

Drentse Sportmonitor 2012

Inzicht in het beweeg- en sportgedrag
van de inwoners van de provincie Drenthe 2008 - 2010 - 2012
Leeftijdsgroep 18 t/m 79 jaar



Sport Drenthe
zet mensen in beweging!

Colofon

Auteur

Paul van Dijk en Britt Tjalma

Redactie

Patricia Schouwink

Met medewerking van:

Mulier Instituut

Sportservice Overijssel

Uitgave

SportDrenthe

Postbus 84

7900 AB Hoogeveen

www.sportdrenthe.nl

Vormgeving en realisatie

!pet drukkers en vormgeving

April 2013

In opdracht van de provincie Drenthe

Auteursrechten voorbehouden.

© Copyright 2013, SportDrenthe

Het auteursrecht van deze publicatie berust bij SportDrenthe. Gehele of gedeeltelijke overname van teksten is toegestaan, mits daarbij de bron wordt vermeld. Vermenigvuldiging en/of publicatie in een andere vorm dan deze uitgave is slechts toegestaan na schriftelijke toestemming van SportDrenthe.

Inhoudsopgave

Voorwoord	4
Samenvatting	5
Inleiding	6
Hoofdstuk 1. Bewegen	7
1.1 Inleiding	7
1.2 De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)	8
1.3 De fitnorm	9
1.4 Inactiviteit	9
1.5 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten	9
Hoofdstuk 2. Sport	11
2.1 Inleiding	11
2.2 Sportparticipatie	11
2.3 Frequentie van sporten	12
2.4 Sportverband	13
2.5 Aantal beoefende sporten	13
2.6 Populariteitsrangorde	13
2.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten	14
Hoofdstuk 3. Doelgroepen	16
3.1 Inleiding	16
3.2 Body Mass Index (BMI)	16
3.3 Sociaal economische status (SES)	18
3.4 Eenzaamheid	20
3.5 55-plussers	20
3.6 Mensen met een beperking	21
3.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten	21
Hoofdstuk 4. Bewegen & sport per doelgroep	23
4.1 Inleiding	23
4.2 BMI en bewegen & sport	23
4.3 SES en bewegen & sport	24
4.4 Eenzaamheid en bewegen & sport	24
4.5 55-plussers en bewegen & sport	25
4.6 Mensen met een beperking en bewegen & sport	26
4.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten	27
Hoofdstuk 5. Motieven om wel of niet te sporten	29
5.1 Inleiding	29
5.2 Motieven om te sporten	29
5.3 Motieven om niet te sporten	29
5.4 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten	31
Bijlage: Methodeverantwoording	33

Voorwoord

Geachte lezer,

De Drentse Sportmonitor is in 2007 door SportDrenthe, in opdracht van de provincie Drenthe, ontwikkeld en geeft relevante informatie en analyses op het gebied van bewegen en sport in Drenthe.

Met de uitvoering van de Sportmonitor in 2008 is een nulmeting gehouden. Met de Drentse Sportmonitor 2010 en 2012 hebben vervolgmetingen plaatsgevonden en kunnen trends worden waargenomen, die van belang zijn voor de beleidsvorming of -ombuiging op de gebieden die onderzocht zijn.

Gezien de omvang van de ondervraagde groep is het bijzondere van deze Sportmonitor dat er zeer nauwkeurige cijfers zijn verkregen. Verschillende normen, doelgroepen en gezondheidskenmerken zijn aan elkaar gekoppeld, waardoor het mogelijk is om per regio in Drenthe uitspraken te doen.

De Drentse Sportmonitor wordt al gebruikt voor de nulmetingen bij het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (NASB). Informatie die gemeenten kunnen vergelijken met het provinciale of regionale beeld. Behalve dat we zo over cijfers beschikken, kunnen we ook veel beter de locaties aanwijzen waar mogelijke interventies gericht kunnen en/of moeten plaatsvinden.

Met de opdracht van de provincie Drenthe voor de ontwikkeling en uitvoering van de Drentse Sportmonitor hebben de provincie, gemeenten en beleidsmakers een waardevol instrument in handen.

Hans de Lang
Directeurbestuurder SportDrenthe



Samenvatting

Bewegen

- Het percentage inwoners van Drenthe dat aan de NNGB voldoet is nagenoeg gelijk gebleven ten opzichte van 2010. In 2008 lag het gemiddelde nog op 41%, in 2010 was dit gestegen naar 50% en in 2012 is het teruggelopen naar 49%. De meest recente landelijke cijfers komen uit 'Bewegen in Nederland 2000-2010', de TNO-monitor Bewegen en Gezondheid. In 2010 lag het landelijk gemiddelde van de inwoners dat voldoet aan de NNGB op 59%.
- In 2012 voldoen iets minder inwoners aan de fitnorm dan in 2010 en 2008. 42% in 2012 tegenover 44% in 2010 en 37% in 2008. Landelijk voldoet 22% van de inwoners aan de fitnorm.
- 3% van de inwoners is inactief. Dit betekent dat zij geen enkele dag in de week minimaal 30 minuten actief zijn. Landelijk ligt dit percentage hoger, namelijk op 5%.

Sport

- De sportparticipatie van de inwoners van de provincie Drenthe is vrij stabiel (72% in 2008, 74% in 2010, 73% in 2012). Landelijk sport 60% minimaal 12 keer per jaar. 51% van de inwoners van Drenthe sport minimaal 1 keer per week, dit is hetzelfde percentage als in 2008. In 2010 sportte 55% van de inwoners minimaal 1 keer per week. De afname zit vooral in het percentage mannen dat minder is gaan sporten (6% afname) en het percentage 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen (respectievelijk 5% en 8% afname). 38% van de Nederlanders sport minimaal 1 keer per week. 36% van de inwoners sport in georganiseerd verband, ofwel is lid van een sportvereniging. 31% sport in commercieel verband en 47% sport ongebonden. Mannen zijn vaker lid van een sportvereniging dan vrouwen. Ook sporten mannen vaker ongebonden. Vrouwen sporten daarentegen vaker in commercieel verband. Jongeren sporten meer dan ouderen en zijn vaker lid van een sportvereniging. Daarnaast sporten ze vaker in commercieel verband of juist ongebonden. De meest beoefende sporten zijn fitness (conditie), wandelsport en hardlopen.

Doelgroepen

- In Drenthe ligt het percentage overgewicht op 50%, waarvan 37% overgewicht en 13% obesitas. Dit ligt nog steeds iets boven het landelijk gemiddelde van 47% (35% overgewicht en 12% obesitas). Bij de lage SES groep komt meer overgewicht en obesitas voor dan bij de andere SES groepen. 42% van de inwoners van de provincie Drenthe geeft aan wel eens eenzaam te zijn, in meer of mindere mate. Uit landelijke rapportage blijkt dat een op de drie Nederlanders eenzaam is. Van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening heeft het merendeel een chronische aandoening. Mannen hebben vaker chronische aandoeningen dan vrouwen. Vrouwen hebben daarentegen vaker auditieve beperkingen.

Motieven om wel of niet te sporten

- De belangrijkste motieven om te sporten, zijn gezondheid/fitheid, plezierbeleving/ontspanning en sociale contacten/gezelligheid. Deze motieven zijn onveranderd en voor alle leeftijdscategorieën gelijk. De belangrijkste motieven om niet te sporten, zijn lichamelijk niet in staat zijn om te sporten en geen tijd. Dit komt overeen met de landelijke motieven.

