

Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

> Retouradres Postbus 20350 2500 EJ Den Haag

De Voorzitter van de Tweede Kamer  
der Staten-Generaal  
Postbus 20018  
2500 EA DEN HAAG

**Bezoekadres**

Parnassusplein 5  
2511 VX Den Haag  
www.rijksoverheid.nl

**Kenmerk**

1800285-216059-VGP

**Bijlage(n)**

-

Datum 18 december 2020  
Betreft COVID-19 en leefstijl

*Correspondentie uitsluitend  
richten aan het retouradres  
met vermelding van de  
datum en het kenmerk van  
deze brief.*

Geachte voorzitter,

Tijdens het debat van 18 november en dat van 9 december heeft de Minister van VWS toegezegd dat ik u zou toelichten wat dit Kabinet doet en gaat doen op het gebied van preventie en gezonde leefstijl. Zoals in de Stand van Zaken brief Covid-19 van 17 november is aangegeven omarmt het kabinet de oproep, om gezond leven een nadrukkelijker onderdeel te laten zijn van de aanpak van en communicatie over COVID-19.

De coronacrisis maakt zichtbaarder dan ooit hoe belangrijk een gezonde leefstijl is. In de oproep van artsen, wetenschappers en bestuurders<sup>1</sup> wordt aangegeven dat overgewicht bij COVID-19 patiënten de kans op een ongunstig ziektebeloop vergroot. Daarbij geven de experts duidelijk aan, dat ook kleine veranderingen in de leefstijl binnen enkele weken een positief effect kunnen hebben op het immuunsysteem, hetgeen weer leidt tot minder druk op de zorgcapaciteit. Denk aan het effect van elke dag een half uurtje wandelen, goed slapen en gezond eten. De leden Von Martels en Kuik hebben de regering bovendien via een motie<sup>2</sup> verzocht, om spoedig een leefstijlcampagne te starten om zodoende het effect van een gezonde leefstijl nog meer onder de aandacht te brengen.

**Publiekscampagne**

We ontwikkelen momenteel een publiekscampagne op leefstijl, in afstemming met 'Alleen samen krijgen we corona onder controle'. De leefstijlcampagne moet iedereen in Nederland heel praktisch laten zien welke kleine stappen mensen zelf kunnen zetten om het immuunsysteem te verbeteren. Een gezondere leefstijl waarmee je beter bent beschermd tegen een risicovol verloop van Covid, en ook welvaartsziekten als diabetes, is geen onhaalbaar ideaal. Elke Nederlander kan eenvoudig zelf aan de slag. En, zoals gezegd, binnen een paar weken kunnen mensen al resultaat bereiken.

Daarom gaan we het algemeen publiek enthousiasmeren over welke relatief eenvoudige stappen mensen daartoe kunnen nemen en hoe ze dat vol kunnen houden.

---

<sup>1</sup> <https://www.leefstijlencorona.nl>

<sup>2</sup> TK-35570-XVI-47

Het zetten van kleine en eenvoudige stappen is laagdrempelig en dus haalbaar voor een grote groep. Deze leefstijlcampagne wordt op dit moment in hoog tempo uitgewerkt. Bij de uitwerking is er aandacht voor doelgroepen die met massamediale communicatie moeilijker te bereiken zijn. We werken hiervoor o.a. samen met gemeenten, zorgverleners, jongerenwerkers, werkgevers, sportverenigingen. En we onderzoeken hoe we ambassadeurs kunnen inzetten voor specifieke doelgroepen.

**Kenmerk**  
1800285-216059-VGP

Deze campagne bouwt voort op eerdere stappen. We zijn in de zomer begonnen met het verspreiden van tips over gezonde leefstijl via onze social media kanalen en via onze partners in het Nationaal Preventieakkoord<sup>3</sup>.

