



Behoeftenonderzoek mensen met een beperking

In opdracht van
Fonds Gehandicaptensport

Maxine de Jonge
Caroline van Lindert
Remko van den Dool

**mulier instituut**

1.	Inleiding	3
1.1	Aanleiding	3
1.2	Doelgroepen	3
1.3	Onderzoeksvragen	3
2.	Resultaten	5
2.1	Achtergrond respondenten	6
2.2	Sporten en bewegen	7
2.3	Behoefted crowdfunding	13
2.4	Sporthulpmiddelen	15
2.5	Thuis sporten	19
	Conclusies & aanbevelingen	22
	Bijlagen	26
	Bijlage 1 Verantwoording onderzoek	27
	Bijlage 2 Tabellen	335

1. Inleiding

- [Aanleiding](#)
- [Doelgroepen](#)
- [Onderzoeksvragen](#)



1. Inleiding

Aanleiding

- Een onderzoek in opdracht van het Fonds Gehandicaptensport naar:
 - de sportdeelname van mensen met een beperking;
 - de ervaren belemmeringen van deze doelgroep;
 - behoefte aan verschillende programma's gericht op het verminderen/wegnemen van belemmeringen:
 - het verlagen van de financiële drempel om te (gaan) sporten (thema Crowdfunding);
 - het vinden/lenen/aanschaffen van een (geschikt) sporthulpmiddel (thema Sporthulpmiddelen);
 - het mogelijk maken van sporten en bewegen in de thuissituatie (thema Online personal trainer).

Onderzoeksvraag:

In hoeverre hebben (potentiële) sporters met een lichamelijke beperking met deze of andere belemmeringen te maken en in hoeverre draagt het wegnemen van deze of andere belemmeringen ertoe bij dat zij daadwerkelijk gaan of blijven sporten?

Doelgroep

- Kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking (visuele, auditieve en/of motorische) tot 80 jaar.
- Bijzondere aandacht voor mensen:
 - met en motorische beperking;
 - die een (sport)hulpmiddel gebruiken.

Zie bijlage voor een uitgebreide uitleg over de onderzoeksoepzet.

Onderzoeksvragen

1. In hoeverre sporten en bewegen mensen met een lichamelijke beperking (wel/niet) en in hoeverre verschilt dit naar achtergrondkenmerken (leeftijd, sociaaleconomische positie, gebruik van hulpmiddelen)?
2. In hoeverre willen mensen met een lichamelijke beperking gaan sporten en bewegen of iets veranderen aan hun huidige sport- en beweeggedrag?
3. Wat zijn de motieven, wensen en behoeften van mensen met een lichamelijke beperking om te (gaan) sporten en bewegen?
4. Welke belemmeringen ervaren mensen met een lichamelijke beperking bij het (gaan) sporten en bewegen en in hoeverre hebben deze te maken met financiën, sporthulpmiddelen of de mogelijkheid/wens om thuis te sporten?
5. In hoeverre hebben mensen met een lichamelijke beperking behoefte aan oplossingen die hen in staat stellen ervaren drempels weg te nemen, zouden zij hier gebruik van maken en helpt hen dit bij het daadwerkelijk gaan sporten en bewegen?
6. Welke aanbevelingen kunnen worden gedaan ten aanzien van de doorontwikkeling van het platform Uniek Sporten, afgaande op de resultaten van het onderzoek?



2. Resultaten

2.1 [Achtergrond respondenten](#)

2.2 [Sporten en bewegen](#)

- [Sport- en beweegdeelname](#)
- [Verandering sport- en beweeggedrag](#)
- [Ervaren belemmeringen](#)
- [Voordelen sporten en bewegen](#)

2.3 [Crowdfunding](#)

2.4 [Sporthulpmiddelen](#)

2.5 [Thuis sporten](#)



2.1 Achtergrond respondenten

Tabel 2.1 Achtergrondkenmerken van volwassen respondenten (18-80 jaar) uit het vervolgonderzoek, naar soort beperking (in procenten, n=869)

		Totaal (n=869)	Motorische beperking met mobiliteitshulpmiddel (n=349)	Motorische beperking zonder mobiliteitshulpmiddel (n=392)	Visuele beperking (n=195)	Auditieve beperking (n=112)
Beperking			28	48	38	22
Gebruik van een hulpmiddel	Gebruikt geen hulpmiddel	25	-	45	18	14
	Gebruikt mobiliteitshulpmiddel	44	82	25	25	23
	Gebruikt ander hulpmiddel	58	65	44	81	84
Aantal beperkingen	1	74	58	87	29	-
	Meer dan 1	26	42	13	71	100
Geslacht	Man	37	32	41	42	54
	Vrouw	63	68	59	58	46
Leeftijdsgroep (jaar)	18-49	41	39	43	42	34
	50-64	31	30	29	28	28
	65-80	28	31	28	30	37

Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut). Gewogen naar type beperking en leeftijd van screening.

Tabel 2.2 Achtergrondkenmerken van kinderen (0-21 jaar) uit het vervolgonderzoek (in procenten, n=200)

		%
Beperking	Motorische beperking	67
	Visuele beperking	25
	Auditieve beperking	39
Gebruik van een hulpmiddel	Gebruikt geen hulpmiddel	31
	Gebruikt mobiliteitshulpmiddel	30
	Gebruikt ander hulpmiddel	54
Aantal beperkingen	1	88
	Meer dan 1	12
Geslacht	Man	55
	Vrouw	45
Leeftijdsgroep (jaar)	0-12	50
	13-21	50

Voor het onderzoek is in 2019 een online vragenlijst uitgezet via een grootschalig internetpanel. Respondenten waren volwassen panelleden (18-80 jaar) met een beperking en volwassen panelleden die een kind (0-21jaar) hebben met een beperking.

Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).



2.2 Sporten en bewegen

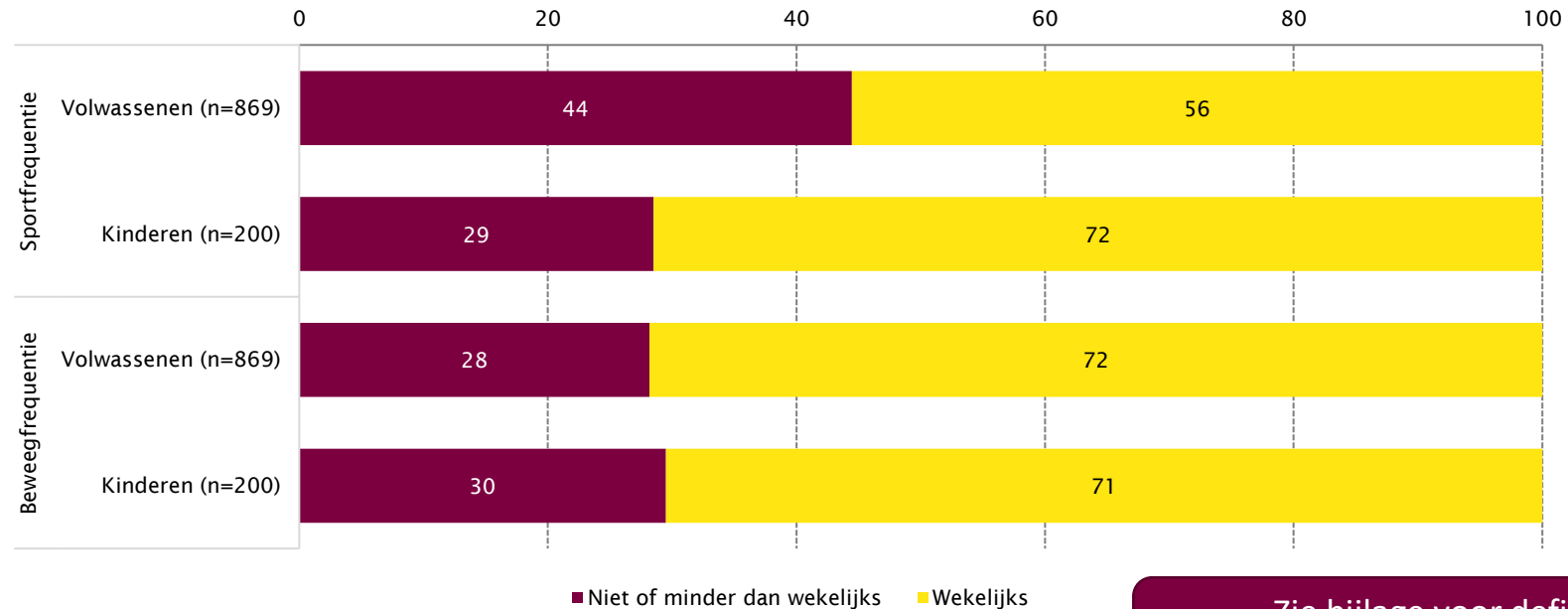
Beweegdeelname

- Volwassenen met een motorische beperking met mobiliteitshulpmiddel zijn minder vaak wekelijkse bewegers dan volwassenen met andere soorten beperkingen.
- De verschillen tussen de leeftijdsgroepen bij de volwassen respondenten zijn gering.
- De hoogste wekelijkse beweegdeelname is bij mensen met bruto jaarinkomen meer dan twee keer modaal.

Sportdeelname

- Volwassenen met een motorische beperking zijn minder vaak wekelijkse sporters dan volwassenen met een auditieve of visuele beperking.
- Top drie sporten voor volwassenen met een lichamelijke beperking: fitness, wandelsport, zwemsport.
- Top drie sporten voor kinderen met een lichamelijke beperking: zwemsport, veldvoetbal, fitness.

Figuur 2.1 Sport- en beweegdeelname, kinderen (0-21 jaar) en volwassenen (18-80 jaar) met een lichamelijke beperking (in procenten)



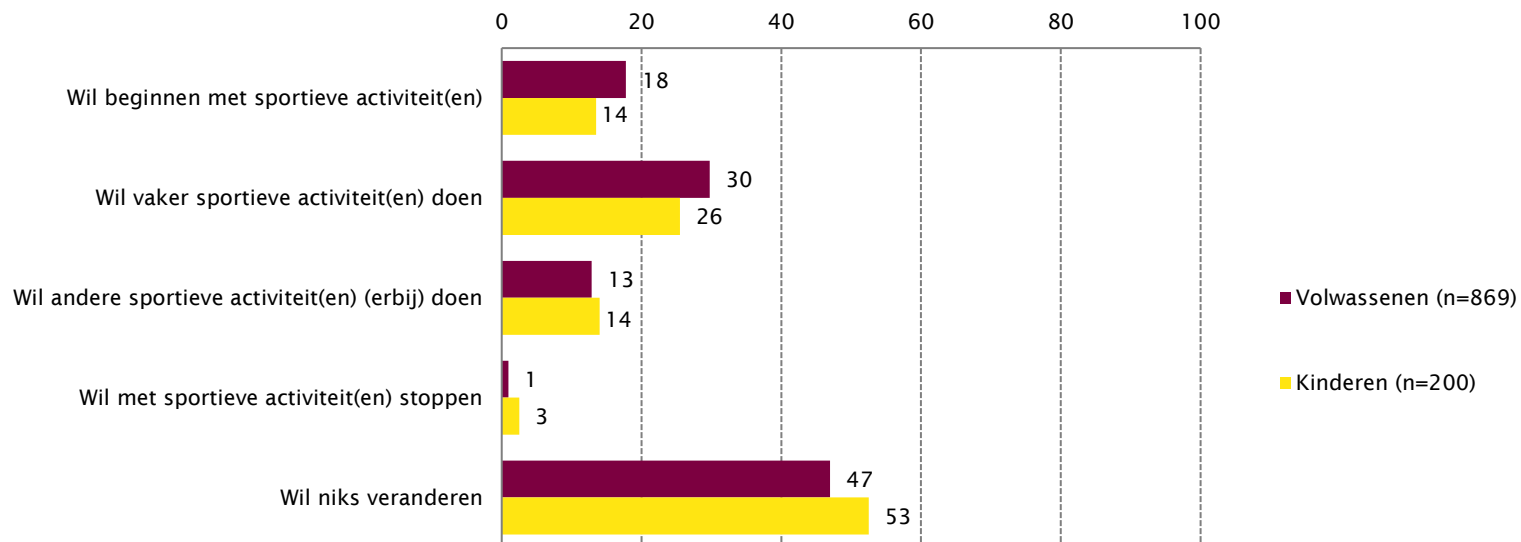
Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