Inleiding

Aanleiding

In 2008 is de Drentse Sportmonitor voor de eerste keer afgenomen onder de inwoners van de provincie. In 2012 is de Sportmonitor herhaald. Hierdoor is er een begin gezet van een trendlijn. Opnieuw is in kaart gebracht hoe vaak de inwoners van de provincie Drenthe voldoen aan de NNGB en andere beweegnormen, en hoe vaak ze sporten. De cijfers zijn in beeld gebracht per regio (Noord-Drenthe, Midden-Drenthe, Zuidwest-Drenthe en Zuidoost Drenthe), per leeftijdscategorie (18 t/m 34 jaar, 35 t/m 54 jaar en 55 t/m 79 jaar) en voor mannen en vrouwen. Daarnaast zijn specifieke doelgroepen belicht. Deze doelgroepen worden vaak in relatie gebracht met gezondheid, en daardoor ook met bewegingsachterstanden. Het gaat hierbij om overgewicht, sociaal economische status, eenzaamheid, 55-plussers en mensen met een beperking en/of chronische aandoening. In deze Sportmonitor is de Drentse situatie in kaart gebracht en wordt zij vergeleken met de landelijke situatie.

Leeswijzer

De Drentse Sportmonitor begint met een hoofdstuk over bewegen, hierin komen de belangrijkste beweegnormen aan bod. In hoofdstuk 2 wordt ingegaan op sportbeoefening, waarna in hoofdstuk 3 een beschrijving van de geselecteerde doelgroepen wordt gegeven. In hoofdstuk 4 wordt per doelgroep ingegaan op de mate van bewegen en sport, en hoofdstuk 5 geeft een overzicht van de motieven om wel of niet te sporten. Tot slot wordt in de bijlage de onderzoeksmethode toegelicht. In verband met afrondingen is de som van de afzonderlijke percentages niet gelijk aan 100%.

Niet bij elke tabel staat een vergelijking met de voorgaande Sportmonitor, editie 2010. Als u meer vergelijkingen wilt maken, dan verwijzen wij u naar de website van SportDrenthe, www.sportdrenthe.nl, waar de Drentse Sportmonitor 2010 terug te vinden is.

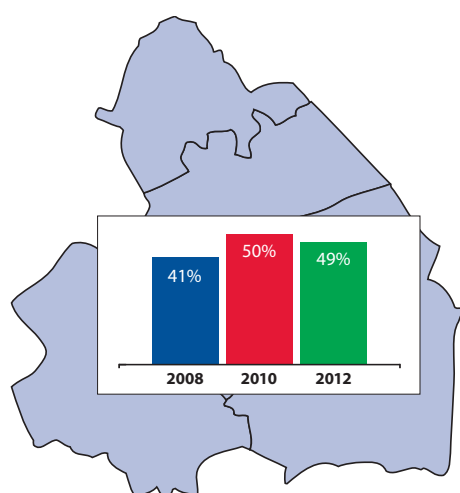
Hoofdstuk 1. Bewegen

1.1 Inleiding

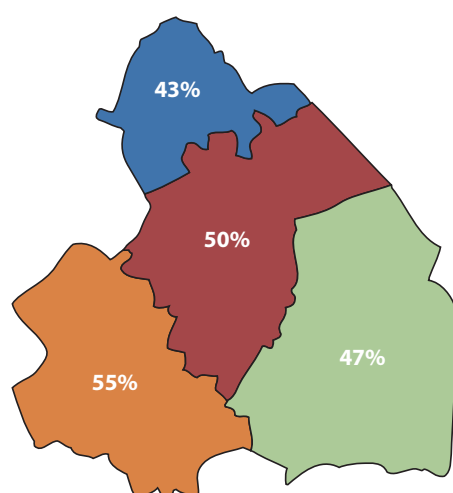
De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) is in 1998 vastgesteld door Nederlandse experts. De norm voor volwassenen (18 jaar en ouder) luidt: een half uur matig intensieve lichamelijke activiteit op ten minste vijf, maar bij voorkeur alle, dagen van de week. Naast de Nederlandse Norm Gezond Bewegen is het ook belangrijk om te kijken naar andere landelijke normen die zijn opgesteld door TNO Kwaliteit van Leven. Landelijke cijfers worden sinds 2000 door middel van de enquête Ongevallen en Bewegen in Nederland (OBiN) continu gemeten. Daarom is in dit hoofdstuk tevens weergegeven hoeveel procent van de mensen aan de fitnorm voldoet en hoeveel procent inactief is.

1.2 De Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)

In 2012 voldoet 49% van de inwoners van Drenthe aan de NNGB. Geconcludeerd kan worden dat het percentage inwoners dat aan de NNGB voldoet vrij stabiel is. In 2010 voldeed namelijk 50% van de inwoners van Drenthe aan deze norm. In 2008 lag dit percentage nog op 41%. In de regio's zijn de onderlinge verschillen klein. In de regio Zuidoost- Drenthe voldoet 47% van de inwoners aan de NNGB, terwijl dit in de regio Noord-Drenthe 43% is en in Zuidwest- Drenthe 55%. In Midden- Drenthe voldoet de helft van de inwoners aan de NNGB.



Figuur 1.1 NNGB in 2008, 2010 en 2012 in de provincie Drenthe



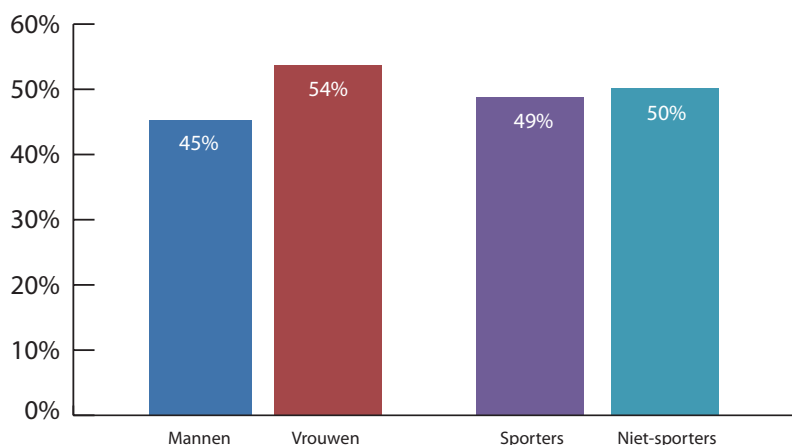
Figuur 1.2 NNGB in 2012 in de vier Drentse regio's

Wie voldoen er vaker aan de NNGB?

Het percentage mannen dat aan de NNGB voldoet, is ten opzichte van de vorige meting met 4% afgenomen. Het percentage vrouwen dat aan de NNGB voldoet, is juist met 2% gestegen. In 2010 was er ten opzichte van 2008 bij beide sekse nog een gelijkwaardige toename zichtbaar, van rond de 9%. Tussen 2008 en 2010 is het percentage inwoners dat aan de NNGB voldeed bij alle leeftijdsgroepen gestegen. In 2012 is echter een daling van 3% te zien bij de jongste 2 onderzoeksgroepen, tegenover een stijging van 3% bij de oudste onderzoeksgroep. In 2012 voldoet 47% van de 18- t/m 34-jarigen, 49% van de 35- t/m 54-jarigen en 51% van de 55- t/m 79-jarigen aan de NNGB.

Wanneer gekeken wordt naar de groepen mensen die minder aan de NNGB voldoen, dan valt het volgende op:

- Mannen voldoen minder vaak aan de NNGB dan vrouwen.
- Sporters voldoen nagenoeg even vaak aan de NNGB als niet-sporters.

