



Mededeling

PB02-133
28 juni 2002
10.30 uur

INDEX: Beweging

Vandaag, vrijdag 28 juni, verschijnt het zesde nummer van INDEX in 2002. In dit nummer staat het thema bewegen centraal. De volgende onderwerpen komen in deze INDEX aan bod.

Mensen zijn steeds minder gaan bewegen en dat is slecht voor de gezondheid. Dat stelt prof. dr. Harm Kuipers, hoogleraar bewegingswetenschappen aan de Universiteit Maastricht, in zijn bijdrage aan deze INDEX. Gebrek aan beweging speelt een belangrijke rol bij het ontstaan van hart- en vaatziekten, suikerziekte, botontkalking en spierzwakte. Regelmatige lichamelijke activiteit leidt tot een betere afweer en een grotere stresstolerantie en kan een belangrijke bijdrage leveren aan de preventie van deze welvaartsziekten. Bewegen is ook een (goedkoop) middel voor ouderen om de mobiliteit en zelfstandigheid in stand te houden en om de gevolgen van lichamelijke en geestelijke veroudering af te remmen.

Meer sporters

Ruim zes miljoen Nederlanders van 15 jaar of ouder hebben in 2001 wekelijks gesport. Daarmee is het aantal sporters tussen 1997 en 2001 licht toegenomen. Een kwart van de sporters is vijf uur of meer per week met zijn of haar sport bezig. De overigen zijn één tot vijf uur per week actief op het sportveld of in de sporthal.

Stabiele beweegpatronen

In 2000 sportte van de Nederlanders van 12 jaar en ouder 51 procent, fietste 42 procent en wandelde 49 procent ten minste één uur per week. Dat is bijna net zoveel als in de jaren daarvoor. Alleen het sporten zit in de lift met een stijging van 4 procentpunt ten opzichte van de jaren 1997-1999. Het beweegpatroon is daarmee stabiel, maar volgens de gangbare norm voor gezond bewegen onvoldoende. De toenemende aandacht voor een actieve leefstijl in de afgelopen jaren lijkt nog maar weinig effect te hebben.

Lopend op weg

Lopen is voor de meeste Nederlanders zo gewoon dat we ons niet realiseren hoe belangrijk lopen is in ons verplaatsingspatroon. Zonder erbij stil te staan,

Voor achtergrondinformatie en meer details over dit onderwerp kunt u contact opnemen met dhr. dr. F. Otten, **tel. (045) 570 72 75**.

Overige informatie kunt u verkrijgen bij de persdienst van het CBS.

Tel. (070) 337 58 16

Fax (070) 337 59 71

E-mail: persdienst@cbs.nl

www.cbs.nl

Het CBS
is een dienst van
het Ministerie van
Economische Zaken

leggen we jaarlijks een behoorlijke afstand te voet af. Per dag valt de gemiddelde afstand van bijna 600 meter natuurlijk reuze mee. Maar per jaar overbrugt de gemiddelde Nederlander ongeveer 208 kilometer, dat is de afstand tussen Amsterdam en Maastricht.

Leefstijl mannen ongezonder

In 2000 komen roken, overmatig drinken en overgewicht bij mannen meer voor dan bij vrouwen. Trendcijfers tonen wel verschillende ontwikkelingen tussen mannen en vrouwen. Zo hebben in het afgelopen decennium relatief meer mannen dan vrouwen de nicotine afgezworen en is bij vrouwen het percentage personen dat alcohol nuttigt iets sterker gestegen dan bij mannen.

Verhuisbewegingen

In 2000 waren er ruim een half miljoen verhuizingen. Bijna 30 procent van de verhuisde huishoudens zijn starters. Zij gaan voor het eerst zelfstandig wonen en komen vaak terecht in een huurwoning. De gegevens voor dit artikel komen uit het *Woningbehoefte Onderzoek 2000*.

Minder groei in ICT-markt

In de jaren 1997–2000 groeide de productie van de ICT-sector nog met 14 procent of meer per jaar. Die tijd is voorbij. In 2001 is de groei van de ICT-sector 4,6 procent. Dat is overigens nog steeds hoger dan de gemiddelde economische groei in ons land (1,1 procent). Ook is de schaarste aan ICT'ers afgenomen.

Flexpensioenen

Sinds een aantal jaren is er sprake van een verschuiving van VUT naar prepensioenen. Het aantal VUT-uitkeringen aan mannen verminderde van 125 duizend in 1995 tot 85 duizend in 2000. Met name onder de mannen van 61 jaar of ouder is het aantal VUT-uitkeringen afgenomen. Tegelijkertijd nam onder deze mannen het aantal prepensioenen met 22 duizend toe tot 35 duizend. Het aantal mannen jonger dan 60 jaar met een prepensioen verdubbelde in deze periode tot 20 duizend.

Levenskansen sinds 1850 sterk toegenomen

Van degenen die behoorden tot de generaties die zijn geboren rond 1850 werd nog niet de helft ouder dan 50 jaar. Van de generaties uit het begin van de twintigste eeuw bereikte de helft de 75-jarige leeftijd. Deze toegenomen overlevingskans is vooral toe te schrijven aan de sterftereductie in de eerste jaren na de geboorte.

Conjunctuurbericht

In het blad is verder het *Conjunctuurbericht* opgenomen met daarin de meest recente cijfers over de Nederlandse economie.