

Gezond en actief in Zuid-Holland

Rapportage onderzoek sport, bewegen en leefstijl 2013

14.0028/TC/LH/Q00 S02 13



Colofon

Stichting Sportservice Zuid-Holland
Arckelweg 30
2685 SN Poeldijk

Postbus 70
2685 ZH Poeldijk

T 0174 24 49 40
F 0174 28 11 47

info@sportzh.nl
www.sportzh.nl

K.v.K. 41150942
IBAN NL82RABO0105212830
BTW NR. NL 0028.772.59B01

Gezond en actief in Zuid-Holland

Rapportage onderzoek sport, bewegen en leefstijl 2013

14.0028/TC/LH/Q00 S02 13

Inhoudsopgave

Colofon	2
Samenvatting	3
Inleiding	4
Bezuinigingen	4
Sport- en beweegdeelname	5
Methode	6
Onderzoeksprocedure	6
Steekproef	6
Digitale enquête	6
Vragenlijst	6
Definities	7
Analyse	8
Onderzoekspopulatie	8
Weging	10
Resultaten	11
Nederlandse Norm Gezond Bewegen	11
Sportdeelname	15
Sportdeelname minimaal 1x per week	18
Organisatorisch verband sportbeoefening	21
Populaire sporten	24
Bereidheid om meer te bewegen	26
Roken en alcohol	28
BMI	30
Motivatie van sporters	32
Motivatie om niet te sporten	33
Voorkeur nieuwe beweegactiviteiten	34
Geen enkele interesse in beweegactiviteiten	35
Bekendheid 30 minuten bewegen	37
Conclusies en discussie	38
Beweegdeelname	38
Sportdeelname	38
Leefstijl	39
Motivatie om (niet) te sporten	39
Aanbevelingen	40
Literatuurlijst	42
Bijlage 1. Deelnemende gemeenten	43
Bijlage 2. Vragenlijsten	44

Samenvatting

Het verhogen van de sportdeelname en beweegdeelname zijn de belangrijkste doelen van het landelijk sportbeleid. Ook lokaal zijn de pijlen gericht op het verhogen van de beweegdeelname en sportdeelname. De afgelopen jaren zijn met het instellen van de combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches veel investeringen gedaan om dagelijkse beweegmomenten te creëren. Met de bezuinigingen komen investeringen in sport en bewegen wel onder druk te staan. Tarieven voor accommodaties worden verhoogd en subsidies worden ingeperkt. Het doel van dit onderzoek is om Zuid-Hollandse gemeenten handvatten te geven voor het bevorderen van de sport- en beweegdeelname. De centrale onderzoeksvraag is:

Wat is de beweegdeelname van de bewoners van de provincie Zuid-Holland?

Deelvragen die we beantwoorden zijn:

- Hoeveel procent van de Zuid-Hollanders voldoet aan de RSO-norm en hoeveel procent sport regelmatig (minimaal 40 keer per jaar)?
- Hoeveel procent van de Zuid-Hollanders heeft overgewicht?
- Welk deel van de Zuid-Hollanders is te activeren tot meer sportdeelname?
- Welke sporten kunnen de grootste bijdrage leveren aan het bevorderen van de sportdeelname in Zuid-Holland?

In dit onderzoek hebben we gebruik gemaakt van een digitale vragenlijst. Deze vragenlijst is ingevuld door 8073 inwoners van 20 gemeenten. Zes gemeenten hebben cijfers over sport en bewegen aangeleverd.

Uit de resultaten van het onderzoek blijkt dat 47% van de Zuid-Hollanders voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. 39% voldoet aan de Fitnorm en 63% voldoet aan de Combinorm. Zuid-Hollanders bewegen minder dan gemiddeld (landelijk: 58%). De sportdeelname van de Zuid-Hollander ligt met 75% boven het landelijk percentage van 67%. De sportdeelname neemt af met de leeftijd. Vrouwen sporten minder vaak dan mannen en niet-Westerse allochtonen sporten minder dan autochtonen en Westerse allochtonen. Van de Zuid-Hollanders heeft 29% overgewicht. 10% heeft obesitas. Deze cijfers komen overeen met de landelijke cijfers. Het percentage overgewicht neemt toe met de leeftijd. 31% van de niet sporters heeft geen enkele interesse om te sporten en te bewegen. Dit is 8% van de totale populatie. 42% van de inwoners van Zuid-Holland wil het komende jaar meer bewegen. Ook doelgroepen die minder dan gemiddeld aan sport doen, zoals 18-34 jarigen en 35-44 jarigen, allochtonen, gezinnen met kinderen, mensen met een visuele handicap, werklozen en personen met overgewicht/obesitas, willen vaker sporten of bewegen.

Het verhogen van de beweegdeelname is erg belangrijk in Zuid-Holland. Het creëren van meer dagelijkse beweegmomenten leidt ertoe dat meer inwoners gaan voldoen aan de NNGB. Gemeenten kunnen bijdragen aan het voldoen aan de NNGB door: Een samenhangende aanpak van sport en gezondheid en door de buurtsportcoaches en combinatiefunctionarissen in te zetten voor deze dagelijkse beweegmomenten. Ook scholen en werkgevers kunnen hun verantwoordelijkheid pakken door dagelijks bewegen makkelijker te maken. Voor specifieke doelgroepen, zoals mensen met een handicap en mensen met overgewicht is een aparte aanpak nodig. De inzet van sportstimulering moet daarbij gericht zijn op de 42% die meer wil bewegen, niet op de doelgroep die niet wil.

De belangrijkste sporten die een bijdrage kunnen leveren aan het verhogen van sportparticipatie en beweegdeelname zijn: fitness conditie, zwemmen en wandelen. Publiek-private samenwerking is daarbij kansrijk, omdat het sporten zijn die commercieel te exploiteren zijn.

Inleiding

De wereld van de sport is volop in beweging. NOC*NSF heeft met de sportbonden de Sportagenda 2013-2016 vastgesteld en de landelijke overheid heeft vorig jaar haar nieuwe beleidsnota gelanceerd. Het kabinet heeft hierbij gekozen voor een programma Sport en bewegen in de buurt (Ministerie van VWS, 2012). Sport en bewegen in de buurt heeft als doel om de sportdeelname van de Nederlandse bevolking te verhogen. Dit programma bestaat uit twee hoofdpijlers:

1. De sportimpuls
2. Buurtsportcoaches

Beide pijlers zijn erop gericht de sportdeelname te verhogen. Binnen de lokale overheid vormt het programma Sport en bewegen in de buurt ook een van de belangrijkste uitgangspunten voor de komende jaren. Het biedt gemeenten de mogelijkheid concreet in te spelen op de meest kansrijke doelgroepen om sportdeelname te bevorderen. Door dichtbij laagdrempelig sportaanbod te realiseren, kunnen moeilijk bereikbare doelgroepen toch in beweging komen en vervolgens hun weg vinden binnen het reguliere aanbod van sportverenigingen, commerciële sportaanbieders en andere partijen op het gebied van sport en bewegen.

Van belang om de effectiviteit van sport en bewegen in de buurt te toetsen is een nulmeting. Slechts weinig gemeenten hebben recent een sportdeelname onderzoek uitgevoerd. Om beleidskeuzes te maken is een sportdeelname onderzoek relevant.

Bezuinigingen

Een tweede argument voor het uitvoeren van een sportdeelname onderzoek vormen de bezuinigingen waar elke gemeente mee te maken heeft. Bij het aantreden van het kabinet in 2012 is een eerste pakket maatregelen geformuleerd. Uit analyses van het Centraal Planbureau (2012) blijken extra bezuinigingen noodzakelijk om het begrotingstekort op maximaal 3% te houden zoals vereist door de Europese Unie. Deze bezuinigingen zijn niet te realiseren door alleen te bezuinigen op rijksuitgaven, ook gemeenten zullen gekort worden en gedwongen worden om extra te bezuinigen. Deze bezuinigingen komen bovenop de bezuinigingen die de afgelopen jaren al hebben plaatsgevonden. Ook de sport zal hier last van krijgen en te maken krijgen met bezuinigingen en/of prijsverhogingen.

Uit onderzoek van COELO (2013) blijkt het de burger op het gebied van sportvelden en sportaccommodaties liever ziet dat een gemeente bezuinigt (62%), dan de lasten verzwaaft om de voorzieningen op peil te houden (38%). Deze ontwikkeling is ook te zien in de recessiepeiling 2013 (Mulier Instituut, 2013-1). 68% van de gemeenten geeft aan in de collegeperiode 2010-2014 te hebben bezuinigd op sport. Gemeenten bezuinigen voornamelijk op accommodaties (door het verhogen van de tarieven) en op subsidies aan verenigingen (deze worden verlaagd of afgeschaft).

70% van de gemeenten verwacht ook in de komende collegeperiode te moeten bezuinigen op sport. De belangrijkste post om op te bezuinigen zijn de sportaccommodaties. Gemeenten verhogen de tarieven, stellen nieuwbouw uit en besparen op onderhoud en renovatie (Mulier Instituut, 2013-1). Ook korten de gemeenten op subsidies. De analyse van exploitatie en beheer van buitensportaccommodaties (Mulier Instituut, 2013-2) laat zien dat ook het beheer en onderhoud van buitensportaccommodaties onder druk komt te staan. Gemeenten zijn voornemens om meer verantwoordelijkheden over te hevelen naar sportverenigingen, waaronder de verantwoordelijkheid voor het onderhouden van de accommodatie. Dat betekent dat hiervoor een beroep moet worden gedaan op de organisatiekracht van de sportvereniging en een grotere druk komt te liggen op de aanwezige vrijwilligers.

Door de bezuinigingen zal sporten in de komende vijf jaar duurder worden voor de burger. Gemeenten willen wel sport voor iedereen toegankelijk houden. Daarom investeren ze meer in regelingen voor mensen met een minimuminkomen, zoals het Jeugdsportfonds. Ook in Zuid-Holland is deze trend zichtbaar, met Capelle aan den IJssel, Pijnacker-Nootdorp, Delft, Lansingerland en Nieuwkoop die in 2014 aansluiten bij het Jeugdsportfonds (Sportservice Zuid-Holland, 2013)

Bovenstaande ontwikkelingen geven het belang van een goede nulmeting voor de sportdeelname aan. Met een sportdeelname onderzoek zijn gemeenten in staat om hun middelen gericht in te zetten. Daarnaast kunnen de consequenties van de bezuinigingen in beeld gebracht worden.

De provincie Zuid-Holland heeft ervoor gekozen om zich op haar kerntaken te richten. Hoewel de provincie Zuid-Holland ervoor heeft gekozen vanaf 2014 geen beleid te voeren op het gebied van sport, ziet zij wel het belang van monitoring voor gemeenten of samenwerkende gemeenten. In overleg met provincie Zuid-Holland is daarom besloten om een deel van de boekjaarsubsidie 2013 van Sportservice Zuid-Holland in te zetten voor een provinciaal sportdeelname onderzoek.

Sport- en beweegdeelname

Op landelijk niveau zijn er cijfers beschikbaar over sport- en beweeggedrag. Uit onderzoek van TNO (2012) blijkt dat 66% van de Nederlanders is te definiëren als sporter. Een jaar eerder lag dit op 64% (TNO, 2011). Er is een duidelijk verband tussen leeftijd en sportdeelname. Tot 12 jaar neemt de sportdeelname toe tot bijna negentig procent. Daarna neemt de sportdeelname weer snel af, tot net boven de vijftig procent voor de 65-plussers. Bij de jeugdigen (4-17-jarigen) voldoet minder dan de helft (45%) aan de beweegnorm. Bij volwassenen voldoet ongeveer twee derde (67%) aan de beweegnormen en ruim de helft van de ouderen (55%) voldoet aan de norm. De toename in bewegen die tussen 2000 en 2006 was waar te nemen, lijkt tot stilstand te komen. Tegelijk is er een toename in het aantal uren dat zittend wordt doorgebracht (TNO, 2012).

Sportaanbieders maken op dit moment een moeilijke tijd door, enerzijds is er een eigen groeiambitie. Anderzijds staan vrijwilligers steeds meer onder druk en worden er vanuit de overheid extra taken bij clubs neergelegd. Ook financieel staat de vereniging onder druk, tarieven voor accommodaties worden verhoogd en subsidies ingeperkt. Uit de Sportersmonitor (NOC*NSF, 2012) blijkt dat er een verband is tussen Sociaal Economische Status (SES) en de sportdeelname bij een sportvereniging. Mensen met een Lage SES zijn minder vaak lid van een sportclub dan mensen met een hoge SES. Uit de Sportersmonitor (NOC*NSF, 2012) blijkt eveneens dat in Nederland zo'n 1,2 miljoen personen relatief makkelijk te motiveren zijn om meer te sporten / bewegen.

Het doel van dit onderzoek sport, bewegen en leefstijl is om de Zuid-Hollandse gemeenten handvatten te geven voor het bevorderen van de beweeg- en sportdeelname door hun aanpak voor sport en bewegen in de buurt te optimaliseren. Daarnaast kan het onderzoek gezien worden als nulmeting voor gemeenten die in de collegeperiode 2014-2018 nieuw beleid gaan ontwikkelen of bezuinigingen moeten doorvoeren. De vraagstelling die daarvoor in dit onderzoek wordt beantwoord is:

Wat is de beweegdeelname van de bewoners van de provincie Zuid-Holland?

De belangrijkste deelvragen die zullen worden beantwoord zijn:

- Hoeveel procent van de Zuid-Hollanders voldoen aan de RSO-norm en hoeveel procent sport regelmatig (minimaal 40 keer per jaar)?
- Hoeveel procent van de Zuid-Hollanders heeft overgewicht?
- Welk deel van de Zuid-Hollanders is te activeren tot meer sportdeelname?
- Welke sporten kunnen de grootste bijdrage leveren aan het bevorderen van de sportdeelname in Zuid-Holland?

Methode

Onderzoeksprocedure

Alle gemeenten in Zuid-Holland zijn door Sportservice Zuid-Holland benaderd om in de periode september tot en met december mee te werken aan een grootschalig sportdeelname onderzoek.

Deelnemende gemeenten

20 van de 69 gemeenten heeft ervoor gekozen om deel te nemen aan het onderzoek. Daarnaast hebben nog 6 gemeenten de resultaten aangeleverd van hun sportdeelname onderzoek dat recentelijk is uitgevoerd. In bijlage 1 staat het complete overzicht van gemeenten die hebben deelgenomen en de gemeenten die data hebben aangeleverd.

Steekproef

De participerende gemeenten hebben een willekeurige selectie gemaakt uit het adresbestand van de gemeente en vervolgens een uitnodigingsbrief tot deelname aan het sportdeelname onderzoek naar de geselecteerde inwoners verstuurd. Voor bepalen van het aantal te verzenden brieven, is uitgegaan van een betrouwbaarheidsinterval van 95% en een foutmarge van 5%.

De respons op de brief is ingeschat op 15%. Dit betekent dat per gemeente ongeveer 2500 brieven verstuurd moesten worden. Gemeenten konden ervoor kiezen om op wijkniveau resultaten te laten uitwerken. Het aantal brieven moest daarvoor echter verhoogd worden, om de betrouwbaarheid van het onderzoek te garanderen.

Digitale enquête

De inwoners kregen van hun gemeente een brief met het verzoek deel te nemen aan het sportdeelname onderzoek. In deze brief stond een website (www.beweegonderzoekgemeentenaam.nl) vermeld om de vragenlijst digitaal in te vullen. Eventueel konden gemeenten ook een papieren versie van de vragenlijst ter beschikking stellen. De bewoners kregen 4 weken om de vragenlijst via het internet in te vullen. Een aantal gemeenten heeft ervoor gekozen na twee weken een herinneringsbrief te sturen, om de respons te verhogen.

Vragenlijst

Voor het onderzoek is onder andere gebruik gemaakt van de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO), een gestandaardiseerde vragenlijst om de frequentie van sporten, sporttak, sportvorm, organisatievorm en accommodatie benutting van een populatie te meten. Hieraan zijn vragen toegevoegd over bewegen en leefstijl. Om de vergelijkbaarheid met andere enquêtes te optimaliseren is hiervoor gebruik gemaakt van vragen van het Mulier Instituut. Naast de vaste vragenlijst, konden gemeenten naar keuze modules toevoegen. Deze modules waren:

- Niet-sporten
- Accommodaties
- Veilig sportklimaat
- Communicatie
- Olympische Gedachte

In bijlage 2 staan de standaardvragenlijst en de optionele modules. Gemeenten konden ook naar keuze eigen, specifieke vragen toevoegen.

Definities

Sporter

De definitie van een sporter die binnen dit onderzoek is gehanteerd, is onderstaande definitie van de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO):

‘Een sporter is iemand die een activiteit verricht met een zekere frequentie, veelal in een specifiek organisatorisch verband en doorgaans met gebruikmaking van een – al dan niet in zijn eigen woonplaats gesitueerde- ruimtelijke voorziening en/of omgeving, op een wijze die is gerelateerd aan voorschriften en gebruiken die in internationaal verband ten behoeve van prestaties met een competitie- of wedstrijdelement in de betreffende activiteiten of verwante activiteiten tot ontwikkeling zijn gekomen’ (Hoyng et al., 2003). Iemand wordt als sporter gezien wanneer hij/zij in de afgelopen twaalf maanden ten minste twaalf keer aan sport heeft gedaan.

Beweeggedrag

Onder beweeggedrag worden activiteiten in de vrije tijd, tijdens werk of op school als wandelen, fietsen, tuinieren of huishoudelijk werk, verstaan. Beweeggedrag kan gemeten worden aan de hand van drie normen; de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB); de Fitnorm en de Combinorm.

