

Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

memo

Gespreksnotitie 'Wrap up sessies corona en een gezonde leefstijl'

1. Aanleiding

Voor het zomerreces is onder andere door wetenschappers en medici aandacht gevraagd voor het belang van een gezonde leefstijl en weerbaarheid tegen de gevolgen van een coronabesmetting. Het Nederlands Innovatiecentrum voor Leefstijlgeneskunde (Lifestyle4Health) en de Vereniging Arts en Leefstijl hebben namens bijna (10)(10) zorgprofessionals op 19 mei een brief en notitie aan u en de minister MZS aangeboden om aandacht te vragen voor een gezonde leefstijl.

Er zijn op uw verzoek drie sessies met deskundigen georganiseerd over de relatie tussen het coronavirus en leefstijlpreventie:

- *De eerste sessie* met medici en wetenschappers vond plaats op 23 juni jl. met als doel: inzicht verkrijgen in het wetenschappelijk bewijs over deze relatie. U heeft gesproken over de leefstijlthema's voeding, beweging, slaap/ontspanning, tabak en alcohol in relatie tot het coronavirus.
- *De tweede sessie* is opgeknipt in twee deelsessies. In de eerste deelsessie op 30 juni jl. bent u in gesprek gegaan met projectleiders van lokale initiatieven, opgeschaalde initiatieven en experts op het gebied van preventie en een gezonde leefstijl. Bij deze sessie stonden de volgende vragen centraal: wat zijn kansrijke lokale initiatieven voor het bevorderen/stimuleren van een gezonde leefstijl, hoe kunnen we deze op andere plekken in Nederland inzetten en hoe kunnen we nog meer stimuleren dat lokale en regionale organisaties met deze interventies aan de slag gaan? Op 8 oktober vindt de tweede deelsessie plaats waarbij we het gesprek vervolgen met wethouders van verschillende gemeenten die zich actief inzetten voor een gezonde leefstijl van hun inwoners.
- *De derde sessie* stond gepland op 7 juli en richtte zich op het thema bewegen en sporten. Andere departementen en minister Van Rijn sloten ook bij deze sessie aan. Inzet van het overleg was om commitment te creëren voor een routekaart 'bewegen in het dagelijks leven', waarin overheid en relevante sectoren (waaronder de sportsector) gezamenlijk in een werkgroep een advies geven aan een volgend kabinet. Met als doel: een trendbreuk realiseren in het aantal mensen dat aan de beweegrichtlijnen voldoet.

**Directoraat Generaal
Volksgezondheid**
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

Bezoekadres:
Parnassusplein 5
2511 VX Den Haag
T 070 (10)(2e)
F 070 (10)(2e)
Postbus 20350
2500 EJ Den Haag
www.njksoverheid.nl

Inlichtingen bij

(10)(2e)

(10)(2e)@minvws.nl

Datum

13 augustus 2020

Aantal pagina's

8

Via deze notitie nemen we u graag mee in de belangrijkste uitkomsten van deze drie sessies om vervolgens te komen tot een aantal concrete voorstellen voor het vervolg.

Directoraat Generaal
Volksgezondheid
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

2. Uitkomsten sessies

Sessie 1 'Wetenschappelijke relatie tussen leefstijlthema's (voeding, beweging, ontspanning/slaap, tabak en alcohol) en Covid-19'

Datum
13 augustus 2020

Belangrijkste conclusies/bevindingen uit de eerste sessie zijn:

- Het is wetenschappelijk bewezen dat bepaalde leefstijlinterventies bijdragen aan het verlagen van het risico op een ernstig beloop van het coronavirus. In de praktijk wordt gezien dat bepaalde interventies bij sommige mensen binnen enkele weken, soms zelfs dagen, al effect hebben. Echter, interventies zijn niet allesomvattend. Zo heeft ook de omgeving een belangrijke invloed op ons gedrag. Er is daarom integraal beleid nodig.
- Deze pandemie heeft het belang van preventie nogmaals aangekaart en acties op leefstijlpreventie moeten daarom versneld worden. Deskundigen pleiten niet voor een aparte corona-leefstijl-aanpak, maar voor het versterken van preventie in het algemeen. Ook na Covid-19.
- Er zijn interventies, met name gericht op voeding en beweging, die gemakkelijk ingezet kunnen worden voor een betere stofwisseling (het metabolisme) en om de weerstand (immuunsysteem) te verbeteren. Juist dit zorgt voor een betere weerbaarheid tegen het coronavirus.
- Met een gezondheidscampagne zet ook het VK zich nu extra in op de thema's voeding en beweging.
- Tijdens de sessie heeft u de oproep gedaan aan alle deskundigen om mee te denken over aanvullende maatregelen die op de korte termijn genomen kunnen worden.
- Als reactie hierop heeft TNO een initiatief van Noaber Foundation gedeeld. Samen met retailers en leveranciers verkennen zij de mogelijkheid om in NL een actie op te zetten rondom gezonde producten. Vergelijkbaar met 'Stoptober'; een maand lang enkel gezonde producten in de aanbieding. Naast retailers, zijn ook artsen (o.a. Arts&Leefstijl) en wetenschappers betrokken.