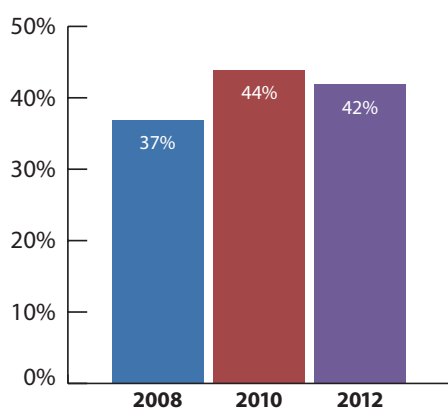


Figuur 1.3 NNGB naar geslacht en sportbeoefening

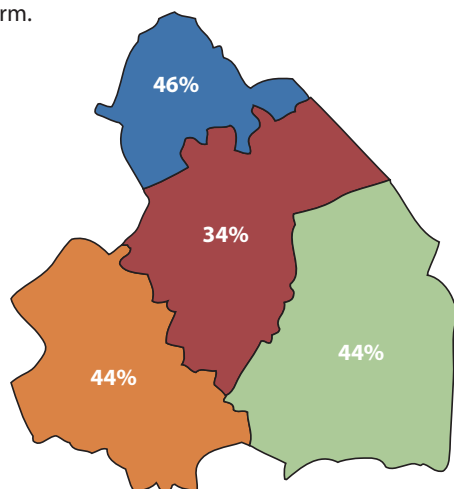
1.3 De fitnorm

De fitnorm luidt: driemaal per week minimaal 20 minuten intensief bewegen.

In 2012 voldoet 42% van de inwoners van Drenthe aan de fitnorm. Dit is een daling ten opzichte van 2010, toen nog 44% van de inwoners aan de fitnorm voldeed. In 2008 was dit 37%. In de regio Zuidoost- Drenthe voldoet 44% van de inwoners aan de fitnorm, terwijl dit in de regio Noord-Drenthe 46% is en in Zuidwest- Drenthe 44%. In Midden- Drenthe voldoet de 34% van de inwoners aan de fitnorm.



Figuur 1.4 Fitnorm in 2008, 2010 en 2012 in de provincie Drenthe



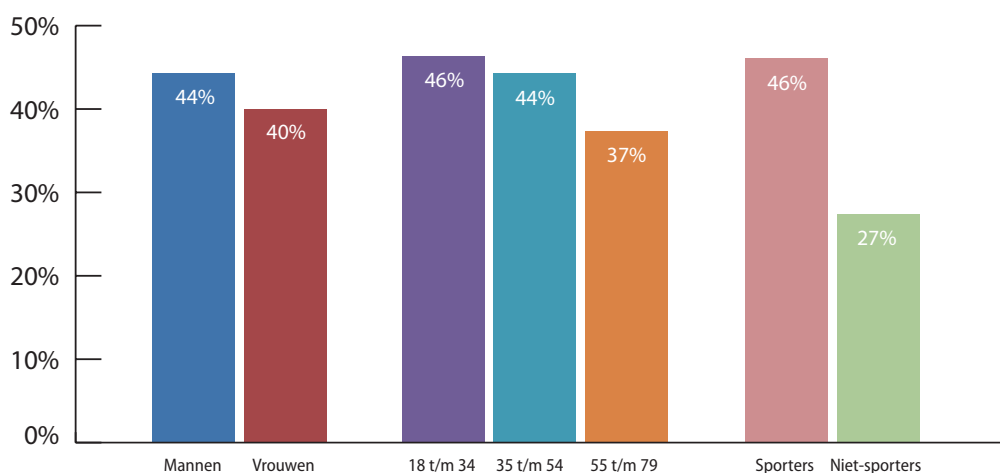
Figuur 1.5 Fitnorm in 2012 in de vier Drentse regio's

Wie voldoen er vaker aan de fitnorm?

Het percentage mannen dat aan de fitnorm voldoet, is ten opzichte van de vorige meting met 4% gedaald. Het percentage vrouwen dat aan de fitnorm voldoet, is gelijk gebleven. In 2010 was er zowel bij de mannen als de vrouwen nog een stijging zichtbaar, van 10% resp. 4%. Bij zowel de 18- t/m 34- jarigen als de 55- t/m 79- jarigen daalde het percentage inwoners dat aan de fitnorm voldoet met 1%, bij de groep 35- t/m 54-jarigen was dit zelfs 4%. In 2010 was er bij alle leeftijdsgroepen nog een stijging zichtbaar.

Wanneer gekeken wordt naar de groepen mensen die minder aan de fitnorm voldoen, dan valt het volgende op:

- Vrouwen voldoen minder vaak aan de fitnorm.
- Niet-sporters voldoen minder vaak aan de fitnorm.
- 55- t/m 79-jarigen voldoen minder vaak aan de fitnorm.



