



Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

*nie opn*

Minister LZS

5.1.2e

**Ontworpen door**

5.1.2e

T 06 - 5.1.2e

M 5.1.2e @minvws.nl

**Datum document**

20-03-2023

**Kenmerk**

3555507-1045365-S

**Bijlage(n)**

Concept plan van aanpak

## nota

(ter informatie)

Concept plan van aanpak Nederland Beweegt

Paraaf directeur

*ogv  
dig  
akb.*

### 1 Aanleiding voor deze nota

Op uw verzoek sturen we u hierbij alvast een conceptversie van ons strategisch plan van aanpak voor bewegen 'Nederland Beweegt'. U wilde dit plan gelezen hebben voorafgaand aan het commissiedebat van 5 april over het Sportbeleid.

In de Kamerbrief voorafgaand aan het debat die nog verzonden moet worden, geeft u aan dit plan voor het zomerreces naar de TK te willen zenden.

Op 11 april spreekt u de staatssecretaris over deze aanpak en jullie rol hierbij. Jullie zullen dan een nieuwe versie van dit plan ontvangen.

### 2 Samenvatting en conclusies

Het plan gaat in op:

- *Waarom moeten we meer gaan bewegen*: Dit gaat in op het belang van bewegen voor de mentale en fysieke gezondheid, onze ambitie, de beweegrichtlijnen en welke groepen achterblijven.
- *Actielijnen*: Hier worden de drie actielijnen toegelicht. Dat zijn:
  1. Meer aandacht en bewustwording voor het belang van bewegen.
  2. Meer maatschappelijk initiatief voor bewegen.
  3. Meer inzet op lokale aanpak van bewegen bij gemeenten.
- *Organisatie en financiën*: Dit hoofdstuk gaat in op het beleidsteam bij VWS, de Beweegalliantie en op de besteding van de middelen.
- *Monitoring en evaluatie*: Ten slotte wordt ingegaan op hoe het programma en de effecten daarvan gevolgd wordt.



### **3 Belangrijkste punten van informatie**

Recente cijfers van het CBS en het RIVM laten zien dat na vijf jaren van lichte maar stabiele groei het aandeel Nederlanders dat voldeed aan de beweegrichtlijnen voor het tweede jaar op rij daalde. In 2020 voldeed 53% van de bevolking (18 jaar en ouder) aan de beweegrichtlijnen, dit werd 47% in 2021, naar 44% in 2022.

Deze cijfers vragen om een stevige inzet op bewegen zoals nu gebeurt binnen o.a. het GALA en het Sportakkoord II. Dit plan van aanpak gaat in op hoe we samen met de Bewegalliantie, andere departementen, lokale overheden en maatschappelijke partijen hier verder op inzetten.

5.1.2e

Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

## Nederland Beweegt

Versie

Datum 15 maart 2023

Status Concept

Colofon

Directoraat Generaal Volksgezondheid  
Directie Sport  
Bezoekadres:  
Parnassusplein 5 2511 VX Den Haag

Contactpersonen

5.1.2e

Versie

17 maart 2023

Auteur

Team bewegen directie Sport

Bijlage(n)

Datum vaststelling

Vastgesteld door

Aantal pagina's

Voorwoord

PM

## **Inhoudsopgave**

1. Inleiding
2. Waarom wij in Nederland meer moeten gaan bewegen
3. Actielijnen 2022-2025
4. Organisatie en financiën
5. Monitoring en Evaluatie

## 1. Inleiding

Nederland Beweegt is het programma van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport om Nederlanders in beweging te krijgen. Voldoende bewegen is belangrijk omdat het o.a. invloed heeft op het gewicht, het verbeteren van de motoriek, de ontwikkeling van de hersenen, het versterken van mentaal welbevinden, het versterken van het lichaam en het tegengaan van chronische ziektes. Daarom is bewegen een essentieel onderdeel van een gezonde leefstijl. De COVID-19-pandemie heeft eens te meer benadrukt hoe belangrijk voldoende bewegen, als onderdeel van een gezonde leefstijl, is voor zowel ons fysieke als ons mentale welzijn. Onder andere omdat samen bewegen een belangrijke sociaal-maatschappelijke functie heeft en voor grote groepen mensen bijdraagt aan binding en cohesie in onze samenleving. Daarom is het van groot belang dat we ons inzetten om mensen in beweging te krijgen.

Tegelijkertijd is het in beweging krijgen van mensen een complexe opgave. De redenen waarom mensen niet, of te weinig bewegen, lopen zeer uiteen. Er is dan ook geen pasklare oplossing voor iedereen. Inspanningen vanuit de overheid om mensen meer in beweging te krijgen hebben zich in het verleden vooral gericht op gedragsverandering van het individu en dat is niet altijd effectief gebleken. Daarom is Nederland Beweegt een domein overstijgend, breed gedragen programma waarmee de collectieve sociale norm omtrent bewegen wordt opgeschoven om meer Nederlanders structureel en met plezier in beweging te brengen.

