

Startnotitie

Bewegen tijdens de levensloop

DATUM
13 april 2023

ONDERWERP
Startnotitie adviestraject Bewegen tijdens de levensloop

ADRES
Postbus 184
2501 CD Den Haag

TELEFOON
+31 70 340 72 73

E-MAIL
secretariaat@NLsportraad.nl

WEBSITE
www.nederlandse-sportraad.nl

Aanleiding voor het adviestraject

De Nederlandse sportraad (NLsportraad) vindt dat het normaal moet zijn om dagelijks voldoende te bewegen. Het staat onomstotelijk vast dat bewegen belangrijk is voor sociaal en fysiek welbevinden.¹ Ruim de helft van de Nederlandse bevolking beweegt echter onvoldoende en het is de afgelopen twintig jaar niet gelukt om hier verandering in te brengen.² Dat is uiterst zorgwekkend.

De overheid heeft de grondwettelijke taak de gezondheid van de bevolking te bevorderen. Bij gezondheidsbevordering is het uitgangspunt dat burgers een individuele keuze kunnen maken voor een gezonde leefstijl, soms daartoe aangemoedigd door de overheid. De raad acht de interventies die in dit kader uitgevoerd worden waardevol, maar niet voldoende.³ Bewegen is niet altijd een vrije keuze en de verantwoordelijkheid om voldoende te bewegen kan niet alleen bij de individuele burger liggen. De NLsportraad heeft de Minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport opgeroepen om daarom ook in te zetten op gezondheidsbescherming.⁴ Bij gezondheidsbescherming beschermt de overheid burgers actief tegen ongezond leven.

In het adviestraject wil de raad ingaan op de vraag hoe voldoende bewegen voor iedereen een normaal onderdeel van het dagelijks leven kan zijn. Dit vraagt om een integrale aanpak van vele partijen. De raad wil de rijksoverheid adviseren over de rol die zij daarin kan en moet vervullen.

Vertrekpunt en positie NLsportraad

De NLsportraad heeft in het [meerjarig werkprogramma Sport in het systeem 2021-2024](#) geagendeerd advies te gaan geven over bewegen tijdens de levensloop. In het werkprogramma benoemt de raad bewegen als een onderwerp dat bij uitstek vraagt om nadere verkenning van samenwerking met andere beleidsterreinen. Hiervoor is een integrale visie en intersectorale aanpak nodig. De raad wil daarbij ingaan op diverse beleidsterreinen en bezien welke stelsels en kaders bij kunnen dragen om mensen in beweging te brengen.

Het adviestraject *Bewegen tijdens de levensloop* staat niet los van enkele eerdere adviezen die de NLsportraad heeft uitgebracht en kan hierop voortbouwen.

- Het [adviestraject 'Plezier in bewegen'](#) stelt de context van het onderwijs centraal en kiest daarbinnen voor de groep leerlingen. Een van de aanbevelingen was om lokale samenwerking tussen onderwijs en sport verder vorm te geven en dit te borgen onder

¹ [Effecten van sporten en bewegen in het Human Capital Model – Allesoversport.nl](#)

² [Beweegrichtlijnen | Sport en bewegen in cijfers](#)

³ [Preventief gezondheidsbeleid 2006-2018. Wat zijn de effecten en lessen? | RIVM](#)

⁴ [NLsportraad: bescherm beweging als eerste levensbehoefte | Nieuwsbericht | Nederlandse Sportraad \(nederlandse-sportraad.nl\)](#)

gemeentelijke regie. Daarmee steekt het in op één systeem (onderwijs) en één doelgroep (kinderen en jongeren). In het beweegadvies krijgt de interactie tussen onderwijs en andere stelsels voor deze levensfase aandacht.

- In het [advies over toekomstbestendige en robuuste organisatie en financiering van de sport](#) adviseert de NLsportraad sport (topsport, breedtesport en bewegen in de vrijetijdssetting) te beschouwen als een publieke voorziening, wat moet bijdragen aan de samenwerking tussen sport en andere terreinen, zoals onderwijs, kinderopvang, zorg en bedrijfsleven. Het adviestraject *Bewegen tijdens de levensloop* kent een bredere insteek dan sport en bewegen in de vrijetijdssetting en gaat verder in op de samenwerking tussen diverse domeinen om bewegen in het dagelijks leven normaal te maken.
- In de verkenning *Beweegzorg in ziekenhuizen* heeft de raad gekeken naar de aandacht voor bewegen en sport in Nederlandse ziekenhuizen.⁵ Ziekenhuizen vormen een deel van de gehele zorg, naast bijvoorbeeld eerstelijns zorg en langdurige zorg. Vanuit een integrale aanpak van bewegen is het van belang het hele zorgstelsel te betrekken. Aandachtspunt voor het advies *Bewegen tijdens de levensloop* is de afstemming met het adviestraject 'Van zorg naar preventie', dat later dit jaar van start zal gaan.

