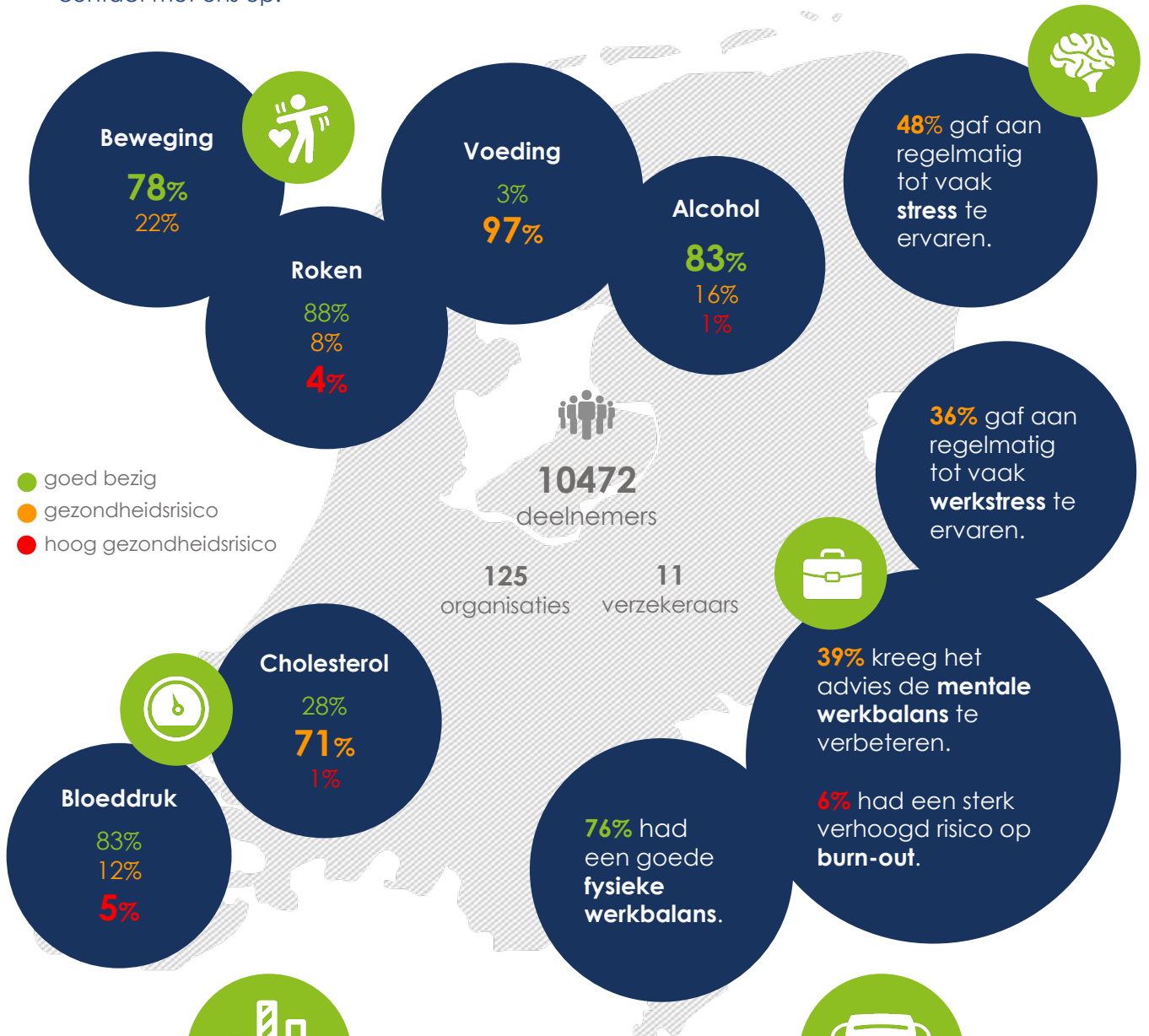


# Hoe gezond was Nederland in 2020?

&niped geeft jaarlijks duizenden mensen inzicht in de gezondheid én motiveert hen om in beweging te komen voor een **gezonder leven**. Dat wensen wij voor iedereen. Ook in 2020 heeft een grote groep Nederlanders deelgenomen aan **de Persoonlijke Gezondheidscheck**. Een greep uit onze data delen wij met jou.

Wil je meer weten, of inzichtelijk maken hoe gezond en vitaal jouw organisatie is? Neem dan contact met ons op.



- ✓ **Hoog opgeleiden** bewogen vaker **te weinig** dan mensen met andere opleidingsniveaus.
- ✓ Inwoners van **Limburg**ervaarden het vaakst een **verminderde fysieke werkbalans**.
- ✓ **Mannen** hadden vaker te **hoge cholesterolwaarden** dan vrouwen.

- ✓ **34%** van onze deelnemers gaf aan zich **bewuster te zijn van hun gezondheid** dan vóór de coronacrisis. Zij ervaarden daarnaast ook **meer stress** dan degenen die zich niet bewuster zijn geworden.