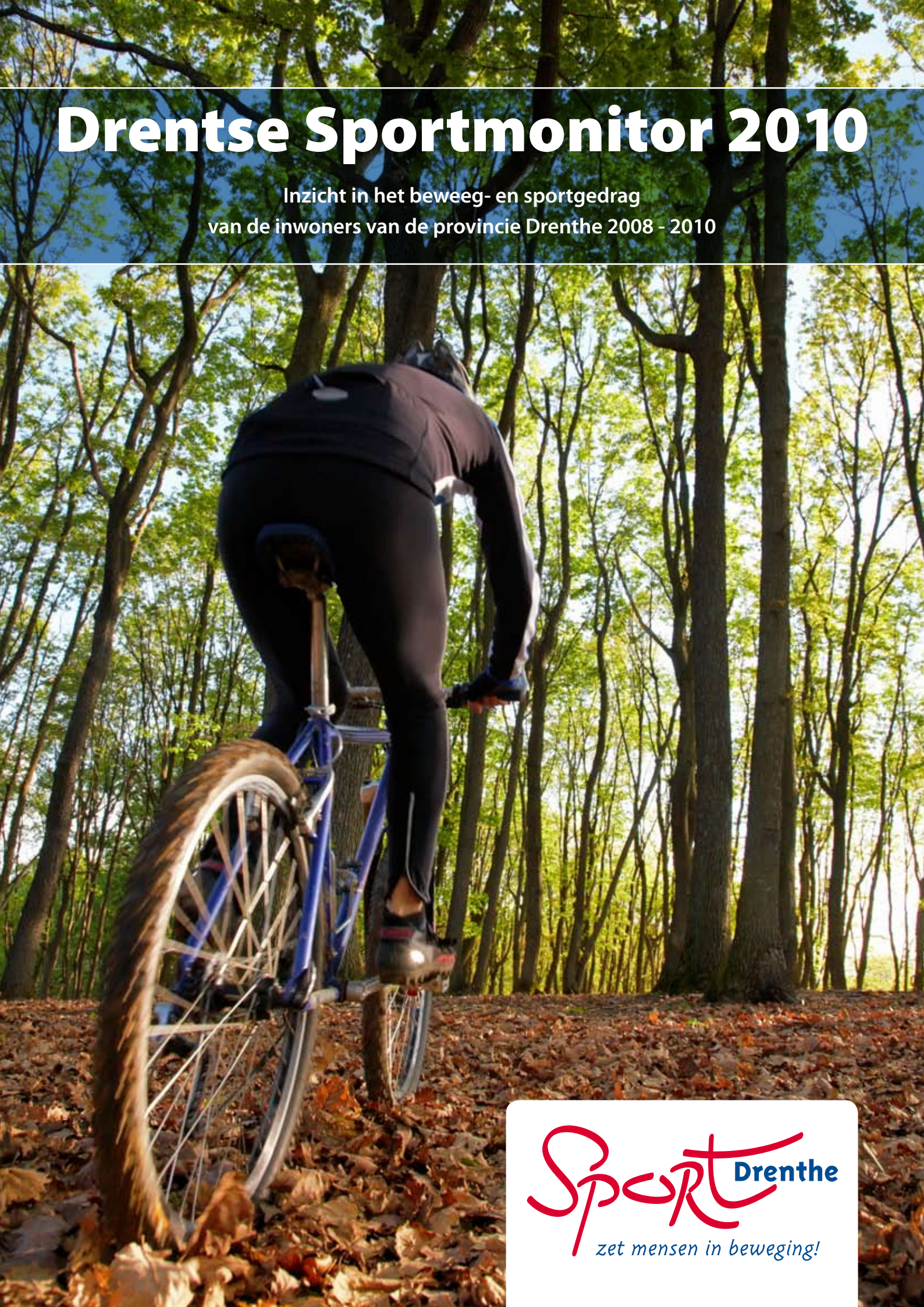
Drentse Sportmonitor 2010

Inzicht in het beweeg- en sportgedrag
van de inwoners van de provincie Drenthe 2008 - 2010



Sport Drenthe
zet mensen in beweging!

Colofon

Auteur
Drs. N.T. Schouwenaars

Redactie
P.H.J. Schouwink

Met medewerking van
W.J.H. Mulier Instituut

Uitgave
SportDrenthe
Postbus 84
7900 AB Hoogeveen
www.sportdrenthe.nl

Vormgeving en realisatie
/pet drukkers en vormgeving

December 2010
In opdracht van de provincie Drenthe

Auteursrechten voorbehouden.
© Copyright 2010, SportDrenthe

Het auteursrecht van deze publicatie berust bij SportDrenthe. Gehele of gedeeltelijke overname van teksten is toegestaan, mits daarbij de bron wordt vermeld. Vermenigvuldiging en/of publicatie in een andere vorm dan deze uitgave is slechts toegestaan na schriftelijke toestemming van SportDrenthe.

Inhoudsopgave

Voorwoord **4**

Samenvatting **5**

Inleiding **7**

Hoofdstuk 1. Bewegen **9**
1.1 Inleiding 9
1.2 De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) 9
1.3 De fitnorm 10
1.4 Inactiviteit 11
1.5 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten 11

Hoofdstuk 2. Sport **13**
2.1 Inleiding 13
2.2 Sportparticipatie 13
2.3 Frequentie van sporten 13
2.4 Sportverband 14
2.5 Aantal beoefende sporten 15
2.6 Populariteitsrangorde 15
2.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten 15

Hoofdstuk 3. Doelgroepen **19**
3.1 Inleiding 19
3.2 Body Mass Index (BMI) 19
3.3 Sociaal economische status (SES) 21
3.4 Eenzaamheid 22
3.5 55-plussers 23
3.6 Mensen met een beperking 23
3.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten 24

Hoofdstuk 4. Bewegen & sport per doelgroep **27**
4.1 Inleiding 27
4.2 BMI en bewegen & sport 27
4.3 SES en bewegen & sport 28
4.4 Eenzaamheid en bewegen & sport 28
4.5 55-plussers en bewegen & sport 29
4.6 Mensen met een beperking en bewegen & sport 30
4.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten 31

Hoofdstuk 5. Motieven om wel of niet te sporten **33**
5.1 Inleiding 33
5.2 Motieven om te sporten 33
5.3 Motieven om niet te sporten 33
5.4 Beleving van de Olympische Spelen 2028 in Drenthe 35
5.5 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten 35

Bijlage: Methodeverantwoording **37**

Voorwoord

Geachte lezer,

De Drentse Sportmonitor is in 2007 door SportDrenthe, in opdracht van de provincie Drenthe, ontwikkeld en geeft relevante informatie en analyses op het gebied van bewegen en sport in Drenthe.

Met de uitvoering van de Sportmonitor in 2008 is een nulmeting gehouden. Met de Drentse Sportmonitor 2010 heeft een vervolgmeting plaatsgevonden en kunnen de eerste trends worden waargenomen, die van belang zijn voor de beleidsvorming of -ombuiging op de gebieden die onderzocht zijn.

Gezien de omvang van de ondervraagde groep is het bijzondere van deze Sportmonitor dat er zeer nauwkeurige cijfers zijn verkregen. Verschillende normen, doelgroepen en gezondheidskenmerken zijn aan elkaar gekoppeld, waardoor het mogelijk is om per regio in Drenthe uitspraken te doen.

De Drentse Sportmonitor wordt al gebruikt voor de nulmetingen bij het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (NASB). Informatie die gemeenten kunnen vergelijken met het provinciale of regionale beeld. Behalve dat we zo over cijfers beschikken, kunnen we ook veel beter de locaties aanwijzen waar mogelijke interventies gericht kunnen en/of moeten plaatsvinden.

Met de opdracht van de provincie Drenthe voor de ontwikkeling en uitvoering van de Drentse Sportmonitor hebben de provincie, gemeenten en beleidsmakers een waardevol instrument in handen.



Hans de Lang
Directeur SportDrenthe

Sport Drenthe
zet mensen in beweging!

Samenvatting

Bewegen

- De afgelopen twee jaar zijn meer inwoners van Drenthe matig intensief gaan bewegen. In 2010 voldoet 50% van de inwoners van Drenthe aan de NNGB. Toch blijft de hoeveelheid beweging achter ten opzichte van het landelijk gemiddelde (61%). In Drenthe voldoen mensen met een hoge sociaal economische status (SES) minder vaak aan de NNGB. Uit landelijk onderzoek blijkt juist dat mensen met obesitas en 55- t/m 79-jarigen minder vaak aan de NNGB voldoen. Dit geldt echter niet voor de inwoners van Drenthe.

- Meer inwoners zijn intensief gaan bewegen. 44% voldoet aan de fitnorm. Dit is beduidend hoger dan het landelijk gemiddelde van 24%. In Drenthe voldoen minder vrouwen, 55- t/m 79-jarigen en niet-sporters aan de fitnorm. Uit landelijk onderzoek blijkt dat daarnaast ook lage SES groepen en mensen met overgewicht minder vaak aan de fitnorm voldoen.

- De inactiviteit is afgenomen. 2% is inactief. Landelijk is dit percentage hoger, namelijk 6%. Eenzame mensen zijn vaker inactief dan niet-eenzame mensen.

Sport

- De sportparticipatie is toegenomen met 2%. 74% van de inwoners sport minimaal 12 keer per jaar. 55% sport minimaal 1 keer per week. De meest beoefende sporten zijn fitness (conditie), wielrennen en hardlopen. Hardlopen is vooral bij de leeftijdscategorie 18 t/m 34 jaar populair. Mannen zijn vaker lid van een sportvereniging dan vrouwen. Vrouwen sporten daarentegen vaker in commercieel verband. 18- t/m 34-jarigen sporten meer dan 35- t/m 54-jarigen en 55- t/m 79-jarigen. Mensen met obesitas zijn minder vaak lid van een sportvereniging dan mensen met een gezond gewicht. Wel sporten ze even vaak in commercieel verband. Mensen met een lage SES sporten minder vaak dan mensen met een hoge SES. Mensen met een lage SES zijn minder vaak lid van een sportvereniging en sporten ook minder vaak in commercieel verband. Dit geldt zowel voor de provincie Drenthe als voor heel Nederland. Eenzame mensen zijn minder vaak lid van een sportvereniging en sporten, evenals mensen met een lage SES, minder vaak in commercieel verband dan niet-eenzame mensen.