Sessie 2 'Kansrijke lokale initiatieven voor het bevorderen van een gezonde leefstijl'

Belangrijkste conclusies/bevindingen uit de tweede sessie zijn:

- Maak gebruik van een positieve en holistische benadering: mensen zien als één geheel en niet als een verzameling problemen. Om dat te bereiken moeten preventie en gezondheidsbevordering dominantere factoren worden. VWS kan partijen bij elkaar brengen en wijzigingen aanbrengen in het stelsel. Wil je daadwerkelijk een trendbreuk realiseren, dan is een combinatieaanpak van verschillende interventies van belang.
- De rol van en de samenwerking met de zorgverzekeraars is belangrijk: zij hebben communicatiekracht en financiering om initiatieven bij alle Nederlanders onder de aandacht te brengen en eventueel te financieren. VWS kan helpen om die beweging met verzekeraars te maken.

- Maak gebruik van gecombineerde leefstijlinterventies die ook geschikt zijn voor de lage SES-/achterstandsgroepen. Er zijn nog te weinig interventies waarvan we weten dat ze effectief zijn bij deze groepen. Ga op zoek naar wat werkt voor deze groep, bijvoorbeeld door te werken met beloningen (veel effectiever bij lage SES dan hoge SES).
- De huisarts kan een belangrijke rol spelen om iemand een duwtje in de rug te geven richting een gezonde leefstijl. Uit sessie 1 kwam naar voren dat het voor huisartsen en zorgprofessionals niet altijd mogelijk is om leefstijl (i.r.t. weerstand en gezondheid) bespreekbaar te maken bij hun patiënten. Met name door de korte consulten is er geen ruimte voor zulke gesprekken.
- Meer aandacht gewenst voor lokaal gecombineerde leefstijlinitiatieven en de rol van de huisarts hierin (de leefstijlarts). Leefstijlgeneskunde als apart specialisme om de huisarts een plek te geven in de preventieketen. VWS kan een rol spelen in de gesprekken met de Landelijke Huisartsen Vereniging om leefstijl ook vanuit de huisartsenpraktijk meer aandacht te geven.
- Het businessmodel gebaseerd op ziekte moet verschuiven naar een model gebaseerd op gezondheid: laten zien dat investeren in gezondheid rendeert.
- Het Loket Gezond Leven van het RIVM biedt al veel tools en voorbeelden van kansrijke initiatieven. De vraag is hoe we daar meer gebruik van kunnen maken en meer bekendheid aan geven?
- Meer aandacht voor het bereiken van kwetsbare groepen: hier valt veel winst te boeken. Bij de inzet van de GLI liggen bijv. kansen.

Directoraat Generaal
Volksgezondheid
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

Datum
13 augustus 2020

Sessie 3 'Interdepartementaal overleg met sportsector over Bewegen het nieuwe normaal'

Belangrijkste conclusies/bevindingen uit de derde sessie zijn:

- Ongeveer de helft van de Nederlanders voldoet nu niet aan de beweegnorm. Door de coronacrisis is de verwachting dat het aantal mensen dat aan de beweegnorm voldoet mogelijk (tijdelijk) verder zal dalen. Met name lage SES is minder gaan sporten/bewegen.
- De ambitie in het NPA is dat in 2040 75% van de Nederlanders beweegt volgens de Nederlandse beweegrichtlijn. Dit is niet voldoende om een trendbreuk te realiseren. Moet de ambitie niet aangescherpt worden?
- De departementen staan positief tegenover een Rijksbrede aanpak. Het belang ervan wordt onderkend. Mogelijkheden worden gezien in:
 - Aanvullend op bewegen inzetten vanuit OCW (voorbeelden: bewegend rekenen en het beter benutten van de schoolpleinen.
 - Bewegen is een van de onderwerpen waarbij het passend kan zijn om op nationaal niveau op te intervensiëren (BZK). De City deal 'ruimte voor bewegen' biedt mogelijk kansen.
 - Naast het kijken naar een lange termijn perspectief (routekaart bewegen) is het van belang om ook te bezien of het komend half jaar al *quick wins* te behalen zijn.
 - Verbinding zoeken met de initiatieven vanuit SZW rondom vitaal werken en de initiatieven rondom sport en bewegen voor kinderen in armoede en binnen de kinderopvang.