Figuur 1.6 Fitnorm naar geslacht, leeftijdscategorie en sportbeoefening

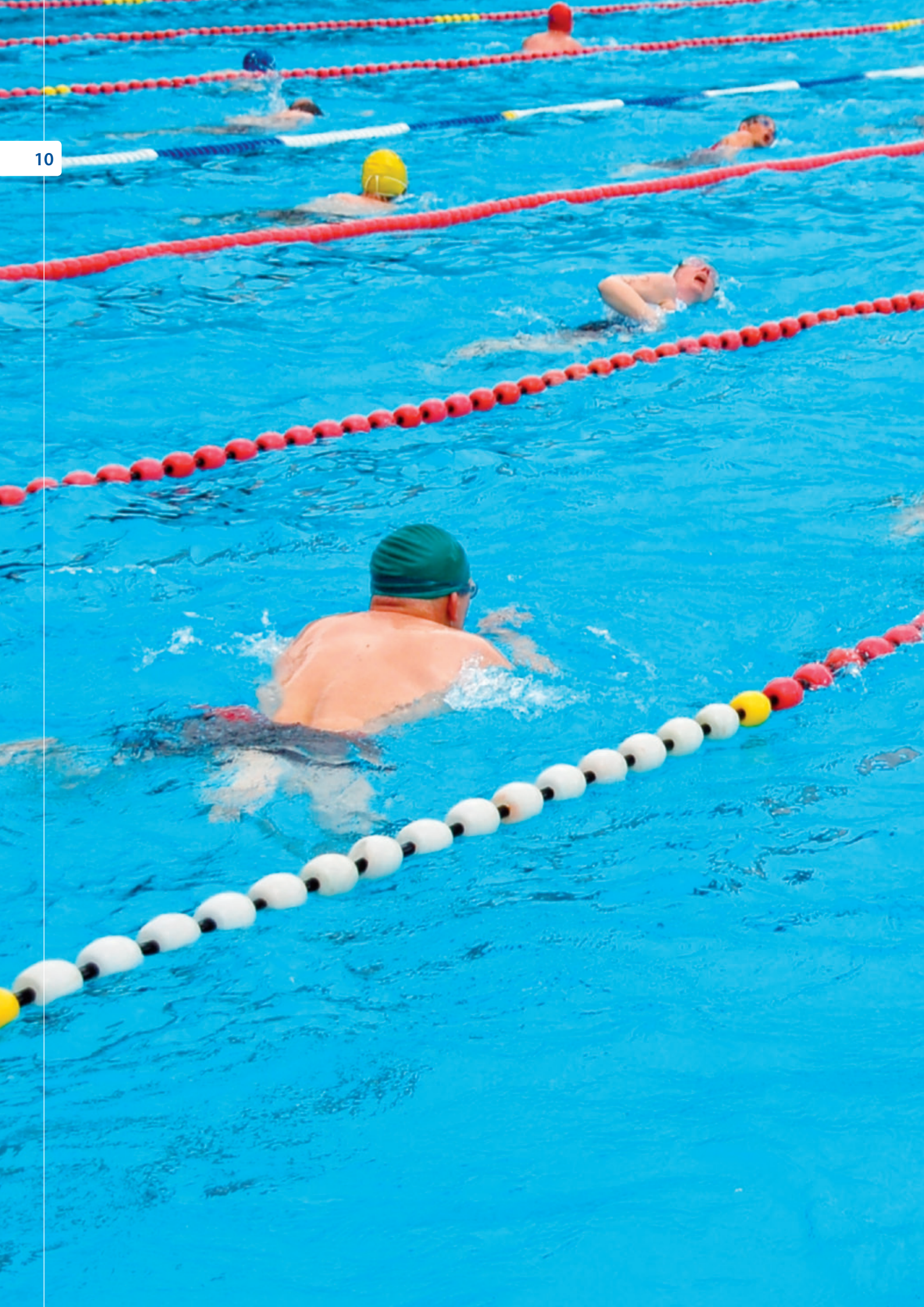
1.4 Inactiviteit

Volwassenen zijn lichamelijk inactief als zij geen enkele dag ten minste 30 minuten matig actief zijn. In 2008 was 3% van de inwoners inactief, in 2010 was dit percentage gedaald naar 2% om in 2012 wederom te stijgen naar 3%.

1.5 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

De inwoners van de provincie Drenthe zijn de afgelopen twee jaar iets minder gaan bewegen volgens de NNGB. In 2008 lag het gemiddelde nog op 44%, in 2010 was dit gestegen naar 50% om in 2012 te dalen naar 49%. De meest recente landelijke cijfers komen uit 'Bewegen in Nederland 2000-2010', de TNO-monitor Bewegen en Gezondheid. In 2010 lag het landelijk gemiddelde van de inwoners dat voldoet aan de NNGB op 59%.

In 2012 (42%) voldoen minder inwoners aan de fitnorm dan in 2010 (44%), echter nog altijd meer dan in 2008 (37%). Landelijk voldoet 22% van de inwoners aan de fitnorm. 3% van de inwoners is inactief. Dit betekent dat zij geen enkele dag in de week minimaal 30 minuten actief zijn. Landelijk ligt dit percentage hoger, namelijk op 5%.

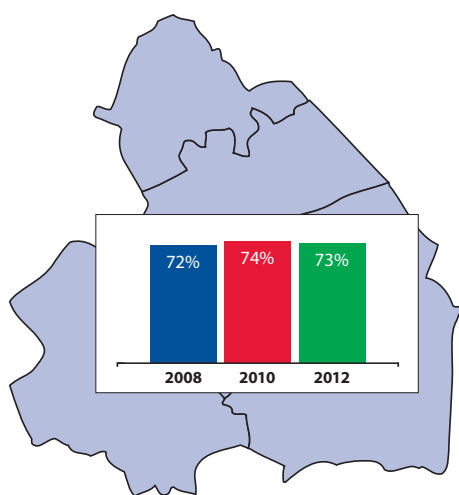


Hoofdstuk 2. Sport

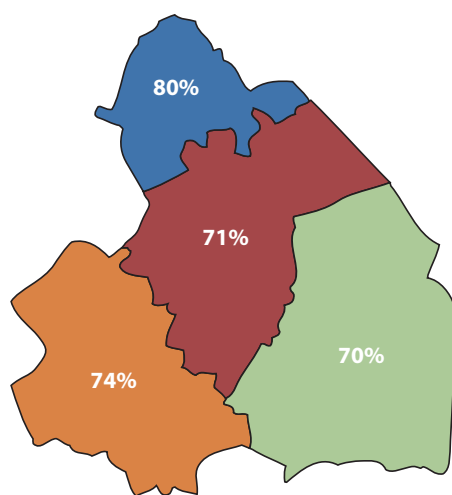
2.1 Inleiding

Sportparticipatie wordt landelijk door het Mulier Instituut gemeten door middel van de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO). Iemand is sporter als hij/zij minimaal 12 keer per jaar sport. Deelname aan sport vindt in verschillende verbanden plaats. Dit kan in georganiseerd verband, door lid te zijn van een vereniging, of in commercieel verband, door lid te zijn van een fitnesscentrum. Andere mogelijkheden zijn sporten georganiseerd of aangeboden door het werk, of ongebonden; gewoon hardlopen in je vrije tijd. Om een goede vergelijking mogelijk te maken met landelijke resultaten is de RSO opgenomen in de Drentse Sportmonitor.

2.2 Sportparticipatie



Figuur 2.1 Sportparticipatie in 2008, 2010 en 2012 in de provincie Drenthe



Figuur 2.2 Sportparticipatie in 2012 in de vier regio's

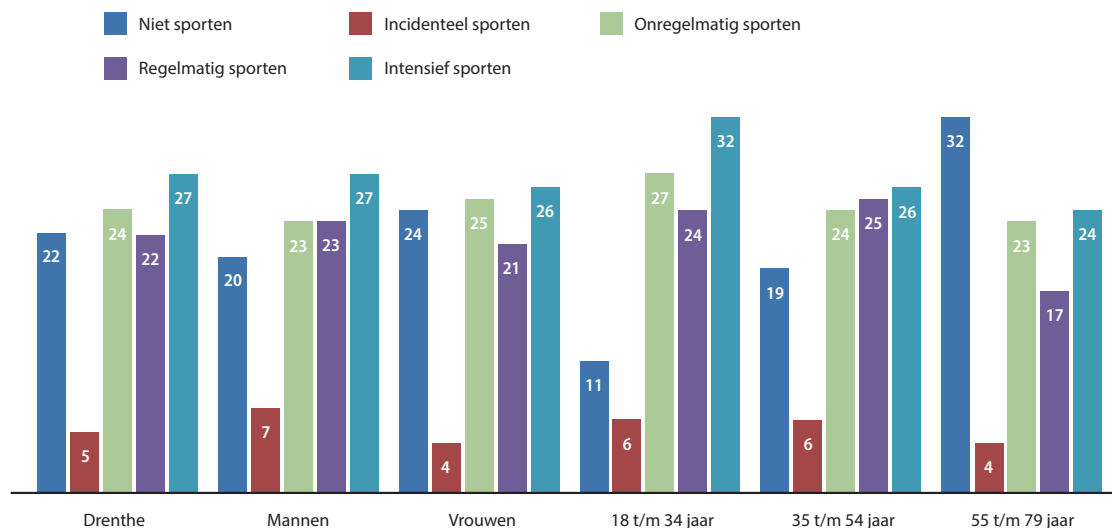
De sportparticipatie is met 1% gedaald ten opzichte van 2010. Ten opzichte van 2008 betreft het een stijging van 1%.

SportDrenthe is van mening dat wanneer iemand minimaal 1 keer per week sport, hij/zij als sporter gezien kan worden. Als de cijfers worden omgerekend naar 1 keer per week sporten, dan betekent dit dat in 2012 eenzelfde percentage als in 2008 als sporter gezien kan worden, namelijk 51%. In 2010 sportte nog 55% van de inwoners van de provincie Drenthe minimaal 1 keer per week. Deze omhooggaande trend is bij alle leeftijdscategorieën waar te nemen. In de regio Zuidoost- Drenthe sport 70% van de inwoners, terwijl dit in de regio Noord-Drenthe 80% is en in Zuidwest- Drenthe 74%. In Midden- Drenthe sport 71% van de inwoners.

