



Reactie van de sportsector (onder coördinatie van NOC\*NSF en de KNVB)  
t.b.v. de internetconsultatie voor de discussienota "Zorg voor de Toekomst"

## **Zorg voor de Toekomst, via gezonde leefstijl met voldoende sport en bewegen**

### **Gezamenlijke ambitie op (preventieve) zorg voor vitaliteit en gezonde leefstijl**

De discussienota Zorg voor de Toekomst biedt perspectief voor een gezond en vitaal Nederland. Iets waar wij als sport- en bewegesector volledig achter staan en graag aan bijdragen. Ook wij zien dat de druk op de zorg toeneemt én dat de gezondheidsverschillen in Nederland alleen maar groter worden, wat door Corona nog verder versterkt is. Hoog tijd dat hier verandering in komt. Niet alleen om de almaar toenemende druk op de (curatieve) zorg te keren, maar ook vanwege het fysieke en sociale welbevinden en de weerbaarheid van alle Nederlanders.

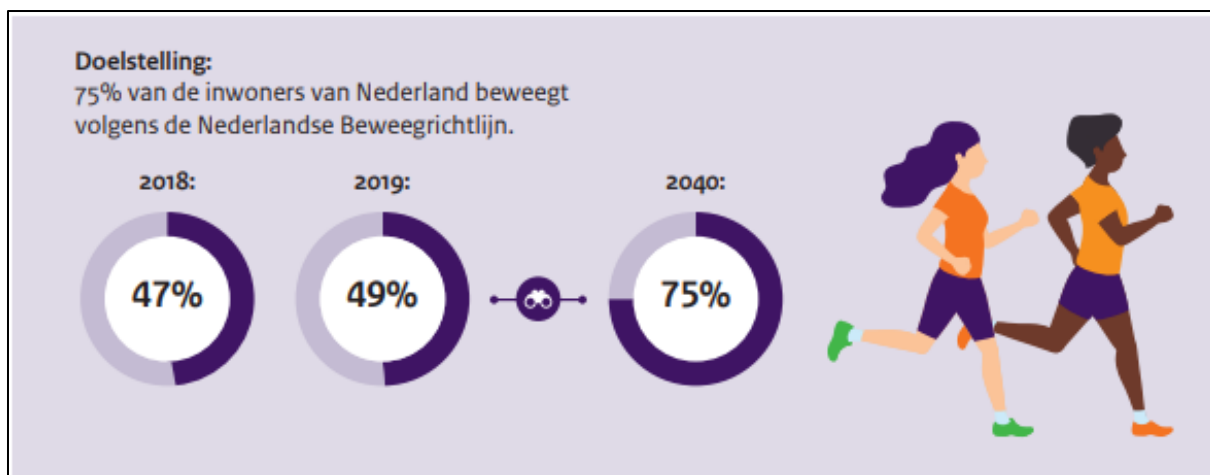
NOC\*NSF is - namens de sport- en bewegesector - medeondertekenaar van de gezamenlijke reactie op de discussienota die de initiatiefgroep van het preventieakkoord, onder coördinatie van de SER, heeft ingediend. De sport- en bewegesector onderschrijft deze gezamenlijke reactie van harte. Daarin wordt allereerst waardering uitgesproken voor de discussienota én voor de prominente plek van preventie en de verschuiving van de focus op ziekte en zorg naar gezondheid en vitaliteit. In onze gezamenlijke reactie wordt tevens benoemd dat opvalt dat het kabinet de invulling van de noodzakelijke impuls voor preventie vooral zoekt binnen de (curatieve) zorg, terwijl de grootste maatschappelijke winst van een preventie-impuls juist op andere beleidsterreinen te behalen valt. Preventie zou niet alleen vorm moeten krijgen in de (curatieve en preventieve) zorg, maar ook buiten de zorg. Met samenwerking over de (beleids)grenzen heen: in het gezin, in het onderwijs, op het werk, bij de sportclub en in de wijk.

Om dit vorm te geven vraagt de sport- en bewegesector extra aandacht voor "het in beweging krijgen" van Nederland én van de zorg, gebruikmakend van de in Nederland unieke sport- en beweeginfrastructuur. Ons inziens is dat in de discussienota onderbelicht.

### **Bewegarmoede en gezondheidsverschillen**

Het is van belang om in te zetten op een vitaler en gezonder Nederland waarin mensen langer in goede gezondheid leven, volgens de brede principes van positieve gezondheid. Er valt veel winst te behalen als daarbij nog meer gefocust wordt op vitaliteit en gezonde leefstijl, met als belangrijk onderdeel voldoende sporten en bewegen. Een leven lang! En voor iedereen!

