



mulier instituut



Sportdeelname Heerhugowaard 2020



Ontwikkelingen rond sport en bewegen

Eva Heijnen

Remko van den Dool

Sportdeelname Heerhugowaard 2020

Ontwikkelingen rond sport en bewegen

In opdracht van de gemeente Heerhugowaard

Eva Heijnen

Remko van den Dool

© Mulier Instituut
Utrecht, september 2020

Mulier Instituut
sportonderzoek voor beleid en samenleving

Postbus 85445 | 3508 AK Utrecht
Herculesplein 269 | 3584 AA Utrecht
T +31 (0)30 721 02 20 | I www.mulierinstituut.nl
E info@mulierinstituut.nl | T [@mulierinstituut](https://www.mulierinstituut.nl)

Inhoudsopgave

1.	Inleiding	4
1.1	Methode onderzoek	4
2.	Sport- en bewegdeelname	6
2.1	Sportdeelname	6
2.2	Aspecten van sportdeelname	7
2.3	Recreatief gebruik van de openbare ruimte	9
3.	Sport- en bewegthema's	12
3.1	Motivatie en belemmeringen om te sporten en bewegen	12
3.2	Sporten bij een sportvereniging	13
3.3	Sportaccommodaties	16
3.4	Maatregelen gemeenten om meer mensen te laten sporten en bewegen	19
3.5	Ideale manier sporten en bewegen	20
4.	Samenvatting, conclusies & aanbevelingen	22
	Literatuur & databronnen	26
	Bijlage 1 Vragenlijst sportdeelname gemeente Heerhugowaard	27

1. Inleiding

De gemeente Heerhugowaard wil graag inzicht hebben in de sportdeelname van haar inwoners en in de (toekomstige) behoefte aan accommodaties voor de georganiseerde binnensport en buitensport, alsmede aan sport- en beweegmogelijkheden in de openbare ruimte. De resultaten moeten bijdragen aan het nemen van gefundeerde besluiten over gemeentelijke investeringen in de sportaccommodaties in Heerhugowaard en het optimaliseren van het sportaccommodatiebeleid. Dit rapport geeft inzicht in de sportdeelname in de gemeente Heerhugowaard. Het sportdeelname onderzoek liep tegelijkertijd met het capaciteitsonderzoek naar de binnen- en buitensport in Heerhugowaard (Wezenberg-Hoenderkamp & Ruikes, 2020). De rapporten zijn op elkaar afgestemd. Het onderzoek naar de mogelijkheden voor sport- en beweegmogelijkheden in de openbare ruimte is deels in dezelfde periode uitgevoerd. In het sportdeelname-onderzoek zijn hiervoor (extra) vragen over de openbare ruimte gesteld, die ook in de publicatie over sporten en bewegen in de openbare ruimte zijn gerapporteerd (Wezenberg-Hoenderkamp, 2020).

1.1 Methode onderzoek

Steekproef

De gemeente Heerhugowaard heeft de informatie verzameld door middel van een veldwerkonderzoek bij haar burgerpanel. De gemeente heeft al meerdere jaren een burgerpanel. Momenteel wordt het burgerpanel beheerd door DUO Market Research. Dit panel bestaat uit 440 inwoners van Heerhugowaard. De panelleden ontvangen van DUO een uitnodiging via e-mail om mee te werken aan het onderzoek. Door op de URL/link in de e-mail te klikken, komen zij direct terecht in de online vragenlijst. Naast het panel is de vragenlijst ook via Stadnieuws (Heerhugowaards Nieuwsblad) en via Facebook met een openbare link verspreid. Het onderzoek richt zich op de inwoners van 16 tot en met 79 jaar.

Vragenlijst

De samenstelling van de vragenlijst heeft het Mulier Instituut verzorgd in samenspraak met de gemeente. De vragenlijst is gebaseerd op eerdere metingen van het Nationaal Sportonderzoek (NSO) van het Mulier Instituut. Hierdoor kunnen uitkomsten van Heerhugowaard met landelijke cijfers worden vergeleken. Een belangrijk vraagblok is gericht op de sportdeelname zelf. Dit is de Richtlijn Sportonderzoek (RSO). De vragenlijst is daarnaast gericht op de volgende thema's:

- beoefende sporttakken en sportfrequentie
- sportverband
- recreatief bewegen in de openbare ruimte
- sportverenigingen (waaronder stoppen lidmaatschap en de sociale functie)
- motieven en belemmeringen voor sport en bewegen
- accommodaties (tevredenheid, spreiding (afstand), gemiste voorzieningen)
- ontmoetingsfunctie van sportaccommodaties
- maatregelen die de gemeenten volgens haar inwoners zou kunnen nemen om hen meer te laten sporten en bewegen
- behoeften aan sport en bewegen voor mensen met een beperking of chronische aandoening.

De vragenlijst is terug te vinden in bijlage 1.

Respons

Voor dit onderzoek zijn 440 uitnodigingen aan panelleden gestuurd en hebben 201 panelleden gereageerd. Dit is een respons van 46 procent. Via de open link zijn 690 respondenten begonnen met de vragenlijst, maar bij opschoning van de data bleek een groot deel van de respondenten de vragenlijst niet te hebben afgerond. Uiteindelijk is er gewerkt met een databestand van 450 respondenten.

Veldwerkperiode en maatregelen tegen de verspreiding van het coronavirus

De veldwerkperiode voor dit onderzoek liep van 28 februari tot en met 29 maart 2020. Tijdens het veldwerk zijn maatregelen tegen de verspreiding van het coronavirus ingevoerd (ingående 16 maart 2020). Van de respons vond 54 procent voor de afkondiging van de maatregelen plaats en 45 procent in de eerste week van de maatregelen (1% in de laatste week van maart). De meeste vragen hebben betrekking op de wijze van sportdeelname in de afgelopen 12 maanden. In de rapportage hebben we daarom geen rekening gehouden met de gevolgen voor de sportdeelname door de verspreiding van het coronavirus.

Verwerking en weging gegevens

Na het veldwerk zijn de vragenlijstgegevens verwerkt en via tabellen gerapporteerd. Een onderdeel van de verwerking is de weging van de gegevens. Weging is noodzakelijk om onevenwichtigheden naar achtergrondkenmerken op te vangen. Te denken valt aan zaken zoals relatief te veel ouderen of te veel vrouwen. Correctie/weging vindt plaats door gebruik te maken van algemeen bekende gegevens. Voor dit onderzoek zijn dat de verdeling naar leeftijd en geslacht. De cijfers van de populatie zijn verkregen via het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). Helaas ontbraken de populatiecijfers over opleidingsniveau van Heerhugowaard en daarom was weging hierop niet mogelijk. Het opleidingsniveau van de respondenten lijkt aan de hoge kant. In de vergelijking met landelijke cijfers is hierdoor een vertekening ontstaan, aangezien deze uitkomsten wel naar opleidingsniveau zijn gewogen. Omdat een hogere opleiding gepaard gaat met een hogere sportdeelname, betekent dit dat de sportdeelnamecijfers in Heerhugowaard waarschijnlijk hoger lijken dan ze in werkelijkheid zijn.

Leeswijzer

Het rapport gaat eerst in op de sportdeelname van de inwoners van Heerhugowaard en daarna volgen een aantal aspecten van de sportdeelname: type sport, sportfrequentie en sportverband. Vervolgens gaan we dieper in op recreatief gebruik van de openbare ruimte. In hoofdstuk drie komen een aantal sport- en beweegthema's aan bod, namelijk motivatie en belemmeringen, betrokkenheid bij de sportvereniging, sportaccommodaties, maatregelen van gemeenten om mensen meer te laten sporten en bewegen en de ideale manier om te sporten en bewegen.

In bijlage 1 staat de gebruikte vragenlijst.

2. Sport- en beweegdeelname

In dit hoofdstuk bespreken we de deelname aan sport door de volwassen inwoners (16-79 jaar) van Heerhugowaard (§2.1). Daarna gaan we in op enkele aspecten van de wijze van beoefening van sporten (§2.2). Vervolgens bespreken we recreatief gebruik in de openbare ruimte zoals wandelen en fietsen (§2.3).

Sportonderzoekers omschrijven een sporter doorgaans als iemand die minimaal twaalf keer per jaar sport (RSO-norm). Om deze norm vast te stellen maken we gebruik van de vraag naar de sportfrequentie in de afgelopen twaalf maanden. Aangezien het veldwerk voornamelijk begin maart 2020 plaatsvond, wordt met de afgelopen twaalf maanden grofweg de periode van maart 2019 tot en met februari 2020 bedoeld. De coronamaatregelen vallen net buiten deze periode.

2.1 Sportdeelname

Van de bevolking van Heerhugowaard van 16 t/m 79 jaar heeft 91 procent deelgenomen aan sport. Dit betekent dat zij minimaal één keer in de afgelopen twaalf maanden hebben gesport. Voor maandelijks sporten (RSO norm, 12 keer per jaar of vaker) is dat 88 procent. 79 procent heeft minimaal 40 keer aan sport deelgenomen ('wekelijkse' sporter). Deze percentages liggen boven de landelijke referentiecijfers uit 2019¹.

Van de inwoners van Heerhugowaard heeft 70 procent hun hele leven wat aan sport gedaan (niet in tabel) en van deze mensen deed 29 procent veel aan sport. De landelijke cijfers in 2018 liggen lager, want landelijk gezien heeft 45 procent altijd wat aan sport gedaan en daarvan heeft 14 procent veel gesport. 3 procent van de inwoners van Heerhugowaard heeft nooit gesport. 8 procent van de Nederlandse bevolking in 2018 geeft aan nog nooit gesport te hebben.

De profielkenmerken van de sporters zijn weergegeven in tabel 2.1. Over het algemeen zien we dat de inwoners in Heerhugowaard een hogere sportdeelname hebben dan Nederland als geheel. Verder valt op:

- Dat de sportdeelname onder mannen hoger is dan onder vrouwen, maar het verschil tussen mannen en vrouwen is in Heerhugowaard kleiner dan landelijk.
- Dat de sportdeelname bij 65-79-jarigen hoger is dan de sportdeelname bij 55-64-jarigen. Bij de wekelijkse sportdeelname is dat verschil het grootst (79% resp. 71%). De landelijke cijfers laten een daling van sportdeelname zien naarmate de volwassenen ouder worden.
- Dat meer hoogopgeleiden sporten dan laagopgeleiden. Dit is conform de landelijke uitkomsten, maar de laagopgeleiden in Heerhugowaard sporten wel aanzienlijk meer dan laagopgeleiden op landelijk niveau.
- Dat een gezin met kinderen een hogere sportdeelname heeft dan alleenstaanden of twee personen zonder kinderen (ook landelijk).
- Dat de sportdeelname in Heerhugowaard onder volwassenen met een beperking 12 procentpunten lager ligt dan bij mensen zonder beperking. Ook dit zien we terug in landelijk onderzoek (Von Heijden, Van den Dool, Van Lindert & Breedveld, 2013).

¹ In de inleiding is aangegeven dat dit werd verwacht, gegeven de relatief hoge opleiding van de respondenten. Naar verwachting zal in werkelijkheid de sportdeelname in Heerhugowaard iets lager liggen dan weergegeven in tabel 2.1.

Tabel 2.1 Profielkenmerken naar sportfrequentie, bevolking in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2019, 16-79 jaar) (in procenten)

	Heerhugowaard (2020, n=450)			Landelijk (2019, n=2.503)		
	Jaarlijks	Maandelijks (RSO), 12x p.j.	Wekelijks, 40x p.j.	Jaarlijks	Maandelijks (RSO) 12x p.j.	Wekelijks, 40x p.j.
Totaal	91	88	79	68	61	48
Geslacht						
Man	93	89	80	71	64	51
Vrouw	90	85	77	65	57	45
Leeftijd						
16-19 jaar	95	95	95	94	89	76
20-34 jaar	92	89	79	82	70	50
35-54 jaar	94	89	80	68	60	49
55-64 jaar	86	81	71	58	54	44
65-79 jaar	89	85	79	47	45	38
Opleiding						
Lager	86	81	75	51	45	37
Middelbaar	89	83	73	68	60	47
Hoger	94	91	83	87	80	63
Woonsituatie						
Alleenstaand	88	85	82	61	56	44
Gezin met kinderen	96	91	80	74	63	49
Twee personen zonder kinderen	87	83	76	66	60	48
Beperking*						
Wel	82	75	63			
Geen	94	91	84			

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), november 2019, Mulier Instituut.