Nederlandse Norm Gezond Bewegen

Leeftijdscategorie	Nederlandse Norm Gezond Bewegen (Kemper, Ooijendijk & Stiggelbout, 2000).
Jongeren (jonger dan 18 jaar)	Dagelijks één uur tenminste matig intensieve lichamelijke activiteit (≥ 5 MET [†]), waarbij de activiteiten minimaal twee maal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid (kracht, lenigheid en coördinatie). Matig intensieve activiteit betekent voor jongeren bijvoorbeeld aerobics, skateboarden en hardlopen (8 km/uur).
Volwassenen (18-55 jaar)	Tenminste een half uur tenminste matig intensieve lichamelijke activiteit (≥ 4 MET) op minimaal 5 dagen per week. Matig intensieve activiteit betekent voor volwassenen bijvoorbeeld stevig wandelen (5 km/uur) en fietsen (16 km/uur).
Ouderen (ouder dan 55 jaar)	Tenminste een half uur minimaal matig intensieve lichamelijke activiteit (≥ 3 MET) op minimaal 5 dagen per week. Voor niet-actieven, zonder of met beperkingen, is elke extra hoeveelheid lichaamsbeweging zinvol onafhankelijk van intensiteit, duur, frequentie en type activiteit. Matig intensieve activiteit betekent voor 55-plussers bijvoorbeeld wandelen (4 km/uur) en fietsen (10 km/uur).

Toelichting: een MET-waarde drukt de intensiteit uit van een bepaalde lichamelijke activiteit (metabolic equivalence). Met deze MET-waarden worden activiteiten ingedeeld in drie globale categorieën, namelijk licht, matig en zwaar. In Nederland zijn de afkappunten van de MET-waarden leeftijdsafhankelijk gespecificeerd.

Fitnorm

Tenminste drie keer per week gedurende minimaal 20 minuten zwaar intensieve lichamelijke activiteit (≥ 6 MET). Deze norm is vooral gericht op het onderhouden van fysieke fitheid (uithoudingsvermogen, kracht en coördinatievermogen)

Combinorm

Iemand voldoet aan de Combinorm wanneer hij/zij tenminste aan één van de normen NNGB of Fitnorm voldoet.

Analyse

De analyse van de data is gemaakt met behulp van het statistische programma SPSS. De gegevens zijn geanalyseerd per gemeente, maar ook voor de provincie Zuid-Holland als geheel.

Onderzoekspopulatie

De onderzoekspopulatie bestaat uit inwoners van de 20 participerende gemeenten binnen Zuid-Holland. De minimum leeftijd voor deelname aan het onderzoek is zes jaar en de maximum leeftijd is 88 jaar. In totaal zijn 52.762 inwoners van Zuid-Holland uitgenodigd om deel te nemen aan het onderzoek. 8073 inwoners hebben daadwerkelijk deelgenomen aan het onderzoek. In tabel 1 staat het aantal respondenten en het responspercentage per gemeente.

	Aantal respondenten	Responspercentage
Totaal	8073	15%
Gemeente		
Alphen aan den Rijn	592	23%
Barendrecht	354	14%
Bernisse	240	10%
Binnenmaas	387	15%
Bodegraven-Reeuwijk	481	19%
Cromstrijen	399	16%
Goeree-Overflakkee	315	12%
Hellevoetsluis	425	17%
Katwijk	299	12%
Krimpen aan den IJssel	492	19%
Leidschendam-Voorburg	409	16%
Maassluis	328	13%
Noordwijk	364	14%
Noordwijkerhout	458	18%
Ouderkerk	142	13%
Schiedam	941	16%
Schoonhoven	202	8%
Spijkensisse	538	21%
Waddinxveen	333	13%
Zoetermeer	374	15%

Tabel 1. Aantal respondenten en responspercentage per gemeente.

In tabel 2 staan de achtergrondkenmerken van de respondenten uitgewerkt. Omdat een aantal respondenten geen achtergrondkenmerken heeft ingevuld, is het geslacht, de leeftijd of andere achtergrondkenmerken niet bekend van deze groep.

Aantal respondenten	
Totaal	8073
Geslacht	
Man	3625
Vrouw	3960
Leeftijdsgroep	
6 - 11 jaar	778
12 - 17 jaar	621
18 - 34 jaar	1056
35 - 44 jaar	936
45-54 jaar	1285
55 - 64 jaar	1579
65+	1695
Etniciteit	
Autochtoon	6903
Westerse allochtoon	487
Niet-Westerse allochtoon	338
Huishoudenssituatie	
Alleenstaand	2067
Gezin zonder kinderen	3026
Gezin met kinderen	2413
Eenoudergezin met kinderen	179
Handicap	
Lichamelijke handicap	371
Verstandelijke handicap	59
Visuele handicap	59
Auditieve handicap	131
Chronische aandoening	1154
Werksituatie	
Student	689
Werkzaam	3462
Huisvrouw / huisman	616
Werkeloos	516
Pensioen	1566

Tabel 2. Achtergrondkenmerken van de respondenten uit Zuid-Holland.

Weging

Om oververtegenwoordiging van bepaalde groepen binnen het onderzoek te voorkomen, is een weging toegepast voor geslacht, etniciteit, leeftijd en gemeente. Een weging houdt in dat er een correctie wordt aangebracht tussen het werkelijke aantal respondenten en het te verwachten aantal respondenten uit een specifieke groep. Wanneer 50% van de inwoners van een gemeente bestaat uit mannen en 50% uit vrouwen, dan ligt het in de verwachting dat diezelfde verhouding terug te zien is bij de aantallen respondenten.

Wanneer deze verhouding anders is, dan vindt er een correctie plaats, zodat de verhouding binnen de respondenten overeenkomst met de werkelijke verhouding. Om de weging uit te voeren is gebruik gemaakt van de CBS-cijfers van 2012.

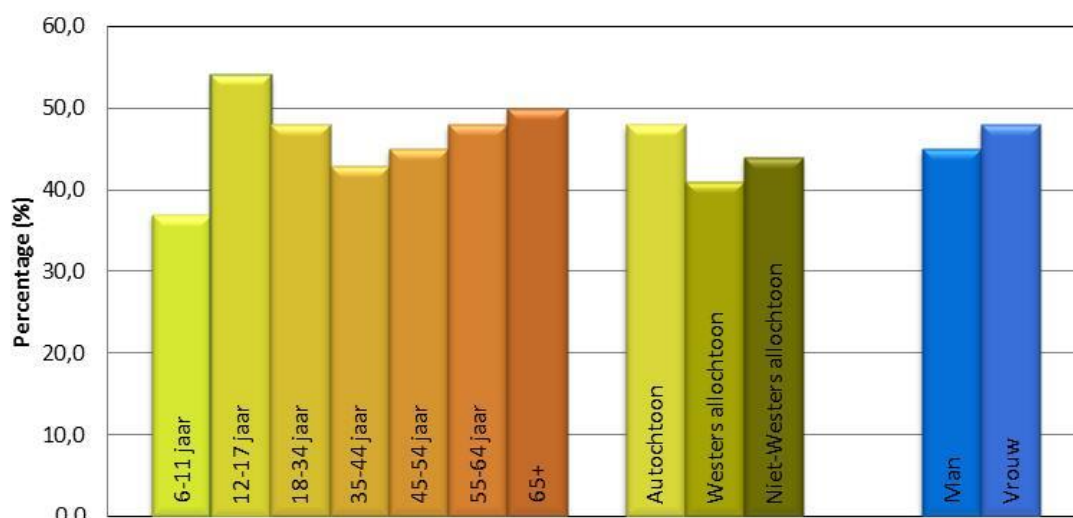
Resultaten

Nederlandse Norm Gezond Bewegen

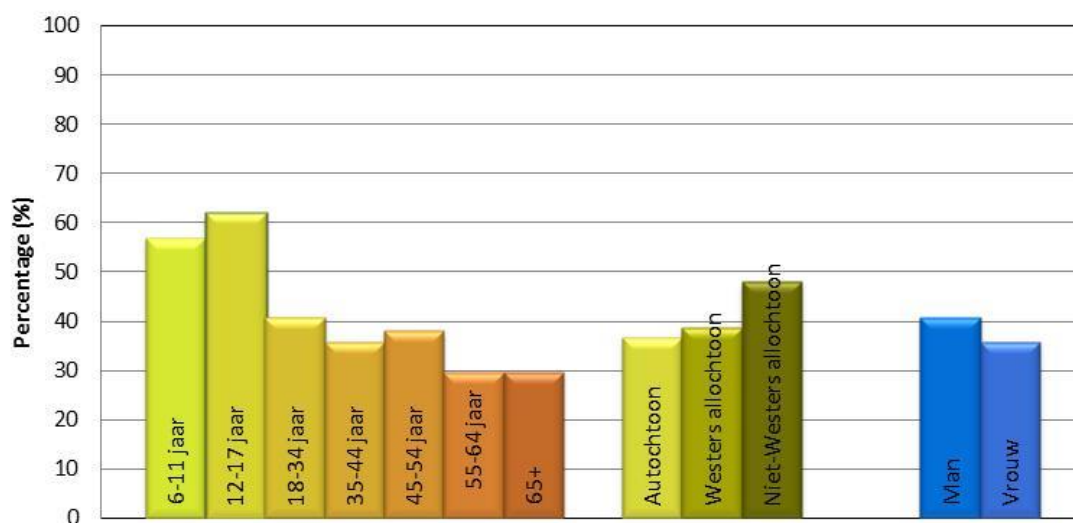
De beweegnorm is één van de belangrijkste parameters voor het monitoren van sport- en beweegbeleid. De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) is opgesteld als maat voor de hoeveelheid beweging die minimaal nodig is om de gezondheid op peil te houden. Daarbij is er een verschil tussen de NNGB voor volwassenen en de NNGB voor jeugd onder 18 jaar. Voor volwassenen is de Nederlandse Norm Gezond bewegen gesteld op minimaal 5 dagen per week, 30 minuten per dag matig intensief bewegen. Voor jeugd is de norm strenger, namelijk 5 dagen per week, 60 minuten per dag matig intensief bewegen.

Naast de NNGB, bestaan er nog 2 andere normen. De Fitnorm - die gehaald wordt bij minimaal drie dagen per week 20 minuten intensief bewegen – en de Combinorm, waaraan je voldoet als je aan de NNGB en/of aan de Fitnorm voldoet. In Zuid-Holland voldoet 47% aan de NNGB. 39% voldoet aan de Fitnorm en 63% voldoet aan de Combinorm.

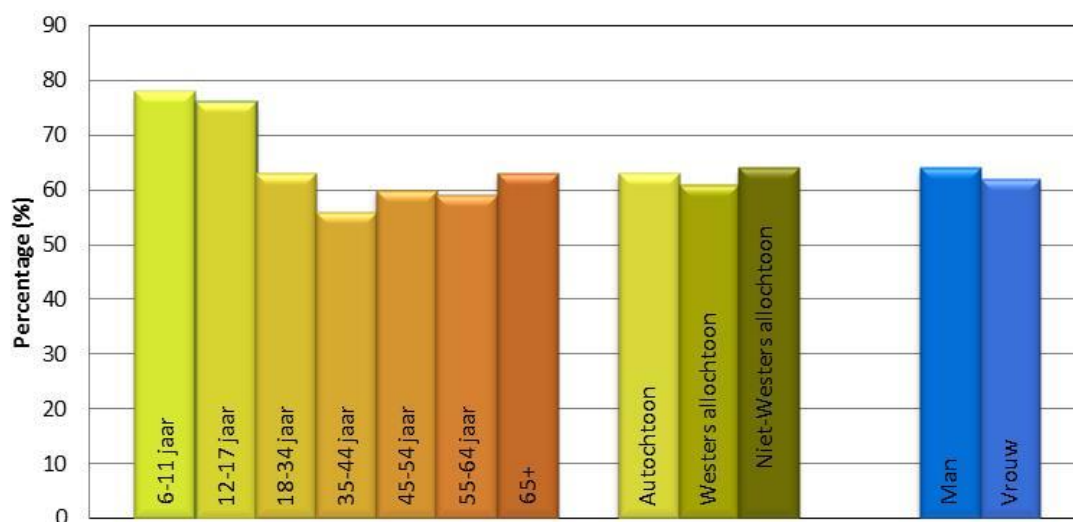
Hieronder staat hoeveel procent van de inwoners van Zuid-Holland voldoet aan de NNGB, de Fitnorm en de Combinorm, uitgesplitst naar leeftijd, etniciteit en geslacht.



Figuur 1. Nederlandse Norm Gezond Bewegen



Figuur 2. Fitnorm



Figuur 3. Combinorm

6-11 jarigen voldoen het minst aan de NNGB van alle leeftijdsgroepen. Ondanks een strengere norm die geldt voor 12-17 jarigen, voldoet deze leeftijdsgroep het meest aan de NNGB. In tegenstelling tot de sportdeelname, neemt het percentage Zuid-Hollanders dat aan de NNGB voldoet niet af met het ouder worden. Er is juist sprake van een toename. Toch beweegt van alle volwassen Zuid-Hollanders minstens 50% niet voldoende om de gezondheid op peil te houden. Deze groep loopt daarom een verhoogd risico op hart- en vaatziekten en andere aandoeningen.

Bij de Fitnorm is wel de afname met de leeftijd (hetzij in mindere mate) te zien die ook bij de sportdeelname gevonden is. Dit lijkt een logisch verband. Sport is één van de belangrijkste bijdragers aan het voldoen aan de Fitnorm.

Minderjarigen voldoen vaker dan meerderjarigen aan de Combinorm. Dit verschil wordt vooral veroorzaakt doordat deze groep vaker aan de Fitnorm voldoet dan de 18-plussers.

	NNGB	Fitnorm	Combinorm
Totaal	47%	39%	63%
Gemeente			
Alphen aan den Rijn	46%	41%	62%
Barendrecht	41%	35%	56%
Bernisse	49%	30%	60%
Binnenmaas	38%	29%	51%
Bodegraven-Reeuwijk	49%	40%	67%
Capelle aan den IJssel*	49%	29%	63%
Cromstrijen	42%	35%	57%
Delft*	51%	30%	66%
Den Haag*	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Goeree-Overflakkee	44%	37%	59%
Gorinchem	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Hellevoetsluis	39%	39%	58%
Katwijk	58%	44%	74%
Krimpen aan den IJssel	50%	43%	68%
Leidschendam-Voorburg	52%	38%	67%
Maassluis	49%	40%	62%
Noordwijk	50%	44%	70%
Noordwijkerhout	50%	40%	66%
Ouderkerk	59%	36%	71%
Rotterdam*	39%	21%	48%
Schiedam	46%	43%	66%
Schoonhoven	45%	29%	56%
Spijkenisse	44%	38%	63%
Vlaardingen*	46%	51%	66%
Waddinxveen	43%	37%	56%
Zoetermeer	46%	37%	61%

Tabel 3. Percentage inwoners dat voldoet aan NNGB, Fitnorm en Combinorm uitgesplitst naar gemeente. (De gemeenten gemarkeerd met een * hebben zelf gegevens aangeleverd).

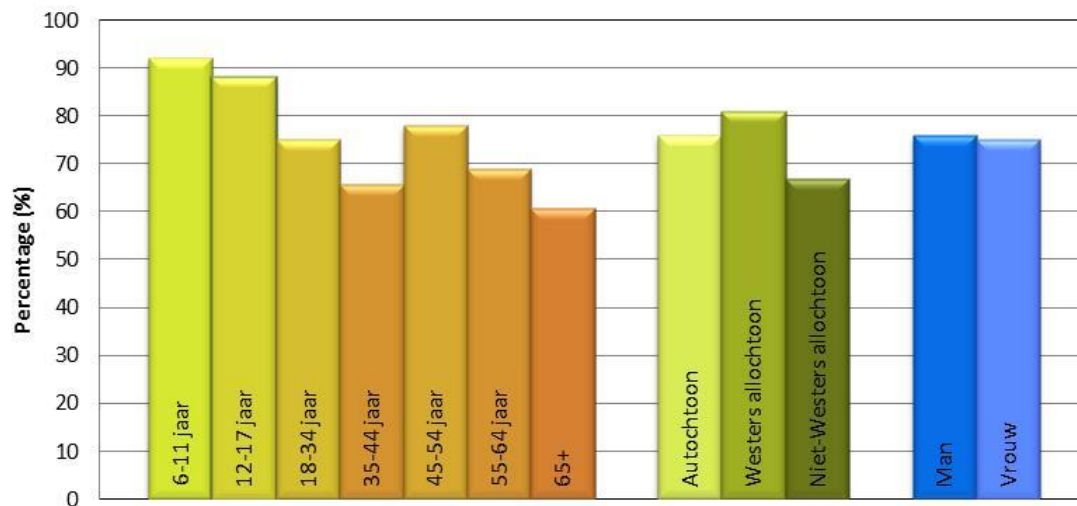
Totaal	NNGB 47%	Fitnorm 39%	Combinorm 63%
Huishoudenssituatie			
Alleenstaand	47%	49%	71%
Gezin zonder kinderen	49%	34%	63%
Gezin met kinderen	45%	38%	59%
Eenoudergezin met kinderen	45%	37%	60%
Handicap			
Lichamelijke handicap	43%	23%	51%
Verstandelijke handicap	35%	28%	40%
Visuele handicap	45%	28%	52%
Auditieve handicap	46%	24%	53%
Chronische aandoening	47%	31%	58%
Werksituatie			
Student	58%	54%	74%
Werkzaam	45%	37%	59%
Huisvrouw / huisman	47%	28%	56%
Werkeloos	48%	33%	58%
Pensioen	51%	30%	64%
BMI			
Ondergewicht	45%	46%	66%
Gezond gewicht	51%	43%	67%
Matig overgewicht	43%	34%	59%
Ernstig overgewicht	37%	22%	47%

Tabel 4. Percentage inwoners dat voldoet aan NNGB, Fitnorm en Combinorm uitgesplitst naar huishoudenssituatie, handicap, werksituatie en BMI

Waar bij de sportdeelname duidelijke verschillen gevonden werden in huishoudenssituatie, handicap, werksituatie en BMI, zijn deze verschillen minder aanwezig bij de beweegdeelname. Verstandelijk gehandicapten voldoen minder vaak aan de NNGB dan de gemiddelde Zuid-Hollander. Deze groep voldoet ook minder vaak aan de Combinorm. Ook mensen met ernstig overgewicht voldoen minder vaak dan gemiddeld aan de NNGB.