In het Nationaal Preventieakkoord is het uitgangspunt dat meer sport en bewegen bijdraagt aan preventie en aan het ontlasten van de zorg. Daarom is als algemeen doel in het Nationaal Preventieakkoord (deelakkoord overgewicht) opgenomen dat in 2040 75% van de inwoners van Nederland beweegt volgens de Nederlandse Bewegrichtlijnen. Een zeer belangrijk streven, maar we zijn er nog lang niet.



Bron afbeelding: Voortgangsrapportage Nationaal Preventieakkoord 2019 (RIVM, 2020)

Dat prachtige percentage van 75% is alleen haalbaar als daar gezamenlijk, domeinoverstijgend op ingezet wordt. In de eerste plaats door van jongs af aan voor iedereen "bewegen als het nieuwe normaal" in te bouwen en in de tweede plaats door juist die mensen in beweging te brengen die qua gezondheid het meest kwetsbaar zijn. Dus degenen die nu of in de toekomst veelvuldig gebruik maken van zorg. Juist deze groep sport en beweegt beduidend minder. De COVID19-pandemie heeft die achterstand alleen maar verder vergroot. Daar waar velen nu "het ommetje wandelen" hebben ontdekt, zien we ook een achteruitgang van de intensievere sport- en beweegactiviteiten én we zien dat juist de mensen met lage SES en kwetsbare gezondheid nog minder zijn gaan bewegen.

Er liggen mooie kansen om door samenwerking tussen de sport- en beweegsector, de zorgsector en andere sectoren álle mensen in beweging te krijgen op een manier die bij hen past, die ze kunnen volhouden en waar ze gelukkig van worden. De mogelijkheden liggen er, nu alleen nog verzilveren. Aandacht daarvoor via deze discussienota Zorg in de toekomst zou een stevig piketpaaltje zijn in deze beweging.

De sport- en beweegsector in Nederland is uniek en daar kan meer profijt uitgehaald worden. Alleen al de 24.000 bij NOC\*NSF aangesloten sportverenigingen brengen wekelijks circa 4,3 miljoen mensen aan het sporten binnen ruim 300 takken van sport (verdeeld over 76 sportbonden). Om een misverstand weg te nemen: de georganiseerde sport is niet alleen voor de allerfitten. Er zijn vele mogelijkheden voorhanden, variërend van voetbal tot walking football, van volleybal tot zitvolleybal, maar ook jeu de boules, biljarten, wandelen, nordic walking, toerfietsen, zwemmen, tafeltennis, judo, dansen, et cetera. Tel daar het aanbod bij op van de andere sport- en beweegaanbieders, zoals de 6.000 ondernemende sportaanbieders in de fitnessbranche, of de buurtsportactiviteiten, of een wijkwandegroepje, dan is het logisch dat daar nog enorme kansen voor het oprapen liggen om ook de nog niet bewegende Nederlanders in beweging te krijgen.

### **De bijdrage van sport en bewegen aan preventie**

Meer Nederlanders in beweging brengen en ze motiveren tot een gezonde leefstijl die ze kunnen volhouden, is het best haalbaar als de (sociale en fysieke) omgeving daartoe uitdaagt; als ze daarvoor beloond worden en als ze zelf ervaren hoe heerlijk het is om in beweging te zijn, om vitaal te zijn en om je gezond te voelen.

De mensen zelf en de mensen in hun omgeving zijn het centraal vertrekpunt voor de verandering. Lokale gemeenschappen zijn essentieel. Een geregisseerde wijkaanpak, gebruikmakend van de lokale community én aanwezige vrijwilligers en professionals van lokale organisaties is daarbij zeer kansrijk. De zorgaanbieders zijn onlosmakelijk onderdeel van die lokale structuur, net als de sport- en beweegaanbieders. Deze sociale basisinfrastructuur is van onmeetbare waarde voor de gezondheid en het welbevinden van mensen.

De maatschappelijke kracht van sport en bewegen ligt niet alleen in het bevorderen van gezondheid, maar ook in het (emotioneel en sociaal) welbevinden van de mens. De sport- en beweegsector wil en kan hierin een betere rol in de toekomst vervullen, waarin samenwerkingen met verschillende sectoren, zoals gezondheidszorg, welzijnssector, kinderopvang, onderwijs, overheden en het bedrijfsleven, cruciaal zijn om de grootste gezondheidswinst te halen. Zowel landelijk als lokaal.