*Het gaat om een lichamelijke of psychische beperking of chronische aandoening. Voor beperking zijn geen landelijke referentiecijfers beschikbaar in NSO 2019.

2.2 Aspecten van sportdeelname

In deze paragraaf belichten we enkele aspecten van de wijze van sportbeoefening in Heerhugowaard. We gaan in op de verschillende typen sporten, de sportfrequentie en het sportverband. We bespreken eerst enkele clusters van sporttakken.

De diverse vormen van fitness en sporten op de openbare weg zijn voor volwassenen (16-79 jaar) in Heerhugowaard de belangrijkste sporten (tabel 2.2). 43 procent van de volwassenen in Heerhugowaard doet aan fitness en eveneens 43 procent aan sporten op de openbare weg zoals hardlopen, mountainbiken, skeeleren/skaten, wandelsport en wielrennen. In vergelijking met Nederland als geheel beoefent Heerhugowaard met name meer vormen van fitness (31%). Het sporten op de openbare weg wijkt qua percentage minder af. Veld- en binnensporten (sporten zoals biljart/poolbiljart/snooker, bridge, dammen en danssport) worden door 26 procent van de volwassenen in Heerhugowaard beoefend. De inwoners van

Heerhugowaard beoefenen deze sporten vaker dan in Nederland als geheel. Zwemmen en zaalsport worden het minst beoefend in Heerhugowaard. Onder zaalsporten vallen sporten zoals badminton, basketbal, gymnastiek/turnen, handbal, korfbal, squash en volleybal. Landelijk zien we ongeveer dezelfde percentages. 30 procent van de volwassenen beoefent één of meer overige sporten. Deze sporten vinden niet in de openbare ruimte, een fitnesscentrum/sportschool of op een gemeentelijk ondersteunde sportfaciliteit plaats. Te denken valt aan sporten zoals golf, skiën, paardensport en zeilen/surfen. In Nederland als geheel is het percentage overige sporten minder (24%).

Van de afzonderlijke sporttakken staat fitness (individueel) bovenaan (37% van de sporters, jaarlijkse deelname), gevolgd door hardlopen (21%), wandelsport (21%), zwemsport (18%), fitness (groep; 16%), wielrennen/toerfietsen (14%), mountainbiken (11%), yoga (11%), tennis (10%), wintersport (8%), voetbal (8%) en paardensport (7%).

Tabel 2.2 Jaarlijkse sportdeelname naar type sport, bevolking in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2019, 16-79 jaar) (in procenten, meer antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020 (n=450)	Landelijk 2019 (n=2.503)
Fitnessvormen	43	31
Openbare weg	43	38
Veldsport	26	12
Binnensport	26	18
Zwemmen	17	12
Zaalsport	9	10
Overige sporten	40	24
Geen sport	9	32

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), november 2019, Mulier Instituut.

In Heerhugowaard ligt het aandeel volwassenen dat 120 keer of vaker per jaar sport hoger dan het landelijk gemiddelde (44% en 32%; tabel 2.3). Mede daardoor sporten de sporters in Heerhugowaard per saldo vaker dan de sporters in Nederland. Het betekent dat meer volwassen inwoners een sport beoefenen en deze sport(en) ook intensiever beoefenen.

Tabel 2.3 Sportfrequentie van sporters in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2016, 16-79 jaar) (in procenten)

	Heerhugowaard 2020 (n=413)	Landelijk 2019 (n=1.789)
1-11 keer per jaar	5	11
12-59 keer per jaar	20	34
60-119 keer per jaar	31	24
120 keer of vaker per jaar	44	32

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), november 2019, Mulier Instituut.

Als we kijken naar het verband waarin sporters hun belangrijkste sport beoefenen, zien we dat 43 procent van de volwassenen in Heerhugowaard lid is van een sportvereniging (tabel 2.4). Landelijke cijfers van 2016 laten zien dat 26 procent van de Nederlandse bevolking lid is van een sportvereniging. In het capaciteitsonderzoek naar de binnen- en buitensport in Heerhugowaard (Wezenberg-Hoenderkamp & Ruikes, 2020) staat dat in 2018 voor de tien landelijk meest beoefende verenigingssporten alleen Sportvisserij Nederland een groter percentage leden in Heerhugowaard kent dan landelijk. Dit lijkt dus in

tegenspraak met het hogere percentage leden. Mogelijk dat de inwoners van Heerhugowaard vaker lid zijn van andere sportverenigingen dan de tien belangrijkste van Nederland en/of dat zij vaker voor meerdere sporttakken lid zijn. Verder sport een derde van de volwassenen in Heerhugowaard alleen, ongeorganiseerd. Dit percentage ligt lager dan het landelijk gemiddelde (42%). Vergeleken met de landelijke cijfers sporten de volwassenen in Heerhugowaard meer als abonnee, lid of cursist van een fitnesscentrum of commerciële sportbieder, maar minder in (informeel) groepsverband.

Tabel 2.4 Verband sportdeelname belangrijkste sport, sporters in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en sporters in Nederland (2016, 16-79 jaar) (in procenten, meerdere antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020 (n=413)	Landelijk 2016 (n=1.905)
Als lid van een sportvereniging	43	26
Alleen, ongeorganiseerd	33	42
Als abonnee, lid of cursist van een fitnesscentrum of commerciële sportaanbieder	27	20
In groepsverband, georganiseerd door uzelf, familie, vrienden of kennissen	22	27
Via een zorginstelling of revalidatiecentrum	1	2
In het kader van bedrijfssport	2	1
Via het sociaal-cultureel werk, sportbuurtwerk of welzijnswerk	1	2
Anders	7	2

Bron landelijke sportdeelname: Vrijtijdsomnibus (VTO), 2016, Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).

2.3 Recreatief gebruik van de openbare ruimte

Los van de sporten die de inwoners van Heerhugowaard beoefenen, is aan alle volwassenen in Heerhugowaard gevraagd hoe zij sporten en (recreatief) bewegen in de openbare ruimte. We hebben acht activiteiten onderscheiden (tabel 2.5). Ten minste drie kwart van de inwoners van Heerhugowaard heeft in de afgelopen twaalf maanden recreatief gewandeld en gefietst in de openbare ruimte. Landelijk gezien worden deze recreatieve activiteiten bijna in dezelfde mate ondernomen. Bijna een derde van de inwoners van Heerhugowaard zwemt in open water en/of loopt hard. De landelijke cijfers zijn iets lager.

Mannen in Heerhugowaard doen meer aan wielrennen/mountainbiken dan vrouwen (32% vs. 10%) en ondernemen ook meer sportieve activiteiten dan vrouwen (24% vs. 13%; niet in tabel).

Tabel 2.5 Deelname aan activiteiten in de openbare ruimte, bevolking in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2019, 16-79 jaar) (in procenten, minimaal één keer per jaar)

	Heerhugowaard 2020 (n=450)	Landelijk 2019 (n=1.503)
Recreatief wandelen	86	83
Recreatief fietsen	76	74
Zwemmen in open water	31	28
Hardlopen	30	26
Wielrennen/mountainbiken	21	17
Sportieve activiteiten (trapveldje, skatepark)	19	20
Intensieve beweegactiviteiten (buitenfitness/bootcamp)	19	13
Lichte beweegactiviteiten in een spelvorm (Pokémon GO)	12	15
Overig	36	37

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), november 2019, Mulier Instituut.

Voor elk van de activiteiten in de openbare ruimte hebben we de inwoners van Heerhugowaard naar enkele kenmerken gevraagd. Dit betreft de startlocatie van de activiteit, de duur van de activiteit, het gezelschap waarmee de activiteit wordt uitgevoerd en op welke moment in de week de activiteit doorgaans wordt beoefend. We beschrijven per activiteit de belangrijke uitkomsten².

Recreatief wandelen

Het recreatief wandelen wordt voornamelijk vanuit huis gestart, daarna in de buurt en/of buiten de gemeente. Deze activiteit duurt vaak tussen een 30 minuten en twee uur. De wandelaars wandelen het vaakst met twee of drie personen en daarna alleen. Deze activiteit vindt voornamelijk overdag plaats, als het uitkomt en bij mooi weer. Vrouwen benoemen overdag vaker dan mannen.

Recreatief fietsen

Het recreatief fietsen wordt voornamelijk vanuit huis gestart. Deze activiteit duurt meestal tussen 30 minuten en twee uur waarbij mannen vaker één tot twee uur fietsen dan vrouwen. De fietsers fietsen vaak alleen of met twee of drie personen. Deze activiteit vindt voornamelijk overdag plaats, met mooi weer en als het uitkomt.

Hardlopen (klein aantal waarnemingen)

De start van hardlopen is vooral vanuit huis en duurt vaak tussen de 30 minuten en een uur. De hardlopers doen dit grotendeels alleen. Deze activiteit vindt voornamelijk plaats als het uitkomt en zowel overdag als 's avonds.

Wielrennen/mountainbiken (klein aantal waarnemingen)

Wielrennen/mountainbiken wordt voornamelijk gestart vanuit huis. Deze activiteit duurt vaak van één tot twee uur. Wielrennen/mountainbiken wordt zowel alleen als met twee of drie personen gedaan. Deze activiteit wordt op meerdere momenten uitgevoerd zoals tijdens mooi weer, overdag, op vrije dag en als het uitkomt.

² Voor de activiteiten zwemmen in open water en lichte beweegactiviteiten in een spelvorm (Pokémon GO) is het aantal respondenten te laag om uitspraken over te doen. Wielrennen/mountainbiken, lichte beweegactiviteiten en sportieve beweegactiviteiten hebben weinig respondenten waardoor de resultaten met enige voorzichtigheid moeten worden geïnterpreteerd.

Sportieve activiteiten (trapveldje, skatepark) (klein aantal waarnemingen)

Sportieve activiteiten worden voornamelijk in de buurt gestart. Deze activiteiten duren meestal zo'n 30 minuten tot een uur en worden grotendeels met twee of drie mensen beoefend. Deze activiteiten vinden vaak overdag plaats, als het uitkomt en op een vrije dag.

Intensieve beweegactiviteiten (buitenfitness/bootcamp) (klein aantal waarnemingen)

Intensieve beweegactiviteiten worden het meest gestart in de gemeente, daarna in de buurt en buiten de gemeente. Deze activiteiten duren vaak één tot twee uur en worden grotendeels met meer mensen uitgevoerd. Deze activiteiten vinden het vaakst plaats op vaste momenten.

3. Sport- en beweegthema's

In dit hoofdstuk komt een aantal specifieke thema's rond sport en bewegen aan bod. Dit zijn motivatie en belemmeringen (§3.1), betrokkenheid bij de sportvereniging (§3.2), accommodaties (§3.3), maatregelen van gemeenten om mensen meer te laten sporten en bewegen (§3.4) en de ideale manier om te sporten en bewegen (§3.5).

3.1 Motivatie en belemmeringen om te sporten en bewegen

De motivatie achterhalen we door de inwoners van Heerhugowaard te vragen naar de belangrijke redenen om te sporten en bewegen. In tabel 3.1 vergelijken we de redenen om te sporten en bewegen van de inwoners van Heerhugowaard met Nederland als geheel. Daarnaast kijken we voor Heerhugowaard naar de verschillen in redenen tussen mannen en vrouwen. De belangrijkste reden om te (gaan) sporten en bewegen is voor de bevolking van Heerhugowaard 'lichaamsbeweging en/of gezondheid'. Bijna negen op de tien inwoners van Heerhugowaard noemt deze reden (88%). Dit is meer dan landelijk voor 2018 (80%). 70 procent van inwoners van Heerhugowaard vindt daarnaast een 'leuke activiteit/plezier' een belangrijke reden om te sporten en bewegen (70%). Landelijk wordt dit door 43 procent van de bevolking genoemd. Verder vinden de inwoners van Heerhugowaard de (veel genoemde) redenen 'gezelligheid/sociale contacten' en 'uitlaatklep voor dagelijks leven/ontspanning' belangrijker dan Nederland als geheel. 'Afslanken/uiterlijk' wordt vaker door de Nederlandse bevolking genoemd.

