

COVID-19

Thuiswerken: ontwikkeling met kansen voor de sport

Tekst: **Malou Grubben, Sara Wiertsema en Remco Hoekman**

Tijdens de coronapandemie gold het advies van de overheid om zoveel mogelijk thuis te werken voor mensen in niet-essentiële beroepen. Uit onderzoek van het Centraal Planbureau blijkt dat het gemiddelde aantal wekelijkse thuiswerkuren tijdens de coronapandemie van vier naar dertien uur is gestegen [1]. In hetzelfde onderzoek wordt gesteld dat werknemers na de coronapandemie meer thuis zullen werken dan ervoor. Die ontwikkeling biedt mogelijkheden als het gaat om sportdeelname. In dit artikel brengen we in beeld in hoeverre de sportdeelname van thuiswerkers en niet-thuiswerkers verschilde tijdens de coronaperiode (maart t/m mei 2021). We richten ons hierbij specifiek op individuele sportdeelname en sportdeelname in de openbare ruimte en thuis, en we sluiten af met enkele beleidsaanbevelingen.

volgorde van taken, wanneer ze pauze houden en de start- en eindtijden van werk. Zij kunnen bijvoorbeeld besluiten vóór het werken een rondje hard te lopen en wat later te starten. Wij verwachten daarom een hogere sportdeelname onder thuiswerkers ten opzichte van niet-thuiswerkers. Dit zal dan voornamelijk gelden voor individuele sportdeelname en sportdeelname thuis en in de openbare ruimte.

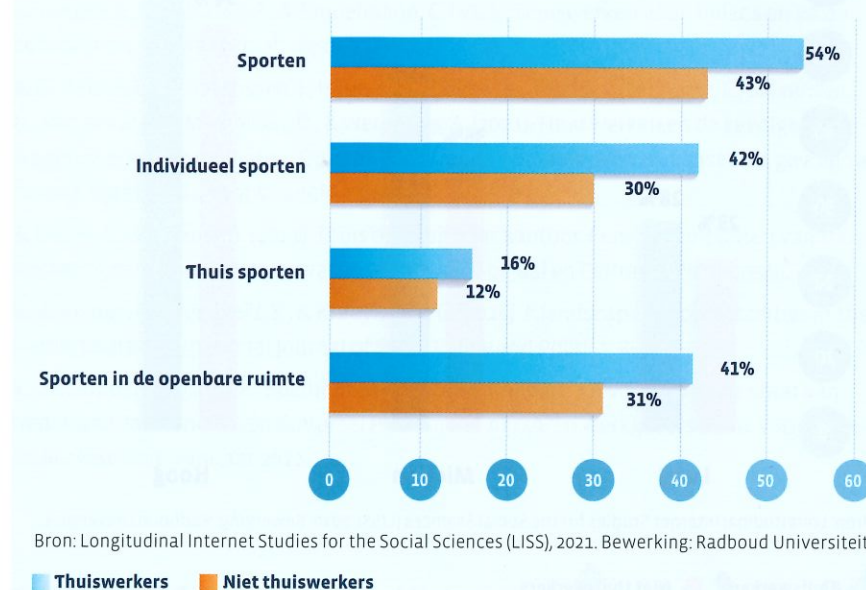
Onze resultaten bevestigen deze veronderstellingen. In figuur 1 is te zien dat thuiswerkers vaker deelnemen aan sport dan niet-thuiswerkers. Van de thuiswerkers neemt meer dan de helft deel aan sport, terwijl dit voor ongeveer vier op de tien niet-thuiswerkers geldt. De relatief hoge sportdeelname van thuiswerkers is inderdaad voornamelijk terug te zien in vormen van sport die nog mogelijk waren tijdens de coronapandemie: thuiswerkers sporten relatief vaak individueel, thuis en in de openbare ruimte vergeleken met niet-thuiswerkers (figuur 1).

Aanbevolen wordt om de aandacht te richten op achterstandswijken bij het stimuleren van sport in de openbare ruimte

Thuiswerken biedt mogelijkheden

De coronamaatregelen zetten mensen veelal aan om op zoek te gaan naar alternatieve manieren om te sporten. Deelnemen aan teamsporten binnen sportverenigingen of bij sportaccommodaties kon niet meer; de sportmogelijkheden waren gelimiteerd tot individueel thuis of in de openbare ruimte sporten. Thuiswerken heeft het zoeken naar alternatieve manieren van sporten allicht vergemakkelijkt, doordat thuiswerkenden meer tijd, flexibiliteit en autonomie hebben. Zo hoeven ze niet te reizen naar en van werk – het aantal uren dat aan forenzen werd besteed tijdens de coronapandemie was fors lager dan ervoor [2]. Bovendien blijkt dat mensen die thuiswerken meer flexibiliteit en autonomie ervaren dan mensen die niet thuiswerken [3]. Thuiswerken geeft werknemers meer zeggenschap over de

Figuur 1. Sportdeelname Nederlandse bevolking van 18 jaar en ouder, naar thuiswerken (in procenten, n=1.506)



Hoogopgeleiden profiteren meer van thuiswerken

We hebben ook gekeken in hoeverre iedereen in dezelfde mate profiteert van thuiswerken als het gaat om sportgedrag. We hebben hierbij gefocust op verschillen in opleidingsniveau en financiële situatie. Het blijkt dat hoogopgeleiden de meeste baat hebben bij thuiswerken als het gaat om sportdeelname (figuur 2).

