

12 september 2005

PERSBERICHT

Start Nationale Gezondheidstest 2005

Nederlanders willen wel

Duizenden Nederlanders hebben zich aangemeld voor een test met een persoonlijk advies.
Eerste buurten gaan strijden om de titel 'DE FITSTE BUURT van Nederland'

De zevende editie van de Nationale Gezondheidstest (NGT) gaat vandaag van start in Tilburg bij CZ Actief in Gezondheid. Om dit grootschalige project mogelijk te maken is dit jaar naast de steun van de Nederlandse Hartstichting en het ministerie van VWS ook een bijdrage van één van de grootste zorgverzekeraars van Nederland verkregen. Dit jaar kunnen weer een aantal van doelgroepen gratis deelnemen aan de Nationale Gezondheidstest. CZ biedt de NGT daarnaast aan 5.000 verzekerden aan. Het wetenschappelijke onderzoek van TNO, dat ieder jaar weer de aanleiding voor de NGT is, richt zich dit jaar met name op de conditie en fitheid van de Nederlandse bevolking. De onderzoeksresultaten dragen bij aan beleid om de Nederlandse bevolking gezonder, fitter en dunner te maken.

Gemakkelijk en goedkoop bewegen

Bij de Nationale Gezondheidstest (NGT) worden lengte, gewicht, buikomvang, conditie, buikspierkracht en leefstijl gemeten. De deelnemer krijgt direct na afloop een op de persoon toegesneden advies over bewegen, conditie, voeding, roken, alcohol en gewicht. De NGT wordt georganiseerd door het Projectbureau NGT bestaande uit TNO en Stichting Pur Sang.

Uit de resultaten van vorig jaar blijkt dat bijna driekwart van de deelnemers behoefte heeft aan maatjes om samen mee te fietsen, wandelen of sporten. Eenzelfde deel wil informatie en persoonlijk advies over voor hen geschikte beweeg- en sportmogelijkheden.

Daarnaast blijkt dat mensen die te weinig bewegen en het dringende advies krijgen om dit méér doen, vooral kiezen voor fietsen (83%), lopen (77%), huishoudelijke klussen (76%) en recreatief sporten (66%). Ze kiezen dus voor gemakkelijk uitvoerbare, goedkope beweegactiviteiten, waarvoor ze niet afhankelijk zijn van het lokale aanbod aan georganiseerde sport- en fitnessactiviteiten. Ook zijn het activiteiten die men gemakkelijk in het dagelijkse leefpatroon kan inbedden.

Buurten in beweging

De grote behoefte aan maatjes om gezamenlijk te kunnen bewegen en dit ook vol te blijven houden, is aanleiding om de deelcampagne 'DE FITSTE BUURT van Nederland' te starten. De afgelopen weken konden buurten de uitdaging aangaan in drie maanden de gemiddelde fitheid van de buurt te verbeteren. De deelnemers van deze deelcampagne worden in een landelijk netwerk van Fit!Ned dat bestaat uit 100 sport en beweegcentra voor het eerst getest in september. Over drie maanden worden de buurtgenoten na een intensieve periode van samen bewegen trainen opnieuw getest. Wie de titel 'DE FITSTE BUURT van Nederland' mag voeren wordt in januari 2006 bekend gemaakt. De resultaten van het wetenschappelijk onderzoek worden naar verwachting in het voorjaar van 2006 gepubliceerd.

Noot voor de redactie

- Voor vragen over de wetenschappelijke resultaten van de Nationale Gezondheidstest 2004: Yvonne Janssen, TNO Kwaliteit van Leven, telefoon 023 554 94 20 of 06 24 555 342, e-mail: y.janssen@arbeid.tno.nl
- Voor algemene vragen over de Nationale Gezondheidstest 2005, Inge van de Weem, Projectbureau Nationale Gezondheidstest, telefoon 06-24587990, e-mail: inge@nationalegezondheidstest.nl
- Voor vragen aan de Nederlandse Hartstichting: Lobke Spies , telefoon: 070 315 5542, e-mail: l.spies@hartstichting.nl
- Voor vragen aan het ministerie van VWS: Jan Brouwer de Koning, persvoorlichter Ministerie VWS, telefoon: 070-3405775, e-mail: j.brouwer.d.koning@minvws.nl
- Voor vragen aan CZ Actief in Gezondheid: Joan van Beek, hoofd communicatie CZ Actief in Gezondheid, telefoon: 013-5949621, e-mail: joan.van.beek@cz.nl