Onze gezamenlijke ambitie is dat 75% van de Nederlanders in 2040 aan de beweegerichtlijnen voldoet. Hierbij is het doel dat bewegen een vanzelfsprekend onderdeel wordt van het dagelijks leven. Deze ambitie vloeit voort uit het Coalitieakkoord waarin is aangegeven dat de doelen van het Nationaal Preventieakkoord (NPA) doorgezet worden, met als doel een gezonde generatie in 2040 met een focus op de jeugd door sport, voeding en bewegen. Het preventieakkoord is daartoe verbreed met het thema bewegen. Het kabinet investeert tot 2025 jaarlijks €10 miljoen in Nederland Beweegt. Daarmee krijgt de complexe opgave om meer Nederlanders in beweging te krijgen voor de komende tijd een fundament en focus en leggen wij een sterke basis om in 2040 onze doelstellingen te behalen.

## 2. Waarom moeten wij in Nederland meer gaan bewegen?

Bewegen draagt bij aan een langer en gezonder leven. Naast fysieke effecten heeft bewegen ook een positief effect op onze mentale gezondheid. Zo zorgt bewegen onder andere voor een verbeterde stressregulatie, verbeterde concentratie en het verminderen of zelfs voorkomen van angstige- en depressieve gevoelens. Daarnaast heeft bewegen bij jongeren ook effect op de ontwikkeling van de hersenen en de motoriek. Hiermee vormt bewegen een onmisbaar onderdeel van een gezonde leefstijl.

Ondanks het belang van bewegen en het toenemende bewustzijn van een gezonde leefstijl, bewegen veel Nederlanders te weinig. Op dit moment voldoet nog niet de helft van de Nederlanders aan de beweegrichtlijnen. Tegelijkertijd wordt uit onderzoeken steeds duidelijker wat de negatieve effecten zijn van te weinig bewegen op de gezondheid. Tijdens de COVID-19-pandemie is het aandeel mensen dat voldoende beweegt zelfs licht afgenomen. Deze afname in beweeggedrag raakt daarbij ook nog eens extra de mensen met een kwetsbare positie of/en slechte gezondheid.

### Breng beweging in de dag!

Om onze ambitie dat in 2040 75% van de Nederlanders voldoende beweegt dichterbij te brengen is het van belang dat onze acties, interventies en keuzes verschil maken in de directe leefomgeving van Nederlanders. Op deze manier willen we stimuleren dat bewegen een vanzelfsprekend en makkelijk onderdeel is van het dagelijks leven van Nederlanders. Hiervoor moet de samenleving duurzaam veranderen. Met het stimuleren van bewegen in het dagelijks leven, richten wij ons op het:

- integreren van bewegen in dagelijkse structuren (denk aan actieve mobiliteit of bewegen tijdens de werkdag);
- aanpassen van de fysieke inrichting om bewegen eenvoudig en aantrekkelijk te maken (denk aan veilige en toegankelijke wandel- en fietspaden en groen om te bewegen);
- stimuleren van het aantal beweegmomenten (denk aan sportief bewegen bij een lokale wandelgroep en buitenspelen).

### Bewegen is goed, meer bewegen is beter

De Gezondheidsraad heeft in 2017 op basis van wetenschappelijk onderzoek de beweegrichtlijnen opgesteld<sup>1</sup>. De beweegrichtlijnen geven een indicatie van hoeveel en

---

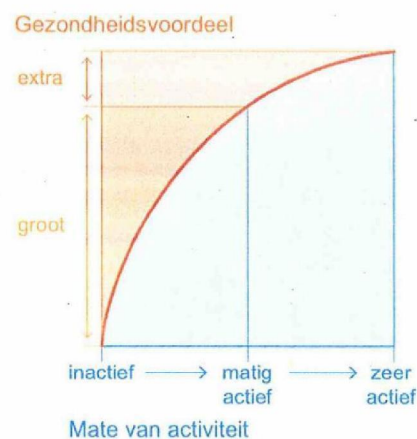
<sup>1</sup> Gezondheidsraad. (2017). Beweegrichtlijnen 2017. Gezondheidsraad.

welk type lichaamsbeweging nodig is voor een goede gezondheid van jong tot oud, zie de adviezen in figuur 1.



Figuur 1: De beweegrichtlijnen (Kenniscentrum Sport & Bewegen)

De Gezondheidsraad benadrukt dat de hoeveelheid bewegen en de effecten ervan op de gezondheid een continuüm is. Elke vorm en hoeveelheid van bewegen heeft een effect op de gezondheid. Zo werken de positieve effecten van bewegen volgens een stijgende lijn. Meer beweging is dus beter voor de gezondheid. De Gezondheidsraad concludeert dat de gezondheidswinst het grootst is voor mensen die van inactief naar een beetje bewegen gaan (zie figuur 2). Hierbij geldt dat elke beweging bijdraagt aan de gezondheid. Deze conclusie wordt internationaal ook ondersteund door de richtlijnen van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO): 'Every move counts!'<sup>2</sup>



Figuur 2: Gezondheidswinst van bewegen

#### Focus Nederland Beweegt

In 2022 voldeed slechts 44% van de Nederlanders van 4 jaar en ouder aan de Beweegrichtlijnen. Over de afgelopen 20 jaar is nog wel een licht stijgende trend te zien in hoeveel Nederlanders voldoen aan de Beweegrichtlijnen. Naast het feit dat ruim de helft van de Nederlanders niet voldoende beweegt, brengen Nederlanders van 4 jaar en ouder dagelijks gemiddeld 9 uur zittend door<sup>3</sup>.