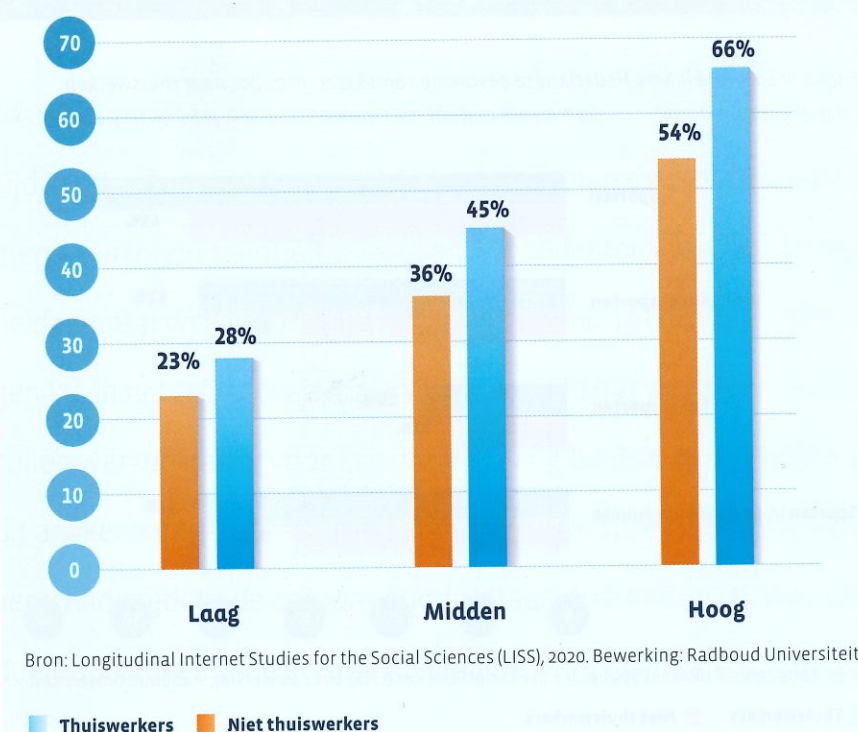
Het percentage sporters is onder hoogopgeleide thuiswerkers 12 procentpunten hoger dan onder hoogopgeleide niet-thuiswerkers. Onder laagopgeleiden is dit verschil een stuk kleiner: het percentage thuiswerkers dat sport is slechts 5 procent-

punten hoger dan het percentage sportende niet-thuiswerkers.

Dit lijkt een verschil tussen hoger en lager opgeleide thuiswerkers in autonomie en flexibiliteit te benadrukken, aangezien lager opgeleide thuiswerkers vaak minder autonomie en flexibiliteit ervaren. Denk bijvoorbeeld aan callcenterwerk vanuit huis met strakke tijdsschema's en intensieve monitoring. Bovendien kunnen verschillen in de fysieke woonomgeving verklaren waarom laagopgeleiden minder profiteren van thuiswerken als het gaat om sportdeelname.

Onderzoek heeft aangetoond dat mensen uit lage sociaaleconomische milieus

Figuur 2. Sportdeelname Nederlandse bevolking 18 jaar en ouder, naar thuiswerken en opleidingsniveau (in procenten, n=1.506)



Thuiswerkers blijken relatief vaak in de openbare ruimte te sporten. Dit vraagt om meer aandacht voor een beweegvriendelijke omgeving en beweegmogelijkheden in de buitenruimte

relatief vaak wonen in minder beweegvriendelijke buurten en buurten met een minder gevarieerd aanbod van sportfaciliteiten [4].

Toch zien we dat laagopgeleiden en mensen met financiële problemen wel relatief veel baat kunnen hebben bij thuiswerken als het gaat om bepaalde sportcontexten. Zo blijkt dat laagopgeleiden vergeleken met hoogopgeleiden naar verhouding meer profiteren van thuiswerken als het gaat om thuis sporten en individueel sporten (niet in figuur). Mensen met financiële problemen hebben relatief veel voordeel van thuiswerken als het gaat om sporten in de openbare ruimte (figuur 3).

