



Vlaanderen heeft schrik van de vergrijzing:

MISSCHIEN MOET MEN MEER INVESTEREN IN FITHEID DAN IN MEDAILLES

Statistiek Vlaanderen heeft de Vlaamse gemeentelijke demografische vooruitzichten 2018-2023 gepubliceerd. De Vlaamse bevolking blijft ouder worden, zij het niet overal in dezelfde mate. Vandaag is één op de vijf Vlamingen ouder dan 65. In 2027 zal dit één op vier zijn. Niet alleen verwacht men steeds meer ouderen, ze zijn steeds meer alleen, ze worden steeds ouder en zijn steeds minder actief. Men zou van minder onwennig worden. Nochtans moet ouder worden niet noodzakelijk inactief en ongezond betekenen. Dit kan anders en daar kunnen wij een belangrijke rol in spelen.

Niemand ziet met plezier extra jaren op zijn teller komen, hoewel veel van wat we meemaken ons nochtans verrijkt als mens. Ervaring en beleving koesteren we als een geschenk, maar het is de verpakking die niet mee wilt. Ouder worden schrikt het individu af wanneer het ten koste gaat van kwaliteit van leven. Ouder worden schrikt de politiek af wanneer het ten koste gaat van de begroting en

de sociale zekerheid. Onszelf willen we graag op een zelfstandige, autonome, fitte en kwaliteitsvolle manier zien ouder worden. Anderen eigenlijk ook. Geen last voor de kinderen, geen last voor de maatschappij. Laat ons maar allemaal zolang mogelijk actief en gezond blijven. Het blijft een ambivalente, tegenstrijdige gedachte. We worden allemaal liefst zo oud mogelijk, maar wanneer het aandeel 65-plussers

procentueel veel meer toeneemt dan de algemene stijging van de Vlaamse bevolking, dan maken we ons zorgen. Meer 'oud en grijs' dan 'oud en wijs'. Meer inactief dan actief. Volgens Statistiek Vlaanderen zal tussen nu en 2027 het aantal 65-plussers met meer dan 22 procent stijgen. De bevolking in het algemeen zal de komende 10 jaar met 5 procent stijgen. Onze babyboomers, nu nog enthousiaste vijftigers schuiven richting 65-plus. En de verwachting is dat ze allemaal nog wat ouder gaan worden dan die huidige leeftijdsgroep.

Betekent pensioen inactief?

Statistici van Statistiek Vlaanderen en in hun kielzog de politici, benoemen 20 tot 64-jarigen 'de bevolking op actieve leeftijd'. Wanneer men de arbeidsmarkt verlaat spreekt men over inactief. Wij zien dit toch wel een beetje anders.

In Vlaanderen, evenals in de meeste Europese landen, is er veel te doen omtrent de verhoging van de pensioenleeftijd. Een moeilijk debat waarover we ons hier niet willen uitspreken. Uiteraard is het moeilijk toegeven voor iedereen die 30 tot 40 jaar geleden met veel enthousiasme de arbeidsmarkt in stapte met het vooruitzicht om maximaal tot 60 of 65 te werken en eventueel zelfs gebruik te maken van een prepensioenregeling om sneller van een 'goede oude dag' te kunnen genieten. Relativeringszin verdwijnt wanneer lijsten van zware beroepen moeten worden opgesteld om vervroegd 'op rust' mogelijk te maken. Wie verantwoordelijk is voor het budget denkt aan de betaalbaarheid van al die pensioenen. Vandaag en in de toekomst. Wie zelf dichterbij de pensioenleeftijd komt, plaatst de eigen rekening boven de federale begroting.

Pensioenhervorming is noodzakelijk omdat onze pensioenen op termijn anders niet meer betaalbaar zijn. Maar begrotingsgewijs gaat het over meer. Het is niet onlogisch dat oudere mensen met een mindere gezondheid kampen dan jongeren en dat deze gezondheid er met de jaren bovendien alleen maar op achteruit gaat. Dit resulteert in meer gezondheidsuitgaven. Wanneer een Vlaming, in theorie dus, op 65 - maar in de praktijk een stuk vroeger - in pensioen gaat, kunnen mannen rekenen op nog 20 levensjaren en vrouwen zelfs op 25. Hopelijk een lange gezonde periode. Steeds toenemende medische noden zorgen echter voor een kostenplaatje. Een Vlaming heeft in 2008 gemiddeld 1.920 euro gekost aan de verzekering voor geneeskundige verzorging. De kosten voor 90 jaar en ouder bedraagt echter 12.294 euro tegen 664 euro gemiddeld voor de categorie tussen 10 en 19 jaar.