Tussen groepen in de samenleving zijn grote verschillen te zien in beweeggedrag. Bezien vanuit eerdergenoemde gezondheidseffecten zien we de volgende risicogroepen:

<sup>2</sup> World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance. Geneva: WHO.

<sup>3</sup> CBS (Centraal Bureau voor de Statistiek) – Gezondheidsenquête (2001-2013), Gezondheidsenquête / leefstijlmonitor CBS i.s.m. het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu) (2014-202).

Doelgroep	Aantallen in 2022
Jongeren 12 t/m 18 jaar	Slechts 33% van de jongeren voldeed aan de beweegrichtlijnen. Dit is opvallend gezien dat kinderen tussen de 4 en 12 jaar het meest voldeden aan de beweegrichtlijnen (57%). Daar komt bij dat de jongeren veel zitten gedurende de dag, gemiddeld bijna 10 uur. Jongeren op het VMBO/praktijkonderwijs en meisjes bewegen het minst in de doelgroep 12 t/m 18 jaar.
Nederlanders met een laag opleiding- en/of inkomensniveau	Het percentage Nederlanders van 25 jaar en ouder dat voldoende beweegt, neemt toe met het opleidingsniveau en inkomensniveau. Zo was het percentage hoogopgeleiden wat voldeed aan de beweegrichtlijnen in 2022 bijna anderhalf keer zo groot als het percentage laagopgeleiden Nederlanders dat voldeed aan de beweegrichtlijnen (49% versus 35%).
Nederlanders met een chronische aandoening	Nederlanders met een langdurige aandoening bewegen minder dan Nederlanders zonder aandoening. Zo voldeed 37% van de Nederlanders boven de 12 jaar met een langdurige aandoening aan de beweegrichtlijnen. Dit percentage verschilt naar type aandoening. Zo voldeed slechts 24% van de mensen met een hartaandoening, 28% van de mensen met diabetes tot 42% met een darmstoornis.
Ouderen	PM

Nederland Beweegt richt zich op gezondheidswinst door middel van bewegen. Om een stevig fundament te leggen om gezondheid te verbeteren richten we ons met Nederland Beweegt vooral op bovengenoemde doelgroepen. Daarnaast richten we ons op de jongste jeugd (0 – 4 jarigen). Immers, gezonde beweeggewoonten die zij aanleren zullen doorwerken in hun latere leven.

Een deel van de mensen uit de doelgroepen die nu niet of weinig bewegen, zullen ook met extra aandacht niet (snel) gaan voldoen aan de beweegrichtlijnen. Niettemin geldt dat juist voor deze groepen de stap naar meer bewegen de meeste gezondheidswinst oplevert, en

dat is precies wat we willen bereiken met het stimuleren van bewegen. Gelijktijdig kan het ook bijdragen aan het verkleinen van de gezondheidsverschillen.

De ambitie dat 75% van de Nederlanders aan de beweegrichtlijnen voldoet in 2040 blijft overeind. Het programma Nederland Beweegt werkt daarom ook voor alle Nederlanders met bijvoorbeeld een publiekscampagne en het beweegvriendelijk inrichten van de leefomgeving waardoor dagelijks bewegen voor alle Nederlanders vanzelfsprekender wordt (zie ook hoofdstuk 3).

#### Waarom is een aanpak nodig?

Onderzoek van het RIVM<sup>4</sup> laat zien dat, bij gelijkblijvend beleid, Nederlanders in de toekomst net zo actief zijn als nu. En dat is te weinig. Dit impliceert dat het cruciaal is om stevig in te zetten op bewegen om de ambitie van 75% te behalen en de gezondheid van Nederlanders te verbeteren door voldoende te bewegen.

Een betrokken, faciliterende en sturende overheid die regie neemt is hierin van groot belang voor succes. Deze opvatting wordt gedeeld door de partners van de Bewegalliantie en het manifest 'Bewegen het nieuwe normaal'<sup>5</sup>. Daarom zetten we ons binnen het brede preventiebeleid in voor voldoende bewegen in het dagelijks leven om zo de fysieke en mentale gezondheid positief te beïnvloeden.

#### Maar de aanpak moet anders

Tot nu toe heeft in het overheidsbeleid de nadruk gelegen op gedragsverandering van het individu met het idee dat beweeggedrag rationeel tot stand komt. Echter een groot deel van dit gedrag is juist onbewust en is afhankelijk van de omgeving of van sociale normen. Alleen met de nadruk op individueel gedrag gaan we onze ambitie dus niet verwezenlijken. De samenleving moet duurzaam veranderen om bewegen in het dagelijks leven te stimuleren.

Daarom werken we toe naar een beweging die de komende jaren moet uitgroeien tot een meer integrale aanpak van bewegen. Hierbij leunen we op investeringen die uit onderzoek gebleken effect hebben op het stimuleren van beweeggedrag o.a. vanuit de ISPAH (International Society for Physical Activity and Health)<sup>6</sup>. Zoals het stimuleren van bewegen in de school-, werk, leef- en zorgomgeving en het bevorderen van actieve mobiliteit en bewegen in de vrije tijd. Dit vraagt om een brede aanpak.

