

De gezonde keuze, de makkelijke keuze

Jenneken Naaldenberg
Kristel van Anrooij
22 juni 2015



Radboudumc

De gezonde keuze, de makkelijke keuze

Mensen moeten zo min mogelijk drempels ondervinden wanneer zij er voor kiezen om gezond te leven. Daar kan vanuit verschillende sectoren een bijdrage aan worden geleverd. Voorbeelden zijn veilige fietspaden of parken die schoon zijn en waar je veilig kunt spelen, wandelen en hardlopen, gebouwen waar het nemen van de trap meer voor de hand ligt dan de lift en goed beschikbaar en herkenbaar aanbod van gezonde producten in de supermarkt en kantines.

- Landelijke nota gezondheidsbeleid 2011

Focus

- Niet op individueel gedrag maar op de omgeving.
- Wat kan er in de omgeving worden gedaan om gezonde keuzes makkelijker te maken?

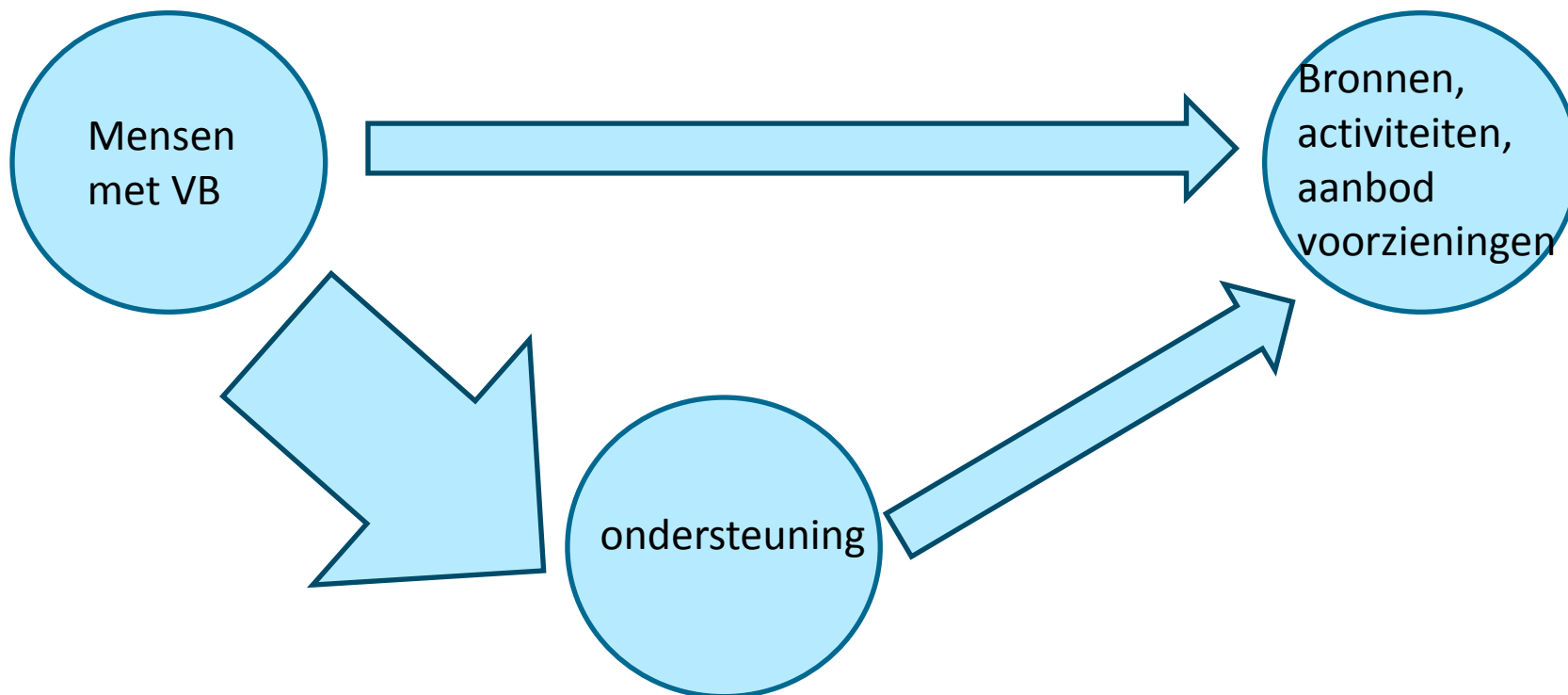


Aanleidingen

- **Gezond** moet vaak concurreren met **Gemak**, **Gewoon**, **Gezellig**, **Geluk**, **Genot** en is daarom niet altijd de makkelijke keuze (*de obesogene samenleving*)
- Integraal beleid kan belangrijke invloed hebben op een gezonde omgeving, zichtbaarheid is nodig.