Niet de vergrijzing is de katalysator achter onze gezondheidsuitgaven, wel onze behoefte naar meer gezondheidszorg.

Statistiek Vlaanderen beschouwt de leeftijdsgroep 20 tot 64-jarigen nog steeds als de 'actieve' bevolkingsgroep. De realiteit ligt echter nog lager. Uit de statistieken van OESO, de organisatie van industriële landen, blijkt dat Belgische mannen gemiddeld op 61,3 jaar op pensioen gaan en voor vrouwen ligt dit zelfs op 59,7 jaar. Met die cijfers bevindt België zich in de staart van het peloton. Enkel in Frankrijk, Slowakije en Luxemburg gaan mannen nog vroeger in pensioen, bij vrouwen doet enkel Slowakije het slechter.

Volgens de Vlaamse statistieken is de groep 20 tot 64 jaar 'actief', maar eigenlijk bedoelt men 'actief op de arbeidsmarkt'.

Misschien moet men er eens over nadenken dat 'actief' zijn buiten de arbeidsmarkt, in deze problematiek alleen maar kan helpen om zowel de financiële als menselijke problemen op te vangen.

Bewegen helpt

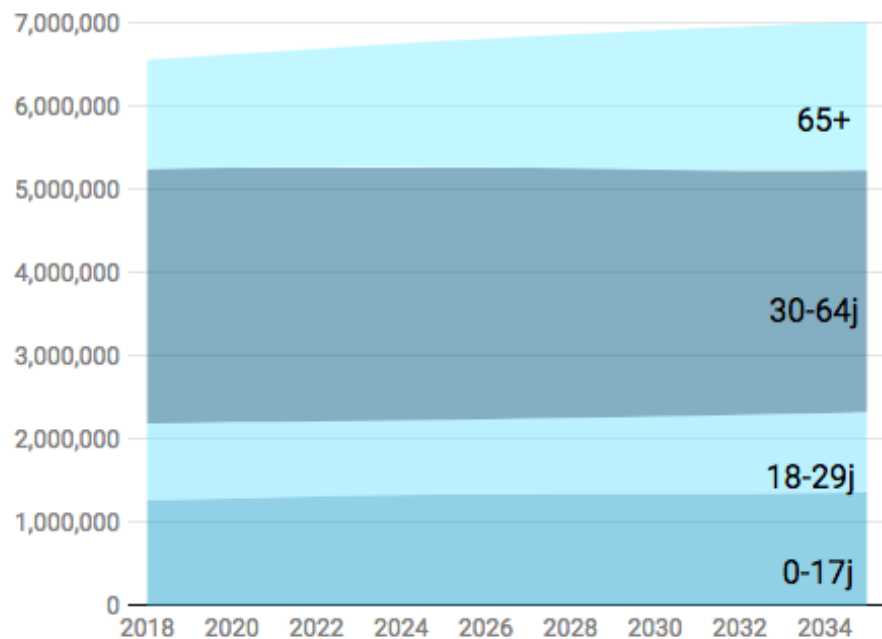
Waarom boezemt een uitgestelde pensioenleeftijd zoveel schrik in? Dit zal waarschijnlijk verschillende redenen hebben, maar de job minder goed aankunnen, minder werkplezier, minder productiviteit, meer absentieïsme en schrik dat het aantal jaren kwaliteitsvol genieten na 35 tot 40 jaar presteren minder zal worden.

Dit zijn nu net zaken waar meer bewegen, betere fitheid, een oplossing biedt. Zowel tijdens de beroepsloopbaan als erna. Veel wetenschappelijke studies, maar ook en vooral de persoonlijke beleving van ieder individu, bewijzen het iedere dag. Wie meer beweegt, minder inactief is, is gezonder, voelt zich beter in zijn vel, presteert beter, is minder afwezig op de werkvloer, heeft minder stress, en zo kunnen we nog wel een beetje doorgaan. Het lijkt een wondermiddel, maar dat is het ook. Wanneer 50-plussers kiezen voor meer bewegen zijn ze veel minder onderhevig, resistenter, voor allerlei aandoeningen.

Meer bewegen is dus de boodschap. Maar wat doet men er aan?