De mannen en vrouwen in Heerhugowaard verschillen gedeeltelijk naar de redenen om te sporten en bewegen. Mannen hebben vaker de volgende redenen: 'uitlaatklep voor dagelijks leven/ontspanning', 'prestatie, jezelf verbeteren' en 'competitie, meten met anderen'. Vrouwen benoemen eerder 'afslanken/uiterlijk'.

Tabel 3.1 Belangrijke redenen om te sporten en bewegen volgens bevolking in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2018, 16-79 jaar) (in procenten, meer antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020			Landelijk 2018
	Totaal (n=450)	Mannen (n=197)	Vrouwen (n=253)	Totaal (n=2.351)
Lichaamsbeweging/gezondheid	88	88	88	80
Leuke activiteit/plezier	70	69	71	43
Opbouw van conditie, kracht en/of lenigheid	67	67	67	62
Uitlaatklep voor dagelijks leven/ontspanning	56	60	52	38
Lekker buiten zijn	54	56	52	45
Gezelligheid/sociale contacten	51	50	52	27
Prestatie, jezelf verbeteren	30	39	21	21
Afslanken/uiterlijk	27	22	31	44
Competitie, meten met anderen	21	31	10	6
Leren nieuwe vaardigheden	17	20	15	7
Niet duur	13	13	13	9
Advies opvolgen van arts/fysiotherapeut	11	9	13	11
Anders	1	1	1	1
Geen enkele, doe niet (zo veel) aan sport en bewegen	2	3	2	7

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), mei 2018, Mulier Instituut.

De meest genoemde belemmering om (meer) te sporten en bewegen in Heerhugowaard (tabel 3.2) is ‘tijdsgebrek vanwege combinatie, werk, studie of gezin’ (46%). Ook landelijk wordt deze belemmering het meest genoemd. Op de tweede en derde plaats staat voor de inwoners van Heerhugowaard ‘het weer’ en ‘lichamelijke belemmeringen’. ‘Het weer’ wordt vaker genoemd door de inwoners van Heerhugowaard dan door de Nederlandse bevolking (23% vs. 13%). ‘Geen of beperkte voorzieningen, mogelijkheden in de buurt’ wordt in Heerhugowaard vaker als belemmering genoemd dan landelijk (10% vs. 3%). Andere belemmeringen zoals ‘beperkte motivatie/niet leuk om te doen’, ‘geen mensen om samen mee te sporten en bewegen’ en ‘houd het niet zo lang vol’ zijn minder van belang in Heerhugowaard. Landelijk worden de belemmeringen ‘geen mensen om samen mee te sporten en bewegen’ en ‘houd het niet zo lang vol’ vaker genoemd.

Mannen in Heerhugowaard benoemen ‘tijdsgebrek vanwege combinatie werk, studie of gezin’ vaker als belemmering dan de vrouwen in Heerhugowaard. Vrouwen geven ‘sporten is te duur’ en ‘sport/beweeg niet als het donker is’ vaker als belemmering dan mannen.

Tabel 3.2 Belemmeringen om te sporten en bewegen volgens bevolking in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2018, 16-79 jaar) (in procenten, meer antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020			Landelijk 2018
	Totaal (n=450)	Mannen (n=197)	Vrouwen (n=253)	Totaal (n=2.351)
Tijdgebrek vanwege combinatie werk, studie of gezin	46	50	43	44
Het weer	23	24	21	13
Lichamelijke belemmeringen	22	21	22	22
Beperkte motivatie/niet leuk om te doen	11	12	11	25
Tijdgebrek vanwege andere activiteiten	11	11	11	15
Sporten is te duur	10	6	15	10
Geen of beperkte voorzieningen, mogelijkheden in de buurt	10	13	7	3
Sport/beweeg niet als het donker is	8	4	13	5
Geen mensen om samen te sporten en bewegen	6	6	5	12
Houd het niet zo lang vol	4	2	5	14
Anders	2	2	2	2
Geen enkele/ ik sport/beweeg niet minder dan ik wil	23	21	24	19

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), mei 2018, Mulier Instituut.

3.2 Sporten bij een sportvereniging

In het onderzoek hebben we enkele vragen over het lidmaatschap van een sportvereniging gesteld. Een deel van de vragen betrof het stoppen bij een club en een ander deel de betrokkenheid bij de club. Drie kwart van de inwoners van Heerhugowaard heeft in de afgelopen drie jaar geen lidmaatschap van een sportvereniging opgezegd (75%, niet in tabel). Van de mensen die wel hebben opgezegd, is 55 procent nu lid van een andere sportvereniging en sport 42 procent op eigen gelegenheid.

Eerder bleek dat 43 procent van de inwoners van Heerhugowaard hun belangrijkste sport beoefent bij een sportvereniging (tabel 2.4). Vervolgens hebben we deze verenigingssporters gevraagd of ze lid zijn van een officiële sportvereniging. Een officiële vereniging kenmerkt zich onder andere door het uitbrengen van jaarverslagen en het houden van algemene ledenvergaderingen. Zeven op de tien verenigingssporters in

Heerhugowaard (69%) zijn lid van een officiële sportvereniging en 28 procent is lid van een commerciële sportorganisatie.

Het merendeel van de leden van een sportvereniging voelt zich betrokken bij zijn/haar vereniging (87%), 28 procent zelfs in sterke mate (niet in tabel). Landelijk gezien voelde zich 84 procent van de leden zich in 2010 betrokken en 20 procent in sterke mate. Het merendeel van de leden in Heerhugowaard is betrokken als (regelmatige) sporter bij zijn/haar sportvereniging (78%; tabel 3.3). In 2010 geeft 68 procent van de landelijke verenigingsleden aan als (regelmatige) sporter bij de vereniging te zijn betrokken. Een derde van verenigingssporters neemt deel aan activiteiten van de club en 28 procent is vaste vrijwilliger. Zowel de deelname aan activiteiten als het aandeel vaste vrijwilligers ligt lager bij de Nederlandse bevolking. Ook het aandeel incidentele vrijwilligers ligt in Heerhugowaard hoger dan landelijk. Het percentage vaste en incidentele vrijwilligers kan niet bij elkaar worden opgeteld. Een aantal vaste vrijwilligers neemt ook incidenteel andere taken op zich.

Tabel 3.3 Betrokkenheid van verenigingssporters bij hun verenigingen in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2010, 5-79 jaar*) (in procenten, meer antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020 (n=274)	Landelijk 2010 (n=1.487)
Als (regelmatige) sporter	78	68
Neem deel aan activiteiten van de club (feest, café/kantinebezoek et	32	24
Als vaste vrijwilliger (bestuur, bar, training, coaching etc.)	28	15
Als incidentele vrijwilliger (helpt als het uitkomt, hulp bij transport, opbouw en opruimen)	24	14
Als supporter van competitiespelers	12	9
Geen van deze	11	18

Bron landelijke sportdeelname: SportersMonitor (voorloper NSO), 2010, Mulier Instituut.

* In 2010 zijn de vragen ook ingevuld voor kinderen.

42 procent van de verenigingssporters kleedt zich vrijwel altijd om op de sportvoorziening en 39 procent blijft na het sporten wat drinken in de kantine (tabel 3.4). De landelijke cijfers geven aan dat de Nederlandse verenigingssporters minder vaak na het sporten in de kantine wat bleven drinken. Eén procent van de verenigingssporters in Heerhugowaard gaat na het sporten naar een café in de buurt.

Tabel 3.4 Stellingen omtrent de sportvoorziening, verenigingssporters in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2010, 5-79 jaar*) (in procenten, vrijwel altijd)

	Heerhugowaard 2020 (n=274)	Landelijk 2010 (n=1.487)
U zich op de sportvoorziening omkleedt	42	46
Na het sporten wat blijft drinken in de kantine van de sportvoorziening	39	23
Samen met anderen naar de sportvoorziening rijdt	25	24
Na het sporten gaat douchen op de sportvoorziening	29	31
Na het sporten naar een café in de buurt gaat	1	2

Bron landelijke sportdeelname: SportersMonitor (voorloper NSO), 2010, Mulier Instituut.

* In 2010 zijn de vragen ook ingevuld voor kinderen.

Van de verenigingssporters neemt 42 procent ieder jaar/seizoen deel aan officiële competities, 27 procent neemt ieder jaar/seizoen deel aan de Algemene Ledenvergadering (ALV) en 24 procent neemt ieder jaar/seizoen deel aan clubkampioenschappen van de vereniging (niet in tabel). Vergeleken met de landelijke cijfers uit 2010 is het bezoek aan de ALV hoger in Heerhugowaard (20% landelijk) en de deelname aan officiële competities en clubkampioenschappen vergelijkbaar.

Veel sporters bij een vereniging nemen deel aan bepaalde verenigingsactiviteiten (tabel 3.5). 40 procent van de verenigingssporters belt of mailt minstens een paar keer per maand met andere leden van de vereniging. Landelijk was dit in 2010 31 procent. Een derde van de verenigingssporters bezoekt de website van de vereniging minstens een paar keer per maand en een vergelijkbaar percentage speelt recreatieve, onderlinge wedstrijden. Landelijk was dat percentage kleiner (in 2010). Het lezen van het verenigingsblad is het minst populair.

Tabel 3.5 Stellingen over de deelname aan verenigingsactiviteiten, verenigingssporters in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2010, 5-79 jaar*) (in procenten, minimaal paar keer per maand)

	Heerhugowaard 2020 (n=274)	Landelijk 2010 (n=1.487)
Het bellen of mailen met leden van de vereniging	40	31
Het bezoek aan de website van de vereniging	36	34
Het spelen van recreatieve, onderlinge wedstrijden	36	25
Het ontmoeten van verenigingsleden buiten de vereniging om	27	26
Het bezoek aan de sportvoorziening van uw vereniging maar niet om te sporten	19	14
Het lezen van het verenigingsblad	14	13
Andere activiteiten buiten het sporten om	18	8

Bron landelijke sportdeelname: SportersMonitor (voorloper NSO), 2010, Mulier Instituut.

* In 2010 zijn de vragen ook ingevuld voor kinderen.

De sportverenigingen in Heerhugowaard worden door de verenigingssporters gewaardeerd als ‘gezellig/ongedwongen’, ‘in de buurt’, ‘hebben goede trainingen/instructies’ en ‘hebben een passend niveau’ (tabel 3.6). Ook landelijk worden deze pluspunten in 2010 het meest genoemd, maar wel minder dan in Heerhugowaard. ‘Niet zo duur’, ‘goede douches’ en ‘er zijn veel speelmogelijkheden’ noemen de leden uit Heerhugowaard in verhouding het minst.

Tabel 3.6 Waardering van de vereniging, verenigingssporters in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2010, 5-79 jaar*) (in procenten, meer antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020 (n=274)	Landelijk 2010 (n=1.487)
Gezellig/ongedwongen	69	68
Is in de buurt	60	53
Goede trainingen/instructies	60	43
Niveau past bij mij	57	44
Ken er veel mensen	54	42
Goede sportfaciliteiten (hal, veld, bad, baan etc.)	50	37
Sportmomenten komen mij goed uit	48	33
Goede kleedruimten	34	26
Hebben sportieve ambitie	28	16
Niet zo duur	23	23
Goede douches	22	20
Er zijn veel speelmogelijkheden	19	13
Anders	3	4
Geen van deze	2	4

Bron landelijke sportdeelname: SportersMonitor (voorloper NSO), 2010, Mulier Instituut.

* In 2010 zijn de vragen ook ingevuld voor kinderen.