- De huidige interventies zijn niet voldoende. Het vraagstuk rondom het stimuleren van meer bewegen moet integraal worden aangepakt. Startpunt is het in kaart brengen van het bewegen in het dagelijks leven van verschillende groepen. Vervolgens zijn initiatieven vanuit verschillende sectoren nodig om impact te genereren.
- Belangrijk is dat er een duidelijke en in de samenleving bekende normering voor voldoende bewegen is. Om resultaat te hebben bij het stellen van een norm helpt het als deze wordt uitgedragen door personen/instituten met geloofwaardigheid bij groepen in de samenleving.

Directoraat Generaal
Volksgezondheid
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

Datum
13 augustus 2020

3. Follow up

Op basis van de bevindingen uit de drie sessies zien we verschillende stappen voor de organisatie van het vervolgtraject:

a) *Strategische sessie met NPA partners van de overgewichtstafel*

Er wordt een strategische sessie georganiseerd met de NPA partners van de overgewichtstafel en voorzitter (10)(2e). De bevindingen uit de drie sessies over corona en een gezonde leefstijl worden meegenomen als input voor dit gesprek.

b) *Contourennota / wetsvoorstel preventie*

De input uit de sessies wordt of is reeds meegenomen in de inhoud van de contourennota. Veel aspecten zoals besproken komen daar al in terug:

- Covid-19 benadrukt het belang van een gezonde leefstijl en inzetten op gezondheid.
- De belangrijke rol van de GGD'en en de zorgverzekeraars i.s.m. de gemeenten;
- Minder vrijblijvendheid en een stevige positionering van preventie, bijv. door in de wet publieke gezondheid aan te geven op welke terreinen gemeenten aan preventie moeten doen.
- Op regioniveau slagkracht winnen en lokaal accenten zetten. GGD-en kunnen cruciale rol hierin spelen.
- Meer financiële middelen nodig om in te kunnen zetten op preventie.

De deelnemers uit de sessies benadrukken nogmaals het belang van bovenstaande punten. In het najaar vindt een consultatie plaats van de concept-contourennota.

In de contourennota staat ook vermeld dat we een wetsvoorstel preventie in voorbereiding hebben, waarin de taken van gemeenten en zorgverzekeraars (en zorgkantoren) t.a.v. preventie en de regionale preventie infrastructuur in de wet worden verankerd.

c) *Gezondheidscampagne*

Samen met retailers en leveranciers verkent de Noaber Foundation de mogelijkheid om in Nederland een maand over gezond eten te organiseren. Naast retailers, zijn ook artsen (o.a. Arts&Leefstijl) en wetenschappers betrokken. Deze actie kan een mooi signaal zijn om met veel partijen aandacht te vragen voor gezond eten en weerstand. Hierbij worden onder meer de mogelijkheden van

nudging verkend, bijvoorbeeld door het stimuleren van gezonde keuzes door een andere indeling in de supermarkt. VGP is in gesprek met de Noaber Foundation en hoort eind augustus de stand van zaken. Op basis hiervan wordt u geïnformeerd en geadviseerd over de samenwerking van VWS met dit initiatief.

Directoraat Generaal
Volksgezondheid
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

d) Loket Gezond Leven RIVM & opschaling kansrijke initiatieven

Datum
13 augustus 2020

Samen met het RIVM en AiG gaan we bekijken hoe we het Loket Gezond Leven meer bekendheid kunnen geven, hoe we kansrijke initiatieven/interventies voor preventie en gezondheidsbevordering meer onder de aandacht kunnen brengen en hoe we gemeenten kunnen stimuleren hier meer gebruik van te maken. Dit is overigens ook een actie dat in het kader van preventie in de contourennota op de agenda staat. Dit vraagstuk nemen we ook mee in het gesprek met de wethouders tijdens de 2^e deelsessie. Hierbij maken we gebruik van de *learnings* en tips uit de 2^e sessie en het overzicht met kansrijke lokale initiatieven.

e) Leefstijlinterventies voor lage SES-groepen

Samen met het RIVM en Pharos bekijken we welke interventies al geschikt zijn voor de lage SES groepen of op welke wijze kansrijke interventies geschikt kunnen worden gemaakt.

