

Gezonde start voor een Gezonde Generatie

Wij zetten ons als maatschappelijke partijen in voor een gezonde, gelukkige en kansrijke start voor ieder kind in Nederland. Omdat tijdens de eerste duizend dagen, geteld van 100 dagen voor de bevruchting tot en met het tweede levensjaar, de grootste (gezondheids)winst kan worden behaald, voor de rest van ons leven. Fysiek, sociaal en mentaal. Uit onderzoek blijkt dat 80% van de maatschappelijke kosten wordt veroorzaakt door 20% van de bevolking. Zij hadden bijna allemaal een slechte start in het leven. We hebben een gezamenlijke verantwoordelijkheid het tij te keren.

Tijdens de eerste duizend dagen wordt de basis gelegd die ons hele leven meegaat. Er is geen andere periode waarin we ons meer ontwikkelen en harder groeien dan tijdens dat allerprilste begin; en geen andere fase waarin je zo veel verschil kunt maken. Door te investeren in een gezonde, veilige en kansrijke start tijdens de eerste duizend dagen verkleinen we de kans op gezondheidsproblemen als hart- en vaatziekten, longziekten, diabetes, depressie, overgewicht, kanker en verslavingen. En vergroten we de kans op een goede ontwikkeling en kansrijke toekomst voor alle kinderen. Zie ook [deze animatie](#).

Dat is hard nodig, want het gaat niet goed met de gezondheid van Nederland. Een op de zes kinderen heeft een slechte start, één op de vijf jongeren heeft psychische problemen en meer dan de helft van de Nederlanders lijdt aan één of meerdere chronische aandoeningen. Dit heeft ook consequenties voor het kunnen participeren in de samenleving.

Investeren in een goede start tijdens de eerste duizend dagen, betekent vooral ook investeren in de belangrijkste personen in het leven van een kind: de ouders. Iedere ouder gunt zijn of haar kind een goede start en toch blijkt dat nog niet altijd zo makkelijk. Geen geld, tijd en te veel stress zijn de meest genoemde belemmeringen. Het ouderschap maakt trots en ook kwetsbaar. Het kan uitdagend en intensief zijn, ongeacht inkomen, achtergrond of opleiding. Het is een nieuwe rol die, met vallen en opstaan, zonder ervaring of opleiding wordt vervuld. In de eerste duizend dagen leren baby's en kinderen ontzettend veel, maar dit geldt ook voor hun ouders.

'Er zijn' voor ouders heeft een groot effect op hen en de volgende generatie. Familie, vrienden, burens, collega's, werkgevers, zorgverleners; iedereen kan iets betekenen. Dat hoeft niet ingewikkeld, groots of meeslepend. Het zijn juist vaak de kleine dingen die een groot verschil maken. Zoals een welgemeend compliment, een luisterend oor, een gezonde warme maaltijd of een extra paar handen om de zorg wat te verlichten.

Naast deze sociale support, heeft ook de overheid een belangrijke rol in het steunen van ouders, juist tijdens die cruciale eerste duizend dagen. Ouders hebben een overheid nodig die hen ziet en hoort en aansluit bij hun behoeften. Een overheid die zorgt voor een omgeving waarin het ouders makkelijker wordt gemaakt hun kind(eren) een goede start te geven. Door bijvoorbeeld goede, gratis kinderopvang voor iedereen en ruim ouderschapsverlof voor beide partners.

Zo voelen alle ouders in Nederland dat ze het niet alleen hoeven te doen en laten we samen de volgende generatie zo gezond, gelukkig en kansrijk mogelijk opgroeien. Daar worden we uiteindelijk allemaal beter van.

Samen voor de Gezonde Generatie!