Doelgroepen

- In Drenthe ligt het percentage overgewicht op 51%, waarvan 40% overgewicht en 11% obesitas. Dit ligt nog steeds iets boven het landelijk gemiddelde van 47% (35% overgewicht en 12% obesitas). Bij de lage SES groep komt meer overgewicht en obesitas voor dan bij de andere SES groepen. Het verschil in overgewicht en obesitas tussen de SES groepen komt overeen met het landelijke beeld. 39% van de inwoners geeft aan wel eens eenzaam te zijn, in meer of mindere mate. Momenteel valt 27% van de inwoners van Drenthe in de leeftijdscategorie 55 t/m 79 jaar. Drenthe is, naast Zeeland en Limburg, een van de sterkst vergrijzende provincies van Nederland. Van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening heeft het merendeel een chronische aandoening. Vrouwen hebben meer chronische aandoeningen dan mannen.

Motieven om wel of niet te sporten en beleving van de Olympische Spelen 2028

- De belangrijkste motieven om te sporten, zijn gezondheid/fitheid, plezierbeleving/ontspanning en sociale contacten/gezelligheid. Deze motieven zijn onveranderd en voor alle leeftijdscategorieën gelijk. De belangrijkste motieven om niet te sporten, zijn lichamelijk niet in staat zijn om te sporten en geen tijd. Dit komt overeen met de landelijke motieven.

- 58% van de inwoners van de provincie Drenthe is er voor om de Olympische Spelen van 2028 naar Nederland te halen. Vooral de leeftijdscategorie 18 t/m 34 jaar is voor, maar liefst 77%.

Adviezen voor beleid

De resultaten op sportbeoefening zijn goed voor de provincie Drenthe. Op het gebied van bewegen valt nog vrij veel winst te behalen. Voor de keuze van interventies is het belangrijk om in te zetten op groepen waarbij op dit terrein meer ongunstig gedrag voorkomt. Deze groepen zijn kort genoemd in de samenvatting en worden verder beschreven in dit onderzoek. Bij de keuze van interventies is het belangrijk om in te spelen op de sportmotieven van de verschillende subgroepen.

Inleiding

Aanleiding

In 2008 is de Drentse Sportmonitor voor de eerste keer afgenomen onder de inwoners van de provincie. Dit jaar is de Sportmonitor herhaald. Hierdoor is er een begin gezet van een trendlijn. Opnieuw is in kaart gebracht hoe vaak de inwoners van de provincie Drenthe voldoen aan de NNGB en andere beweegnormen, en hoe vaak ze sporten. De cijfers zijn in beeld gebracht per regio (Noord-Drenthe, Midden-Drenthe, Zuidwest-Drenthe en Zuidoost Drenthe), per leeftijdscategorie (18 t/m 34 jaar, 35 t/m 54 jaar en 55 t/m 79 jaar) en voor mannen en vrouwen. Daarnaast zijn specifieke doelgroepen belicht. Deze doelgroepen worden vaak in relatie gebracht met gezondheid, en daardoor ook met bewegingsachterstanden. Het gaat hierbij om overgewicht, sociaal economische status, eenzaamheid, 55-plussers en mensen met een beperking en/of chronische aandoening. In deze Sportmonitor is de Drentse situatie in kaart gebracht en wordt zij vergeleken met de landelijke situatie.

Leeswijzer

De Drentse Sportmonitor begint met een hoofdstuk over bewegen, hierin komen de belangrijkste beweegnormen aan bod. In hoofdstuk 2 wordt ingegaan op sportbeoefening, waarna in hoofdstuk 3 een beschrijving van de geselecteerde doelgroepen wordt gegeven. In hoofdstuk 4 wordt per doelgroep ingegaan op de mate van bewegen en sport, en hoofdstuk 5 geeft een overzicht van de motieven om wel of niet te sporten. Tot slot wordt in de bijlage de onderzoeksmethode toegelicht.



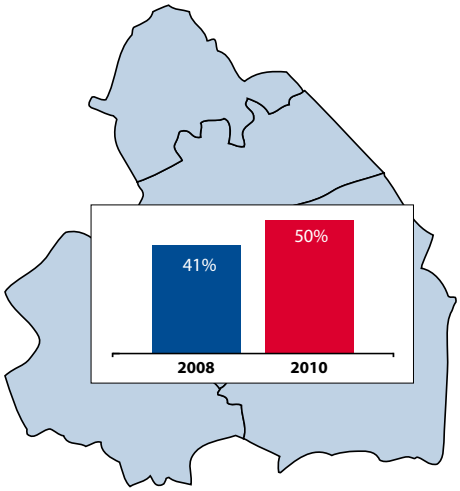
Hoofdstuk 1. Bewegen

1.1 Inleiding

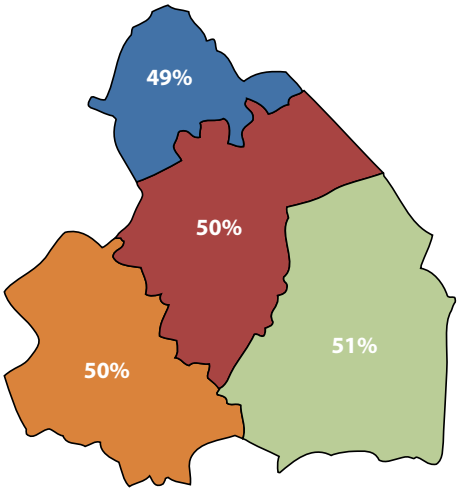
De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) is in 1998 vastgesteld door Nederlandse experts. De norm voor volwassenen (18 jaar en ouder) luidt: een half uur matig intensieve lichamelijke activiteit op ten minste vijf, maar bij voorkeur alle, dagen van de week. Naast de Nederlandse Norm Gezond Bewegen is het ook belangrijk om te kijken naar andere landelijke normen die zijn opgesteld door TNO Kwaliteit van Leven. Landelijke cijfers worden sinds 2000 door middel van de enquête Ongevallen en Bewegen in Nederland (OBiN) continu gemeten. Daarom is in dit hoofdstuk tevens weergegeven hoeveel procent van de mensen aan de fitnorm voldoet en hoeveel procent inactief is.

1.2 De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)

In 2010 voldoet 50% van de inwoners van Drenthe aan de NNGB. Geconcludeerd kan worden dat de inwoners in de afgelopen twee jaren meer zijn gaan bewegen. In 2008 voldeed namelijk 41% van de inwoners aan deze norm. In de regio's zijn de onderlinge verschillen klein. In de regio Zuidoost Drenthe voldoet 51% van de inwoners aan de NNGB, terwijl dit in de regio Noord-Drenthe 49% is. De andere twee regio's (Zuidwest-Drenthe en Midden-Drenthe) liggen gelijk aan het Drentse gemiddelde.



Figuur 1.1 *NNGB in 2008 en 2010 in de provincie Drenthe*



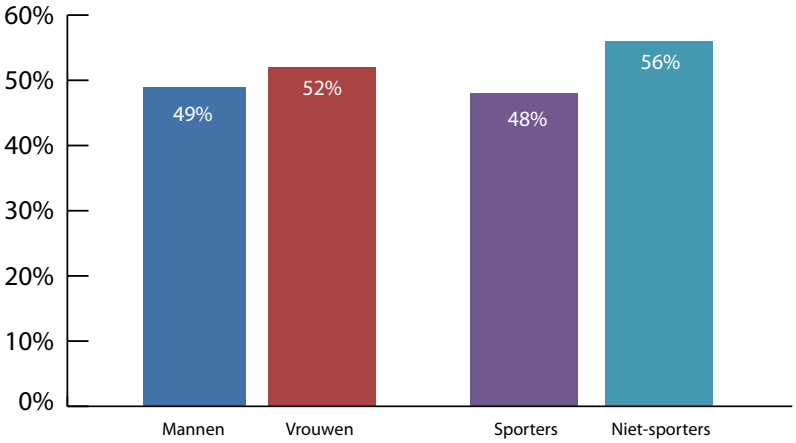
Figuur 1.2 *NNGB in 2010 in de vier Drentse regio's*

Wie voldoen er vaker aan de NNGB?

Mannen en vrouwen hebben allebei een gelijkwaardige toename, van rond de 9%. Bij de 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen is de toename hoger (11% toename) dan bij de 55- t/m 79-jarigen. In 2010 voldoet 52% van de 18- t/m 34-jarigen, 52% van de 35- t/m 54-jarigen en 48% van de 55- t/m 79-jarigen aan de NNGB.

Wanneer gekeken wordt naar de groepen mensen die minder aan de NNGB voldoen, dan valt het volgende op:

- Mannen voldoen minder vaak aan de NNGB dan vrouwen.
- Sporters voldoen minder vaak aan de NNGB dan niet-sporters.

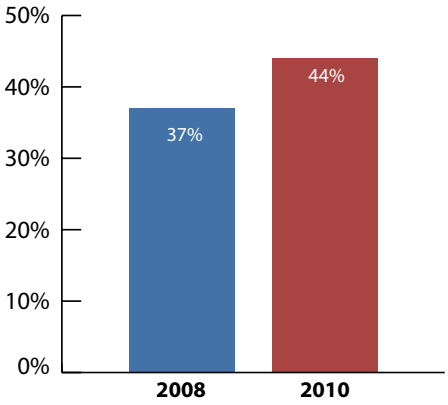


Figuur 1.3 *NNGB naar geslacht en sportbeoefening*

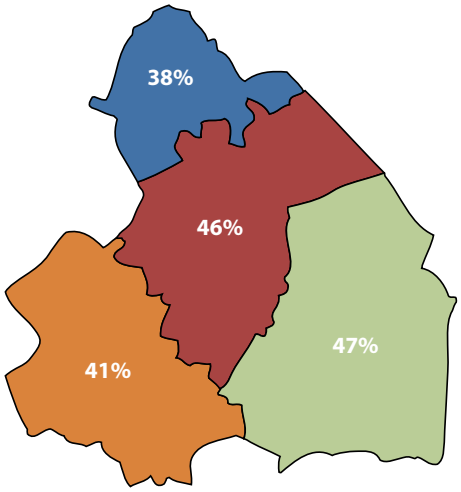
1.3 De fitnorm

De fitnorm luidt: driemaal per week minimaal 20 minuten intensief bewegen.

In 2010 voldoet 44% van de inwoners van Drenthe aan de fitnorm. Dit is een toename ten opzichte van 2008, toen 37% van de inwoners aan deze norm voldeed.