2.3 Frequentie van sporten

Naast de norm van minimaal 12 keer per jaar, of minimaal 1 keer per week, sporten is vanuit de RSO een verdeling gemaakt in vijf categorieën: niet sporten (0 keer per jaar), incidenteel sporten (tot 12 keer per jaar), onregelmatig sporten (12 tot 59 keer per jaar), regelmatig sporten (60 tot 119 keer per jaar) en intensief sporten (vanaf 120 keer per jaar).

Mannen sporten iets vaker intensief dan vrouwen, deze percentages bevestigen het beeld dat mannen sportief actiever zijn dan vrouwen, wat tevens naar voren kwam bij de fitnorm. 55- t/m 79-jarigen sporten vaak helemaal niet.

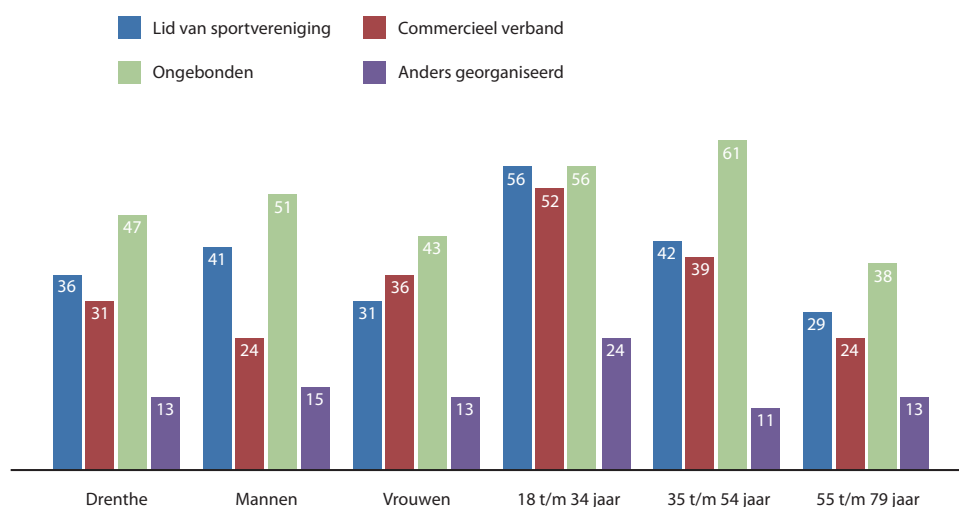


Figuur 2.3 Frequentie sportparticipatie in de provincie Drenthe, naar geslacht en leeftijdscategorie

2.4 Sportverband

Iemand kan meerdere sporten beoefenen en daarom ook in meerdere verbanden sporten. 36% van de inwoners van Drenthe sport in georganiseerd verband, ofwel is lid van een sportvereniging, 31% sport in commercieel verband en 47% sport ongebonden. Daarnaast sport 13% nog anders georganiseerd.

Mannen zijn vaker lid van een sportvereniging dan vrouwen, ook sporten mannen vaker ongebonden. Vrouwen sporten juist vaker in commercieel verband. 18- t/m 34-jarigen sporten meer dan 35- t/m 54-jarigen en 55- t/m 79-jarigen, en zijn vaker lid van een sportvereniging. Ook sporten 18- t/m 34-jarigen vaker in commercieel verband. 35- t/m 54-jarigen sporten daarentegen veelal ongebonden.



Figuur 2.4 Organisatorisch verband sportbeoefening in de provincie Drenthe, naar geslacht en leeftijdscategorie

2.5 Aantal beoefende sporten

Gemiddeld beoefent een inwoner 2,4 sporten. 18- t/m 34-jarigen beoefenen meer sporten dan 35- t/m 54-jarigen en 55- t/m 79-jarigen (gemiddeld 3,4 sporten voor 18- t/m 34-jarigen tegenover 2,5 sporten voor 55- t/m 79-jarigen). Mannen beoefenen iets meer sporten dan vrouwen (respectievelijk 2,5 en 2,3 sporten).

2.6 Populariteitsrangorde

De top 3 van meest beoefende sporten, is 1) fitness (conditie), 2) wandelsport en 3) hardlopen. Wielrennen heeft iets aan populariteit ingeboet ten opzichte van 2010, wandelsport is daarentegen juist gestegen van de vierde naar de tweede plaats. Het percentage mensen dat aan fitness doet is verdubbeld, evenals het percentage wandelaars. Schaatsen is de nieuwe binnenkomer binnen deze top 10 en heeft veldvoetbal uit de lijst geduwd.

Tabel 2.1 Top 10 meest beoefende sporten in de provincie Drenthe

1	Fitness (conditie)	28%
2	Wandelsport	24%
3	Hardlopen/joggen/trimmen	21%
4	Wielrennen/mountainbiken/toerfietsen	18%
5	Fitness (kracht)	16%
6	Zwemsport	14%
7	Schaatsen	13%
8	Andere sport	8%
9	Volleybal	7%
10	Tennis	7%

18- t/m 34-jarigen doen het meest aan fitness (conditie). Bij de 35- t/m 54-jarigen is hardlopen het meest populair en wandelsport staat bij de 55- t/m 79-jarigen op nummer 1.

Tabel 2.2 Top 3 meest beoefende sporten naar leeftijdscategorie

	18 t/m 34 jaar	35 t/m 54 jaar	55 t/m 79 jaar
1	Fitness (conditie) 41%	Hardlopen/joggen/trimmen 27%	Wandelsport 26%
2	Hardlopen/joggen/trimmen 35%	Fitness (conditie) 26%	Fitness (conditie) 22%
3	Fitness (kracht) 33%	Wandelsport 26%	Wielrennen/mountainbiken/ toerfietsen 18%

Ten opzichte van 2010 zijn de volgende verschuivingen te zien:

Bij de jongste categorie is fitness (kracht) in de plaats gekomen van wielrennen/ mountainbiken/ toerfietsen.

Bij de middelste categorie is wandelsport in de plaats gekomen van wielrennen/ mountainbiken/ toerfietsen.

Bij de oudste categorie staan dezelfde sporten in de top 3.

2.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

De sportparticipatie van de inwoners van de provincie Drenthe is iets afgenomen (72% in 2008, 74% in 2010, 73% in 2012). Landelijk sport 60% minimaal 12 keer per jaar.

In 2012 sport 51% van de inwoners minimaal 1 keer per week, dit is hetzelfde percentage als in 2008. In 2010 sportte nog 55% van de inwoners minimaal 1 keer per week. De afname zit vooral in het percentage mannen dat minder is gaan sporten (6% afname) en het percentage 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen (respectievelijk 5% en 8% afname). 38% van de Nederlanders sport minimaal 1 keer per week. De Drentse gemiddelden liggen dus ook in 2012 nog flink hoger.

36% van de inwoners sport in georganiseerd verband, ofwel is lid van een sportvereniging. 31% sport in commercieel verband en 47% sport ongebonden. Mannen zijn vaker lid van een sportvereniging dan vrouwen. Ook sporten mannen vaker ongebonden. Vrouwen sporten daarentegen vaker in commercieel verband. Jongeren sporten meer dan ouderen en zijn vaker lid van een sportvereniging. Daarnaast sporten ze vaker in commercieel verband.

De meest beoefende sporten zijn fitness (conditie), wandelsport en hardlopen. De top drie van meest beoefende sporten in Drenthe komt grotendeels overeen met de top drie van Nederland (fitness, wandelen en fietsen¹).

¹ Sportdeelname in cross national perspectief. W.J.H. Mulier Instituut, Den Bosch, oktober 2010.



