Leefstijlmonitor Capelle aan den IJssel 2012

Gemeente Capelle aan den IJssel

Februari 2013

Colofon

Uitgave
I&O Research
Van Dedemstraat 6c
1624 NN Hoorn
Tel.nr. 0229-282555

Rapportnummer
2013-1918

Datum
Februari 2013

Opdrachtgever
Gemeente Capelle aan den IJssel
Postbus 70
2900 AB CAPELLE A/D IJSSEL

Auteurs
Drs. Marion Holzmann
Tijmen Siermann MSc.

Bestellingen
Exemplaren zijn verkrijgbaar bij de opdrachtgever

Het overnemen uit deze publicatie is toegestaan, mits de bron duidelijk wordt vermeld.

Inhoudsopgave pag.

Samenvatting **I**

1. Inleiding **1**

2. Mate van sporten en bewegen **5**

2.1 Sportgedrag 5

2.2 Beweeggedrag 7

3. Motivatie **11**

4. Het sport- en beweegaanbod **15**

Bijlage: Sportdeelname naar wijk en leeftijd **18**

Samenvatting

Samenvatting

De gemeente Capelle aan den IJssel wenst inzicht in de sportparticipatie van de inwoners, om zo het lokale sportbeleid beter af te stemmen op de wensen en behoeften van haar inwoners. Met dit doel is de Leefstijlmonitor uitgevoerd. Deze beschrijft onder meer de feitelijke sportdeelname en beweeggedrag van inwoners, de eigen perceptie van het sport- en beweeggedrag en van het eigen eetpatroon, de motivaties om wel of niet te sporten of te bewegen en de waardering van het gemeentelijke sportaanbod. Hieronder worden de belangrijkste resultaten samengevat.

Relatief veel inwoners van Capelle aan den IJssel bewegen voldoende of doen aan sport

Er zijn verschillende normen die weergeven in welke mate de bevolking beweegt en aan sport doet. Relatief veel inwoners van Capelle aan den IJssel voldoen aan deze normen:

- ruim acht op de tien (86%) inwoners van Capelle aan den IJssel voldoen aan de RSO norm (tenminste 12 keer sporten per jaar). Dit ligt boven het landelijke gemiddelde van 61%. Vooral jongeren zijn actief; 97% van de 6-11 jarigen en 95% van de 12-17 jarigen haalt de RSO norm. De meest beoefende sporten zijn vrijetijdssport (zoals joggen, wandelen en fietsen), fitness en balsporten. De top drie hangt sterk samen met onder andere leeftijd;
- ten opzichte van de landelijke gemiddelden voldoen veel inwoners van Capelle aan den IJssel aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)[1]. Zo voldoet drie op de tien van zowel de 6-11 jarigen als de 12-17 jarigen aan de norm. De groep 25-54 jarigen wijkt in negatieve zin af van het landelijk gemiddelde;
- de Fitnorm is bedoeld voor het onderhouden van de fysieke fitheid. De meerderheid van de 6-11 jarigen (57%) doet minstens drie keer per week zwaar intensieve activiteiten. Onder 18-24 jarigen is dat nog 41%. Naar mate men ouder wordt, neemt dit af;
- de Combinorm is een combinatie van de NNGB en de fitnorm. Iemand voldoet aan de combinorm wanneer hij/zij tenminste één van beide normen haalt. Ook hier geldt dat de kinderen en jongeren die de norm halen, boven het landelijk gemiddelde ligt en de groep 25-54 jarigen eronder.

Niet-bewegers gaan meer bewegen als dit nodig is voor de gezondheid

Bijna een kwart zegt dat zij ‘niet of nauwelijks’ bewegen. Als reden hiervoor noemt men in veel gevallen lichamelijke klachten (29%). Andere reden zijn onder meer dat men geen zin (27%) of geen tijd (25%) heeft en ook de kosten van sporten (21%) spelen een rol. Wel zien de meeste niet-bewegers in dat sporten goed voor de gezondheid is en vinden het ook ontspannend. Een derde van de niet-bewegers lijkt het leuk om te doen, maar door belemmeringen doen zij dit toch niet. Iets meer dan de helft wil meer bewegen. Maar de meesten gaan dit pas doen als dat echt vanuit gezondheidsoogpunt noodzakelijk is.

---

[1] Volwassenen voldoen aan deze norm als ze minimaal vijf dagen per week tenminste 30 minuten sporten of bewegen. Voor kinderen is de norm 7 dagen per week.

Ook als men meer tijd heeft of men meer plezier beleeft aan bewegen, gaat men meer bewegen. Respectievelijk 25% en 37% van de niet-bewegers zal meer bewegen als zij meer kennis hebben over het aanbod zelf of als het sportaanbod wordt aangepast.

Vier op de tien bewegers willen meer bewegen

Ongeveer driekwart van de inwoners vindt van zichzelf dat zij af en toe bewegen. Deze 'bewegers' zijn doorgaans meer tevreden over hun eigen eetgedrag en gewicht dan niet-bewegers. De voornaamste redenen om te bewegen/sporten zijn: gezondheid en plezier. Ruim vier op de tien wil (nog) meer bewegen. Als het nodig is voor de gezondheid zou bijna zeven op de tien bewegers meer gaan sporten. Een belangrijke reden om dat niet te doen is tijdgebrek.