3.3 Sportaccommodaties

We hebben de sporters van Heerhugowaard gevraagd of zij gebruik maken van een officiële sportaccommodatie voor hun sportbeoefening en dat bleek voor 69 procent het geval. Een fitnesscentrum is de meest gebruikte officiële sportaccommodatie in Heerhugowaard (tabel 3.7; 27%). Landelijk ligt dat percentage hoger (2011; 42%). 23 procent van de gebruikers van officiële sportaccommodaties maakt gebruik van overige openluchtvoorzieningen zoals, voor tennis of hockey. Landelijk gezien ligt dat percentage lager. In Heerhugowaard maken de sporters het minst gebruik van een gymzaal en voetbalveld.

Verder is de meest gebruikte sportaccommodatie bij vrouwen in Heerhugowaard vaker een fitnesscentrum dan bij mannen (34% vs. 20%; niet in tabel). Voor het gebruik van een overige openluchtvoorziening zoals voor tennis of hockey is het andersom: bij mannen is dit vaker de meest gebruikte sportaccommodatie dan bij vrouwen (29% vs. 16%).

Tabel 3.7 Meest gebruikte officiële sportaccommodatie volgens gebruikers in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2011, 5-79 jaar*) (in procenten)

	Heerhugowaard 2020 (n=312)	Landelijk 2011 (n=1.436)
Fitnesscentrum	27	42
Overige openlucht sportvoorziening (zoals tennis, hockey, atletiek)	23	12
Andere voorzieningen (zoals manege, schaatsbaan, wildwaterbaan en skihal)	14	7
Sporthal	12	13
Zwembad	12	13
Gymzaal	6	5
Voetbalveld	6	7

Bron landelijke sportdeelname: SportersMonitor (voorloper NSO), 2011, Mulier Instituut.

* In 2010 zijn de vragen ook ingevuld voor kinderen.

Zes op de tien inwoners in Heerhugowaard die een officiële sportaccommodatie gebruiken, nemen de auto om bij deze accommodatie te komen (58%; niet in tabel). Daarnaast stapt 40 procent op de fiets. Landelijk gezien wordt in 2011 de auto minder gebruikt dan in Heerhugowaard (44%). De sporters in Heerhugowaard die doorgaans de auto gebruiken om de sportvoorziening te bereiken, doen dat voornamelijk uit ‘gemakzucht’ en/of ze vinden ‘fietsen/wandelen te lang duren’.

Bij 40 procent van de inwoners in Heerhugowaard die een officiële accommodaties gebruiken, ligt de meest gebruikte sportaccommodatie in hun buurt (in de wijk). Dit percentage is lager dan het landelijke percentage in 2011 (49%). In Heerhugowaard hebben zes op de tien inwoners 10 minuten of minder reistijd naar de meest gebruikte officiële sportaccommodatie (alleen heenreis). Landelijk is dat 48 procent. Uit het capaciteitsonderzoek naar de binnen- en buitensport in Heerhugowaard (Wezenberg-Hoenderkamp & Ruikes, 2020) blijkt dat de gemiddelde reisafstand tot de binnensportaccommodaties in Heerhugowaard 700 meter is. De inwoners van de gemeente Heerhugowaard moeten gemiddeld 1,2 kilometer afleggen naar de dichtstbijzijnde sporthal en dit is minder dan landelijk (1,6 kilometer). De buitensportparken liggen mooi verspreid over de gemeente.

Zeven op de tien inwoners van Heerhugowaard vinden het (heel) belangrijk dat ze in de buurt kunnen sporten en bewegen (71%; niet in tabel). Dit geldt voor de helft van de Nederlandse bevolking. Op dit moment is 60 procent van de inwoners van Heerhugowaard (heel) tevreden met de sport- en beweegmogelijkheden in de buurt. Dit komt overeen met het landelijke cijfer in 2011.

39 procent van de inwoners van Heerhugowaard mist sportmogelijkheden in de buurt: voor 17 procent hoeft dit niet te veranderen, maar voor 22 procent wel. Aan de inwoners die sportmogelijkheden in de buurt missen hebben we gevraagd wat zij missen. De gegeven antwoorden zijn vrij divers, maar enkele sportmogelijkheden worden meerdere keren genoemd zoals buitenfitness, openluchtwembad, buiten paardrijden en een skatepark. Vervolgens is aan de inwoners van Heerhugowaard die sportmogelijkheden in de buurt missen, gevraagd of dat een reden is om niet te sporten of minder te sporten dan hij/zij zou willen. Voor ongeveer de helft (46%) is dat geen reden om niet te sporten of minder te sporten dan hij/zij zou willen. Voor inwoners met een beperking of chronische aandoening is het voor 71 procent (misschien) een reden om niet te sporten of minder te sporten dan zij zouden willen.

Aan alle inwoners van Heerhugowaard hebben we gevraagd om via stellingen uitspraken over sportaccommodaties te doen. De inwoners van Heerhugowaard zijn het voornamelijk eens met de stelling ‘ik vind dat de overheid zorg moet dragen voor goede sportvoorzieningen’ (64%; tabel 3.8). Daarnaast is 46

procent van de bevolking in Heerhugowaard het eens met de stelling ‘ik kies een sportaccommodatie op basis van kwaliteit’ en vindt 42 procent dat ‘de sportvoorzieningen voldoen aan de eisen van deze tijd’.

Met de stelling ‘het aanbod van activiteiten is voor mij belangrijker dan de kwaliteit van de accommodatie’ zijn meer vrouwen het eens dan mannen (32% vs. 24%; niet in tabel). Met de stelling ‘ik vind dat de overheid zorg moet dragen voor goede sportvoorzieningen’ zijn meer mannen in Heerhugowaard het eens dan vrouwen (68% vs. 59%).

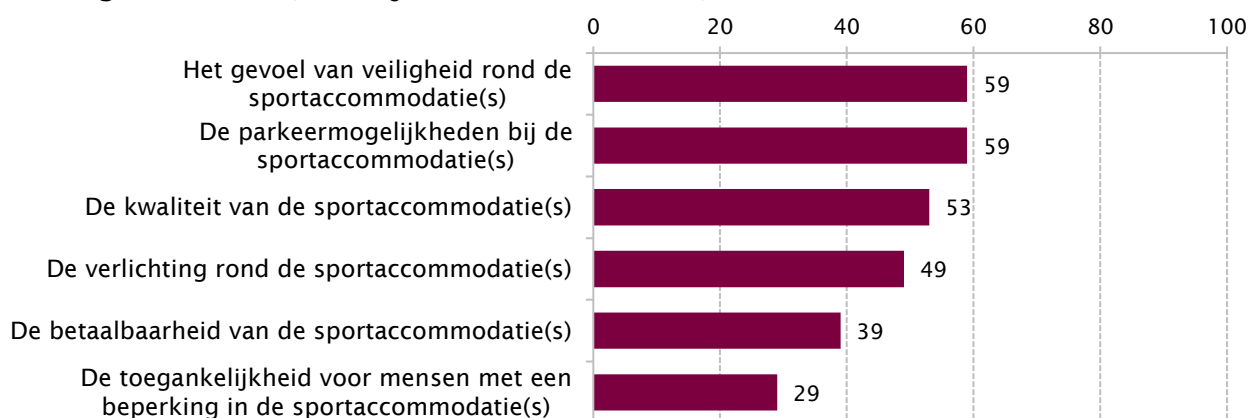
Tabel 3.8 Stellingen over sportaccommodaties, bevolking in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2011, 15-79 jaar) (in procenten, (helemaal) mee eens)

	Heerhugowaard 2020 (n=450)	Landelijk 2011 (n=3.587)
Ik vind dat de overheid zorg moet dragen voor goede sportvoorzieningen	64	53
Ik kies een sportaccommodatie op basis van de kwaliteit	46	40
Sportvoorzieningen voldoen aan de eisen van deze tijd	42	49
Ik ben bereid meer te reizen voor betere sportaccommodaties	29	20
Het aanbod van activiteiten door bijvoorbeeld een sportvereniging is voor mij belangrijker dan de kwaliteit van de accommodatie	27	19
Sportaccommodaties zijn ver weg	11	11
Sportvoorzieningen zijn voor mij niet nodig	9	16
Sportvoorzieningen zijn slecht bereikbaar	6	8

Bron landelijke sportdeelname: SportersMonitor (voorloper NSO), 2011, Mulier Instituut.

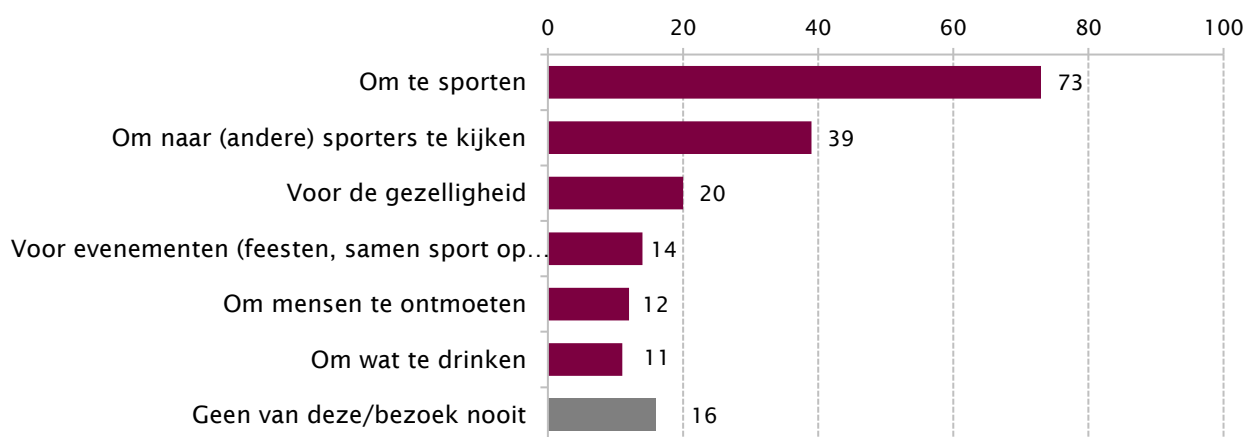
De tevredenheid met de sportvoorzieningen is belangrijk voor de gemeente. De inwoners van Heerhugowaard zijn vooral tevreden over het gevoel van veiligheid en de parkeermogelijkheden bij de sportaccommodaties (figuur 3.1). Het minst tevreden zijn de inwoners over de toegankelijkheid van de voorziening voor mensen met een beperking. Aan het eind van paragraaf 3.5 geven we meer informatie over de behoeften van mensen met een beperking en/of chronische aandoening.

Figuur 3.1 Tevredenheid over sportaccommodaties in de omgeving, bevolking in Heerhugowaard 2020, 16-79 jaar (% (zeer) tevreden, n=450)



Het merendeel van bevolking in Heerhugowaard (73%) bezoekt een sportaccommodatie ‘om te sporten’ (figuur 3.2). In veel mindere mate wordt een accommodatie bezocht om ‘naar (andere) sporters te kijken’ (39%). Een accommodatie wordt in verhouding het minst bezocht ‘om wat te drinken’ (11%). Gekeken naar verschillen tussen mannen en vrouwen, bezoeken mannen een accommodatie vaker ‘om wat te drinken’ dan vrouwen (17% vs. 5%) en ook vaker voor de ‘gezelligheid’ (26% vs. 13%).

Figuur 3.2 Redenen voor een bezoek aan een sportaccommodatie, bevolking in Heerhugowaard 2020, 16-79 jaar (in procenten, meer antwoorden mogelijk, n=450)



3.4 Maatregelen gemeenten om meer mensen te laten sporten en bewegen

Bijna 70 procent van de inwoners van Heerhugowaard vindt dat er voldoende aantrekkelijke mogelijkheden *in hun buurt* zijn om te sporten en bewegen in de openbare ruimte. Drie kwart van de inwoners van Heerhugowaard vindt dat er voldoende aantrekkelijke mogelijkheden *in de gemeente* zijn om te sporten en bewegen in de openbare ruimte.

De inwoners van Heerhugowaard vinden een aantal omstandigheden minder aantrekkelijk om te sporten en bewegen in de buurt: ‘veel sporten zijn niet in de buurt of wijk mogelijk’, ‘de voorzieningen voor sport en bewegen zijn slecht onderhouden’ en ‘er zijn geen goede wandel-/fietspaden’ (tabel 3.9). De percentages liggen hoger dan de landelijke uitkomsten in 2018. ‘Het is niet veilig in mijn buurt’ noemt 4 procent van de inwoners van Heerhugowaard. Zes op de tien inwoners van Heerhugowaard geven aan dat dat er geen omstandigheden zijn die het minder aantrekkelijk maken om te sporten en bewegen in de buurt (61%). Landelijk gaat het om drie kwart van de Nederlandse bevolking (76%).