Figuur 1.4 *Fitnorm in 2008 en 2010 in de provincie Drenthe*



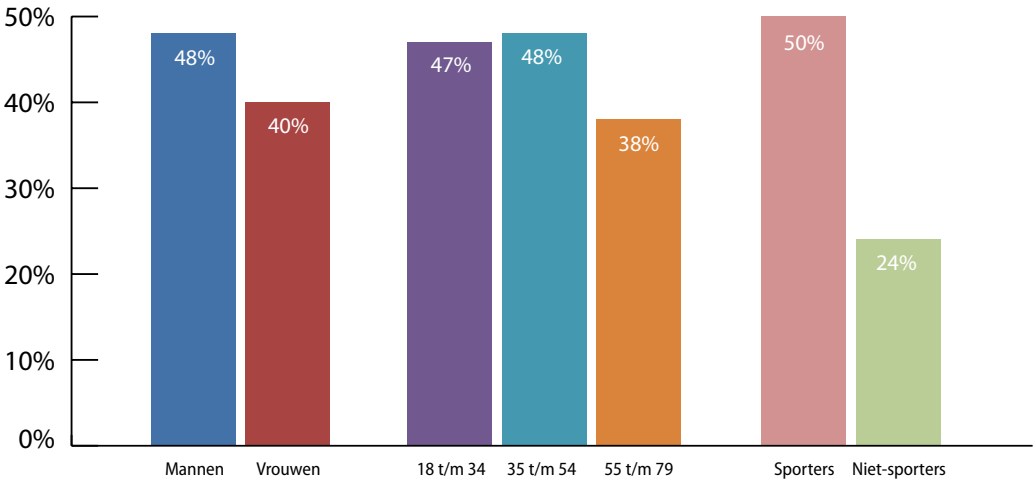
Figuur 1.5 *Fitnorm in 2010 in de vier Drentse regio's*

Wie voldoen er vaker aan de fitnorm?

Mannen zijn iets meer gaan bewegen dan vrouwen (10% toename ten opzichte van 4% toename). De 35- t/m 54-jarigen zijn meer gaan bewegen volgens deze norm (12% toename ten opzichte van 4% toename in de andere leeftijdscategorieën).

Wanneer gekeken wordt naar de groepen mensen die minder aan de fitnorm voldoen, dan valt het volgende op:

- Vrouwen voldoen minder vaak aan de fitnorm.
- 55- t/m 79-jarigen voldoen minder vaak aan de fitnorm.
- Niet-sporters voldoen minder vaak aan de fitnorm.



Figuur 1.6 *Fitnorm naar geslacht, leeftijdscategorie en sportbeoefening*

1.4 Inactiviteit

Volwassenen zijn lichamelijk inactief als zij geen enkele dag ten minste 30 minuten matig actief zijn. In 2008 was 3% van de inwoners inactief, in 2010 is dit percentage gedaald naar 2%.

1.5 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

De inwoners van de provincie Drenthe zijn de afgelopen twee jaar meer gaan bewegen volgens de NNGB. In 2008 lag het gemiddelde nog op 44%, in 2010 is dit gestegen naar 50%. De meest recente landelijke cijfers komen uit het Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008 - 2009 . In 2009 ligt het landelijk gemiddelde van de inwoners dat voldoet aan de NNGB op 61%.

Ook voldoen meer inwoners aan de fitnorm dan in 2008 (44% in 2010 ten opzichte van 37% in 2008). Landelijk voldoet 24% van de inwoners aan de fitnorm.

2% van de inwoners is inactief. Dit betekent dat zij geen enkele dag in de week minimaal 30 minuten actief zijn. Landelijk ligt dit percentage hoger, namelijk op 6%[1].

[1] *Hildebrandt, V.H., Chorus, A.M.J. en Stubbe, J.H. (2010). Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008 - 2009. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.*

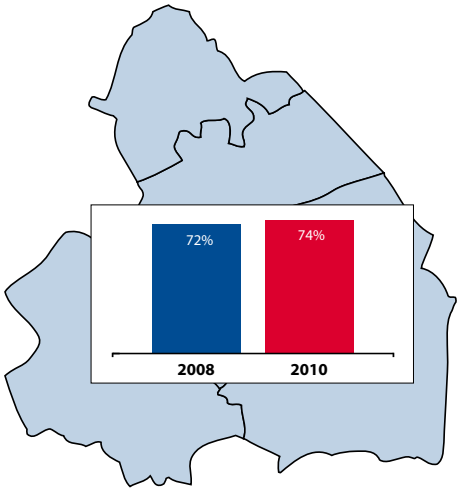

LIQUIGAS
234
211
2192 FZL
FIAT
Skoda

Hoofdstuk 2. Sport

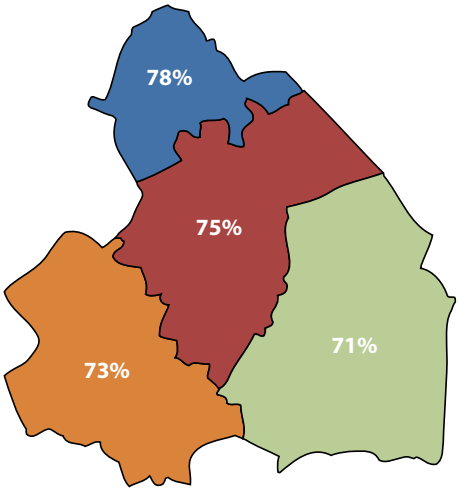
2.1 Inleiding

Sportparticipatie wordt landelijk door het W.J.H. Mulier Instituut gemeten door middel van de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO). Iemand is sporter als hij/zij minimaal 12 keer per jaar sport. Deelname aan sport vindt in verschillende verbanden plaats. Dit kan in georganiseerd verband, door lid te zijn van een vereniging, of in commercieel verband, door lid te zijn van een fitnesscentrum. Andere mogelijkheden zijn sporten georganiseerd of aangeboden door het werk, of ongebonden; gewoon hardlopen in je vrije tijd. Om een goede vergelijking mogelijk te maken met landelijke resultaten is de RSO opgenomen in de Drentse Sportmonitor.

2.2 Sportparticipatie



Figuur 2.1 *Sportparticipatie in 2008 en 2010 in Drenthe*



Figuur 2.2 *Sportparticipatie in 2010 in de vier regio's*

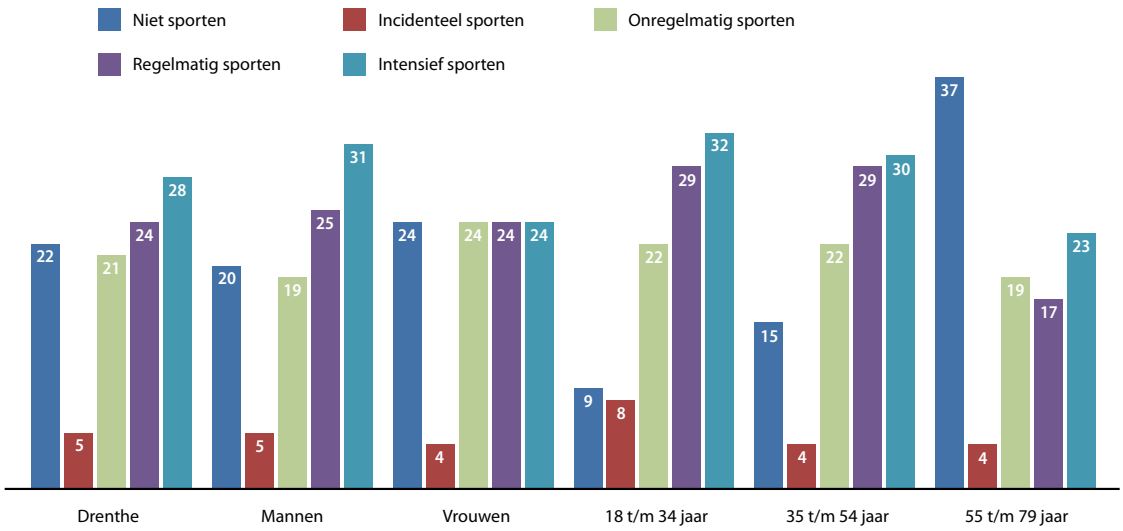
De sportparticipatie is met 2% gestegen, van 72% in 2008 naar 74% in 2010.

SportDrenthe is van mening dat wanneer iemand minimaal 1 keer per week sport, hij/zij als sporter gezien kan worden. Als de cijfers zijn omgerekend naar 1 keer per week sporten, betekent dit dat 55% van de inwoners van de provincie Drenthe minimaal 1 keer per week sport. In 2008 lag dit percentage nog op 51%. De toename zit vooral in het percentage mannen dat meer is gaan sporten (5% toename), het percentage 18- t/m 34-jarigen (6% toename) en het percentage 35- t/m 54-jarigen (8% toename).

2.3 Frequentie van sporten

Naast de norm van minimaal 12 keer per jaar, of minimaal 1 keer per week, sporten is vanuit de RSO een verdeling gemaakt in vijf categorieën: niet sporten (0 keer per jaar), incidenteel sporten (tot 12 keer per jaar), onregelmatig sporten (12 tot 59 keer per jaar), regelmatig sporten (60 tot 119 keer per jaar) en intensief sporten (vanaf 120 keer per jaar).

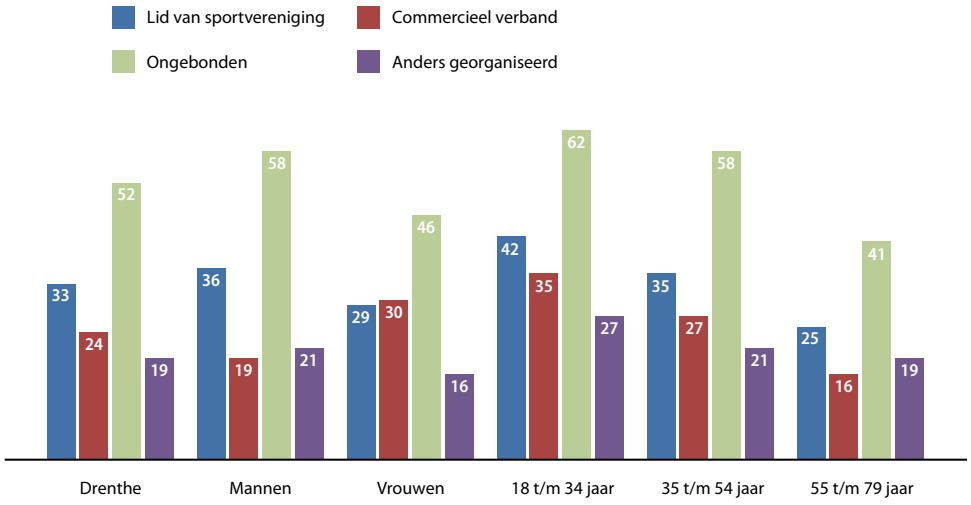
Mannen sporten vaker intensief dan vrouwen. Dit kwam ook al terug in de fitnorm. 55- t/m 79-jarigen sporten vaak helemaal niet.