### **Nationaal Preventie akkoord**

In het Preventieakkoord is bewust een aanpak gekozen op drie thema's: roken, problematisch alcoholgebruik en overgewicht die verreweg de grootste veroorzaker voor ziektelast in Nederland zijn met 35.000 doden en 9 miljard euro aan zorguitgaven per jaar. Met name roken en overgewicht komen vaker voor bij mensen met een lage opleiding en een laag inkomen, waardoor zij uiteindelijk in onze samenleving veel slechter af zijn als het om gezondheid gaat. Afgelopen maanden is tevens duidelijk geworden dat veel mensen die vanwege een coronavirus-infectie opgenomen moesten worden in de ziekenhuizen overgewicht hebben. Obesitas gaat gepaard met verstoringen van het immuunsysteem, die mensen kwetsbaarder maakt voor een ernstiger beloop van een coronavirusinfectie.

Deze gezondheidsproblemen staan vaak niet op zichzelf maar maken onderdeel uit van bredere achterliggende problematiek (schulden, armoede, werkloosheid etc.). In dat besef hebben Rijk en gemeenten ook de Landelijke Nota Gezondheidsbeleid "Gezondheid breed op de agenda" 2020-2024 opgesteld waarin vier thema's leidend zijn voor de komende jaren, zoals gezondheidsachterstanden. Op 30 november jl. december heb ik u uitgebreid geïnformeerd over de voortgang van de uitvoering van deze acties en maatregelen uit het Nationaal Preventieakkoord<sup>4</sup>.

Zoals ik in mijn voortgangsbrief van juni jl. heb aangekondigd, is het RIVM nu bezig om op basis van de nieuwste wetenschappelijke inzichten te inventariseren welke maatregelen ingezet zouden kunnen worden om de gestelde ambities uit het Nationaal Preventieakkoord te realiseren. Ik verwacht het rapport van het RIVM in maart 2021 naar de Kamer te kunnen sturen.

### **Gezondere scholen**

Eerder heb ik uw Kamer geïnformeerd over het rapport 'Gezonder op de basisschool: schoollunches en meer bewegen' (Kamerstukken II, 32793, nr. 510). Uit dit rapport blijkt dat er een positief effect te zien is op de Body Mass Index (BMI) en de buikomtrek van kinderen op de scholen met extra beweegaanbod (beweegschool) en op scholen met gezonde schoollunches in combinatie met extra beweegaanbod (Voeding- en beweegschool). Als ieder kind gedurende de hele basisschoolperiode naar een voeding- en beweegschool gaat, wordt het percentage matig overgewicht onder vier tot achttienjarigen in 2040 naar schatting teruggebracht van 13,5% naar 10,3% (beweegschool) en 10,1% (voeding- en beweegschool) en het percentage obesitas van 2,8% naar 2,3% (beide type scholen). Deze percentages komen dicht bij de ambities uit het

<sup>3</sup> <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/publicaties/2020/07/15/poster-zorg-goed-voor-jezelf>

<sup>4</sup> TK 32793-510

preventieakkoord en voor jeugdigen met obesitas wordt de ambitie dan zelfs gehaald. Ik heb aangegeven dat ik met OCW en betrokken partijen zal verkennen op welke wijze een bredere implementatie van deze aanpak te realiseren is. De motie<sup>5</sup> van de leden Van Esch van Van Maenen zie ik als ondersteunend daaraan. Zij hebben de regering namelijk verzocht, om scenario's uit te werken voor een (gefaseerde) landelijke implementatie van de gezonde schoollunch, eventueel in combinatie met extra beweegaanbod.