Hoofdstuk 3. Doelgroepen

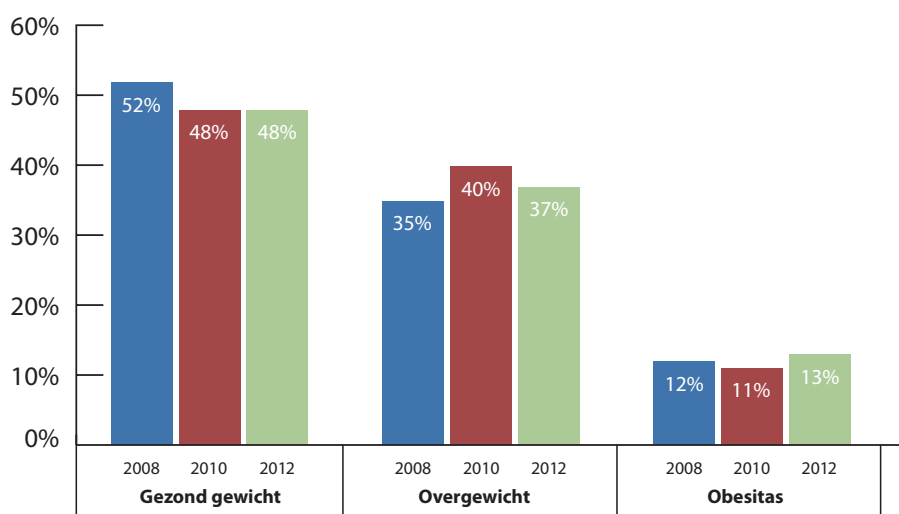
3.1 Inleiding

Het is bekend dat (ernstig) overgewicht nadelige gevolgen kan hebben voor de gezondheid en dat er door de sociaal economische status gezondheidsverschillen kunnen optreden. Daarom worden in dit rapport gewicht, in de term Body Mass Index (BMI), en sociaal economische status (SES) in relatie gebracht met bewegen en sport. Ook eenzaamheid heeft gezondheidsgevolgen. Bewegen kan, als middel, worden ingezet om eenzaamheid te verminderen, daarom is dit onderwerp tevens in relatie gebracht met bewegen en sport. 55-plussers en mensen met een beperking zijn bestaande doelgroepen waarop beweeg- en sportbeleid wordt geschreven. In dit hoofdstuk wordt de situatie in Drenthe geschetst, waarna in het volgende hoofdstuk de beweeg- en sportsituatie van deze groepen wordt beschreven.

3.2 Body Mass Index (BMI)

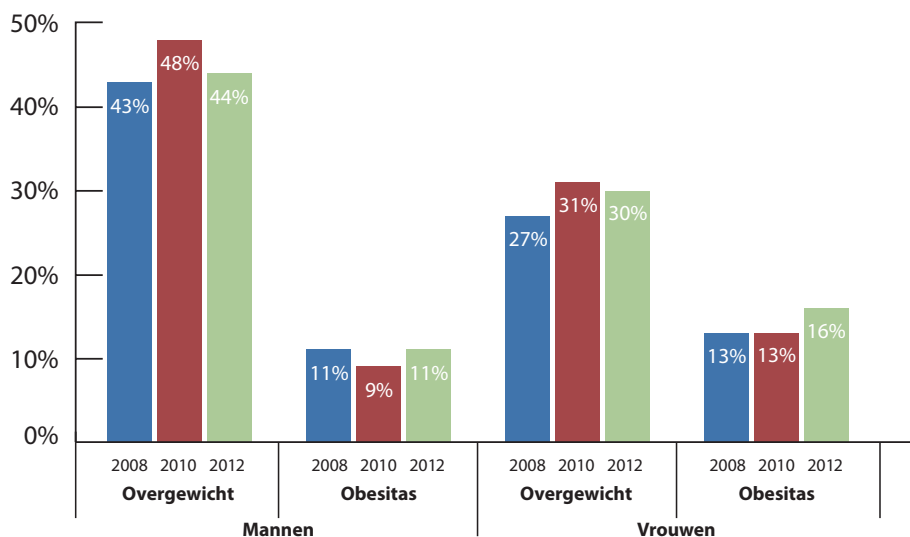
De Body Mass Index is een index die de verhouding tussen lengte en gewicht van iemand aangeeft. Hierbij wordt de definitie van de World Health Organisation (WHO) gehanteerd. Bij deze classificatie is sprake van ondergewicht wanneer iemand een BMI heeft die lager ligt dan 18,5 kg/m². Een gezond gewicht heeft iemand met een BMI van 18,5 tot 25 en overgewicht bij een BMI tussen de 25 en 30. Er is sprake van obesitas bij een BMI vanaf 30.

In 2008 had 47% van de inwoners van de provincie Drenthe overgewicht dan wel obesitas. In 2010 bleek dit percentage gestegen naar 51% om in 2012 weer licht te dalen (naar 50%).



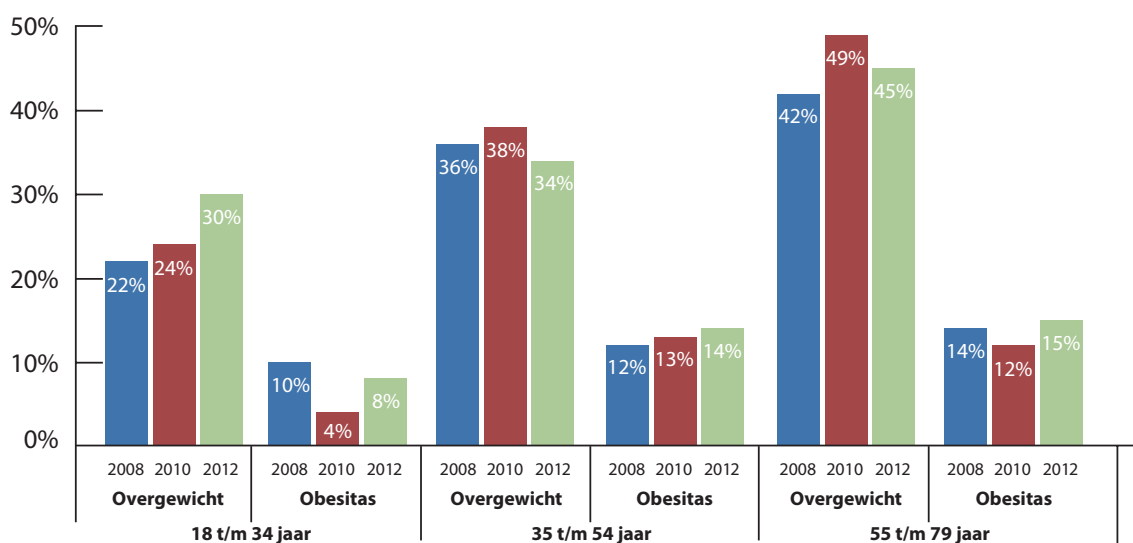
Figuur 3.1 Gewicht naar BMI in 2008, 2010 en 2012

Mannen hebben ook in 2012 vaker overgewicht dan vrouwen. De percentages zijn ten opzichte van 2010 wel enigszins gedaald. Het percentage mannen met overgewicht ligt in 2012 op 44% tegenover 30% bij de vrouwen, in 2010 was dit nog 48% respectievelijk 31%. Het percentage inwoners met obesitas is bij beide sekse echter wel gestegen, met 2% bij de mannen en 3% bij de vrouwen.