Voor negen procent is er onvoldoende aanbod

Voor bijna de helft van alle inwoners voldoet het sportaanbod in Capelle aan den IJssel. Negen procent is er niet tevreden over. Ruim vier op de tien is niet bekend met de gemeentelijke sport- en beweegmogelijkheden. Uitbreiden van het aanbod, bekendheid geven aan het aanbod en goedkoper maken van de faciliteiten zijn genoemde suggesties om het aanbod te verbeteren.

Hoofdstuk 1

Inleiding

1. Inleiding

Aanleiding

De gemeente Capelle aan den IJssel hecht veel belang aan een actief en stimulerend sport- en beweegklimaat. Ook wenst de gemeente een goede integratie van sport en beweging in aanverwante beleidsvelden, zoals het jeugd- en ouderenbeleid en het gezondheidsbeleid. Sinds 2010 zijn de voormalige gemeentelijke afdelingen Sportservicepunt en Accommodatiebeheer verzelfstandigd in de BV Sportief Capelle, waarmee de gemeente een dienstverleningsovereenkomst heeft. Dit sportbeleid wordt momenteel geëvalueerd. Hiervoor is meer inzicht nodig in het beweeg- en sportgedrag van de bevolking. Daarom heeft de gemeente I&O Research gevraagd een Leefstijlmonitor uit te voeren. De resultaten van het onderzoek bieden een basis voor de monitoring en evaluatie, waarmee Capelle haar sport en beweegbeleid kan optimaliseren.

Uitvoering

Bijna 6.000 inwoners van Capelle aan den IJssel hebben een brief ontvangen met het verzoek om deel te nemen aan de Leefstijlmonitor. Bijgevoegd was een schriftelijke vragenlijst. Maar men had ook de mogelijkheid om de vragenlijst digitaal in te vullen. Inwoners vanaf zes jaar waren de doelgroep. De brief aan kinderen van zes tot elf jaar is verzonden aan de ouders. Zij vulden de vragenlijst namens hun kind in. Jongeren van twaalf tot achttien jaar kregen de brief op eigen naam, net als de volwassenen. Daarnaast is de online vragenlijst ook uitgezet onder het Capelse burgerpanel.

In totaal zijn op deze wijze 6.943 inwoners benaderd. Uiteindelijk hebben 2.398 inwoners aan het onderzoek meegedaan, een respons van 35%.

Tabel 1.1
Respons naar leeftijd

leeftijdsgroep	uitgenodigd	online ingevuld	schriftelijk ingevuld	totaal respons	percentage respons
6-11 jaar	1.213	165	305	470	39%
12-17 jaar	1.215	140	197	337	28%
18 plus	4.500	790	801	1591	35%
onbekend	15	-	-	-	-
totaal	6.943	1.095	1.303	2.398	35%

In de wijken Schollevaar en 's Gravenland zijn de hoogste responspercentages te vinden. In Fascinatio heeft bijna een kwart van de inwoners die een brief heeft ontvangen, de vragenlijst ingevuld.

Tabel 1.2
Respons naar wijk

wijk	uitgenodigd	online ingevuld	schriftelijk ingevuld	totaal respons	percentage respons
Capelle-West	881	95	193	288	33%
's-Gravenland	862	170	196	366	42%
Middelwatering	1007	185	181	366	36%
Oostgaarde	1187	200	216	416	35%
Schenkel	1054	132	196	328	31%
Schollevaar	913	202	184	386	42%
Fascinatio	1028	108	137	245	24%
niet bekend	11	3	0	3	-
totaal	6.943	1.095	1.303	2.398	35%

Om uitspraken te kunnen doen over drie specifieke buurten in Capelle aan den IJssel, is ervoor gekozen om de steekproef in deze buurten op te hogen, d.w.z. meer inwoners aan te schrijven. Dit geldt voor de Hovenbuurt, Beemster/Purmerhoek en de Schermerhoek. De Hoeken en de Hoven vormen samen de "Buurten met Uitzicht'. Dit is een programma, mede gefinancierd vanuit de Rijksoverheid, gericht op het terugdringen van achterstanden in deze buurten en de leefbaarheid te verbeteren. De respons in Beemster/Purmerhoek en Schermerhoek liggen wat lager dan de gemiddelde respons in de gemeente. De uitkomsten in deze buurten dienen voorzichtig te worden geïnterpreteerd.

Tabel 1.3
Respons naar buurt

buurt	uitgenodigd	online ingevuld	schriftelijk ingevuld	totaal respons	percentage respons
Hovenbuurt	226	32	48	80	35%
Beemster/Purmerhoek	156	15	23	38	24%
Schermerhoek	137	15	27	42	31%

Vragenlijst

De vragenlijst is in overleg met de opdrachtgever opgesteld. Enkele vragen van het nationale Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO) van het NOC*NSF zijn in de vragenlijst opgenomen om landelijke vergelijkingen mogelijk te maken. Naast de RSO vragen zijn lokaal specifieke vragen opgenomen.