Zie bijlage voor definitie sportdeelname en beweegdeelname

Verandering sport- en beweggedrag

- Volwassenen met een motorische beperking willen vaker een sportieve activiteit beginnen dan volwassenen met een visuele of auditieve beperking.
- Niet-wekelijkse sporters willen vaker een sportieve activiteit beginnen dan de wekelijkse sporters.
- Mensen met een lichamelijke beperking tussen 18-64 jaar willen vaker met een nieuwe sportieve activiteit beginnen of vaker sportieve activiteiten doen dan 65-plussers.

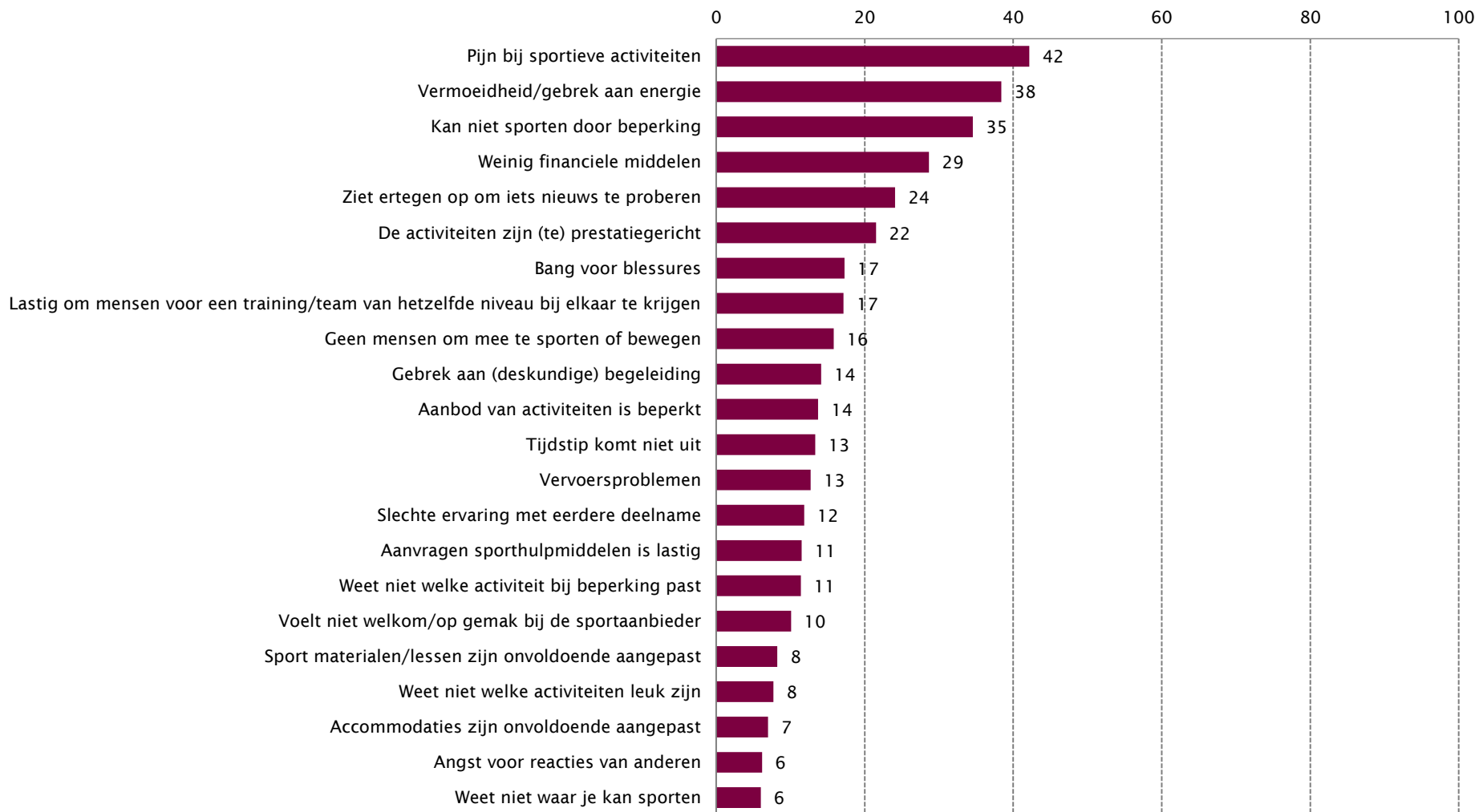
Figuur 2.2 Houding ten aanzien van verandering in sport- of beweggedrag, volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking (in procenten)



Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

Belemmeringen bij het sporten en bewegen (volwassenen)

Figuur 2.3 Ervaren belemmeringen bij sporten en bewegen, volwassenen met een lichamelijke beperking (percentage (zeer) vaak ervaren, n=869)

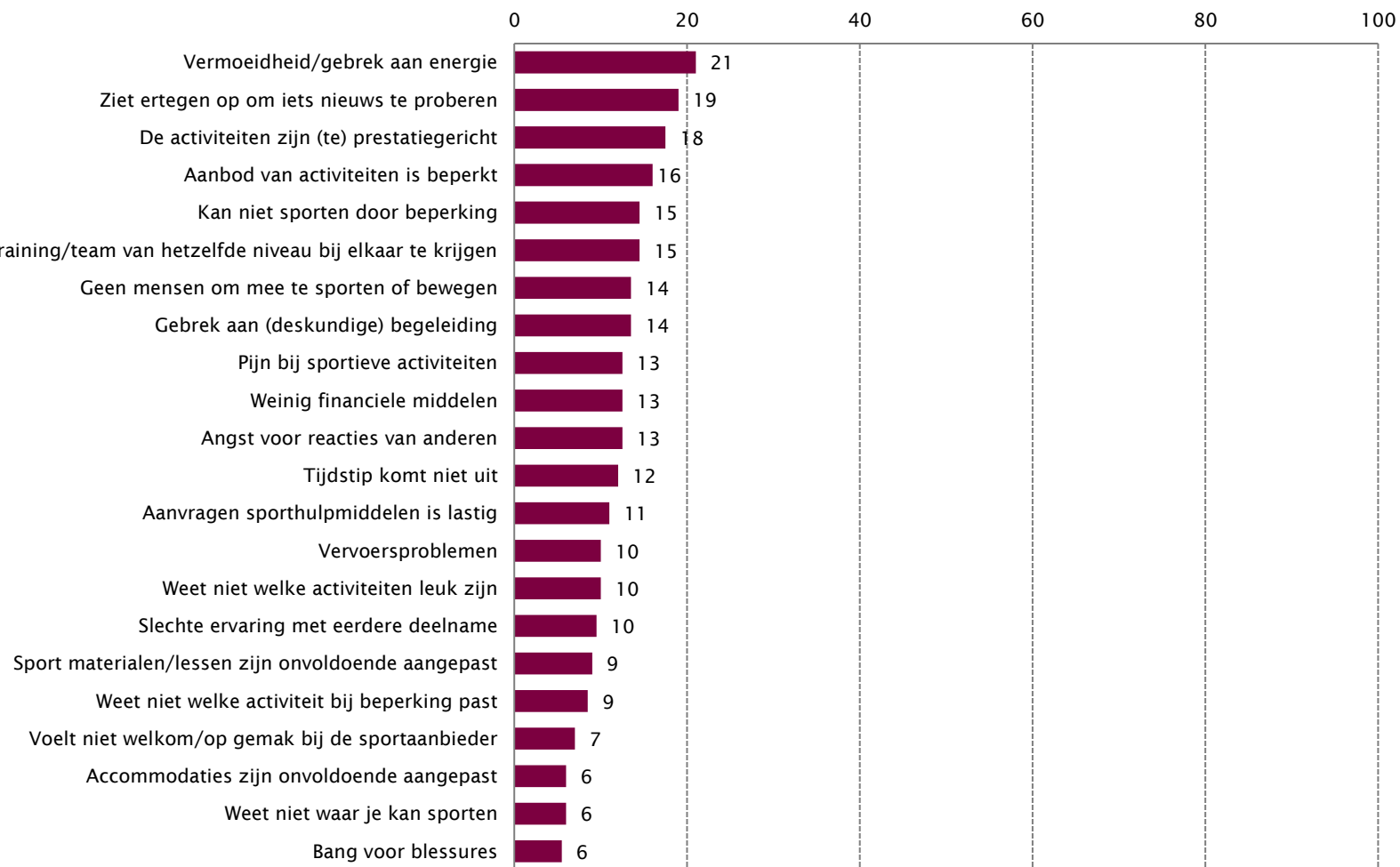


Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).



Belemmeringen bij het sporten en bewegen (kinderen)

Figuur 2.4 Ervaren belemmeringen bij sporten en bewegen, kinderen met een lichamelijke beperking (percentage (zeer) vaak ervaren, n=200)



Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).



Verschillen in ervaren belemmeringen

- Een klein deel van volwassenen (6%) en kinderen (16%) met een lichamelijke beperking geeft aan alle belemmeringen nooit of zelden te ervaren.
- De meerderheid van volwassenen (74%) en kinderen (60%) met een lichamelijke beperking ervaart minimaal één van de belemmeringen (zeer) vaak.
- Naar soort beperking (zie bijlage, [tabel B2.2](#)):
 - Vooral volwassenen met een motorische beperking die een mobiliteitshulpmiddel gebruiken geven aan de volgende belemmeringen (zeer) vaak te ervaren: vermoeidheid/gebrek aan energie, beperking laat sporten niet toe, pijn, prestatiegericht, lastig om mensen voor een training/team van hetzelfde niveau samen te krijgen en bang voor blessures.
- Naar leeftijdsgroep (zie bijlage, [tabel B2.3](#)):
 - Vermoeidheid/gebrek aan energie, angst voor reacties van anderen, en het niet weten waar ze kunnen sporten vormen vaker een belemmering bij 18-49-jarigen dan 50-plussers.
 - Een tijdstip dat niet uitkomt, het niet op gemak voelen bij een sportaanbieder en weinig financiële middelen is vaker een probleem voor mensen van 18-64 jaar dan voor 65-plussers.
- Wekelijkse sporters ervaren belemmeringen in mindere mate bij het sporten en bewegen dan mensen die niet wekelijks sporten (zie bijlage, [tabel B2.4](#)):
 - Dit geldt bijvoorbeeld voor de belemmeringen: pijn bij sportieve activiteiten, beperking laat sporten niet toe, vermoeidheid, weinig financiële middelen, ziet er tegen op zien om iets nieuws te proberen, activiteiten zijn (te) prestatiegericht en geen mensen om mee te sporten of bewegen.

