbindingen te ontdekken. Want de beweging maken we samen!

Frans Schatorjé

Bestuurlijke trekker van het programma Vitaal & Gezond  
en wethouder Gemeente Venlo



# INHOUD

---

## INLEIDING

**ALS GEZONDHEID GEEN PROJECT IS, MAAR  
IETS WAT JE SAMEN DOET** 4  
In gesprek met Angelique Jansen en  
Bert Janssen

**DE KRACHT VAN DORPEN: GEZONDHEID BEGINT  
BIJ ELKAAR ONTMOETEN** 10  
In gesprek met Henk Lommerse en  
Miranda Geurts

**PREVENTIEVE GEZONDHEID ALS  
GEZAMENLIJKE BEWEGING** 15  
In gesprek met Frits van Osch,  
Inge Homan en Ralph van Mulken

**SPORT, LEEFSTIJL EN GEMEENSCHAPSKRACHT ALS  
MOTOR VOOR EEN ZORGZAME SAMENLEVING** 20  
In gesprek met Lieke Sitaniapessy en  
Henk Verstappen

**BEREIKBAAR BLIJVEN: MOBILITEIT ALS SLEUTEL  
TOT MEEDOEN** 25  
In gesprek met Tom Jacobs,  
Simone Coenen en René Pijpers

DANK



# INLEIDING

## WELKOM BIJ VERTEL!

In deze Vertelmonitor vangen we de impact van regionale initiatieven niet in droge cijfers, maar in échte verhalen. Verhalen die laten zien hoe Vitale Gemeenschappen en Positieve Gezondheid in Noord-Limburg tot leven komen.

### **De kracht van ontmoeting**

Voor deze editie brachten we bevlogen initiatiefnemers met elkaar in gesprek. Bekenden en onbekenden deelden hun successen, uitdagingen en frisse ideeën. Met deze eerlijk dialogen slaan we bruggen tussen verschillende werkvelden. Want juist door van elkaar te leren, vernieuwen we en maken we onze regio sterker.

### **Bouw mee aan de Gezondste Regio**

De besproken initiatieven zijn onderdeel van het Gezondste Regio Netwerk, een groeiende gemeenschap van professionals en inwoners. Wil je ook aan haken?

- Digitaal: Maandelijks online sessies om laagdrempelig kennis te delen en samen oplossingen te bedenken.
- Fysiek: ons jaarlijkse, energieke Inspiratiefestival

Kijk voor de agenda en meer informatie op [www.gezondsteregionetwerk.nl](http://www.gezondsteregionetwerk.nl)



## ALS GEZONDHEID GEEN PROJECT IS, MAAR IETS WAT JE SAMEN DOET

Een gesprek met Angelique Jansen en Bert Janssen

Arcen oogt als een vitaal dorp. Mooie natuur, een levendig centrum, veel verenigingen en een sterke gemeenschapszin. En toch zien ook hier professionals en inwoners dezelfde signalen als elders: vergrijzing, eenzaamheid, mantelzorg die zwaar wordt en groepen die minder vanzelfsprekend meedoen. Vanuit die realiteit ontstond Arcen Beweegt Jou. Geen strak programma, geen nieuwe organisatie, maar een beweging die gezondheid terugbrengt naar waar die hoort: het dagelijks leven van mensen. Inwoners zijn aan zet, professionals en gemeente faciliteren en ondersteunen, met één gedeeld uitgangspunt: gezondheid ontstaat samen en van onderop.

*Hun verhalen laten zien dat gezondheid niet alleen gaat over zorg, maar ook over gemeenschap, eigenaarschap en vertrouwen.*



## Een droom als vertrekpunt

De oorsprong van Arcen Beweegt Jou ligt bij de huisarts van het dorp, Edith Craenmehr. Zij stelde zich een simpele, maar grote vraag: hoe mooi zou het zijn als Arcen één van de gezondste dorpen ter wereld wordt? Niet door harder te werken, maar door mensen met elkaar samen te laten bewegen naar een gezond en vitaal leven.

In eerste instantie richtte het initiatief zich op bewegen en gezonde voeding. Denk aan wandelgroepen en een gezondheidsmarkt. Maar al snel werd duidelijk: gezondheid is meer dan bewegen alleen. Het gaat ook over meedoen, zingeving, sociale contacten en eigen regie, precies de pijlers van Positieve Gezondheid.

Via de gemeente Venlo kwam Angelique als procesbegeleider in beeld. Sinds januari 2025 ondersteunt zij het initiatief twee dagen per week, want huisartsen hebben het nu eenmaal heel druk met andere wezenlijke zaken. "Mijn rol is vooral faciliteren, verbinden, aanjagen en geldstromen regelen," vertelt ze. "Het is juist de bedoeling dat de initiatieven van en voor Arcenaren zijn."

**“Hoe mooi zou het zijn als Arcen één van de gezondste dorpen ter wereld wordt? Niet door harder te werken, maar door mensen met elkaar samen te laten bewegen naar een gezond en vitaal leven?”**

## Inwoners aan zet

Wat Arcen Beweegt Jou bijzonder maakt, is dat de uitvoering bewust bij inwoners ligt. Het kernteam bestaat weliswaar uit zes betrokken Arcenaren: onder andere een fysiotherapeut, een schooldirecteur, een zorgmedewerker en de inloopcoach van Incluzio. Professionals dus, maar de kracht zit 'm erin dat ze dit niet doen omdat het moet, maar omdat ze zelf hart hebben voor hun dorp. Bovendien maken ze actief contact met de inwoners die in de dorpsraad zitten, zodat alle initiatieven ook echt door de inwoners van het dorp gedragen worden.

Eén van die inwoners in de dorpsraad is Bert Janssen, sinds 4 jaar woonachtig in Arcen en actief als voorzitter van de werkgroep Verbinding. Alles wat niet echt past in de bestaande werkgroepen van de dorpsraad, zoals Wonen, Verkeer, Jeugd of Groen, komt bij Verbinding terecht. Daar landde dus ook het initiatief Arcen Beweegt Jou.

“Wij hebben veel ideeën, maar geen vast budget en dat maakt de uitvoering daarvan vaak een uitdaging. Door de samenwerking met Angelique, die nauwe contacten met de gemeente Venlo onderhoudt, loopt dat nu een stuk beter”, zegt Bert. “We hebben vooral veel ideeën en veel energie. En we zoeken steeds inwoners die zeggen: dit wil ik wel dragen.”

De samenwerking tussen de dorpsraad en Arcen Beweegt Jou is pas het afgelopen jaar goed op gang gekomen, en het werpt al meteen vruchten af. Een mooi voorbeeld is de Dörpsdaag Arcen. Vijfentwintig verenigingen en clubs presenteerden zich aan alle inwoners op een markt, met muziek en activiteiten. Vrijwilligers, jeugdleden en inwoners organiseerden het samen met het team van Arcen Beweegt Jou. “Wij hebben vooral gefaciliteerd,” zegt Angelique. “De energie kwam echt uit het dorp zelf.”

