

# Codeboek vragenlijst

## Bijlage bij Toolbox Behoeftenonderzoek

Brandsema, A. & Van Lindert, C. (2018). *Toolbox behoeftenonderzoek gehandicaptensport; Stappenplan om zelf onderzoek uit te voeren onder mensen met een lichamelijke beperking*. Utrecht: Mulier Instituut.

---

### V1. Vult u deze vragenlijst voor uzelf of voor iemand anders in?

- 1 Voor mezelf
- 2 Voor een ander (neemt u dan deze persoon in gedachte bij het invullen van de vragen)

### 2. Heeft u één of meer beperkingen en/of aandoeningen?

Meer antwoorden mogelijk 1 = ja, 0 = nee

- V2\_1 Motorische beperking (bewegen)
- V2\_2 Verstandelijke beperking (begrijpen)
- V2\_3 Auditief (doof-/slechthorend)
- V2\_4 Psychische/psychiatrische problemen
- V2\_5 Visueel (blind-/slechtziend)
- V2\_6 Gedragsproblemen (bijv. ADHD/autisme)
- V2\_7 Chronische aandoening (bijv. COPD/reuma)
- V2\_8 Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)
- V2\_9 Geen van deze/wil ik niet zeggen

### V3. Hoe vaak heeft u in het afgelopen jaar gesport? U kunt denken aan sporten zoals zwemmen, (rolstoel)tennis, handbal, (fysio)fitness en dansen.

- 1 Dagelijks
- 4 1 tot 3 keer per maand
- 2 Een paar keer per week
- 5 Enkele keren in de afgelopen 12 maanden
- 3 Een keer per week
- 6 Niet in de afgelopen 12 maanden → U kunt vraag 3b overslaan

### V3b. Welke sport(en) heeft u beoefend? Als u meerdere sporten heeft beoefend, noteer dan de 3 belangrijkste sporten.

.....

### V4. Er zijn activiteiten die mensen niet doen om te sporten, maar die wel te maken hebben met bewegen. Hoe vaak heeft u in de afgelopen 12 maanden een beweegactiviteit ondernomen voor uw plezier of om voldoende te bewegen? Het gaat hierbij om activiteiten in uw vrije tijd of in therapeutische setting zoals een wandeling, een fiets- of handbiketocht.

- 1 Dagelijks
- 4 1 tot 3 keer per maand
- 2 Een paar keer per week
- 5 Enkele keren in de afgelopen 12 maanden
- 3 Een keer per week
- 6 Niet in de afgelopen 12 maanden → U kunt vraag 4b overslaan

### V4b. Welke beweegactiviteit(en) heeft u ondernomen? Als u meerdere beweegactiviteiten heeft ondernomen, noteer dan de 3 belangrijkste activiteiten.

.....

### 5. Op welke manier heeft u in de afgelopen 12 maanden aan sportieve activiteiten deelgenomen?

Meer antwoorden mogelijk 1 = ja, 0 = nee

- V5\_1 Als lid van een sportvereniging
- V5\_2 Als onderdeel van een behandeling (bijv. van fysiotherapeut)
- V5\_3 Bij een sportschool/fitnesscentrum
- V5\_4 Als lid/deel van een groep mensen die samen actief beweegt
- V5\_5 Alleen of met vrienden/familie (ongeorganiseerd)
- V5\_6 Anders

**V5b. Indien u lid bent van een sportvereniging, is dit in aangepaste vorm?**

- 1 Nee, ik train/sport mee met mensen zonder een beperking
- 2 Ja, ik neem deel aan een groep speciaal voor mensen met een beperking
- 3 Ja, ik ben lid van een vereniging die enkel gehandicaptensport aanbiedt

**6. Hoe denkt u over sportieve activiteiten?**

Geef aan in hoeverre u het eens bent met onderstaande uitspraken.

