



# Vitaliteit en gezonde leefstijl

## door de inzet van sport en bewegen

*Om te komen tot een energiek en gezond Nederland is het inzetten van de kracht van sport en bewegen essentieel. Sport en bewegen dragen sterk bij aan een gezonde leefstijl en vitaliteit en dat heeft grote preventieve en curatieve waarde voor mens én maatschappij. Via krachtige landelijke en lokale samenwerking wordt sport en bewegen bereikbaar voor iedereen en wordt bewegen uiteindelijk "het nieuwe normaal", ook voor mensen met gezondheidsachterstand.*

Sport en bewegen is onlosmakelijk onderdeel van een gezonde leefstijl. Sport en bewegen helpt in het bijzonder om mensen gezond te houden. Voor veel ziektes is aangetoond dat bewegen en sporten niet alleen bijdraagt aan het voorkomen ervan, maar ook voor het herstel of het tegengaan van achteruitgang. Met deze preventieve en curatieve kracht van bewegen en sport zou veel meer moeten worden gedaan. Want als we niets doen, verduubelen de jaarlijkse zorgkosten in de komende twintig jaar van 100 naar 174 miljard euro. Bovendien heeft de harde werkelijkheid van Covid-19 nog eens duidelijk gemaakt dat gezonde, veerkrachtige mensen veel beter beschermd zijn tegen een dergelijke pandemie. Alle reden dus om meer in te zetten op preventie en de rol van sport en bewegen daarbinnen.

Door inzet op preventie bij kinderen en jongeren van nu zorg je voor gezonde generaties in de toekomst. Daarnaast wil de sport met haar partners de krachten bundelen om ook mensen met een gezondheidsachterstand - of verhoogd risico daarop - blijvend aan het sporten en bewegen te krijgen, zoals mensen met een chronische ziekte of overgewicht. Door samenwerking en ontsluiting worden de drempels om te sporten verlaagd en wordt sport bereikbaar en vanzelfsprekend voor iedereen. Daarmee werken we toe naar "Bewegen. Het nieuwe normaal" overeenkomstig de oproep van 7 sportprominenten, sportbonden en NOC\*NSF.

Een netwerkrapport van sport, onderwijs, kinderopvang, zorg, sociaal werk, werkgevers en andere organisaties maakt het mogelijk om iedereen te laten genieten van sport en bewegen en daarmee sport en bewegen maximaal te benutten voor de gezondheid van iedereen. Deze aanpak levert grote meerwaarde op voor de gezondheid, het welzijn en de verbinding van mensen. Ook de samenwerking is hierbij gebaat, onder meer in de vorm van verlaging van zorgkosten en het terugdringen van ziekteverzuim.

Het is noodzakelijk om zowel landelijke als lokale samenwerkingen op te bouwen. Daarmee regelen we de doorverwijzing en warme begeleiding vanuit de zorg en andere sectoren naar de sportclubs en zorgen we voor het beter toerusten van die sportclubs, zodat zij een passend en

#### Bereikbaar

Postbus 202, Arnhem

#### Postadres

Postbus 202, 6800 AH Arnhem

#### Telefoon

+31 (0)26 483 44 00

#### Email

info@nocnsf.nl

#### Web

nocnsf.nl

Partners: Nederlandse Loterij • AD • Heineken • ITC • Saboteur



aantrekkelijk beweegaanbod bieden voor iedereen, met adequate begeleiding en in een gezonde sportomgeving.

#### **Benodigde maatregelen**

1. Opzetten van robuuste samenwerkingsstructuren op lokaal niveau tussen sportclubs, eerstelijns zorg en andere partners.
2. Financieren van de inzet van lokale professionals die de warme introductie verzorgen bij sportclubs.
3. Versterken van het landelijk netwerk van sport- en beweegaanbieders, zorgaanbieders (zoals fysiotherapeuten, GLI's, diëtisten, GGD's), sociaal werkers, onderwijs, kinderopvang, gemeenten, zorgverzekeraars en werkgevers.
4. Onderzoek naar belemmerende factoren, zoals regelgeving met betrekking tot de samenwerking tussen sport en zorg.
5. Verkenning van financieringsmogelijkheden van sport en bewegen voor mensen die qua gezondheid en financiële situatie kwetsbaar zijn, met als doel het laten dalen van de totale aanspraak op de zorg en het zorgvergoedingssysteem.
6. Opname van sport en bewegen in het kader van herstel in het vergoedingssysteem van het zorgstelsel.
7. Bewustwordingscampagne 'Vitaliteit en leefstijl en de rol van sport en bewegen', gericht op burgers, werkgevers, zorgcentra en sportclubs.
8. (Door)ontwikkelen passend, laagdrempelig sportaanbod voor mensen met gezondheidsachterstand.
9. Verbeteren van de gezonde sportomgeving bij sportclubs (rookvrij, verantwoord alcoholgebruik en verantwoorde voeding).

#### **Ondersteund door:**

**Bas van de Goor Foundation, Federatie voor Gezondheid, Fonds Gehandicaptensport, Koninklijk Nederlands Genootschap Psychotherapie, MEE NL, MKB-Nederland, Nederlandse Vereniging van Diëtisten, PACT voor Kindercentra, Platform Ondersteunende Sportaanbieders, Samenwerkende Gezondheidsfondsen, Sociaal Werk Nederland, Special Olympics Nederland, Sportkracht12, Vereniging Sport en Gemeenten, JOGG, VNO-NCW en Wandelnet.**

#### **Ons gezamenlijk statement is overeenkomstig de eerste alinea:**

*Om te komen tot een energiek en gezond Nederland is het inzetten van de kracht van sport en bewegen essentieel. Sport en bewegen dragen sterk bij aan een gezonde leefstijl en vitaliteit en dat heeft grote preventieve en curatieve waarde voor mens én maatschappij. Via krachtige landelijke en lokale samenwerking wordt sport en bewegen bereikbaar voor iedereen en wordt bewegen uiteindelijk "het nieuwe normaal", ook voor mensen met gezondheidsachterstand.*





**basvanleegoor**  
*foundation*  
sporter met doelen

*[Handwritten signature]*

Bas van de Goor Foundation



*[Handwritten signature]*

Gezonde Generatie



*[Handwritten signature]*

MEE NL



*[Handwritten signature]*

NOC-NSF

Federatie voor  
Gezondheid

*[Handwritten signature]*

Federatie voor Gezondheid



*[Handwritten signature]*

JOOD



*[Handwritten signature]*

MKB Nederland



*[Handwritten signature]*

Pact voor Kindcentra



*[Handwritten signature]*

Fonds Gehandicapsport



*[Handwritten signature]*

Koninklijk Nederlands  
Genootschap voor  
Fysiotherapie



Nederlandse Vereniging van Dialecten



*[Handwritten signature]*

Nederlandse Vereniging van  
Dialecten

Platform Ondernemende  
Sportaanhouders



*[Handwritten signature]*

Partnerschap Overgewicht  
Nederland

SPORT  
KRACHT  
12  
Nederland Sport / 10maai

*[Handwritten signature]*

Sportkracht12



*[Handwritten signature]*  
Wandelnet



*[Handwritten signature]*

Sociaal Werk Nederland

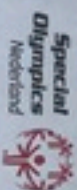
V N O N C W

*[Handwritten signature]*

VNO-NCW



KNHB



*[Handwritten signature]*

Special Olympics NL



Vereniging Sport en Gemeenten

*[Handwritten signature]*



KNVB

*[Handwritten signature]*