

**O**p verjaardagsfeestjes is het altijd een hele 'uitdaging' om uit te leggen wat voor werk hij nu eigenlijk doet. Daan Bultje is tweeenhalf jaar directeur van Healthy Ageing Netwerk Noord-Nederland, kortweg HANNN.

Het HANNN probeert sinds zijn oprichting in 2009 de bevolking van Noord-Nederland 'gezonder oud te laten worden'. Of dat een beetje lukt? „Nee, het doel van een gezondere bevolking is niet bereikt”, erkent Bultje meteen. „Deze regio is nog steeds relatief ongezond. Ongezonder dan de rest van Nederland.”

Zijn Healthy Ageing Netwerk heeft het imago van een praat- en lobbyclub. Bultje zegt een hekel te hebben aan wollig taalgebruik. „Maar soms hoor ik mezelf die termen gebruiken. Als HANNN hebben we veel ondernemingen en instellingen aan ons kunnen binden. We hebben veel meters gemaakt op het gebied van coalitievorming. We hebben kunnen bewijzen dat we een goede infrastructuur hebben neergezet. Daarnaast steken we ook tijd in concrete projecten op het gebied van voeding, *life science* en *e-health*.”

Het netwerk had vlak voor de zomervakantie een feestje te vieren. In een competitie met andere regio's in Europa werd HANNN door de Europese Commissie uitgeroepen tot koploper in Europa op het terrein van Healthy Ageing. Liefst 78 regio's uit 22 Europese lidstaten deden mee voor een plek op een ranglijst van de commissie. Met een soort Michelinsterren beoordeelde de commissie wat er allemaal gedaan wordt aan gezondheidsbeleid.

„We zijn kampioen Healthy Ageing”, stelt de Bultje trots in een persverklaring. „Dit is een eer die een selecte groep van acht regio's toevalt. Met deze erkenning wordt de zichtbaarheid van Noord-Nederland in Europa vergroot, komen kennisinstellingen en andere organisaties sneller in aanmerking voor internationale samenwerking en wordt het voor bedrijven makkelijker om innovaties op het gebied van gezondheid te exporteren.”

Toch komt het een beetje vreemd over. Kampioen Healthy Ageing. Terwijl mensen hier minder oud worden dan elders en aan het eind van hun leven meer jaren in een slechte gezondheid leven? Terwijl hier meer mensen dood gaan aan longziekten, hartinfarcten en kanker? Terwijl mensen in Noord-Nederland gemiddeld minder jaren in goede gezondheid leven?

Het gaat erom dat de overheid, bedrijven en onderwijsinstellingen alles goed hebben geregeld. „We staan allemaal in de startblokken om de gezondheid te verbeteren”, zegt Bultje. „Er zijn regio's met een eigen regionaal ministerie van volksgezondheid. Er zijn andere organisaties zoals de Gelders-Overijsselse Health Valley, de Eindhovense Brainport, de Medical Delta (Rotterdam/Leiden/Delft). Ze hebben allemaal minder sterren gescoord in deze ranglijst, dus dit is wel iets om trots op te zijn”, vindt hij.

Zijn organisatie HANNN is in 2009 opgericht door de Rijksuniversiteit en het Universitair Medisch Centrum (UMCG) in Groningen. Het academische ziekenhuis had het thema Healthy Ageing net gekozen als speerpunt voor de komende jaren. Het Noorden is een regio met relatief veel ouderen; het UMCG heeft nogal wat te bieden op het gebied van zorg en onderzoek. Maar RUG en UMCG zijn stad-Groningse organisaties en het was zaak, zo vonden indertijd de UMCG-bestuurders, om ook Friesland, Drenthe en de Groninger Ommelanden erbij te betrekken. En daarbij zou het mooi zijn om ook de noordelijke bedrijven en hogescholen voor het netwerk te interesseren.

HANNN is gevestigd in een pand naast het

# EUROPEES KAMPIOEN HEALTHY AGEING

Het Healthy Ageing Netwerk Noord-Nederland is volgens de Europese Commissie een voorbeeld voor andere regio's. Wat heeft de bevolking daaraan? Directeur Daan Bultje geeft antwoord.

Arend van Wijngaarden

UMCG en houdt ook kantoor op de campus van de hogescholen NHL en Stenden in Leeuwarden. Het netwerk heeft een jaarbudget van 375.000 euro, geld van de provincies, en bijna vier fulltime medewerkers. Daarmee worden allerlei bijeenkomsten gehouden, worden plannen gemaakt en vooral worden de initiatieven die er al zijn met elkaar verbonden. Het idee is dat bedrijven die uitvindingen doen of nieuwe producten ontwikkelen op het gebied van zorg verder komen door samen te werken. Bedrijven zoals FrieslandCampina of Avebe, die gezondere voe-

***‘Als we zeggen dat bier en bitterballen moeten worden verboden, wil natuurlijk niemand meer met ons praten’***

ding kunnen produceren. Of als de medische techbedrijven in Roden, die hulpmiddelen maken voor bij operaties of voor in patiënten.

