

COLUMN

DE FITNESS-BRANCHE ALS PARTNER IN **HET PREVENTIE-AKKOORD 2018!**

We moeten gezonder gaan leven, anders zijn de zorgkosten straks niet meer te betalen. VWS heeft hiervoor roken, overgewicht en probleemdrinken als speerpunten bepaald en dit, samen met 70 partners, opgenomen in het Nationale Preventieakkoord 2018.

Overgewicht en obesitas zijn de op één na belangrijkste oorzaak van ziekten in Nederland. Dit omdat ze vaak ook hart- en vaatziekten en diabetes tot gevolg hebben. Omdat de helft van de Nederlanders te zwaar is, moeten we alle zeilen bijzetten om het tij te keren. Voor 2040 wil VWS dat het percentage overgewicht daalt van 50 procent naar 38 procent en het percentage obesitas daalt van 14,5 procent naar 7,1 procent. Om dit te bereiken moeten we gezonder eten en drinken. Veder moet het aantal mensen dat voldoende beweegt stijgen van 47 procent naar 75 procent in 2040.

Om De doelstellingen te halen zijn er in het Preventieakkoord veel maatregelen tegen overgewicht en obesitas opgenomen. Enkele van deze maatregelen zijn:

- Gezonde kantine in sportclubs, scholen, ziekenhuizen en bedrijven
- Minder suiker in frisdranken, snoep en melkproducten
- De Schijf van vijf en voedingsrichtlijn bekender maken
- Nieuw voedselkeuze logo
- Scholing van supermarktpersoneel op het gebied van gezonde voeding

- Ondersteuning op maat voor mensen en gezinnen met overgewichtproblemen
- Betere toegankelijkheid voor mensen die nog niet sporten bij sportclubs en sportscholen

Wat kan de Fitnessbranche bijdragen?

Als sector kunnen wij zeker ook een steentje bijdragen aan het halen van deze doelstellingen. Allereerst op het gebied van bewustwording van de voedings- en beweegrichtlijnen. Trainers zitten in de ideale situatie om kennis over te brengen. Dat kan met factsheets, posters, nieuwsberichten, lezingen en compacte persoonlijke presentaties.

In het Preventieakkoord is ook afgesproken dat de supermarktbranche zorgt voor scholing voor de medewerkers over de voedingsrichtlijnen. Hier kunnen wij als branche een voorbeeld aan nemen. Laat we onze trainers een kennisupdate aanreiken over de voeding- en beweegrichtlijn. Zodat ze die kennis effectief kunnen overbrengen aan leden.

Ook het laagdrempeliger maken van het sportaanbod is een van de acties in het Preventieakkoord. Hoe kunnen wij mensen meer laten sporten? En dan juist de groep die het zelf moeilijk kunnen opbrengen. Dit kan gedeeltelijk door ondersteuning vanuit de gemeente en bijvoorbeeld Sportimpuls. Maar je kunt als ondernemer ook zelf actie ondernemen, bijvoorbeeld een 'maatschappelijke



” LAAT WE ONZE TRAINERS EEN KENNISUPDATE AANREIKEN OVER DE VOEDING- EN BEWEEGRICHTLIJN. ZODAT ZE DIE KENNIS EFFECTIEF KUNNEN OVERBRENGEN AAN LEDEN. “

sportpas'. Voor mensen die in de uitkering zitten is een daluren kaart ideaal. De prikkel van extra korting is wellicht genoeg om aan de slag te gaan.

Dit zijn slechts enkele mogelijkheden hoe wij, als fitnessbranche, bij kunnen dragen aan het Nationaal Preventieakkoord. Ik denk dat het goed is de uitdaging aan te gaan om het Preventieakkoord verder te onderzoeken om te kijken welke acties wij nog meer kunnen ondernemen om o.a. de doelstelling om overgewicht en obesitas te laten dalen.

John van Heel
EFAA/Nieuwe Gezondheid
j.vanheel@efaa.nl