



## Onderzoek wat ouderen (buiten) beweegt

Als een gemeente of woonzorginstelling aan de slag gaat met het [inrichten van een beweegvriendelijke omgeving voor senioren](#) is het zaak deze wensen en behoeften te kennen. Die kunnen nogal uiteenlopen: van eendjes voeren, tuinieren en een tafeltennistafel tot jeu de boules; zoveel mensen, zoveel wensen. Om deze wensen in kaart te kunnen brengen, kunnen gemeenten verschillende instrumenten en methoden inzetten. Waaronder focusgroepen, buurt/wijkwandeling, huisbezoeken of een vragenlijst.

## Handleiding voor buurt/wijkwandeling met ouderen

### ‘Hoe ervaren ouderen hun omgeving in relatie tot bewegen’

**Met wie:** ouderen uit de buurt ..... te .....

**Doel:** inventariseren wat ouderen nodig hebben (belangrijk vinden) om te bewegen in hun buurt

**Wat:** analyseren en inspireren – wat zijn de wensen en hoe kunnen we die vervullen

### Voorafgaand aan de buurt/wijkwandeling

1. Materialen en benodigdheden regelen en meenemen:

- ✓ Recorder
- ✓ Pennen
- ✓ Klembord of ander bord waarop geschreven kan worden
- ✓ Route

- ✓ Presentje
- ✓ Uitgeprinte topiclijsten
- ✓ Fotocamera
- ✓ Toestemmingsformulieren

## 2. Zorgen voor een goede route

### Voorstellen onderzoekers en informeren over achtergrond en doel van het onderzoek

1. Welkom
2. Voorstellen onderzoekers + functie

*Welkom. Fijn dat jullie er zijn. Ik wil jullie nogmaals **bedanken** dat jullie hier vandaag aanwezig willen zijn.*

*Mijn naam is ..... en ik ben [functie]. Ik zal vandaag met jullie een wandeling maken waarbij we in gesprek gaan over bewegen in jullie buurt. Ik zal het **gesprek leiden**, en dat betekent dat ik jullie vragen ga stellen en zorg dat iedereen aan het woord komt.*

*Ik doe deze wandeling samen met ..... [naam en functie]. Hij/zij is hier vandaag met name om mij te **ondersteunen en aantekeningen te maken**, en misschien ook nog wat aanvullende vragen te stellen.*

## 3. Achtergrond en doel onderzoek

*Ik wil graag weten hoe jullie denken over bewegen in jullie buurt. Om inspiratie voor het gesprek op te doen gaan we een wandeling maken in de buurt. Ik wil graag weten wat jullie **belangrijk** vinden aan bewegen in de buurt, tegen welke **belemmeringen** jullie aanlopen, en wat jullie **ideeën en tips** zijn om bewegen in de buurt makkelijker te maken. Wij vinden het belangrijk om **van jullie zelf** te horen hoe jullie over deze onderwerpen denken en wat jullie mening is. Daarnaast zullen wij **foto's** maken van situaties in de buurt die tijdens het gesprek naar boven komen.*

### Uitleg verloop en regels voor de focusgroep

#### 1. Verloop en regels voor de focusgroep

- ✓ Werkwijze
- ✓ Gespreksregels
- ✓ Structuur bijeenkomst
- ✓ Tijdsduur
- ✓ Anonimiteit
- ✓ Toestemming opname
- ✓ Praktische zaken
- ✓ Vragen?
- ✓ Toestemmingsverklaring laten ondertekenen
- ✓ Recorder aanzetten

Om jullie mening zo goed mogelijk boven tafel te krijgen is het belangrijk een aantal dingen met elkaar af te spreken over het verloop:

Werkwijze: het is de bedoeling dat jullie tijdens de wandeling dingen aankaarten die invloed hebben op jullie beweging in de buurt. Van deze dingen zullen wij soms een **foto** maken. Daarnaast stellen wij jullie een aantal **vragen**. Daarna is het goed om onderling te **discussiëren** en ook **op elkaar te reageren**. Je mag elkaar ook **vragen stellen**. Waar nodig zal ik af en toe ook wat zeggen. (Het kan zijn dat ik jullie als gespreksleider soms onderbreek, met name omwille van de tijd, zodat we niet uitlopen.) Het belangrijkste tijdens deze wandeling is jullie mening.

Gespreksregels: Daarnaast is het ook belangrijk elkaars mening te respecteren en elkaar te laten uitspreken, zodat wij jullie mening goed kunnen horen. Er zijn **geen goede of foute antwoorden**.

Structuur: We beginnen met een aantal openingsvragen. Daarna gaan we verder met de wandeling en zullen de overige onderwerpen aan bod komen

Tijdsduur: De bijeenkomst duurt **ongeveer 1 uur**.

Anonimiteit/gebruik van gegevens: We gaan **vertrouwelijk** om met uw gegevens. Van dit gesprek zullen wij een verslag schrijven, maar uw naam zal hierin niet worden genoemd, de verslaglegging is geheel anoniem.

Opnamen: We zouden het gesprek graag opnemen op geluidsband, omdat het ons niet lukt om tijdens dit gesprek al jullie meningen op te schrijven of te onthouden. Vindt u het goed dat we **geluidsopnamen** maken? Om deze opnamen te maken hebben we uw goedkeuring nodig en willen we vragen of jullie een **toestemmingsverklaring** willen ondertekenen.