Sportdeelname

Binnen onderzoek naar sport- en beweeggedrag is de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO) de standaardnorm voor het bepalen van de sportdeelname. Volgens de RSO wordt iemand die twaalf keer of meer per jaar sport, een sporter genoemd. Deze definitie hanteren wij ook in het onderzoek Sport, Bewegen en Leefstijl in Zuid-Holland. De sportdeelname in Zuid-Holland is 75%. In de onderstaande figuur en tabellen staat de sportdeelname uitgesplitst naar een aantal achtergrondvariabelen van de respondenten.



Figuur 4. Sportdeelname in Zuid-Holland

Met behulp van een statistische toets is bekeken of er significante verschillen in sportdeelname zijn tussen mannen en vrouwen, verschillende leeftijdsgroepen en verschillende afkomsten van de respondenten. Er is gebruik gemaakt van de Mann-Whitney-U-test. Er is een statistisch significant verschil in sportdeelname tussen mannen en vrouwen. Mannen doen meer aan sport dan vrouwen (76% vs. 75%).

De sportdeelname neemt af met de leeftijd. Tussen de 12-17 jarigen en 18-34 jarigen is er sprake van een significante afname. Die afname is ook significant tussen de groep 18-34 jarigen en de groep 35-44 jarigen. Na de 44 jaar is er een toename in sportdeelname, maar deze toename is niet significant. Vanaf de 55 jaar neemt de sportdeelname verder (significant) af. Ook de 65-plussers doen weer minder aan sport dan de 55-64 jarigen.

Niet Westerse allochtonen doen significant minder aan sport dan autochtonen. Er is geen verschil tussen autochtonen en Westerse allochtonen.

In tabel 5 staat de sportdeelname per gemeente.

Percentage	
Totaal	75%
Gemeente	
Alphen aan den Rijn	79%
Barendrecht	78%
Bernisse	73%
Binnenmaas	74%
Bodegraven-Reeuwijk	80%
Capelle aan den IJssel*	86%
Cromstrijen	71%
Delft*	73%
Den Haag*	68%
Goeree-Overflakkee	69%
Gorinchem* (betreft 18+ bevolking)	70%
Hellevoetsluis	78%
Katwijk	78%
Krimpen aan den IJssel	80%
Leidschendam-Voorburg	72%
Maassluis	75%
Noordwijk	88%
Noordwijkerhout	81%
Ouderkerk	76%
Rotterdam*	59%
Schiedam	67%
Schoonhoven	68%
Spijkenisse	65%
Vlaardingen*	57%
Waddinxveen	76%
Zoetermeer	81%

Tabel 5. Sportdeelname per gemeente. (De gemeenten gemarkeerd met een * hebben zelf gegevens aangeleverd).

	Sportdeelname
Totaal	75%
Huishoudenssituatie	
Alleenstaand	83%
Gezin zonder kinderen	71%
Gezin met kinderen	77%
Eenoudergezin met kinderen	63%
Handicap	
Lichamelijke handicap	54%
Verstandelijke handicap	49%
Visuele handicap	58%
Auditieve handicap	62%
Chronische aandoening	61%
Werksituatie	
Student	83%
Werkzaam	77%
Huisvrouw / huisman	56%
Werkeloos	70%
Pensioen	62%
BMI	
Ondergewicht	76%
Gezond gewicht	80%
Matig overgewicht	74%
Ernstig overgewicht	58%

Tabel 6. De sportdeelname in Zuid-Holland, uitgesplitst naar huishoudenssituatie, handicap, werksituatie en BMI

In tabel 6 valt een aantal resultaten op. Er is een lagere sportdeelname bij mensen in een gezin zonder kinderen en bij personen in een éénoudergezin met kinderen.

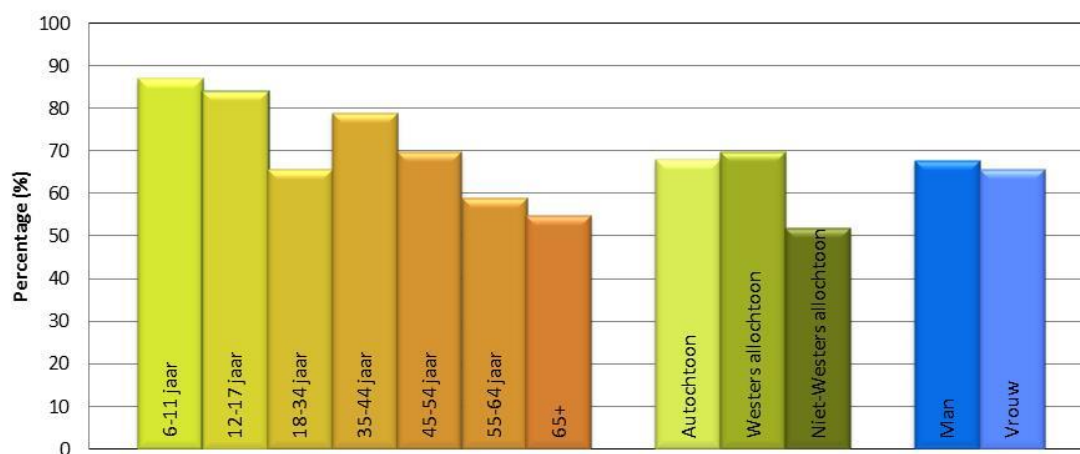
Het hebben van een handicap werpt een drempel op voor de sportdeelname. Dit geldt voor alle typen handicaps. Toch is er ook binnen de verschillende soorten handicaps een verschil. Voor mensen met een verstandelijke of auditieve beperking lijkt deze drempel lager dan voor mensen met een andere beperking.

Als de sportdeelname wordt uitgesplitst naar werksituatie van de respondenten, vallen twee aspecten op. Mensen die met pensioen zijn, doen minder vaak aan sport dan personen in andere werksituaties. Hier is een correlatie zichtbaar met de afname van de sportdeelname bij ouderen. Ook huisvrouwen/huismannen doen minder vaak aan sport, ook minder dan de mensen die met pensioen zijn.

Er is weinig verschil in sportdeelname tussen personen met ondergewicht, normaal gewicht en matig overgewicht. Personen met ernstig overgewicht (obesitas) doen beduidend minder vaak aan sport dan de andere drie BMI-groepen.

Sportdeelname minimaal 1x per week

Naast de ruime definitie van de sporter volgens de RSO, is de regelmatige sportdeelname (minimaal 40 x per jaar) een belangrijke maat binnen het Nederlandse sportonderzoek. In Zuid-Holland sport 67% van de inwoners regelmatig.



Figuur 5. Regelmatige sportdeelname

Bij de regelmatige sportdeelname (minimaal 40 keer per jaar) is hetzelfde patroon zichtbaar als bij de sportdeelname volgens de RSO-norm. Er is een afname in sportdeelname met de leeftijd en er zijn verschillen in etniciteit en geslacht.

Ook in de uitsplitsingen naar huishoudenssituatie, handicap, werksituatie en BMI is hetzelfde patroon waarneembaar. Er zijn specifieke groepen die minder vaak aan sport doen dan gemiddeld.

In tabel 5 staat de regelmatige sportdeelname per gemeente.

Percentage	
Totaal	67%
Gemeente	
Alphen aan den Rijn	72%
Barendrecht	71%
Bernisse	62%
Binnenmaas	67%
Bodegraven-Reeuwijk	69%
Capelle aan den IJssel*	n.v.t.
Cromstrijen	60%
Delft*	n.v.t.
Den Haag*	50%
Goeree-Overflakkee	61%
Gorinchem	n.v.t.
Hellevoetsluis	71%
Katwijk	65%
Krimpen aan den IJssel	74%
Leidschendam-Voorburg	64%
Maassluis	65%
Noordwijk	79%
Noordwijkerhout	75%
Ouderkerk	68%
Rotterdam*	n.v.t.
Schiedam	55%
Schoonhoven	60%
Spijkenisse	58%
Vlaardingen*	n.v.t.
Waddinxveen	64%
Zoetermeer	76%

Tabel 7. Sportdeelname per gemeente. (De gemeenten gemarkeerd met een * hebben zelf gegevens aangeleverd).

Regelmatige sportdeelname (40 keer per jaar)	
Totaal	67%
Huishoudenssituatie	
Alleenstaand	76%
Gezin zonder kinderen	63%
Gezin met kinderen	68%
Eenoudergezin met kinderen	52%
Handicap	
Lichamelijke handicap	47%
Verstandelijke handicap	46%
Visuele handicap	45%
Auditieve handicap	53%
Chronische aandoening	52%
Werksituatie	
Student	83%
Werkzaam	68%
Huisvrouw / huisman	51%
Werkeloos	58%
Pensioen	56%
BMI	
Ondergewicht	69%
Gezond gewicht	72%
Matig overgewicht	65%
Ernstig overgewicht	48%

Tabel 8. De regelmatige sportdeelname (40 keer per jaar) in Zuid-Holland uitgesplitst naar huishoudenssituatie, handicap, werksituatie en BMI

Organisatorisch verband sportbeoefening

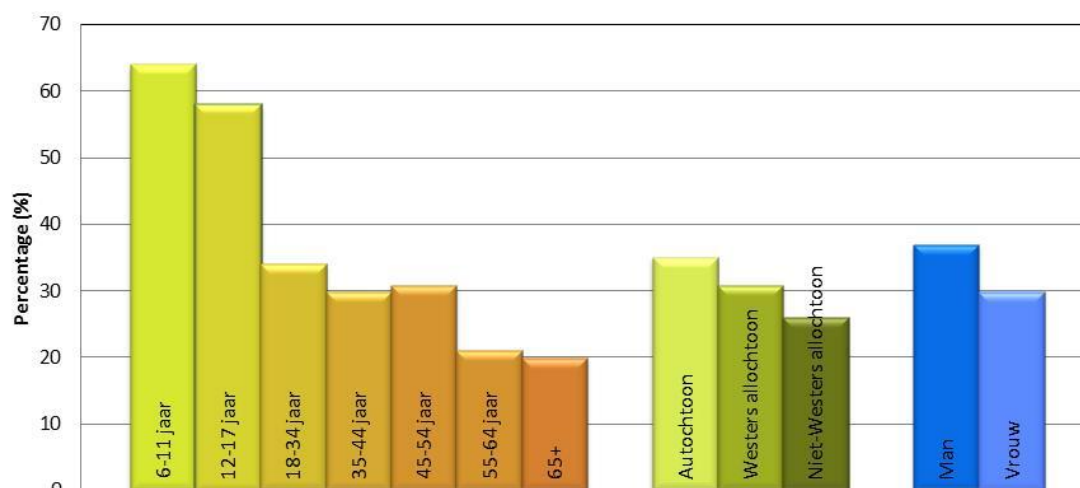
Het organisatorisch verband van de sportbeoefening is te verdelen in vier categorieën:

- verenigingsverband
- commercieel verband
- anders georganiseerd
- niet georganiseerd.

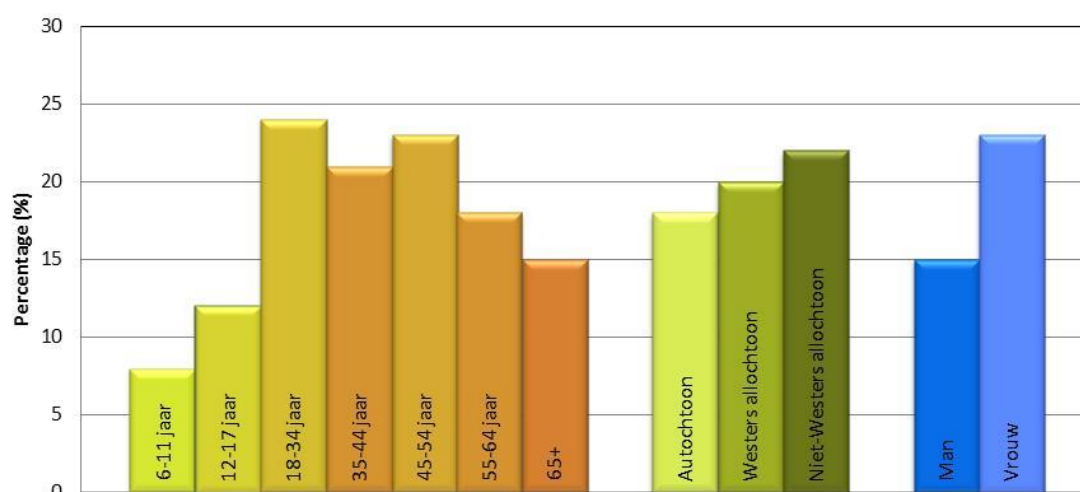
Hieronder staat uitgewerkt in welk verband de respondenten sporten.

	Verenigings- verband	Commercieel verband	Anders georganiseerd	Niet georganiseerd
Zuid-Holland	33%	19%	17%	39%

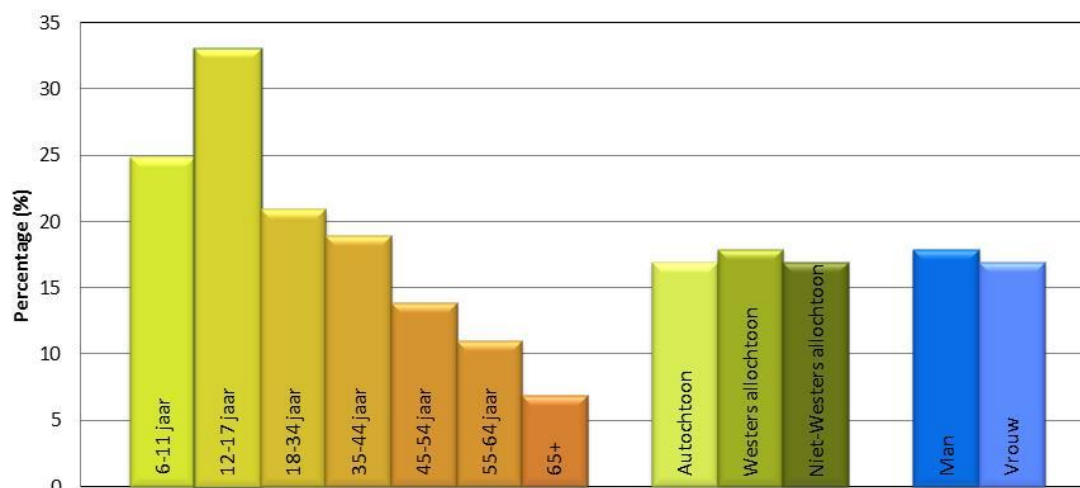
Tabel 9. Het organisatorisch verband van sportbeoefening.



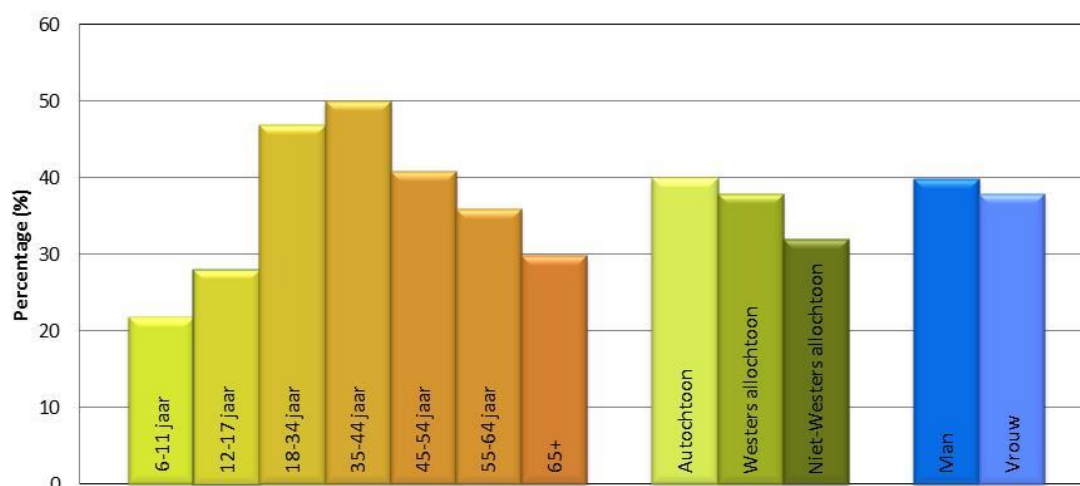
Figuur 6. Sportdeelname in verenigingsverband



Figuur 7. Sportdeelname in commercieel verband



Figuur 8. Sportdeelname in anders georganiseerd verband



Figuur 9. Sportdeelname in ongeorganiseerd verband

De sportdeelname in verenigingsverband neemt af met de leeftijd. Bij de 6-11 jarigen doen kinderen vooral aan sport in verenigingsverband. Dit geldt ook voor de 12-17 jarigen. Bij de 18-34 jarigen verschuift de voorkeur in sportbeoefening van verenigingsverband naar ongeorganiseerd verband. Ook het commerciële verband is een stuk belangrijker voor deze doelgroep. Vanaf de 35-44 jarigen neemt de sportdeelname in ongeorganiseerd verband weer stapsgewijs af. De sportdeelname in verenigingsverband blijft ongeveer gelijk en ook de sportdeelname in anders georganiseerd en commercieel verband neemt stapsgewijs af.