Deze brede aanpak vraagt ook om oog voor verschillen. Zoals eerder genoemd is de gestelde beweegrichtlijn voor sommige doelgroepen niet even realistisch als voor anderen.

<sup>4</sup> Van Giessen et al. 2022. Bilthoven, Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), 2022. DOI 10.21945/RIVM-2021-0201.

<sup>5</sup> Ingezonden brief "Bewegen, het nieuwe normaal", dhr. Alberda c.s. aan de Minister van VWS, 22 mei 2020.

<sup>6</sup> International Society for Physical Activity and Health (2021), ISPAH's Eight Investments That Work for Physical Activity: infographic, animation and call to action. *British Journal of Sports Medicine*, 55(13), 759-760.

Voor deze doelgroepen geldt dan ook een aanpak waarin de nadruk simpelweg ligt op meer bewegen, want juist voor deze doelgroepen telt elke stap!

Dit kunnen we als Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport niet alleen. We zetten in op samenwerking met andere departementen, lokale overheden en maatschappelijke partijen om bewegen duurzaam in de samenleving te verankeren.

① bewustwording

↳ er zijn studies bij bewegingswetenschappers  
aan de VU die de link leggen met  
tengedragen ontstekingsreactie en  
bewegen. m.n. aan het apparaat  
and 2.

### 3. Actielijnen 2022-2025

5.1.2e

Het doel van Nederland Beweegt is dat meer mensen (meer) gaan bewegen en dat er op deze wijze ook meer mensen aan de beweegrichtlijnen gaan voldoen. Daarbij richten we ons (zoals in hoofdstuk 2 beschreven) op groepen die in beweeggedrag achterblijven en waar de gezondheidswinst het grootst is. We houden oog voor een generieke aanpak, zoals bijvoorbeeld door het beweegvriendelijk inrichten van de leefomgeving, waardoor alle Nederlanders dagelijks kunnen bewegen.

Om dit voor elkaar te krijgen is een brede aanpak nodig. Met Nederland Beweegt kiezen wij een domein overstijgende aanpak die wordt uitgerold over drie actielijnen waarmee wij een collectieve gedragsverandering naar meer bewegen teweeg willen brengen. Deze collectieve gedragsverandering realiseren wij niet zo maar. Het is een complexe opgave en een proces van lange adem. De komende drie jaar leggen wij hier met "Nederland Beweegt" de basis voor.

#### Drie actielijnen

We werken de komende tijd aan de volgende drie actielijnen:

1. Meer aandacht en bewustwording voor het belang van bewegen
2. Meer maatschappelijk initiatief voor bewegen
3. Meer inzet op lokale aanpak van bewegen bij gemeenten

Deze actielijnen staan niet op zich, maar grijpen op elkaar in en versterken elkaar.

#### **Actielijn 1: Meer aandacht en bewustwording voor het belang van bewegen**

Hoewel bewegen al enige tijd onderdeel vormt van het preventiebeleid, is er lange tijd niet veel aandacht geweest voor de positieve gezondheidseffecten van bewegen in het dagelijks leven. De discussie hierover is enkele jaren geleden aangezwengeld door een aantal voorvechters vanuit het sport- en gezondheidsdomein en mede door Covid-19 is het belang van bewegen voor de gezondheid weer meer in het daglicht komen staan.

Nog altijd zijn te weinig Nederlanders zich bewust van de positieve effecten van bewegen op de gezondheid. Hiervoor is meer kennis en bewustwording nodig. Maar bewustwording alleen is niet voldoende, want individuele gedragsverandering naar meer bewegen is lastig. Helemaal als de omgeving en de inrichting van het dagelijks leven ons niet daartoe stimuleren.

Het gaat hierbij niet zozeer om sporten als een manier om meer mensen in beweging te krijgen en meer aan de beweegrichtlijnen te laten voldoen. Sport is voor een substantiële groep Nederlanders een middel om aan hun gezondheid te werken, maar het is niet voor alle Nederlanders een panacee om gezonder te leven. Voor de groep die niet gelijk tot sporten wordt uitgenodigd, is het juist cruciaal om meer bewegen te verweven in hun

dagelijkse leven. Door bijvoorbeeld op de fiets of lopend naar school of werk te gaan, tijdens school- of werktijd meer te bewegen en het zitten te onderbreken of lopend of fietsend de boodschappen te doen. Elke beweging telt en draagt bij aan de gezondheid.

Met Nederland Beweegt maken wij bewegen een vanzelfsprekend onderdeel van de dag. Enerzijds kunnen we hiertoe vanuit beleid een bijdrage leveren door de keuze voor bewegen aantrekkelijker of meer uitnodigend te maken, bijvoorbeeld door de leefomgeving dusdanig in te richten dat deze uitnodigt tot bewegen. Anderzijds door bewegen voortdurend te agenderen bij relevante partijen en professionals om de bewustwording en aandacht van de gezondheidseffecten van bewegen te vergroten.

