

meer mensen in beweging via samenwerking sport en zorg

5,4 miljoen

mensen hadden in 2019 minimaal eenmaal contact met de huisartsenpraktijk voor een chronische aandoening. Dit komt overeen met 31% van de Nederlandse bevolking.



Bijna de helft van de Nederlanders van 20 jaar en ouder is te zwaar.

49% 51%

Percentage NL'ers dat beweegnorm wel/niet haalt

- 1** Veel **inactieve mensen** met lage vitaliteit en ongezonde leefstijl zijn **in beeld bij de zorg**.



- 2** Door **samenwerking tussen Sport & Zorg** worden meer mensen vanuit zorg begeleid naar sport en bewegen.



Sporten verkleint het risico op een groot aantal aandoeningen als hart- en vaatziekten, obesitas, osteoporose en beroertes.

323

verschillende sportsoorten in Nederland

Sport zorgt voor een betere conditie, meer spierkracht, een goede nachtrust en een minder hoge medische consumptie



- 3** Meer mensen blijvend en met plezier in beweging, via een sport die bij hen past.