Aandacht voor bewegen in het rijksbeleid

Vanuit de rijksoverheid is integrale aandacht voor bewegen van recente aard. In beleidsnota's erkende de overheid de meerwaarde van bewegen voor de gezondheid en preventie, de uitvoering van beweegbeleid bleef echter lang gekoppeld aan eigen beleidsprioriteiten van diverse ministeries.⁶ Het stemt de NLsportraad hoopvol dat diverse departementen in de kamerbrief *Nederland Vitaal en in beweging* uit 2021 voor het eerst integrale beleidsontwikkeling op het gebied van bewegen agenderen.⁷ Diverse ministers en staatssecretarissen van de departementen VWS, OCW, I&W, SZW en BZK constateren dat de gefragmenteerde aanpak niet voldoende is om de doelstelling van het Preventieakkoord (75% van de Nederlanders voldoet in 2040 aan de beweegrichtlijnen) te behalen. De uitvoering blijft echter nog voornamelijk een taak van VWS, met het van start gaan van de Beweegalliantie in 2022⁸ en het bundelen van aandacht voor een gezonde leefstijl in het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) binnen de VWS domeinen.⁹ In gesprekken hoort de raad dat het daadwerkelijk aanhaken van andere ministeries, in de zin van betrokkenheid van ministers of hogere ambtenaren, stroef verloopt en veelal gekoppeld is aan persoonlijke interesse van ambtenaren. Het bijdragen met structurele financiële middelen voor de langere termijn vindt niet plaats, noch binnen VWS, noch vanuit andere departementen.

⁵ Deze verkenning is nog niet gepubliceerd. Wel is hierover dit artikel verschenen: [Hoeveel beweging zit er eigenlijk in ziekenhuizen? | Nieuwsbericht | Nederlandse Sportraad \(nederlandse-sportraad.nl\)](#)

⁶ Zie voor een overzicht [Historisch overzicht nationaal sportbeleid | Sport en bewegen in cijfers](#)

⁷ [Kamerbrief over Nederland vitaal en in beweging | Kamerstuk | Rijksoverheid.nl](#).

⁸ [Kamerbrief stimuleren van bewegen in het dagelijks leven | Kamerstuk | Rijksoverheid.nl](#)

⁹ [pdf \(overheid.nl\), Kamerbrief over stand van zaken beweegbeleid | Kamerstuk | Rijksoverheid.nl](#)

Adviestraject Bewegen tijdens de levensloop

Gewenste impact

De raad constateert dat veel partijen bezig zijn met het in beweging krijgen van mensen, maar dat dit niet terug te zien is in het aandeel mensen dat voldoet aan de beweegrichtlijnen. De raad is ervan overtuigd dat in (interdepartementale) samenwerking een belangrijke sleutel ligt om tot oplossingen voor dit maatschappelijke vraagstuk te komen. Ondanks de wens om integraal te werken vanuit de rijksoverheid en de opstart van de Bewegegalliantie, constateert de raad dat de daadwerkelijke samenwerking tussen departementen niet vanzelfsprekend is en stroef verloopt. In het advies wil de raad hier concrete aanbevelingen over geven.

Vergelijkbaar met andere maatschappelijke opgaven is het nodig om in het beweegbeleid keuzes te maken, afhankelijk van beschikbare middelen en tijd. De raad wil met het advies een breder gesprek aanjagen over deze te maken keuzes en de impact daarvan op de samenleving.

Tot slot wil de raad in de media meer aandacht genereren voor de maatschappelijke gevolgen van te weinig bewegen en te veel zitten. De media besteden nog weinig aandacht aan dit maatschappelijke probleem, terwijl de gevolgen voor onze samenleving groot zijn. Naast de zorgkosten van ziekten gerelateerd aan te weinig bewegen, zijn de verminderde inzet van werknemers en toegenomen mentale problematiek bij jongeren deels te wijten aan de toenemende bewegingsarmoede.

Foto van stand van zaken

Ter voorbereiding op het advies is de raad gestart met het maken van een 'foto' van de huidige stand van zaken rondom bewegen tijdens de levensloop. Deze analyse is nog niet gereed, maar zal bijdragen als vertrekpunt voor het adviestraject.