Analyse

Op de data is een weging toegepast naar leeftijd en geslacht. Op deze manier zijn de resultaten representatief voor de gehele gemeente Capelle. Daar waar relevant worden de resultaten uitgesplitst naar leeftijd, geslacht, etniciteit, wijk of buurt. Zo worden verschillen tussen de verschillende deelgroepen inzichtelijk gemaakt. Indien de uitkomsten niet optellen tot 100% is er sprake van een afrondingsverschil.

In dit rapport wordt gesproken over sporters en bewegers.

- Onder sporters verstaan we inwoners die tenminste twaalf keer per jaar sporten.
- Bewegers zijn inwoners die van zichzelf aangeven dat zij bewust actief bewegen of sporten. Dit kunnen inwoners zijn die wel/geen sporter zijn en die wel/niet aan bestaande beweegnormen voldoen.

Hoofdstuk 2

Mate van sporten en bewegen

2. Mate van sporten en bewegen

2.1 Sportgedrag

Onder sportbeoefening worden volgens de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO) alle activiteiten verstaan die 'worden verricht volgens gebruiken en regels uit de sportwereld'. Het gaat dan bijvoorbeeld om badminton, fitness en toerfietsen, maar niet om tuinieren, puzzelen of fietsen naar de bakker. Sporten tijdens vakanties tellen mee, maar sporten tijdens gymles op school niet.



Bijna negen op de tien inwoners sport meer dan twaalf keer per jaar

Volgens de RSO definitie sport 86% van de inwoners van Capelle aan den IJssel. Dat wil zeggen dat zij tenminste 12 keer per jaar aan sport doen. Vooral onder kinderen is de sportdeelname hoog. Hetzelfde geldt voor de wijkbewoners van 's Gravenland en Fascinatio. Voor alle wijken geldt dat het percentage sporters afneemt naarmate de inwoner ouder is. Alleen Oostgaarde wijkt af, daar sport 67% van de 18-44 jarigen, wat minder is dan de oudere inwoners van deze wijk[2].

Tabel 2.1
Sportdeelname naar achtergrondkenmerken (n=1872)

leeftijd		*wijken*	
6 t/m 11 jaar (n=196)	97%	Capelle-West (n=207)	87%
12 t/m 17 jaar (n=255)	95%	's Gravenland (n=318)	91%
18 t/m 44 jaar (n=489)	84%	Middelwatering (n=272)	83%
45 t/m 64 jaar (n=673)	84%	Oostgaarde (n=309)	82%
65 jaar en ouder (n=257)	77%	Schenkel (n=255)	87%
		Schollevaar (n=310)	87%
geslacht		Fascinatio (n=208)	91%
Man (n=941)	85%		
Vrouw (n=931)	86%	*buurten*	
		Hovenbuurt (n=43)	82%
Etniciteit		Beemster/Purmerhoek (n=23)	73%
Autochtoon (n=1435)	86%	Schermerhoek (n=21)	90%
1e gen allochtoon (n=22)	83%		
2e gen allochtoon (n=376)	87%		

86%

Van de inwoners van Capelle aan den IJssel sport tenminste twaalf keer per jaar en voldoet zo aan de RSO-norm.

[2] In de bijlage staat een overzicht van de sportdeelname naar wijk en leeftijd.

Meer sporters in Capelle aan den IJssel dan landelijk

De sportdeelname ligt in de gemeente voor alle leeftijdsgroepen aanzienlijk hoger dan het landelijk niveau (61%). In andere gemeenten sporten minder inwoners dan in Capelle aan den IJssel[3].

Tabel 2.2
Percentage sporters in Capelle aan den IJssel en Nederland volgens RSO-norm

	Capelle a/d IJssel	Landelijk[4]
6-11 jaar	97%	83%
12-17 jaar	95%	84%
18 jaar e.o.	83%	57%
totaal	86%	61%

77% Den Helder (vanaf 6 jaar)

75% Hoorn (vanaf 6 jaar)

68% Vlaardingen (vanaf 12 jaar)

59% Rotterdam (6-80 jaar)

53% Spijkenisse (12-70 jaar)

- Vrijetijdssport (Joggen, Vissen, Wandelen, Toerfietsen) (42%)
- Fitness (Fitness, Aerobics, Zumba) (34%)
- Balsport (Voetbal, Tennis, Honkbal, Basketbal, Hockey, Handbal) (28%)
- Watersport (Duiken, Roeien, Zwemmen, Windsurfen, Waterpolo, Zeilsport) (22%)
- Wintersport (Skiën, Snowboarden, Schaatsen) (12%)
- Danssport (Ballet, Jazzdans, Breakdance) (8%)
- Denksport (Dammen, Schaken, Bridge) (8%)
- Krachtsport (Gewichtheffen, Body Building) (7%)
- Vechtsport (Judo, Karate, Jiujitsu, Boksen) (7%)
- Wielersport (Wielrennen, Mountainbiken, Veldrijden) (5%)
- Atletiek (5%)
- Behendigheidssport (Biljart, Darts, Jeu de Boules) (5%)
- Paardensport (Dressuur, Paardenrennen, Voltige, Polo) (4%)
- Anders (19%)

De meest beoefende sporten in de gemeente zijn vrijetijdsporten zoals joggen, wandelen en fietsen. Maar ook fitness, balsporten en watersporten doen relatief veel inwoners. Onder ‘anders’ valt onder meer: yoga, turnen, scouting en golf.