“Wij hebben met Arcen Beweegt Jou vooral gefaciliteerd, de energie kwam echt uit het dorp zelf”

## Hoogtepunten en successen

De grootste successen zijn niet altijd direct meetbaar. Ze zitten in vertrouwen, eigenaarschap en verbinding. In het feit dat mensen elkaar makkelijker weten te vinden, bijvoorbeeld. Bert ziet dat dagelijks in zijn werkgroep. “Er komt van alles bij ons terecht. Een deelauto, cultuur, het welkomstpakket, Arcen Beweegt Jou. Soms zorgt dat voor reuring en krijgt iets een mooi vervolg. En ja, soms pakt het ook minder goed uit,” lacht hij. “Maar zonder reuring gebeurt er helemaal niks.”

Een tastbaar voorbeeld is Arcen Helpt. Een digitaal platform, in ontwikkeling door Bert, die een eigen ICT-bedrijf heeft, waarop inwoners tijdelijke hulp kunnen vragen of aanbieden. Een lampje ophangen, boodschappen doen, de hond uitlaten. Geen structurele zorg, geen verplichtingen. “Per hulpvraag worden meerdere vrijwilligers benaderd,” legt Bert uit. “Nee zeggen is anoniem en helemaal oké. Het verlaagt de drempel om te helpen enorm, omdat je niet structureel commitment hoeft te geven en dat zorgt ervoor dat meer mensen elkaar kunnen vinden en helpen.”

Het platform ontlast mantelzorgers en maakt kleine vormen van zorg weer vanzelfsprekend. Tegelijkertijd ontstaan waardevolle signalen: wie vraagt hulp, wie durft geen vraag te stellen, waar liggen behoeften en knelpunten? Aan de hand van deze informatie lukt het beter om een goed beeld te krijgen van waar in Arcen behoeftes en hulpvragen liggen.



## Hoogtepunten en successen

De grootste successen zijn niet altijd direct meetbaar. Ze zitten in vertrouwen, eigenaarschap en verbinding. In het feit dat mensen elkaar makkelijker weten te vinden, bijvoorbeeld. Bert ziet dat dagelijks in zijn werkgroep. “Er komt van alles bij ons terecht. Een deelauto, cultuur, het welkomstpakket, Arcen Beweegt Jou. Soms zorgt dat voor reuring en krijgt iets een mooi vervolg. En ja, soms pakt het ook minder goed uit,” lacht hij. “Maar zonder reuring gebeurt er helemaal niks.”

Een tastbaar voorbeeld is Arcen Helpt. Een digitaal platform, in ontwikkeling door Bert, die een eigen ICT-bedrijf heeft, waarop inwoners tijdelijke hulp kunnen vragen of aanbieden. Een lampje ophangen, boodschappen doen, de hond uitlaten. Geen structurele zorg, geen verplichtingen. “Per hulpvraag worden meerdere vrijwilligers benaderd,” legt Bert uit. “Nee zeggen is anoniem en helemaal oké. Het verlaagt de drempel om te helpen enorm, omdat je niet structureel commitment hoeft te geven en dat zorgt ervoor dat meer mensen elkaar kunnen vinden en helpen.”

Het platform ontlast mantelzorgers en maakt kleine vormen van zorg weer vanzelfsprekend. Tegelijkertijd ontstaan waardevolle signalen: wie vraagt hulp, wie durft geen vraag te stellen, waar liggen behoeften en knelpunten? Aan de hand van deze informatie lukt het beter om een goed beeld te krijgen van waar in Arcen behoeftes en hulpvragen liggen.

**“Bij Arcen Helpt is ‘nee’ zeggen anoniem en helemaal oké. Het verlaagt de drempel om te helpen enorm en zorgt ervoor dat meer mensen elkaar kunnen vinden en helpen”**

## Positieve gezondheid in de praktijk

Hoewel Arcen Beweegt Jou begon bij bewegen, raakt het inmiddels meerdere dimensies van Positieve Gezondheid. Inwoners doen weer mee, organiseren en dragen activiteiten zelf, ontmoeten nieuwe mensen, voelen zich weer nuttig en voelen zich minder eenzaam.

Nieuwe plannen voor het dorp zijn volop in ontwikkeling. Denk aan groene beweegroutes voor jonge kinderen, een mocktail-avond voor jongeren rondom thema's als vaperen en drugs, GGZ-lezingen over mentale veerkracht, een oppaspoule voor ouderen en zelfs het verkennen van een tandartsvoorziening voor het dorp. “Het varieert enorm en er zijn ideeën genoeg” glimlacht Angelique. “En juist dat past bij Arcen. Ik heb gemerkt dat de meeste mensen hier heel erg open staan voor dit soort initiatieven en graag actief meehelpen, het is heerlijk om hier te werken!”

### **Uitdagingen en leerpunten**

Ook hier in Arcen zijn echter uitdagingen. De groep die hulp het hardst nodig heeft, is niet altijd het makkelijkst te bereiken. En er zijn zichtbare verschillen tussen het dorp, het buitengebied en plekken waar mensen semipermanent verblijven, zoals campings en vakantieparken. “Dat zijn in feite ook inwoners van Arcen,” zegt Bert. “Ze hebben hun huisarts hier, doen soms mee aan de dorpsraad en het verenigingsleven, maar leven vaak meer op zichzelf. Het zou mooi zijn als we die groepen meer kunnen betrekken bij alles wat er in het dorp gebeurt.” Een andere uitdaging is de balans tussen wél mensen activeren, maar niets forceren of opleggen. “Als inwoners geen behoefte hebben aan een activiteit, dan stoppen we ermee,” zegt Angélique. “Je kunt niet vóór mensen beslissen. Toch is het soms wel nodig om iets aan te jagen en een duwtje te geven, om mensen weer in beweging te krijgen.”

“*Als inwoners geen behoefte hebben aan een activiteit, dan stoppen we ermee, je kunt immers niet vóór mensen beslissen*”

### **Elkaar versterken**

In hun samenwerking vullen Angélique en Bert elkaar duidelijk aan. Waar Angélique overzicht houdt, nieuwe ideeën krijgt en gemeentelijke processen kent, denkt Bert in creatieve oplossingen en systemen. “Ik hoef maar iets te noemen en Bert heeft er al drie creatieve oplossingen voor bedacht,” lacht ze.

Bert herkent dat. “Angélique ziet dingen die ik nog niet zag. En dan denk ik inderdaad meteen: ja, zo kunnen we het oplossen.” Die kruisbestuiving is ook precies wat Arcen Beweegt Jou sterker maakt. Het initiatief bestaat al langer, de dorpsraad ook. Maar pas sinds kort vallen puzzelstukjes echt in elkaar. Samen met de andere leden van de werkgroep Verbinding wordt gekeken waar en op welke wijze ze elkaar kunnen versterken.