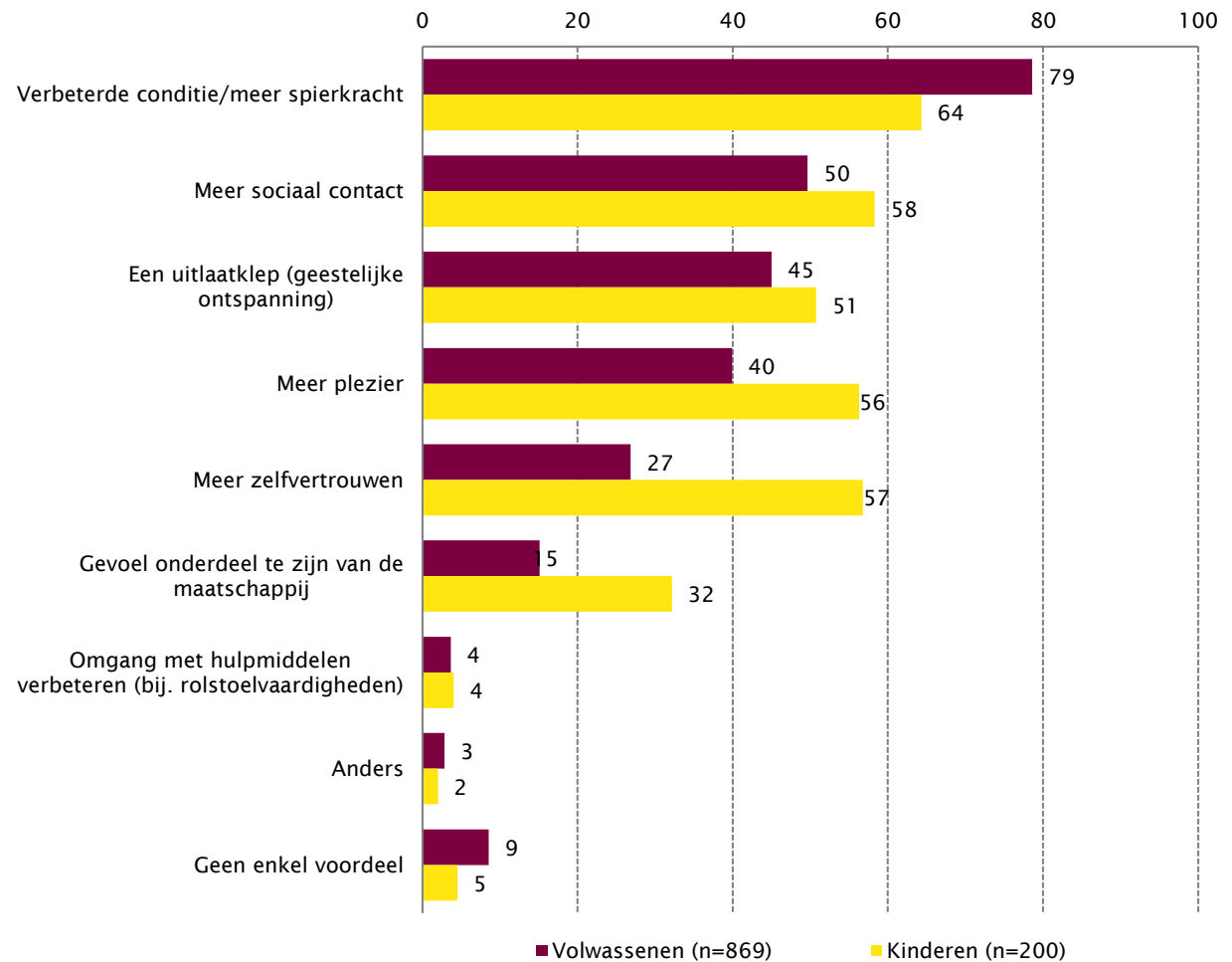
Waardering sportaanbod

- Volwassenen met een motorische beperking die een mobiliteitshulpmiddel gebruiken geven vaker aan dat er nauwelijks tot geen sport- en beweegaanbod in de buurt is (18%) dan volwassenen met een ander soort beperking.
- Niet-wekelijkse sporters vinden vaker dat er weinig (19%) of nauwelijks tot geen aanbod (16%) in de buurt is dan de wekelijkse sporters (9% weinig aanbod, 6% nauwelijks tot geen aanbod)

Voordelen sporten en bewegen

- Volwassenen met een visuele beperking of een auditieve beperking zien sporten vaker als een uitlaatklep dan volwassenen met een motorische beperking.
- Volwassenen met een motorische beperking en een mobiliteitshulpmiddel geven vaker aan dat sporten hen helpt om te gaan met hulpmiddelen en het gevoel geeft onderdeel te zijn van de maatschappij, dan volwassenen met een ander soort beperking.
- Voor volwassenen met meervoudige beperkingen is meer zelfvertrouwen en een uitlaatklep vaker een voordeel dan volwassenen met één beperking.
- Volwassenen met een lichamelijke beperking van 18-49 jaar geven vaker aan dat de voordelen van sportieve activiteiten zijn een uitlaatklep en een verbeterde omgang met hulpmiddelen dan de 50-plussers.
- De niet-wekelijkse sporters zien vaker geen enkel voordeel (15%) dan de wekelijkse sporters (4%).

Figuur 2.5 Voordelen van deelname aan sportieve activiteiten volgens volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking (in procenten, meer antwoorden mogelijk)



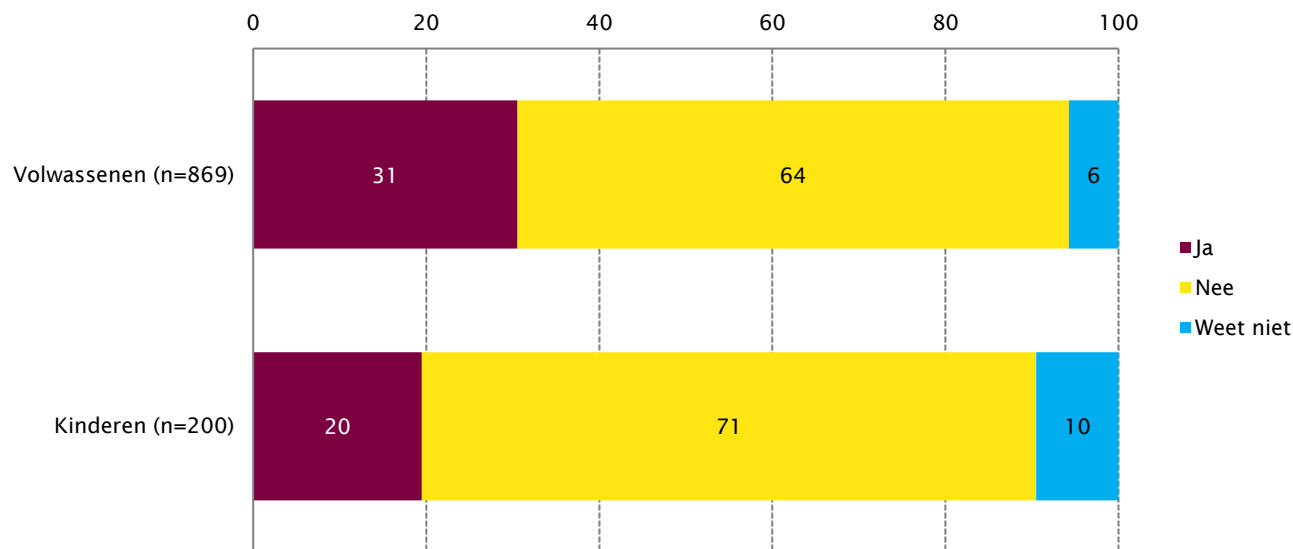
Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

2.3 Behoeftes crowdfunding

Financiële belemmeringen

- Drie op de tien volwassenen en twee op de tien kinderen met een lichamelijke beperking ervaren financiële belemmeringen.
 - Het betreft vooral contributie/abonnementskosten en de aanschaf van sportmaterialen.
 - Gebrek aan financiële middelen is vaker een belemmering voor:
 - Volwassenen met een motorische beperking dan voor volwassenen met een visuele of auditieve beperking;
 - De niet-wekelijks sporters dan bij de wekelijkse sporters;
 - Volwassenen tussen 18-64 jaar dan 65-plussers.

Figuur 2.6 Ervaren financiële belemmeringen, volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking (in procenten)

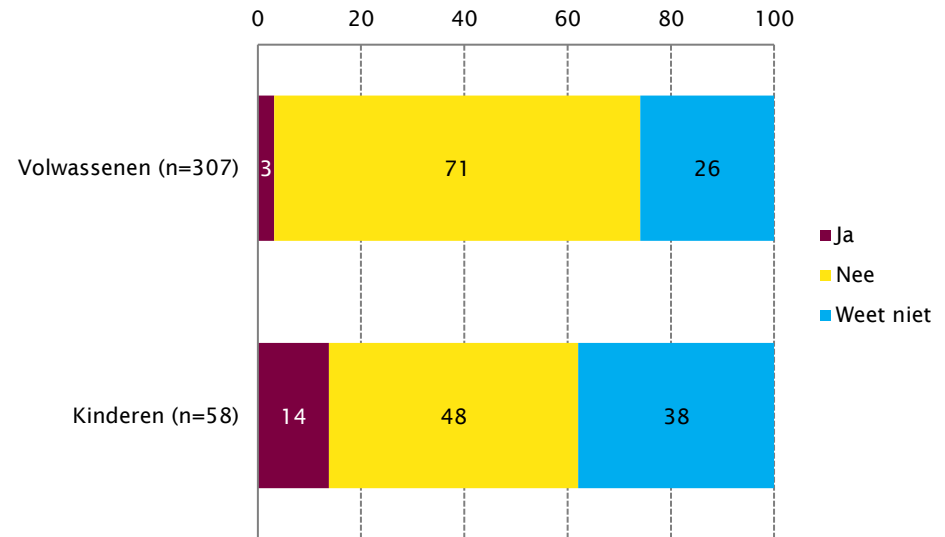


Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

Crowdfunding

- Een minderheid van volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking ervaart financiële belemmeringen. Alleen deze mensen zijn over crowdfunding gevraagd, daarom gaan de vragen over crowdfunding over een klein aantal respondenten.
- De behoefte aan crowdfunding onder respondenten die financiële belemmeringen ervaren is laag.
- Volwassenen met een lichamelijke beperking die financiële belemmeringen ervaren, willen crowdfunding vooral niet gebruiken vanwege schaamte bij het vragen van donaties.
 - Respondenten met een lichamelijke beperking tussen 18-64 jaar geven vaker aan dat crowdfunding onaantrekkelijk is vanwege de schaamte bij het vragen van donaties dan mensen van 65 jaar of ouder.
 - Volwassenen met een beperking vanaf hun geboorte geven vaker aan dat schaamte bij het vragen van donaties een reden is om niet aan crowdfunding mee te doen, dan volwassenen met een beperking van meer dan 10 jaar geleden of 5-10 jaar geleden hebben gekregen.
- Ook bij kinderen met een lichamelijke beperking is de belangrijkste reden om geen gebruik te maken van crowdfunding het gevoel van schaamte en bedelen.
- Onzekerheid over de uitkomsten van crowdfunding is ook een zorgen voor een kwart van kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking.