Het sporttype is sterk afhankelijk van leeftijd. Bij kinderen en jongeren zijn vooral balsport en watersport in trek. Daarnaast is bij jongens vechtsport populair en bij meisjes danssport. Volwassen inwoners houden zich minder bezig met deze sporten en doen vooral aan fitness en vrijetijdsporten.

---

[3] Bronnen: Sportmonitor Hoorn, I&O Research, (2010), Sportmonitor Den Helder, I&O Research, (2010), Actieve leefstijl 2010 - sport, bewegen en gezondheid, Centrum voor Onderzoek en Statistiek (COS) Rotterdam (mei 2012), Sportmonitor Vlaardingen 2010, Kenniscentrum Gemeente Vlaardingen (september 2010), Sportdeelname Onderzoek 2009, Gemeente Spijkenisse/Bureau Duodecim (oktober 2009).

[4] Bron landelijke cijfers: Sportdeelname in Nederland, gemeten volgens RSO-methode, SCP 2010.

2.2 Beweeggedrag

In Nederland worden drie normen gebruikt om te bepalen of iemand voldoende beweegt. De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) heeft vooral te maken met het onderhouden van de gezondheid. De fitnorm is gericht op het onderhouden van de fysieke fitheid (uithoudingsvermogen, kracht en coördinatievermogen). Behalve deze twee normen bestaat er nog de combinorm, die beide normen combineert.

In totaal voldoet 29% van de 6-11 jarigen en een zelfde deel van de 12-17 jarigen in Capelle aan den IJssel aan de NNGB. Dit is hoger dan het landelijk niveau. Ook het percentage kinderen dat de Fitnorm en de Combinorm haalt, ligt ver boven het landelijk gemiddelde. Dit speelt ook in de leeftijdsgroep 18-24 jaar. De groep 25-54 jarigen laten hier een afwijkend beeld zien.

NNGB (Nederlandse norm gezond bewegen)
Volwassenen voldoen aan de norm indien men minstens 5 dagen per week 30 minuten matig intensieve lichamelijke activiteit verricht. Voor kinderen ligt de norm op 7 dagen per week minstens een uur.

Fitnorm (voor jongeren en volwassenen gelijk)
Men voldoet aan de fitnorm als men tenminste drie keer per week minimaal 20 minuten zwaar intensieve activiteiten doet.

Combinorm (voor jongeren en volwassenen gelijk)
Deze norm is een combinatie van de NNGB en de fitnorm. Iemand voldoet aan de combinorm wanneer hij/zij tenminste één van beide normen haalt.

Tabel 2.3
Deel inwoners dat voldoet aan de beweegnormen

	NNGB		*Fitnorm*		*Combinorm*	
	Capelle a/d IJssel	Nederland	Capelle a/d IJssel	Nederland	Capelle a/d IJssel	Nederland
6-11 jaar	29%	27%	57%	39%	66%	55%
12-17 jaar	29%	20%	54%	32%	64%	43%
18-24 jaar	68%	59%	42%	46%	81%	74%
25-34 jaar	52%	63%	28%	24%	63%	70%
35-44 jaar	51%	63%	14%	22%	55%	69%
45-54 jaar	47%	67%	28%	22%	59%	73%
55-64 jaar	57%	59%	19%	20%	64%	67%
65-74 jaar	60%	58%	18%	3%	66%	64%
75 jaar en ouder	49%	44%	9%	5%	51%	49%
Totaal	49%	-	29%	-	63%	-

Tabel 2.4
Voldoen aan NNGB naar achtergrondkenmerken

leeftijd		*wijken*	
6 t/m 11 jaar (n=220)	29%	Capelle-West (n=288)	52%
12 t/m 17 jaar (n=294)	29%	's Gravenland (n=366)	47%
18 t/m 44 jaar (n=590)	55%	Middelwatering (n=366)	50%
45 t/m 64 jaar (n=877)	54%	Oostgaarde (n=416)	50%
65 jaar en ouder (n=418)	56%	Schenkel (n=328)	48%
		Schollevaar (n=386)	50%
geslacht		Fascinatio (n=245)	40%
Man (n=1172)	46%		
Vrouw (n=1226)	53%	*buurten*	
		Hovenbuurt (n=58)	50%
etniciteit		Beemster/Purmerhoek (n=36)	42%
Autochtoon (n=1838)	51%	Schermerhoek (n=33)	37%
1e gen allochtoon (n=24)	58%		
2e gen allochtoon (n=482)	40%		

49%

Van de inwoners van Capelle aan den IJssel voldoet aan de NNGB. Volwassenen voldoen aan deze norm als ze minimaal vijf dagen per week tenminste 30 minuten sporten of bewegen. Voor kinderen is de norm 7 dagen per week. In de Capelse visie op sport wordt de NNGB gebruikt.