*Wat gaan we hiervoor doen?*

#### 1.1 Agendering bij breder publiek en specifieke doelgroepen

##### *a. Publiekscampagne*

In 2022 heeft de leefstijlcampagne "Fit op jouw manier" gedraaid. Het doel van de campagne was om mensen op een laagdrempelige manier concreet handelingsperspectief te bieden en ze op positieve manier te motiveren en inspireren om kleine stapjes hun gedrag te veranderen. De primaire focus was gericht op volwassenen met overgewicht. Evaluatie van deze campagne laat zien dat deze significant effectief was op het vergroten van het bewustzijn van een gezonde leefstijl en de intentie om gedrag te veranderen m.b.t. van de gegeven tips.

In 2023 geven we een vervolg aan deze campagne waarbij we de ervaringen en lessen uit de vorige campagne meenemen om deze nog gericht in te zetten. Uiteindelijk willen we in 2024 toewerken naar een brede leefstijlcampagne waar bewegen een onderdeel van is. Daarbij is onze inzet om de campagne te richten op kwetsbare mensen waar de grootste gezondheidswinst te boeken is (dus de doelgroepen van Nederland Beweegt).

##### *b. Beweegcongres*

We werken toe naar een eerste Beweegcongres in het najaar van 2023. Het congres geeft maatschappelijke organisaties (die deelnemen aan de Beweegalliantie, zie onder actielijn 2) maar ook bijvoorbeeld departementen en gemeenten een podium om te laten zien waar ze mee bezig zijn om bewegen te stimuleren. Het doel van het congres is om meer aandacht, besef en urgentie te genereren voor bewegen, goede voorbeelden over het voetlicht te brengen en om initiatieven en kennis te delen en verspreiden. Na het eerste congres bezien we de mogelijkheden tot een jaarlijks beweegcongres om zo jaarlijks terugkerende aandacht voor bewegen te bewerkstelligen.

##### *c. Agendering bij relevante organisaties*

5.1.2e

Order

Om bewegen in het dagelijks leven onder de aandacht te brengen richten we ons niet alleen via een publiekscampagne tot de burger zelf, maar we brengen het belang van bewegen ook over het voetlicht bij een scala aan partijen die vanuit hun eigen rol een bijdrage leveren om meer bewegen in het leven van elke dag te krijgen. Het gaat dan om in elk geval partijen in het onderwijs, de zorg, het werk maar ook in de wijk of leefomgeving. Ook breder willen we aanpalende partijen als natuurorganisaties en projectontwikkelaars aanjagen om bewegen mee te nemen in hun maatschappelijke inzet.

*PM Kader – IVN*

*Met voorbeeld van een organisatie met een specifieke doelgroep en wat zij concreet doen.*

#### *d. Bewegen in beleid*

Bewegen heeft niet alleen positieve effecten op de gezondheid, maar ook op andere terreinen zoals arbeidsproductiviteit en duurzaamheid. Het integreren van bewegen in het dagelijks leven van mensen raakt daarmee een breed palet aan beleidsdomeinen. Deze beleidsterreinen liggen grotendeels buiten de directe invloedssfeer van het Ministerie van VWS. We zullen daarom bewegen breed op de kaart moeten zetten door letterlijk bewegen in beleid te krijgen.

We zoeken dan ook actief naar mogelijkheden om binnen VWS en met andere departementen en partijen samen te werken. Met dit proces zijn we al gestart. In zowel VWS-beleid (het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA), het Integraal Zorgakkoord, Sportakkoord II en het WOZO-akkoord) als in interdepartementale beleidsontwikkelingen (bijvoorbeeld samenwerking met IenW op het gebied van fiets- en loopstimulering) heeft bewegen een plek gekregen<sup>7</sup>.

Het agenderen van bewegen en actief naar mogelijkheden zoeken om bewegen in beleid en beleidskeuzes van anderen in te bedden, vergt de komende jaren continue aandacht en inzet. Uiteindelijk moet onze inzet ertoe leiden dat waar relevant in beleidsvorming het belang van bewegen op het netvlies staat en bewegen meegenomen wordt in de beleidsafwegingen op relevante beleidsterreinen. Denk hierbij bij voorbeeld aan de rol die bewegen kan spelen in bestaande programma's, zoals Een tegen Eenzaamheid, Aanpak Mentale gezondheid van ons allemaal, de aanpak valpreventie, Aanpak Geldzorgen en Armoede en Schulden.

*PM Kader – Sportakkoord*

*Concreet voorbeeld*

## 2.1 Beschikbaarheid en bekendheid van kennis en onderzoek over bewegen

<sup>7</sup> [PM Verwijzingen naar kamerstukken over deze plannen](#)

Er is voldoende onderzoek dat aantoont dat bewegen in den brede positieve gezondheidseffecten heeft. RIVM en Kenniscentrum Sport & Bewegen hebben daar veel cijfers en kennis over beschikbaar. Echter zijn deze positieve gezondheidseffecten bij Nederlanders nog onvoldoende bekend. Door middel van het uitzetten van (kortlopende) onderzoeken, zoals het Trimbos Instituut (PM verwijzing) eerder deed over de schadelijke effecten van alcoholgebruik, gaan wij de bewustwording van deze gezondheidseffecten vergroten.