Onze sector biedt een ideale omgeving om 'het iets grijzere' deel van onze bevolkingsgroep aan gepaste, regelmatige en duurzame activiteitsmomenten aan te bieden op ieder moment van hun loopbaan en lang erna. In kwaliteitsvolle clubs gebeurt dit met de nodige begeleiding binnen een sociale omgeving. Een community waar men zich thuis, iets gezonder en iets jonger voelt. Iedere dag werken we daaraan. Fitness.be, de beroepsvereniging voor de Belgische fitnesssector, werkt momenteel aan een expertise en testcentrum om programma's en testbatterijen voor oudere fitnessbeoefenaars te evalueren en bij te sturen. Samenwerking met wetenschappers van de Vrije Universiteit Brussel is hiervoor in de maak. Hiermee gaan we niet enkel proberen gepaste formules aan te bieden aan de sector, maar ook ons steentje bij te dragen om er

Vergrijzing in Vlaanderen



via een corporate aanbod voor te zorgen dat werknemers zich langer goed voelen op de werkvloer, minder schrik hebben van een langere loopbaan en vooral dat ze daarna op een gezonde manier kunnen genieten van een pensioen. En belangrijk voor onze sociale zekerheid: minder kosten aan de gezondheidszorg.

Alleen jammer dat de overheid en haar administratie dit niet altijd (willen) zien. Er worden wel initiatieven genomen om meer bewegen op de werkvloer te promoten, maar de fitnesssector en haar professionals met hun expertise worden hier meestal niet bij betrokken. Een imago-probleem?

Sport Vlaanderen lanceert een oefenpakketje 'spierkracht voor senioren'. Een lessenpakket van twaalf weken opgebouwd rond negen oefeningen. Onderbouwd en samengesteld door de KUL (universiteit Leuven). Een mooi initiatief, maar duurzaam kan je dit moeilijk noemen. Het wordt gratis aangeboden aan sportfederaties, sportdiensten van steden en gemeenten en aan sportclubs. Maar als de fitnessindustrie het opvraagt moeten ze er voor betalen. Nochtans de enige omgeving waar het echt met een duurzame opvolging, met ervaren instructeurs, kan worden gebracht.

Waarin investeert de Vlaamse overheid? Jaarlijks gaat meer dan 30 miljoen euro naar subsidies voor sportfederaties. Het grootste deel van die koek gaat naar unisportfederaties welke voor hun sporttak wel de opdracht hebben om ook een recreatief luik in te vullen. Maar laat ons eerlijk zijn. Het overgrote deel gaat naar competitie, elite- en topsport. Zelfs op jonge leeftijd worden zowel op club- als federatieniveau sportertjes aan de kant geschoven omdat ze niet presteren en renderen. Medailles gaan voor. Een deel gaat ook naar multisportfederaties, maar ook daar gaat veel aandacht naar jongeren en

wedstrijdvormen.

Hoeveel investeert men in fitness? 150.000 euro per jaar met de verplichting om te werken rond ethische kwesties zoals grensoverschrijdend gedrag, discriminatie en diversiteit en antidoping. Nobele initiatieven waar we achter staan, maar die al te veel als betutteling worden ervaren door onze ondernemers.

30 miljoen euro voor 1.500.000 sportbeoefenaars (met overlapping tussen verschillende sporttakken) ten opzichte van 150.000 euro voor 500.000 fitnessbeoefenaars.

Het wordt hoog tijd dat men eens kijkt naar de output van onze sector, de economische return en de gezondheid gerelateerde voordelen. Vraag maar eens aan enig welke sporttak:

- Hoeveel beoefenaars zij bereiken? (voetbal-federatie is grootste met 250.000)
- Hoeveel gekwalificeerde trainers ze hebben?
- Hoeveel uren de club openstaat voor iedereen. Hoeveel trainingsmogelijkheden?
- Hoeveel belasting en btw ze betalen? (vzw's vrij van btw in België)
- Hoeveel ouderen ze bereiken?
- Hoeveel steun en subsidie ze krijgen? Clubs via lokale overheden en federaties via Vlaamse Gemeenschap?
- Hoeveel competitiesporters en hoeveel recreanten?
- Hoeveel kijkers en hoeveel doeners?

Die cijfers spreken voor zich.



ERIC VANDENBEELE

Fitness.be - eric@fitness.be

FITNESS.BE
WELLNESS & HEALTH