

SCHRIFTELIJKE VRAAG

nr. 452
van **MAAIKE DE RUDDER**
datum: 3 maart 2021

aan **WOUTER BEKE**

VLAAMS MINISTER VAN WELZIJN, VOLKSGEZONDHEID, GEZIN EN ARMOEDEBESTRIJDING

Nieuwe aanbevelingen Wereldgezondheidsorganisatie (WGO) - Bekendmaking

Eind november 2020 kwam de Wereldgezondheidsorganisatie met nieuwe aanbevelingen. Die geven mee hoeveel en waarom men best beweegt om gezond te zijn. En vanaf wanneer men te vaak stilzit. Info waar elke Vlaming beter van wordt, aangezien een actief leven heel wat fysieke en mentale voordelen biedt.

Het Vlaams Instituut Gezond Leven vertaalde de nieuwe aanbevelingen naar de Vlaamse context, samen met een expertengroep en met steun van de Vlaamse overheid. Deze aanbevelingen zijn bekendgemaakt op 10 februari 2021. De expliciete aandacht voor mensen met een ziekte of beperking en het feit dat er voor het eerst slaapadvies voor 0- tot 5-jarigen wordt gegeven, valt op.

De nieuwe aanbevelingen bevelen ook 30 minuten beweging in buiklig aan voor baby's die nog niet kruipen. Er gaat daarnaast expliciet meer aandacht naar mensen met een chronische ziekte of beperking, en de concrete voordelen die voldoende beweging voor hen oplevert. Diabetes type 2-patiënten die voldoende bewegen, vergroten hun kansen op een langer leven en vermijden dat de ziekte erger wordt. En ex-kankerpatiënten verkleinen de kans op herval of op een nieuwe vorm van kanker als ze actief blijven.

De aanbevelingen worden ook ondersteund door de verschillende partners zoals het Agentschap Zorg en Gezondheid en door verschillende organisaties uit diverse sectoren, waaronder Kind en Gezin, Domus Medica en Sport Vlaanderen. Om de aanbevelingen bij zoveel mogelijk burgers te brengen, starten er tegelijkertijd socialemediacampagnes.

1. Op welke manier zal de welzijnssector die aanbevelingen mee kunnen implementeren in haar beleidsvisie om aan de aanbevelingen tegemoet te kunnen komen?
2. De nieuwe aanbevelingen zullen voornamelijk via de sociale media bekendgemaakt worden, maar op welke andere manieren zullen ze eveneens bekendgemaakt worden? Campagnes via de huisartsen, Kind en Gezin, de integratie in het project bewegen op verwijzing, ... ?

ANTWOORD

op vraag nr. 452 van 3 maart 2021

van **MAAIKE DE RUDDER**

1. De bewegingsdriehoek is nu sterker verankerd in de [vernieuwde gezondheidsaanbevelingen beweging en sedentair gedrag van 2021](#), die met steun van het Agentschap Zorg en Gezondheid tot stand zijn gekomen. Deze verankering is belangrijk voor de motivatie van fysiek inactieve mensen, want binnen de bewegingsdriehoek ligt de nadruk op persoonlijke groei en haalbare beweegdoelen op maat.

De bewegingsdriehoek, de bijhorende tips, en ondersteunende materialen bieden een onderbouwde basis voor organisaties die gezondheid en beweging in hun beleidsvisie willen opnemen. Bij de nieuwe aanbevelingen hoort een [handig overzicht voor professionals](#), een reeks mooie [infografieken per leeftijdsgroep](#), en een online [beweegtest met actieplan](#), voorzien op de website van het Vlaams Instituut Gezond Leven.

Het Vlaams Instituut Gezond Leven en het Agentschap Zorg en Gezondheid hebben tijdens een thematische werkgroep de koepelorganisaties uit diverse beleidsdomeinen en sectoren - zoals gezondheid, welzijn, onderwijs, sport, mobiliteit - aangemoedigd om de aanbevelingen met bijbehorend materiaal en de bewegingsdriehoek op te nemen in hun beleidsvisie en communicatie naar hun leden.