Meer bewegen in het dagelijks leven is, zoals eerder aangegeven, bij uitstek een gedragsveranderingsvraagstuk. Daarom is het niet alleen van belang om meer kennis te ontwikkelen en te verspreiden over de effecten van bewegen, maar ook over hoe we beweeggedrag kunnen stimuleren bij verschillende doelgroepen. Hiervoor is meer kennis nodig over de competenties, drijfveren en weerstanden om (niet) te bewegen. Ook de rol van de leefomgeving speelt hierbij een belangrijke rol. Het innovatieprogramma 'Active living' is een voorbeeld van een programma dat wij ondersteunen om meer kennis te krijgen over hoe we de leefomgeving kunnen inrichten zodat deze bijdraagt aan het stimuleren van bewegen<sup>8</sup>.

Ook de kennis over het monitoren van beweeggedrag kunnen we verder verdiepen, bijvoorbeeld door de pilots van het RIVM gericht op het meten van beweeggedrag met accelerators. Op basis van bevindingen in deze pilots kan beweeggedrag in de toekomst beter gemeten worden.

Daarnaast is er nog veel onbekendheid over de effecten van zitgedrag. Op dit moment luidt het advies van de Gezondheidsraad 'voorkom veel zitten'. Uit onderzoek weten we dat de schadelijke gezondheidseffecten van veel zitten samenhangen met hoeveel iemand beweegt. Zowel over de effecten van zitgedrag als gedragsinzichten hoe zitgedrag doorbroken kan worden is echter nog veel onbekend. Nederland beweegt zet in op het ontwikkelen van kennis over zitgedrag en hoe Nederlanders gestimuleerd kunnen worden om minder te zitten.

### **Actielijn 2: Meer maatschappelijk initiatief voor bewegen**

Vanuit het Nationaal Preventieakkoord hebben de afgelopen jaren een aantal partijen een extra inzet gedaan om bewegen in het dagelijks leven te stimuleren (PM voorbeeld aanvullen). Naast deze partijen zijn er ook heel veel andere organisaties en professionals die vanuit hun overtuiging, expertise en kennis een bijdrage leveren aan het in beweging brengen van Nederlanders. Soms weten partijen elkaar hierbij te vinden, echter proberen regelmatig partijen zelf het wiel uit te vinden, terwijl elders kennis en ervaring aanwezig is.

Wij willen dan ook (maatschappelijke) organisaties en partijen met elkaar in verbinding brengen, zodat ze van elkaar leren en ervaringen kunnen uitwisselen, met elkaar

<sup>8</sup> PM verwijzing

samenwerken, elkaar kunnen stimuleren en inspireren om meer Nederlanders te laten bewegen. Het doel hiervan is dat er geen nodeloze energie wordt gestoken in het ontwikkelen van nieuwe interventies maar juist de tools en kennis die voorradig zijn als vertrekpunt worden gebruikt.

*Wat gaan we hiervoor doen?*

### 2.1 Activatie van partijen via de Beweegalliantie

De Beweegalliantie is in juni 2022 van start gegaan en bestaat inmiddels uit meer dan 100 organisaties, veelal met een landelijk bereik. Het gaat om organisaties, instellingen en bedrijven die vanuit hun missie of hoofdactiviteiten een bijdrage willen leveren aan het stimuleren van bewegen. Denk aan maatschappelijke organisaties, zoals Special Heroes, OuderenFonds, de 5.1.2e Foundation, IVN en Vitaal Bedrijf. Daarnaast sluiten RIVM en Kenniscentrum Sport & Bewegen aan. Elke partij kan een eigen bijdrage leveren om meer mensen in beweging te krijgen en gezamenlijk bij te dragen aan het veranderen van de Nederlandse beweegcultuur.

De Beweegalliantie richt zich bij het stimuleren van bewegen op de settings zorg, onderwijs, leefomgeving en werk. De rol van de alliantie is het verbinden van diverse partijen op verschillende niveaus van de samenleving.

De activiteiten van (de partijen in) de alliantie zijn dan ook gericht op het verbinden van organisaties, het ophalen van obstakels en het starten van mogelijke samenwerkingsverbanden. Door obstakels weg te nemen draagt de alliantie eraan bij mensen duurzaam in beweging te krijgen en beoogt ze bestaande of nieuwe (lokale) initiatieven voor bewegen door de dag heen en gericht op het in beweging krijgen van nieuwe doelgroepen, aan te jagen, op te schalen of door te ontwikkelen.

Als een van de alliantiepartners in de Beweegalliantie biedt het ministerie van VWS waar nodig financiële ondersteuning voor het wegwerken van obstakels en denken we mee in de verdere en langere termijn vormgeving van de alliantie.

### 2.2 Versterken van maatschappelijke initiatieven met het Groeiprogramma (ZonMw)

Het ministerie van VWS en de Beweegalliantie lanceren in 2023 een Groeiprogramma waarmee we professionals op het gebied van bewegen en initiatieven in welzijn, zorg en het sociale domein in staat stellen om op een laagdrempelige manier gebruik te maken van elders opgedane ervaring en hun kennis door te ontwikkelen. We richten ons daarbij vooral op organisaties binnen de Beweegalliantie die zich richten op jeugd en mensen met gezondheidsachterstanden. Het ministerie van VWS heeft ZonMw de opdracht gegeven om subsidieoproepen te ontwikkelen om deze brede groep van ook lokale organisaties te bereiken.