Figuur 2.3 *Frequentie sportparticipatie in de provincie Drenthe, naar geslacht en leeftijdscategorie in percentages*

2.4 Sportverband

Iemand kan meerdere sporten beoefenen en daarom ook in meerdere verbanden sporten. 33% van de inwoners van Drenthe sport in georganiseerd verband, ofwel is lid van een sportvereniging, 24% sport in commercieel verband en 52% sport ongebonden. Daarnaast sport 19% nog anders georganiseerd. Mannen zijn vaker lid van een sportvereniging dan vrouwen, ook sporten mannen vaker ongebonden. Vrouwen sporten juist vaker in commercieel verband. 18- t/m 34-jarigen sporten meer dan 35- t/m 54-jarigen en 55- t/m 79-jarigen, en zijn vaker lid van een sportvereniging. Ook sporten 18- t/m 34-jarigen vaker in commercieel verband of juist ongebonden. 50% van de inwoners van Drenthe maakt gebruik van een binnensportaccommodatie, 50% van een ander soort voorziening, 6% van een openbare ruimte en 25% van een buitensportaccommodatie.



Figuur 2.4 *Organisatorisch verband sportbeoefening in de provincie Drenthe, naar geslacht en leeftijdscategorie in percentages*

2.5 Aantal beoefende sporten

Gemiddeld beoefent een inwoner 2,4 sporten. 18- t/m 34-jarigen beoefenen meer sporten dan 35- t/m 54-jarigen en 55- t/m 79-jarigen (gemiddeld 4,0 sporten voor 18- t/m 34-jarigen tegenover 1,5 sport voor 55- t/m 79-jarigen). Mannen beoefenen meer sporten dan vrouwen (respectievelijk 2,8 en 2,1 sporten).

2.6 Populariteitsrangorde

De top 3 van meest beoefende sporten, is 1) fitness (conditie), 2) wielrennen (inclusief mountainbiken en toerfietsen) en 3) hardlopen. Hardlopen is populairder dan in 2008. Toen stond de sport nog op de vierde plaats en wandelsport op de derde plaats.

Tabel 2.1 *Top 10 meest beoefende sporten in de provincie Drenthe*

1	Fitness (conditie)	14%
2	Wielrennen/mountainbiken/toerfietsen	12%
3	Hardlopen/joggen/trimmen	12%
4	Wandelsport	11%
5	Fitness (kracht)	9%
6	Andere sport	6%
7	Zwemsport	4%
8	Tennis	4%
9	Veldvoetbal	3%
10	Volleybal	3%

Hardlopen is vooral bij 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen populair. De wandelsport staat bij de 55- t/m 79-jarigen op nummer 1.

Tabel 2.2 *Top 3 meest beoefende sporten naar leeftijdscategorie*

	18 t/m 34 jaar	35 t/m 54 jaar	55 t/m 79 jaar
1	Hardlopen/joggen/trimmen 15%	Hardlopen/joggen/trimmen 15%	Wandelsport 15%
2	Fitness (conditie) 13%	Fitness (conditie) 14%	Fitness (conditie) 15%
3	Wielrennen/mountainbiken/ toerfietsen 12%	Wielrennen/mountainbiken/ toerfietsen 12%	Wielrennen/mountainbiken/ toerfietsen 13%

2.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

De sportparticipatie van de inwoners van de provincie Drenthe is iets toegenomen, van 72% in 2008 naar 74% in 2010. Landelijk sport 60% minimaal 12 keer per jaar.

In 2010 sport 55% van de inwoners minimaal 1 keer per week, in 2008 lag dit percentage nog op 51%. De toename zit vooral in het percentage mannen dat meer is gaan sporten (5% toename) en het percentage 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen (respectievelijk 6% en 8% toename). 38% van de Nederlanders sport minimaal 1 keer per week. De Drentse gemiddelden liggen dus flink hoger.

33% van de inwoners sport in georganiseerd verband, ofwel is lid van een sportvereniging. 24% sport in commercieel verband en 52% sport ongebonden. Mannen zijn vaker lid van een sportvereniging dan vrouwen. Ook sporten mannen vaker ongebonden. Vrouwen sporten daarentegen vaker in commercieel verband. Jongeren sporten meer dan ouderen en zijn vaker lid van een sportvereniging. Daarnaast sporten ze vaker in commercieel verband of juist ongebonden.

De meest beoefende sporten zijn fitness (conditie), wielrennen (inclusief mountainbiken en toerfietsen) en hardlopen. Hardlopen is vooral bij de leeftijdscategorie 18 t/m 34 jaar populair. De top drie van meest beoefende sporten in Drenthe komt grotendeels overeen met de top drie van Nederland (fitness, wandelen en fietsen)[2].

[2] *Sportdeelname in cross national perspectief. W.J.H. Mulier Instituut, Den Bosch, oktober 2010.*



Hoofdstuk 3. Doelgroepen

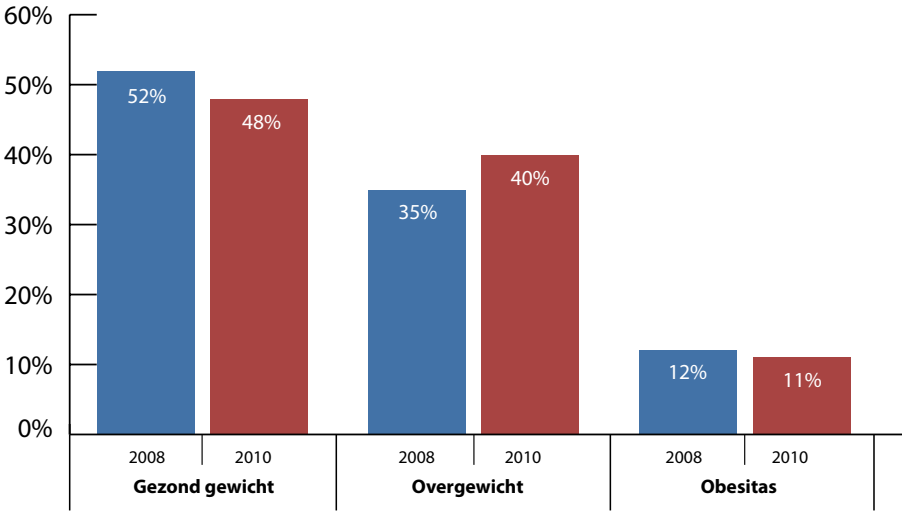
3.1 Inleiding

Het is bekend dat (ernstig) overgewicht nadelige gevolgen kan hebben voor de gezondheid en dat er door de sociaal economische status gezondheidsverschillen kunnen optreden. Daarom worden in dit rapport gewicht, in de term Body Mass Index (BMI), en sociaal economische status (SES) in relatie gebracht met bewegen en sport. Ook eenzaamheid heeft gezondheidsgevolgen. Bewegen kan, als middel, worden ingezet om eenzaamheid te verminderen, daarom is dit onderwerp tevens in relatie gebracht met bewegen en sport. 55-plussers en mensen met een beperking zijn bestaande doelgroepen waarop beweeg- en sportbeleid wordt geschreven. In dit hoofdstuk wordt de situatie in Drenthe geschetst, waarna in het volgende hoofdstuk de beweeg- en sportsituatie van deze groepen wordt beschreven.

3.2 Body Mass Index (BMI)

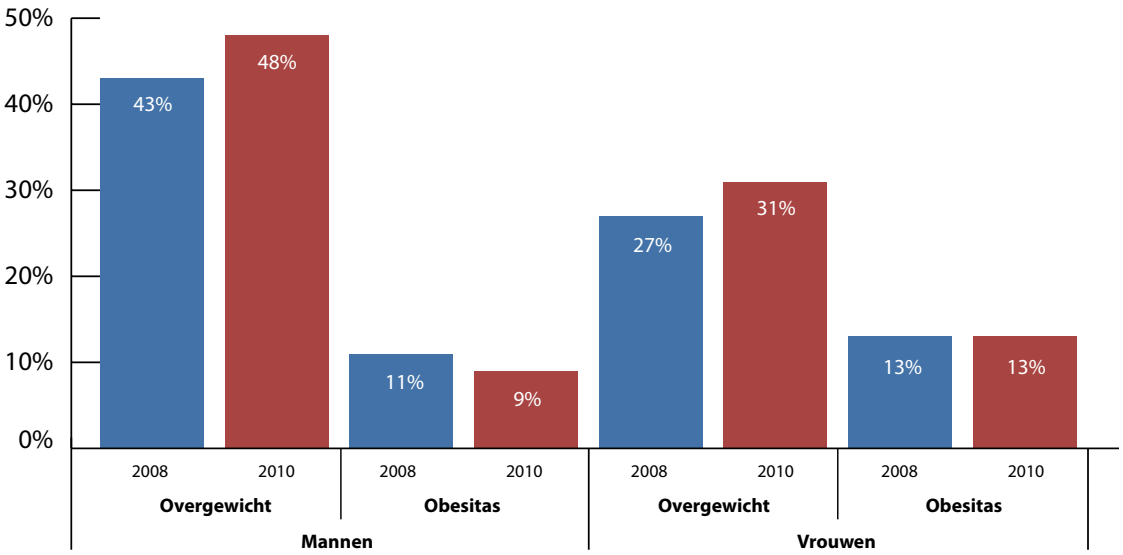
De Body Mass Index is een index die de verhouding tussen lengte en gewicht van iemand aangeeft. Hierbij wordt de definitie van de World Health Organisation (WHO) gehanteerd. Bij deze classificatie is sprake van ondergewicht wanneer iemand een BMI heeft die lager ligt dan 18,5 kg/m2. Een gezond gewicht heeft iemand met een BMI van 18,5 tot 25 en overgewicht bij een BMI tussen de 25 en 30. Er is sprake van obesitas bij een BMI vanaf 30.

In 2008 had 47% van de inwoners van de provincie Drenthe overgewicht dan wel obesitas. In 2010 is dit percentage gestegen naar 51%. Voor deze toename is met name de groep mensen met overgewicht (stijging van 5%) verantwoordelijk, de groep mensen met obesitas is nagenoeg gelijk gebleven.