(10)(1c)

(10)(1c)

(10)(1c)

Daarbij vinden we het belangrijk om niet alleen gebruik te maken van de kennis van experts, maar ook van de doelgroep zelf. We gaan hiervoor op zoek naar ervaringsverhalen van bijv. jongeren, (jong-)volwassenen en/of ouderen die bijv. een gedragsverandering volhouden. Wat hadden zij daarvoor nodig en wat was/is de invloed van de omgeving hierop?

f) Routekaart Bewegen plus interdepartementale werkgroep

Kansrijke initiatieven/ideeën worden samengebracht in een routekaart om bewegen het nieuwe normaal te laten worden (en bewegen o.a. te laten aansluiten bij het overgewicht-thema van het NPA). Voorafgaand aan de routekaart formuleert de overheid een visie op bewegen. Om te komen tot een visie en routekaart 'bewegen' neemt de minister MZS het initiatief voor het vormen van een interdepartementale werkgroep. In deze werkgroep zijn de verschillende departementen, de sportsector en de wetenschap vertegenwoordigd. De directie Sport is kartrekker en de directies PG en VGP participeren. Andere sectoren en deskundigen worden bij de verdere uitwerking betrokken. De werkgroep werkt toe aan een beleidsadvies richting het nieuwe kabinet. Deze bestaat in ieder geval uit een visie en (de opzet van) een routekaart inclusief financiële paragraaf. N.a.v. de Kamermotie zullen kansrijke initiatieven worden doorgekeurd op potentiële effecten op de beweegrichtlijnen.

g) Rol huisarts / leefstijlgeneskunde

- *Programma preventie in het Zorgstelsel, actielijn 'Meer preventie en leefstijl als (onderdeel van de) behandeling'.*

Deze actielijn heeft als doelstelling om meer kennis te vergaren over leefstijlgeneskunde, wat betreft (kosten)effectiviteit en implementatie. Hiertoe loopt een onderzoeksprogramma leefstijlgeneskunde bij ZonMw. Ook wordt beoogd dat zorgverleners leefstijlgeneskunde in de praktijk toepassen, door o.a. het stimuleren van preventie en leefstijl in opleidingen en richtlijnen. Zie ook eerder toegestuurd overzicht van de acties bij dit onderdeel. In feb. 2020 vindt de werkconferentie preventie in het zorgstelsel plaats (waarbij samenwerking gemeenten en verzekeraars t.a.v. preventie centraal staat).

**Directoraat Generaal
Volksgezondheid**
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

Datum
13 augustus 2020

- o Wat betreft preventie en leefstijl in zorgopleidingen is het belangrijk om het volgende in gedachten te houden: De inhoud van medische (vervolg)opleidingen is een gezamenlijke verantwoordelijkheid van de beroepsgroep, de opleiders en de werkgevers. Deze partijen hebben de benodigde kennis (medisch, technisch, didactisch, etc.) om goed zicht te houden op wat er nodig is aan kennis en vaardigheden om tegemoet te komen aan de zorgvraag van nu en die van de toekomst. De rol van VWS bij de inhoud van de opleidingen is dus zeer beperkt.
- o Belang van gezonde leefstijl en aandacht voor preventie wordt steeds meer onderkend door de beroepsgroep. (10)(1c)
(10)(1c) Dit raamplan geeft richting aan het medisch onderwijs en biedt ruimte voor opleidingsinstellingen om hun medisch onderwijs vorm te geven. Ten opzichte van het vorige raamplan uit 2009 vraagt dit nieuwe raamplan meer aandacht voor de rol van de arts in het bevorderen en beschermen van gezondheid en het optimaliseren van de functionaliteit en kwaliteit van leven ondanks ziekte of beperkingen, naast de taak in het diagnosticeren en behandelen van ziekte. Hiermee wordt beoogd dat de arts van de toekomst vanuit een breed perspectief patiënten zal behandelen.

- In de *hoofddlijnakkoorden* (medische specialistische zorg, wijkverpleging, geestelijke gezondheidszorg, huisartsenzorg en paramedische zorg) is benadrukt dat preventie onderdeel is van de zorg en dat er zowel in de opleiding als in de uitvoeringspraktijk van alle professionals in de zorg en ondersteuning meer aandacht moet zijn voor preventie, leefstijl en vroegsignalering.
- Er zijn reeds diverse mogelijkheden voor huisartsen om meer tijd voor preventieve zorg te creëren. Zo zijn er voor de huisarts mogelijkheden om zich te laten ondersteunen door een praktijk ondersteuner huisarts (POH) of door taken te laten overnemen door bijvoorbeeld een verpleegkundig specialist of een physician assistent. Hierover maakt de huisarts afspraken met de zorgverzekeraar.
- VWS benadrukt bij de Landelijke Huisartsen Vereniging en de NHG hun mogelijke rol om leefstijl vanuit de huisartsenpraktijk meer aandacht te geven. Zo is onlangs met beide belangenverenigingen gesproken over hun bijdrage aan de implementatie van de GLI (tot nu toe is die erg mager).