Organisaties kunnen dan een expert inhuren van een kenniscentrum of van één van de goede voorbeelden die in beeld zijn gebracht, om hiermee hun eigen initiatief verder te

brenge of op te schalen. Ons doel is om hiermee de toepassing en opschaling van beweeginitiatieven te bevorderen en te versterken.

### **Actielijn 3: Meer inzet op lokale aanpak van bewegen bij gemeenten**

Om verschil te kunnen maken in het beweeggedrag van Nederlanders is het essentieel dat onze inspanningen en acties lokaal neerslaan. Het activeren van mensen moet op lokaal niveau gebeuren in de wijken en buurten waar mensen wonen, werken en naar school gaan. Of via ondersteuning van professionals, zoals zorgprofessionals die mensen regelmatig zien.

Gemeenten hebben een brede verantwoordelijkheid bij het bevorderen van de gezondheid van burgers en juist zij zijn in staat om de bredere samenhang tussen verschillende domeinen, zoals bewegen en het sociaal domein, op lokaal niveau te bewerkstelligen. Veel gemeenten hebben hiertoe de afgelopen jaren ook een lokaal preventieakkoord (al dan niet gecombineerd met een lokaal sportakkoord) opgesteld en zijn aan de slag gegaan met lokale coalities om in den brede preventie en gezondheid aan te pakken.

Recent hebben we hier een nieuwe impuls aan gegeven door het afsluiten van Gezond en Actief Leven Akkoord, het Sportakkoord II en het daarbij behorende financiële kader, de SPUK<sup>9</sup>. Hiermee leggen we voor de komende jaren een stevige basis om op lokaal niveau preventie integraal te benaderen en lokale coalities neer te zetten om zo de gezondheidsachterstanden te verkleinen. Het is de komende tijd van belang om gemeenten te ondersteunen om uitvoering te geven aan het GALA en Sportakkoord, waar bewegen meegenomen wordt in de integrale aanpak.

*Wat gaan we hiervoor doen?*

#### **3.1 Ondersteuning gemeenten**

Via de VSG en VNG ondersteunen we gemeenten met de vertaling van GALA en Sportakkoord II (en SPUK) naar lokale preventie- en sportakkoorden. Hiermee wordt bewegen, in samenhang met verschillende leefstijlthema's, geïntegreerd in het gemeentelijke preventiebeleid.

We wijzen gemeenten ook op de rol van de sport- en preventie coördinator (vanuit de Brede Regeling Combinatie-functies) met de expliciete opdracht om het lokale netwerk van sport en bewegen aan te laten sluiten op de bredere ambities op het gebied van gezondheid, preventie en sociale basis.

*PM Kader*

*Voorbeeld hoe GALA, SPUK, SA II concreet kan uitwerken in een gemeente, Ook in combinatie met jeugd/gezondheidsachterstanden.*

<sup>9</sup> **PM**: kort toelichting SPUK

Vanuit het programma zoeken we ook contact met gemeenten en wethouders (en provincies) en stimuleren we hen om het thema bewegen te agenderen. Deze gesprekken benutten we eveneens om hen te wijzen op bestaande instrumenten. Zo heeft het KCSB tools hoe gemeenten kunnen inzetten op een beweegvriendelijke omgeving. In deze gesprekken nodigen we gemeenten ook uit om hun ondersteuningsbehoeften bij beweegbeleid bij ons terug te leggen, zodat we daar op kunnen inspelen.

Waar mogelijk zullen we ook actief bijdragen aan het ontwikkelen van instrumenten voor gemeenten. Een voorbeeld is de toolbox loopstimulering die we samen met het Ministerie van lenW ontwikkelen voor gemeenten en provincies.

### 3.2 Pilots / voorlopers gemeenten

We zoeken de samenwerking op met gemeenten (tussen de 5 en 10) die een voortrekkersrol hebben of willen nemen op lokaal beweegbeleid. Met deze gemeenten willen we verkennen hoe het stimuleren van bewegen (o.a. voor specifieke doelgroepen) vormgegeven kan worden in gemeenten, en welke impact dit heeft op beweeggedrag. Vervolgens gaan we aan de slag met hoe we deze voortrekkers een rol kunnen geven in het enthousiasmeren van andere gemeenten en of en hoe hun praktijk/beleidservaringen toepasbaar zijn in andere gemeenten.

Een mogelijkheid hiertoe is om aan te sluiten bij (de gemeenten in) het programma Leefbaarheid en Veiligheid van het Ministerie van BZK. Of om de samenwerking vorm te geven via een Citydeal, bijvoorbeeld via de Citydeal fiets waar we aan gaan deelnemen.

Het gaat er om dat gemeenten kennis en ervaringen uitwisselen over hoe meer mensen op lokaal niveau in beweging kunnen worden gebracht zodat we beter leren wat werkt en wat niet werkt en we kunnen toewerken naar een effectieve lokale aanpak. Hiervoor maken wij gebruik van de VSG, VNG maar ook andere maatschappelijke partijen met een breed netwerk aan gemeenten.