**Kenmerk**  
1800285-216059-VGP

### **Amendement**

Tijdens de begrotingsbehandeling 2021 is het amendement van ChristenUnie en GroenLinks aangenomen. Dit amendement regelt dat de middelen die zijn vrijgemaakt in het Regeerakkoord over 2019 en 2020 in 2021 niet te scherp afnemen. Met deze 3 miljoen euro aan extra middelen blijft inzet mogelijk om het verstrekken van informatie aan en het motiveren van rokers die willen stoppen via onder andere de website Ikstopnu en de Stoplijn. Tevens kan de effectiviteit van de stoppen-met-rokencampagne verbeterd worden. Verder geeft dit de mogelijkheid tot een extra impuls aan de alcoholcampagne en de keten op het terrein van vroegsignalering en doorverwijzing, zodat mensen met problematisch alcoholgebruik op passende wijze geholpen kunnen worden. Ten slotte geven deze middelen de mogelijkheid twee programma's (de Ketenaanpak Overgewicht & Obesitas Volwassenen en 2DiaBeat) verder te ontwikkelen die zorg en ondersteuning van mensen met diabetes en overgewicht verbetert en beschikbaar maakt.

### **Ingezette communicatie**

Onder de vlag van de publiekscampagne 'Alleen samen' hebben we deze zomer leefstijladviezen geformuleerd voor bewegen, voeding, roken en het gebruik van alcohol. We verspreiden de adviezen onder andere via sociale media en in postervorm via de partners van het Nationaal Preventieakkoord. De gezondheidsadviezen laten mensen zien hoe ze zelf invloed kunnen uitoefenen op hun weerbaarheid tegen ziekmakers, zoals het coronavirus.

Op de thema's roken, overgewicht en problematisch alcoholgebruik is een beweging ingezet die mensen helpt gezonder te leven en daarmee ziektelast te voorkomen. Ook bij gemeenten zien we dat deze thema's in lokale preventieakkoorden vorm krijgen. Om rokers te helpen stoppen is aansluitend op Stoptober eind oktober de campagne 'PUUR rookvrij' gestart<sup>6</sup>. In november is de PR-activatie 'eerlijk over alcohol' gestart. Een serie podcasts waarvoor ook veel media-aandacht is gegenereerd draagt bij aan de kennis- en de bewustwording van het eigen alcoholgebruik. Vorige week is een meerjarige gedragsnormeringscampagne van start gegaan met 'Dranquilo'<sup>7</sup>. Die beoogt geen of minder alcohol drinken net zo gewoon te maken in een sociale setting als een drankje nu is. Daarnaast werkt het ministerie van VWS aan een communicatiestrategie om de bekendheid en het gebruik van de Gezonde Leefstijlinterventie (GLI) te vergroten.

Het Voedingscentrum geeft vanaf het begin van de coronacrisis online informatie over Covid-19 en voeding, zichtbaar op de website. Daarnaast is een speciale serie video's over Covid-19 in relatie tot voedingsonderwerpen gemaakt: "De

---

<sup>5</sup> TK-35570-XV1-174

<sup>6</sup> <https://www.puurrookvrij.nl/>

<sup>7</sup> <https://www.dranquilo.nl>

Hulplijn".

Bij de bestaande Eetwisselcampagne<sup>8</sup> voor eten volgens de Schijf van Vijf is een extra flight in november geweest om nogmaals aandacht te geven aan betere eetkeuzes in deze periode. In januari 2021 zal de Eetwisselcampagne opnieuw van start gaan en heeft het Voedingscentrum extra aandacht via haar onlinekanalen voor goede voornemens en een gezonder en duurzamer eetpatroon. Richting professionals zijn rond dit thema bovendien extra nieuwsbrieven en webinars gegeven.

**Kenmerk**  
1800285-216059-VGP

### **Lokale akkoorden**

Veel gemeenten werken aan de lokale vertaalslag van het Nationale Preventieakkoord, bijvoorbeeld door een lokaal preventieakkoord te sluiten met lokale partijen. Om deze gemeenten te ondersteunen bij de uitvoering van de afspraken, is voor de jaren 2021, 2022 en 2023 extra budget geregeld (totaal € 28 mln euro). De specifieke regeling is onlangs gepubliceerd in de Staatscourant<sup>9</sup>. De gemeenten kunnen budget aanvragen voor de uitvoering van de afspraken zoals geformuleerd in het lokale preventieakkoord of de lokale preventieaanpak, bijvoorbeeld het rookvrij maken van openbare ruimtes, het creëren van een gezonde voedsel- en/of leefomgeving of het inzetten van voorlichtingsprogramma's over verantwoord alcoholgebruik. We ontvangen veel positieve reacties van gemeenten n.a.v. het nieuws dat er extra budget beschikbaar komt en we zien bovendien dat het een grote groep gemeenten stimuleert om alsnog aan de slag te gaan met een lokaal preventieakkoord.