Figuur 2.7 Behoeftte aan crowdfunding, kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking die financiële belemmeringen ervaren (in procenten)



Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

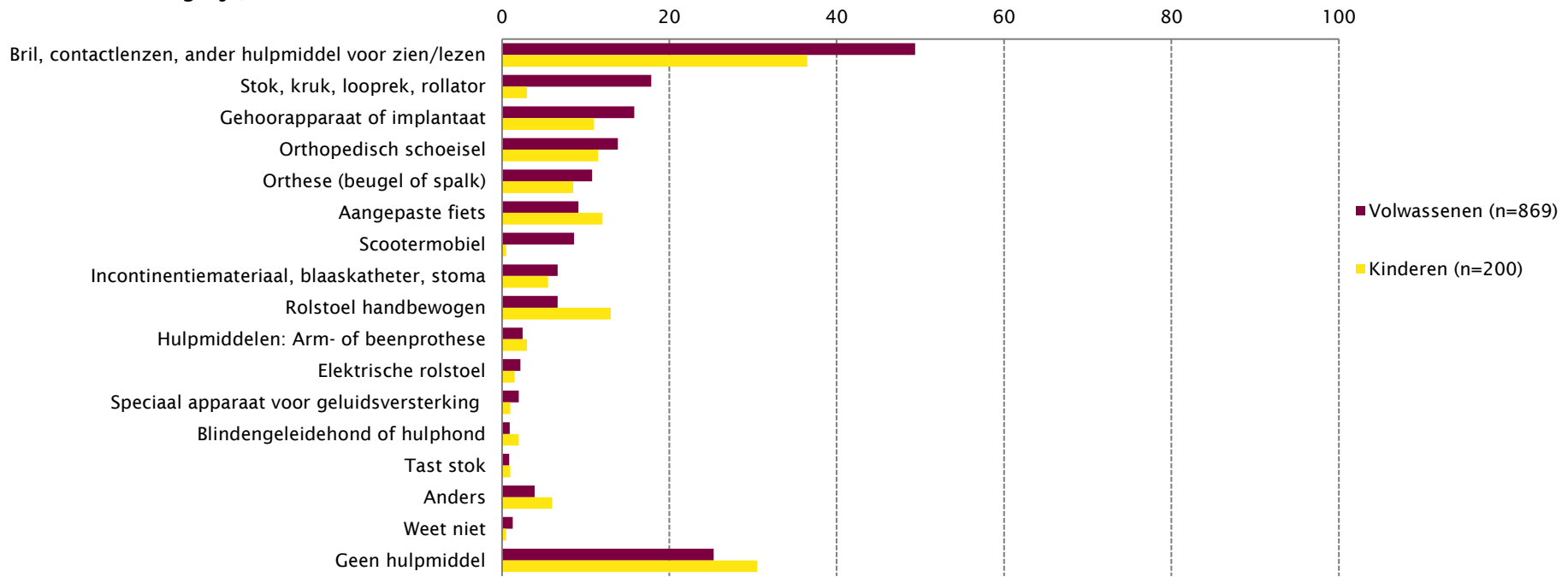
- De helft van de kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking die (eventueel) wel geïnteresseerd zijn in crowdfunding, vindt het (heel) onaantrekkelijk als het Fonds Gehandicaptensport de crowdfunding zou organiseren en een deel van het bedrag zou betalen.

2.4 Sporthulpmiddelen

Hulpmiddelen dagelijks leven

- Driekwart van de volwassenen met een lichamelijke beperking gebruikt een hulpmiddel in het dagelijks leven. Dit geldt voor zeven op de tien kinderen met een lichamelijke beperking.
- Volwassenen met één lichamelijke beperking hebben vaker geen hulpmiddel nodig in het dagelijks leven dan volwassenen met meervoudige lichamelijke beperkingen.
- Volwassenen met een lichamelijke beperking tussen 18-49 jaar hebben vaker geen hulpmiddel in het dagelijks leven dan 50-plussers.
- Volwassenen die in de afgelopen 5 jaar of 5 tot 10 jaar geleden een beperking hebben gekregen gebruiken vaker geen hulpmiddel in hun dagelijks leven dan volwassenen die de beperking al meer dan 10 jaar of vanaf hun geboorte hebben.

Figuur 2.8 Gebruik van hulpmiddelen in dagelijks leven, naar volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking (in procenten, meerdere antwoorden mogelijk)

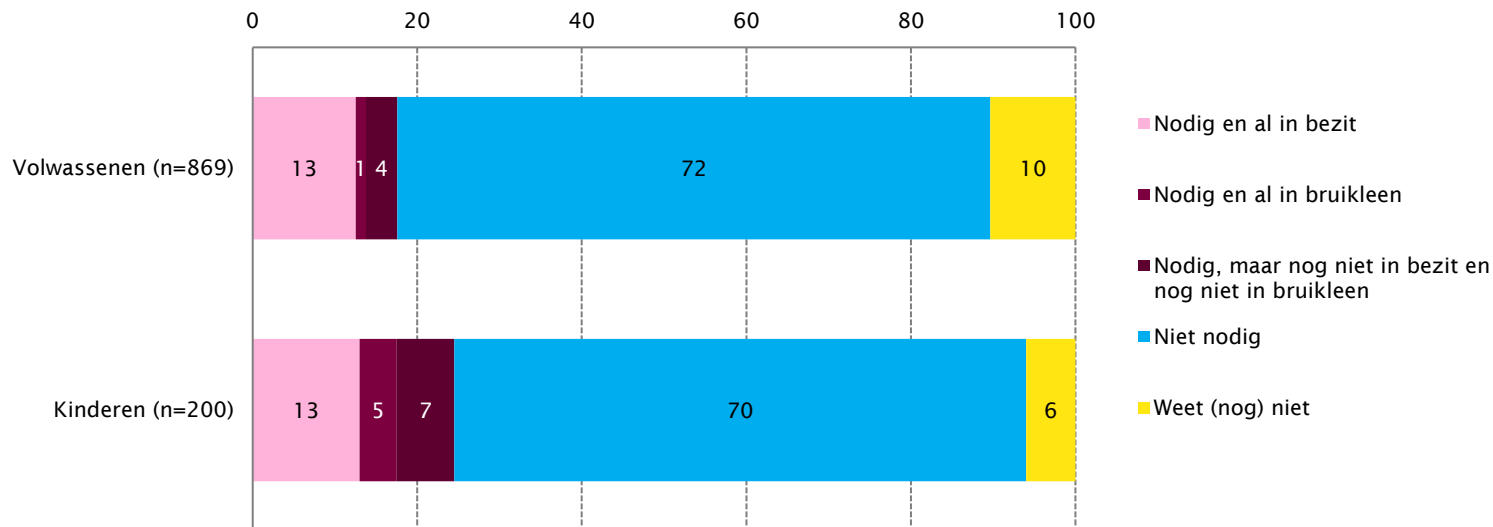


Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

Behoefte sporthulpmiddelen

- Twee op de tien volwassenen met een lichamelijke beperking en een kwart van de kinderen met een lichamelijke beperking heeft een sporthulpmiddel nodig
- Volwassenen met een motorische beperking met een mobiliteitshulpmiddel hebben vaker een sporthulpmiddel nodig dan volwassenen met een ander soort beperking.
- De niet-wekelijkse sporters hebben vaker een sporthulpmiddel nodig, maar hebben deze nog niet in bezit of in bruikleen dan de wekelijkse sporters.
- Van de mensen met een lichamelijke beperking die geen sporthulpmiddel gebruiken heeft drie kwart van de volwassenen en 80 procent van de kinderen een beperking die niet om een sporthulpmiddel vraagt.
- Volwassenen met een motorische beperking met een mobiliteitshulpmiddel geven vaker aan geen sporthulpmiddel nodig te hebben omdat ze niet willen sporten dan volwassenen met een ander soort beperking.

Figuur 2.9 Behoefte aan sporthulpmiddelen, uitgesplitst naar volwassenen en kinderen (in procenten)

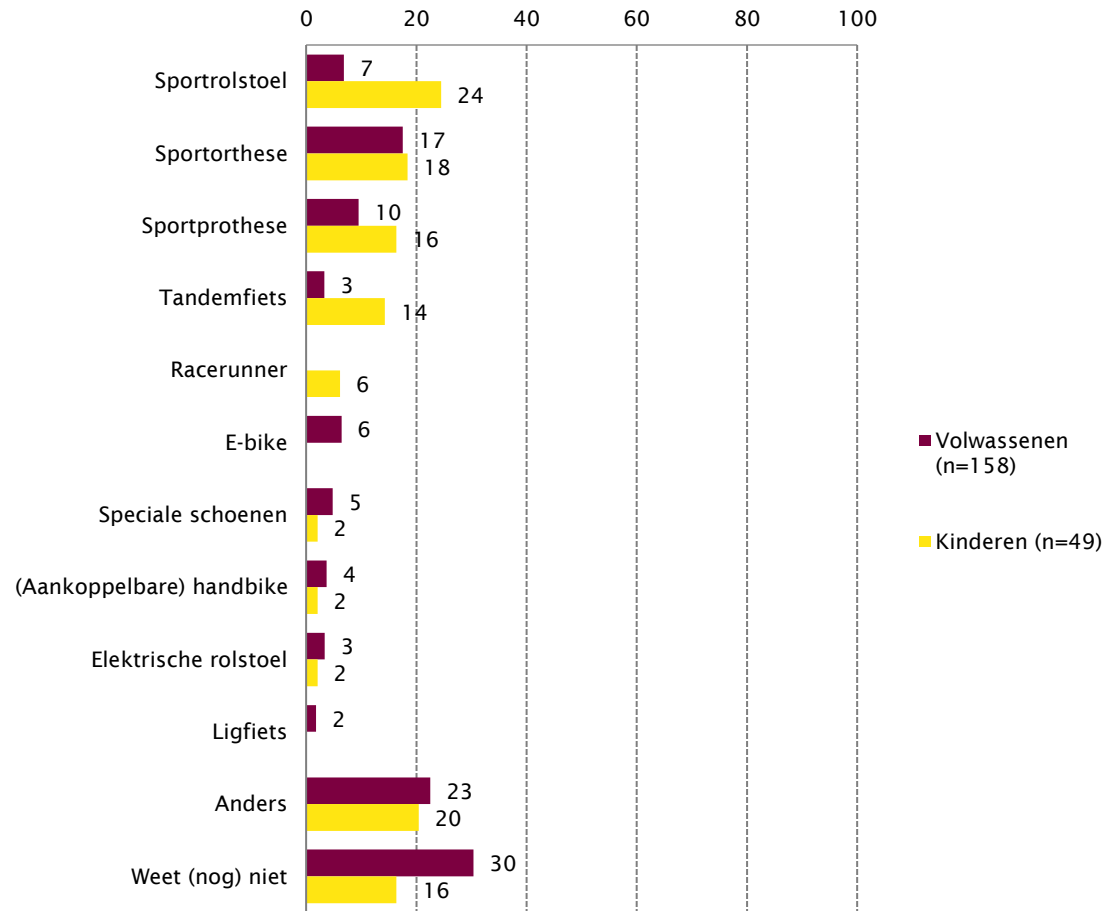


Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

Voordelen eigen sporthulpmiddelen

- Volwassenen (n=50) en kinderen (n=23) met een lichamelijke beperking die een sporthulpmiddel in bruikleen hebben of een sporthulpmiddel nodig hebben maar nog niet in bezit of in bruikleen hebben zijn over voordelen van een eigen sporthulpmiddel gevraagd.
- De grootste voordelen van het hebben van een eigen sporthulpmiddel zijn:
 - sportieve activiteit(en) doen wanneer het goed uitkomt;
 - de sportieve activiteit(en) van voorkeur beoefenen.
- Volwassenen met een lichamelijke beperking van 18-49 jaar oud geven vaker aan dat het kunnen sporten wanneer het goed uitkomt een voordeel is van een eigen sporthulpmiddel dan 50-plussers.