Tabel 3.9 Omstandigheden die het minder aantrekkelijk maken om te sporten en bewegen in de buurt, bevolking in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2018, 16-79 jaar) (in procenten, meer antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020 (n=450)	Landelijk 2018 (n=2.351)
Veel sporten zijn niet in de buurt of de wijk mogelijk	12	8
De voorzieningen voor sport en bewegen zijn slecht onderhouden	11	3
Geen goede wandel-/fietspaden (ook voor bijv. kinderwagens, rolstoelen)	10	5
Er worden geen leuke activiteiten om te sporten en bewegen georganiseerd	7	9
Geen trapveldjes en speelplekken aanwezig	6	3
De voorzieningen voor sport en bewegen zijn vaak bezet door een bepaalde groep (bijv. kinderen)	5	4
Het is niet veilig in mijn buurt	4	3
Anders	10	2
Geen van deze	61	76

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), mei 2018, Mulier Instituut.

Vervolgens hebben we gevraagd welke maatregelen de gemeente kan nemen om sporten en bewegen in de openbare ruimte te bevorderen. De inwoners van Heerhugowaard benoemen de volgende maatregelen het meest: ‘ommetjes/routes aanleggen’, ‘toestellen plaatsen (bijv. voor buitenfitness, bootcamp)’ en ‘de verlichting verbeteren’ (tabel 3.10). Deze maatregelen worden in 2018 in verhouding minder genoemd door de Nederlandse bevolking. Ook maatregelen met betrekking tot het ‘verbeteren van de infrastructuur’, ‘de communicatie over mogelijkheden openbare ruimte’ en ‘de toegankelijkheid groen/parken’ worden vaker in Heerhugowaard genoemd dan landelijk in 2018. De inwoners van Heerhugowaard zien over het algemeen dus meer maatregelen om te verbeteren dan de Nederlandse bevolking als geheel zag in 2018.

De maatregel om ‘de infrastructuur te verbeteren’ benoemen de mannen in Heerhugowaard meer dan vrouwen (28% vs. 17%; niet in tabel).

Tabel 3.10 Maatregelen die de gemeente kan nemen om sporten en bewegen in de openbare ruimte te bevorderen, in Heerhugowaard (2020, 16-79 jaar) en in Nederland (2018, 16-79 jaar) (in procenten, meer antwoorden mogelijk)

	Heerhugowaard 2020 (n=450)	Landelijk 2018 (n=2.351)
Ommetjes/routes aanleggen	34	18
Toestellen plaatsen (bijv. voor buitenfitness, bootcamp)	33	20
Verlichting verbeteren	28	21
Infrastructuur verbeteren (kwaliteit wegdek/pad)	23	14
Communicatie over mogelijkheden openbare ruimte verbeteren	22	12
Meer/betere speelplekken (jeugd)	21	8
Toegankelijkheid groen/parken verbeteren	21	12
Aanbod georganiseerde activiteiten vergroten	21	14
Meer/betere rustplekken	12	11
Anders	11	3
Geen enkele/is niet nodig	21	38

Bron landelijke sportdeelname: Nationaal Sportonderzoek (NSO), najaar 2018, Mulier Instituut.

3.5 Ideale manier sporten en bewegen

Aan de inwoners van Heerhugowaard zijn enkele vragen voorgelegd over hun ideale manier om te sporten en bewegen. Een groot deel (67%) van de inwoners van Heerhugowaard sport of beweegt graag regelmatig (niet in tabel). Dit betekent op maandelijkse, wekelijkse of dagelijkse basis. 18 procent spreekt de voorkeur uit voor af en toe, als het uitkomt en zonder verplichting sporten en bewegen.

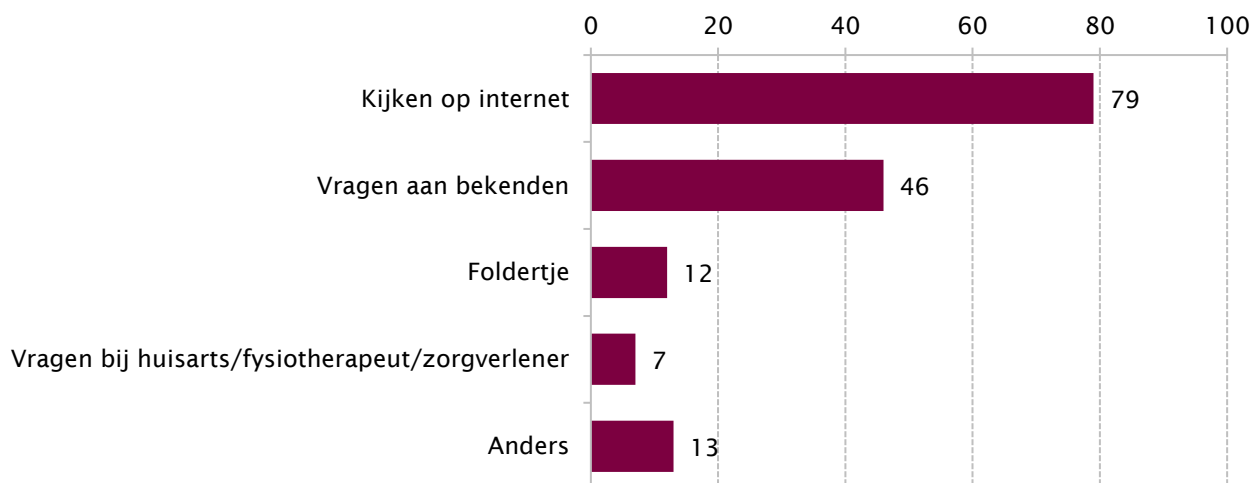
Bij een ideale sport- of beweegactiviteit passen vooral de redenen ‘het leuk hebben/plezier hebben’ en ‘gezonder/fitter’ worden/blijven (figuur 3.3). Drie kwart van de inwoners van Heerhugowaard geeft deze op. Deze komen overeen met de belangrijkste redenen om te sporten en bewegen in tabel 3.1. De helft sport en beweegt als ‘uitlaatklep/vergeten van dagelijkse zorgen’. ‘Iets nieuws willen leren’ is de reden die het minst wordt genoemd (14%) en 1 procent ziet geen enkele reden.

Figuur 3.3 Redenen voor ideale sport/beweegactiviteit volgens bevolking in Heerhugowaard 2020, 16-79 jaar (in procenten, meer antwoorden mogelijk, n=450)



Acht op de tien inwoners van Heerhugowaard informeren zich over sporten en bewegen via het internet (figuur 3.4). 46 procent vraagt het aan bekenden en 12 procent informeert zich via een folder. Via de huisarts/fysiotherapeut/zorgverlener wordt het minst geïnformeerd.

Figuur 3.4 Wijze van informeren over sporten en bewegen volgens bevolking in Heerhugowaard 2020, 16-79 jaar (in procenten, meer antwoorden mogelijk, n=450)



Een kwart van de respondenten heeft aangegeven een beperking of chronische aandoening te hebben (niet in tabel of figuur). Bijna 60 procent van deze inwoners heeft een chronische aandoening zoals hart- en vaatziekten, diabetes of reuma en een derde heeft een lichamelijke of motorische beperking. Met 2 procent komt een visuele beperking zoals blindheid of slechtziendheid het minst voor. Zeven op de tien inwoners met een beperking of chronische aandoening geven aan geen aanpassingen nodig te hebben om te sporten en bewegen. 18 procent heeft behoefte aan een begeleider die zijn of haar (on) mogelijkheden kent (o.a. vanwege beperking/aandoening).

4. Samenvatting, conclusies & aanbevelingen

In dit hoofdstuk geven we per onderwerp een korte samenvatting van de uitkomsten. We sluiten het hoofdstuk af met enkele conclusies en aanbevelingen.

Sport- en beweegdeelname

Van de bevolking van Heerhugowaard van 16 t/m 79 jaar heeft 91 procent deelgenomen aan sport in de afgelopen twaalf maanden en 88 procent sport maandelijks (12 keer per jaar of vaker). Dit is vergeleken met de landelijke cijfers relatief hoog. Dit kan te maken hebben met het feit dat sporters over het algemeen vaker aan dit soort onderzoeken meedoen dan niet-sporters en het naar verhouding hoge opleidingsniveau van de respondenten (zie Inleiding). Naast de sportdeelname ligt de sportfrequentie van de sporters in Heerhugowaard hoger dan in Nederland. Dus niet alleen sporten meer volwassenen, maar zij sporten ook vaker. De sportdeelname van mannen is hoger dan van vrouwen in Heerhugowaard, maar dit verschil is relatief kleiner dan landelijk. Opvallend is dat de laagopgeleiden in Heerhugowaard aanzienlijk meer sporten dan de laagopgeleiden landelijk. De sportdeelname van volwassenen met een beperking ligt 12 procentpunten lager dan bij volwassenen zonder beperking in Heerhugowaard.

Diverse vormen van fitness en sporten op de openbare weg (hardlopen, mountainbiken, skeeleren/skaten, wandelsport en wielrennen) zijn voor volwassenen in Heerhugowaard de belangrijkste sporten. Voor beide sportcategorieën geldt dat 43 procent van de inwoners van Heerhugowaard deze beoefent. De diverse vormen van fitness worden opvallend vaker beoefend in Heerhugowaard dan landelijk. Dit betreft ook de veldsporten (26% vs. 12%) en binnensporten (26% vs. 18%). Binnensporten zijn sporten zoals biljart/poolbiljart/snooker, bridge, dammen en danssport. Zaalsporten worden in Heerhugowaard ongeveer evenveel als landelijk beoefend.

De volwassenen in Heerhugowaard beoefenen hun belangrijkste sport als lid van een sportvereniging (43%) of alleen/ongeorganiseerd (33%). De landelijke cijfers van 2016 laten zien dat een kleiner deel van de Nederlandse bevolking sport bij een sportvereniging (26%) en een groter deel alleen/ongeorganiseerd (42%). In het capaciteitsonderzoek naar de binnen- en buitensport in Heerhugowaard (Wezenberg-Hoenderkamp & Ruikes, 2020) staat dat in 2018 voor de tien landelijk meest beoefende verenigingssporten alleen Sportvisserij Nederland een groter percentage leden in Heerhugowaard kent dan landelijk. Dit lijkt dus in tegenspraak met het hogere percentage leden. Op basis van ons onderzoek kunnen we echter geen uitspraken over het percentage leden per sporttak doen. Mogelijk dat de inwoners van Heerhugowaard vaker lid zijn van andere sportverenigingen dan de tien belangrijkste van Nederland en/of dat zij vaker voor meerdere sporttakken lid zijn.

Los van de sporten die de inwoners van Heerhugowaard beoefenen, is aan alle volwassenen in Heerhugowaard gevraagd hoe zij sporten en (recreatief) bewegen in de openbare ruimte. Het merendeel van de volwassenen in Heerhugowaard heeft in de afgelopen twaalf maanden recreatief gewandeld (86%) en/of recreatief gefietst (76%) in de openbare ruimte. Dit komt overeen met de landelijke cijfers in 2019.

Motivatie en belemmeringen

De inwoners van Heerhugowaard noemen 'lichaamsbeweging/gezondheid' als belangrijkste reden om te sporten en bewegen. Dit verklaart waarschijnlijk de grote populariteit van fitness en sporten op de openbare weg. Vergeleken met de landelijke cijfers zien we deels andere redenen om te sporten en bewegen. In Heerhugowaard worden met name de redenen 'leuke activiteit/plezier', 'uitlaatklep voor dagelijks leven/ontspanning' en 'gezelligheid/sociale contacten' vaker genoemd. 'Afslanken/uiterlijk' noemen inwoners van Heerhugowaard minder vaak. Bij de belemmeringen om te sporten en bewegen valt op dat 'het weer' door de inwoners van Heerhugowaard vaker wordt genoemd dan landelijk (23% vs. 13%).