Specifiek naar de welzijnssector zijn de nieuwe aanbevelingen ook geïntegreerd in de methodiek 'Gezonde Gasten'. Organisaties in de jeugdhulp kunnen helpen om de kansen op een goede gezondheid voor hun doelgroep te vergroten, door zelf een gezond aanbod te hebben en gezond gedrag bij de jongeren te stimuleren. Dit vanuit een positieve insteek en zoveel mogelijk aansluitend bij hun reguliere begeleidingsopdracht. De Gezonde Gasten-methodiek biedt hierin ondersteuning specifiek voor de thema's beweging, sedentair gedrag, voeding, gezond binnenmilieu en tabak. Dit gebeurt aan de hand van tools en praktijkvoorbeelden die zowel de procesbegeleider als de leefgroepbegeleiders helpen om met een gezondheidsbeleid aan de slag te gaan in de dagelijkse werking. Hiervoor zijn ook vormingen voorzien door het Vlaams Instituut Gezond Leven in samenwerking met Jongerenbegeleiding Informant (eerstvolgende in mei).

Onze partnerorganisatie het Vlaams Instituut Gezond Leven plant in 2021 ook een screening van haar bestaande ondersteuningsmiddelen voor onderwijs en kinderopvang, in functie van de toepasbaarheid voor de setting jeugdhulp. Op basis van deze screening en eventuele aanpassingen van deze ondersteuningsmiddelen voor beweging wordt nog een implementatieplan opgemaakt.

2. Naast de sociale mediacampagne wordt ingezet op verspreiding via de pers, de communicatie van koepelorganisaties alsook via stakeholders uit diverse sectoren (gezondheid, welzijn, onderwijs, sport, mobiliteit), en integratie in projecten. Bij de lancering heeft het Vlaams Instituut Gezond Leven een sociale mediacampagne gestart, die gericht was op specifieke doelgroepen (bv. ouderen) en professionals. Deze campagne heeft op minder dan 1 maand bijna 210.000 mensen bereikt. Verschillende persmedia hebben de aanbevelingen opgepikt en op die manier mee verspreid: onder andere Belga, Qmusic, en het Nieuwsblad met een uitgebreide bijdrage.

In functie van een brede bekendmaking en Health in all policies hebben het Vlaams Instituut Gezond Leven en het Agentschap Zorg en Gezondheid tijdens een thematische werkgroep koepelorganisaties uit diverse beleidsdomeinen en sectoren - zoals gezondheid, welzijn, onderwijs, sport, mobiliteit- uitgenodigd en aangemoedigd om de aanbevelingen op te nemen in hun communicatie en projecten. Verschillende organisaties hebben zich geëngageerd om de aanbevelingen te communiceren naar hun professionele achterban of leden via bijvoorbeeld nieuwsbrieven, ledenwerking en opleiding.

Voorbeelden zijn VIVEL via haar digitaal platform voor de Eerstelijnszones; Domus Medica via hun nieuwe webdossier 'Beweging'; meerdere organisaties zoals het Netwerk Duurzame Mobiliteit, Sport Vlaanderen, de ziekenfondsen en VVSG via hun e-zines of nieuwsbrieven; en de Vlaamse universiteiten via hun opleiding Bewegingswetenschappen en Gezondheidsvoorlichting- en bevordering.

Verschillende organisaties meldden ook te willen inspelen op de aanbevelingen tijdens hun campagnes, zoals Kind en Gezin in functie van meer bewegen in buiklig bij baby's, de campagne 30-30 van Bos+ en CM om meer te bewegen in buitenlucht, of de campagne '10.000 stappen - Elke stap telt' van het Vlaams Instituut Gezond Leven in samenwerking met de Vlaamse Logo's, het Agentschap Zorg en Gezondheid en Sport Vlaanderen. De aanbevelingen en de bewegingsdriehoek zijn ook een vaste pijler van het project Bewegen Op Verwijzing. In dit project hebben de coaches extra aandacht voor mensen met chronische aandoeningen: de aanbevelingen voorzien immers ook specifieke richtlijnen voor beweging bij 32 verschillende aandoeningen, zoals diabetes of zware depressie.