“*Die kruisbestuiving is precies wat Arcen Beweegt Jou sterker maakt. De initiatieven bestaan al langer, maar pas sinds kort vallen puzzelstukjes echt in elkaar*”  
**Toekomstvisie**

De gemeente Venlo werkt toe naar een duidelijke blauwdruk voor medio 2026: een kader waarin staat hoe dorpen en wijken met eigen budgetten, vertrouwen en monitoring kunnen werken, zonder voor elke activiteit een aparte subsidieaanvraag te hoeven doen. Arcen Beweegt Jou is namelijk een pilot van de gemeente Venlo. Als die succesvol is, wil de gemeente de opzet in Arcen gebruiken als input voor een uniforme blauwdruk voor het lokaal beter organiseren van zorg en welzijn in dorpen en wijken. “Mijn wens is dat dit eind 2026 stevig staat,” zegt ze. “Dat de blauwdruk door de gemeente Venlo op meerdere plekken kan worden toegepast. Daarnaast hoop ik natuurlijk ook dat Arcen Beweegt Jou blijft groeien in Arcen en dat de inwoners zelf zich ermee bezig blijven houden.” Voor Bert ligt de focus nu eerst op het digitale platform Arcen Helpt. Eind dit jaar moet er een werkend prototype zijn van de app. Daarna volgen nog gesprekken over aansprakelijkheid, verzekering en verantwoordelijkheden en gaan ze op zoek naar vrijwilligers die willen helpen. “De techniek heeft een ondersteunende rol en is maar een deel van het project,” zegt hij. “De rest gaat over vertrouwen en zorgvuldigheid, daar moeten natuurlijk ook goede afspraken over worden gemaakt.”

### Tot slot

Als je Angelique en Bert vraagt waar Arcen Beweegt Jou écht over gaat, dan is het antwoord eenvoudig: ruimte maken. Ruimte voor inwoners om initiatief te nemen. Voor projecten om te landen. Financiële ruimte maken om ideeën ook echt handen en voeten te geven. En ruimte voor Positieve Gezondheid als vanzelfsprekend onderdeel van het dagelijks leven.



## DE KRACHT VAN DORPEN: GEZONDHEID BEGINT BIJ ELKAAR ONTMOETEN

Een gesprek met Henk Lommerse  
en Miranda Geurts

Preventieve gezondheid begint lang niet altijd bij een arts of in een zorginstelling. Soms begint het met een kop koffie, een praatje op straat of een plek waar mensen elkaar kunnen ontmoeten. In Noord-Limburg ontstaan steeds meer initiatieven waarin inwoners zelf het verschil maken voor hun gemeenschap. Tijdens een gesprek tussen Henk Lommerse, nauw betrokken bij het Dorpsservicepunt in Beesel, en Miranda Geurts, projectleider pilots Leefomgeving bij MooiMaasvallei, wordt duidelijk hoe lokale energie en regionale programma's elkaar kunnen versterken.

*Hun verhalen laten zien dat gezondheid niet alleen gaat over zorg, maar ook over gemeenschap, eigenaarschap en vertrouwen.*



VOOR  
ELKAAR

SAMEN



DICHTBIJ

VERTEL pg.10  
VERTROUW

## Wanneer een dorp zelf in beweging komt

Voor Henk begon het met een simpele observatie. Als bestuurslid van het kernoverleg in Beesel – een groep vrijwilligers die zich inzet voor het dorp – keek hij samen met anderen naar de toekomst van hun gemeenschap. “We vroegen ons af: wat zien we als we door onze oogharen naar het dorp kijken?” vertelt hij. “Dan zie je dat het dorp ouder wordt. Dat geldt voor veel dorpen, maar bij ons is inmiddels bijna de helft van de inwoners ouder dan 57 jaar. Tegelijkertijd verdwijnen er veel voorzieningen.”

De supermarkt verdween al meerdere keren, telkens na korte tijd. Het aantal cafés nam af, en ook andere voorzieningen kwamen onder druk te staan. “Op een gegeven moment realiseer je je: waar ontmoeten mensen elkaar nog?” zegt Henk. “Bijna de enige vaste plek was bij het recyclingpunt in het dorp, waar mensen hun lege flesjes kwamen wegbrengen, daar werd nog even een praatje gemaakt.”

“Op een gegeven moment realiseer je je: waar ontmoeten mensen elkaar nog in dit dorp? Bijna de enige vaste plek was bij het recyclingpunt in het dorp”

Dat bracht het kernoverleg op een idee: laten we het dorp zelf vragen wat er nodig is. Tijdens een bijeenkomst met zo’n zeventig tot tachtig inwoners – op een dorp van ongeveer tweeduizend mensen – werd al snel duidelijk wat er gemist werd.

“De behoefte was eigenlijk heel simpel,” zegt Henk. “Mensen wilden elkaar ontmoeten. Gewoon een plek voor een kop koffie, laagdrempelig. En daarnaast werd de supermarkt gemist, al was het maar voor kleine boodschappen.” Zo ontstond het idee voor een dorpservicepunt: een plek waar ontmoeting centraal staat, waar inwoners zelf activiteiten kunnen organiseren en waar ook kleine boodschappen gekocht kunnen worden.



## **Van zorg naar gezondheid**

Waar Henk vanuit het dorp werkt, kijkt Miranda naar dezelfde vraagstukken vanuit een regionaal perspectief. Als projectleider bij MooiMaasvallei werkt zij aan een beweging die de focus wil verleggen van zorg naar gezondheid. “Het zorgsysteem zoals we dat nu kennen is op termijn niet houdbaar,” zegt ze. “Er komen steeds meer zorgvragen bij en tegelijkertijd zijn er minder mensen om die zorg te leveren. Daarom moeten we anders gaan kijken: hoe kunnen we gezondheid versterken voordat mensen in de zorg terechtkomen?”

Binnen MooiMaasvallei wordt daarom geëxperimenteerd met nieuwe vormen van samenwerking tussen inwoners, zorgprofessionals en organisaties. In enkele dorpen worden Vitaal Lokaal-plekken opgezet, de zogenaamde VitaalLokalen: laagdrempelige plekken waar inwoners kunnen werken aan hun eigen gezondheid.

“Daar voeren we bewust geen medische gesprekken,” legt Miranda uit. “Het gaat om positieve gezondheid. Dus niet: wat is er mis met je? Maar: wat vind jij belangrijk in het leven en waar wil jij aan werken?” Die aanpak is geïnspireerd op het gedachtegoed van de zogeheten Blue Zones – gebieden in de wereld waar mensen opvallend gezond en oud worden. “Daar zie je dat gezondheid niet alleen draait om voeding en beweging,” zegt Miranda. “Zingeving en gemeenschap zijn minstens zo belangrijk.”