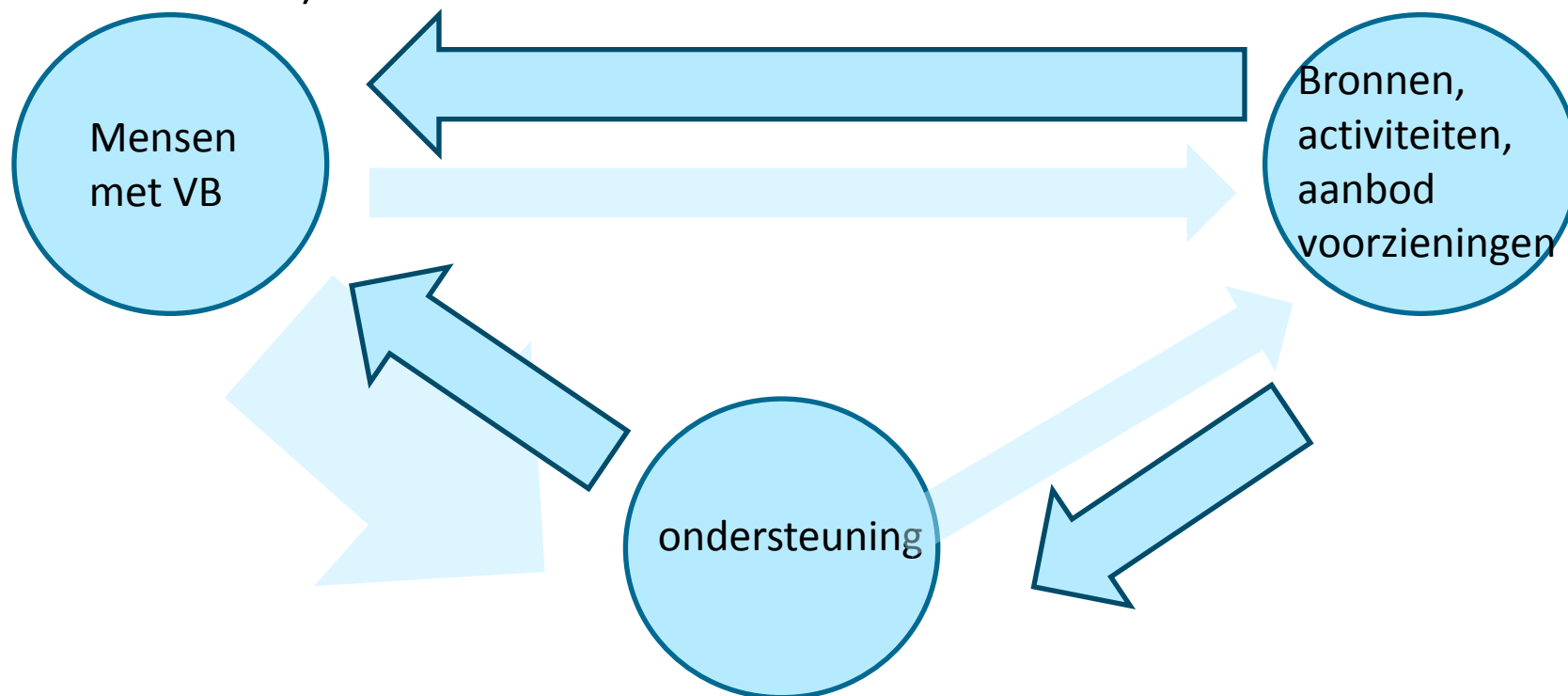
Gezond leven

Wie is de persoon? Waar liggen belangstellingen, wat werkt wel en wat niet? Wat is nodig om gebruik te maken van bestaande voorzieningen? Systematische werkwijze om tot goede individuele ondersteuning te komen



Vervolg?

Hoe kan de omgeving bijdragen aan het makkelijker maken van gezonde keuzes en een gezondere leefstijl? (niet het ondersteunen van individuen maar de omgeving veranderen zodat meer mensen er profijt van hebben)



Producten?

- Bouwstenen voor interventie ontwikkeling
- Richtlijnen voor beleid
- Scan voor implicaties van beleid en gemaakte keuzes op verschillende niveau's (micro-meso-macro)
- Handvatten voor duurzame implementatie leefstijlbeleid