	Zeer oneens 1	Oneens 2	Neutraal 3	Eens 4	Zeer eens 5	Geen mening 6
V6a Sportieve activiteiten zijn goed voor mijn gezondheid (sterkere spieren, afvallen)						
V6b Sportieve activiteiten vind ik gezellig/doe ik om anderen te ontmoeten						
V6c Sportieve activiteiten doe ik op advies van arts/fysio						
V6d Ik sport omdat ik houd van het wedstrijdelement						
V6e Ik vind het leuk/plezierig om sportieve activiteiten te doen						
V6f Ik (wil) meedoen aan sportieve activiteiten om buiten actief te zijn						
V6g Door sportieve activiteiten voel ik me beter in het dagelijks leven						

**V7. Wat is voor u van toepassing over sportieve activiteiten?**

Geef aan in hoeverre u het eens bent met onderstaande uitspraken.

	Zeer oneens 1	Oneens 2	Neutraal 3	Eens 4	Zeer eens 5	Geen mening 6
V7a Door mijn beperking kan ik geen sportieve activiteiten doen						
V7b Ik ben bang voor/ervaar pijn bij sportieve activiteiten						
V7c Ik ben vaak te moe voor sportieve activiteiten						
V7d Ik weet niet welke sportieve activiteit bij mijn beperking past						
V7e Ik weet niet welke sportieve activiteit ik leuk vind						
V7f Professionele begeleiding is voor mij noodzakelijk bij sportieve activiteiten						
V7g Ik zie ertegen op om een nieuwe sportieve activiteit te beginnen						
V7h Ik ben bang voor vooroordelen bij deelname aan sportieve activiteiten						
V7i Ik ben bang voor blessures/bang om te vallen bij sportieve activiteiten						
V7j Ik heb slechte ervaringen met deelname aan sportieve activiteiten						

**8. Welke belemmeringen voor deelname aan sportieve activiteiten zijn voor u van toepassing? Als u niet deelneemt aan sportieve activiteiten, willen we graag weten welke belemmeringen u verwacht als u wel gaat deelnemen. *Kruis maximaal de drie belangrijkste belemmeringen aan.* 1 = ja, 0 = nee**

- V8\_1 Geen enkele. Ik ervaar/verwacht geen belemmeringen
- V8\_2 Het vervoer (duur/kost veel tijd/afhankelijk van anderen)
- V8\_3 Het tijdstip van de activiteit
- V8\_4 De prijs
- V8\_5 De activiteiten zijn (te) prestatiegericht
- V8\_6 Aanvragen sporthulpmiddelen is lastig (bijv. sportrolstoel)
- V8\_7 Lastig om mensen voor een team/training van hetzelfde niveau bij elkaar te krijgen
- V8\_8 Geen mensen om mee te sporten/bewegen
- V8\_9 Aanbod van activiteiten is beperkt
- V8\_10 Aanbod spreekt me niet aan
- V8\_11 Accommodaties onvoldoende aangepast
- V8\_12 Sportmaterialen/lessen onvoldoende aangepast
- V8\_13 Gebrek aan (deskundige) begeleiding
- V8\_14 Andere belemmering namelijk .....

**9. Heeft u hulp of speciale voorzieningen nodig voor het beoefenen van sportieve activiteiten?**

**Zo ja, welke? *Kruis maximaal de drie belangrijkste aanpassingen aan* 1 = ja, 0 = nee**

- V9\_1 Geen aanpassingen nodig
- V9\_2 Behoeftte aan hulp of speciale voorzieningen afhankelijk van de activiteit
- V9\_3 Goede bereikbaarheid van een sportvoorziening (o.a. nabijheid bushalte)
- V9\_4 Aangepast vervoer naar de sportvoorziening
- V9\_5 Beschikbare vrijwilliger/begeleider (voor vervoer of ter ondersteuning)
- V9\_6 Goede toegankelijkheid van een sportvoorziening (o.a. verlaagde drempels in de locatie)
- V9\_7 Aangepaste accommodatie (o.a. toilet- en doucheruimten/kantine/sportruimte)
- V9\_8 Hulp bij aan- en uitkleden/douchen
- V9\_9 Een trainer/coach die mijn (on)mogelijkheden kent (o.a. vanwege beperking/aandoening)
- V9\_10 Aangepaste groeps grootte
- V9\_11 Aangepaste spelregels
- V9\_12 Speciale sporthulpmiddelen (o.a. sportrolstoel of -prothese)
- V9\_13 Anders, namelijk .....