De analyse gaat in op de volgende onderdelen, waarbij de voorlopige uitkomsten zijn:

- Afgelopen twintig jaar is er, als je naar de totale trend kijkt, weinig verandering te zien in beweeggedrag van Nederlanders. Tussen 2001 en 2020 was een stijging in het aandeel Nederlanders dat voldoende beweegt volgens de beweegrichtlijnen te zien (van 40% naar 52%), maar sinds corona is het aandeel Nederlanders dat voldoende beweegt, weer afgenomen tot 44% in 2022.
- Het onderliggende beweeggedrag is veel gevarieerder en daarmee ook de trends in specifieke groepen. Vooral jongeren tussen 12-18 jaar, mensen met een lagere sociaaleconomische positie (bestaande uit een combinatie van een lager opleidingsniveau, laag inkomen en/of niet-westerse herkomst), mensen met een slechtere gezondheid en ouderen bewegen te weinig. Daarnaast zijn het vooral de hoger opgeleiden die veel tijd zittend doorbrengen.
- De afgelopen decennia zijn er veel interventies ter stimulering van bewegen opgezet, voornamelijk vanuit de sport/vrijtijdscontext. Sinds enkele jaren is er ook beleid ter stimulering van het fietsen. Van veel beleidsmaatregelen kan het effect niet goed vastgesteld worden, mede doordat er geen (goed) evaluatieonderzoek wordt gedaan vanwege kleinschaligheid, gebrek van kennis of financiën en omdat een onderzoek met experimentele en controlegroep lastig uitvoerbaar is.¹⁰

¹⁰ [Preventief gezondheidsbeleid 2006-2018. Wat zijn de effecten en lessen? | RIVM](#)

- De WHO en ISPAH pleiten voor een systeem gebaseerde of integrale aanpak.¹¹ Zij roepen op tot gedurfd leiderschap en interdepartementale en multisectoriële samenwerking op alle niveaus om bewegingsarmoede gezamenlijk aan te pakken. Er is nog maar beperkte wetenschappelijke kennis over de wijze waarop de integrale aanpak tot succes leidt, al zijn er wel diverse goede voorbeelden beschikbaar.¹² De afgelopen decennia hebben laten zien dat als we blijven doen wat we altijd al deden, bewegen als onderdeel van het dagelijks leven niet toeneemt. Het is nodig om vanuit diverse settings, waarin mensen zich gedurende de levensloop bevinden, structureel aandacht aan bewegen te besteden. Denk hierbij aan kinderopvang, onderwijs, werk, zorg, transport en de vrijetijdsector (waaronder sport).

Moties

De Tweede Kamer heeft twee moties ingediend die aandacht kunnen krijgen binnen het adviestraject Bewegen tijdens de levensloop.

- De motie Heerema vraagt advies uit te brengen over het bevorderen van sportparticipatie bij ouderen.¹³ De minister voor Langdurige Zorg en Sport stuurt de raad in het voorjaar van 2023 een adviesaanvraag op basis van de motie Heerema. De raad wil in het adviestraject 'Bewegen tijdens de levensloop' aandacht besteden aan de doelgroep ouderen en daarmee de adviesaanvraag beantwoorden.
- De motie Van Dijk vraagt aandacht voor kansengelijkheid in alle adviezen van de NLsportraad, met daarin specifiek benoemd kinderen uit arme gezinnen en mensen met een beperking.¹⁴ VWS verwerkt de motie mogelijk in een adviesaanvraag voor 2024. Daarmee valt deze motie buiten de planning van dit adviestraject.

Hoofd- en deelvragen adviestraject

Bovenstaande overziend komt de raad tot de volgende hoofd- en deelvragen.

Hoofdvraag

Hoe wordt voldoende bewegen voor iedereen een normaal onderdeel van het dagelijks leven?

Dit vraagt om een integrale aanpak van vele partijen. De raad wil de rijksoverheid adviseren over de rol die zij daarin kan en moet vervullen. Daarom wordt de hoofdvraag uitgewerkt in de volgende deelvragen:

Deelvragen

1. Hoe ziet het huidige beleid eruit om meer mensen tijdens de levensloop voldoende en duurzaam te laten bewegen?
 - a) Wat is bekend over gedragsverandering en hoe krijgt dit een plek in de huidige beleidsvorming?