Figuur 2.10 Gebruik sporthulpmiddelen door volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking die een sportmiddel nodig hebben (in procenten, meerdere antwoorden mogelijk)

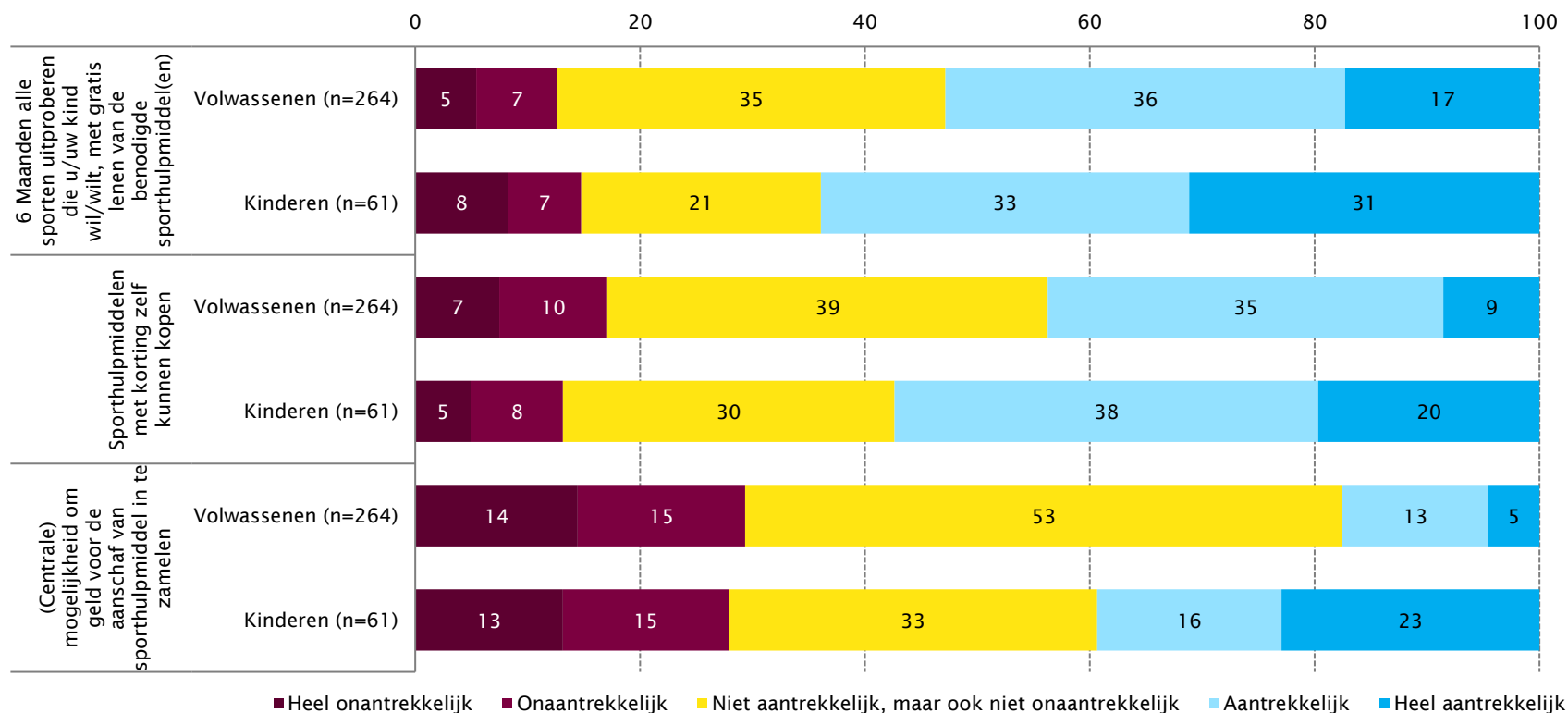


Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

Aantrekkelijkheid aanbod sporthulpmiddelen

- Volwassenen met een lichamelijke beperking tot 50 jaar die een sporthulpmiddel (eventueel) nodig hebben, vinden optie 1 en 2 aantrekkelijker dan volwassenen van 50 jaar en ouder.
- De belangrijkste redenen dat volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking die een sporthulpmiddel (eventueel) nodig hebben het eerder genoemde aanbod niet aantrekkelijk vinden, zijn dat ze over alle benodigde hulpmiddelen beschikken en dat ze geen geld hebben voor een eventuele eigen bijdrage.

Figuur 2.11 Aantrekkelijkheid mogelijk aanbod van het Fonds Gehandicaptensport, naar volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking die een sporthulpmiddel (eventueel) nodig hebben (in procenten)



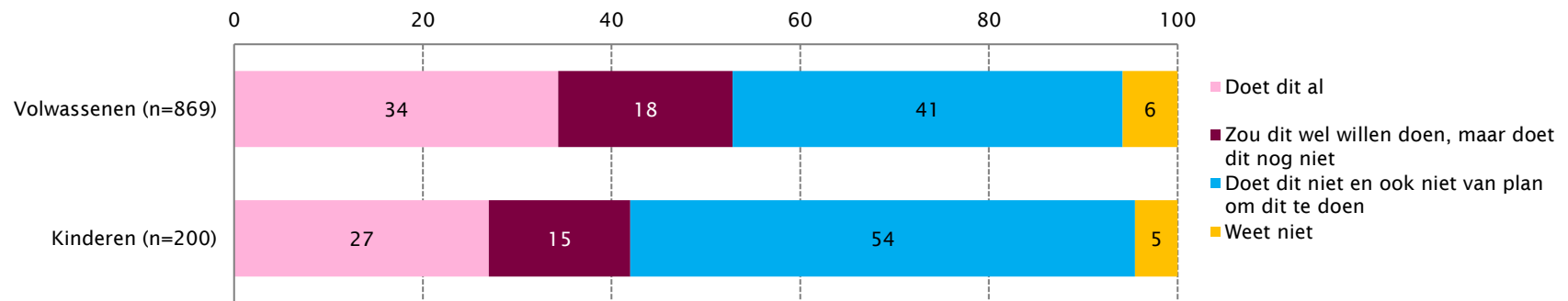
Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

2.5 Thuis sporten

Behoefte aan thuis sporten

- De helft van de volwassenen met een lichamelijke beperking sporten al thuis of zou dit willen doen (52%). Dezelfde geldt voor 42% van de kinderen met een lichamelijke beperking.
- Volwassenen met een motorische beperking geven vaker aan om thuis te willen sporten dan volwassenen met een auditieve of visuele beperking.
- De niet-wekelijkse sporters geven vaker aan dat ze thuis willen sporten (maar doen dit nog niet) dan de wekelijkse sporters.
- De volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking die niet thuis willen sporten, geven aan dat ze daaraan geen zin of behoefte hebben of dat ze al genoeg sportieve activiteiten buitenhuis doen.
- Een kwart van de volwassenen met een lichamelijke beperking die niet thuis willen sporten zegt dat thuis sporten niet gezellig is.

Figuur 2.12 Gebruik van en behoefte aan thuis sporten, volwassenen en kinderen (in procenten)



Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

Belemmeringen thuis sporten

- Voor de volwassenen met een lichamelijke beperking die thuis (willen) sporten, is gebrek aan motivatie om het vol te houden de grootste belemmering.
- Een kwart van de volwassenen met een lichamelijke beperking die thuis (wil) sporten ziet de (on)gezelligheid als een belemmering.
- Ongeveer een derde van de kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking die thuis (willen) sporten, ervaren of verwachten geen belemmeringen bij het thuis sporten.
- Mensen met een lichamelijke beperking ouder dan 65 jaar die thuis (willen) sporten ervaren/verwachten vaker geen belemmeringen bij thuis sporten dan mensen met een lichamelijke beperking van 18-64 jaar oud.