### **De wissels moeten om; actie is nu nodig**

De sport- en beweegsector gaat graag in gesprek met politiek, met de zorgsector en met andere sectoren over het benutten en uitbreiden van de mogelijkheden om de tendens te keren én de knelpunten gezamenlijk aan te pakken. Onderstaand ter voorbeeld enkele oplossingsrichtingen waar sport en bewegen een rol in speelt.

#### Sporten en bewegen als het nieuwe normaal, ook in de zorg

“Sporten en bewegen” dient een essentieel onderdeel te zijn bij alle beleidsvorming, interdepartementaal en domeinoverstijgend. Bij beleidsvorming en -uitvoering dienen de kansen die sport en bewegen bieden qua leefstijl en vitaliteit bekend te zijn en benut te worden. Zowel landelijk als lokaal, tot op wijkniveau. Dit sport- en beweegperspectief dient ook bij het opzetten en uitvoeren van (preventieve en curatieve) zorg meegenomen te worden. De zorgsector mogelijkheden bieden om mensen met inactieve leefstijl te signaleren en te begeleiden richting sport- en beweegaanbod. Zo bied je zorg die gericht is op hoe mensen niet alleen nu, maar ook gedurende hun levensloop een gezonde leefstijl hebben zodat ze minder kans hebben om – met vermijdbare klachten - terug te komen in de curatieve zorg.

#### Samen bouwen aan een sport- en beweegvriendelijke omgeving

Er valt veel resultaat te behalen wanneer landelijke en lokale organisaties voor een (fysiek en sociale) omgeving zorgen waar ieder individu voldoende in aanraking komt met en uitgedaagd wordt tot bewegen en sporten en andere aspecten van een gezonde leefstijl. Daarvoor is een beweegvriendelijke leefomgeving nodig (denk ook aan de omgevingswet), een (financieel) toegankelijke sportinfrastructuur en voldoende kwaliteit en capaciteit van de sport- en beweegaanbieders (professionalisering). Een geregisseerde wijkaanpak, gericht op de behoefte en mogelijkheden van de bewoners in hun omgeving, is daarbij cruciaal.

#### Bewegingsarmoede aanpakken

We onderschrijven het voorstel in de discussienota dat er meer aandacht moet komen voor het vergroten van gezondheidsvaardigheden op school over voeding en beweging. Dat biedt een mooie kans om de toenemende bewegingsarmoede onder kinderen te keren. Kinderen die op jonge leeftijd betere motorische vaardigheden hebben, bewegen nu en later meer, blijken een betere algemene fitheid te hebben, hebben minder vaak overgewicht en een hoger sociaal en emotioneel welbevinden. Diverse oplossingsrichtingen zijn nodig om kinderen “vaardig in bewegen” te maken en de

toenemende bewegingsarmoede bij de jeugd te keren. Een sport- en beweegplan voor alle kindcentra en scholen is daar een mooie stap in. De sport- en beweegsector kan en wil daarin samen optrekken met de kindcentra en scholen.

#### Investeren in preventieve zorg voor vitaliteit en gezondheid

De discussienota beschrijft dat er een beweging moet komen van de huidige focus op ziekte en zorg naar het bevorderen van gezondheid en welbevinden. Dat onderschrijft de sportsector van harte. Dit vergt in de eerste plaats een extra startinvestering om de verandering te kunnen organiseren en in de tweede plaats een structurele verhoogde investering in preventie en gezonde leefstijl. Dit betaalt zich op den duur ruimschoots terug. Maatschappelijke kosten worden uitgespaard, de productiviteit stijgt, mensen worden gezonder en gelukkiger met ontlasting van de curatieve zorg tot gevolg.

Voorbeelden hiervan zijn het bieden van (financiële) mogelijkheden aan gemeente en zorg- en welzijnssector om binnen hun reguliere werk en financiering samen te werken met lokale leefstijlverbeteraars (waaronder de sport- en beweegsector). En financiële mogelijkheden voor leefstijlprogramma's en sportbeoefening voor mensen tot 18 jaar en mensen met kwetsbare gezondheid. Maar ook het versterken en beter regisseren van de preventiebasisstructuren dicht bij de mensen waar het omgaat, waar sportaanbieders vanzelfsprekend onderdeel van uitmaken.

#### **Afsluitend**

Wij zijn benieuwd naar de uitkomsten van de internetconsultatie tot uiteindelijk de invoering van het nieuwe beleid. De sport- en beweegsector is graag een actieve partner in de beweging naar een vitaal, energiek en veerkrachtig Nederland.