“*Het gaat om positieve gezondheid. Dus niet: wat is er mis met je? Maar: wat vind jij belangrijk in het leven en waar wil jij aan werken?*”

## **Gezondheid begint bij ontmoeting**

In de praktijk raken de verhalen van Henk en Miranda elkaar al snel. Want ook in Beesel draait het dorpservicepunt uiteindelijk om dezelfde principes. “Als je de hele dag achter de geraniums zit, is dat niet goed voor je,” zegt Henk nuchter. “Niet voor je hoofd en niet voor je lichaam. Je moet andere mensen blijven ontmoeten.”

Daarom wil het dorpservicepunt vooral een plek zijn waar inwoners zélf initiatief nemen. Het kernteam organiseert bewust niet alles zelf. “We willen niet een volledig activiteitenprogramma aanbieden waarbij wij alles regelen,” zegt Henk. “Dan maak je mensen afhankelijk. Het idee is juist dat inwoners zelf eigenaar worden. Als iemand een sjoelcompetitie wil organiseren, dan faciliteren wij dat: met ruimte, koffie en een sjoelbak. Maar het initiatief moet van hen komen.”

Dat eigenaarschap ziet Miranda ook als een belangrijke sleutel tot succes. “Als mensen zelf iets willen veranderen, ontstaat er een heel andere energie,” zegt ze. “Dan gaat het niet meer om een project van een organisatie, maar om iets van de gemeenschap.”

“*We willen geen heel activiteitenprogramma aanbieden waarbij wij alles regelen, dan maak je mensen afhankelijk, het idee is juist dat inwoners zelf eigenaar worden*”

### Ruimte geven aan inwoners

Binnen MooiMaasvallei wordt daarom bewust geëxperimenteerd met manieren om inwoners meer regie te geven. In enkele dorpen werken bewoners bijvoorbeeld met een gemeenschapsfonds: een budget waar inwoners zelf over beslissen. “Een groep inwoners beoordeelt daar ideeën uit het dorp,” vertelt Miranda. “Dat kan van alles zijn. Een meisje van zeventien kwam bijvoorbeeld met het idee voor een dorpskoelkast, waar mensen voedsel kunnen neerzetten dat anders wordt weggegooid.”

Ook initiatieven zoals een voedselbos of informele wandelgroepen ontstaan op die manier. “Het mooie is dat inwoners elkaar daarin echt weten te vinden,” zegt Miranda. “Van jong tot oud zitten ze samen aan tafel om te kijken wat goed is voor hun dorp.”

Volgens Henk werkt dat vaak beter dan wanneer plannen van bovenaf worden opgelegd. “Gemeenschappen kunnen dit vaak beter dan overheden,” zegt hij. “Als je iets top-down neerzet, voelt het niet als iets van de inwoners zelf.” Hij spreekt uit ervaring: voordat het dorpservicepunt in Beesel vorm kreeg, moesten er heel wat stappen worden gezet om financiering rond te krijgen. Subsidieaanvragen, overleg met verschillende partijen en lange besluitvormingstrajecten vroegen veel geduld. “Als je ziet hoe lang sommige processen duren, dan denk je soms: dit sluit niet aan op hoe het in het dorp gaat,” zegt hij. “Daar willen mensen gewoon dóór.”

“Als je iets top-down neerzet, voelt het niet als iets van de inwoners zelf”



## Tussen systeem en leefwereld

Juist dat verschil tussen systeemwereld en leefwereld herkennen zowel Henk als Miranda goed. Beiden werkten eerder binnen overheden en kennen ook de andere kant. “De overheid werkt vanuit regels en verantwoording,” zegt Miranda. “En dat is ergens ook logisch. Maar als je inwoners echt ruimte wilt geven, moet je soms ook durven loslaten.”

Volgens haar betekent dat ook accepteren dat niet alles meteen perfect gaat. “Experimenteren hoort erbij. Soms mislukt iets, maar dat is ook leergeld.” Henk knikt. “Vertrouwen is daarin heel belangrijk. Er is vaak angst dat inwoners geld verkeerd besteden. Maar mijn ervaring is juist dat mensen uit een dorp er heel kritisch naar kijken. Ze willen dat het goed wordt besteed, omdat het van hun gemeenschap is.”

## Inspiratie over en weer

Tijdens het gesprek blijkt dat de twee initiatieven elkaar op verschillende manieren inspireren. Henk herkent in de aanpak van Miranda de ruimte die dorpen nodig hebben om zelf oplossingen te ontwikkelen. “Wat mij aanspreekt, is dat jullie zeggen: laat dorpen het zelf uitzoeken,” zegt hij. “Het dorp weet vaak zelf het beste wat nodig is.”

**“Er is vaak angst dat inwoners geld verkeerd besteden, maar mijn ervaring is juist dat mensen uit een dorp er heel kritisch naar kijken, ze willen dat het goed wordt besteed, omdat het van hun gemeenschap is”**

Omgekeerd ziet Miranda in Beesel een voorbeeld van hoe krachtig een lokaal initiatief kan zijn. “Wat jullie hebben gedaan met een klein clubje mensen, dat is echt indrukwekkend,” zegt ze. “Van een idee naar een plek waar straks tientallen vrijwilligers bij betrokken zijn. Dat lukt niet overal.” Inmiddels hebben zich zo’n veertig tot vijftig vrijwilligers gemeld om mee te helpen bij het dorpservicepunt in Beesel. De opening staat gepland voor september 2026.

## Samen bouwen aan gezonde dorpen

Als alles volgens plan verloopt, krijgt Beesel straks een ontmoetingsplek met een kleine buurtwinkel, waar inwoners ook voor dagelijkse producten terecht kunnen.

“Vooral voor de kleine boodschap,” zegt Henk. “We hebben afspraken gemaakt met een supermarkt in de buurt die ons gaat bevoorraden. Zo proberen we het voor iedereen toegankelijk te houden.”

Voor Miranda laat het zien wat er mogelijk is wanneer inwoners het initiatief nemen. “Dit soort plekken dragen niet alleen bij aan leefbaarheid,” zegt ze. “Ze versterken ook gezondheid. Omdat mensen elkaar ontmoeten, zich nuttig voelen en onderdeel zijn van een gemeenschap.”

Samen schetsen ze daarmee een toekomst waarin preventieve gezondheid niet alleen een taak van de zorg is, maar van de hele samenleving. “Uiteindelijk draait het om een simpel idee,” zegt Henk. “Dat mensen elkaar blijven zien.” En soms begint dat gewoon met een kop koffie in het dorp.

## PREVENTIEVE GEZONDHEID ALS GEZAMENLIJKE BEWEGING

Een gesprek met Frits van Osch, Inge Homan  
en Ralph van Mulken

Preventieve gezondheid begint niet alleen in het ziekenhuis of bij de huisarts. Steeds vaker wordt duidelijk dat gezondheid ook ontstaat op de werkvloer, in onderwijsinstellingen, bij gemeenten en in de manier waarop organisaties samenwerken. In Noord-Limburg groeit daarom een beweging waarin wetenschap, netwerk en praktijk elkaar versterken. Tijdens een gesprek tussen Frits van Osch (Academische Werkplaats Gezondheid & Vitaliteit), Inge Homan (Crossroads Limburg) en Ralph van Mulken (Canon) wordt duidelijk hoe die samenwerking vorm krijgt.