¹¹ [Let's be active, the global action plan on physical activity 2018 - 2030 \(who.int\); Dutch-Eight-Investments-That-Work-FINAL.pdf \(ispah.org\)](#)

¹² Zie bijvoorbeeld:

<https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=10619&m=1645085345&action=file.download>

¹³ [Motie Heerema over het bevorderen van sportparticipatie door ouderen | Tweede Kamer der Staten-Generaal](#)

¹⁴ [Motie Van Dijk over aandacht in de advisering van de Sportraad voor kansengelijkheid | Tweede Kamer der Staten-Generaal](#)

- b) Wat gaat er nu goed en minder goed bij beleidsvorming en uitvoering; wat is er bekend over werkende factoren en het effect van interventies?
- c) Hoe worden diverse stakeholders en doelgroepen hierbij betrokken?
- 2. Welke stelsels hebben een rol om meer mensen tijdens de levensloop voldoende en duurzaam te laten bewegen en hoe werken die op dit moment samen?
- 3. Wat zijn de voor- en nadelen van een integrale aanpak?
- 4. Hoe kunnen de stelsels beter (samen)werken, welke rol en verantwoordelijkheidsverdeling is nodig voor een integrale aanpak en welke rol is daarbij voor de Rijksoverheid?

Het betrekken van de mensen om wie het gaat is van groot belang voor het succes van een integrale aanpak. De NLsportraad wil de beantwoording van bovenstaande deelvragen concretiseren door specifiek in te gaan op diverse doelgroepen. De raad begint met 65-plussers,¹⁵ om hiermee ook de adviesaanvraag op basis van de motie Heerema te kunnen beantwoorden.

- 5. Hoe ziet een integrale aanpak eruit om 65-plussers voldoende in beweging te krijgen?

Aanpak adviestraject

Fasering

De raad onderscheidt in het adviestraject drie fasen:

Oriëntatiefase (februari/mei 2023):

In deze fase gaan we de probleemdefinitie aanscherpen, maken we afspraken over de begrenzing van het advies en ronden we de analyse af. We voeren oriënterende gesprekken om de gewenste impact van het advies te concretiseren.

Resultaat: analyse, startnotitie en samenstelling commissie

Uitvoeringsfase (mei/september 2023):

In deze fase vertalen we met de commissie doelen in activiteiten en resultaten, met een bijbehorende planning. We starten met een stakeholderanalyse voor de beantwoording van de hoofd- en deelvragen en voeren gesprekken en interviews met stakeholders en experts. Dit pakken we aan op de volgende wijze:

- Wat is er aan empirisch bewijs → Dit beantwoorden we op basis van deskresearch.
- Wat is belangrijk vanuit expertise en ervaring van professionals → Dit beantwoorden we op basis van interviews met experts en stakeholders en aansluitend focusgroepen.
- Wat is belangrijk vanuit de wensen en behoeften van mensen waarom het gaat → Binnen het huidige adviestraject beantwoorden we dit op basis van input vanuit een klankbordgroep met 65-plussers. De raad houdt in afweging in komende werkprogramma's ook aandacht te gaan besteden aan andere doelgroepen.

¹⁵ We gebruiken hierbij de [indeling die Kenniscentrum sport & bewegen maakt op basis van kwetsbaarheid en zorgbehoefte van de doelgroep 65+](#). Hoe ouder mensen zijn, hoe minder ze bewegen.

1. Leven zonder zorg: ook wel de fitte zelfstandig wonende 65-plusser.
2. Zorg op afstand: de zelfstandig wonende 65-plusser die enigszins beperkt is door aandoeningen.
3. Zorg dichtbij: dit is de 65-plusser die zelfstandig thuis woont, maar sterk beperkt is door aandoeningen.
4. Zorg met verblijf: dit is de 65-plusser die niet meer zelfstandig thuis kan wonen in verband met intensieve zorgbehoefte.

Resultaat: Plan van aanpak, rapportages met bevindingen op hoofdlijnen

Adviesfase (oktober/december 2023)

In deze fase schrijven we het advies in afstemming met de commissie, de Raad en betrokken stakeholders.

Resultaat: Conceptadvies

Publicatie van het advies is voorzien in het voorjaar van 2024.

Bemensing commissie

Voor het adviestraject stelt de raad een commissie in. Namens de raad nemen Leanne van den Hoek (voorzitter), Erik Scherder en Meryem Kilic-Karaaslan plaats in deze commissie. Daarnaast stelt de raad commissieleden aan met kennis op een of meerdere van de volgende onderwerpen: integrale aanpak, transitie management, openbaar bestuur en overheidsfinanciering, duurzame gedragsverandering, bewegen in relatie tot verschillende stelsels, zoals zorg, werk, onderwijs en/of ruimtelijke inrichting.

Communicatie

Communicatie over dit adviestraject vindt plaats in twee fases. Totdat het advies verschijnt laat de raad vooral zien wat we doen (procescommunicatie). Bij de publicatie van het advies geven we in onze communicatie ook een liefst stevige en heldere boodschap mee.