**10. Wat kan u helpen om (vaker) deel te nemen aan een sportieve activiteit?**

*Meer antwoorden mogelijk.*

1 = ja, 0 = nee

- V10\_1 Meer informatie over het nut van sportieve activiteiten voor mijn gezondheid
- V10\_2 Advies van een arts/fysiotherapeut/diëtist over welke sportieve activiteiten ik aan kan
- V10\_3 (Deskundige) hulp bij het zoeken van een geschikte sportieve activiteit
- V10\_4 Kennismaking bij aanbieders zoals een wandelclub of sportvereniging
- V10\_5 Iemand die de eerste keer met mij meegaat naar een sportieve activiteit
- V10\_6 Een sportieve activiteit die is aangepast aan mijn beperking/aandoening
- V10\_7 De mogelijkheid om mensen te leren kennen bij een sportieve activiteit
- V10\_8 Korting op de kosten van een sportieve activiteit
- V10\_9 Anders namelijk .....
- V10\_10 Geen van deze/ik hoef niet (vaker) deel te nemen

**V11. Door wie wilt u het liefst dat uw sportieve activiteit wordt georganiseerd?**

- 1 Sportvereniging
- 2 Buurthuis of andere organisatie in mijn buurt
- 3 Een zelfstandige trainer/coach
- 4 Een fitnesscentrum
- 5 Medisch/therapeutisch verband (fysiotherapeut, zorgverlener, etc.)
- 6 Ongeorganiseerd/zelf organiseren
- 7 Maakt mij niet uit
- 8 Anders

**V12. Zou u een sportieve activiteit willen doen met mensen met dezelfde beperking?**

*Dat kan bijvoorbeeld bij een sportvereniging of een gespecialiseerde beweeggroep.*

- 1 Ja                       2 Nee                       3 Maakt mij niet uit

**V13. Met wie zou u het liefst een sportieve activiteit willen doen?**

- 1 Met een vaste groep of team  
 2 Met een steeds wisselende groep  
 3 In een wisselende groep van bekenden (vrienden of via internet)  
 4 Met één vaste partner  
 5 Alleen  
 6 Maakt mij niet uit/n.v.t.

**14. Wat is voor u van toepassing? Meer antwoorden mogelijk**                      1 = ja, 0 = nee

- V14\_1 Ik zou graag willen beginnen met een sportieve activiteit(en)  
 V14\_2 Ik zou graag vaker een sportieve activiteit(en) willen doen  
 V14\_3 Ik zou graag een andere sportieve activiteit(en) (erbij) willen doen  
 V14\_4 Ik denk erover om te stoppen                      → Door naar vraag 15  
 V14\_5 Ik wil niks veranderen                      → Door naar vraag 15

**V14b. Welke sportieve activiteiten zou u het liefste willen doen?**

*Het gaat om activiteiten die u momenteel niet beoefent, maar wel zou willen beoefenen.*

.....

**V14c. Wat is de reden dat u nog niet deelneemt aan deze sportieve activiteit?**

.....

**V15. Bent u een...**

- 1 Man                       2 Vrouw

**V16. In welk jaar bent u geboren? .....**

**V17. In welke gemeente woont u? .....**

**V18. Hoe woont u?**

- 1 Alleen     4 In een woonvoorziening/-instelling/-groep  
 2 Inwonend bij ouders                       5 Anders  
 3 Samenwonend met partner/gezin

**V19. Hoe lang heeft u een beperking en/of aandoening? Indien u meerdere beperkingen of aandoeningen heeft, kunt u uitgaan van de langstdurende.**

- 1 Vanaf mijn geboorte                       2 Meer dan 10 jaar  
 3 5 tot 10 jaar                                       4 In de afgelopen 5 jaar gekregen  
 5 Geen beperking/aandoening → U kunt de vraag 20 overslaan

**V20. Welk(e) hulpmiddel(en) gebruikt u in uw dagelijks leven? Het gaat om hulpmiddelen om dagelijkse handelingen in het leven zo makkelijk en aangenaam mogelijk te maken. U kunt denken aan een rolstoel, hulphond, rollator, steunkousen of een stok. Meer antwoorden mogelijk.**

.....  
.....

**V21. Heeft u nog vragen of opmerkingen?**

.....  
.....