*Hun gezamenlijke verhaal laat zien hoe verschillende rollen samenkomen in één ambitie: een regio waarin gezondheid niet alleen wordt hersteld, maar vooral wordt voorkomen.*



## Een plek waar kennis en praktijk samenkomen

De Academische Werkplaats Gezondheid & Vitaliteit vormt het inhoudelijke fundament van deze samenwerking. Frits van Osch, wetenschapscoördinator bij VieCuri, legt uit waarom dit initiatief is ontstaan. “Als ziekenhuis zijn we natuurlijk gewend om mensen beter te maken,” zegt hij. “Maar we zien ook dat de druk op de zorg blijft toenemen. Er komen steeds meer en complexere patiënten bij en tegelijkertijd is er minder personeel. Dan kun je niet alleen blijven repareren, je moet ook bijdragen aan het voorkomen van ziekte.”

Die gedachte vormde het vertrekpunt voor de Academische Werkplaats, een samenwerking tussen onder meer VieCuri, Maastricht University, Fontys, HAS, Gilde Opleidingen en de GGD. Het doel: onderzoek, beleid en praktijk dicht bij elkaar brengen. “Wat we in de geneeskunde al heel normaal vinden – wetenschap koppelen aan implementatie – gebeurt op het gebied van preventie in onze regio nog veel minder,” zegt Frits. “Er lopen in de regio wel ontzettend veel goede initiatieven, maar vaak staan die nog los van elkaar. Met de Academische Werkplaats proberen we daar een duurzame kennisstructuur van te maken.”

Via een gezamenlijk platform kunnen organisaties vragen inbrengen rondom gezondheid en vitaliteit. Soms leidt dat tot een studentenproject, soms tot verdiepend onderzoek. “We kijken steeds: waar zit energie, waar ligt een relevante vraag en wat kunnen we daarvan leren voor de regio?” zegt Frits.

**“We zien dat de druk op de zorg blijft toenemen. Dan kun je niet alleen blijven repareren, je moet ook bijdragen aan het voorkomen van ziekte”**

## Van kennis naar beweging

Waar de Academische Werkplaats het inhoudelijke kader vormt, helpt Crossroads Limburg om die ideeën daadwerkelijk in beweging te krijgen. Inge Homan werkt bij deze zogeheten ‘multihelix-organisatie’, die organisaties uit verschillende sectoren bij elkaar brengt rondom maatschappelijke opgaven. “Wij proberen initiatieven te verbinden die maatschappelijke impact hebben,” vertelt ze. “Het gaat dus niet om één organisatie of één project, maar om collectieve oplossingen voor vraagstukken die de hele regio raken.”

Een van die initiatieven is LEV! – Levenskracht, Energie & Vitaliteit, een platform waar organisaties zich verbinden aan preventieve gezondheid, met een specifieke focus op werkenden. “In de regio zijn al veel initiatieven voor jongeren, ouderen of vitale gemeenschappen,” zegt Inge. “Maar een hele grote groep inwoners – mensen die werken – blijft vaak buiten beeld. Terwijl juist daar enorme kansen liggen om gezondheid te versterken.”

LEV! brengt werkgevers, overheden en organisaties samen om ervaringen te delen en van elkaar te leren. “Het is geen project met een begin en eind,” legt Inge uit. “Het is een plek waar mensen elkaar ontmoeten, waar vragen ontstaan en waar nieuwe ideeën groeien.”

## Gezondheid op de werkvloer

Canon is één van de organisaties die zich vanaf het begin aan LEV! heeft verbonden. Ralph van Mulken, manager Health bij Canon, ziet daarin een logische stap. “Wij besteden al lange tijd aandacht aan de vitaliteit van onze medewerkers,” vertelt hij. “Maar we merkten dat onze initiatieven nog vrij verspreid waren. Daarom hebben we alles samengebracht in één programma: Sustainable Me.”

“In de regio zijn al veel initiatieven voor jongeren, ouderen of vitale gemeenschappen, maar een hele grote groep inwoners – mensen die werken – blijft vaak buiten beeld”

Binnen dat programma kijkt Canon naar drie dimensies van gezondheid: fysiek, mentaal en sociaal. Dat vertaalt zich in uiteenlopende initiatieven: van leefstijlprogramma's en sportactiviteiten tot slaapcoaching en gezondheidschecks.

“Een voorbeeld is onze gezondheidsmonitor, waarbij medewerkers zich vrijwillig kunnen laten screenen op onder andere hart- en vaatziekten,” zegt Ralph. “Soms signaleren we bijvoorbeeld een verhoogde bloeddruk. Op dat moment heeft dat misschien nog geen directe gevolgen, maar op de lange termijn wel. Door dit vroeg te signaleren kan een medewerker maatregelen nemen om gezondheidsschade op de lange termijn te voorkomen.”

Ook slaap blijkt een belangrijk thema. “We bieden workshops en begeleiding aan voor medewerkers die slecht slapen,” vertelt hij. “En wat we terugkrijgen is vaak simpel maar krachtig: mensen zeggen dat zo'n traject hen echt een stap verder heeft geholpen. Dit past bij onze Kyosei-filosofie: een fundament voor de verantwoordelijkheid die wij voelen als maatschappelijk betrokken organisatie voor onze medewerkers, onze klanten en onze omgeving.”



## Leren van elkaar

Voor Ralph is juist de koppeling met de Academische Werkplaats en LEV! waardevol. “Ik krijg regelmatig voorstellen voor nieuwe vitaliteitsprogramma’s,” zegt hij. “Dan vraag ik me altijd af: werkt dit echt? Wat is de wetenschappelijke onderbouwing? Via de werkplaats hopen we daar beter inzicht in te krijgen.” Tegelijkertijd ziet hij Canon ook als een soort proeftuin. “Als we ontdekken dat iets werkt, willen we dat delen met andere werkgevers in de regio. Op dit vlak zijn we geen concurrenten van elkaar.”

Inge ziet daarin precies de kracht van het netwerk. “Canon heeft als grote organisatie al veel ervaring met vitaliteitsbeleid,” zegt ze. “Daar kunnen andere werkgevers van leren. Maar het werkt ook andersom: kleinere organisaties hebben soms ook interessante inzichten of oplossingen waar nog niemand aan gedacht heeft.”