Figuur 3.2 Gewicht naar geslacht in 2008, 2010 en 2012

Overgewicht en obesitas neemt (iets) toe naarmate de leeftijd stijgt. Echter, de GGD raadt af om de categorie overgewicht voor senioren vanaf 70 jaar mee te nemen. Wel kan met zekerheid gezegd worden dat de categorie obesitas daadwerkelijk als zodanig meegenomen dient te worden.



Figuur 3.3 Overgewicht en obesitas per leeftijdscategorie in 2008, 2010 en 2012

3.3 Sociaal economische status (SES)

De sociaal economische status kan op verschillende manieren gemeten worden. In dit onderzoek is ervoor gekozen om te kijken naar opleidingsniveau.

De SES naar opleidingsniveau is opgedeeld in drie categorieën:

Lage SES: hoogste opleiding lager onderwijs of LBO/VMBO/MAVO.

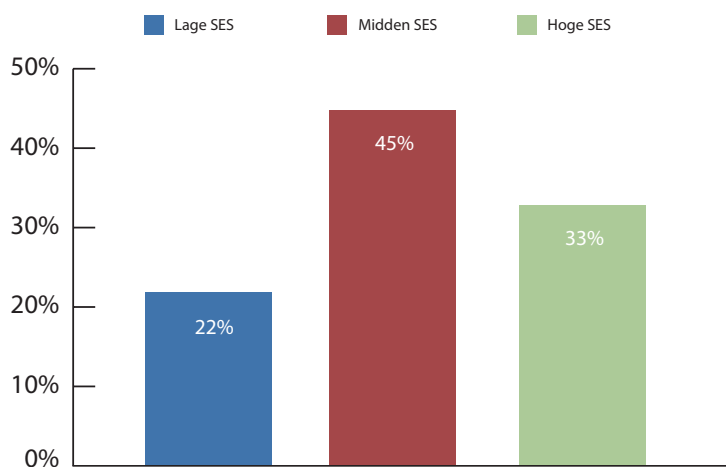
Midden SES: tot HAVO/VWO/MBO.

Hoge SES: HBO/WO.

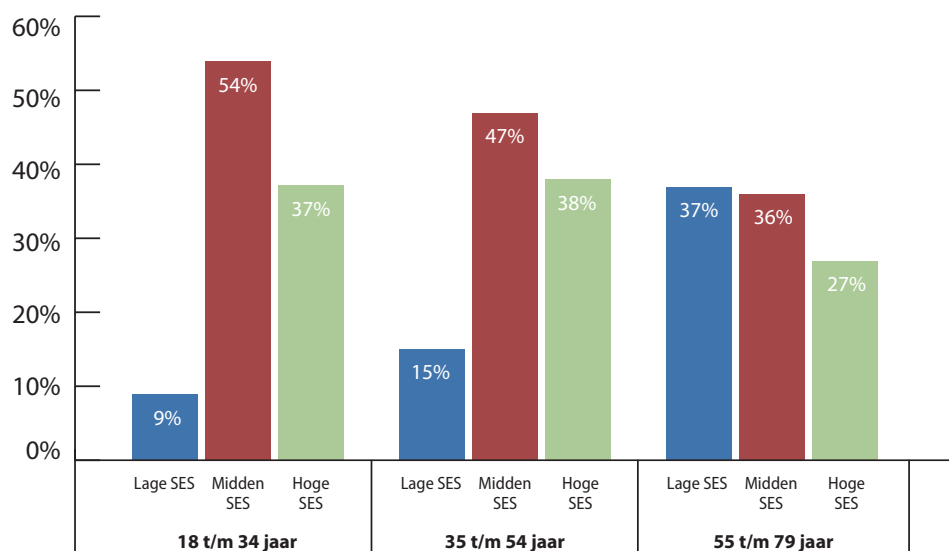
Tabel 3.1 Opleidingsniveau

Geen opleiding	1,4%
Lager onderwijs	4,1%
LBO, VMBO	16,6%
MAVO, VMBO theoretisch	11%
HAVO, VWO, HBS	5,5%
MBO	28%
HBO, HTS	27%
Universiteit (WO)	6,4%

22% van de inwoners heeft een lage SES, 45% een midden SES en 33% een hoge SES. De midden SES groep is in dit onderzoek meer vertegenwoordigd dan in 2008, maar nagenoeg gelijk aan 2010. Waar in 2010 vooral bij 18- t/m 34-jarigen naar verhouding meer hoge SES vertegenwoordigd was, is dit in 2012 niet meer het geval. Het percentage hoge SES is bij 35- t/m 54-jarigen nu 1% hoger dan bij 18- t/m 34-jarigen.

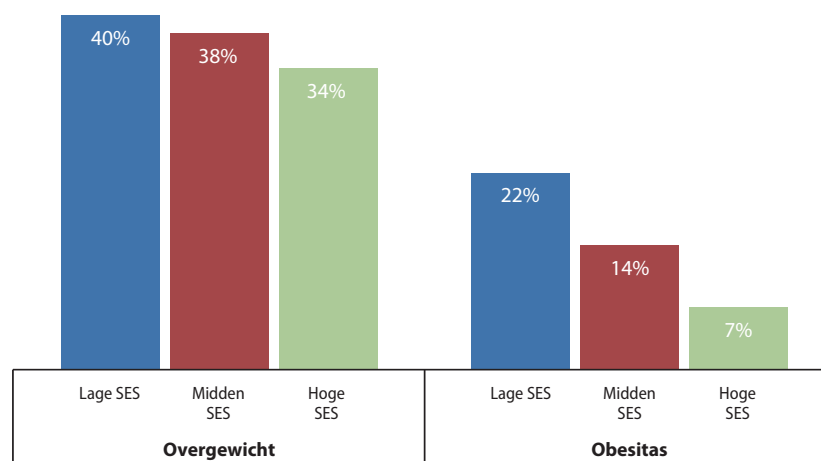


Figuur 3.4 Sociaal economische status onder de Drentse bevolking



Figuur 3.5 Sociaal economische status per leeftijdscategorie

Bij de lage SES groep komt meer overgewicht en obesitas voor dan bij de andere SES groepen. 62% van de lage SES groep heeft overgewicht en obesitas, tegenover 41% van de hoge SES groep. Het percentage mensen met overgewicht en obesitas is bij de hoge SES groep echter wel aanzienlijk gegroeid, namelijk met 7%.

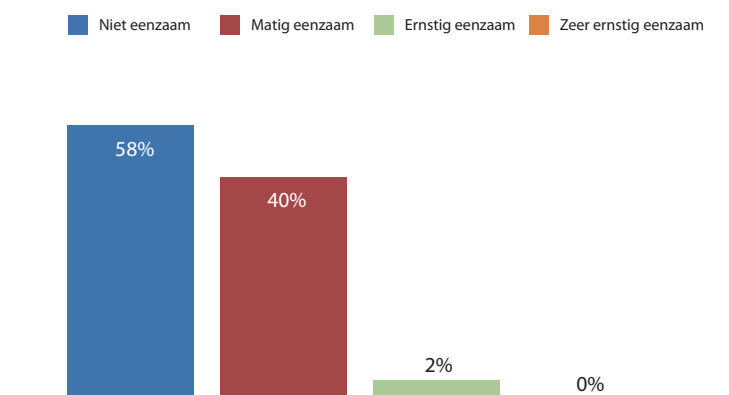


Figuur 3.6 Overgewicht en obesitas naar SES

3.4 Eenzaamheid

Volgens prof. dr. De Jong-Gierveld is eenzaamheid het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde relaties.