Mannen sporten vaker in verenigingsverband, vrouwen sporten juist vaker in commercieel verband. Er is nauwelijks verschil tussen mannen en vrouwen als het gaat om sporten in anders georganiseerd of ongeorganiseerd verband.

Allochtonen en vooral niet-Westerse allochtonen doen minder vaak aan sport in verenigings- en ongeorganiseerd verband. Allochtonen sporten vaker in commercieel verband. Er is geen verschil in etniciteit voor sporten in anders georganiseerd verband.

	Verenigings- verband	Commercieel verband	Anders georganiseerd	Niet Georganiseerd
Huishoudenssituatie				
Alleenstaand	48%	15%	25%	31%
Gezin zonder kinderen	25%	18%	12%	37%
Gezin met kinderen	32%	20%	17%	46%
Eenoudergezin met kinderen	24%	21%	17%	35%
Handicap				
Lichamelijke handicap	16%	14%	13%	24%
Verstandelijke handicap	25%	8%	16%	15%
Visuele handicap	25%	16%	25%	25%
Auditieve handicap	30%	15%	15%	32%
Chronische aandoening	18%	18%	13%	31%
Werksituatie				
Student	51%	19%	28%	41%
Werkzaam	31%	23%	19%	47%
Huisvrouw / huisman	18%	18%	7%	24%
Werkeloos	24%	16%	14%	34%
Pensioen	22%	16%	7%	32%

Tabel 10. Het organisatorisch verband van sportbeoefening, uitgesplitst naar huishoudenssituatie, handicap en werksituatie.

Alleenstaanden sporten vaak in anders georganiseerd verband. Personen in een gezin zonder kinderen sporten relatief weinig in verenigingsverband. Hetzelfde geldt voor personen in een éénoudergezin. Alleenstaanden sporten juist vaak in verenigingsverband. Personen die deel uitmaken van een gezin met kinderen sporten vaak in niet-georganiseerd verband.

Populaire sporten

De respondenten is gevraagd welke sporten zij de afgelopen 12 maanden beoefend hebben. Dit resulteert in een top tien van meest populaire sporten in Zuid-Holland.

De meest populaire sporten in Zuid-Holland zijn:

1. Fitness conditie
2. Hardlopen / joggen
3. Fitness kracht
4. Zwemmen
5. Wandelsport
6. Wielrennen / mountainbiken / toerfietsen
7. Tennis
8. Voetbal
9. Schaatsen
10. Skiën / langlaufen / snowboarden

Hieronder staan de populairste sporten uitgesplitst naar achtergrondvariabelen.

Totaal	Sport 1 Fitness conditie	Sport 2 Hardlopen / joggen	Sport 3 Fitness kracht
--------	-----------------------------	-------------------------------	---------------------------

Geslacht

Man	Fitness conditie	Fitness kracht	Hardlopen / joggen
Vrouw	Fitness conditie	Zwemsport	Hardlopen / joggen

Leeftijd

6-11 jaar	Zwemsport	Gymnastiek/turnen	Veldvoetbal
12-17 jaar	Veldvoetbal	Hardlopen / joggen	Gymnastiek / turnen
18-34 jaar	Fitness conditie	Fitness kracht	Hardlopen / joggen
35-44 jaar	Hardlopen / joggen	Fitness conditie	Fitness kracht
45-54 jaar	Fitness conditie	Fitness kracht	Hardlopen / joggen
55-64 jaar	Fitness conditie	Wandelsport	Wielrennen/mountain-biken/toerfietsen
65 jaar en ouder	Fitness conditie	Wandelsport	Zwemsport

Etniciteit

Autochtoon	Fitness conditie	Hardlopen / joggen	Zwemsport
Westerse allochtoon	Fitness conditie	Fitness kracht	Hardlopen / joggen
Niet-Westerse allochtoon	Fitness conditie	Fitness kracht	Zwemsport

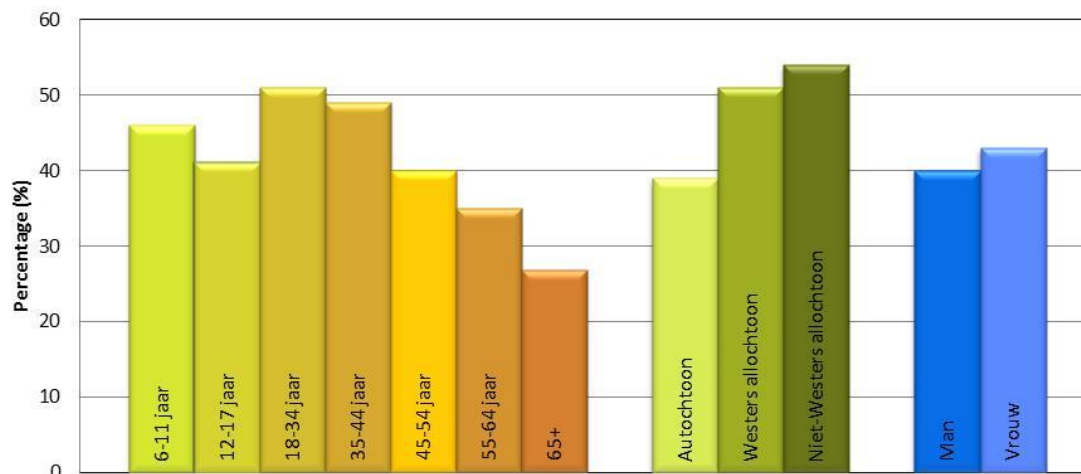
Tabel 11. De drie populairste sporten uitgesplitst naar geslacht, leeftijd en etniciteit.

Uit tabel 11 valt op te maken dat bij de jongere leeftijdsgroepen vooral verenigingssporten populair zijn. Vanaf de 18 jaar nemen 'commerciële sporten' zoals fitness en 'ongeorganiseerde sporten' zoals hardlopen en wandelen een belangrijker plek in.



Bereidheid om meer te bewegen

Aan alle respondenten is gevraagd of zij meer willen bewegen in het komende jaar. Uit de resultaten blijkt dat 42% van de inwoners van Zuid-Holland het komende jaar meer wil bewegen.



Figuur 10. Bereidheid om meer te bewegen

Totaal		Wil meer bewegen
		42%
Huishoudenssituatie		
Alleenstaand		42%
Gezin zonder kinderen		36%
Gezin met kinderen		45%
Eenoudergezin met kinderen		47%
Handicap		
Lichamelijke handicap		37%
Verstandelijke handicap		33%
Visuele handicap		45%
Auditieve handicap		32%
Chronische aandoening		38%
Werksituatie		
Student		43%
Werkzaam		44%
Huisvrouw / huisman		38%
Werkeloos		52%
Pensioen		26%
BMI		
Ondergewicht		34%
Gezond gewicht		37%
Matig overgewicht		46%
Ernstig overgewicht		55%

Tabel 12. Percentage inwoners dat meer wil bewegen, uitgesplitst naar huishoudenssituatie, handicap, werksituatie en BMI.

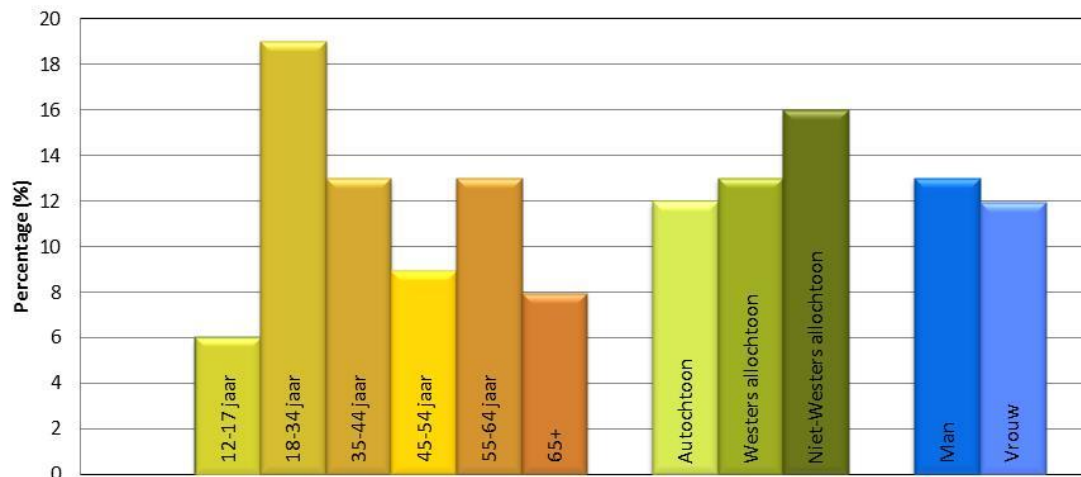
Van alle respondenten geeft 42% aan meer te willen bewegen in de komende zes maanden. Een paar groepen springt daar bovenuit. Dit zijn:

- 18-34 jarigen en 35-44 jarigen
- Westerse allochtonen en niet-Westerse allochtonen
- Gezinnen met kinderen (ook éénoudergezinnen)
- Mensen met een visuele handicap
- Werklozen
- Personen met overgewicht of ernstig overgewicht.

Een aantal van deze groepen hebben ook een achterstand in sportdeelname ten opzichte van het gemiddelde.

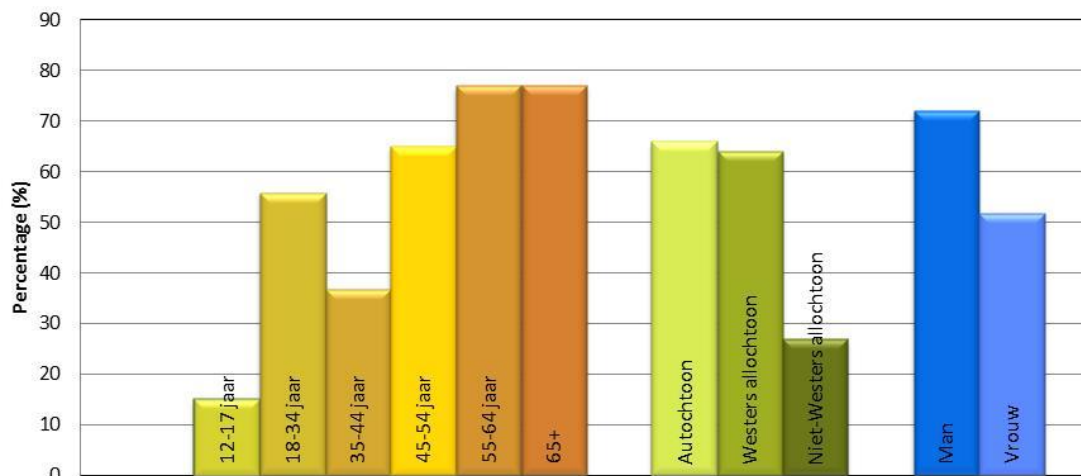
Roken en alcohol

In onderstaande grafiek staat het percentage rokers, uitgesplitst naar een aantal achtergrondkenmerken. 13% van de inwoners van Zuid-Holland rookt. 31% geeft aan niet te roken, maar vroeger wel gerookt te hebben. Het percentage rokers is het hoogst onder de 18-34 jarigen. Ook roken niet-Westerse allochtonen vaker dan autochtonen of Westerse allochtonen.



Figuur 11. Rokers

In onderstaande grafiek staat het percentage inwoners van Zuid-Holland die het afgelopen jaar alcohol hebben gedronken, uitgesplitst naar een aantal achtergrondkenmerken. 62% van de inwoners van Zuid-Holland heeft het afgelopen jaar alcohol gedronken.



Figuur 12. Alcohol

Het percentage drinkers neemt toe met de leeftijd. Opvallend is de afname in drinkgedrag bij de 35-44 jarigen. Niet-Westerse allochtonen drinken minder vaak dan autochtonen of Westerse allochtonen. Mannen drinken vaker dan vrouwen.



BMI

Aan alle respondenten is zowel de lengte als het gewicht gevraagd. Op basis van de lengte en gewicht kan de Body Mass Index (BMI) bepaald worden. De BMI is een maat waarmee de respondenten gecategoriseerd kunnen worden in vier categorieën: ondergewicht; normaal gewicht; overgewicht en obesitas.

	Ondergewicht	Normaal gewicht	Overgewicht	Obesitas
Totaal	4%	57%	29%	10%
Alphen aan den Rijn	4%	59%	26%	11%
Barendrecht	7%	57%	28%	8%
Bernisse	2%	51%	38%	9%
Binnenmaas	3%	52%	30%	15%
Bodegraven-Reeuwijk	5%	59%	30%	6%
Capelle aan den IJssel*	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Cromstrijen	5%	56%	28%	11%
Delft*	2%	59%	28%	11%
Den Haag*	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Goeree-Overflakkee	3%	53%	33%	10%
Gorinchem	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Hellevoetsluis	5%	50%	32%	13%
Katwijk	2%	60%	32%	6%
Krimpen aan den IJssel	3%	58%	30%	9%
Leidschendam-Voorburg	5%	59%	25%	11%
Maassluis	5%	53%	36%	6%
Noordwijk	4%	55%	29%	12%
Noordwijkerhout	2%	57%	30%	11%
Ouderkerk	5%	57%	27%	10%
Rotterdam*	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Schiedam	2%	54%	31%	14%
Schoonhoven	1%	63%	30%	6%
Spijkensisse	5%	51%	29%	15%
Vlaardingen*	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Waddinxveen	6%	59%	26%	9%
Zoetermeer	4%	58%	28%	10%

Tabel 13. Het percentage inwoners van Zuid-Holland met ondergewicht, normaal gewicht, overgewicht en obesitas.



Figuur 13. Gewichtsverdeling

	Ondergewicht	Normaal gewicht	Overgewicht	Obesitas
Geslacht				
Man	2%	52%	36%	9%
Vrouw	5%	61%	23%	11%
Etniciteit				
Autochtoon	3%	56%	30%	10%
Westerse allochtoon	4%	53%	31%	12%
Niet-Westerse allochtoon	6%	61%	24%	8%

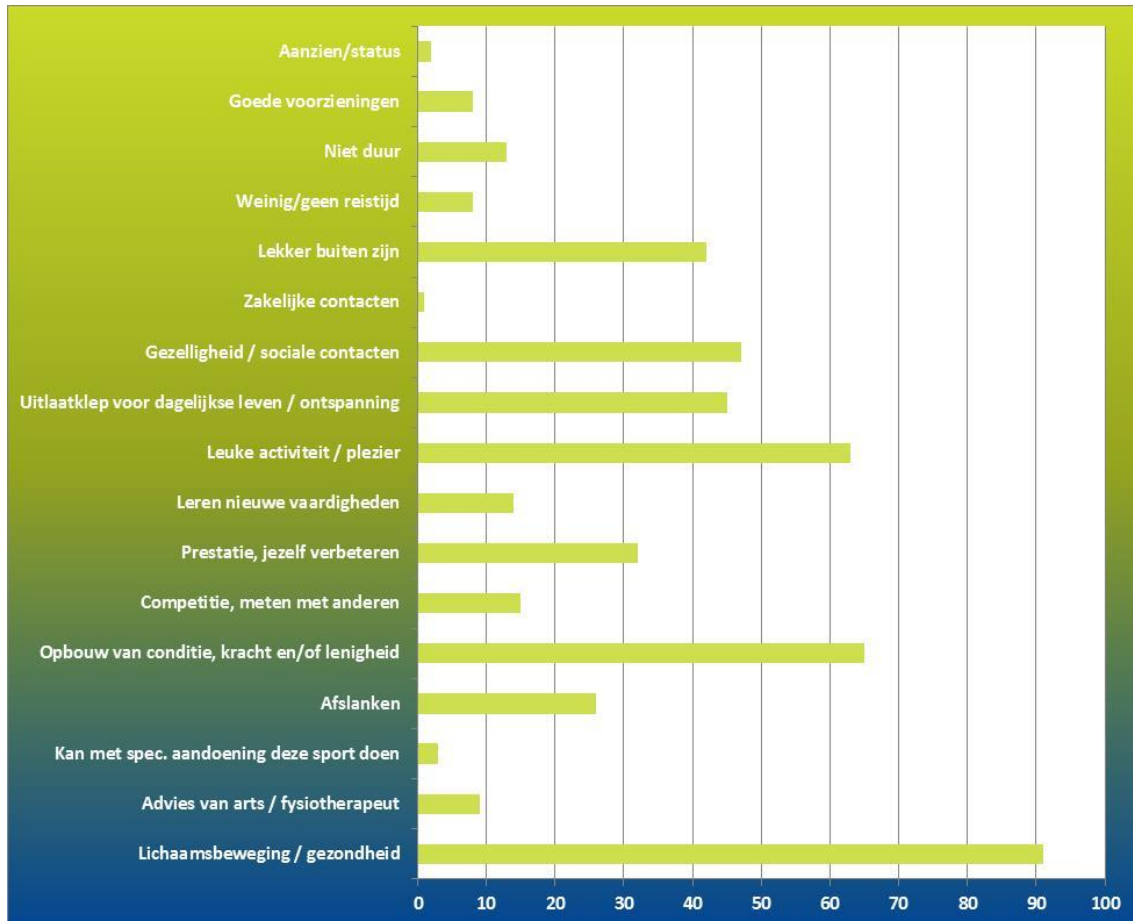
Tabel 14. Het percentage inwoners van Zuid-Holland met ondergewicht, normaal gewicht, overgewicht en obesitas, uitgesplitst naar geslacht en etniciteit.