‘Geen of beperkte voorzieningen, mogelijkheden in de buurt’ wordt in Heerhugowaard vaker als belemmering genoemd dan landelijk (10% vs. 3%). Andere belemmeringen zoals ‘beperkte motivatie/niet leuk om te doen’, ‘geen mensen om samen mee te sporten en bewegen’ en ‘houd het niet zo lang vol’ worden in verhouding minder vaak genoemd in Heerhugowaard dan landelijk.

Verenigingen, stoppen lidmaatschap & sociale functie

Het merendeel van de leden van een sportvereniging in Heerhugowaard voelt zich betrokken bij zijn of haar vereniging (87%). Deze leden zijn voornamelijk als (regelmatige) sporter betrokken (78%) bij de vereniging. Vier op de tien leden kleden zich om op de sportvoorziening en blijven na het sporten wat drinken in de kantine. In Heerhugowaard neemt 42 procent van de sporters bij een vereniging deel aan officiële competities. De sportverenigingen in Heerhugowaard worden door de leden met name gewaardeerd als ‘gezellig/ongedwongen’, ‘in de buurt’, ‘met goede trainingen/instructies’ en ‘een passend niveau’ van de sportbeoefening. Ook landelijk werden deze waarderingen in 2010 het meest aan verenigingen gekoppeld, maar wel minder dan in Heerhugowaard.

Sportaccommodaties

Zeven op de tien sporters in Heerhugowaard maken gebruik van een officiële sportaccommodatie. Een fitnesscentrum is de meest gebruikte accommodatie. In Heerhugowaard wordt het minst gebruik gemaakt van een gymzaal en voetbalveld. De auto is het meest gebruikte vervoersmiddel in Heerhugowaard om bij de officiële sportaccommodatie te komen (60%) en daarna de fiets (40%). In Heerhugowaard hebben zes op de tien inwoners 10 minuten of minder reistijd naar de meest gebruikte officiële sportaccommodatie (alleen heenreis). Dit lijkt overeen te komen met resultaten uit het capaciteitsonderzoek naar de binnen- en buitensport in Heerhugowaard (Wezenberg-Hoenderkamp & Ruikes, 2020) waaruit blijkt dat de gemiddelde reisafstand tot de binnensportaccommodaties in Heerhugowaard 700 meter is en de sportparken mooi verspreid over de gemeente liggen. Een aantal accommodaties met een regionale functie, zoals de ijsbaan in Alkmaar en de golfbaan in Spierdijk zijn voor de meeste inwoners uit Heerhugowaard binnen twintig minuten te bereiken.

Tevredenheid

Zeven op de tien inwoners van Heerhugowaard vinden het (heel) belangrijk dat ze in de buurt kunnen sporten en bewegen en zes op de tien inwoners zijn op dit moment (heel) tevreden met de sport- en beweegmogelijkheden in de buurt. 39 procent van de inwoners van Heerhugowaard mist sportmogelijkheden dichtbij, in de buurt: voor 17 procent hoeft dit niet te veranderen, maar voor 22 procent wel. De inwoners van Heerhugowaard missen geen eenduidig type sportaccommodatie. Vervolgens is aan de inwoners van Heerhugowaard die sportmogelijkheden in de buurt missen gevraagd of dat een reden is om niet te sporten of minder te sporten dan hij/zij zou willen. Voor iets minder dan de helft is dat geen reden om niet te sporten of minder te sporten dan hij/zij zou willen.

64 procent van de bevolking in Heerhugowaard vindt dat de overheid zorg moet dragen voor goede sportvoorzieningen en 46 procent kiest een sportaccommodatie op basis van de kwaliteit. Iets meer dan de helft van de volwassenen in Heerhugowaard geeft aan tevreden te zijn met de kwaliteit van de sportaccommodaties. De volwassenen in Heerhugowaard zijn tevreden over het gevoel van veiligheid rond de sportaccommodaties en de parkeermogelijkheden.

Maatregelen om mensen meer te laten sporten en bewegen

Bijna 70 procent van de inwoners van Heerhugowaard vindt dat er voldoende aantrekkelijke mogelijkheden *in hun buurt* zijn om te sporten en bewegen in de openbare ruimte. Drie kwart van de inwoners van Heerhugowaard vindt dat er voldoende aantrekkelijke mogelijkheden *in de gemeente* zijn om te sporten en bewegen in de openbare ruimte.

Een beperkt aantal inwoners van Heerhugowaard noemt een aantal omstandigheden die het minder aantrekkelijk maken om te sporten en bewegen in de buurt: ‘veel sporten zijn niet in de buurt of wijk mogelijk’ (12%), ‘de voorzieningen voor sport en bewegen zijn slecht onderhouden’ (11%) en er zijn ‘geen goede wandel-/fietspaden’ (10%). Deze omstandigheden worden vaker genoemd door de inwoners van Heerhugowaard dan door de Nederlandse bevolking in 2018 (in dezelfde volgorde: 8%, 3% en 5%). Volgens de gemeente wordt het meerjarig onderhoudsplan bijgehouden en volledig uitgevoerd. Het is mogelijk sommige voorzieningen minder modern ogen vanwege opstal in verenigingsbeheer, zoals een verouderde kantine, tribune of sporthal waardoor de inwoners de voorzieningen minder gunstig beoordelen. De gemeente Heerhugowaard kan volgens haar inwoners een aantal maatregelen nemen om het sporten en bewegen in de openbare ruimte te bevorderen: ‘ommetjes/routes aanleggen’ (34%), ‘toestellen plaatsen (bijv. voor buitenfitness, bootcamp; 33%)’ en ‘de verlichting verbeteren’ (28%). Deze maatregelen worden in 2018 in verhouding minder genoemd door de Nederlandse bevolking (in dezelfde volgorde: 18%, 20% en 21%). Ook de maatregelen met betrekking tot ‘het verbeteren van de infrastructuur’, ‘de communicatie over mogelijkheden openbare ruimte’ en ‘de toegankelijkheid groen/parken’ worden vaker in Heerhugowaard genoemd dan landelijk in 2018 (in dezelfde volgorde: 14%, 12% en 12%).

Ideale manier sporten en bewegen

Aan de inwoners van Heerhugowaard zijn vragen voorgelegd over hun ideale manier om te sporten en bewegen.

Een groot deel (67%) van de inwoners van Heerhugowaard sport of beweegt graag regelmatig. Dit betekent op maandelijks, wekelijkse of dagelijkse basis. Drie kwart van de inwoners van Heerhugowaard sport en beweegt om ‘het leuk te hebben/plezier te hebben’ en ‘gezonder/fitter te worden/blijven’. Acht op de tien inwoners van Heerhugowaard informeren zich over sporten en bewegen via het internet en 46 procent vraagt het aan bekenden.

Een kwart van de inwoners van Heerhugowaard heeft aangegeven een beperking of chronische aandoening te hebben. Bijna 60 procent van deze inwoners heeft een chronische aandoening zoals hart- en vaatziekten, diabetes of reuma en een derde heeft een lichamelijke of motorische beperking. Zeven op de tien inwoners met een beperking of chronische aandoening geven aan geen aanpassingen nodig te hebben om te sporten en bewegen.

Conclusies en aanbevelingen

De inwoners van Heerhugowaard vinden het belangrijk dat ze in de buurt kunnen sporten en bewegen, maar een deel van deze inwoners geeft aan dat veel sporten niet in de buurt of wijk mogelijk zijn. Overigens is dat voor de helft geen belemmering om hun favoriete sport elders te beoefenen. 10 procent van de inwoners van Heerhugowaard vindt ‘geen of beperkte voorzieningen, mogelijkheden in de buurt’ een belemmering om te sporten en bewegen. Gekeken naar de gebruikers van officiële sportaccommodaties, blijkt voor 40 procent de accommodatie in de buurt (in de wijk) te zijn. Dit laat zien dat er nog ruimte is om de verenigingssport in de buurt te verbeteren. In het capaciteitsonderzoek naar de binnen- en buitensport in Heerhugowaard (Wezenberg-Hoenderkamp & Ruikes, 2020) hebben de auteurs gekeken naar de bezetting van de huidige sportaccommodaties en de behoeften. Hieruit blijkt dat ten opzichte van het landelijke cijfer het totale aanbod aan binnensportruimte (sporthallen, sportzalen en gymzalen) in Heerhugowaard laag is en dat vooral sporthallen een hoge bezetting hebben. Voor de buitensporten is gemeente breed voldoende aanbod. Door de clustering van een aantal sporten op sportpark De Vork, zullen niet alle inwoners hun favoriete sport in de buurt kunnen uitoefenen.

De inwoners van Heerhugowaard beoefenen vooral sporten op de openbare weg (43%) en fitness thuis of in een sportschool (43%). De sporters in Heerhugowaard beoefenen hun belangrijkste sport voor een groot

deel bij de sportvereniging (43%). Los hiervan wandelt (86%) en fietst (76%) een groot deel van de bevolking in Heerhugowaard in de openbare ruimte. De genoemde redenen om te sporten en bewegen passen bij deze activiteiten. De sportvoorzieningen zijn echter hoofdzakelijk afgestemd op de deelname via verenigingen. De gemeente Heerhugowaard kan kijken naar mogelijkheden om de voorzieningen multifunctioneel in te zetten. Denk hierbij aan een kunstgrasveld van een voetbalvereniging voor een bootcamples of groepsles van een sportschool in de zomer of gymzalen als oplossing met slecht weer. Uit het capaciteitsonderzoek (Wezenberg-Hoenderkamp & Ruikes, 2020) blijkt namelijk dat gymzalen 's avonds en in het weekend nog veel ruimte hebben. Een multifunctionele sportaccommodatie biedt mogelijkheden als ontmoetingsplek waardoor naast de sportfunctie ook een ontmoetingsfunctie voor andere doelgroepen kan worden gecreëerd. Buurtsportcoaches kunnen door hun kennis van de sport in een gemeente helpen bij het multifunctionele gebruik. Daarnaast lijken er voor de gemeente mogelijkheden te bestaan om het sporten op de openbare weg en het recreatief wandelen/fietsen meer te faciliteren. Inwoners van Heerhugowaard noemen vaker dan landelijk dat hiervoor verbetermogelijkheden bestaan zoals 'ommetjes/routes aanleggen', 'toestellen plaatsen (bijv. voor buitenfitness, bootcamp)' en 'de verlichting verbeteren'. Ook geeft een deel van inwoners aan 'goede wandel-/fietspaden te missen'. Het plaatsen van toestellen zou bijvoorbeeld bij een multifunctionele sportaccommodaties mogelijk zijn.

Volgens de inwoners van Heerhugowaard kan de communicatie over sport- en beweegmogelijkheden in de openbare ruimte beter (22% vs. 12% landelijk). Op de website van Heerhugowaardsport.nl staan een aantal looproutes, maar ontbreekt informatie over andere mogelijkheden om te sporten en bewegen in de openbare ruimte. Denk hierbij aan de locaties voor buitenfitness, mogelijkheden om te sporten in een park, fietsroutes, routes voor wielrenners en mountainbikers en officiële buitenzwemplekken. Daarnaast is het belangrijk om te communiceren over het multifunctioneel gebruik van sportaccommodaties.

Literatuur & databronnen

Literatuur

Heijden, A. von, Dool, R. van den, Lindert, C. van & Breedveld, K. (2013). *(On) beperkt sportief 2013: monitor sport- en beweegdeelname van mensen met een handicap*. Utrecht: Mulier Instituut.

Wezenberg-Hoenderkamp, K. & Ruikes, D. (2020). *Ruimte voor sport in Heerhugowaard*. Utrecht: Mulier Instituut.

Wezenberg-Hoenderkamp, K. (2020). *Sporten en bewegen in de openbare ruimte Heerhugowaard*. Utrecht: Mulier Instituut.