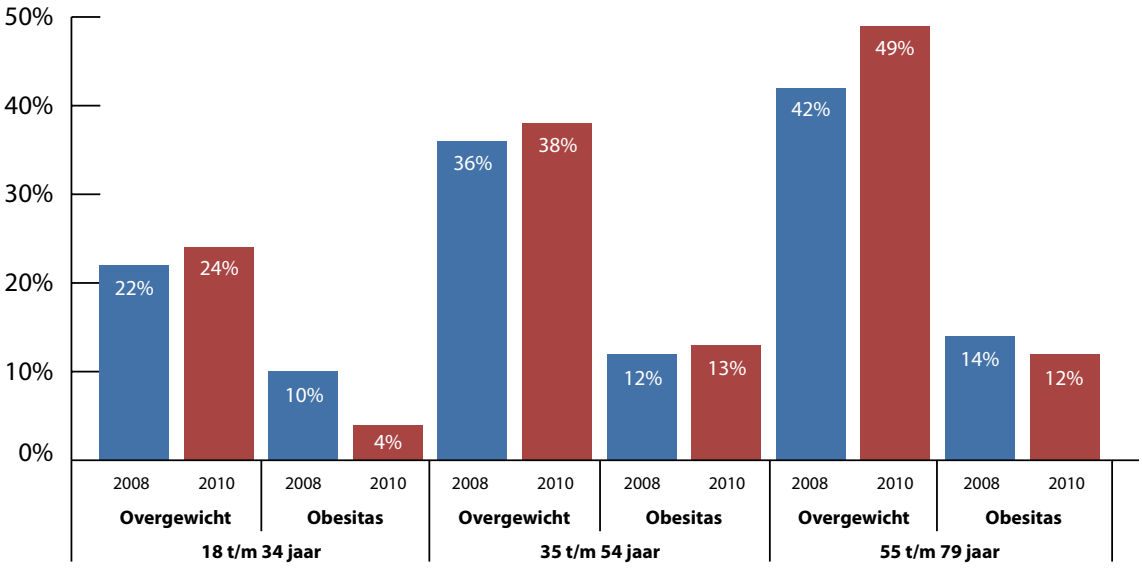
Figuur 3.1 *Gewicht in 2008 en 2010*

Mannen hebben vaker overgewicht dan vrouwen. Uit dit onderzoek blijkt dat 48% van de mannen in Drenthe overgewicht heeft en dat 9% van de mannen obesitas heeft. Bij de vrouwen heeft 31% overgewicht en 13% obesitas.



Figuur 3.2 *Gewicht naar geslacht in 2008 en 2010*

Overgewicht en obesitas neemt toe naarmate de leeftijd stijgt. Echter, de GGD raadt af om de categorie overgewicht voor senioren vanaf 70 jaar mee te nemen. Wel kan met zekerheid gezegd worden dat de categorie obesitas daadwerkelijk als zodanig meegenomen dient te worden.



Figuur 3.3 *Gewicht per leeftijdscategorie in 2008 en 2010*

3.3 Sociaal economische status (SES)

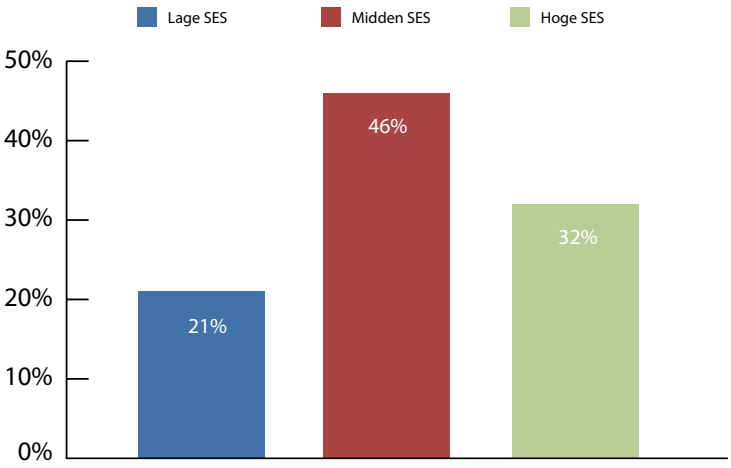
De sociaal economische status kan op verschillende manieren gemeten worden. In dit onderzoek is ervoor gekozen om te kijken naar opleidingsniveau.

De SES naar opleidingsniveau is opgedeeld in drie categorieën:
Lage SES: hoogste opleiding lager onderwijs of LBO/VMBO/MAVO.
Midden SES: tot HAVO/VWO/MBO.
Hoge SES: HBO/WO.

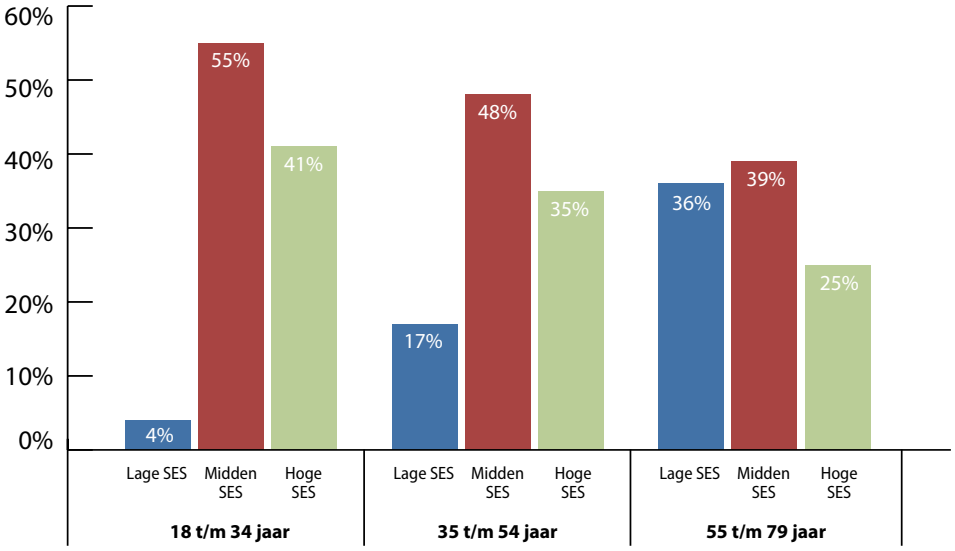
Tabel 3.1 *Opleidingsniveau*

Geen opleiding	0,8%
Lager onderwijs	4,4%
LBO, VMBO	16,4%
MAVO, VMBO theoretisch	9,5%
HAVO, VWO, HBS	7,1%
MBO	29,2%
HBO, HTS	25,8%
Universiteit (WO)	6,7%

21% van de inwoners heeft een lage SES, 46% een midden SES en 32% een hoge SES. De midden SES groep is meer vertegenwoordigd in dit onderzoek dan in 2008. Vooral bij de 18- t/m 34-jarigen is naar verhouding meer hoge SES vertegenwoordigd dan bij de andere leeftijdscategorieën.

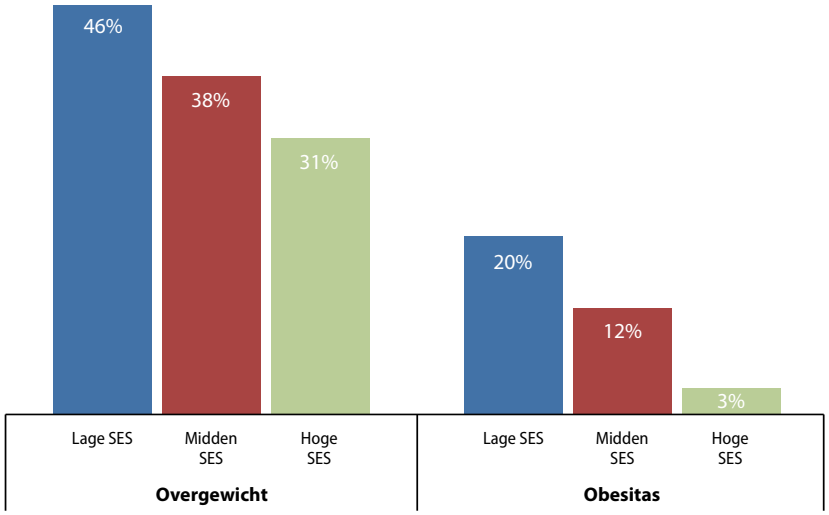


Figuur 3.4 *Sociaal economische status onder de Drentse bevolking*



Figuur 3.5 *Sociaal economische status per leeftijdscategorie*

Bij de lage SES groep komt meer overgewicht en obesitas voor dan bij de andere SES groepen. 66% van de lage SES groep heeft overgewicht en obesitas, tegenover 34% van de hoge SES groep.

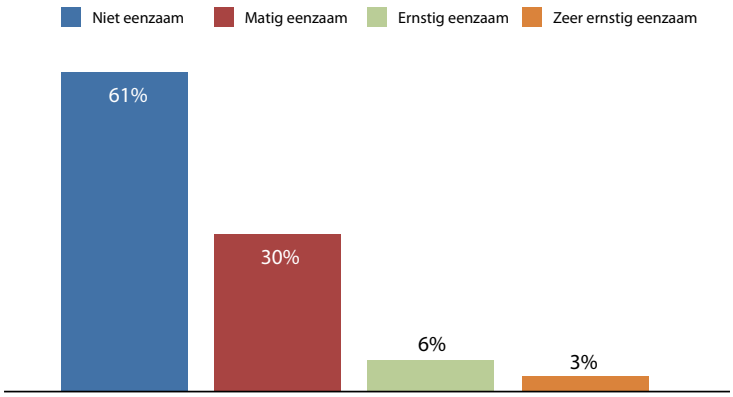


Figuur 3.6 *Overgewicht en obesitas naar SES*

3.4 Eenzaamheid

Volgens prof. dr. De Jong-Gierveld is eenzaamheid het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde relaties.

39% van de inwoners is in meer of mindere mate eenzaam. De 55- t/m 79-jarigen zijn het meest eenzaam, namelijk 44%. Van de 34- t/m 54-jarigen geeft 42% aan eenzaam te zijn. Mannen en vrouwen zijn even vaak eenzaam. Deze cijfers liggen nagenoeg gelijk aan de gegevens uit de Drentse Sportmonitor van 2008.



Figuur 3.7 *Mate van eenzaamheid*

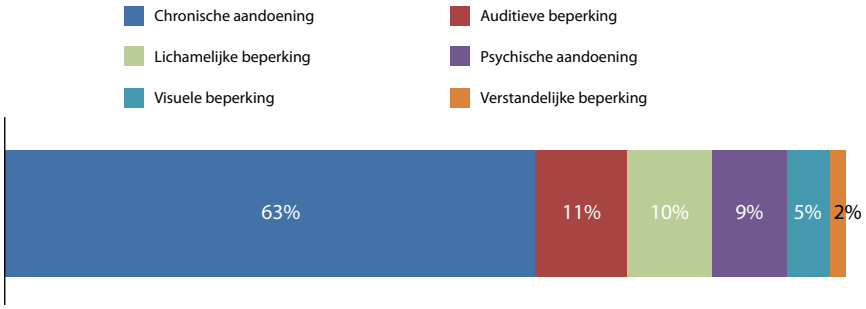
3.5 55-plussers

Momenteel valt 27% van de inwoners van Drenthe in de leeftijdscategorie 55 t/m 79 jaar, in 2030 stijgt dit percentage naar verwachting naar 36%[3].

3.6 Mensen met een beperking

Van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening heeft 63% een chronische aandoening, 11% een auditieve beperking, 10% een lichamelijke beperking, 9% een psychische aandoening, 5% een visuele beperking en 2% een verstandelijke beperking. De categorie psychische aandoening is in 2008 niet bevraagd, een vergelijking met 2008 is hier dan ook niet mogelijk.