Het percentage overgewicht in Zuid-Holland is 29%. Het percentage inwoners met obesitas is 10%. Uit figuur 13 blijkt dat overgewicht en obesitas toenemen met de leeftijd. Meer dan de helft van de Zuid-Hollanders van 45 jaar of ouder heeft overgewicht of obesitas.

Mannen hebben vaker overgewicht dan vrouwen. Overgewicht komt ook vaker voor bij autochtonen en Westerse allochtonen dan bij niet-Westerse allochtonen.

Motivatie van sporters

Aan alle sporters is gevraagd wat hun motivatie is om te sporten. De respondenten konden meerdere antwoorden geven. In figuur 10 staan de redenen om te sporten.

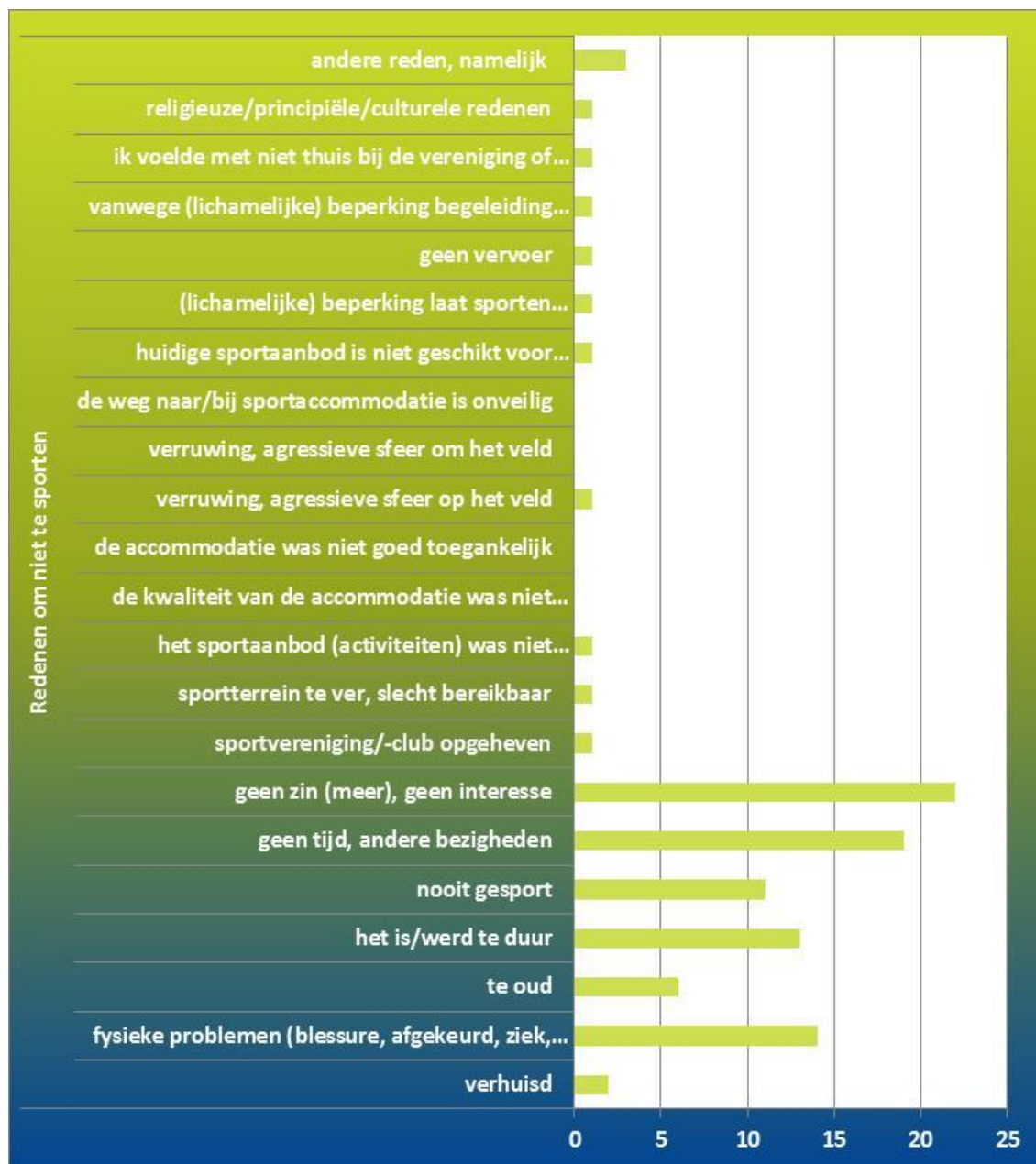


Figuur 14. Redenen om te sporten

De belangrijkste reden om te sporten is het hebben van voldoende lichaamsbeweging, voor de gezondheid. Daarnaast vinden de meeste sporters het opbouwen van conditie, kracht of lenigheid belangrijk. Als derde reden wordt plezier genoemd. Afslanken vormt voor bijna 25% van de sporters een belangrijke reden om te sporten.

Motivatie om niet te sporten

Aan alle niet-sporters is gevraagd wat hun motivatie is om niet te sporten. De respondenten konden meerdere antwoorden geven. In figuur 15 staan de redenen om niet te sporten.



Tabel 15. Motivatie om niet te sporten

Voor niet-sporters is 'geen zin meer, geen interesse' de belangrijkste reden om niet te sporten, gevolgd door geen tijd (bijv. in verband met andere bezigheden). Ruim 10% van de niet-sporters heeft nooit gesport. 14% sport niet vanwege fysieke problemen. 13% sport niet omdat sporten te duur is.

Voorkeur nieuwe beweegactiviteiten

De respondenten die niet sporten, konden aangeven wat voor activiteit zij willen doen, wanneer zij zouden starten met een nieuwe beweegactiviteit. In onderstaande tabel staan de activiteiten weergegeven die niet-sporters graag zouden willen beoefenen.

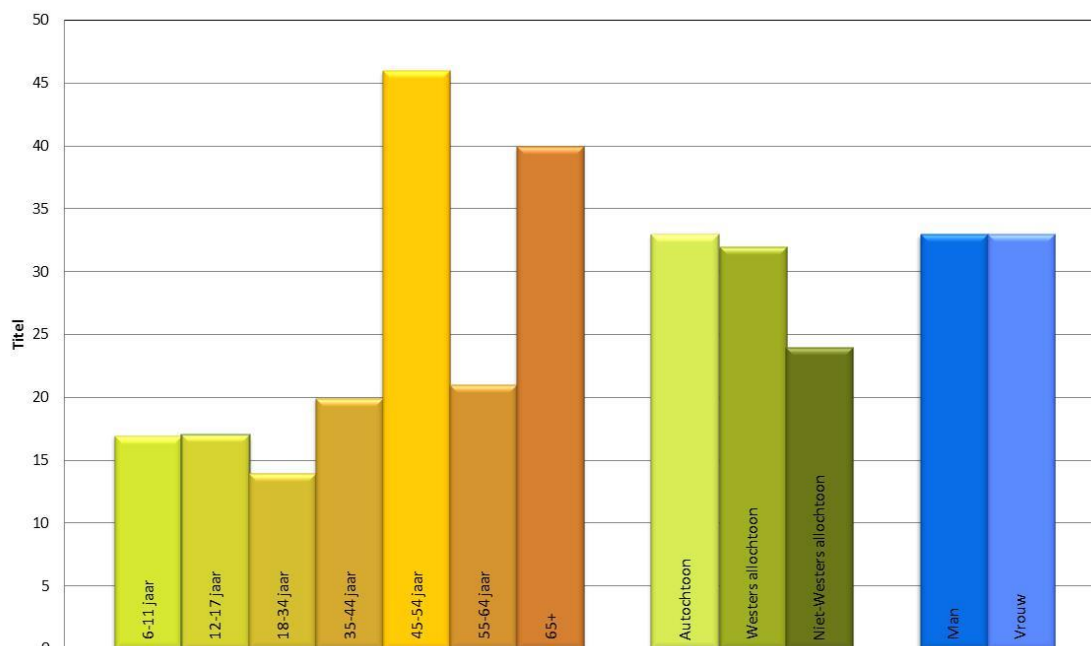
	Nieuwe activiteit 1	Nieuwe activiteit 2	Nieuwe activiteit 3
Totaal	Fitness conditie	Zwemsport	Wandelsport
Man	Fitness conditie	Atletiek	Wandelsport
Vrouw	Fitness conditie	Zwemsport	Wandelsport
Leeftijd			
6-11 jaar	Zwemsport	Basketbal	Atletiek
12-17 jaar	Danssport	Fitness conditie	Basketbal
18-34 jaar	Fitness conditie	Danssport	Zwemsport
35-44 jaar	Fitness conditie	Zwemsport	Motorsport
45-54 jaar	Fitness conditie	Zwemsport	Wandelsport
55-64 jaar	Fitness conditie	Zwemsport	Wandelsport
65 jaar en ouder	Fitness conditie	Wandelsport	Atletiek
Etniciteit			
Autochtoon	Fitness conditie	Zwemsport	Wandelsport
Westerse allochtoon	Atletiek	Fitness conditie	Duiksport
Niet-Westerse allochtoon	Zwemsport	Fitness conditie	Aerobics

Tabel 16. De drie populairste nieuwe activiteiten uitgesplitst naar geslacht, leeftijd en etniciteit.

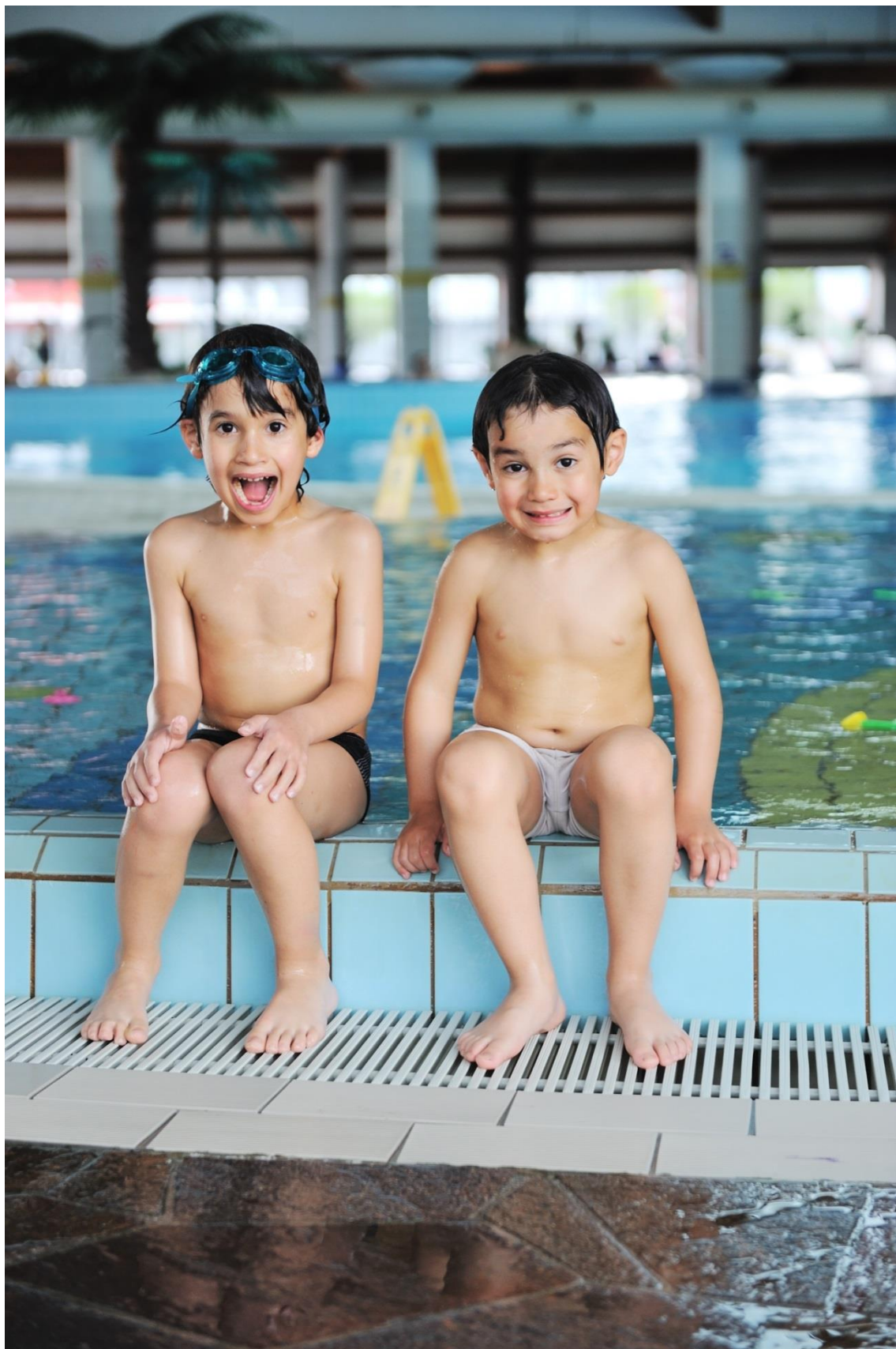
De meest kansrijke sporten om sportdeelname te bevorderen zijn fitness conditie, zwemsport en wandelsport. Opvallend bij de groepen van 6-11 jaar en van 12-17 jaar is dat basketbal erg populair is.

Geen enkele interesse in beweegactiviteiten

De niet-sporters konden aangeven of zij interesse hebben in nieuwe beweegactiviteiten. In Zuid-Holland heeft 31% van de niet-sporters geen enkele interesse in beweegactiviteiten. Dit percentage is het hoogst bij de 45-54 jarigen en de 65-plussers. Mannen en vrouwen verschillen hierin niet van elkaar. Autochtonen en Westerse allochtonen hebben vaker geen interesse in beweegactiviteiten dan niet-Westerse allochtonen.

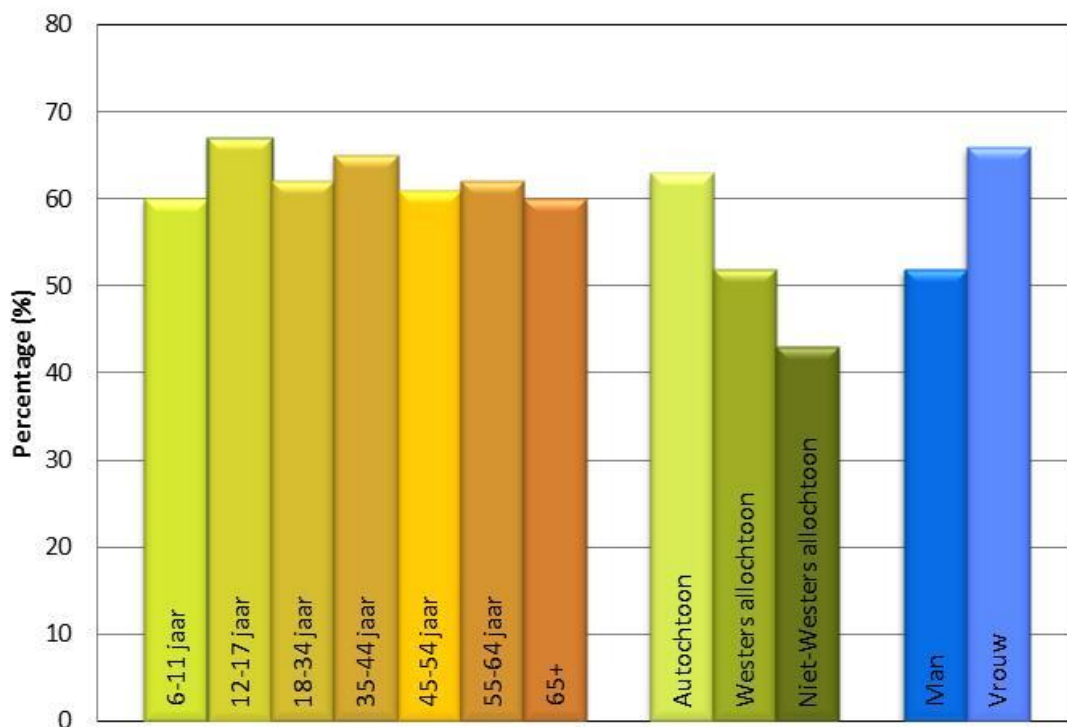


Tabel 17. Geen enkele interesse in beweegactiviteiten



Bekendheid 30 minuten bewegen

De campagne '30 minuten bewegen' is een landelijke campagne om de Nederlander meer bewust te maken van het belang van voldoende beweging. In figuur 9 staat de bekendheid van de campagne '30 minuten bewegen'. In Zuid-Holland is 59% van de inwoners bekend met deze campagne.



Tabel 18. Bekendheid 30 minuten bewegen.

Conclusies en discussie

In het Onderzoek Sport, bewegen en leefstijl stond de vraag 'Wat is de beweegdeelname van de bewoners van de provincie Zuid-Holland?' centraal. Daarnaast waren de volgende vier deelvragen geformuleerd:

- Hoeveel procent van de Zuid-Hollanders voldoet aan de RSO-norm en hoeveel procent van de Zuid-Hollanders sport minimaal 40 keer per jaar?
- Hoeveel procent van de Zuid-Hollanders heeft overgewicht?
- Welk deel van de Zuid-Hollanders is te activeren tot meer sportdeelname?
- Welke sporten kunnen de grootste bijdrage leveren aan het bevorderen van de sportdeelname in Zuid-Holland?

In dit hoofdstuk worden deze vragen zo volledig mogelijk beantwoord.

