

# Vlaming meet zich geen gezondere levensstijl aan

nieuws

We bewegen minder en eten ongezonder dan zeven jaar geleden. Nochtans waren er in 2008 ambitieuze doelstellingen rond voeding en beweging geformuleerd, om ons tegen 2015 tien procent gezonder te doen leven. Maar in plaats van vooruit te gaan, boeren we achteruit, zo schrijven de kranten van Mediahuis. Experts geloven dat de overheid doortastender moet durven ingrijpen en zien op vlak van gezondheidspromotie een sleutelrol weggelegd voor scholen.

🕒 23 MAART 2015 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:29

Lees meer over:

gezondheid



We bewegen minder en eten ongezonder dan zeven jaar geleden. Nochtans waren er in 2008 ambitieuze doelstellingen rond voeding en beweging geformuleerd, om ons tegen 2015 tien procent gezonder te doen leven. Maar in plaats van vooruit te gaan, boeren we achteruit, zo schrijven de kranten van Mediahuis. Experts geloven dat de overheid doortastender moet durven ingrijpen en zien op vlak van gezondheidspromotie een sleutelrol weggelegd voor scholen.

Om de vijf jaar ondervraagt het Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid 10.000 burgers over hun gezondheid en gedrag, onder wie 3.500 Vlamingen. Het aandeel Vlamingen dat dagelijks minstens een half uur beweegt en tijdens die inspanning iets dieper en sneller gaat ademen, is bijvoorbeeld van 45,1 procent in 2008 naar 39,7 procent in 2013 gedaald (-5,4%). Er zijn ook iets minder baby's die op dag 6 na de geboorte borstvoeding krijgen. En het aandeel Vlamingen dat dagelijks groenten eet, daalde tussen 2008 en 2013 van 87,5 procent naar 79,3 procent (-8,2%). Toenmalig Vlaams minister van Welzijn Steven Vanackere had samen met honderden experts in 2008 ambitieuze doelstellingen geformuleerd, maar die zullen we eind dit jaar niet halen. Sterker, zo schrijft De Standaard, uit de beschikbare cijfers blijkt dat we er sinds 2008 alleen maar op achteruit zijn gegaan. De krant laat experts aan het woord die het gebrek aan vooruitgang wijten aan een gebrek aan politieke moed om in te grijpen. "Hoe komt het bijvoorbeeld dat niet elke Vlaamse gemeente deelneemt aan het tienduizend-stappen-plan (o.a. stappentellers uitdelen) om mensen meer verplaatsingen te voet te laten doen? Waarom neemt niet elke Vlaamse school deel aan het Tutti Frutti-project dat fruit op school promoot?"

Lieven Annemans, professor gezondheidseconomie aan de UGent en één van de deelnemers aan de conferentie in 2008, zoekt een verklaring in de groeiende ongelijkheid. "Wie onderaan de sociaaleconomische ladder staat, bereik je veel moeilijker met gezondheidspreventie. Omdat die groep is gegroeid, is het gemiddelde verslechterd." Annemans en zijn collega Patrick Mullie van de VUB zien voor scholen een sleutelrol weggelegd voor gezondheidspromotie. "Daar bereik je werkelijk iedereen", aldus Mullie. "Bij volwassenen is het vaak al te laat om hun gedrag bij te sturen." Professor Annemans werkt momenteel aan een Europees project rond voeding en beweging waarbij de onderzoekers proberen om via de scholen niet alleen de kinderen maar ook hun ouders aan te zetten tot gezonder gedrag. "Als blijkt dat het werkt, moet het project navolging krijgen. In alle Vlaamse scholen."

**Bron:** De Standaard / Belga

## VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17  
1000 Bruxelles

## Contact

M • info@vilt.be

## Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: <https://www.facebook.com/vilt.nieuws/>

screenreader.visit us on our linkedin page: <https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/>

screenreader.visit us on our instagram page: <https://www.instagram.com/vilt.nieuws>

screenreader.visit us on our x page: [https://x.com/vilt\\_nieuws](https://x.com/vilt_nieuws)

screenreader.visit us on our bluesky page: <https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social>

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by Who Owns The Zebra