**“We besteden al lange tijd aandacht aan de vitaliteit van onze medewerkers, denk aan leefstijlprogramma’s, slaapcoaching, sportactiviteiten en gezondheidschecks”**



**LEV!**  
Levenskracht | Energie | Vitaliteit

**AW** Academische  
**G&V** Werkplaats  
Gezondheid  
Vitaliteit

### Een gezamenlijke stap vooruit

Volgens Frits laat de samenwerking vooral zien dat preventieve gezondheid een gezamenlijke opgave is. "Individueel kom je niet ver," zegt hij. "Maar als je wetenschap, praktijk en netwerk samenbrengt, kun je echt stappen zetten." Voor Inge zit de kracht vooral in het verbinden van bestaande initiatieven. "LEV! is geen nieuw programma dat ergens naast staat," zegt ze. "Het sluit aan bij wat er al gebeurt in de regio en brengt mensen bij elkaar die elkaar anders misschien niet hadden ontmoet."

Ralph knikt. Voor hem is het uiteindelijk ook een logische investering. "Een zieke medewerker kost veel meer energie en middelen dan voorkomen dat iemand uitvalt," zegt hij. "Gezondheid is dus niet alleen goed voor mensen, maar ook voor organisaties."

Samen schetsen ze daarmee een toekomst waarin preventieve gezondheid steeds vanzelfsprekender wordt – niet alleen in de zorg, maar in de hele samenleving.

"Uiteindelijk willen we allemaal hetzelfde," zegt Frits. "Dat mensen niet alleen ouder worden, maar ook gezonder ouder worden. En daar kunnen we als regio samen een belangrijke bijdrage aan leveren."



## SPORT, LEEFSTIJL EN GEMEENSCHAPSKRACHT ALS MOTOR VOOR EEN ZORGZAME SAMENLEVING

Een gesprek met Lieke Sitaniapessy  
en Henk Verstappen

Op het eerste gezicht lijken hun initiatieven verschillend van aard. Vitaal Meedoen, waar Lieke Sitaniapessy bij betrokken is, zet sport, bewegen en leefstijl in om mensen weer in beweging te brengen, letterlijk én figuurlijk. Peelgeluk in Meijel, waar Henk Verstappen als inwoner en kwartiermaker aan meebouwt, richt zich op gemeenschapskracht en het samen vormgeven van een zorgzaam dorp. Wie echter luistert naar hun gesprek hoort al snel een overeenkomst, namelijk de diepe overtuiging dat gezondheid, welzijn en participatie niet beginnen bij systemen, maar bij mensen, bij ontmoetingen en bij vertrouwen.

*In hun gezamenlijke conclusie raken hun initiatieven elkaar helder: Niet door mensen iets nieuws op te leggen, maar door ruimte te maken voor wat er al is. Door ontmoeting te faciliteren. Én door te geloven dat een zorgzame samenleving begint bij mensen die naar elkaar omkijken*



## Introductie van de initiatieven

Vitaal Meedoen is ontstaan vanuit HTC tennis- en padelvereniging Horst en RKsv Wittenhorst, in samenwerking met de gemeente Horst aan de Maas. Het initiatief richt zich op inwoners die weinig tot niet participeren in de samenleving, bijvoorbeeld doordat zij in een uitkeringssituatie zitten of tussen twee banen in. Deelname is gratis en laagdrempelig: iedereen mag meedoen.

“Onze pijlers zijn bewegen, het sociaal-emotionele en mentale vlak,” vertelt Lieke. “We kijken samen met deelnemers: waar heb jij behoefte aan? Bewegen staat centraal, zoals wandelen, kickboksen, padellen en handboogschieten, maar net zo belangrijk zijn de gesprekken, de workshops en het samen koken.”

Lieke is binnen Vitaal Meedoen actief als gezondheidscoach, dit doet ze deels vrijwillig. Naast sport en bewegen verzorgt zij leefstijlworkshops en kookactiviteiten. Eén keer per maand kookt ze met deelnemers, en eens per twee maanden is dat gekoppeld aan Voed je goed, Voel je beter, het gezonde kantineproject van RKsv Wittenhorst. “Tijdens zo’n kookmoment gebeurt er zóveel,” zegt ze. “Mensen leren over voeding, maar vooral: ze praten, lachen, delen. Dan zie je mensen weer mens worden.”

“Tijdens zo’n kookmoment gebeurt er zoveel, mensen gaan met elkaar praten, lachen en delen... en dan zie je ze weer mens worden”

Peelgeluk in Meijel is een initiatief dat van onderop is gegroeid, vanuit inwoners zelf. Henk Verstappen is er als inwoner - “gewoon als Henk van Jeer van Perke,” zoals hij het zelf zegt - nauw bij betrokken. Samen met anderen bouwt hij aan een zorgzaam dorp, waarin inwoners zich gelijkwaardige partners voelen van gemeente, zorg- en welzijnsorganisaties.

“Onze doelgroep? Dat is eigenlijk iedereen in Meijel,” vertelt Henk. “We hebben iedereen nodig. Van de Piet van 73 die ernstig eenzaam is, tot de Truus van 16 die haar plek nog zoekt. En ook de Jan’s die overal helpen en altijd klaarstaan. De vraag waar wij ons mee bezig houden is: hoe brengen we die mensen met elkaar in verbinding?”

Peelgeluk begon met luisteren. Gewoon door van deur tot deur aan te bellen, onder andere. In een half jaar tijd werden meer dan honderd gesprekken gevoerd met inwoners, zorgprofessionals, huisartsen en organisaties. De opbrengst werd gedeeld tijdens een centrale bijeenkomst, waar vier thema’s werden gekozen om samen aan te werken: ontmoeten en verbinden, vrijwilligersinitiatieven zonder gedoe, communicatie en informatie, en een integraal dorpssteam van professionals.

“We hebben iedereen nodig, van de Piet van 73 die ernstig eenzaam is tot de Truus die haar plek nog zoekt. De belangrijkste vraag is: hoe brengen we die mensen met elkaar in verbinding?”

### Hoogtepunten en successen

Voor Lieke zit het succes van Vitaal Meedoen niet alleen in aantallen, maar vooral in verhalen. “We bestaan nu twee jaar, sinds een jaar als stichting en we hebben al zo’n 75 deelnemers bereikt. Dat is een heel mooi aantal, maar voor mij zit ons succes vooral in zaken die minder makkelijk te meten zijn. Mensen vallen af, krijgen meer energie, vinden weer ritme. Sommigen stromen via vrijwilligerswerk zelfs door naar betaald werk. Dat vind ik mooi om te zien gebeuren.” Wat haar bijvoorbeeld het meest raakt, zijn van die kleine momenten. “Als iemand tegen me zegt: ‘Lieke, zou je nog eens met me mee willen kijken naar mijn voeding?’ Dan weet ik: er gebeurt hier iets. Dat is moeilijk in cijfers te vangen, maar je voelt het in alles.”

Henk herkent dat. “Wij meten ook veel in verhalen. En één van onze grootste successen is moeilijk in cijfers te vangen, het was eigenlijk meer een inzicht. We wilden namelijk eerst allerlei landelijke modellen implementeren in Meijel, zoals zorgcirkels. Tot we, door met iedereen te praten, ontdekten dat er in Meijel al allerlei mensen zijn die voor elkaar zorgen. Er bestaan dus al informele vangnetten en zorgcirkels. Dat is toch mooi?”