Beweegdeelname

In Zuid-Holland voldoet 47% aan de NNGB. 39% voldoet aan de Fitnorm en 63% voldoet aan de Combinorm. Ruim 50% van de Zuid-Hollanders beweegt dus niet voldoende om gezondheidsklachten te voorkomen. Dit zijn 1,9 miljoen mensen die door onvoldoende beweging een verhoogd risico op hart- en vaatziekten, diabetes, osteoporose, CVA en depressie hebben. Het is dus van groot belang om beweegdeelname te stimuleren.

Een positieve kanttekening bij dit cijfer is dat het percentage Zuid-Hollanders dat aan de NNGB voldoet niet afneemt met het ouder worden. Er is juist sprake van een toename.

Landelijk voldoet ongeveer 58% van de volwassenen aan de NNGB, 20% voldoet aan de Fitnorm en 68% voldoet aan de Combinorm. Vergeleken met de landelijke cijfers over beweegdeelname voldoet de Zuid-Hollander dus minder vaak aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen en vaker aan de Fitnorm.

In Zuid-Holland is 59% van de inwoners bekend met de campagne 30 minuten bewegen. Er is een relatie tussen bekendheid met de campagne 30-minuten bewegen en daadwerkelijk voldoen aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Door de bekendheid te vergroten van het belang om 30 minuten per dag te bewegen, kan het percentage inwoners dat voldoet aan de NNGB verhoogd worden.

Sportdeelname

Uit de analyse van de frequentie van sporten blijkt dat 75% van de Zuid-Hollanders te classificeren is als 'sporter'. Deze groep voldoet aan het criterium van minimaal 12 keer per jaar sporten, de zogeheten RSO-norm. De sportdeelname neemt af met de leeftijd. Ouderen zijn minder vaak sporter dan jongeren. Deze resultaten komen overeen met de Sportersmonitor 2012.

Vrouwen sporten minder vaak dan mannen en niet-Westerse allochtonen sporten minder vaak dan autochtonen en Westerse allochtonen.

Er is een samenhang tussen de sportdeelname en de sportdeelname in verenigingsverband. Naarmate mensen ouder worden, sporten zij minder in verenigingsverband en kiezen ze voor andere manieren van sportbeoefening.

De meest populaire sporten in Zuid-Holland zijn: fitness conditie, hardlopen/joggen, fitness kracht, zwemmen, wandelsport, wielrennen/mountainbiken/toerfietsen, tennis, voetbal, schaatsen en skiën/langlaufen/snowboarden.

Leefstijl

13% van de Zuid-Hollanders rookt. Dit percentage is lager dan het landelijke percentage rokers (26%). Het is niet duidelijk waardoor dit verschil veroorzaakt wordt. Mogelijk hebben voornamelijk niet-rokers gereageerd op het onderzoek.

62% heeft het afgelopen jaar alcohol gedronken. Ouderen drinken vaker dan jongeren. Landelijk blijkt 78% van de Nederlanders regelmatig alcohol te drinken. Het in dit onderzoek gevonden percentage ligt lager, mogelijk omdat mensen met een gezonde leefstijl sneller geneigd zijn deel te nemen aan dit onderzoek.

Het percentage overgewicht in Zuid-Holland is 29%. Het percentage obesitas is 10%. Deze cijfers komen overeen met de landelijke cijfers van overgewicht. Overgewicht neemt toe met de leeftijd. Vanaf 18 jaar is een duidelijke stijging zichtbaar.

Motivatie om (niet) te sporten

De belangrijkste redenen om te sporten zijn voldoende lichaamsbeweging voor de gezondheid, opbouwen van conditie, kracht en lenigheid en plezier en afslanken. Voor niet-sporters zijn redenen om niet te sporten “geen zin meer, geen interesse”, geen tijd, fysieke problemen en te duur.

In Zuid-Holland heeft 31% van de niet-sporters geen enkele interesse in beweegactiviteiten. In totaal is dit 8% van de Zuid-Hollanders. Bij het stimuleren van sport en bewegen is dit de groep die het minst kansrijk is om resultaat te bereiken.

42% van de inwoners van Zuid-Holland wil het komende jaar meer bewegen. Met name 18-34 jarigen, 35-44 jarigen, allochtonen, gezinnen met kinderen, mensen met een visuele handicap, werklozen en personen met overgewicht willen dit. Dit zijn ook de doelgroepen die minder vaak aan sport doen. Blijkbaar zijn deze groepen zich er wel bewust van onvoldoende te bewegen of te sporten, alleen lukt het hen nog niet om de stap richting regelmatige sportdeelname te maken.

De meest kansrijke sporten om sportdeelname te bevorderen zijn fitness conditie, zwemsport en wandelsport.

Aanbevelingen

1. De Zuid-Hollander beweegt minder dan gemiddeld. Voldoende bewegen is essentieel om de gezondheid op peil te houden. Dat 1,9 miljoen Zuid-Hollanders niet voldoen aan de NNGB is zorgwekkend. Om het percentage inwoners dat voldoet aan de NNGB te verhogen is het belangrijk om meer dagelijkse beweegmomenten te creëren.
2. Vanuit gezondheidsoogpunt is sporten belangrijk, maar voldoende bewegen nog veel belangrijker. Het is goed om in het sportbeleid de aansluiting te maken met het lokaal gezondheidsbeleid om te komen tot een samenhangende aanpak van sport en bewegen.
3. Organisaties zoals gemeenten, scholen en werkgevers moeten kijken welke inzet zij kunnen plegen om dagelijks bewegen te stimuleren. Dit kan namelijk vaak kostenneutraal of zelfs een reductie in kosten opleveren. Voor jeugd en jongeren kunnen buurtsportcoaches / combinatiefunctionarissen een belangrijke rol spelen in het bevorderen van dagelijks bewegen.
4. Uit de resultaten blijkt dat mensen met een handicap en in het bijzonder verstandelijk gehandicapten een drempel ervaren om te sporten. Een gestructureerde aanpak van sportstimulering voor deze doelgroep is essentieel. Een aanpak voor aangepast sporten is bij voorkeur een regionale aanpak. Regionale samenwerking tussen gemeenten kan voor sporters met een handicap de drempel om te sporten verlagen en de sportdeelname van deze doelgroep verhogen.
5. Voor mensen met ernstig overgewicht is een aparte aanpak nodig. Deze groep doet minder aan sport dan gemiddeld en beweegt ook minder dan gemiddeld. Het reguliere sportaanbod is vaak niet geschikt om deze doelgroep op te vangen, omdat er te hoge eisen gesteld worden aan de capaciteit van deze doelgroep. Daarnaast is deze doelgroep gevoelig voor blessures door de hoge belasting op gewrichten en spieren. Goede begeleiding richting structurele beweeg- en sportdeelname is daarom noodzakelijk.
6. De inzet voor sportstimulering moet gericht zijn op de 42% die aangeeft meer te willen bewegen. Interventies voor de doelgroep die niet sport en niet geïnteresseerd is om te sporten zijn relatief kansarm.
7. Bij het creëren van laagdrempelig sportaanbod is essentieel om rekening te houden met leefsituatie en mogelijkheden van de doelgroep. Sociale marketing - het toepassen van commerciële marketing concepten om een positieve sociale gedragsverandering te bewerkstelligen – kan daarbij een belangrijke rol spelen.
8. Sport en bewegen kan (in combinatie met gezonde voeding) een middel zijn om overgewicht en obesitas tegen te gaan. Voor volwassenen kan bewegen op recept bijdragen aan het terugdringen van overgewicht, voor jeugd en jongeren kan gebruik gemaakt worden van de regeling Kinderen Sportief op Gewicht en kan aangehaakt worden bij Jongeren op Gezond Gewicht.

9. Fitness conditie, zwemmen en wandelen zijn de meest kansrijke sporten om een hogere sportdeelname te realiseren. Met de aanbieders van deze sporten kunnen activiteiten voor sportstimulering gecreëerd worden die leiden tot een hogere sportdeelname. De Sportimpuls kan bijdragen aan de opstart van deze activiteiten. Deze sporten lenen zich ook uitstekend voor PPS-constructies, waarbij de overheid samenwerking zoekt met het bedrijfsleven.
10. Wandelen is één van de meest kansrijke activiteiten om een hogere sportdeelname te realiseren. Bewegen in het groen kan daaraan bijdragen. Dit is een goede en gezonde manier om meer mensen aan de Beweegnorm te laten voldoen. Dus faciliteiten, zoals wandel- en fietspaden, voor ongeorganiseerde sportbeoefening zijn ook belangrijk.
11. Gemeenteambtenaren en buurtsportcoaches kunnen deze rapportage gebruiken voor het onderbouwen van het aanbod dat zij lokaal of op buurniveau opzetten. Een buurtscan kan ondersteunen om deze cijfers op wijkniveau te interpreteren tot een concreet en vraaggericht aanbod, passend bij de wijk.

Literatuurlijst

NOC*NSF (2012). *Wie is de sporter? Sportersmonitor – sportaanbiedersmonitor*. Diep Arnhem, Arnhem.

Ministerie van VWS (2012). *Programma Sport en bewegen in de buurt*. www.minvws.nl.

Centraal Planbureau (2012). *Juniraming 2012*. Centraal Planbureau, Den Haag

Sportservice Zuid-Holland (2013). *Jeugdsportfonds Capelle aan den IJssel en Lansingerland*. www.sportzh.nl.

TNO Kwaliteit van Leven (2012). *Monitor Bewegen en Gezondheid*. TNO Kwaliteit van Leven, Leiden

COELO (2013). *Kerngegevens belastingen lagere overheden*. COELO, Groningen

Mulier Instituut (2013-1). *Recessiepeiling 2013*. Mulier Instituut, Utrecht

Mulier Instituut (2013-2). *Analyse exploitatie en beheer sportaccommodaties 2013*. Mulier Instituut, Utrecht

Bijlage 1. Deelnemende gemeenten

<i>Deelgenomen met gemeentelijke rapportage</i>
Alphen aan den Rijn
Barendrecht
Bernisse
Binnenmaas
Bodegraven-Reeuwijk
Cromstrijen
Goeree-Overflakkee
Hellevoetsluis
Katwijk
Krimpen aan den IJssel
Leidschendam-Voorburg
Maassluis
Noordwijk
Noordwijkerhout
Ouderkerk
Schiedam
Schoonhoven
Spijkenisse
Waddinxveen
Zoetermeer
<i>Data aangeleverd</i>
Capelle aan den IJssel
Delft
Den Haag
Gorinchem
Rotterdam
Vlaardingen

Bijlage 2. Vragenlijsten

Vragenlijst beweegonderzoek

Gemeente



Deel A: Algemene gegevens

A1. Bent u een man of een vrouw?

- ☐ Man
- ☐ Vrouw

A2. Wat is uw geboortejaar?

.....

A3. In welk postcodegebied woont u?

.....

A4. Bent u in Nederland geboren of in een ander land?

- ☐ Nederland
- ☐ In een ander land, namelijk:.....

A5. Waar is uw vader geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ In een ander land, namelijk:.....

A6. Waar is uw moeder geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ In een ander land, namelijk:.....

A7. Welke huishoudensituatie is (het meest) op u van toepassing?

- ☐ Alleenstaand
- ☐ Twee volwassenen, geen kinderen
- ☐ Twee volwassenen met thuiswonend(e) kind(eren)
- ☐ Eén-ouder met thuiswonend(e) kind(eren)
- ☐ Anders

A8. Wat is uw huidige of hoogst voltooide opleiding?

- ☐ Geen onderwijs / basisonderwijs
- ☐ LBO, VBO, VMBO kader- en beroepsgerichte leerweg
- ☐ MAVO, VMBO theoretische en gemengde leerweg
- ☐ Middelbaar Beroepsonderwijs
- ☐ HAVO, VWO
- ☐ Hoger Beroepsonderwijs
- ☐ Wetenschappelijk Onderwijs

A9. Wat is uw voornaamste bezigheid?

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ Werkzaam in loondienst, gesalarieerd
- ☐ Zelfstandig werkzaam, freelance
- ☐ Meewerkend in familiebedrijf
- ☐ Werkloos, werkzoekend, wachtgeld
- ☐ Onderwijs volgend, studerend
- ☐ Huisvrouw/huisman
- ☐ Arbeidsongeschikt, langdurig ziek
- ☐ AOW, gepensioneerd, rentenierend, VUT
- ☐ Vrijwilligerswerk
- ☐ Anders
- ☐ Geen antwoord, weet niet

A10. Wat is de voornaamste bron van inkomen van dit huishouden?

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ Loon, salaris (ook van Melkertbanen et cetera)
- ☐ Eigen bedrijf, praktijk
- ☐ (N)WW
- ☐ WAO, AAW, WIA
- ☐ Bijstand
- ☐ AOW/ANW, pensioen
- ☐ Studiebeurs, ouderbijdrage
- ☐ Geen inkomen
- ☐ Anders, namelijk
- ☐ Geen antwoord, weet niet

A11. Hoeveel bedraagt het gezamenlijke netto maandinkomen van uw huishouden?

- ☐ Minder dan € 850,00
- ☐ Tussen € 850,00 en € 1.200,00
- ☐ Tussen € 1.201,00 en € 1.750,00
- ☐ Tussen € 1.750,00 en € 3.050,00
- ☐ Tussen € 3.050,00 en € 3.500,00
- ☐ Meer dan € 3.500,00

A12. Heeft u een beperking of chronische aandoening?

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Ja, een lichamelijke beperking (motorisch)
- ☐ Ja, een auditieve beperking (doof, slechthorend)
- ☐ Ja, een visuele beperking (blind, slechtziend)
- ☐ Ja, een verstandelijke beperking
- ☐ Ja, een chronische aandoening
- ☐ Nee

A13. Wat voor lichamelijke beperking heeft u?

.....

A14. Welke chronische ziekte heeft u?

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Cara (Astma)
- ☐ Hart- en-of vaatziekten
- ☐ Artrose
- ☐ Diabetes
- ☐ Cva
- ☐ Reuma
- ☐ Rugaandoening
- ☐ COPD
- ☐ Ziekte van Crohn
- ☐ Anders namelijk;

A15. Ervaart u een belemmeringen bij het bewegen/ sporten als gevolg van uw beperking / chronische aandoening?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

A16. Wat voor belemmeringen ervaart u?

.....

Deel B: Nederlandse norm gezond bewegen en Leefstijl

Een aantal landelijke organisaties hebben de Nederlandse norm voor gezond bewegen (beweegnorm) opgesteld. De beweegnorm staat voor de minimale hoeveelheid beweging per dag, die voldoende is om de gezondheid te verbeteren of op peil te houden. Voor volwassenen is 30 minuten matig intensief bewegen per dag voldoende, als u ook tenminste 2 keer per week gedurende 20 minuten zware lichamelijke inspanning doet. De onderstaande vragen gaan over de beweegnorm.

B1. Op hoeveel dagen per week heeft u tenminste 30 minuten lichaamsbeweging die tenminste even inspannend is als stevig doorlopen of fietsen (denk aan wandelen, fietsen, tuinieren, sport of beweging op het werk)? Het gaat om het gemiddelde aantal dagen van een gewone week.

... dagen per week

B2. Hoe vaak per week beoefent u inspannende sporten of andere zware lichamelijke activiteiten die lang genoeg duren om bezweet te raken (tenminste 20 minuten per keer).

... keer in de week

B3. Bent u op de hoogte van de landelijke campagne 30-minuten bewegen?

- ☐ Ja
☐ Nee

B4. Bent u van plan om in de komende zes maanden meer te gaan bewegen?

- ☐ Ja
☐ Nee

B5. Hoe vaak doet u de volgende activiteiten doorgaans en hoe lang per keer?

	Aantal dagen per week (0 – 7)	Gemiddelde tijd per dag
Woon/werkverkeer		
Lopen van/naar werk of school		 uur min.
Fietsen van/naar werk of school		 uur min.
Huishoudelijke activiteiten		 uur min.
Licht en matig inspannend werk (zoals koken, afwassen, strijken etc)		 uur min.
Zwaar inspannend werk (zoals vloeren schrobben, met zware boodschappen lopen)		 uur min.
Vrije tijd		 uur min.
Wandelen		 uur min.
Fietsen		 uur min.
Tuinieren		 uur min.
Klussen/doe-het-zelven		 uur min.
Sport		 uur min.

- B6. Hoeveel dagen per week verrichtte u de onderstaande activiteiten en hoeveel uur per week was u daar gemiddeld mee bezig was?**

Lichamelijke activiteit op werk of school	Aantal dagen per week	Aantal uren per week
Licht en matig inspannend werk		 uur.
Zwaar inspannend werk (lopend werk of werk waarbij regelmatig zware dingen moeten worden opgetild)		 uur.

- B7. Hoe zou u uw conditie over het algemeen noemen?**

- ☐ Uitstekend
☐ Zeer goed
☐ Goed
☐ Matig
☐ Slecht

- B8. Rookt u (wel eens)?**

- ☐ Ja
☐ Nee, maar vroeger wel
☐ Nee, ik heb nooit gerookt

- B9. Hoeveel glazen alcohol drinkt u gewoonlijk per week?**

.... glazen

- B10. Op hoeveel dagen per week eet of drinkt u de volgende producten? Denk hierbij aan het afgelopen jaar. S.v.p. één antwoord per product.**

	Nooit	Minder dan 1x	1	2	3	4	5	6	7
Groenten									
Fruit									
Ontbijt									

- B11. Wat is uw lichaamslengte (zonder schoenen) in centimeters?**

..... centimeter

- B12. Wat is uw lichaamsgewicht (zonder kleren) in kilogrammen?**

Indien u zwanger bent, hier graag uw gewicht van vóór de zwangerschap invullen.

