



Het gehele team – gezond leven promoter!

SAMEN DE GEZONDHEIDS-RAMP KEREN!

22 gezondheidsfondsen boden op 17 juni 2024 een manifest aan, aan demissionair minister Dijkstra van medische zorg. Waarom? Ondanks dat we de afgelopen decennia steeds langer zijn gaan leven, neemt het aantal jaren dat we leven met chronische aandoeningen sinds 1980 stelselmatig en schrikbarend toe. De zorg raakt mede hierdoor overbelast en wordt duurder. Het aantal mensen dat behandeling nodig heeft, neemt toe en er is een groeiend personeelstekort, niet alleen binnen de zorg.

Er voltrekt zich een gezondheidsramp in slow motion, en die stopt niet vanzelf. Oorzaken van deze gezondheidsramp:

- In de huidige samenleving is ongezond leven makkelijker en goedkoper dan gezond leven.
- De meeste mensen hebben preventief gezond leven volgens de huidige wetenschap, niet geleerd (gebrek aan health literacy)
- Overgewicht, obesitas, diabetes en chronische aandoeningen blijven al meer dan 50 jaar toenemen.

- Er is sprake van een voortgaande dubbele vergrijzing (binnen de groep 65-plussers neemt het deel 80-plussers toe, en er zijn meer en langer levende 65-ers).
- Er dreigt een zorginfarct vanwege meer mensen met een chronische aandoening, stijgende zorgkosten en een groeiend personeelstekort.

Sommige sectoren overladen jongeren met verslavende en ongezonde producten, zonder al te veel tegenstand. We lijken te

accepteren dat de overheid, burgers, gezondheidszorg, patiëntenorganisaties en gezondheidsfondsen hier de dupe van worden en voor de kosten opdraaien, niet de veroorzakers. In Nederland leven de minst welvarende mensen maar liefst acht jaar korter dan de meest welvarende en 24 jaar korter in goede gezondheid. Dat is onacceptabel. Ongezondheid draagt bij aan meer ziekteverzuim, productiviteitsverlies en personeelstekorten. Een ongezond Nederland heeft niet alleen grote gevolgen voor het welzijn van elke Nederlander, maar ook voor onze gezamenlijke welvaart.

Versnellen van de gezondheidstransitie is cruciaal

Het wordt niet vanzelf beter. Er is een snelle gezondheidstransitie nodig, waardoor we meer jaren in goede gezondheid gaan leven in Nederland. Een transitie met eenzelfde impact zoals eerder antibiotica en riolering tot enorme verbeteringen in onze gezondheid hebben geleid. De huidige veranderingen gaan niet snel genoeg. Er moet meer nadruk gelegd worden op preventie, bewustwording van wat we noemen 'De life management formule', het verkleinen van de sociaal-economische gezondheidsverschillen, het centraal zetten van gezondheid in het beleid van de overheid, het vergroten van de inzetbaarheid van mensen met een chronische aandoening en een bedrijfsleven dat zich inspant om de gezondheid te beschermen.

De oproep van 22 gezondheidsfondsen is duidelijk:

Samen met de overheid, het bedrijfsleven, de zorg en andere maatschappelijke organisaties de transitie naar langer gezond leven voor iedereen in Nederland versnellen. Dit doen de 22 gezondheidsorganisaties door in dialoog te gaan met de overheid en achterbannen van alle betrokken maatschappelijke organisaties om te verkennen wat hun behoeftes zijn binnen deze gezondheidstransitie. Dit noemen we de top-down aanpak.

Professionals aan zet voor de bottom-up aanpak

De overheid zal voor de top-down aanpak moeten zorgen, onze omgeving gezonder inrichten zodat wij burgers gemakkelijker gezondere keuzes maken. Professionals, zoals trainer, personal trainers en sportcentra, kunnen vorm geven aan de bottom-up aanpak. Wat is daarvoor nodig? Een kennis update over de nieuwste gezond leven richtlijnen zodat het gemakkelijker wordt mensen hierin te inspireren, adviseren en ondersteunen. Tevens heeft de professional tools nodig om mensen uit te nodigen gezondere keuzes te maken, maar dan wel een haalbare, duidelijke en kleine stappen.

De Europese Unie ondersteunt, het team volgt gratis de gezond leven promotor cursus!

Vanuit EFSA en Leefstijlclub hebben we een aanvraag ingediend bij de Europese Unie, om professionals te ondersteunen met een adequate, maar compacte kennisupdate en tools te mogen ontwikkelen voor inwoners, om hun leefstijl gemakkelijk te kunnen

scannen en de essentiële inzichten van een gezonde leefstijl te leren. De Europese Unie zag wel wat in deze visie en heeft het project goedgekeurd voor uitvoering. Daardoor is het mogelijk gemaakt dat we professionals en teams van clubs gratis opleiden tot 'Healthy Lifestyle promotor', er is budget ontvangen voor 1000 professionals.

Vanuit het onderzoek, wat aan het begin van het EU-project is uitgevoerd, is tevens een Life Management formule ontwikkeld, de er aan bij kan dragen dat het risico op chronische aandoeningen tussen de 50 en 80% kan dalen. Hier is tevens een gratis korte online Life Management formule cursus voor ontwikkeld en beschikbaar.

Ook gratis tools en een kennis update voor leden!

Voor inwoners hebben we binnen dit project een minivideo cursus over 'Leefstijl als medicijn' en een leefstijlscan mogen ontwikkelen. Deze zijn beschikbaar in 9 talen, namelijk Nederlands, Engels, Frans, Duits, Portugees, Spaans, Litouws, Slowaaks en Servisch.

De gezondheidsramp samen keren!

De Gezondheidsfondsen pakken de handschoen op om de overheid ertoe te zetten preventie hoger op de agenda te zetten. Professionals kunnen ervoor zorgen dat ze mensen, waar ze wekelijks contact mee hebben, kennis laten maken met de essentiële inzichten van een gezonde leefstijl en optimale persoonlijke preventie. Professionals vormen de bottom-up aanpak tegen de gezondheidsramp.

Wij roepen dan ook alle professionals en clubs op om hun kennis op te halen met deze gratis mogelijkheid.

Door de Europese Unie subsidie voor het New Health - Healthy Lifestyle Network Europe project hebben we deze Healthy Lifestyle promotor kennisupdate cursus direct beschikbaar. Tevens bieden we je gratis de Life Management formule online cursus aan. Mogelijkheden om als professional op in te haken;

1. Schrijf je in voor de Healthy Lifestyle promotor online cursus.
2. Schrijf je gratis in voor de korte online Life Management formule kennismaking cursus.
3. Blijf op de hoogte door ons te volgen op ons Leefstijlclub YouTube kanaal en onze Leefstijlclub Facebook pagina.

Sta je als ondernemer achter de visie van leefstijl en preventie en wil je het gehele team de Life Management formule en de Healthy Lifestyle promotor cursus aanbieden, mail dan naar info@leefstijlclub.nl.

Samen kunnen we de gezondheidsramp keren!



JOHN VAN HEEL

auteur van de boeken: Voeding als medicijn, Bewegen als medicijn en Je Brein als medicijn!