Vrouwen hebben meer chronische aandoeningen dan mannen (respectievelijk 70% en 57%). Mannen hebben meer auditieve beperkingen dan vrouwen (respectievelijk 15% en 5%). Het percentage chronische aandoeningen en auditieve aandoeningen neemt toe naarmate de leeftijd stijgt.



Figuur 3.8 *Type beperking en/of chronische aandoening*

[3] *Provincie Drenthe. 2009. Bevolkingsprognose Drenthe 2009.*

3.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

In Drenthe ligt het percentage overgewicht op 51%, waarvan 40% overgewicht en 11% obesitas. Dit ligt nog steeds iets boven het landelijk gemiddelde van 47% (35% overgewicht en 12% obesitas)[4]. Bij de lage SES groep komt meer overgewicht en obesitas voor dan bij de andere SES groepen. Het verschil in overgewicht en obesitas tussen de SES groepen komt overeen met het landelijke beeld[5].

39% van de inwoners van de provincie Drenthe geeft aan wel eens eenzaam te zijn, in meer of mindere mate. Dit geldt niet alleen voor de hoogste leeftijdscategorie, maar ook voor de 35- t/m 54-jarigen. Uit landelijke rapportage blijkt dat een op de drie Nederlanders eenzaam is. Zowel ouderen als jongeren zijn eenzaam[6].

Momenteel valt 27% van de inwoners van Drenthe in de leeftijdscategorie 55 t/m 79 jaar. Drenthe is, naast Zeeland en Limburg, een van de sterkst vergrijzende provincies van Nederland[7].

Van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening heeft het merendeel een chronische aandoening. Vrouwen hebben meer chronische aandoeningen dan mannen. Mannen hebben daarentegen meer auditieve beperkingen. Het percentage chronische aandoeningen en auditieve aandoeningen neemt toe naarmate de leeftijd stijgt.

[4] *CBS, POLS. 2010.*

[5] *RIVM. 2010. Van Gezond naar Beter. Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2010.*

[6] *TNS/NIPO. 2008. Samenvatting eenzaamheid Coalitie Erbij.*

[7] *Planbureau voor leefomgeving. 2010. Regionale prognose 2009 - 2040: Vergrijzing en omslag van groei naar krimp.*



Hoofdstuk 4. Bewegen en sport per doelgroep

4.1 Inleiding

In dit hoofdstuk worden gegevens getoond van BMI, SES, eenzaamheid en de groepen senioren en mensen met een beperking in relatie tot bewegen en sport.

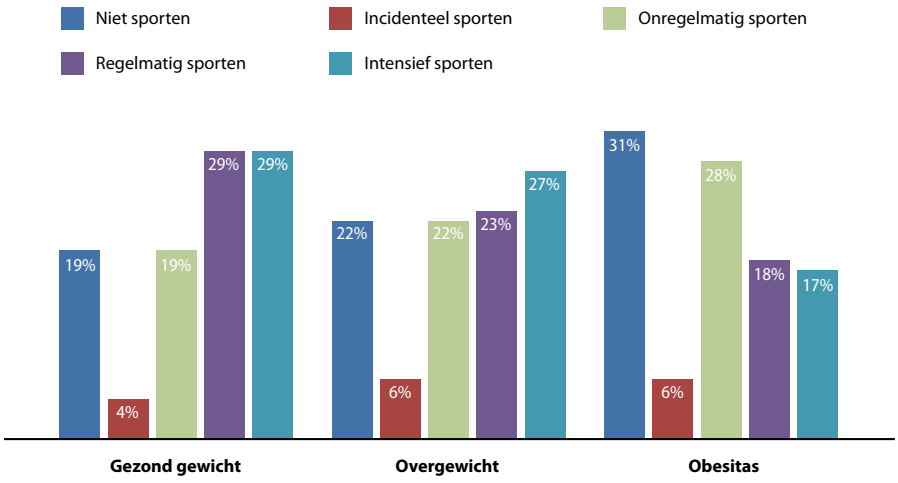
4.2 BMI en bewegen & sport

In 2010 voldoen mensen met overgewicht en obesitas vaker aan de fitnorm dan in 2008. Mensen met obesitas zijn daarnaast minder inactief.

Tabel 4.1 *NNGB, fitnorm en inactiviteit naar BMI*

	Gezond gewicht		Overgewicht		Obesitas	
	2008	**2010**	**2008**	**2010**	**2008**	**2010**
NNGB	44%	53%	38%	46%	39%	51%
Fitnorm	40%	45%	33%	42%	36%	43%
Inactief	2%	2%	2%	2%	6%	1%

Mensen met obesitas doen vaker niet aan sport, en als ze sporten dan doen ze dit minder regelmatig en minder intensief, dan mensen met een gezond gewicht of overgewicht. Mensen met obesitas sporten even vaak bij een commerciële organisatie als mensen met een gezond gewicht en mensen met overgewicht. Van de mensen met obesitas is 21% lid van een sportvereniging, dit percentage is hoger bij mensen met een gezond gewicht of overgewicht (33% en 34%). Ook sporten mensen met obesitas minder vaak ongebonden (41%) dan mensen met een gezond gewicht (55%) en overgewicht (52%).



Figuur 4.1 *Frequentie sportparticipatie naar BMI*

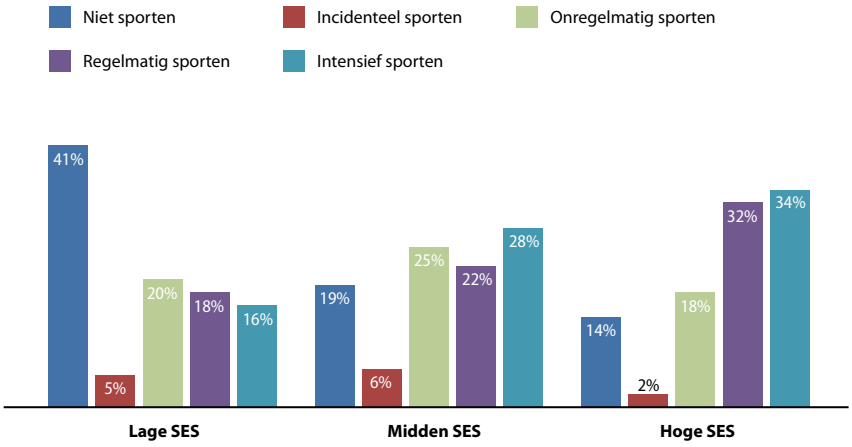
4.3 SES en bewegen & sport

Mensen met een hoge sociaal economische status (SES) bewegen minder vaak volgens de NNGB dan mensen met een midden SES of lage SES.

Tabel 4.2 *NNGB, fitnorm en inactiviteit naar SES*

	Lage SES		Midden SES		Hoge SES	
	2008	**2010**	**2008**	**2010**	**2008**	**2010**
NNGB	42%	50%	44%	54%	38%	45%
Fitnorm	38%	43%	38%	43%	35%	46%
Inactief	4%	3%	2%	2%	2%	1%

Van de categorie lage SES sport 41% niet en 16% intensief. Bij de categorie hoge SES sport 14% niet, terwijl 34% intensief sport. De categorie lage SES sport minder vaak en sport in alle verbanden (sportvereniging of commercieel) minder dan mensen met een hoge SES. 21% van de mensen met een lage SES is lid van een sportvereniging tegenover 39% van de mensen met een hoge SES. 16% van de mensen met een lage SES sport in commercieel verband tegenover 24% van de mensen met een hoge SES.



Figuur 4.2 *Frequentie sportparticipatie naar SES*

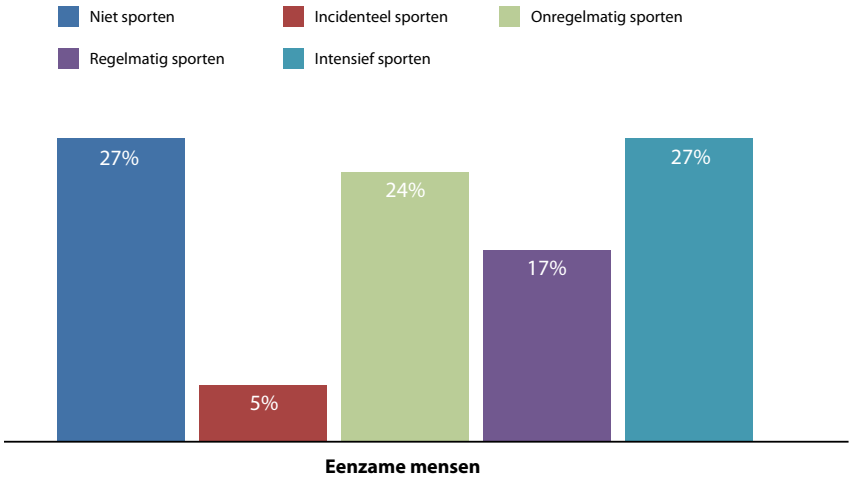
4.4 Eenzaamheid en bewegen & sport

Eenzame mensen zijn vaker inactief dan niet-eenzame mensen.

Tabel 4.3 *NNGB, fitnorm en inactiviteit naar eenzaamheid*

	Eenzaam		Niet-eenzaam	
	2008	**2010**	**2008**	**2010**
NNGB	42%	50%	41%	51%
Fitnorm	34%	44%	39%	44%
Inactief	4%	3%	2%	1%

27% van de eenzame mensen sport niet, dit percentage is gelijk aan het aantal eenzame mensen dat intensief sport. Eenzame mensen zijn minder vaak lid van een sportvereniging en sporten ook minder vaak in commercieel verband dan niet-eenzame mensen. 35% van de mensen die eenzaam zijn sport bij een sportvereniging tegenover 66% van de mensen die niet eenzaam zijn. 37% van de mensen die eenzaam zijn sport in commercieel verband tegenover 63% van de mensen die niet eenzaam zijn.



Figuur 4.3 *Frequentie sportparticipatie bij eenzame mensen*

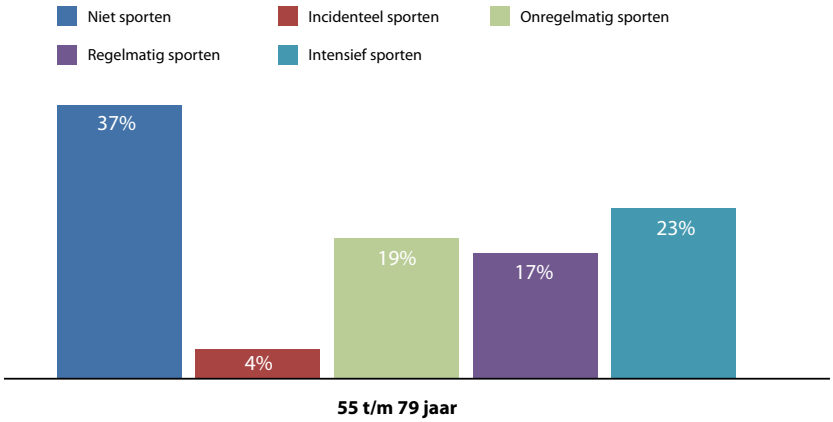
4.5 55-plussers en bewegen & sport

55- t/m 79-jarigen voldoen minder vaak aan de fitnorm dan 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen.