### **Jongeren**

Jongeren worden minder getroffen door het coronavirus, maar zij worden wel hard geraakt door de coronamaatregelen. Onderzoeken van o.a. het Nederlands Jeugdinstituut en Amsterdam UMC<sup>10,11,12</sup> laten zien dat jongeren meer mentale gezondheidsproblemen ervaren dan andere leeftijdsgroepen in deze coronaperiode. Een gezonde leefstijl kan een belangrijke bijdrage leveren aan de fysieke en mentale gezondheid van jongeren<sup>13</sup>. Met het *Jeugdpakket* van € 58,5 mln wil het kabinet een gerichte (financiële) impuls geven aan gemeenten om samen met jongeren, lokale organisaties en de evenementensector kleinschalige activiteiten (volledig coronaproef) te programmeren op het gebied van cultuur, sport en andere zinvolle vrijetijdsbesteding. Met het Jeugdpakket hopen gemeenten zoveel mogelijk jongeren en jongvolwassenen te bereiken in de periode tot aan de zomer van 2021.

### **Bewegen en sporten**

Bij een gezonde leefstijl hoort voldoende bewegen en sporten. Veel mensen in Nederland sporten en bewegen met veel plezier meerdere keren per week. Ze zijn lid van een sportvereniging of hebben een abonnement bij de sportschool of doen individueel aan hardlopen of andere buitensport. Voor hen is sporten en bewegen een gewoonte of vanzelfsprekendheid, iets wat je met plezier doet en waar je energie van krijgt. Echter voor de helft van de Nederlanders is dat anders, zij bewegen structureel te weinig en halen de beweegrichtlijn van 150 minuten matig

<sup>8</sup> <https://www.voedingscentrum.nl/nl/thema/eetwissel.aspx>

<sup>9</sup> Staatscourant 2020, 63418

<sup>10</sup> A. Van der Maat, A. Popma (2020): Jeugd aan het roer, lessen uit coronamaatregelen

<sup>11</sup> A. vd Maat (NJI), D. Gommers (Erasmus MC, NVIC), K. Illy (NVK) e.a.: Jongvolwassenen, de koplopers voor de maatschappij van de toekomst.

<sup>12</sup> Amsterdam UMC (2020): Coronamaatregelen maken jongeren angstiger en somberder

<sup>13</sup> Trimbos.nl | Mentaal gezond de coronacrisis door: zeven adviezen

intensief bewegen verdeeld over de week niet. De meest urgente doelgroepen zijn jongeren vanaf 12 jaar, mensen met een lage SES-positie, ouderen en mensen met een beperking.

**Kenmerk**  
1800285-216059-VGP

Dat baart mij zorgen. We weten al langer dat bewegen en sporten goed is voor je gezondheid en mentaal welbevinden maar sinds COVID-19 is het belang ervan alleen maar vergroot nu we weten dat voldoende bewegen ook positief bijdraagt aan het immuunsysteem en daarmee de weerbaarheid tijdens deze pandemie.