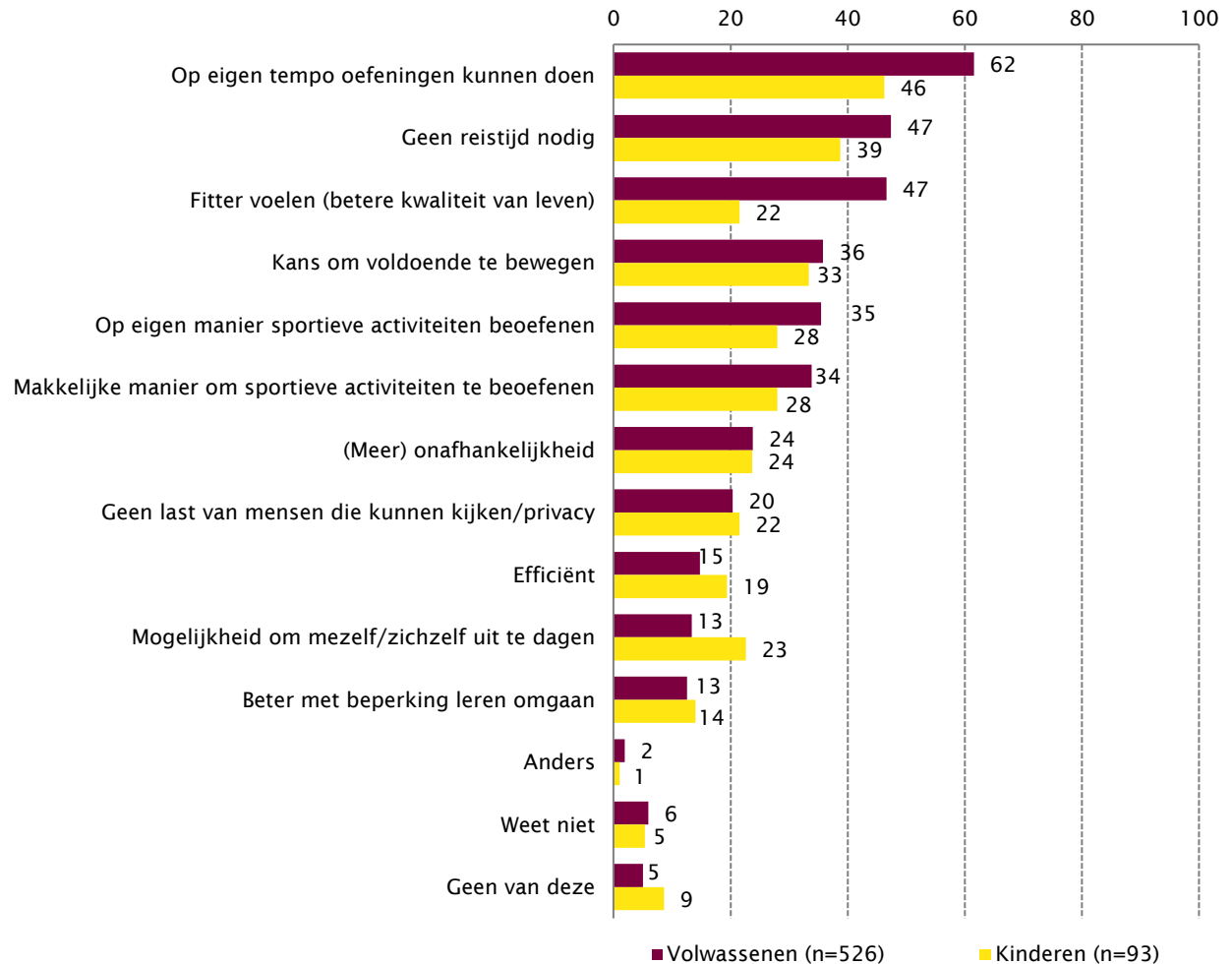
Aanbod thuis sporten

- Vier op de tien kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking die thuis (willen) sporten denkt dat goede oefeningen afgestemd op de beperking zouden helpen om thuis te sporten.
 - Volwassenen met een motorische beperking met een mobiliteitshulpmiddel geven dit vaker aan dan mensen met een ander soort beperking.
- Volwassenen met een lichamelijke beperking tot 50 jaar die thuis (willen) sporten denken vaker dat goede oefeningen zouden helpen om thuis te sporten dan 50-plussers.
- De helft van de kinderen en een kwart van de volwassenen met een lichamelijke beperking die denken dat goede oefeningen zouden helpen, zouden daarvoor willen betalen.
 - Bij kinderen met een lichamelijke beperking is het mediaanbedrag € 50,00 per maand (minimum € 5 per maand, maximum € 200 per maand);
 - Bij volwassenen met een lichamelijke beperking is het mediaanbedrag € 12,86 per maand (minimum € 3 per maand, maximum € 150 per maand).

Voordelen thuis sporten

- Respondenten die thuis (willen) sporten of het nog niet weten, zijn gevraagd om de voordelen van thuis sporten aan te geven (figuur 2.13).
- Volwassenen met een motorische beperking en een mobiliteitshulpmiddel die thuis (willen) sporten of het nog niet weten, zien het oefenen op eigen tempo vaker als een voordeel van thuis sporten dan volwassenen met een ander soort beperking.
- Geen last van mensen die kunnen kijken is vaker een voordeel van thuis sporten voor volwassenen met een lichamelijke beperking van 18-49 jaar.
- Volwassenen die een beperking in de afgelopen 5 jaar hebben gekregen die thuis (willen) sporten of het nog niet weten, geven vaker aan dat thuis sporten hen zou helpen om beter met hun beperking te leren omgaan en hen de mogelijkheid zou geven om zichzelf uit te dagen.

Figuur 2.13 Voordelen van thuis sporten, volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking die (eventueel) thuis (willen) sporten (in procenten)



Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut).

3. Conclusies en aanbevelingen



3. Conclusies en aanbevelingen

Sport- en beweegdeelname

- Bijna drie kwart van de volwassenen en de kinderen in dit onderzoek beweegt wekelijks of vaker en meer dan de helft van de volwassenen en drie kwart van de kinderen sport wekelijks of vaker.
- Volwassenen met een motorische beperking en een mobiliteitshulpmiddel sporten het minst.
- Verschillen in sport- en beweegfrequentie tussen de leeftijdsgroepen bij de volwassenen zijn gering.
- Volwassenen met een bruto jaarinkomen van meer dan twee keer modaal hebben de hoogste wekelijkse sport- en beweegdeelname

Verandering sport- en beweeggedrag

- De helft van de volwassenen en de helft van de kinderen wil niets aan zijn sport- en beweeggedrag veranderen. Zoals uitgelegd in de bijlage (B1.2) is dit een redelijk actieve steekproef, dus het is mogelijk dat de respondenten met hun huidige sport- en beweegdeelname tevreden zijn.
- Wanneer naar belemmeringen wordt gevraagd, geeft een kwart van de volwassenen aan dat ze (zeer) vaak ervaren dat ze ertegen opkijken om iets nieuws te proberen. Toch geeft een derde van de volwassenen en een kwart van de kinderen aan vaker te willen sporten en bewegen.
- De houding tegenover de gedragsverandering verschilt naar leeftijd, soort beperking, en huidige sport- en beweeggedrag.

Voordelen sporten en bewegen

- Verbeterde conditie/meer spierkracht en meer sociaal contact zijn de twee grootste voordelen van sporten en bewegen voor volwassenen en voor kinderen met een lichamelijke beperking.
- Voor kinderen met een lichamelijke beperking zijn plezier en zelfvertrouwen ook vaak als voordelen van sporten en bewegen genoemd.
- De voordelen van sporten en bewegen verschillen naar het soort beperking, aantal beperkingen, leeftijd en sportfrequentie.

Belemmeringen sport- en beweegdeelname

- De top drie belemmeringen bij volwassenen met een lichamelijke beperking zijn: pijn bij sportieve activiteiten, de beperking laat sporten niet toe en vermoeidheid/gebrek aan energie.
- De top drie belemmeringen bij kinderen met een lichamelijke beperking zijn: vermoeidheid/gebrek aan energie, ziet ertegen op om iets nieuws te proberen en dat de activiteiten (te) prestatiegericht zijn.
- Deze subgroepen ervaren belemmeringen in een ernstigere mate dan andere subgroepen:
 - Volwassenen met een motorische beperking die een mobiliteitshulpmiddel gebruiken;
 - Volwassenen met een lichamelijke beperking tussen 18-49 jaar;
 - Niet-wekelijkse sporters met een lichamelijke beperking.
- Gebrek aan financiële middelen wordt door een minderheid van de volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking ervaren. Dit ligt vooral bij de contributie/abonnementskosten en aanschaf van sportmaterialen.
- Een minderheid van de kinderen en volwassenen met een lichamelijke beperking ervaart het aanvragen van sporthulpmiddelen (zeer) vaak als lastig.
 - De meeste volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking hebben geen sporthulpmiddel nodig. Dit komt vooral omdat ze een beperking hebben die niet om een sporthulpmiddel vraagt.
- De belemmeringen die worden ervaren door volwassenen met een motorische beperking die een mobiliteitshulpmiddel gebruiken, volwassenen met een lichamelijke beperking tussen 18-49 jaar en niet-wekelijkse sporters met een lichamelijke beperking, pleiten voor de mogelijkheid om thuis te sporten.

Belemmeringen sport- en beweegdeelname

- De behoefte aan crowdfunding onder respondenten die financiële belemmeringen ervaren, is laag. Schaamte bij het vragen van donaties/het gevoel van bedelen is de meest voorkomende reden waarom mensen crowdfunding niet willen gebruiken.
- De helft van de mensen die crowdfunding wel of misschien zouden willen gebruiken, vindt het (heel) onaantrekkelijk als het Fonds Gehandicaptensport de crowdfunding zou organiseren en een deel van het bedrag zou betalen.
- Een minderheid van de respondenten heeft een sporthulpmiddel nodig. De voordelen van het hebben van een eigen sporthulpmiddel (sportieve activiteit(en) doen wanneer het goed uitkomt en de sportieve activiteit(en) van voorkeur beoefenen) zouden bijdragen aan het verminderen van ervaren belemmeringen (tijdstip komt niet uit, vervoersproblemen).
- Volwassenen en kinderen met een lichamelijke beperking vinden 1) het 6 maanden sporten uitproberen met gratis lenen van benodigde sporthulpmiddelen en 2) sporthulpmiddelen met korting zelf kunnen kopen de meest aantrekkelijke opties van de voorgelegde mogelijkheden.
 - Respondenten vinden de voorgestelde mogelijkheden vooral onaantrekkelijk omdat ze al over alle benodigde hulpmiddelen beschikken of omdat ze geen geld hebben voor een eventuele eigen bijdrage.
- De mogelijkheid om thuis te sporten is populairder bij volwassenen met een motorische beperking en de niet-sporters met een lichamelijke beperking.
- Thuis sporten zou sommige ervaren belemmeringen (vervoersproblemen, angst voor mensen die kunnen kijken) verminderen of wegnemen.
- Motivatie om het vol te houden en ongezelligheid zijn de grootste verwachte en ervaren belemmeringen bij het thuis sporten. Dit is logisch aangezien sociaal contact door mensen met een lichamelijke beperking als een van de grootste voordelen van sporten en bewegen wordt ervaren.

Aanbevelingen

- Op basis van de resultaten lijkt het niet verstandig om crowdfunding een onderdeel te maken van het platform Uniek Sporten. Als het gaat om de sporthulpmiddelen is de meeste animo voor een uitleenprogramma en voor de mogelijkheid om een sporthulpmiddel met korting te kopen. Ook is het nuttig om duidelijk te maken welke gemeenten een tegemoetkoming aanbieden bij de aanschaf van een hulpmiddel, want dat is bij de respondenten vrij onbekend.
- Voor het thuis sporten is ook enthousiasme, vooral bij volwassenen met een motorische beperking, niet-wekelijkse sporters en mensen met een lichamelijke beperking tussen 18-49 jaar.
- Bij een thuis sportprogramma is het belangrijk dat het gratis of goedkoop is en dat de oefeningen niet te veel ruimte of uitrusting vragen. Ook is het belangrijk om rekening mee te houden met de verwachte belemmeringen, namelijk ongezelligheid en gebrek aan motivatie.

Bijlagen



B1.1 Onderzoeksopzet

Om de onderzoeksdoelen te beantwoorden, heeft het Mulier Instituut via veldwerkbureau Ipsos een online enquête uitgezet onder respondenten van het GfK internetpanel. Het internetpanel van GfK heeft meer dan 100.000 leden. Allereerst is een online screening op het totale panel uitgevoerd om te bepalen hoe groot de doelgroep is. In de screening is gevraagd of respondenten een lichamelijke beperking (bewegen, horen, zien) hebben en zo ja, welke. Daarnaast is gevraagd of ze een hulpmiddel gebruiken en zo ja, welke. Respondenten mochten de vragenlijst voor zichzelf, hun kind of hun partner/echtgenoot invullen. De screeningsvragenlijst is door 48.894 mensen ingevuld, waarvan 8.688 panelleden van 18 tot 80 jaar aangaven zelf een lichamelijke beperking* te hebben, 1.132 panelleden aangaven een kind te hebben met een lichamelijke beperking en 3.663 panelleden aangaven een partner te hebben met een lichamelijke beperking. Uiteindelijk is besloten om de partners in het vervolgonderzoek niet mee te nemen. De screeningsresultaten zijn door Ipsos gewogen op de verhoudingen van leeftijd, geslacht en opleidingsniveau in het gehele panel van GfK.