h) Inzet serious gaming en digitale middelen

Gezondheidsapps en serious games kunnen een grote rol spelen bij het maken van gezonde keuzes en het stimuleren van een gezonde leefstijl. N.a.v. de initiatiefnota Veldman zijn er verschillende acties op dit thema uitgezet, waaronder de ontwikkeling van het toetsingskader voor de beoordeling van gezondheidsapps. Via een landelijke bibliotheek kunnen de positief beoordeelde apps vervolgens beschikbaar gesteld worden. Ook betrouwbare platforms zoals het RIVM, thuisarts.nl en de GGD appstore kunnen hier gebruik van maken en de apps op hun website plaatsen. Hiermee vergroten we de vindbaarheid van positief beoordeelde gezondheidsapps. Daarnaast blijven we de mogelijkheden verkennen voor de opschaling van kansrijke initiatieven op het gebied van eHealth en preventie.

Directoraat Generaal
Volksgezondheid
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

Datum
13 augustus 2020

i) Landelijke bijeenkomst gezondheidsbevordering, leefstijl en preventie

U sloot de sessies af met de wens om in het najaar een landelijke bijeenkomst te organiseren over gezondheidsbevordering, leefstijl en preventie. Ons voorstel is om een online verbindingsbijeenkomst te organiseren waarin we alles bij elkaar brengen op het gebied van gezondheidsbevordering, leefstijl en preventie. Het idee is om dit samen te voegen met de consultatie van de contourennota die in het najaar plaatsvindt. We wachten daarom nog even af wat er georganiseerd wordt vanuit de contourennota. In onderstaand schema geven we alvast wat suggesties mee voor de mogelijke invulling van een dergelijke bijeenkomst:

Voorstel landelijke online verbindingsbijeenkomst gezondheidsbevordering, leefstijl en preventie	
Doel	Gezamenlijke wrap up op het gebied van gezondheidsbevordering, leefstijl en preventie: waar staan we nu en wat willen we meegeven aan het volgende kabinet / laten landen in het volgende regeerakkoord?
Programma* *Het programma wordt verdeeld in 3 onderdelen	<p>1) <u>Waar staan we nu? (plenair)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentatie over de contourennota (focus op het thema preventie) • Presentatie over het NPA (o.a. VGR RIVM en lokale preventieakkoorden) • Presentatie over de oproep van Lifestyle4Health en de Vereniging Arts en Leefstijl • Presentatie over de GLI • Presentatie over "Bewegen het nieuwe normaal" • Presentatie over/het delen van de bevindingen uit de 3 sessies over Covid-19 i.r.t. een gezonde leefstijl <p>2) <u>Waar kunnen we nu al op in gaan zetten? (uiteen in kleinere groepen)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Gezamenlijke quick wins en lange termijn activiteiten in beeld brengen om de weerbaarheid te vergroten van alle Nederlanders, met extra aandacht voor de kwetsbare groepen. • De verbinding leggen met het NPA: wat doen we al en

	<p>wat kunnen we mogelijk extra doen om een gezonde leefstijl te bevorderen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • De verbinding leggen met de lokale preventie- en sportakkoorden: in beeld brengen wat gemeenten en partners al doen en mogelijk extra kunnen doen om een gezonde leefstijl te stimuleren. <p>3) <i>Wat geven we mee aan het volgende kabinet? (plenair)</i> Conclusies uit de bijeenkomst meegeven voor de contourennota: wat willen we meegeven aan het volgende kabinet/laten landen in het regeerakkoord?</p>
Deelnemers	We stellen voor om de deelnemers van de drie sessies uit te nodigen plus de uitnodiging breed uit te zetten onder de partners van het NPA plus gemeenten (vanuit de VNG).
Vorm	Online (gezien de coronamaatregelen), bijvoorbeeld in de vorm van een webinar. Voorzitter/gespreksleider plus iemand die het gesprek in de chat beheert.
Wanneer	November 2020

Directoraat Generaal
Volksgezondheid
Publieke Gezondheid
Openbare en
Jeugdgezondheidszorg

Datum
13 augustus 2020