

# Meer mensen sportief in beweging via samenwerking sport en zorg

**5,4 miljoen**

mensen hadden in 2022 minimaal eenmaal contact met de huisartsenpraktijk voor een chronische aandoening. Dit komt overeen met 30% van de Nederlandse bevolking.



De helft van de volwassenen Nederlanders is te zwaar.

**56%**

van de Nederlanders haalt de beweegnorm niet.

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



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



Sportief bewegen heeft een positief effect op het voorkomen en remmen van het ziekteproces van vele aandoeningen, zoals overgewicht, diabetes type 2, hart- en vaatzieken en reuma.

**339**

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.