Ze noemden ze de Irma's: mensen die zich op een vanzelfsprekende manier bekommeren om hun burens of straatgenoten. "Het bleek dus niet meer nodig om dit soort zorgcirkels op te bouwen in het dorp, maar wél om ze zichtbaar te maken en te versterken. Dát was onze doorbraak," zegt Henk. "Deze Irma's zijn goud waard. En vaak worden ze niet gezien." "Zo'n Irma kan echt het verschil maken," vult Lieke aan. "En je merkt pas hoe belangrijk ze zijn op plekken waar ze ontbreken."

“Ons grootste inzicht was dat we ontdekten dat we geen zorgcirkels meer hoefden op te bouwen in het dorp, omdat er al allerlei informele vangnetten bleken te bestaan”

### Uitdagingen en leerpunten

Beide initiatieven lopen tegen vergelijkbare uitdagingen aan, vooral waar het systeem botst met de menselijke maat. Lieke vertelt hoe Vitaal Meedoen begon als een kort traject binnen de participatiewet, met wisselende subsidies. "Elke keer was het onzeker: wel of geen geld. Dat kostte veel energie. Inmiddels hebben we gelukkig een vierjarige subsidie, maar het systeem blijft lastig. Wij werken vanuit de zachte kant," legt ze uit. "Dat past niet altijd in harde kaders en meetinstrumenten. Terwijl we wéten dat het werkt."

Henk herkent dat spanningsveld. "Wij zijn die derde poot van het krukje, zoals wij dat metaforisch noemen: naast gemeente en zorginstellingen, zijn wij de poot die nodig is om het zaakje stevigheid te geven. Maar dat we een gelijkwaardige partner zijn, dat is men niet gewend. Het past niet in bestaande structuren."



## Reflectie en inspiratie

Wat Lieke inspireert in Peelgeluk, is hoe het initiatief écht van iedereen is. “Die paraplu van Peelgeluk, met daaronder allerlei initiatieven, dat is zo krachtig. Iedereen kan aanhaken en voelt zich eigenaar.” Henk is op zijn beurt onder de indruk van Vitaal Meedoen als verenigingsinitiatief. “Het komt echt van onderop. Sportverenigingen hebben zo’n warme basis. Dat familiale, het is soms onhandig, maar het draagt mensen wel en geeft ze een warm ‘thuisgevoel’.”

**“Wij werken vanuit de zachte kant. Dat past niet altijd in harde kaders en meetinstrumenten, terwijl we wéten dat het werkt”**

Ze herkennen bij elkaar het belang van kwetsbaarheid. “Je moet durven laten zien dat je het zelf ook niet altijd perfect doet,” zegt Lieke. “Dan merk ik dat mensen zich ook durven open te stellen naar mij toe, en dat maakt het gesprek ook menselijk.” Henk knikt. “Dan zien mensen ook: wat hier gebeurt is eerlijk, en dat is heel wezenlijk.”

## Toekomstvisie

Beide initiatieven kijken vooruit, met dezelfde overtuiging: de toekomst ligt lokaal. Dichtbij. In dorpen en wijken waar mensen elkaar kennen.

Henk ziet Peelgeluk verder groeien als coöperatie, waarin inwoners, verenigingen en ondernemers samen optrekken. “Ooit was Peelgeluk bedoeld als branding om mensen naar Meijel te trekken. We hebben dat omgedraaid: als inwoners hier gelukkig zijn, komt de rest vanzelf. Dat werkt heel goed, en daarop kunnen we volgens mij de komende jaren nog verder bouwen aan ons prachtige dorp!”

Lieke hoopt Vitaal Meedoen verder te verduurzamen en het team uit te breiden. “We willen blijven doen wat werkt: mensen echt zien, vragen wat ze nodig hebben en samen stappen zetten.”

**“Je moet durven laten zien dat je het zelf ook niet altijd perfect doet, dan durven mensen zich ook meer open te stellen naar mij toe”**

## **BEREIKBAAR BLIJVEN: MOBILITEIT ALS SLEUTEL TOT MEEDOEN**

Een gesprek met Tom Jacobs, Simone Coenen en René Pijpers

Wie gezond en actief wil blijven, moet zich kunnen verplaatsen. Naar de huisarts, de supermarkt, familie of een sportclub. Toch is dat lang niet voor iedereen vanzelfsprekend. Zeker in een regio met veel dorpen en een snel vergrijzende bevolking wordt mobiliteit steeds meer een voorwaarde om volwaardig mee te kunnen doen in de samenleving. Tijdens een gesprek tussen Tom Jacobs en Simone Coenen van regionale samenwerkingsorganisatie Trendsportal en René Pijpers van de provincie Limburg wordt duidelijk hoe mobiliteit, gezondheid en leefbaarheid steeds sterker met elkaar verbonden raken.

*Hun verhaal laat zien dat mobiliteit allang niet meer alleen over vervoer gaat, maar ook over sociale inclusie en gelijke kansen.*



### **Mobiliteit als maatschappelijke opgave**

Programmabureau Trendsportal heeft namens de acht gemeenten in Noord-Limburg onderzoek gedaan naar vervoersgelijkheid en de mobiliteit van morgen. Mobiliteit, en dan met name sterke verbindingen, is al jaren een gezamenlijk thema in de regio, maar de manier waarop ernaar wordt gekeken verandert. “Mobiliteit werd lange tijd gezien als een systeemvraagstuk,” zegt Tom. “Hoe richten we wegen en bussen in? Maar eigenlijk is mobiliteit geen doel op zich. Mensen reizen niet omdat ze graag reizen, maar omdat ze ergens naartoe willen: naar werk, zorg of sociale contacten.”

Die andere blik vormde het vertrekpunt voor een recent onderzoek naar vervoersgelijkheid in de regio. Daarin werd gekeken naar de bereikbaarheid van voorzieningen zoals huisartsen en supermarkten, maar ook naar hoe inwoners die bereikbaarheid zelf ervaren. Vooral bij kwetsbare groepen – mensen zonder auto, inwoners met een beperking of ouderen – kan mobiliteit het verschil maken tussen wel of niet kunnen meedoen.

### **Cijfers versus werkelijkheid**

Voor het onderzoek werden enquêtes gehouden en gesprekken gevoerd met inwoners, onder meer bij ouderenverenigingen, dorpsraden en bibliotheken. De combinatie van cijfers en verhalen leverde een opvallende conclusie op. “De gemeten bereikbaarheid en de ervaren bereikbaarheid liggen soms behoorlijk uit elkaar,” zegt Tom. “Op papier lijkt de bereikbaarheid op veel plekken prima, maar inwoners ervaren dat niet altijd zo.”