Oké, heel mooi dat in Noord-Nederland een betere stent wordt gemaakt voor hartpatiënten ... Maar hoe wordt de bevolking daarvan gezonder? „De politiek” wil graag dat we ons richten op het ondersteunen van het MKB, het midden- en kleinbedrijf, dus doen we dat”, zegt Bultje. „Maar we hebben een

veel bredere maatschappelijke agenda”, vervolgt hij. „We willen de samenleving veranderen zodat mensen gezonder oud worden. En de grote verschillen in gezondheid verkleinen die bestaan tussen arm en rijk. Niet dat mensen ouder moeten worden, maar wel dat ze aan het eind van hun leven minder jaren lijden aan ziektes.”

Hoe doe je dat? „We zijn niet de pastoor met het opgeheven vingertje die mensen maant tot gezonder leven. Wel weten we waar de problemen liggen en wat er beter zou kunnen, maar mensen moeten het uiteindelijk toch zelf doen.” Een slecht voorbeeld volgens Bultje: strenge regels opstellen voor sportkantines. „Als we zeggen dat bier en bitterballen moeten worden verboden, dan wil natuurlijk niemand meer met ons praten. Het is handiger met een positieve boodschap te komen.”

Zodoende kwam Bultje vorig jaar met de term Blue Zone op de proppen. Blue Zones zijn plekken op de wereld waar mensen aanzienlijk ouder worden dan gemiddeld. Het eiland Okinawa in Japan, een deel van Sardinië, een dorp in Californië. Op de een of andere manier leven de bewoners gezonder (zie ook het artikel elders in deze bijlage). Dat zou ook in het noorden van Nederland moeten kunnen, vindt Bultje. Het Noorden als eerste door mensen gemaakte blauwe zone, *The First Man-made Blue Zone*.

Die positieve boodschap is wel aangeslagen, meent Bultje. „Je kunt wel voortdurend wijzen op de ellende hier. Meer rokers, meer overgewicht, een lagere levensverwachting ... het zijn nogal deprimerende beelden. Dat roept nog meer negativiteit op. Het is als de

bekende Groningse uitspraak *het is niks, het was niks en het zal ook nooit wat worden*.

Na zijn boodschap van de Blue Zones werd HANNN benaderd door tal van partijen, zegt Bultje. „De Maripaan Groep bijvoorbeeld, een franchiseorganisatie van Jumbo in Groningen en Friesland. Zij wilde met ons om de tafel om te kijken wat zij in hun supermarkten kunnen doen. Natuurlijk staat voor de supermarkten de omzet voorop en zullen ze ook ongezondere producten blijven verkopen. Maar er is misschien toch iets te doen in het aanbod, in de wijze waarop de winkels zijn ingericht en in promotie-activiteiten.”

HANNN werd eveneens benaderd door Alescon, sociale werkplaatsen in Assen en Hoogeveen. „Om te kijken wat er bij hen te doen is in de kantines of in het personeelsbeleid.” Het echte vraagstuk is volgens hem 'hoe gezondere keuzes normaal te maken'.

***‘Als je het snoepvak in de kantine vervangt door appels en sla, maak je mensen niet blij. Maar er moet wel wat veranderen’***

„Binnen je 'comfort zone' blijven en toch gezonder worden.”

Dat valt niet mee. Kijk naar de negatieve reacties op het plan van de Groningse crèche Stichting SKSG, die besloot voortaan geen zoete drankjes en snoep meer aan de kinderen te geven, maar gezondere alternatieven. „Een deel van de ouders werd woest. Je neemt ons kind alle gezelligheid en warmte af ... zulke reacties. Moeten onze kinderen de hele dag alleen maar water drinken en witlof eten?”

Het moet dus subtieler. Voetbalclub GRC Groningen wil bijvoorbeeld de gezondste voetbalclub van Nederland worden. Ook al zo'n mooi doel. „We zijn er met een aantal voedingsexperts van het UMCG geweest, om minder zout te doen in de satésaus die ze daar serveren. De deskundigen hadden een kruidenmix waarmee het net zo lekker smaakt, maar dus zonder zout.”

Deze kleine praktische dingen ziet hij voor zich. „Als je het hele snoepvak in de kantine vervangt door appels en sla, maak je mensen niet blij. Maar uiteindelijk moet er wel iets veranderen in de vaste routine.”

De term Blue Zone helpt daarbij, denkt hij. Een concreet plannetje is om verder te gaan met de zogeheten Blauwe Wierde. „Samen met bedrijven als het bouwconcern VolkerWessels combineren we nieuwe manieren om aardbevingbestendig te bouwen met een gezondere woonomgeving. Niet alleen aardbevingbestendig maar ook levensloopbestendig. Zo zouden we op kleine schaal, bijvoorbeeld een dorp, kunnen beginnen met dorpstuinen, een omgeving die uitnodigt tot bewegen, noem maar op. Ik verwacht over drie jaar drie plekken in het Noorden te kunnen bestempelen als Blue Zone. En dan hopen we dat langzamerhand alles blauwer wordt.”

Daan Bultje geeft gratis toegankelijke kennissessies op Gezondheid & Co *het event*. Vrijdag 1 september van 18.45 tot 19.15 uur, zaterdag 1 oktober van 11.15 tot 11.45 uur, en zondag 2 oktober van 11.15 tot 11.45 uur.