Op basis van de resultaten van de screeningsvragenlijst en de doelgroep van het Fonds Gehandicaptensport is een selectie van de respondenten voor een vervolgonderzoek uitgenodigd. Voor het vervolgonderzoek is gestreefd naar een respons van 1.000 mensen, waarvan:

- 200 mensen met een kind met een lichamelijke beperking tussen 0-21 jaar;
- 800 mensen tussen 18-80 jaar met een lichamelijke beperking, waarvan;
- 350 met een motorische beperking die een mobiliteitshulpmiddel** gebruiken;
- 350 mensen met een motorische beperking die geen mobiliteitshulpmiddel gebruiken;
- 50 mensen met een visuele beperking;
- 50 mensen met een auditieve beperking.

In de resultaten maken we onderscheid tussen resultaten voor kinderen*** (0-21 jaar) en volwassenen die voor zichzelf de vragenlijst hebben ingevuld (18-80 jaar). Voor volwassenen splitsen wij wanneer relevant uit naar verschillende achtergrondkenmerken (soort beperking, leeftijd, wel of geen sporter, geslacht en duur van de beperking). Omdat we eerst een onderscheid maken naar wie de vragenlijst heeft ingevuld (iemand met een beperking of de ouder daarvan) is een klein overlap in de leeftijd van de twee groepen (de 18-21 jarigen).

*Onder lichamelijke beperking verstaan wij een motorische beperking, een visuele beperking of een auditieve beperking.

**Onder mobiliteitshulpmiddel verstaan wij een anatomisch hulpmiddel (bijv. orthopedisch schoeisel, een arm- of beenprothese, of een beugel of spalk) en hulpmiddelen om voort te bewegen (bijv. een stok, kruk, looprek, rollator, rolstoel of scoot(er)mobiel).

*** Voor de leesbaarheid spreken we over een percentage van de kinderen zegt 'dit of dat', maar het gaat om de uitspraken van een ouder over zijn of haar kind.

B1.2 Onderzoeksverantwoording

Voor dit onderzoek heeft het Mulier Instituut in overleg met het Fonds Gehandicaptensport een nieuwe methode gebruikt om data te verzamelen over een doelgroep die lastig te vinden kan zijn. Van mensen met een lichamelijke beperking zijn geen registratiegegevens bekend, ook maken zij niet automatisch deel uit van steekproefonderzoek. Voor de kernindicator sportdeelname maken VWS en partners gebruik van de Gezondheidsenquête van Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS, in samenwerking met RIVM). Dit is een grootschalig bevolkingsonderzoek dat jaarlijks wordt uitgezet onder ongeveer 10.000 mensen. In dit onderzoek verzamelt het CBS aan de hand van de OESO-indicator¹ data over het aandeel mensen met een licht, matig of ernstige lichamelijke beperking in Nederland (tabel B1.1). In datzelfde onderzoek zijn vragen opgenomen over de wekelijkse sportdeelname. Aan dit onderzoek kunnen externe partijen echter geen vragen toevoegen, waardoor we voor verdiepende vragen over belemmeringen en behoeften ten aanzien van de sportdeelname van mensen met een beperking zijn aangewezen op alternatieve methoden. Het Mulier Instituut heeft op basis van eerdere ervaringen met onderzoek onder naasten van mensen met een verstandelijke beperking in opdracht van Special Olympics Nederland voorgesteld om bij het grootschalig internetpanel van GfK een screening uit te voeren naar mensen met een lichamelijke, auditieve en visuele beperking.

Het Fonds Gehandicaptensport had de wens om kinderen tot 21 jaar te betrekken bij het onderzoek. Deze zijn via de ouders (panelleden met een kind met een beperking) bevestigd. Daarnaast was de wens om in ieder geval mensen met een motorische beperking die gebruik maken van een mobiliteitshulpmiddel (denk aan een rolstoel of een prothese) aan het onderzoek te laten deelnemen, vanwege vervolgvragen over het gebruik van sporthulpmiddelen. Om ervoor te zorgen dat het aantal respondenten binnen elke subgroep groot genoeg zou zijn om een uitspraak te kunnen doen over de verschillende soorten beperkingen (kinderen met een lichamelijke beperking en volwassenen met een visuele, auditieve en motorische beperking met en zonder mobiliteitshulpmiddel) is voor quota gekozen. Dit betekent dat na het screeningsonderzoek respondenten die voldeden aan de beschrijvingen van de vier groepen zijn uitgenodigd voor vervolgonderzoek. De vragenlijst stond open tot het moment dat per groep het vooraf bepaalde aantal respondenten was behaald. Omdat de gebruikte quota in het onderzoek niet representatief zijn voor het werkelijke aantal mensen met een beperking in Nederland heeft het Mulier Instituut een weging op de onderzoeksdata van het vervolgonderzoek uitgevoerd naar de verhoudingen van het soort beperking en de verhouding van leeftijdscategorieën zoals in de screeningsresultaten van het GfK panel (tabel B2.1). Soort beperking is aan de hand van vier variabelen gewogen: het wel of niet hebben van een visuele beperking, een auditieve beperking, een motorische beperking met mobiliteitshulpmiddel, en een motorische beperking zonder mobiliteitshulpmiddel. Leeftijd is op drie categorieën gewogen: 18-49 jaar, 50-64 jaar, en 65-80 jaar. De resultaten van kinderen zijn niet gewogen omdat het GfK panel bestaat uit leden van 15 jaar en ouder en kinderen van 0 tot 21 jaar zijn bevestigd via de ouders.

¹ De OESO-indicator (Organisatie voor Economische Samenwerking en Ontwikkeling) is gebaseerd op zeven vragen over vaardigheden die mensen normaal kunnen verrichten, zo nodig met hulpmiddelen zoals een bril of hoorapparaat. Het gaat niet om tijdelijke problemen. Antwoordcategorieën op deze vragen zijn: zonder moeite, met enige moeite, met grote moeite, kan niet. Deze vragen worden gesteld aan personen van 12 jaar of ouder. Heeft men op minimaal een van de vragen 'met grote moeite' of 'kan niet' geantwoord dan heeft men een matig of ernstige beperking.

Zie <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=9186&m=1541157147&action=file.download>

B1.2 Onderzoeksverantwoording

Het GfK panel bestaat uit meer dan 100.000 leden en wordt door meerdere bedrijven gebruikt om marktonderzoek uit te voeren. Het wordt aangenomen uit dat het GfK panel representatief is voor de Nederlandse bevolking voor wat betreft leeftijd, opleiding, geslacht en regio. Mogelijk wijkt echter de verhouding van mensen met een lichamelijke beperking in het GfK panel af van het landelijke beeld. Een manier om dit na te gaan is de resultaten van de uitgevoerde screening van het GfK panel te vergelijken met de prevalentie van beperkingen in het eerder genoemde CBS onderzoek. Beide onderzoeken kunnen echter niet een-op-een worden vergeleken, onder andere vanwege de verschillen in de manier waarop naar beperkingen worden gevraagd. De landelijke cijfers over de prevalentie van lichamelijke beperkingen in Nederland van het CBS gaan over mensen met een matig of ernstige lichamelijke beperking. In het huidige onderzoek behoren mogelijk ook mensen met een lichte lichamelijke beperking tot de doelgroep. Maar het aandeel is onbekend omdat in het huidig onderzoek niet op dezelfde wijze naar beperking is gevraagd en daarom de ernst van de beperking niet kan worden bepaald. In het huidig onderzoek is bijvoorbeeld aan de respondenten direct gevraagd, ‘heeft u een motorische beperking?’ en in het CBS onderzoek wordt dit op basis van drie vragen samengevat (Kunt u een voorwerp van 5 kilo 10 meter dragen? Kunt u als u staat, bukken en iets van de grond oppakken? Kunt u 400 meter aan een stuk lopen zonder stil te staan (zo nodig met stok)?). Als respondenten deze activiteiten ‘met grote moeite’ of ‘niet’ kunnen dan deelt het CBS deze respondenten in bij de categorie mensen met een matig of ernstige lichamelijke beperking. In het huidige onderzoek kunnen respondenten niet worden ingedeeld naar licht, matig of ernstig en zit hier mogelijk een verschil in interpretatie van wanneer een persoon een beperking heeft of ervaart.

Door deze verschillen in de vraagstelling is een exacte vergelijking met de CBS cijfers onmogelijk. Bij nadere beschouwing komt de prevalentie van een motorische, auditieve en visuele beperking in het panelonderzoek aardig overeen met die van het CBS onderzoek (zie [tabellen B1.1](#) en [B1.2](#)), met een lichte oververtegenwoordiging van mensen met een visuele of auditieve beperking. We vertrouwen er daarom op dat de onderzoeksresultaten van het panelonderzoek een goede indicatie geven voor de behoeften en belemmeringen die mensen met een beperking in het algemeen ervaren. Een kanttekening is echter de sportdeelname in het panelonderzoek. Deze valt hoger uit dan in het CBS onderzoek, waardoor het vermoeden bestaat dat de panelleden die deelnamen aan het vervolgonderzoek een actieve groep vormen. Ook bij het Nationaal Sportonderzoek dat het Mulier Instituut via het GfK panel uitzet onder de algemene bevolking zien we een hogere sportdeelname.

B1.3 Indeling categorieën

Alle volwassen respondenten zijn op basis van hun beperking(en) in vier categorieën ingedeeld: motorische beperking met mobiliteitshulpmiddel, motorische beperking zonder mobiliteitshulpmiddel, visuele beperking en auditieve beperking. Deze indeling is op basis van de screeningsresultaten gemaakt. Respondenten mochten in de screening meerdere beperkingen aankruisen en kunnen dus binnen meerdere categorieën vallen.

Het gebruik van een hulpmiddel is op basis van de resultaten van de uitgebreide vragenlijst in drie categorieën ingedeeld (gebruik van een mobiliteitshulpmiddel, gebruik van een ander hulpmiddel, gebruik geen hulpmiddel). In de screening is in grove categorieën gevraagd naar het gebruik van hulpmiddelen, bijvoorbeeld “een hulpmiddel om u voort te bewegen”. Respondenten konden met een *mouseover* enkele voorbeelden zien (zoals een stok, kruk, looprek, rollator, rolstoel of scoot(er)mobiel). In de uitgebreide vragenlijst is naar het gebruik van specifieke hulpmiddelen gevraagd, bijvoorbeeld “aangepaste fiets”. Het is mogelijk dat iemand in de screening heeft aangekruist dat hij geen hulpmiddel gebruikt om voort te bewegen, maar in de uitgebreide vragenlijst zegt dat hij dit wel gebruikt.

Tabel B1.1 Panelverdeling naar soort beperking (in procenten, alleen volwassenen die voor zichzelf antwoorden, meer antwoorden mogelijk, n=42.659)

Soort beperking	%
Geen beperking	59,4
Motorische beperking	11,6
Auditieve beperking	3,3
Visuele beperking	5,8
Verstandelijke beperking	0,8
Psychische/psychiatrische aandoening	5,1
Gedragsproblemen	1,5
Chronische aandoening	23,8
Anders	3,2

Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut). Gewogen op leeftijd, geslacht en opleidingsniveau van het gehele GfK panel.

