

# De gezonde mens

## van sport tot functionele voeding

Dit focusgebied is erop gericht de kennis over beweging en voeding te benutten om het lichaam fit te houden en gezond te maken. Oost-Nederland beschikt over een groot aantal sport-, gezondheids- en kennisinstellingen dat onderzoek doet naar de optimalisatie van beweging en naar producten en programma's die bijdragen aan een meer verantwoord leef- en voedingspatroon. Het sportmedisch centrum op het Goffert-terrein in Nijmegen is actief bezig met het stimuleren van beweging voor kinderen met overgewicht. In Papendal, waar de Gelderse Sportfederatie en de sportkoepel NOC\*NSF zetelen, wordt in de praktijk onderzoek gedaan naar prestatiebevorderende voedingspatronen in combinatie met trainingsprogramma's. In academische instellingen zoals het UMC St Radboud Nijmegen, de Radboud Universiteit, de Wageningen Universiteit en Research Centre en de Universiteit Twente wordt onderzoek gedaan naar de gevolgen van eetgewoontes op het welzijn en welbevinden.



### B-Fit project

B-Fit is een bewegingsproject dat door Health Valley wordt ondersteund. De initiatiefnemers van dit project spannen zich in om overgewicht en bewegingsarmoede in Gelderland te bestrijden. Health Valley biedt hierbij ondersteuning in de vorm van de ontwikkeling van mini 'field labs' op basisscholen. Nieuwe sport- en spelproducten worden hier getest door de leerlingen. Denk bijvoorbeeld aan nieuwe generatie sporttoestellen, skelters en fruit- en groentemachines.

### Kansen voor ondernemers in de regio

Overgewicht is een toenemend probleem in Nederland. Momenteel is ruim 50% van de mannen en 40% van de vrouwen te zwaar. Overgewicht kan tot ernstige gezondheidsproblemen leiden, zoals diabetes, hypertensie, hart- en vaatziekten en een verkorte levensduur. Overheden, maar ook zorgverzekeraars, willen zich inzetten om dit probleem het hoofd te bieden. Ondernemers uit de regio kunnen inspelen op deze trend met nieuwe producten en diensten waarmee overgewicht kan worden voorkomen. Innovaties op het gebied van sport- en spelstimulering moeten mensen - jong en oud - uitdagen om meer te gaan bewegen. Innovaties op het gebied van verantwoorde en smakvolle voeding moeten er toe bijdragen dat de energiehuishouding weer in balans komt.

