



## Maak kennis met het PROTEIN-project

**PROTEIN** 'PeRsOnalized nutriTion for hEalthy livINg', oftewel gepersonaliseerde voeding voor een gezonde leefstijl. Dit Europese project maakt met behulp van technologie voeding en lichaamsbeweging op maat mogelijk. Zo helpt het mensen gezondere keuzes te maken op basis van hun eigen, unieke wensen en behoeften. Bij de ontwikkeling van deze methoden wordt gebruik gemaakt van de nieuwste informatie- en communicatietechnologieën (ICT), zoals draagbare apparaten en inzet van kunstmatige intelligentie. Wetenschappers onderzoeken welke aanpak het beste werkt voor de gebruikers. Het **PROTEIN**-team is een multidisciplinair samenwerkingsverband van Europese publieke en private organisaties die de gezondheid en het welzijn van mensen willen verbeteren.

### Waarom PROTEIN?

Ongezonde eetgewoonten en te weinig lichaamsbeweging kunnen leiden tot ernstige chronische aandoeningen, zoals diabetes, obesitas, hoge bloeddruk en bepaalde vormen van kanker. Er zijn allerlei redenen waarom mensen niet of minder gezond eten of te weinig bewegen. Het ontwikkelen van wetenschappelijk onderbouwde methoden om mensen op individueel niveau te helpen naar een gezondere leefstijl kan een belangrijke stap zijn in het verminderen van de gevolgen van chronische aandoeningen in Europa. De nieuwste ICT-technologieën en onderzoeken over voeding, beweging en het voorkómen van aandoeningen dragen bij aan innovaties om gezondheid en een gezonde leefstijl in heel Europa te stimuleren.

Op basis van wetenschappelijke onderzoek en technologische expertise geeft **PROTEIN** inzicht in de motivatie om gezond te eten en te bewegen, gebaseerd op persoonlijke omstandigheden, voorkeuren en gezondheidstoestand.

Vervolgens zetten de **PROTEIN**-wetenschappers een innovatief ecosysteem op om mensen te helpen die gezondere eet- en beweginggewoonten willen aanleren.



# Het PROTEIN-project draagt bij aan een goede gezondheid door



Consumenten te helpen boodschappenlijstjes op maat te maken aan de hand van individuele voedingspatronen.



Consumenten te helpen om in (online) restaurants keuzes op maat te maken.



Mensen te helpen om thuis gezonde maaltijden te bereiden die zijn afgestemd op hun eigen specifieke behoeften zoals beweegpatroon, gezondheidstoestand of individuele voedselvoorkeuren.



Mensen te ondersteunen die een gepersonaliseerd dieet nodig hebben of die onder controle van een voedingsdeskundige, diëtist of bewegingsspecialist staan, zoals mensen met diabetes of topsporters.



Gezondheidsprofessionals, zoals diëtisten en bewegingstherapeuten, te ondersteunen bij hun zorgverlening aan mensen met een chronische aandoening of aan anderen die speciale voeding en lichaamsbeweging nodig hebben.



Levensmiddelenbedrijven te helpen consumenten voeding op maat aan te bieden dat afgestemd is op hun individuele behoeften.



Onderzoekers op het gebied van voeding, lichaamsbeweging, preventie en beheer van chronische ziekten en ICT te ondersteunen.



Beleidsmakers te ondersteunen die zich bezighouden met voeding, lichaamsbeweging en chronische aandoeningen.



Burgers van de Europese Unie met belangstelling voor gezondheid en welzijn te helpen hun gezondheid en die van hun familie te verbeteren.