Vanuit *Bewegen het nieuwe normaal!* zet ik mij samen met de minister van MZS en de bewindspersonen van OCW, SZW, IenW en BZK in om meer bewegen te stimuleren. We zijn bezig met de ontwikkeling van een beweegagenda, een voorstel met te nemen stappen om ervoor te zorgen dat meer mensen aan de beweegrichtlijn voldoen. Bewust vanuit een interdepartementale aanpak, omdat bewegen door je dag meer betekent dan sporten alleen. We nemen de leefomgeving van mensen mee, maar ook hoe zij zich verplaatsen, de schoolomgeving en de (thuis)werkomgeving. Daar betrekken we de Vereniging Sport en Gemeenten, lokale overheden en diverse sectoren bij. In april 2021 presenteren we de Beweegagenda aan uw Kamer. Dit is ook een antwoord op de oproep van een groep sporters op 23 mei 2020, om meer werk te maken van een vitale samenleving, met daarin een cruciale rol voor sport en bewegen.

Het lopende sportbeleid biedt een goede basis om op verder te bouwen; inmiddels zijn 344 van de 355 gemeenten aan de slag met een lokaal sportakkoord. Dat biedt veel perspectief, het in beweging krijgen van Nederlanders slaagt alleen als op lokaal niveau partijen de handen ineen slaan. Natuurlijk zijn veel voorgenomen impulsen om de sporter, de vrijwilliger of de professional te bereiken lastig gebleken als gevolg van de coronamaatregelen. Betrokkenen weten elkaar wel beter te vinden dan voorheen, de gecreëerde netwerken bewijzen hierin hun meerwaarde. De komende tijd zal in het teken staan om lokale netwerken en samenwerking te versterken en goed in beeld brengen wat de belangrijkste succesfactoren zijn.

Daarbij constateer ik dat op lokaal niveau de verbinding tussen het sportakkoord en preventieakkoord steeds meer wordt gemaakt, door middel van coalities. De buurtsportcoach is een hierin een verbindende schakel voor veel gemeenten. Een positief voorbeeld is de toename van het aantal GLI-trajecten op lokaal niveau, de mensen worden doorverwezen en starten een traject. De buurtsportcoach kan cliënten begeleiden naar een passend beweeg- of sportaanbod binnen de eigen omgeving. De jaarlijkse Kennisdag buurtsportcoaches stond op 10 december jl. dan ook in het teken van preventie. Samen met de partners van de sport- en preventieakkoorden zet ik mij om alle energie die lokaal is losgekomen te verzilveren in concrete uitvoering waarbij we de lokale partijen blijvend ondersteunen.

Voor veel Nederlanders vormt sporten een belangrijk onderdeel van het wekelijks beweegpatroon. Het kabinet ziet het belang van sport en bewegen voor de gezondheid, maar ook voor de mentale weerbaarheid. Daarom zijn de maatregelen erop gericht om zoveel mogelijk mensen de mogelijkheid te geven actief te blijven door middel van sport, hoewel dit voor sommige sporten aanpassingen vraagt. Daarbij probeert het kabinet zo veel mogelijk ruimte te houden voor de jeugd om te kunnen blijven sporten.

## **Toekomst**

De beweging naar meer focus op gezondheid in plaats van op ziekte verdient nog veel meer aandacht. Er is een brede aanpak nodig die zich richt op de leefstijl van mensen en op een gezonde leefomgeving. In de discussienota Zorg voor de Toekomst die 14 december is gepubliceerd en in consultatie gebracht, is een aantal beleidsopties opgenomen die een structurele inzet op gezondheidsbevordering beogen.

**Kenmerk**  
1800285-216059-VGP

Ik zal de komende tijd verder verkennen wat de mogelijkheden zijn om een gezonde leefstijl in de toekomst beter te borgen zodat ieder kind de kans krijgt om gezond op te groeien en iedere volwassene ondersteund wordt om dat vast te houden. Effectieve preventie verhoogt de kwaliteit van leven, voorkomt leefstijl gerelateerde ziektelast en beperkt het beroep op de schaarse curatieve zorg. Bovendien kunnen we met een betere weerstand nieuwe bedreigingen voor onze gezondheid met meer vertrouwen tegemoet treden.

Hoogachtend,

de staatssecretaris van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport,

Paul Blokhuis