Tabel B1.2 Percentage mensen met langdurige aandoening en mensen met een matig tot ernstige lichamelijke beperking in Nederland, totale bevolking en 18 jaar en ouder

	Totale bevolking (%)	18 jaar of ouder (%)
Langdurige aandoening(en)	30,9	35,9
Beperking in horen (OESO), 12 jaar en ouder	2,8	3,0
Beperking in zien (OESO), 12 jaar en ouder	2,8	2,9
Beperking in bewegen (OESO), 12 jaar en ouder	9,6	10,3

Bron: Gezondheid en zorggebruik; persoonskenmerken 2019, CBS <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/83005ned/table?fromstatweb>.
Bewerking: Mulier Instituut.

Tabel B1.3 Panelverdeling gebruik van mobiliteitshulpmiddelen naar soort beperking (in procenten, alleen volwassenen met een lichamelijke beperking die voor zichzelf antwoorden, meer antwoorden mogelijk)

	Lichamelijke beperking (n= 8.688)	Motorische beperking (n= 5.774)	Auditieve beperking (n= 1.696)	Visuele beperking (n= 2.604)
Gebruikt mobiliteitshulpmiddel (anatomische of om voort te bewegen)	26	37	19	16
Anatomische hulpmiddel (orthopedisch schoeisel, arm- of beenprothese, beugel, spalk)	14	19	14	11
Hulpmiddel om voort te bewegen (stok, kruk, looprek, rollator, rolstoel, scoot(er)mobiel)	18	26	12	11

Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut). Gewogen op leeftijd, geslacht en opleidingsniveau van het gehele GfK panel.

B1.4 Definitie sportdeelname

In de vragenlijst kreeg het volwassen panellid met een beperking en panellid met een kind met een beperking de vraag voorgelegd of hij/zij of het kind aan sport deed en welke sporten hij/zij/het kind beoefent. De vraag luidde: “Welke sport of sporten heeft u/uw kind in de afgelopen 12 maanden beoefend? Deze sporten kunnen ook in aangepaste vorm of in therapeutische setting worden beoefend. Denk aan sporten zoals (zit)volleybal, (rolstoel)basketbal, danssport, yoga of (fysio)fitness. Sporten tijdens de lessen lichamelijke opvoeding op school tellen niet mee. Meer antwoorden mogelijk.” Hierna volgde een toonblad met sporten.

B1.5 Definitie beweegdeelname

In de vragenlijst kreeg het volwassen panellid met een beperking en panellid met een kind met een beperking de vraag voorgelegd of hij/zij of hen kind beweegt. De vraag luidde: “Er zijn activiteiten die mensen niet doen om te sporten, maar die wel te maken hebben met bewegen. Hoe vaak heeft u/uw kind in de afgelopen 12 maanden de volgende beweegactiviteiten <wandelen, bijv. ook rolstoelroutes; fietsen, bijv. ook handbiken> ondernomen voor het plezier of om voldoende te bewegen? Het gaat hierbij om activiteiten in uw vrije tijd of in therapeutische setting. Fietsen of wandelen buiten de vrije tijd, zoals van huis naar werk of naar winkels vallen hier niet onder.”

Op de vraag hoe vaak de respondent/het kind in de afgelopen 12 maanden heeft gesport of bewogen kon worden gekozen uit de antwoordcategorieën dagelijks, een paar keer per week, een keer per week, 1-3 keer per maand, Enkele keren in de afgelopen 12 maanden

In het vervolg van de vragenlijst werd gesproken over sportieve activiteiten voor zowel sport- als beweegactiviteiten. Denk hierbij aan (rolstoel)tennis, (zit)volleybal of yoga, maar ook aan wandelen, zwemmen en fietsen.

Bijlage 2 Tabellen

Tabel B2.1 Achtergrondkenmerken van volwassen respondenten (18-80 jaar) met een beperking uit de screening, uitgesplitst naar soort beperking (in procenten)

	Totaal (n=8.688)	Motorische beperking, met mobiliteitshulpmiddel (n=2.138)	Motorische beperking zonder mobiliteitshulpmiddel (n=3.636)	Visuele beperking (n=2.604)	Auditieve beperking (n=1.696)
Soort beperking*		24	41	32	18
Gebruik van een hulpmiddel*					
Gebruikt geen hulpmiddel	12	-	25	4	9
Gebruikt mobiliteitshulpmiddel	26	100	-	16	19
Gebruikt overige hulpmiddel	82	80	75	94	88
Aantal beperkingen					
1	86	80	87	66	57
Meer dan 1	14	20	13	34	43
Geslacht					
Man	46	40	44	49	60
Vrouw	54	60	56	51	40
Leeftijdsgroep (jaar)					
18-49	41	36	38	50	36
50-64	31	33	35	27	25
65-80	28	32	27	23	39

* Bij deze categorieën zijn meerdere antwoorden mogelijk, daarom komt de som van 'n' van de subcategorieën niet uit op de totale 'n'.

Bron: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut). Gewogen op leeftijdsgroep en sort beperking van de screening.

De onderstaande bronnen zijn voor de tabellen op dia's 36, 37 en 38, respectievelijk.

Bron Tabel B2.2: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut). Belemmeringen die significant vaker door mensen met een motorische beperking worden ervaren dan door mensen met een ander soort beperking zijn vetgedrukt.

Bron Tabel B2.3: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut). Belemmeringen die significant vaker door mensen met een lichamelijke beperking tussen 18-49 jaar worden ervaren dan door mensen met een lichamelijke beperking tussen 50-64 jaar en tussen 65- 80 jaar, zijn vetgedrukt.

Bron Tabel B2.4: Behoeftenonderzoek mensen met een beperking, 2019 (Mulier Instituut). Belemmeringen die significant vaker door de niet wekelijkse sporters met een lichamelijke beperking worden ervaren dan door de wekelijkse sporters met een lichamelijke beperking, zijn vetgedrukt.

Tabel B2.2 Ervaren belemmeringen volwassenen, uitgesplitst naar type beperking (percentage (zeer) vaak ervaren)

Belemmering	Totaal (n=869)	Motorische beperking, met mobiliteitshulpmiddel (n=349)	Motorische beperking zonder mobiliteitshulpmiddel (n=392)	Visuele beperking (n=195)	Auditieve beperking (n=112)
Vermoeidheid/gebrek aan energie	38	54	37	26	22
Kan niet sporten door de beperking	35	59	33	18	20
Zie(t) er tegen op om iets nieuws te proberen	24	26	25	19	15
Pijn bij sportieve activiteiten	42	62	41	25	21
Angst voor reacties van anderen	6	12	5	7	5
Bang voor blessures	17	28	19	13	9
Weet niet welke activiteit bij beperking past	11	22	9	11	7
Weet niet welke activiteiten leuk zijn	8	14	6	9	7
Weet niet waar je kan sporten	6	13	5	5	4
Aanbod van activiteiten is beperkt	14	24	12	5	5
Vervoersproblemen	13	25	11	11	13
Tijdstip komt niet uit	13	16	11	13	14
Geen mensen om mee te sporten of bewegen	16	19	20	11	11
Accommodaties zijn onvoldoende aangepast	7	18	4	3	3
Sportmaterialen/lessen zijn onvoldoende aangepast	8	16	7	4	3
Gebrek aan (deskundige) begeleiding	14	25	13	9	8
Activiteiten zijn (te) prestatiegericht	22	29	19	18	21
Slechte ervaring met eerdere deelname	12	15	13	7	9
Voel(t) niet welkom/op gemak bij de sportaanbieder	10	15	11	8	8
Weinig financiële middelen	29	38	27	24	26
Lastig om mensen voor een training/team van hetzelfde niveau bij elkaar te krijgen	17	28	18	10	12
Aanvragen sporthulpmiddelen is lastig	11	23	11	7	9

Tabel B2.3 Ervaren belemmeringen volwassenen, uitgesplitst naar type beperking (percentage (zeer) vaak ervaren)

Belemmering	Totaal (n=869)	18-49 jaar (n=129)	50-64 jaar (n=324)	65-80 jaar (n=416)
Vermoeidheid/gebrek aan energie	38	47	36	28
Kan niet sporten door de beperking	35	31	39	36
Zie(t) er tegen op om iets nieuws te proberen	24	24	24	24
Pijn bij sportieve activiteiten	42	38	49	42
Angst voor reacties van anderen	6	10	5	2
Bang voor blessures	17	19	17	15
Weet niet welke activiteit bij beperking past	11	11	12	12
Weet niet welke activiteiten leuk zijn	8	7	8	8
Weet niet waar je kan sporten	6	8	4	4
Aanbod van activiteiten is beperkt	14	16	14	9
Vervoersproblemen	13	15	14	8
Tijdstip komt niet uit	13	18	15	5
Geen mensen om mee te sporten of bewegen	16	16	20	11
Accommodaties zijn onvoldoende aangepast	7	7	9	5
Sportmaterialen/lessen zijn onvoldoende aangepast	8	8	12	5
Gebrek aan (deskundige) begeleiding	14	17	14	10
Activiteiten zijn (te) prestatiegericht	22	21	25	18
Slechte ervaring met eerdere deelname	12	12	15	9
Voel(t) niet welkom/op gemak bij de sportaanbieder	10	11	13	6
Weinig financiële middelen	29	33	33	18
Lastig om mensen voor een training/team van hetzelfde niveau bij elkaar te krijgen	17	17	21	13
Aanvragen sporthulpmiddelen is lastig	11	10	15	10

Tabel B2.4 Ervaren belemmeringen volwassenen, uitgesplitst naar sportfrequentie (percentage (zeer) vaak ervaren)

Belemmering	Totaal (n=869)	Sport niet of minder dan wekelijks	Sport wekelijks
Vermoeidheid/gebrek aan energie	38	52	28
Kan niet sporten door de beperking	35	55	18
Zie(t) er tegen op om iets nieuws te proberen	24	33	17
Pijn bij sportieve activiteiten	42	58	30
Angst voor reacties van anderen	6	10	3
Bang voor blessures	17	25	11
Weet niet welke activiteit bij beperking past	11	19	6
Weet niet welke activiteiten leuk zijn	8	11	5
Weet niet waar je kan sporten	6	10	3
Aanbod van activiteiten is beperkt	14	20	9
Vervoersproblemen	13	19	7
Tijdstip komt niet uit	13	20	8
Geen mensen om mee te sporten of bewegen	16	27	7
Accommodaties zijn onvoldoende aangepast	7	9	5
Sportmaterialen/lessen zijn onvoldoende aangepast	8	11	6
Gebrek aan (deskundige) begeleiding	14	20	9
Activiteiten zijn (te) prestatiegericht	22	31	14
Slechte ervaring met eerdere deelname	12	20	5
Voel(t) niet welkom/op gemak bij de sportaanbieder	10	19	9
Weinig financiële middelen	29	41	19
Lastig om mensen voor een training/team van hetzelfde niveau bij elkaar te krijgen	17	26	10
Aanvragen sporthulpmiddelen is lastig	11	17	7