De meesten sporten/bewegen samen met anderen

De meerderheid van de inwoners die sporten of bewegen, doen dit samen met anderen. Dit kan met een kennis, familielid of vriend (37 procent), of met meerdere mensen (38 procent). Veertig procent gaat meestal alleen. Een paar opvallende verschillen:

- vooral jongeren doen aan teamsporten, terwijl men tussen de 18-64 jaar juist relatief vaak individueel of met z'n tweeën sport of beweegt;
- ook sporten/bewegen meer mannen dan vrouwen individueel, die juist vaak aan duosport doen;
- inwoners die geboren zijn in een ander land dan Nederland sporten/bewegen vaker in groepsverband dan de inwoners die in Nederland zijn geboren.

Vier op de tien lid van sportvereniging

Van alle inwoners van Capelle aan den IJssel is 38% lid van een sportvereniging. Ruim een kwart (28%) heeft (ook) een abonnement voor een sportschool.

Verdeling lidmaatschap en abonnement onder alle inwoners van Capelle aan den IJssel:
- lid van een sportvereniging én houder abonnement sportschool (16%);
- lid van sportvereniging (22%);
- abonnement op sportschool (12%).

Met name sporten in georganiseerd verband

De inwoners die sporten of bewegen, doen dit voornamelijk in georganiseerd verband, bijvoorbeeld bij een sportvereniging of een fitnesscentrum. Een kleine groep bezoekt hiervoor een wijkcentrum of buurthuis. Een derde sport niet in georganiseerd verband. In de categorie anders vallen onder meer het zwembad, de golfbaan, de dansschool, de manege en sport op school.

Locatie waar de bewegers sporten/bewegen:
- niet georganiseerd/zelf (33%);
- bij een sportvereniging (30%);
- bij een sportschool/fitnesscentrum (29%);
- bij een wijkcentrum/buurthuis (3%);
- anders (17%).

- Kinderen en jongeren sporten/bewegen vooral in verenigingsverband, de groep 18-44-jarigen gaat liever naar de sportschool.






Niveau van sporten/bewegen:
- recreatief/gaat om bewegen (69%);
- recreatief/met trainingen en wedstrijden (20%);
- prestatiegericht op zo hoog mogelijk niveau (9%);
- topsport (1%).

Sporten op recreatief niveau

Veruit de grootste groep inwoners van Capelle aan den IJssel die sport of beweegt, doet dit op recreatief niveau. Eén op de tien streeft bij het sporten/bewegen het voor hen hoogst haalbare niveau na. Eén procent doet dit op het hoogste of één-na-hoogste niveau in Nederland.

- Met name 65-plussers en vrouwen sporten recreatief en buiten wedstrijdverband. Wedstrijdsport wordt relatief vaak bedreven door mannen en jongeren (jonger dan 18 jaar).

Hoofdstuk 3

Motivatie

3. Motivatie

Men sport vooral voor de gezondheid



De meerderheid van de bewegende bevolking van de gemeente Capelle aan den IJssel sport/beweegt om gezond en fit te blijven of te worden. Maar ook plezier speelt hierin een belangrijke rol. De motivatie om te gaan sporten/bewegen hangt mede samen met leeftijd. Zo sporten/bewegen meer kinderen en jongeren dan volwassenen omdat vrienden en familie 'dit ook doen' of omdat ze er plezier aan beleven. Tussen de 18-64 jaar zijn gezondheid en fitheid de voornaamste motieven, hoewel bij inwoners van 18 en 44 jaar ook het uiterlijk (de lijn) een belangrijke reden is. De inwoners van 65 jaar en ouder sporten/bewegen bovengemiddeld op doktersadvies.

Tabel 3.1
Redenen waarom men beweegt of sport – meerdere antwoorden mogelijk

	6-11 jaar (n=213)	12-17 jaar (n=284)	18-44 jaar (n=517)	45-64 jaar (n=769)	65 jaar e.o (n=389)	totaal (n=2174)
gezondheid/fitheid	30%	41%	66%	68%	51%	57%
plezier/ontspanning	79%	71%	48%	37%	22%	45%
gezelligheid/sociale contacten	38%	37%	25%	22%	19%	26%
uiterlijk/lijn	3%	23%	37%	23%	6%	22%
vrienden/familie doen het ook	21%	20%	14%	5%	2%	10%
op doktersadvies	1%	1%	3%	8%	10%	5%
anders[5]	13%	6%	8%	8%	7%	8%

Met name door lichamelijke beperking beweegt men niet of nauwelijks

23% vindt van zichzelf dat zij niet of nauwelijks sport of beweegt. Dit komt voornamelijk door een lichamelijke beperking (onder ouderen). Geen zin, geen tijd of problemen met financiën zijn daarnaast ook veelgenoemde redenen, met name onder de beroepsbevolking. Vervoer of een te klein sportaanbod spelen een minder grote rol.

[5] Onder anders wordt onder meer genoemd dat het belangrijk is om goed te kunnen zwemmen of dat het moet van ouders, bijvoorbeeld voor de motorische ontwikkeling of omdat men het bij de opvoeding vindt horen. Een deel ziet het als een standaardonderdeel van de dag, bijvoorbeeld wandelen omdat ze de hond uit moeten laten.