..... kilogram

Deel C: Sport en bewegen

De volgende vragen gaan over sportbeoefening. Het gaat om activiteiten die u in de afgelopen twaalf maanden heeft verricht volgens gebruiken en regels uit de sportwereld. U moet dus denken aan bijvoorbeeld badminton, fitness, toerfietsen en schaken, maar niet aan yoga, tuinieren, puzzelen of fietsen naar de bakker. Sporten die u tijdens de vakanties heeft beoefend, tellen wel mee; sporten tijdens lessen lichamelijke opvoeding op school niet.

C1. Welke sport of sporten heeft u in de afgelopen twaalf maanden beoefend?

☐ aerobics/steps	(1)	☐ korfbal	(24)
☐ atletiek	(2)	☐ midgetgolf	(25)
☐ badminton	(3)	☐ motorsport	(26)
☐ basketbal	(4)	☐ paardensport	(27)
☐ biljart/poolbiljart/snooker	(5)	☐ roeien	(28)
☐ bowling	(6)	☐ schaatsen	(29)
☐ bridge	(7)	☐ schaken	(30)
☐ dammen	(8)	☐ schietsport	(31)
☐ danssport	(9)	☐ skeeleren/skaten	(32)
☐ darts	(10)	☐ skiën/langlaufen/snowboarden	(33)
☐ duiksport	(11)	☐ squash	(34)
☐ fitness conditie	(12)	☐ tafeltennis	(35)
☐ fitness kracht	(13)	☐ tennis	(36)
☐ golf	(14)	☐ vecht- en verdedigingssporten	(37)
☐ gymnastiek/turnen	(15)	☐ veldvoetbal	(38)
☐ handbal	(16)	☐ volleybal	(39)
☐ hardlopen/joggen/trimmen	(17)	☐ wandelsport	(40)
☐ hockey	(18)	☐ watersport/zeilen/surfen	(41)
☐ honkbal/softbal	(19)	☐ wielrennen/mountainbiken/toerfietsen	(42)
☐ jeu de boules	(20)	☐ zaalvoetbal	(43)
☐ kano	(21)	☐ zwemsport	(44)
☐ karting	(22)	☐ andere sport, namelijk:	(45)
☐ klimsport/bergwandelen	(23)	☐ geen sport (46) Ga door naar C9	

C2. Hoeveel keer heeft u in de afgelopen twaalf maanden in totaal gesport?

..... keer

De volgende vragen gaan over de sporten die zijn aangekruist bij vraag C1.

C3. Welke van deze sporten heeft u de afgelopen twaalf maanden het meest beoefend?

(Vul maximaal drie sporten in. Doe dit door het nummer te noteren dat op bovenstaand toonblad bij de betreffende sport(en) is aangegeven. Als er meer dan drie sporten in aanmerking komen, vul dan de drie sporten in die u de afgelopen twaalf maanden het meest heeft beoefend.)

Sport 1	Sport 2	Sport 3

C4. Hoeveel keer heeft u deze sport in de afgelopen twaalf maanden beoefend?

Sport 1	Sport 2	Sport 3
keer	keer	keer

C5. Beoefende u deze sport in de afgelopen twaalf maanden.....

(Per sport meerdere antwoorden mogelijk)

	Sport 1	Sport 2	Sport 3
Als lid van een sportvereniging	☐	☐	☐
Als abonnee/lid/cursist van een fitnesscentrum of andere commerciële sportaanbieder	☐	☐	☐
Tijdens de na-schoolse opvang	☐	☐	☐
In het kader van bedrijfssport	☐	☐	☐
Via het sociaal-cultureel werk, sportbuurtwerk of welzijnswerk	☐	☐	☐
Tijdens een georganiseerde sportvakantie	☐	☐	☐
Als deelnemer aan een georganiseerd sportevenement	☐	☐	☐
In groepsverband, georganiseerd door uzelf, familie, vrienden en/of kennissen	☐	☐	☐
Alleen, ongeorganiseerd	☐	☐	☐
Anders, namelijk	☐	☐	☐

C6. Heeft u in de afgelopen twaalf maanden deelgenomen aan.....

(Per sport meerdere antwoorden mogelijk)

	Sport 1	Sport 2	Sport 3
Lessen/cursussen	☐	☐	☐
Trainingen	☐	☐	☐
Competitie	☐	☐	☐
Toernooien/sportevenementen	☐	☐	☐
Geen van bovenstaande	☐	☐	☐

C7. Wat zijn de belangrijkste redenen om te sporten en/of te bewegen

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Lichaamsbeweging/gezondheid
- ☐ Advies opvolgen van arts/fysiotherapeut
- ☐ Kan met specifieke aandoening deze sport doen
- ☐ Afslanken
- ☐ 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
- ☐ Zakelijke contacten
- ☐ Lekker buiten zijn
- ☐ Weinig/geen reistijd nodig
- ☐ Niet duur
- ☐ Goede voorzieningen, accommodatie
- ☐ Aanzien/status
- ☐ Anders

C8. Waar heeft u deze sport(en) in de afgelopen twaalf maanden beoefend?

En was dit binnen uw eigen gemeente en/of elders?

(Per sport meerdere antwoorden mogelijk)

	Sport 1		Sport 2		Sport 3	
	Eigen gemeente	Elders	Eigen gemeente	Elders	Eigen gemeente	Elders
Officiële binnensportaccommodatie (1) <i>(zoals sporthal, gymnastieklokaal, fitnesscentrum/sportschool overdekt of combi-zwembad, ijshal/ijsbaan (binnen), tennisbaan (binnen), klimhal, karthal etc.)</i>	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Officiële buitensportaccommodatie (2) <i>(zoals voetbalveld, hockeyveld, tennisbaan (buiten), openluchtzwembad, ijsbaan (buiten/halfoverdekt), manege etc.)</i>	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sportvoorziening in de openbare ruimte (3) <i>(zoals halfpipe, basketbalpleintje, trapveldje/voetbalkooi (met goals) etc.)</i>	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Andersoortige voorziening (4) <i>(zoals park, bos, bergen, strand, meer, openbare weg, buurthuis, wijkcentrum, café, huis/tuin etc.)</i>	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Ga door naar vraag C12.

Deze vragen zijn bedoeld wanneer u bij vraag C1 'geen sport' heeft aangekruist.

C9. Wat is de belangrijkste reden dat u niet (meer) sport?

((Slechts één antwoord mogelijk))

- ☐ Verhuisd
- ☐ Fysieke problemen (blessure, afgekeurd, ziek, lichamelijke beperking)
- ☐ Te oud
- ☐ Het is/werd te duur
- ☐ Nooit gesport
- ☐ Geen tijd, andere bezigheden
- ☐ Geen zin (meer), geen interesse
- ☐ Sportvereniging/-club opgeheven
- ☐ Sportterrein te ver, slecht bereikbaar
- ☐ Het sportaanbod (activiteiten) was niet leuk/goed meer
- ☐ De kwaliteit van de accommodatie was niet voldoende
- ☐ De accommodatie was niet goed toegankelijk
- ☐ Verruwing, agressieve sfeer op het veld
- ☐ Verruwing, agressieve sfeer om het veld
- ☐ De weg naar/bij sportaccommodatie is onveilig
- ☐ Huidige sportaanbod is niet geschikt voor mijn beperking
- ☐ (Lichamelijke) beperking laat sporten (aangepast) niet toe
- ☐ Geen vervoer
- ☐ Vanwege (lichamelijke) beperking begeleiding nodig tijdens sporten; deze is er niet
- ☐ Ik voelde me niet thuis bij de vereniging (geen raakvlak met verenigingsleven)
- ☐ Religieuze/principiële/culturele redenen
- ☐ Andere reden, namelijk

C10. Denkt u dat u in de komende jaren (meer) zal gaan sporten/bewegen?

(Meerdere antwoorden mogelijk, behalve als antwoord nee is aangekruist)

- ☐ Nee
- ☐ Ja, als lid van een sportvereniging/sportbond
- ☐ Ja, als abonnee/lid/cursist van een fitnesscentrum of andere commerciële sportaanbieder
- ☐ Ja, via bedrijf/werkgever
- ☐ Ja, bij een zorginstelling
- ☐ Ja, in groepsverband, georganiseerd door uzelf, familie, vrienden en/of kennissen
- ☐ Ja, alleen, ongeorganiseerd
- ☐ Anders, namelijk

C11. Als u zou overwegen (meer) te gaan sporten, welke sport komt voor u als eerste in aanmerking?

☐ aerobics/steps	(1)	☐ korfbal	(24)
☐ atletiek	(2)	☐ midgetgolf	(25)
☐ badminton	(3)	☐ motorsport	(26)
☐ basketbal	(4)	☐ paardensport	(27)
☐ biljart/poolbiljart/snooker	(5)	☐ roeien	(28)
☐ bowling	(6)	☐ schaatsen	(29)
☐ bridge	(7)	☐ schaken	(30)
☐ dammen	(8)	☐ schietsport	(31)
☐ danssport	(9)	☐ skeeleren/skaten	(32)
☐ darts	(10)	☐ skiën/langlaufen/snowboarden	(33)
☐ duiksport	(11)	☐ squash	(34)
☐ fitness conditie	(12)	☐ tafeltennis	(35)
☐ fitness kracht	(13)	☐ tennis	(36)
☐ golf	(14)	☐ vecht- en verdedigingssporten	(37)
☐ gymnastiek/turnen	(15)	☐ veldvoetbal	(38)
☐ handbal	(16)	☐ volleybal	(39)
☐ hardlopen/joggen/trimmen	(17)	☐ wandelsport	(40)
☐ hockey	(18)	☐ watersport/zeilen/surfen	(41)
☐ honkbal/softbal	(19)	☐ wielrennen/mountainbiken/toerfietsen	(42)
☐ jeu de boules	(20)	☐ zaalvoetbal	(43)
☐ kano	(21)	☐ zwemsport	(44)
☐ karting	(22)	☐ andere sport, namelijk:	(45)
☐ klimsport/bergwandelen	(23)	☐ geen sport (46) <i>Ga door naar C9</i>	

C12. Ziet u zichzelf als sporter?

- ☐ Nee, in het geheel niet
- ☐ Nee, nauwelijks
- ☐ Enigszins
- ☐ Ja, tamelijk
- ☐ Ja, zonder meer

Deel D. Module Blessures in de sport

De volgende vragen gaan over sportblessures / letsel door geweld in de sport.
Indien u de afgelopen twaalf maanden niet heeft gesport, kunt u doorgaan naar module E.

D1. Heeft u in de afgelopen 12 maanden bij het sporten te maken gehad met lichamelijk contact door een opzettelijke overtreding?

- ☐ Ja
- ☐ Nee (ga door naar vraag D5).

D2. Bij welke sport was dat? Indien meerdere keren: de meest recente gebeurtenis.

☐ aerobics/steps	(1)	☐ korfbal	(24)
☐ atletiek	(2)	☐ midgetgolf	(25)
☐ badminton	(3)	☐ motorsport	(26)
☐ basketbal	(4)	☐ paardensport	(27)
☐ biljart/poolbiljart/snooker	(5)	☐ roeien	(28)
☐ bowling	(6)	☐ schaatsen	(29)
☐ bridge	(7)	☐ schaken	(30)
☐ dammen	(8)	☐ schietsport	(31)
☐ danssport	(9)	☐ skeeleren/skaten	(32)
☐ darts	(10)	☐ skiën/langlaufen/snowboarden	(33)
☐ duiksport	(11)	☐ squash	(34)
☐ fitness conditie	(12)	☐ tafeltennis	(35)
☐ fitness kracht	(13)	☐ tennis	(36)
☐ golf	(14)	☐ vecht- en verdedigingssporten	(37)
☐ gymnastiek/turnen	(15)	☐ veldvoetbal	(38)
☐ handbal	(16)	☐ volleybal	(39)
☐ hardlopen/joggen/trimmen	(17)	☐ wandelsport	(40)
☐ hockey	(18)	☐ watersport/zeilen/surfen	(41)
☐ honkbal/softbal	(19)	☐ wielrennen/mountainbiken/toerfietsen	(42)
☐ jeu de boules	(20)	☐ zaalvoetbal	(43)
☐ kano	(21)	☐ zwemsport	(44)
☐ karting	(22)	☐ andere sport, namelijk:	(45)
☐ klimsport/bergwandelen	(23)		

D3. Was dit tijdens:

- ☐ Competitie/wedstrijd
- ☐ Sportevenement
- ☐ Andere vorm van georganiseerd sporten
- ☐ Sporten op eigen gelegenheid
- ☐ Anders
- ☐ Geen van deze / weet ik niet

D4. Heeft u daarbij zelf letsel opgelopen?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

D5. Heeft u in de afgelopen 12 maanden zelf of als getuige te maken gehad met een vorm van opzettelijk lichamelijk geweld in de sport, zoals slaan of schoppen? Hierbij bedoelen we niet eventueel wangedrag dat u op tv hebt gezien.

- ☐ Ja
☐ Nee (ga verder naar D11).

D6. Bij welke sport was dat? Indien meerdere keren: de meest recente gebeurtenis.

☐ aerobics/steps	(1)	☐ korfbal	(24)
☐ atletiek	(2)	☐ midgetgolf	(25)
☐ badminton	(3)	☐ motorsport	(26)
☐ basketbal	(4)	☐ paardensport	(27)
☐ biljart/poolbiljart/snooker	(5)	☐ roeien	(28)
☐ bowling	(6)	☐ schaatsen	(29)
☐ bridge	(7)	☐ schaken	(30)
☐ dammen	(8)	☐ schietsport	(31)
☐ danssport	(9)	☐ skeeleren/skaten	(32)
☐ darts	(10)	☐ skiën/langlaufen/snowboarden	(33)
☐ duiksport	(11)	☐ squash	(34)
☐ fitness conditie	(12)	☐ tafeltennis	(35)
☐ fitness kracht	(13)	☐ tennis	(36)
☐ golf	(14)	☐ vecht- en verdedigingssporten	(37)
☐ gymnastiek/turnen	(15)	☐ veldvoetbal	(38)
☐ handbal	(16)	☐ volleybal	(39)
☐ hardlopen/joggen/trimmen	(17)	☐ wandelsport	(40)
☐ hockey	(18)	☐ watersport/zeilen/surfen	(41)
☐ honkbal/softbal	(19)	☐ wielrennen/mountainbiken/toerfietsen	(42)
☐ jeu de boules	(20)	☐ zaalvoetbal	(43)
☐ kano	(21)	☐ zwemsport	(44)
☐ karting	(22)	☐ andere sport, namelijk:	(45)
☐ klimsport/bergwandelen	(23)		

D7. Welk sportniveau was dit? [single respons]

- ☐ Amateurs / breedtesport / recreatiesport
☐ Topsport / professionele sportbeoefening

D8. Op welke manier was u hier bij betrokken? [single respons]

- ☐ Als slachtoffer
☐ Als getuige/toeschouwer
☐ Anders, namelijk

D9. Heeft u daarbij zelf letsel opgelopen?

- ☐ Ja
☐ Nee

D10. Op welke manier was u daarbij aanwezig? Was dat als:

- ☐ Sporter
- ☐ Begeleider/coach/trainer
- ☐ Official/scheidsrechter/jurylid
- ☐ Vrijwilliger
- ☐ Ouder/verzorger
- ☐ Supporter
- ☐ Anders, namelijk.....

D11. Heeft u in de afgelopen 12 maanden zelf of als getuige te maken gehad met verbaal geweld in de sport, zoals schelden, pesten, treiteren, intimidatie of bedreiging? Hierbij bedoelen we niet eventueel wangedrag dat u op tv hebt gezien.

- ☐ Ja
- ☐ Nee (ga verder met D16).

D12. Bij welke sport was dat?

Indien meerdere keren: de meest recente gebeurtenis.

☐ aerobics/steps	(1)	☐ korfbal	(24)
☐ atletiek	(2)	☐ midgetgolf	(25)
☐ badminton	(3)	☐ motorsport	(26)
☐ basketbal	(4)	☐ paardensport	(27)
☐ biljart/poolbiljart/snooker	(5)	☐ roeien	(28)
☐ bowling	(6)	☐ schaatsen	(29)
☐ bridge	(7)	☐ schaken	(30)
☐ dammen	(8)	☐ schietsport	(31)
☐ danssport	(9)	☐ skeeleren/skaten	(32)
☐ darts	(10)	☐ skiën/langlaufen/snowboarden	(33)
☐ duiksport	(11)	☐ squash	(34)
☐ fitness conditie	(12)	☐ tafeltennis	(35)
☐ fitness kracht	(13)	☐ tennis	(36)
☐ golf	(14)	☐ vecht- en verdedigingssporten	(37)
☐ gymnastiek/turnen	(15)	☐ veldvoetbal	(38)
☐ handbal	(16)	☐ volleybal	(39)
☐ hardlopen/joggen/trimmen	(17)	☐ wandelsport	(40)
☐ hockey	(18)	☐ watersport/zeilen/surfen	(41)
☐ honkbal/softbal	(19)	☐ wielrennen/mountainbiken/toerfietsen	(42)
☐ jeu de boules	(20)	☐ zaalvoetbal	(43)
☐ kano	(21)	☐ zwemsport	(44)
☐ karting	(22)	☐ andere sport, namelijk:	(45)
☐ klimsport/bergwandelen	(23)		

D13. Welk sportniveau was dit?

- ☐ Amateurs / breedtesport / recreatiesport
- ☐ Topsport / professionele sportbeoefening

D14. Op welke manier was u hier bij betrokken?