Praktische zaken: Zou u het geluid van uw **mobiele telefoon** willen uitzetten?

Vragen: Zijn er nog vragen?

## Voorstellen deelnemers (openingsvragen)

### 1. Voorstelrondje deelnemers

*Om te beginnen willen wij ook graag weten wie jullie zijn. Zou u uzelf even kort willen voorstellen en vertellen:*

- *Wat uw naam is*
- *Hoe oud u bent*
- *Hoe lang u al in deze buurt woont*

## Beginnen met de wijk/buurtwandeling

Gedurende de wijk/buurtwandeling komen de volgende onderwerpen aan de orde:

### Beweeggedrag in de openbare ruimte:

1. Op welke manier beweegt u buiten?
  - a. Waarom beweegt u op die manier buiten?
  - b. Waar gaat u op die manier naar toe?
  - c. Waarom gaat u daar op die manier naar toe?
  - d. Waarom is dat voor u belangrijk?
2. Waarom beweegt u buiten?
  - a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. Waarom is dat belangrijk voor u?
  - d. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - e. Wat is voor u minder belangrijk?
3. Welke belemmeringen/obstakels ervaart u tijdens het bewegen buiten?
  - a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. Kunt u zo'n belemmering aanwijzen tijdens de wandeling?
  - d. Waarom is dat een belemmering voor u?
  - e. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - f. Wat is voor u minder belangrijk?
  - g. Wat zou er moeten veranderen?

### De fysieke leefomgeving:

4. Wat vindt u van de aantrekkelijkheid van uw wijk?
  - a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. Kunt u aantrekkelijke aspecten aanwijzen tijdens de wandeling?
  - d. Waarom vindt u dat aantrekkelijk?
  - e. Kunt u onaantrekkelijke aspecten aanwijzen tijdens de wandeling?
  - f. Waarom vindt u dat niet aantrekkelijk?

- g. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - h. Wat is voor u minder belangrijk?
  - i. Wat zou er moeten veranderen?
5. In hoeverre nodigt uw buurt uit om buiten te bewegen?
- a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. Kunt u een uitnodigend aspect aanwijzen tijdens de wandeling?
  - d. Waarom nodigt dat uit om buiten te bewegen?
  - e. Kunt u een niet uitnodigend aspect aanwijzen tijdens de wandeling?
  - f. Waarom nodigt dat niet uit om buiten te bewegen?
  - g. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - h. Wat is voor u minder belangrijk?
  - i. Wat zou er moeten veranderen?
6. Wat vindt u van de bereikbaarheid van voorzieningen in uw buurt?
- a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. Hoe bereikt u deze voorzieningen?
  - d. Welke voorzieningen zijn voor u gemakkelijk te bereiken?
  - e. Welke voorzieningen zijn voor u moeilijk te bereiken?
  - f. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - g. Wat is voor u minder belangrijk?
  - h. Wat zou er moeten veranderen?
7. Wat vindt u van de verkeersveiligheid in uw buurt?
- a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. In welke verkeerssituaties voelt u zich onveilig?
  - d. Kunt u een onveilige verkeerssituatie aanwijzen tijdens de wandeling?
  - e. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - f. Wat is voor u minder belangrijk?
  - g. Wat zou er moeten veranderen?

#### **De sociale leefomgeving:**

8. Wat vindt u van de veiligheid in uw buurt?
- a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. In welke situaties voelt u zich onveilig?
  - d. Kunt u een onveilige situatie aanwijzen tijdens de wandeling?
  - e. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - f. Wat is voor u minder belangrijk?
  - g. Wat zou er moeten veranderen?



9. Met wie beweegt u samen in uw buurt?
- a. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - b. In welke situaties beweegt u samen?
  - c. Waarom beweegt u samen?
  - d. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - e. Wat is voor u minder belangrijk?
10. Welke (beweeg)activiteiten worden er in uw buurt georganiseerd?
- a. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - b. Hoe vaak worden activiteiten georganiseerd?
  - c. Door wie worden activiteiten georganiseerd?
  - d. Wat vindt u van de begeleiding tijdens deze activiteiten?
  - e. Hoe wordt u op de hoogte gebracht van deze activiteiten?
  - f. Waarom gaat u naar deze activiteiten toe?
  - g. Waarom gaat u niet naar deze activiteiten toe?
  - h. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - i. Wat is voor u minder belangrijk?
  - j. Wat zou er moeten veranderen?

#### Afsluiting:

11. Welke aanpassingen moeten worden gedaan zodat u meer gaat bewegen in uw wijk (slotvraag)?
- a. Wat bedoelt u daar mee?
  - b. Kunt u daar wat meer uitleg bij geven?
  - c. Waarom moet dat worden aangepast?
  - d. Wat is voor u het meest belangrijk?
  - e. Wat is voor u minder belangrijk?
- 
- ✓ Geef een korte samenvatting van de bijeenkomst en dankwoord
  - ✓ Recorder uitzetten, presentje uitdelen

*Dit instrument maakt onderdeel van een reeks artikelen over hoe gemeenten ouderen meer kunnen laten bewegen. Wanneer ze dat doen, blijven ouderen langer zelfstandig en langer gezond. Deze artikelen geven informatie over hoe je een beweegvriendelijke omgeving kunt inrichten met en voor ouderen. Je vindt deze artikelen op het kennisplatform [Allesoversport.nl](https://allesoversport.nl) onder het thema sociaal domein en beweegstimulering voor ouderen.*