Databronnen

- NSO (2010). SportersMonitor (voorloper Nationaal Sportonderzoek), Mulier Instituut. Data-analyse: Mulier Instituut.
- NSO (2011). SportersMonitor (voorloper Nationaal Sportonderzoek), Mulier Instituut. Data-analyse: Mulier Instituut.
- NSO (mei 2017). Nationaal Sportonderzoek, Mulier Instituut. Data-analyse: Mulier Instituut.
- NSO (mei 2018). Nationaal Sportonderzoek, Mulier Instituut. Data-analyse: Mulier Instituut.
- NSO (najaar 2018). Nationaal Sportonderzoek, Mulier Instituut. Data-analyse: Mulier Instituut.
- NSO (juni 2019). Nationaal Sportonderzoek, Mulier Instituut. Data-analyse: Mulier Instituut.
- NSO (november 2019). Nationaal Sportonderzoek, Mulier Instituut. Data-analyse: Mulier Instituut.
- VTO (2016). Vrijetijdsonderzoek Sociaal en Cultureel Planbureau. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau. Data-analyse verricht door SCP op verzoek Mulier Instituut.

Bijlage 1 Vragenlijst sportdeelname gemeente Heerhugowaard

Sportdeelname

De volgende vragen gaan over sportbeoefening. Het gaat om activiteiten die u in de afgelopen twaalf maanden heeft verricht volgens gebruiken of regels uit de sportwereld. U moet dus denken aan bijvoorbeeld badminton, fitness, toerfietsen en schaken, maar niet aan tuinieren, puzzelen of fietsen naar de bakker. Voor algemene beweegvormen kunt u kiezen uit danssport, yoga of drie varianten fitness. Sporten die u tijdens de vakanties heeft beoefend, tellen wel mee.

Welke sport of sporten heeft u in de afgelopen twaalf maanden beoefend? Meer antwoorden mogelijk.

- | | | | |
|----|--|----|--|
| 1 | Atletiek | 25 | Midgetgolf |
| 2 | Badminton | 26 | Motorsport |
| 3 | Basketbal | 27 | Mountainbiken |
| 4 | Biljart/poolbiljart/snooker | 28 | Paardensport |
| 5 | Bowling | 29 | Roeien |
| 6 | Bridge | 30 | Schaatsen |
| 7 | Dammen | 31 | Schaken |
| 8 | Danssport | 32 | Schietsport |
| 9 | Darts | 33 | Skeelers/skaten |
| 10 | Duiksport | 34 | Skiën/langlaufen/snowboarden |
| 11 | Fitness, individueel (binnen) | 35 | Squash |
| 12 | Fitness, in een groep zoals aerobics en zumba (binnen) | 36 | Tafeltennis |
| 13 | Fitness, buiten zoals bootcamp | 37 | Tennis |
| 14 | Golf | 38 | Vecht- en verdedigingssporten (excl. judo) |
| 15 | Gymnastiek/turnen | 39 | Voetbal |
| 16 | Handbal | 40 | Volleybal |
| 17 | Hardlopen/joggen | 41 | Wandelsport |
| 18 | Hockey | 42 | Waterpolo |
| 19 | Honkbal/softbal | 43 | Wielrennen/toerfietsen |
| 20 | Jeu de boules | 44 | Yoga (ook pilates en poweryoga) |
| 21 | Judo | 45 | Zeilen/surfen |
| 22 | Kano | 46 | Zwemsport (excl. waterpolo) |
| 23 | (Berg)klimsport | 47 | Andere sport, namelijk: ... |
| 24 | Korfbal | 48 | Geen sport |

Selectie: sporters

Hoeveel keer heeft u in de afgelopen twaalf maanden in totaal gesport?

Indien u het niet precies weet, geeft u dan een zo nauwkeurig mogelijke schatting.

_____ keer

Selectie: iedereen

Bent u lid van een sportvereniging?

- Lid
- Geen lid

De volgende vragen gaan nader in op de sport die u de afgelopen twaalf maanden het meest heeft beoefend.

Welke sport heeft u de afgelopen twaalf maanden het meest beoefend?

- Beoefende sporten (lijst 1e vraag)

Selectie: sporters (VTO)

Hoe beoefende u < meest beoefende sport > in de afgelopen 12 maanden?

- Alleen, ongeorganiseerd
- In groepsverband, georganiseerd door uzelf, familie, vrienden of kennissen
- Als lid van een sportvereniging
- Als abonnee, lid of cursist van een fitnesscentrum of commerciële sportaanbieder
- In het kader van bedrijfssport
- Via het sociaal-cultureel werk, sportbuurtwerk of welzijnswerk
- Via een zorginstelling of revalidatiecentrum
- Anders, namelijk: ...

Recreatief gebruik van de openbare ruimte

De volgende vragen gaan over sporten en bewegen in de openbare ruimte. Bij openbare ruimte kunt u denken aan een park, een bos, een strand, een meer maar ook een weg.

Selectie: iedereen

Welke activiteiten heeft u de afgelopen twaalf maanden in de openbare ruimte ondernomen?

Antwoordmogelijkheden: niet, incidenteel, maandelijks, wekelijks

- Recreatief wandelen
- Recreatief fietsen
- Hardlopen
- Wielrennen/ mountainbiken
- Zwemmen in open water zoals een recreatieplas
- Lichte beweegactiviteiten in een spelvorm zoals Pokémon GO en geocaching
- Intensieve beweegactiviteiten zoals buitenfitness/bootcamp, gebruik van een beweegtuin of toestellen (zoals bij Calisthenics)
- Sportieve activiteiten op bijvoorbeeld een trapveldje, basketbalveldje of skatepark
- Overige activiteiten

Selectie: weleens: a-h (per activiteit in een vraaggrid)

We willen graag enkele details over deze activiteiten weten.

- Waar begint u deze activiteit doorgaans? thuis, in de buurt, in de gemeente, buiten de eigen gemeente, buiten Nederland. *Meer antwoorden mogelijk indien van toepassing.*
- Hoelang duurt deze activiteit doorgaans? Tot een half uur, half uur tot een uur, 1-2 uur, 2 uur of meer. *Meer antwoorden mogelijk indien van toepassing.*
- Met hoeveel mensen onderneemt u deze activiteit doorgaans? Alleen, met 2-3 mensen, met meer mensen.
- Op welke momenten doet u deze activiteit doorgaans? mooi weer, overdag, 's avonds, vrije dag, vaste momenten, als het uitkomt, ander moment. *Meer antwoorden mogelijk indien van toepassing.*

Motieven en belemmeringen

De volgende vraag gaat over de rol van sport in uw leven. **Welk kenmerk past het beste bij uw (sportieve) leven tot nu toe?** Uw huidige sportdeelname is niet van belang, het gaat om de kenmerken die bij heel uw leven passen!

- Nooit gesport
- Vroeger wel gesport

- Wel aan sport gedaan maar niet doorlopend
- Altijd wat aan sport gedaan
- Altijd veel aan sport gedaan

Welke redenen zijn voor u belangrijk om te sporten en bewegen? Meer antwoorden mogelijk.

- Lichaamsbeweging/gezondheid
- Advies opvolgen van arts/fysiotherapeut
- Afslanken/uiterlijk
- Opbouw van conditie, kracht en/of lenigheid
- Competitie, meten met anderen
- Prestatie, jezelf verbeteren
- Leren nieuwe vaardigheden
- Leuke activiteit/plezier
- Uitlaatklep voor dagelijks leven/ontspanning
- Gezelligheid/sociale contacten
- Lekker buiten zijn
- Niet duur
- Anders
- Geen enkele, doe niet (zo veel) aan sport en bewegen

Welke belemmeringen ervaart u waardoor u minder sport en beweegt dan u zou willen? Meer antwoorden mogelijk.

- Tijdgebrek vanwege combinatie werk, studie of gezin
- Tijdgebrek vanwege andere activiteiten
- Beperkte motivatie/niet leuk om te doen
- Houd het niet zo lang vol
- Geen mensen om samen te sporten en bewegen
- Geen of beperkte voorzieningen, mogelijkheden in de buurt
- Lichamelijke belemmeringen
- Psychische problemen
- Mijn sociale vaardigheden zijn niet zo goed
- Bang om te vallen/angst voor blessures
- Sporten is te duur
- Veiligheid in /rondom sportaccommodaties
- Sportverenigingen zijn te prestatiegericht
- Het weer
- Sport/beweeg niet als het donker is
- Gevoel niet mee te kunnen komen
- Anders
- Geen enkele/ik sport/beweeg niet minder dan ik wil

Verenigingen, stoppen & sociale functie

Heeft u in de afgelopen drie jaar een lidmaatschap van een sportvereniging opgezegd? Zo ja, hoe lang is dat geleden?

- Nee, niet opgezegd/niet van toepassing
- Ja, tot een jaar geleden
- Ja, tot twee jaar geleden
- Ja, tot drie jaar geleden

Indien opgezegd:

Wat heeft u sindsdien gedaan?

- ik ben nu lid van een andere sportvereniging
- ik sport nu bij een sport-/fitnesscentrum
- ik sport nu op eigen gelegenheid
- ik sport momenteel weinig/niet
- Anders, namelijk _____

Lid van vereniging (3e vraag, vragenblok Sportdeelname):

Bij één van de eerste vragen gaf u aan dat u lid bent van een sportvereniging. Voor welke sport bent u lid? Als u lid bent van meer dan één sport, kies dan s.v.p. de sport die uw het meest beoefend.

- Antwoordlijst 1e vraag

De volgende vragen gaan over de meest beoefende verenigingssport.

Is de <... meest beoefende verenigingssport ...> vereniging een officiële vereniging? Een officiële vereniging kenmerkt zich onder andere door het uitbrengen van jaarverslagen en het houden van algemene ledenvergaderingen. Als u abonnee bent van bijvoorbeeld een fitnessclub dan is het vaak geen officiële vereniging.

- Ja
- Nee, een commerciële sportorganisatie
- Nee, meer een groep vrienden/kennissen die samen een informele club vormen

Hoe vaak gebeurt het dat als u gaat sporten bij de <... meest beoefende verenigingssport ...> vereniging:

Antwoordmogelijkheden: vrijwel altijd als ik daar sport, soms wel, soms niet, (bijna) nooit, niet van toepassing

- Samen met anderen naar de sportvoorziening rijdt
- U zich op de sportvoorziening omkleedt
- Na het sporten gaat douchen op de sportvoorziening
- Na het sporten wat blijft drinken in de kantine van de sportvoorziening
- Na het sporten naar een café in de buurt gaat

Hoe vaak neemt u bij de <... meest beoefende verenigingssport ...>vereniging deel aan:

Antwoordmogelijkheden: ieder jaar/seizoen, soms maar niet ieder jaar/seizoen, (vrijwel) nooit, niet van toepassing

- De algemene ledenvergadering (ALV)
- De clubkampioenschappen van uw vereniging
- De officiële competities

Hoe vaak neemt u bij de <... meest beoefende verenigingssport ...>vereniging deel aan:

Antwoordmogelijkheden: paar keer per week, wekelijks, paar keer per maand, maandelijks, paar keer per jaar, jaarlijks, minder dan eens per jaar, nooit, niet van toepassing

- Het spelen van recreatieve, onderlinge wedstrijden
- Het bezoek aan de sportvoorziening van uw vereniging maar niet om te sporten
- Het ontmoeten van verenigingsleden buiten de vereniging om
- Het bellen of mailen met leden van de vereniging
- Het bezoek aan de website van de vereniging
- Het lezen van het verenigingsblad
- Andere activiteiten buiten het sporten om

Wat waardeert u aan de <... meest beoefende verenigingssport ...>vereniging?

- Goede kleedruimten

- Goede douches
- Goede sportfaciliteiten (hal, veld, bad, baan etc.)
- Goede trainingen/instructies
- Sportmomenten komen mij goed uit
- Er zijn veel speelmogelijkheden
- Hebben sportieve ambitie
- Niveau past bij mij
- Is in de buurt
- Gezellig/ongedwongen
- Ken er veel mensen
- Niet zo duur
- Nog anders
- Geen van deze

Hoe bent u betrokken bij de <... meest beoefende verenigingssport ...>vereniging? Meer antwoorden mogelijk.