Tabel 3.2
Redenen waarom men niet (vaker) sport/beweegt - Meerdere antwoorden mogelijk[6]

	6-11 jaar (n=28)	12-17 jaar (n=43)	18-44 jaar (n=141)	45-64 jaar (n=207)	65 jaar e.o (n=147)	totaal (n=566)
lichamelijke klachten/beperking	0%	16%	17%	31%	47%	29%
geen tijd	6%	26%	45%	34%	6%	27%
geen zin	10%	35%	29%	27%	19%	25%
sport in het algemeen te duur	65%	36%	29%	15%	11%	21%
niet gewend/nooit gedaan	10%	14%	9%	18%	18%	15%
vervoersproblemen	10%	4%	2%	2%	4%	3%
sportaanbod sluit niet aan	6%	4%	1%	3%	1%	2%
anders[7]	34%	13%	21%	13%	17%	17%

Niet-bewegers zien voordelen van bewegen/sporten in

Sporten en bewegen ervaart men doorgaans als belangrijk voor de eigen gezondheid, vooral de jongere inwoners. Ook is het voor velen een manier om te ontspannen. In mindere mate doet men het om mensen of vrienden te ontmoeten. De 6-11 jarigen vormen hierop een uitzondering. Voor hen heeft het sporten ook een sterk sociaal aspect. Zeven op de tien inwoners zijn van mening dat zijn/haar buurt voldoende mogelijkheden heeft om te bewegen of te sporten. De jongere inwoners delen deze mening in mindere mate.
Hoewel bewegers een positievere houding hebben over sporten en bewegen, vinden ook zij dat het belangrijk is voor de gezondheid en zien ze bewegen/sporten als een manier om te ontspannen en om sociale contacten op te doen. Ongeveer twee op de tien niet-sporters vindt sporten/bewegen vervelend om te doen.

Tabel 3.3
Attitudes ten aanzien van gezondheid, sport en bewegen

	beweger (nmin=1713, nmax=1788)	niet-beweger (nmin=441, nmax=497)	totaal (nmin=2162, nmax=2285)
bewegen/sporten is leuk	75%	35%	67%
lichamelijke inspanning is vervelend	5%	18%	8%
bewegen/sporten is belangrijk voor de gezondheid	97%	80%	88%
er zijn in de buurt voldoende plekken om te bewegen/sporten	65%	59%	69%
bewegen/sporten is een manier om te ontspannen	73%	63%	66%
bewegen/sporten is een manier om mensen te ontmoeten	74%	54%	38%

6 In de bijlage staat de uitsplitsing van de redenen waarom men niet (vaker) sport/beweegt naar wijk weergegeven.
7 Onder anders valt onder meer: op wachtlijst (met name voor zwemles), zwaar lichamelijk werk, zwanger, weet niet welke sport men wil doen.

Bewegers hebben gezondere leefstijl dan niet-bewegers

Driekwart van de inwoners van Capelle aan den IJssel zegt gezond te eten. Inwoners die aangeven dat ze niet of nauwelijks bewegen oordelen hierover negatiever dan de inwoners die bewust actief bewegen. Hetzelfde geldt voor de tevredenheid over het eigen gewicht.

Tabel 3.4

Oordeel over eigen gezondheid

	beweger (nmin=1809, nmax=1812)	niet-beweger (nmin=545, nmax=557)	totaal (nmin=2354, nmax=2369)
eet gezond	75%	69%	74%
tevreden over gewicht	51%	43%	49%

Tabel 3.5

Oordeel over eigen beweeggedrag

	beweger (nmin=1291, nmax=1796)	niet-beweger (nmin=416, nmax=524)	totaal (1707-2321)
beweeg voldoende	66%	29%	57%
wil meer bewegen	42%	54%	45%

Bijna de helft van de inwoners wil meer bewegen

Drie op de tien inwoners die zelf aangeven dat ze niet of nauwelijks bewegen, vinden wel dat zij voldoende bewegen. Meer dan de helft van deze niet-bewegers wil wel meer bewegen. Onder de bewegers ligt dit wat lager, maar is dat evengoed nog 42%.

Meer sporten/bewegen indien dit nodig is voor de gezondheid of bij het hebben van meer tijd

Men zou vaker gaan bewegen of sporten wanneer dit ook echt nodig is (bijvoorbeeld voor gezondheid of gewicht). Meer tijd hebben, volgt op de tweede plaats. Vooral binnen de groep 18-44 jarigen speelt dit mee. Tekort aan discipline, fysieke problemen (met name bij de 65-plussers) en de kosten is voor ruim vier op de tien inwoners een drempel om vaker te gaan bewegen of te sporten. Een derde mist iemand om samen beweegactiviteiten mee te ondernemen. Niet over vervoer beschikken, vormt voor een kleine groep een belemmering. Dit geldt met name voor 6-17 jarigen. Het is ook deze groep die relatief onbekend is met het sport- en beweegaanbod in Capelle. De top vier motieven om vaker te gaan bewegen van bewegers en niet-bewegers wijken niet af. Toch zijn er verschillen tussen beide doelgroepen. Zo noemen meer bewegers de tijdsfactor dan niet-bewegers. En plezier en discipline wordt door relatief meer niet-bewegers genoemd.