- ☐ Als slachtoffer
- ☐ Als getuige
- ☐ Anders, namelijk

D15. Op welke manier was u daarbij aanwezig? Was dat als:

- ☐ Sporter
- ☐ Begeleider/coach/trainer
- ☐ Official/scheidsrechter/jurylid
- ☐ Vrijwilliger
- ☐ Ouder/verzorger
- ☐ Supporter
- ☐ Anders, namelijk

D16. Heeft u wel eens behoefte aan informatie over wat u kunt doen om te zorgen dat:

- (Meerdere antwoorden mogelijk)
- ☐ U niet geblesseerd raakt / geen sportblessure krijgt
- ☐ U een beginnende klacht/sportblessure kunt verhelpen
- ☐ Uw sportblessure na herstel niet terugkomt
- ☐ Geen van deze (Ga verder naar D20)

D17. Heeft u daarover wel eens informatie gezocht?

- ☐ Ja
- ☐ Nee (Ga verder naar D20)

D18. Heeft u die informatie kunnen vinden?

- ☐ Ja, voldoende informatie
- ☐ Ja, maar ik wil meer weten
- ☐ Nee, niet wat ik zocht (ga verder naar D20).

D19. Waar heeft u deze informatie gevonden?

- ☐ www.voorkomblessures.nl
- ☐ www.sportzorg.nl
- ☐ Andere website(s), namelijk
- ☐ Via tijdschriften
- ☐ Via de trainer/coach
- ☐ Via de huisarts
- ☐ Via de fysiotherapeut
- ☐ Via de sportmasseur
- ☐ Anders, namelijk

D20. Als u tijdens het sporten een klacht/blessure voelt opkomen, wat doet u dan?

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Ik ga naar een huisarts / fysiotherapeut / sportmasseur / sportarts
- ☐ Ik vraag advies aan mijn trainer/coach
- ☐ Ik zoek zelf informatie wat voor klacht/blessure dat is
- ☐ Ik zoek zelf naar maatregelen waarmee ik deze blessure kan verhelpen
- ☐ Ik verminder mijn trainingsomvang of sla één of meerdere trainingen/wedstrijden over
- ☐ Ik houd volledige rust
- ☐ Ik doe specifieke oefeningen op eigen initiatief
- ☐ Ik doe oefeningen op advies van een (medisch) behandelaar
- ☐ Ik doe niets / wacht het af
- ☐ Anders, namelijk

Deel E. Niet-sporten

Dit gedeelte hoeft u alleen te beantwoorden als u niet aan sport doet

E1. Heeft u in het verleden gesport?

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Weet niet

E2. Hebben uw ouders of één van uw ouders gesport tijdens uw jeugd?

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ Ja, moeder
- ☐ Ja, vader
- ☐ Ja, beiden
- ☐ Geen van beiden
- ☐ Weet niet

E3. Heeft u bij een vereniging, sportschool of in een ander verband gesport?

Is dat

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ Als lid van een sportvereniging
- ☐ Bij een sportschool, fitnesscentrum, andere commerciële sportaanbieder en dergelijke (bv. ook manege)
- ☐ Georganiseerd door werkgever/bedrijf of in kader van bedrijfsport
- ☐ Georganiseerd door gemeente, sociaal-cultureel werk, sportbuurtwerk of welzijnswerk
- ☐ In verband met sportvakantie
- ☐ Onder medische begeleiding (bijvoorbeeld fysiotherapeut)
- ☐ In het kader van schoolsport buiten gymnastiekles
- ☐ Studentensportkaart/studentensport
- ☐ Ongeorganiseerd met vrienden, familie, gezin of collega's
- ☐ Ongeorganiseerd, alleen/individueel
- ☐ In ander verband, namelijk (vul in)
- ☐ Weet niet/geen antwoord

E4. Wat is de belangrijkste reden dat u niet (meer) sport?

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ Verhuisd
- ☐ Fysieke problemen (blessure, afgekeurd, ziek, lichamelijke beperking)
- ☐ Te oud
- ☐ Het is/werd te duur
- ☐ Nooit gesport
- ☐ Geen tijd, andere bezigheden
- ☐ Geen zin (meer), geen interesse
- ☐ Sportvereniging/-club opgeheven
- ☐ Sportterrein te ver, slecht bereikbaar
- ☐ Het sportaanbod (activiteiten) was niet leuk/goed meer
- ☐ De kwaliteit van de accommodatie was niet voldoende
- ☐ De accommodatie was niet goed toegankelijk
- ☐ Verruwing, agressieve sfeer op het veld
- ☐ Verruwing, agressieve sfeer om het veld
- ☐ De weg naar/bij sportaccommodatie is onveilig
- ☐ Huidige sportaanbod is niet geschikt voor mijn beperking
- ☐ (Lichamelijke) beperking laat sporten (aangepast) niet toe
- ☐ Geen vervoer
- ☐ Vanwege (lichamelijke) beperking begeleiding nodig tijdens sporten; deze is er niet
- ☐ Ik voelde me niet thuis bij de vereniging of club (geen raakvlak met verenigingsleven)
- ☐ Religieuze/principiële/culturele redenen
- ☐ Andere reden, namelijk

E5. Zou u (weer) willen sporten?

((Slechts één antwoord mogelijk))

- ☐ Ja
- ☐ Nee (ga verder naar Deel F)
- ☐ Weet niet (ga verder naar Deel F)

E6. U geeft aan dat u wel (weer) zou willen sporten.

Wat moet er gebeuren om er voor te zorgen dat u (weer) gaat sporten?

.....

.....

.....

.....

.....

E7. Wanneer zou u eventueel gaan sporten?

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Als ik met een bekende kan gaan sporten
- ☐ Als anderen (arts of familie) zeggen dat dit nodig is.
- ☐ Als mijn gezondheidsklachten afnemen
- ☐ Als mijn huidige lichamelijke activiteiten verminderen (vanwege werk, kinderopvang, etc.)
- ☐ Als ik het minder druk krijg (vanwege gezin, werk, studie, etc.)
- ☐ Als ik weet welke sporten ik in de buurt kan doen
- ☐ Als het sportaanbod verbetert
- ☐ Als ik weinig nieuwe vaardigheden hoef te leren
- ☐ Als ik meer geld te besteden heb
- ☐ Als de reistijd vermindert
- ☐ Geen enkele reden, ik wil niet sporten

- ☐ Andere reden, namelijk

E8. Hoeveel geld (in hele euro's heeft u per jaar maximaal over om een sport te beoefenen? (Denk aan lidmaatschap, kosten training, toernooien, reiskosten, kleding, materiaal)

.....

E9. Hoeveel minuten wilt u maximaal aan de heenreis kwijt zijn om een sport te beoefenen?

.....

Deel F. ACCOMMODATIES

F1. Van welke van onderstaande sportvoorzieningen heeft u in de afgelopen 12 maanden het vaakst gebruik gemaakt voor uw sportbeoefening?

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ ...invullen namen/adressen sportvoorzieningen in de gemeente (zowel gemeentelijk als van verenigingen als commercieel)
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ik heb in de afgelopen 12 maanden van geen van bovenstaande sportvoorzieningen gebruik gemaakt (ga verder naar Deel G.)

Bereikbaarheid

F2. Wat is (ongeveer) de afstand tussen uw woonadres en deze sportvoorziening?

- ☐ 0 - 3 kilometer
- ☐ 4 - 6 kilometer
- ☐ 7 - 9 kilometer
- ☐ 10 kilometer of meer

F3. Op welke wijze gaat u meestal naar deze sportvoorziening?

(Slechts één antwoord mogelijk)

- ☐ Te voet of met de (brom)fiets
- ☐ Met het openbaar vervoer
- ☐ Met de auto

F4. Hoe tevreden of ontevreden bent u over ...

	Ze er te vre den	Te vre den	On te vre den	Ze er on te vre den	Ge en me ning
a. de bereikbaarheid van deze sportvoorziening te voet/ met de (brom)fiets?	☐	☐	☐	☐	☐
b. de mogelijkheden voor het stallen van (brom)fietsen?	☐	☐	☐	☐	☐
c. de bereikbaarheid van deze sportvoorziening met de auto?	☐	☐	☐	☐	☐
d. de bereikbaarheid van deze sportvoorziening per openbaar vervoer?	☐	☐	☐	☐	☐
e. de parkeermogelijkheden voor auto's?	☐	☐	☐	☐	☐

Kosten

F5. Betaalt u wel eens zelf entree of huur voor het gebruik van deze sportvoorziening?

Dus niet via het lidmaatschap van een vereniging of commerciële sportaanbieder, maar per keer dat u van de voorziening gebruik maakt, bijvoorbeeld een zwembadkaartje of wanneer u zelf een squashbaan of een gymzaal afhuurt om op eigen gelegenheid te sporten.

- ☐ Ja
- ☐ Nee (ga door met vraag 7)

F6. Hoe tevreden of ontevreden bent u over de hoogte van de entree/huur in verhouding tot de kwaliteit?

- ☐ Zeer tevreden
- ☐ Tevreden
- ☐ Ontevreden
- ☐ Zeer ontevreden
- ☐ Geen mening

F7. Koopt u wel eens een consumptie bij de bar/kantine/horeca van de sportvoorziening?

Het gaat hierbij zowel om drinken als om snoep/ijsjes/snacks e.d.

- ☐ Ja
- ☐ Nee (ga door met vraag 9)
- ☐ Geen bar/kantine/horeca aanwezig in de sportvoorziening (ga door met vraag 9)

F8. Hoe tevreden of ontevreden bent u over de prijs/kwaliteitsverhouding van de consumpties?

- ☐ Zeer tevreden
- ☐ Tevreden
- ☐ Ontevreden
- ☐ Zeer ontevreden
- ☐ Geen mening

Veiligheid

F9. Voelt u zich veilig rondom de sportvoorziening?

- ☐ Nooit
- ☐ Meestal niet
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Meestal wel (ga door met vraag F12)
- ☐ Altijd (ga door met vraag F12)

F10. Op welk tijdstip voelt u zich niet veilig rondom de sportvoorziening?

- ☐ Alleen overdag
- ☐ Zowel overdag als 's avonds/'s nachts
- ☐ Alleen 's avonds/'s nachts

F11. Wat zijn de belangrijkste oorzaken van het feit dat u zich (soms) niet veilig voelt rondom de sportvoorziening?

(Meer antwoorden mogelijk)

- ☐ Onvoldoende verlichting
- ☐ Onvoldoende overzicht (dicht struikgewas of andere 'verstopplaatsen')
- ☐ Onvoldoende formeel toezicht vanuit sportvoorziening (beheerder, conciërge)
- ☐ Onvoldoende informeel toezicht door passanten/buurbewoners
- ☐ Onvoldoende uitwijkmogelijkheden (slechts één uitweg)
- ☐ Aanwezigheid van hangjongeren e.d.
- ☐ Anders, namelijk

Faciliteiten

F12. Hoe tevreden of ontevreden bent u over ...

	Zeervred	Tevreden	Ontevreden	Zeervred	Geen mening	Niet van toepassing
a. de openingstijden/beschikbaarheid van de sportvoorziening?	☐	☐	☐	☐	☐	
b. de toegankelijkheid van de accommodatie (bijvoorbeeld voor rolstoelen of mensen die slecht ter been zijn)?	☐	☐	☐	☐	☐	
c. de kwaliteit van de sportvloer/het veld/het bassin?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d. de hoeveelheid aangeboden materialen (bijvoorbeeld doelen, netten, ballen, apparaten)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
e. de kwaliteit van de aangeboden materialen (bijvoorbeeld doelen, netten, ballen, apparaten)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
f. de kleedruimten in algemene zin?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
g. de douches en toiletten in algemene zin?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
h. de kwaliteit/service van de horecafaciliteiten?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Hygiëne

F13. Hoe tevreden of ontevreden bent u over de schoonmaak van...

	Zeer tevreden	Tevreden	Ontevreden	Zeer ontevreden	Geen mening	Niet van toepassing
a. de sportruimte?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b. de kleedruimten?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c. de douches?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d. de toiletten?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
e. de overige ruimten?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Betrokkenheid

F14. Zijn er mogelijkheden om opmerkingen, ideeën of klachten over de sportvoorziening in te brengen, bijvoorbeeld door middel van een spreekuur of een ideeën- of klachtenbus?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Weet niet

F15. Heeft u wel eens een opmerking, idee of klacht over de sportvoorziening ingebracht?

- ☐ Ja, namelijk
- ☐ Nee (ga door met vraag F17)

F16. Is naar uw mening voldoende gehoor gegeven aan uw opmerking, idee of klacht?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

F17. Zou u meer betrokken willen worden bij het beheer en de exploitatie van de sportvoorziening?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Totaal oordeel

- F18. Hoe beoordeelt u de door u het vaakst gebruikte sportvoorziening als geheel?**
*Geef een 'rapportcijfer' van 1 tot 10, waarbij 1 het laagst is en 10 het hoogst.
U mag daarbij ook 'halfjes' geven.*

Deel G. Communicatie

De volgende vragen gaan over het gebruik van communicatiemiddelen o.a. om op de hoogte te blijven van ontwikkelingen in de sport..

- G1. Welke van de onderstaande media gebruikt u minimaal wekelijks?**

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Landelijke televisiezenders
- ☐ Lokale / regionale televisiezenders
- ☐ Landelijke krant
- ☐ Lokale / regionale krant
- ☐ Huis-aan-huisbladen
- ☐ Magazines / tijdschriften
- ☐ Internet

- G2. Welke van de onderstaande media gebruikt u minimaal wekelijks om sport te volgen? (Meerdere antwoorden mogelijk)**

- ☐ Landelijke televisiezenders
- ☐ Lokale / regionale televisiezenders
- ☐ Landelijke krant
- ☐ Lokale / regionale krant
- ☐ Huis-aan-huisbladen
- ☐ Magazines / tijdschriften
- ☐ Internet

De volgende vragen gaan over online sociale media.

G3. Welke van de onderstaande online sociale media gebruikt u minimaal wekelijks?

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Facebook
- ☐ Twitter
- ☐ What's app/ Ping
- ☐ You tube
- ☐ Instagram
- ☐ Pinterest
- ☐ Hyves
- ☐ Picasa
- ☐ Flickr
- ☐ Google+
- ☐ Linked in
- ☐ My space
- ☐ Eigen weblog
- ☐ Anders, namelijk
- ☐ Geen *(U bent klaar met het invullen van de vragenlijst)*

G4. Hoeveel uur per week bent u actief op de door u aangegeven vormen van online sociale media?

(U kunt de tijd die u per week besteedt van alle vormen van online sociale media bij elkaar optellen.)

- ☐ meer dan 7 uur per week
- ☐ 3 tot 7 uur per week
- ☐ 1 tot 3 uur per week
- ☐ Tot 1 uur per week

G5. Wanneer besteedt u uw tijd aan het gebruik van online sociale media.

Wanneer doet u dat?

(Meer antwoorden mogelijk)

- ☐ In mijn vrije tijd
- ☐ Onder schooltijd/ werktijd
- ☐ Als ik onderweg ben

G6. Gebruikt u deze sociale media ook om berichten, foto's of filmpjes te posten en/of te lezen over sport?

U kunt dan denken aan het zelf sporten, de sport van vrienden of aan topsport.

- ☐ Ja, regelmatig
- ☐ Ja, soms
- ☐ Nee, nooit (U bent klaar met het invullen van de vragenlijst).

G7. Welke rol speelt sport als u actief bent met online sociale media?

(Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Ik spreek af met anderen om te gaan sporten
- ☐ Ik plaats filmpjes en/of foto's waarop ik zelf aan het sporten ben
- ☐ Ik kijk filmpjes en/of foto's van anderen die aan het sporten zijn
- ☐ Ik laat anderen weten wat voor sport ik beoefen
- ☐ Ik laat anderen weten waar ik sport
- ☐ Ik laat anderen weten welke sportprestatie ik heb geleverd
- ☐ Ik zoek informatie over welke sport bij mij zou passen
- ☐ Ik zoek informatie over de techniek van sporten
- ☐ Ik zoek informatie over organisatorische zaken rondom sportbeoefening (tijden en locaties van trainingen/wedstrijden, benodigd materiaal enz.)
- ☐ Ik volg sportuitslagen
- ☐ Ik schrijf mij in voor wedstrijden/evenementen
- ☐ Ik praat na met anderen over een geleverde sportprestatie
- ☐ Anders, namelijk
- ☐ Geen van deze

G8. Geef voor de volgende uitspraken aan in welke mate u het er mee eens of mee oneens bent.

	Zeer tevreden	Tevreden	Ontevreden	Zeer ontevreden	Geen mening	Niet van toepassing
Communicatie over sport zonder gebruik te maken van online sociale media kan ik me niet meer voorstellen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ik doe me op online sociale media sportiever voor dan ik eigenlijk ben	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Als ik een slechte sportprestatie heb geleverd, plaats ik dat liever niet op online sociale media	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Door berichten/foto's/filmpjes van anderen op online sociale media raak ik gemotiveerd om zelf (vaker) aan sport te gaan doen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Via berichten op online sociale media vergelijk ik mijn sportieve prestaties met anderen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Door berichten op online sociale media ben ik (meer) gaan sporten/bewegen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ik gebruik online sociale media om te communiceren met mijn sportclub	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mijn sportclub is heel actief met online sociale media	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ik vind dat mijn sportclub meer gebruik kan maken van online sociale media	☐	☐	☐	☐	☐	☐
De tijd die ik besteed aan online sociale media gaat ook ten koste van mijn sportbeoefening	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Door berichten op online sociale media voel ik mij verplicht om (meer) te gaan sporten/bewegen	☐	☐	☐	☐	☐	☐

U bent aan het einde van de vragenlijst.

Bedankt voor het invullen.

Gemeente xxxx

Sportservice Zuid-Holland