



Reportages

6 Gezonder Nederland

Wat is er nodig om Nederland gezonder te maken? Alle initiatieven en hun effectiviteit op een rij.

14 Productverbetering

De verschillende ambities en geboekte resultaten van het Akkoord Verbetering Productsamenstelling.

18 Nieuwe bewegrichtlijnen

Allemaal aan de krachttraining en voorkom stilzitten. De Nieuwe Bewegrichtlijnen 2017 en hoe ze tot stand kwamen.

23 Voeding vs beweging

Het moet allebei: gezonder eten én meer bewegen. Maar wat helpt chronische ziekten het beste voorkomen? Een vergelijking van beide richtlijnen.

26 Gezond eten voor kinderen

Verwacht: nieuwe NZO-brochures over gezond eten voor kinderen én voor zwangere vrouwen.

Editorial

De kracht van het samen doen



Nederland loopt voorop in Europa als het om onze gezondheid en ons lichaamsgewicht gaat. Dat neemt niet weg dat ongeveer de helft van ons last heeft van overgewicht en daaruit voortkomende ongemakken en ziekten. Er valt dus nog veel winst te boeken voor de volksgezondheid. Die winst kun je als individu behalen door gezonder te eten en meer te bewegen. In deze Voeding Magazine besteden we daarom aandacht aan de nieuwe Bewegrichtlijn van de Gezondheidsraad en zoeken we antwoord op de vraag wat nou de meeste gezondheidswinst oplevert: gezonder eten of meer bewegen?

Maar helaas redt lang niet iedereen het om zelf tot een gezondere leefstijl te komen. We leven immers in een omgeving die gezonder eten of meer bewegen niet altijd stimuleert. In dit nummer laten we zien wat er in Nederland wordt gedaan aan het bevorderen van gezonde voeding en het tegengaan van overgewicht. Veel bedrijven, instellingen en ook de overheid hebben ingezet op het adagium 'De gezonde keuze moet de makkelijke keuze worden'. Met name op het gebied van productherformulering is de afgelopen jaren veel gebeurd. In een reportage daarover is te lezen welke productcategorieën toezeggingen hebben gedaan voor het verlagen van de gehalten zout, vet en suiker in hun producten. En wat er concreet al is bereikt in Nederland.

Ook in Europa is opeens aandacht voor het gezonder maken van producten. Uit persoonlijke ervaring weet ik dat die omslag voornamelijk is te danken aan minister Schippers. In een uitgebreid interview geeft zij haar visie op productherformulering en de kracht van 'het samen doen'. Daarnaast biedt ze ons ook een kijkje in hoe zij tijdens het Nederlands Europees voorzitterschap meerdere landen in beweging kreeg om producten te gaan herformuleren. Een prestatie van formaat.

Stephan Peters

Hoofdredacteur Voeding Magazine
@StephanDenHaag



nederlandse zuivel organisatie

Colofon Voeding Magazine Jaargang 30, oktober 2017 Voeding Magazine is een uitgave van de Nederlandse Zuivel Organisatie (NZO) en verschijnt vier keer per jaar. **Redactie** Stephan Peters (hoofdredacteur) en Jolande Valkenburg (eindredactie) van de Nederlandse Zuivel Organisatie. **Redactionele medewerkers** Manon van Eijsden (Voedingsjungle), Aliëtte Jonkers, Anneke Palsma (Palsma Sportvoedingsadviesbureau), Michelle van Roost (Voedingsjungle) en Peter Wolfs (NZO) **Fotografie** Arenda Oomen, ANP **Illustraties** Dannes Wegman, FNLI **Coverbeeld** Arenda Oomen **Vormgeving** Elan Strategie & Creatie **Realisatie** Opmeer, Den Haag (CO₂-neutraal geproduceerd) **Gratis abonneren en adreswijzigingen** www.zuivelengezondheid.nl/voedingmagazine **Redactieadres** NZO Redactie Voeding Magazine Benoordenhoutseweg 46 2596 BC Den Haag, redactie@voedingmagazine.nl **Copyright** Uit deze uitgave mag worden geciteerd wanneer hiervoor schriftelijk toestemming is verleend door de NZO, afdeling Communicatie.