Tabel 3.6

Ik zou meer of vaker (gaan) bewegen en/of sporten als….. (% zeker)

	beweger (n=1032)	niet-beweger (n=333)	totaal (n=1365)
het echt nodig zou zijn (bijv. voor gezondheid, gewicht)	69%	70%	69%
ik meer tijd zou hebben	62%	55%	60%
ik daar meer plezier aan zou beleven	45%	56%	48%
ik de discipline zou kunnen opbrengen	41%	55%	44%
ik geen fysieke problemen zou hebben	38%	47%	41%
het minder duur zou zijn	39%	48%	41%
ik iemand zou hebben om samen mee te bewegen/sporten	30%	45%	34%
er een (beter) passend beweeg- of sportaanbod zou zijn	27%	37%	29%
ik zou weten welke sport- en beweegactiviteiten er zijn	21%	25%	22%
er een mogelijkheid tot vervoer is	18%	23%	19%

Hoofdstuk 4

Het sport- en beweegaanbod

4. Het sport- en beweegaanbod



Voor bijna de helft voldoet het sport- en beweegaanbod

Bijna de helft van de inwoners is in grote lijnen bekend met het sport- en beweegaanbod in Capelle a/d IJssel en volgens hen sluit dit ook voldoende aan op de eigen persoonlijke behoeften. Een klein aandeel (9%) vindt de match onvoldoende. De rest kent het gemeentelijke aanbod niet goed genoeg om hierover te kunnen oordelen.
Verhoudingsgewijs veel 18-44 jarigen, 65-plussers, niet bewegers en allochtonen zijn onbekend met het aanbod.

Tabel 4.1
Mate waarin het aanbod in Capelle a/d IJssel aansluit op de persoonlijke behoeften

	6-11 jaar (n=217)	12-17 jaar (n=294)	18-44 jaar (n=585)	45-64 jaar (n=866)	65 jaar e.o (n=385)	totaal (n=2345)
(redelijk) bekend met aanbod en sluit voldoende aan op persoonlijke behoeften	58%	47%	42%	49%	43%	47%
(redelijk) bekend met aanbod, maar sluit onvoldoende aan op persoonlijke behoeften	10%	10%	10%	8%	8%	9%
niet bekend met het aanbod	32%	43%	48%	43%	49%	44%

Zorg voor meer sport- en beweegmogelijkheden in de gemeente

Het uitbreiden van het sportaanbod is een veelgenoemde suggestie om het beweeg en/of sportaanbod (nog beter) aan te sluiten op de eigen wensen en behoeften. Sommige inwoners wijken nu uit naar omliggende gemeenten om daar te sporten. Ook het onderhoud van sportvoorzieningen vormt volgens verschillende inwoners een belangrijk aandachtspunt.

Genoemde suggesties:
- betere informatievoorziening sport- en beweegaanbod;
- sport- en beweegaanbod uitbreiden;
- onderhoud sport- en beweegaanbod;
- goedkoper maken sporten;
- aanpassen tijden om te sporten;
- bereikbaar maken van sport- en beweegaanbod.

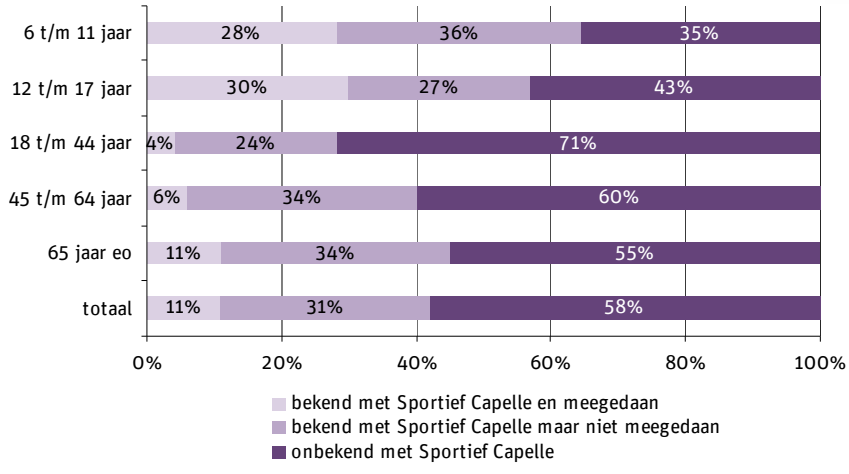
Daarnaast vormen de kosten en de bereikbaarheid voor vele inwoners een drempel om te gaan sporten. Vierenzeventig inwoners noemen de hoge prijzen (van met name sportverenigingen). Verschillende ouders van kinderen zien bovendien graag dat er tijdens de kinderopvang of woensdagmiddag een sportaanbod is. Een deel van de inwoners wil meer te weten komen over de mogelijkheden om te sporten in de gemeente. Zij wensen betere informatievoorziening, zoals overzichten van sportverenigingen in de nabije omgeving. Verder blijkt er een potentieel aan inwoners dat graag introductielessen en workshops zou volgen ter kennismaking met een sport.