Tabel 4.4*. NNGB, fitnorm en inactiviteit bij 55-plussers*

	55-plussers	
	2008	**2010**
NNGB	44%	48%
Fitnorm	33%	38%
Inactief	3%	2%

37% van de 55-plussers beoefent geen sport, maar daar staat tegenover dat 23% juist intensief sport. 25% van de 55-plussers is lid van een sportvereniging, terwijl 16% van de 55-plussers in commercieel verband sport.



Figuur 4.4 *Frequentie sportparticipatie bij 55-plussers*

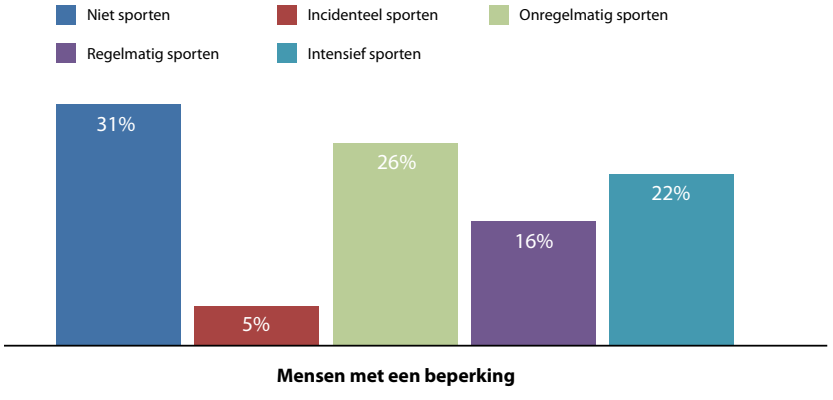
4.6 Mensen met een beperking en bewegen & sport

Mensen met een beperking voldoen minder vaak aan de NNGB en de fitnorm dan in 2008. De verschillen zijn groot. Vergelijking van 2010 met 2008 is niet goed mogelijk omdat er aan deze doelgroep een nieuwe subgroep is toegevoegd, namelijk psychische aandoeningen.

Tabel 4.5 *NNGB, fitnorm en inactiviteit bij mensen met een beperking*

	Mensen met een beperking	
	2008	**2010**
NNGB	42%	28%
Fitnorm	33%	24%
Inactief	4%	3%

31% van de mensen met een beperking sport niet, terwijl 22% intensief sport. 22% van de mensen met een beperking is lid van een sportvereniging en 24% sport in commercieel verband. Het percentage dat sport bij een sportvereniging is gelijk gebleven ten opzichte van 2008.



Figuur 4.5 *Frequentie sportparticipatie bij mensen met een beperking*

4.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

In 2010 voldoen mensen met overgewicht en obesitas vaker aan de fitnorm dan in 2008. Mensen met obesitas zijn minder inactief. In 2010 zijn mensen met obesitas minder vaak lid van een sportvereniging dan mensen met een gezond gewicht. Wel sporten ze even vaak in commercieel verband. Uit landelijk onderzoek blijkt dat mensen met obesitas en 55- t/m 79-jarigen minder vaak aan de NNGB voldoen[8]. Dit geldt echter niet voor de inwoners van de provincie Drenthe.

In Drenthe bewegen mensen met een hoge sociaal economische status (SES) minder vaak volgens de NNGB. Dit komt niet overeen met het landelijke beeld[8]. De categorie lage SES sport minder vaak en in alle verbanden (sportvereniging of commercieel) minder dan mensen met een hoge SES. Dit geldt zowel voor de provincie Drenthe als voor heel Nederland.

Eenzame mensen zijn vaker inactief dan niet-eenzame mensen. Deze groep is minder vaak lid van een sportvereniging en sport ook minder vaak in commercieel verband.

55- t/m 79-jarigen voldoen minder vaak aan de fitnorm en beoefenen minder vaak een sport dan 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen.

69% van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening neemt deel aan sport. 22% sport bij een vereniging. Ook uit landelijk onderzoek blijkt dat mensen met een beperking en/of chronische aandoening minder deelnemen aan sport[9].

[8] *Hildebrandt, V.H., Chorus, A.M.J. en Stubbe, J.H. (2010). Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008 - 2009. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.*

[9] *Landelijk onderzoek sportparticipatie mensen met een handicap. W.J.H. Mulier Instituut, Den Bosch, augustus 2008.*



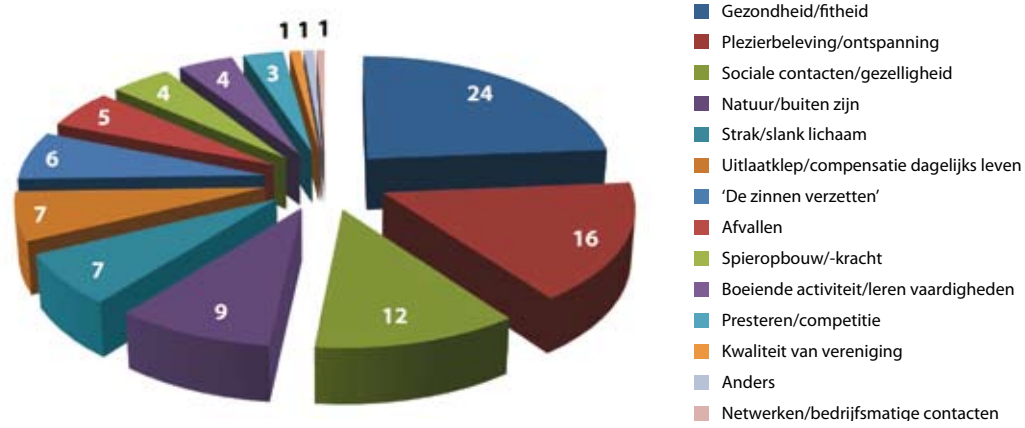
Hoofdstuk 5. Motieven om wel of niet te sporten

5.1 Inleiding

28% van de inwoners van de provincie Drenthe vindt zichzelf een sporter. De hoge SES groep ziet zichzelf vaker als sporter en blijkt ook daadwerkelijk meer te sporten dan de lage SES groep. De lage SES groep beweegt daarentegen vaker volgens de NNGB dan de hoge SES groep. Het blijkt dat sporters minder vaak voldoen aan de NNGB. Mensen met een gezond gewicht vinden zichzelf vaker sporter dan mensen met obesitas. Jongeren sporten meer dan ouderen. In dit hoofdstuk wordt ingegaan op de motieven om te sporten en de motieven om juist niet te sporten. Daarnaast wordt de beleving van de Olympische Spelen 2028 weergegeven.

5.2 Motieven om te sporten

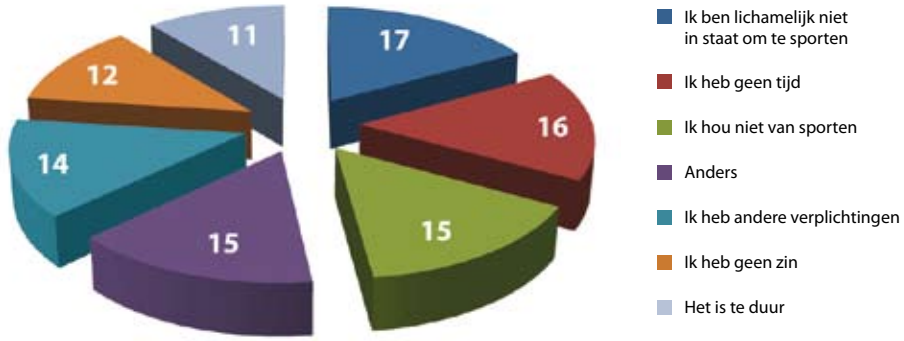
De drie belangrijkste motieven om te sporten, zijn gezondheid/fitheid (24%), plezierbeleving/ontspanning (16%) en sociale contacten/gezelligheid (12%). Ten opzichte van 2008 zijn de 4 belangrijkste motieven om te sporten gelijk gebleven, daarna zijn er lichte verschuivingen waarneembaar. De motieven om te sporten gelden voor alle leeftijdscategorieën.



Figuur 5.1 *Motieven om te sporten in percentages*

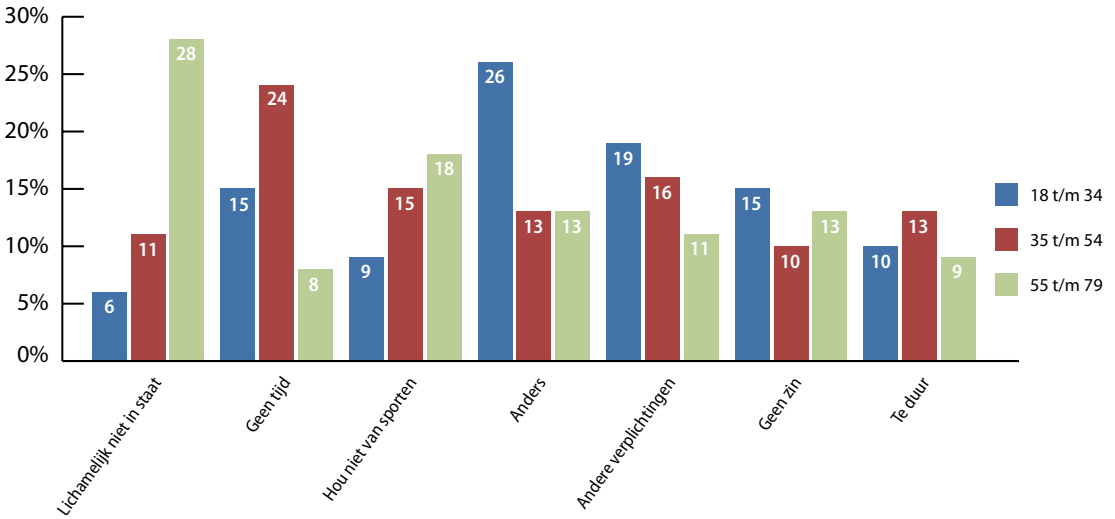
5.3 Motieven om niet te sporten

Van de mensen die niet sporten geeft 17% als reden dat zij lichamelijk niet in staat zijn om te sporten, 16% geeft aan geen tijd te hebben en 15% geeft aan niet van sport te houden. Van de groep die aangeeft lichamelijk niet in staat te zijn om te sporten, heeft het merendeel ook een beperking en/of chronische aandoening.