- Als incidentele vrijwilliger (helpt als het uitkomt, hulp bij transport, opbouw en opruimen)
- Als vaste vrijwilliger (bestuur, bar, training, coaching etc.)
- Als supporter van competitie spelers
- Als (regelmatige) sporter
- Neem deel aan activiteiten rond de club (feest, café/kantine bezoek etc.)
- Geen van deze

Voelt u zich betrokken bij de <... meest beoefende verenigingssport ...>vereniging?

- Nee, nauwelijks
- Enigszins
- Ja, tamelijk
- Ja, in sterke mate

Accommodaties

De volgende vragen gaan over sportaccommodaties.

Selectie sporter (1e vraag van vraagblok Sportdeelname):

Maakt u gebruik van een officiële sportaccommodatie voor uw sportbeoefening? Bij een officiële sportaccommodatie kunt u denken aan accommodaties zoals sportpark, sporthal, fitnesscentrum, atletiekbaan etc.

- Ja
- Nee (sla volgende 5 vragen over)

Van welke officiële accommodatie maakt u het meest gebruik? Eén antwoord mogelijk.

- Sporthal
- Gymzaal
- Fitnesscentrum
- Zwembad
- Voetbalveld
- Overige openlucht sportvoorziening (zoals tennis, hockey, atletiek)
- Andere voorzieningen (zoals manege, schaatsbaan, wildwaterbaan en skihal)

Met welk vervoermiddel gaat u meestal naar de meest gebruikte officiële sportaccommodatie? Eén antwoord mogelijk. Wanneer u meer dan één vervoermiddel gebruikt kiest u dan het vervoermiddel waarmee u de langste afstand overbrugt.

- Lopend
- Fiets
- Auto
- Openbaar vervoer
- Anders

Indien vorige vraag is auto:

Waarom maakt u voor het vervoer naar de meest gebruikte sportaccommodatie het meest gebruik van de auto? Meer antwoorden mogelijk.

- Geen goede openbaar vervoer verbinding
- Ik voel me niet veilig rondom de accommodatie
- Geen veilige fietsroute of wandelroute
- Te lang fietsen/wandelen
- Uit gemakzucht
- Anders, namelijk: ...

Ligt deze (meest gebruikte) sportaccommodatie bij u in uw buurt (in de wijk)?

- Ja
- Nee

Wat is de totale reistijd naar de meest gebruikte officiële sportaccommodatie (alleen heenreis)? Wij verzoeken u uw reistijd weer te geven in minuten.

... minuten (minimum 1 minuut, maximum 90 minuten)

Selectie iedereen, ook niet-sporters:

Hoe belangrijk vindt u het om dichtbij, in de buurt, te kunnen sporten en bewegen?

- Heel onbelangrijk
- Onbelangrijk
- Niet belangrijk, niet onbelangrijk
- Belangrijk
- Heel belangrijk
- Weet niet/geen mening

Bent u tevreden of ontevreden over de sport- en beweegmogelijkheden dichtbij, in de buurt?

- Zeer ontevreden
- Ontevreden
- Niet tevreden, niet ontevreden
- Tevreden
- Zeer tevreden
- Weet niet/geen mening

Selectie: als vorige vraag is antwoord 1, 2, 4 of 5:

Waarom bent u <... antwoord vorige vraag ...> over de sportmogelijkheden dichtbij, in de buurt?

.....

Zijn er sportmogelijkheden die u mist dichtbij, in de buurt? Dit kunnen ook sportmogelijkheden zijn waar u nu ver voor reist.

- Nee, geen behoefte aan sportmogelijkheden
- Nee, alle gewenste sportmogelijkheden zijn in de buurt
- Ja, mist dichtbij, in de buurt, wel bepaalde sportmogelijkheden, maar dat hoeft niet te veranderen
- Ja, mist dichtbij, in de buurt, daadwerkelijk bepaalde sportmogelijkheden, dit betreft: ...

Selectie als vorige vraag is antwoord 3 of 4

Is het missen van bepaalde sportmogelijkheden een reden dat u niet sport of minder sport dan u zou willen?

- Ja
- Misschien
- Nee

Hieronder volgt een aantal uitspraken over accommodaties. Geef per uitspraak aan in welke mate u het eens of oneens bent? Programmeren: uitspraken random aanbieden

Antwoordcategorieën: helemaal mee oneens, mee oneens, niet mee eens, niet mee oneens, mee eens, helemaal mee eens, weet niet/geen mening

- Ik ben bereid meer te reizen voor betere sportaccommodaties
- Sportaccommodaties zijn ver weg
- Ik kies een sportaccommodatie op basis van de kwaliteit
- Het aanbod van activiteiten door bijvoorbeeld een sportvereniging is voor mij belangrijker dan de kwaliteit van de accommodatie
- Sportvoorzieningen voldoen aan de eisen van deze tijd
- Sportvoorzieningen zijn slecht bereikbaar
- Sportvoorzieningen zijn voor mij niet nodig
- Ik vind dat de overheid zorg moet dragen voor goede sportvoorzieningen

Hoe tevreden bent u over <...aspecten...> de sportaccommodaties bij u in de omgeving?

Antwoordcategorieën: zeer tevreden, tevreden neutraal, ontevreden, zeer ontevreden, weet niet/geen antwoord

- de betaalbaarheid van
- de kwaliteit van
- het gevoel van veiligheid rond
- de verlichting rond
- de parkeermogelijkheden bij
- de toegankelijkheid voor mensen met een beperking in

Accommodaties als ontmoetingsplek

Bezoekt u wel eens een sportaccommodatie? Zo ja, waarom?

- Om te sporten
- Om naar (andere) sporters te kijken
- Om wat te drinken
- Voor de gezelligheid
- Om mensen te ontmoeten
- Voor evenementen (feesten, samen sport op televisie kijken, sportdagen)
- Geen van deze/bezoek nooit

Indien wel eens bezoekt, maar niet om te sporten:

Kiest u dan een specifieke sportaccommodatie uit? Kunt u uw antwoord toelichten?

.....

Maatregelen gemeenten om mensen meer te laten sporten en bewegen

Zijn er bepaalde omstandigheden die het minder aantrekkelijk maken om te sporten en bewegen bij u in de buurt? *Meer antwoorden mogelijk.*

- Geen goede wandel-/fietspaden (ook voor bijvoorbeeld kinderwagens, rolstoelen)
- Geen trapveldjes en speelplekken aanwezig
- De voorzieningen voor sport en bewegen zijn slecht onderhouden
- De voorzieningen voor sport en bewegen zijn vaak bezet door een bepaalde groep (bijv. kinderen)
- Het is niet veilig in mijn buurt
- Er worden geen leuke activiteiten om te sporten en bewegen georganiseerd
- Veel sporten zijn niet in de buurt of de wijk mogelijk
- Anders, namelijk: ...
- Geen van deze

Vindt u dat er voldoende aantrekkelijke mogelijkheden in uw buurt zijn om te sporten en bewegen in de openbare ruimte?

- Ja
- Nee

Vindt u dat er voldoende aantrekkelijke mogelijkheden in uw gemeente zijn om te sporten en bewegen in de openbare ruimte?

- Ja
- Nee

Wat kan uw gemeente volgens u doen om sporten en bewegen in de openbare ruimte te bevorderen?

Meer antwoorden mogelijk.

- Infrastructuur verbeteren (kwaliteit wegdek/pad)
- Verlichting verbeteren
- Meer/betere rustplekken
- Ommetjes/routes aanleggen
- Meer/betere speelplekken (jeugd)
- Toestellen plaatsen (bijv. voor buitenfitness, bootcamp)
- Toegankelijkheid groen/parken verbeteren
- Aanbod georganiseerde activiteiten vergroten
- Communicatie over mogelijkheden openbare ruimte verbeteren
- Anders, namelijk: ...
- Geen enkele/is niet nodig

Behoeften voor sport en bewegen

Indien mensen niet sporten (1e vraag) en niet bewegen (vragenblok Recreatief gebruik openbare ruimte, 'Niet' wandelen en fietsen) dan voor a-l Weet niet toevoegen.

De volgende vragen gaan over uw ideale manier om te sporten en te bewegen. Ook als u op dit moment niet of weinig aan sport of bewegen doet, zijn we benieuwd wat uw voorkeuren zijn. Kies steeds het best passende antwoord. U kunt steeds maar één antwoord geven.

Op welke momenten wilt u bij voorkeur sporten of bewegen?

- Af en toe, als het uitkomt, zonder verplichting

- Als het weer het toelaat
- In een specifiek seizoen (zoals zomer of winter)
- Regelmatig (maandelijks, wekelijks, dagelijks)
- Aansluitend op mijn werk
- Als de kinderen op school/opvang zitten
- Op een specifiek tijdstip

Wat zijn voor u (mogelijke) redenen om te (gaan) sporten en bewegen? Meer antwoorden mogelijk.

- Moet leuk/plezierig zijn
- contacten op doen/gezelligheid
- afvallen/sterker worden
- presteren/aan wedstrijden mee doen
- serieus sporten/bewegen maar geen wedstrijden
- gezonder/fitter worden/blijven
- sporten/bewegen als uitlaatklep/vergeten dagelijkse zorgen
- Wil iets nieuws leren
- Ik zie geen enkele reden

Hoe informeert u zich als u zou willen gaan sporten of bewegen? Meer antwoorden mogelijk.

- Kijken op internet
- Vragen aan bekenden
- Vragen bij huisarts/fysiotherapeut/zorgverlener
- Foldertje
- Anders

indien beperking of chronische aandoening (vraag uit blok Achtergrondvragen)

Heeft u behoefte aan bepaalde aanpassingen om te sporten of bewegen? Meer antwoorden mogelijk.

- Geen aanpassingen nodig
- Een begeleider die mijn (on) mogelijkheden kent (o.a. vanwege beperking/aandoening)
- De toegankelijkheid van de sportvoorziening
- Aanpassing accommodatie (o.a. doucheruimten/sporthulpmiddelen, accommodatie zelf)
- Aangepaste groepsgrootte
- Speciaal vervoer (o.a. vanwege beperking/aandoening)
- Hulp bij aan- en uitkleden/douchen
- Sporten met andere mensen met een beperking/aandoening
- Niet alleen met mensen met een beperking/aandoening sporten
- Wil vooral met mensen zonder beperking/aandoening sporten

Achtergrondvragen

Wat is uw geslacht?

- Man
- Vrouw

Wat is uw leeftijd?

.....

Wat is uw hoogst voltooide opleidingsniveau?

- Geen onderwijs/basisonderwijs
- LBO, VBO, VMBO
- MAVO, HAVO, VWO, ULO, MULO

- HAVO, WO, HBS, MMS
- MBO
- HBO
- WO

Wat is uw woonsituatie?

- Woon alleen
- Woon samen met partner en kind(eren)
- Woon samen met partner zonderen (thuiswonende) kinderen
- Woon bij mijn ouders in huis
- Overig

Wat is het postcodenummer van uw woonadres?

- 1700
- 1701
- 1702
- 1703
- 1704
- 1705
- 1706
- Andere postcode

De volgende vragen gaan over beperkingen of chronische aandoeningen. Bij een beperking moet u denken aan lichamelijke beperkingen, een beperking aan het gehoor of aan de ogen of een verstandelijke beperking. Bij een chronische aandoening moet u denken aan bijvoorbeeld hart- en vaatziekten, diabetes, reuma, rugaandoeningen enzovoorts.

Heeft u een beperking of chronische aandoening? Denk daarbij zowel aan lichamelijke als psychische beperkingen.

- Ja
- Nee

Selectie, heeft een beperking of chronische aandoening:

Om wat voor beperking of aandoening gaat het? Meer antwoorden mogelijk.

- Een lichamelijke of motorische beperking
- Een auditieve beperking, zoals doofheid of slechthorendheid
- Een visuele beperking, zoals blindheid of slechtziendheid
- Een psychische aandoening
- Een chronische aandoening, zoals hart- en vaatziekten, diabetes of reuma
- Wil ik niet zeggen



Mulier Instituut | Sportonderzoek voor beleid en samenleving
Herculesplein 269 | 3584 AA Utrecht | Postbus 85445 | 3508 AK Utrecht
T +31 (0)30 721 02 20 | info@mulierinstituut.nl | www.mulierinstituut.nl