- *"Tijdstippen beter aansluiten op schooltijden, en proefabonnementen om ze kennis te laten maken met meerdere sporten, waarbij de start van deze proefperiodes aansluitend zijn. Daarnaast is het ontbreken van schoolzwemmen een gemis hier in Capelle. Omliggende gemeentes kennen dit wel, maar een waterrijk Capelle niet." (ouder van een 6-11 jarige)*
- *"Voor het dichtstbijzijnde tenniscomplex moet ik meer dan 30 min fietsen. Dus in de wijk en "omstreken" wat meer mogelijkheden, badminton bijv. (12-17 jarige)*
- *"Het zou fijn zijn als er meer informatie over is, als er bijvoorbeeld af en toe een folder thuis bezorgd wordt met alle mogelijkheden." (12-17 jarige)*
- *"Wanneer het fatsoenlijke prijzen zou hebben zou ik als alleen verdiener zeker gaan bewegen, maar het meeste in de buurt is schreeuwend duur." (18-44 jarige)*
- *"Meer reclame maken en goedkoper maken zodat de mensen die minder geld hebben ook kunnen sporten. Eventueel ook meer sport activiteiten voor kinderen met een beperking, en ook daar reclame voor maken." (18-44 jarige)*
- *"Ik zou graag een groenere omgeving met meer bomen zien in/rondom Capelle West."*
- *"Vrijdag en zaterdag (overdag) zijn meest geschikte dagen voor mij, liever een sportactiviteit georganiseerd met kinderopvang (voor mijn kleinkind van 3 jaar)" (18-44 jarige)*
- *"Laagdrempelig, goedkoop, vrijblijvend. Bijvoorbeeld openbare fitnessapparaten in een park (zoals onlangs in de buurt van de Koperwiek geplaatst zijn)." (45-64 jarige)*
- *"De belangrijkste punten voor mij zijn: 1) bereikbaarheid en gratis parking en/of bereikbaarheid met openbaar vervoer. 2) redelijke kosten i.v.m. voorzieningen. 3) klantvriendelijkheid van de organisatie." (65 jaar e.o.)*

Sportief Capelle redelijk bekend

Binnen de gemeente organiseert Sportief Capelle (als uitvoerder van het gemeentelijk sportbeleid) sportaanbod voor diverse doelgroepen (bv. Sportbuurtwerk, Sportieve Jaargetijden, What's your sport?!). Vooral onder de jongeren zijn de activiteiten goed bekend en bezocht. Ook opvallend is de hoge deelname vanuit de wijk Fascinatio (20%). Relatief onbekend met Sportief Capelle zijn niet-bewegers en de groep 18-44 jarigen.

Figuur 4.1
Bekendheid en gebruik Sportief Capelle



bijlagen

Bijlage: Sportdeelname naar wijk en leeftijd

Tabel a

Sportdeelname naar wijk en leeftijd

	sportdeelname	respons			sportdeelname	respons
Capelle West				*Schenkel*		
6-11 jaar	100%	21		6-11 jaar	95%	60
12-17 jaar	96%	24		12-17 jaar	100%	40
18-44 jaar	84%	74		18-44	84%	37
45-64 jaar	87%	70		45-64	82%	82
65 eo jaar	82%	17		65 eo	73%	37
s-Gravenland				*Schollevaar*		
6-11 jaar	100%	33		6-11 jaar	95%	22
12-17 jaar	100%	40		12-17 jaar	93%	69
18-44 jaar	92%	113		18-44	87%	82
45-64 jaar	85%	110		45-64	85%	104
65 eo jaar	86%	22		65 eo	72%	32
Middelwatering				*Fascinatio*		
6-11 jaar	95%	20		6-11 jaar	100%	65
12-17 jaar	86%	21		12-17 jaar	100%	40
18-44	87%	63		18-44	90%	42
45-64	82%	117		45-64	79%	38
65 eo	76%	51		65 eo	70%	23
Oostgaarde						
6-11 jaar	96%	26				
12-17 jaar	96%	23				
18-44	67%	86				
45-64	86%	118				
65 eo	82%	56				

Tabel b

Redenen waarom men niet (vaker) sport/beweegt, naar wijk - Meerdere antwoorden mogelijk

	Capelle West (n=81)	s-Gravenland (n=55)	Middelwatering (n=96)	Oostgaarde (n=117)	Schenkel (n=78)	Schollevaar (n=86)	Fascinatio (n=43)
geen zin	22%	36%	21%	26%	27%	25%	30%
geen tijd	32%	27%	19%	34%	27%	29%	16%
vervoersproblemen	7%	0%	2%	5%	3%	2%	7%
sportaanbod sluit niet aan	4%	4%	0%	1%	4%	4%	0%
lichamelijke klachten/beperking	24%	16%	43%	23%	26%	26%	23%
niet gewend/nooit gedaan	18%	11%	17%	11%	13%	18%	12%
sport in het algemeen te duur	30%	20%	19%	20%	23%	24%	21%
anders	11%	22%	14%	17%	20%	17%	19%