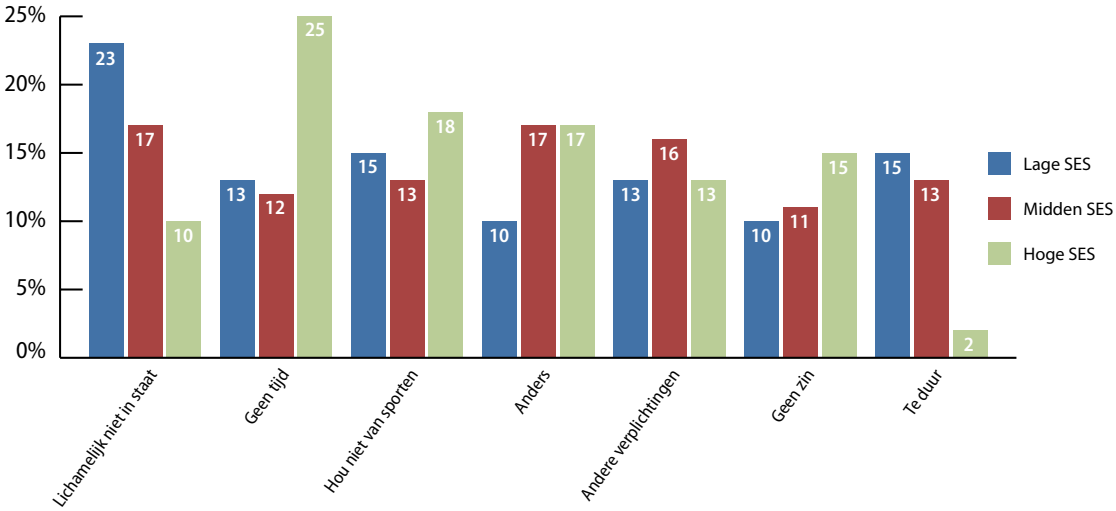
Figuur 5.2 *Motieven om niet te sporten in percentages*

Vooral 55- t/m 79-jarigen geven aan lichamelijk niet in staat te zijn om te sporten. In hoofdstuk 2 is aan de orde gekomen dat 9% van de 18- t/m 34-jarigen niet sport. 'Anders' wordt hiervoor als voornaamste reden genoemd. Voor de middelste leeftijdscategorie is 'geen tijd' de belangrijkste reden om niet te sporten.



Figuur 5.3 *Motieven om niet te sporten naar leeftijdscategorie in percentages*

Het is bekend dat er gezondheidsverschillen zijn tussen de verschillende SES groepen. Dit komt terug in het motief om niet te sporten. 23% van de mensen met een lage SES geeft aan lichamelijk niet in staat te zijn om te sporten. De hoge SES groep geeft als motief om niet te sporten aan geen tijd te hebben. En de midden SES groep geeft als belangrijkste reden aan lichamelijk niet in staat te zijn om te sporten.

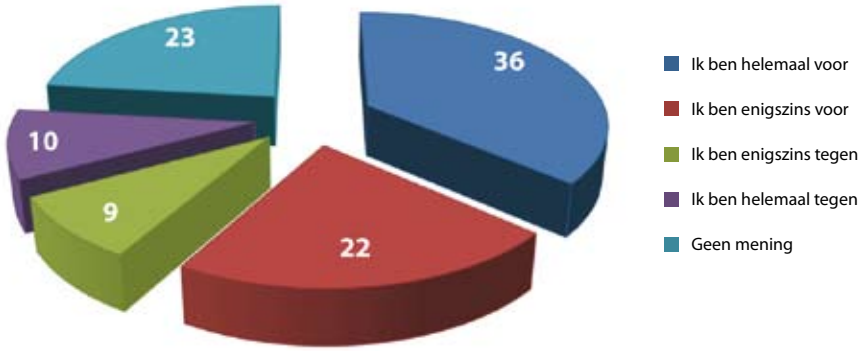


Figuur 5.4 *Motieven om niet te sporten naar SES in percentages*

5.4 Beleving van de Olympische Spelen 2028 in Drenthe

In het kader van de plannen van de provincie Drenthe om de Olympische Spelen van 2028 naar Nederland, en specifiek naar Drenthe, te halen is aan de inwoners de volgende vraag voorgelegd: Wat vindt u ervan om de Olympische Spelen van 2028 naar Nederland te halen?

58% is enigszins of helemaal voor. 23% geeft aan geen mening te hebben en heeft daarin nog geen keuze gemaakt. 19% is enigszins of helemaal tegen. Vooral de 18- t/m 34-jarigen zijn voor (77%). Van de 35- t/m 54-jarigen is 60% voor en van de 55- t/m 79-jarigen is 47% voor.



Figuur 5.5 *Mening over plannen om Olympische Spelen 2028 naar Nederland te halen in percentages*

5.5 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

De belangrijkste motieven om te sporten, zijn gezondheid/fitheid, plezierbeleving/ontspanning en sociale contacten/gezelligheid. Deze motieven zijn onveranderd en voor alle leeftijdscategorieën gelijk.

Van de mensen die niet sporten geeft 17% als reden dat zij lichamelijk niet in staat zijn om te sporten, 16% geeft aan geen tijd te hebben en 15% geeft aan niet van sport te houden. Landelijk worden gebrek aan tijd en een matige gezondheid als belangrijkste redenen genoemd om niet te sporten.

Het is bekend dat er gezondheidsverschillen zijn tussen de verschillende SES groepen. Dit komt terug in het motief om niet te sporten. De belangrijkste reden om niet te sporten voor mensen met een lage SES is dat zij lichamelijk niet in staat zijn om te sporten. De hoge SES groep geeft aan geen tijd te hebben.

Van de inwoners van de provincie Drenthe is 58% enigszins of helemaal voor om de Olympische Spelen van 2028 naar Nederland te halen. Vooral de leeftijdscategorie 18 t/m 34 jaar is voor, maar liefst 77%. 55% van de Nederlanders is voor om de Olympische Spelen van 2028 naar Nederland te halen.



Bijlage: Methodeverantwoording

Dataverzamelingsmethode en respons

Er is gebruik gemaakt van een aselecte steekproef onder de 12 gemeenten in de provincie Drenthe. De dataverzameling van dit onderzoek heeft plaatsgevonden in juni 2010. In totaal hebben 5000 huishoudens een enquête ontvangen. Het netto responspercentage is 23%. Er is op huisadres geselecteerd. Van de verschillen die in de tekst worden beschreven, is op basis van tabelanalyse vastgesteld dat deze significant zijn, waarbij een betrouwbaarheid van 95% is gehanteerd ($p<.05$).

Weging

Hoewel er gebruik is gemaakt van een aselecte steekproef, is dit geen garantie voor een representatief beeld van de provincie Drenthe. Een of meerdere leeftijdscategorieën kunnen bij de respondenten ondervertegenwoordigd zijn of gemeenten juist oververtegenwoordigd. Om voor de provincie representatieve informatie weer te kunnen geven, zijn een aantal demografische kenmerken gewogen. Voor dit onderzoek is door het W.J.H. Mulier Instituut een randtotalenweging uitgevoerd. Hierbij is gewogen naar combinaties van de factoren geslacht, leeftijdscategorie, samenstelling huishouden en gemeente. In onderstaande tabellen is voor de verdeling van de (nog ongewogen) respons op deze kenmerken te zien in hoeverre zij afwijken van de Drentse populatie.

Geslacht

Uit tabel I blijkt dat er in de respons procentueel minder mannen onder de respondenten zijn dan in de gehele Drentse populatie. Daarom is er gewogen naar geslacht.

Tabel I *Verdeling van geslacht in de Drentse populatie en in de respons*

	Drenthe	Ongewogen respons
Man	49,9%	45,1%
Vrouw	50,1%	54,9%

Leeftijd

Er is een ondervertegenwoordiging van de leeftijdscategorie 18 t/m 34 jaar en een oververtegenwoordiging van de leeftijdscategorie 55 t/m 79 jaar. Leeftijd is daarom meegenomen in de weegprocedure.

Tabel II *Verdeling van leeftijd in de Drentse populatie en in de respons*

	Drenthe	Ongewogen respons
18 t/m 34	20,0%	10,4%
35 t/m 54	41,6%	33,7%
55 t/m 79	38,3%	55,9%

Samenstelling van huishouden

Onder de respondenten is de groep 'twee volwassenen, geen (thuiswonende) kinderen' oververtegenwoordigd en de groep 'alleenstaand' ondervertegenwoordigd. De verschillen bij de andere groepen zijn minder groot. Samenstelling van huishouden is daarom meegenomen in de weegprocedure.

Tabel III *Verdeling van type huishouden in de Drentse populatie en in de respons*

	Drenthe	Ongewogen respons
Alleenstaand	28,8%	22,8%
Twee volwassenen, geen (thuiswonende) kinderen	34,0%	45,1%
Twee volwassenen, met thuiswonend(e) kind(eren)	31,2%	27,2%
Eenoudergezin met thuiswonend(e) kind(eren)	5,5%	3,6%
Anders	0,4%	1,3%

Gemeenten

De gemeenten met een kleinere populatie, waaronder Westerveld, De Wolden en Aa en Hunze, zijn onder de respondenten oververtegenwoordigd. Assen is naar verhouding vertegenwoordigd en de andere grote gemeenten, waaronder Emmen, Hoogeveen en Meppel, zijn ondervertegenwoordigd. Daarom is er gewogen naar gemeente.

Tabel IV *Verdeling populatie en respons naar gemeenten*

	Drenthe	Ongewogen respons
Gemeente Aa en Hunze	5,2%	6,9%
Gemeente Assen	13,6%	14,0%
Gemeente Borger-Odoorn	5,3%	5,2%
Gemeente Coevorden	7,4%	9,4%
Gemeente De Wolden	4,8%	5,7%
Gemeente Emmen	22,3%	16,8%
Gemeente Hoogeveen	11,2%	10,2%
Gemeente Meppel	6,6%	5,7%
Gemeente Midden-Drenthe	6,8%	7,5%
Gemeente Noordenveld	6,3%	6,9%
Gemeente Tynaarlo	6,6%	7,1%
Gemeente Westerveld	3,9%	4,4%

Regio-opdeling

De regio-opdeling is overgenomen van de indeling van het Onderzoeksbureau Cultuur, Welzijn en Zorg van de provincie Drenthe.

Tabel V *Regio-opdeling*

Regio	Gemeenten
Regio Zuidoost Drenthe	Borger-Odoorn, Coevorden, Emmen
Regio Zuidwest-Drenthe	De Wolden, Hoogeveen, Meppel, Westerveld
Regio Midden-Drenthe	Aa en Hunze, Assen, Midden-Drenthe
Regio Noord-Drenthe	Noordenveld, Tynaarlo


Sport Drenthe
zet mensen in beweging!