Conclusie en toepassingen

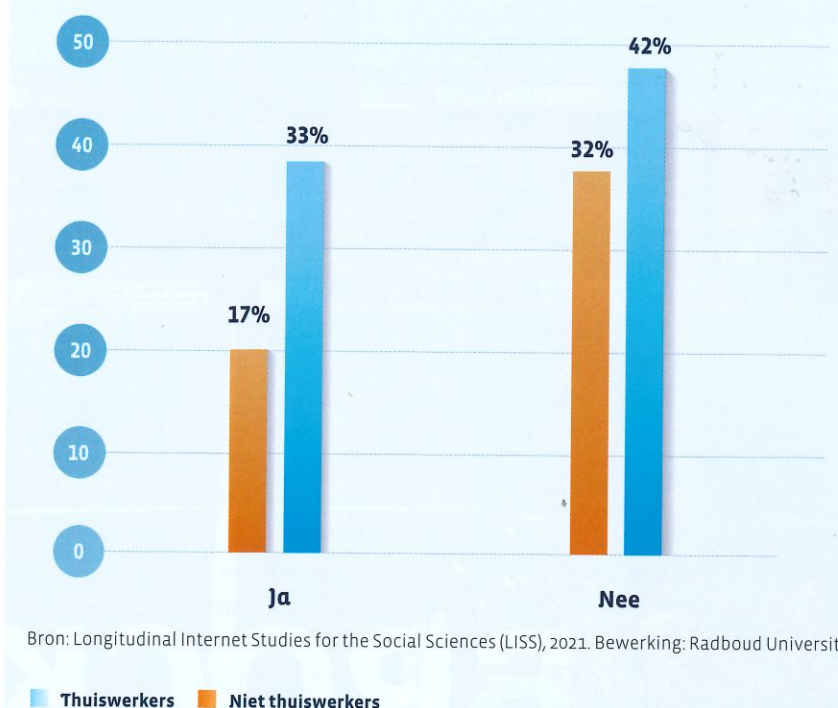
Al met al toont ons onderzoek aan dat de nieuwe ontwikkeling omtrent thuiswerken diverse kansen biedt om een grote groep in de samenleving te bereiken met sportstimuleringsbeleid. Sporten was tijdens de coronapandemie makkelijker voor thuiswerkers dan voor niet-thuiswerkers. Dat biedt mogelijkheden en nieuwe inzichten voor sportstimuleringsbeleid.

Thuiswerkers blijken relatief vaak in de openbare ruimte te sporten. Dit vraagt om meer aandacht voor een beweegvriendelijke omgeving en beweegmogelijkheden in de buitenruimte. Naast de omgeving beweegvriendelijker maken kan ook gedacht worden aan het openstellen van sportparken, zoals een atletiekbaan, zodat deze individueel benut kunnen worden gedurende de dag.

Verder wordt aanbevolen de aandacht te richten op achterstandswijken bij het stimuleren van sport in de openbare ruimte. Thuiswerkers in dergelijke wijken kunnen veel profijt hebben van een beweegvriendelijke woonomgeving. Temeer omdat de mogelijkheden om thuis te sporten voor hen beperkter zijn vanwege de kleinere huizen en het grotendeels ontbreken van tuinen [5], en de sportdeelname daar relatief laag is. Op deze manier kan iedereen de kansen benutten die het thuiswerken biedt.

Neem voor meer informatie over het onderzoeksprogramma contact op met Remco Hoekman (remco.hoekman@ru.nl)

Figuur 3. Sportdeelname in de openbare ruimte, Nederlandse bevolking 18 jaar en ouder, naar thuiswerken en financiële situatie (in procenten, n=1.506)



Referenties

1. Jongen, E., Verstraten, P., & Zimpelmann, C. (2021). Thuiswerken vóór, tijdens en ná de coronacrisis. Centraal Planbureau.
2. Buitelaar, E., Bastiaanssen, J., Hilbers, H., 't Hoen, M., Husby, T., Lennartz, C., Slijkerman, N., Van der Staak, M., Snellen, D., & Weterings, A. (2021). Thuiswerken en de gevolgen voor wonen, werken en mobiliteit. Op zoek naar trends, trendbreuken en kansen als gevolg van corona. Planbureau voor de Leefomgeving.
3. Josten, E., & Merens, A. (2021). Thuis of terug naar kantoor. Plus- en minpunten van thuiswerken voor het welbevinden van werknemers. Sociaal en Cultureel Planbureau.
4. Hoekman, R., Breedveld, K., & Kraaykamp, G. (2016). A landscape of sport facilities in the Netherlands. International Journal of Sport Policy and Politics, 8(2), 305-320.
5. Den Ridder, J., Josten, E., Boelhouwer, J., & Van Campen, C. (2020). De sociale staat van Nederland 2020. Sociaal en Cultureel Planbureau. n=149) en werkgevers (i.s.m. VSG, n=106), Mulier Instituut, voorjaar 2021.