Tot slot, hebben de directeuren Sport van de G5 bereid gevonden actief mee te denken over hoe bewegen in het dagelijks leven gestimuleerd kan worden vanuit gemeentelijk beleid. In de G5 zijn al veel voorbeelden die mogelijk andere gemeenten kunnen helpen hier ook stappen in te maken.

#### 4. Organisatie en financiën

De organisatie voor Nederland Beweegt bestaat uit het Bewegteam binnen VWS (directie Sport) en de Bewegalliantie.

##### Beleidsteam ministerie van VWS

Binnen de directie Sport is een beweegteam actief. Het team zet zich in om meer mensen aan het bewegen te krijgen (en uiteindelijk aan de beweegrichtlijnen) te laten voldoen. Specifiek gaat het dan om het stimuleren van bewegen in het dagelijks leven: we zorgen ervoor dat bewegen een logisch onderdeel wordt van het leven van elke dag. Hiertoe werkt het beleidsteam met een programma-aanpak.

De inzet is erop gericht om bewegen breed op de agenda en in beleidsafwegingen te krijgen. Het team heeft de volgende taken:

1. Het verbinden van de verschillende programma-acties;
2. Onder de aandacht brengen van het belang van bewegen bij het publiek en bij maatschappelijke organisaties;
3. Kennis en onderzoek beschikbaar maken over effecten en aanpak van bewegen;
4. Het leggen van verbindingen met andere programma's en initiatieven binnen het ministerie van VWS en met andere departementen die relevant zijn voor het stimuleren van bewegen en waar bewegen relevant is;
5. Het adresseren van obstakels die de Bewegalliantie heeft opgehaald;
6. Ondersteunen en verder ontwikkelen van een lokale aanpak van bewegen;

##### Beweegalliantie

De Bewegalliantie is een organisatie waar het netwerk de kracht van de alliantie bepaalt. Binnen de alliantie wordt samengewerkt op basis van gelijkwaardigheid om te bereiken dat zoveel mogelijk Nederlanders meer gaan bewegen. Een breed scala van organisaties en partijen is bij de alliantie aangesloten: onder meer organisaties die beweeginitiatieven en programma's ontwikkelen en aanbieden tot doelgroep-vertegenwoordigende partijen, koepels, fondsen en kennisinstellingen. De rol en inzet van de Bewegalliantie is:

1. Het verbinden van diverse partijen op verschillende niveaus van de samenleving;
2. Via het verbinden beleidsmakers en het werkveld in staat stellen om zélf op een duurzame manier obstakels weg te nemen;
3. Aanjagen van verandering door lokale beweeginitiatieven (vanuit bewoners) uit te lichten en te laten zien hoe het ook (anders) kan;
4. Monitoren van de inspanningen in de alliantie en sturen op resultaat.

##### Financiën

Vanuit de preventiemiddelen uit het Coalitieakkoord (totaal € 60 miljoen) is in deze kabinetsperiode € 10 miljoen per jaar beschikbaar om bewegen in het dagelijks leven te stimuleren. Dat betekent dat dit actieplan in eerste instantie betrekking heeft op de periode tot en met 2025. Met dit actieplan leggen we een fundament voor onze

doelstellingen. Echter loopt onze ambitie langer door dan deze kabinetsperiode. We hopen met dit fundament en de impact daarvan, toekomstige kabinetten te overtuigen om ook op de lange termijn in te zetten op beweegstimulering.

De huidige beschikbare middelen zetten we op de volgende wijze in:

- € 3 miljoen per jaar is toegevoegd aan de brede specifieke uitkering en is bedoeld om het uitvoeringsbudget van het Sportakkoord op te hogen zodat de lokale coalities die vanuit het Sportakkoord zijn ontstaan, te verbreden en om sportief bewegen op lokaal niveau in deze samenwerkingsverbanden te verankeren.
- Circa € 3 miljoen per jaar zetten we via een subsidie in om de Beweegalliantie vorm te geven en verder te ontwikkelen en organiseren.
- Circa € 265.000 is per jaar gereserveerd om het groeiprogramma vorm te geven en wordt uitgezet via ZonMw. Het zwaartepunt van deze middelen ligt in 2024.
- € 500.000 is jaarlijks gereserveerd voor het opzetten en vormgeven van een publiekscampagne.
- Een vergelijkbaar bedrag is beschikbaar om meer kennis te ontwikkelen en onderzoek te doen naar (effecten van) bewegen en zitgedrag. Ook monitoring van het programma is hierin opgenomen.
- Het restant van het totaalbedrag is gereserveerd voor het organiseren van bijeenkomsten om bewegen onder het voetlicht te brengen en voor het verder brengen van de samenwerking met maatschappelijke organisaties, andere departementen en gemeenten, bijvoorbeeld via subsidies of andere vormen van (co)financiering.

## 5. Monitoring en evaluatie

Het programma Nederland beweegt vraagt om een aanpak waar we leren van de zaken die we in gang zetten. Monitoren en evalueren zijn dus belangrijke elementen om de voortgang en impact van het programma te meten.

PM verder aanvullen