*“De gemeten bereikbaarheid en de ervaren bereikbaarheid liggen soms behoorlijk uit elkaar”*

Een voorbeeld is Venlo. Als stad heeft Venlo relatief veel voorzieningen, waardoor de bereikbaarheid volgens de cijfers goed is. Toch ervaren sommige inwoners in bepaalde wijken een vorm van vervoersarmoede. “Dat verraste mij,” zegt Tom. “Je verwacht dat problemen vooral in het buitengebied zitten. Maar ook in de stad kunnen mensen het gevoel hebben dat ze niet goed vooruitkomen.”

Tegelijkertijd zag het onderzoek in sommige dorpen juist het tegenovergestelde. In gemeenten zoals Peel en Maas is het vervoerssysteem op papier minder sterk, maar ervaren inwoners minder problemen. “Daar speelt het sociale netwerk een grotere rol,” zegt Simone. “Mensen helpen elkaar vaker. Dat maakt een groot verschil.”

### **Een systeem dat elkaar kruist**

Naast de sociale kant van mobiliteit is er ook een systeemkant. En juist daar lopen verschillende vormen van vervoer soms letterlijk langs elkaar heen. Tom: “We hebben in Nederland een openbaarvervoerssysteem en daarnaast een systeem voor Wmo-vervoer. Maar die systemen zijn vaak gescheiden georganiseerd.” Het gevolg: in sommige wijken rijdt een bus terwijl daarachter een Wmo-busje rijdt met één passagier. Twee systemen, twee financieringsstromen, met voor inwoners hetzelfde doel.

“In Nederland hebben we een openbaarvervoerssysteem en daarnaast een systeem voor Wmo-vervoer, die twee zijn vaak gescheiden georganiseerd”

Om dit systeem efficiënter en toekomstbestendig te organiseren wordt in Venray gewerkt aan een pilot rond publieke mobiliteit, waarbij verschillende vervoerssystemen beter op elkaar worden afgestemd. René Pijpers van de provincie Limburg herkent die uitdaging. “De provincie is verantwoordelijk voor het openbaar vervoer, terwijl gemeenten het Wmo-vervoer organiseren. Dat vraagt om intensieve samenwerking. In de praktijk is dat best complex, omdat je te maken hebt met verschillende budgetten en regels.” In de pilot werken provincie, gemeenten, vervoerder Arriva en Wmo-vervoerder Omnibuzz samen. “Als partijen elkaar weten te vinden en bereid zijn om samen te werken, kun je stappen zetten richting één beter werkend systeem,” zegt René.

### **De gebruiker centraal**

Minstens zo belangrijk als de technische kant is volgens Simone de vraag hoe inwoners hun weg vinden in het systeem. “Veel mensen weten niet wat er allemaal mogelijk is en raken letterlijk en figuurlijk verdwaald,” zegt ze. “Er zijn verschillende vervoerders, apps en opstapplaatsen. Voor veel mensen is dat te ingewikkeld.



Daarom wordt in de regio gekeken naar manieren om inwoners beter te ondersteunen. Een voorbeeld is het project Kommee, waarin vrijwilligers ouderen helpen om het openbaar vervoer te leren gebruiken. “Die vrijwilligers zijn een soort ambassadeurs en persoonlijke hulplijn in één,” zegt Simone. “Ze helpen mensen het systeem te begrijpen en vertrouwen te krijgen dat deze vorm van reizen ook nog voor hen geschikt is.” Volgens Tom ligt daar een belangrijke sleutel. “Je kunt een systeem nog zo goed organiseren, maar als mensen niet weten hoe ze het moeten gebruiken, schiet je je doel voorbij.”

“Veel mensen weten niet wat er allemaal mogelijk is en raken letterlijk en figuurlijk verdwaald”

### Vooruitkijken naar de toekomst

De mobiliteitsvraagstukken in Noord-Limburg worden urgenter door demografische ontwikkelingen. De regio vergrijst snel, terwijl veel jongeren voor studie of werk naar grotere steden vertrekken. “Dat betekent dat steeds meer mensen ouder worden in hun eigen dorp,” zegt Tom. “Ons mobiliteitssysteem moet daar goed op voorbereid zijn.”

Tegelijkertijd moeten er verbindingen blijven met grotere steden, waar onderwijs en werkgelegenheid zich concentreren.

Volgens Simone vraagt dat om een mobiliteitssysteem op verschillende niveaus: verbindingen tussen steden, binnen steden en naar voorzieningen in dorpen. In 2031 komt er bovendien een nieuwe concessie voor het openbaar vervoer in Limburg. “Zo’n systeem ontwerp je niet voor morgen,” zegt René. “Je denkt na over hoe het er over tien of vijftien jaar uit moet zien.”

“Steeds meer mensen worden ouder in hun eigen dorp, ons mobiliteitssysteem moet daar goed op voorbereid zijn.”



### **Mobiliteit als sociale verbinding**

Uiteindelijk draait het volgens de drie gesprekspartners om meer dan alleen vervoer. Mobiliteit raakt aan de kern van een leefbare samenleving. “Als mensen zich niet kunnen verplaatsen, raken ze geïsoleerd en wordt hun zelfredzaamheid aangetast,” zegt Simone. “Dan kunnen ze niet naar familie, activiteiten of soms zelfs naar zorg, wat weer gevolgen heeft voor mentale en fysieke gezondheid.” Tom ziet daarom een bredere opdracht voor overheden en organisaties. “We kijken vaak naar mobiliteit als een technisch systeem, maar eigenlijk gaat het over meedoen in de samenleving.” Daar hoort ook een sociale kant bij. Soms zit de oplossing volgens Simone juist in iets eenvoudigs. “Dat iemand zijn buurvrouw meeneemt kan al een wereld van verschil maken.”

Hoewel de vraagstukken complex zijn, zien Tom, Simone en René ook kansen. Noord-Limburg is relatief vroeg met deze thema's bezig. “Uiteindelijk werken we allemaal aan hetzelfde doel,” zegt Tom. “Een regio waar mensen kunnen blijven meedoen, ongeacht hun leeftijd of situatie.” Want mobiliteit is geen luxe, maar een basisvoorwaarde voor brede welvaart. “Als je ergens niet kunt komen,” zegt hij, “wordt het moeilijk om echt onderdeel te blijven van de samenleving.”

**“We kijken vaak naar mobiliteit als een technisch systeem, maar eigenlijk gaat het over meedoen in de samenleving”**



# DANK

Een welgemeend dank je wel voor de inspirerende verhalen aan alle vertellers. De mooie initiatieven en enorme bevoegenheid laten zien dat er bijzondere stappen worden gezet in Noord-Limburg.

“Noord-Limburg op weg naar de gezondste regio. Deze vertellers zijn al even onderweg!”

Wil je meer weten over de projecten in Regio Noord-Limburg? Of heeft u zelf een idee of initiatief waar u graag over wilt sparren?

Bezoek de [website](#) of neem contact op met de programmamanagers van Vitaal en Gezond, [Yvonne Willems](#) of [Eric de Maeyer](#).



**GEZONDSTE  
REGIO**

Noord-Limburg