42% van de inwoners is in meer of mindere mate eenzaam, dit percentage is iets hoger dan in 2010. Het percentage mensen dat zeer ernstig eenzaam is blijkt echter gedaald van 3% naar 0%. De 55- t/m 79-jarigen zijn het meest eenzaam, namelijk 44%. Van de 34- t/m 54-jarigen geeft 39% aan eenzaam te zijn. Waar in voorgaande onderzoeken naar voren kwam dat mannen en vrouwen even vaak eenzaam waren, is dit in 2012 niet meer het geval. Van de ondervraagde mannen voelt 37% zich eenzaam, bij de vrouwen is dit 46%.



Figuur 3.7 *Mate van eenzaamheid*

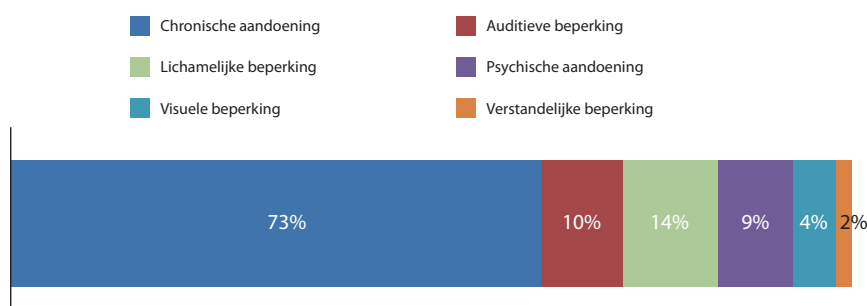
3.5 55-plussers

Op 1 januari 2010 viel 28% van de inwoners van Drenthe in de leeftijdscategorie 55 t/m 79 jaar, in 2030 stijgt dit percentage naar verwachting naar 36%².

² Provincie Drenthe. 2012. *Bevolkingsprognose Drenthe XVIII*.

3.6 Mensen met een beperking

Van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening heeft 73% een chronische aandoening, 10% een auditieve beperking, 14% een lichamelijke beperking, 9% een psychische aandoening, 4% een visuele beperking en 2% een verstandelijke beperking. In 2012 hebben meer mannen dan vrouwen een chronische aandoening, 78% tegenover 68%. In 2010 was dit juist andersom, namelijk 57% (mannen) tegenover 70% (vrouwen). Een soortgelijke omslag heeft zich voorgedaan bij de auditieve beperkingen. In 2012 hebben meer vrouwen dan mannen een auditieve beperking (12% tegenover 8%), terwijl in 2010 meer mannen dan vrouwen een auditieve beperking hadden (15% tegenover 5%). Het percentage chronische aandoeningen en auditieve beperkingen neemt toe naarmate de leeftijd stijgt.



Figuur 3.8 Type beperking en/of chronische aandoening

3.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

In Drenthe ligt het percentage overgewicht op 50%, waarvan 37% overgewicht en 13% obesitas. Dit ligt nog steeds iets boven het landelijk gemiddelde van 47% (35% overgewicht en 12% obesitas). Bij de lage SES groep komt iets meer overgewicht en obesitas voor dan bij de andere SES groepen. Het verschil in overgewicht en obesitas tussen de SES groepen komt overeen met het landelijke beeld³. 42% van de inwoners van de provincie Drenthe geeft aan wel eens eenzaam te zijn, in meer of mindere mate. Niet alleen de oudste leeftijdscategorie ervaart gevoelens van eenzaamheid, dit geldt ook voor 39% van de middelste categorie. Uit landelijke rapportage blijkt dat een op de drie Nederlanders eenzaam is. Zowel ouderen als jongeren zijn eenzaam⁴.

Momenteel valt 28% van de inwoners van Drenthe in de leeftijdscategorie 55 t/m 79 jaar. Drenthe is, naast Zeeland en Limburg, een van de sterkst vergrijzende provincies van Nederland⁵.

Van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening heeft het merendeel een chronische aandoening. Mannen hebben vaker een chronische aandoeningen dan vrouwen. Daarentegen hebben meer vrouwen een auditieve beperking. Het percentage mensen met chronische aandoeningen en auditieve beperkingen neemt toe naarmate de leeftijd stijgt.

³ RIVM. 2010. Van Gezond naar Beter. Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2010.

⁴ TNS/NIPO. 2008. Samenvatting eenzaamheid Coalitie Erbij.

⁵ Planbureau voor leefomgeving. 2010. Regionale prognose 2009 - 2040: Vergrijzing en omslag van groei naar krimp.



Hoofdstuk 4. Bewegen en sport per doelgroep

4.1 Inleiding

In dit hoofdstuk worden gegevens getoond van BMI, SES, eenzaamheid en de groepen 55+-ers en mensen met een beperking in relatie tot bewegen en sport.

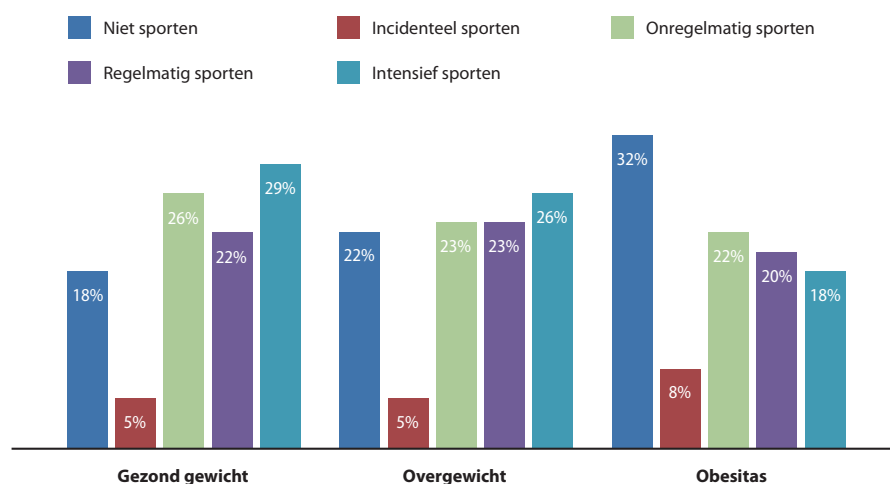
4.2 BMI en bewegen & sport

In 2010 voldeden mensen met overgewicht en obesitas vaker aan de fitnorm dan in 2008. In 2012 blijkt dit voor de mensen met obesitas niet meer te gelden. Het percentage mensen met obesitas dat voldoet aan de NNGB en/of de fitnorm is namelijk gedaald, van 51% (NNGB) respectievelijk 43% (fitnorm) in 2010 naar 43% (NNGB) respectievelijk 33% (fitnorm) in 2012. Mensen met obesitas zijn daarnaast meer inactief.

Tabel 4.1 NNGB, fitnorm en inactiviteit naar BMI

	Gezond gewicht			Overgewicht			Obesitas		
	2008	2010	2012	2008	2010	2012	2008	2010	2012
NNGB	44%	53%	53%	38%	46%	47%	39%	51%	43%
Fitnorm	40%	45%	45%	33%	42%	41%	36%	43%	33%
Inactief	2%	2%	2%	2%	2%	2%	6%	1%	4%

Mensen met een gezond gewicht zijn ten opzichte van 2010 minder regelmatig gaan sporten, bij de mensen met overgewicht is dit percentage gelijk gebleven. Er is een lichte positieve verschuiving van onregelmatig sporten naar regelmatig sporten bij mensen met obesitas, bij mensen met een gezond gewicht gebeurt het tegenovergestelde.



Figuur 4.1 Frequentie sportparticipatie naar BMI

4.3 SES en bewegen & sport

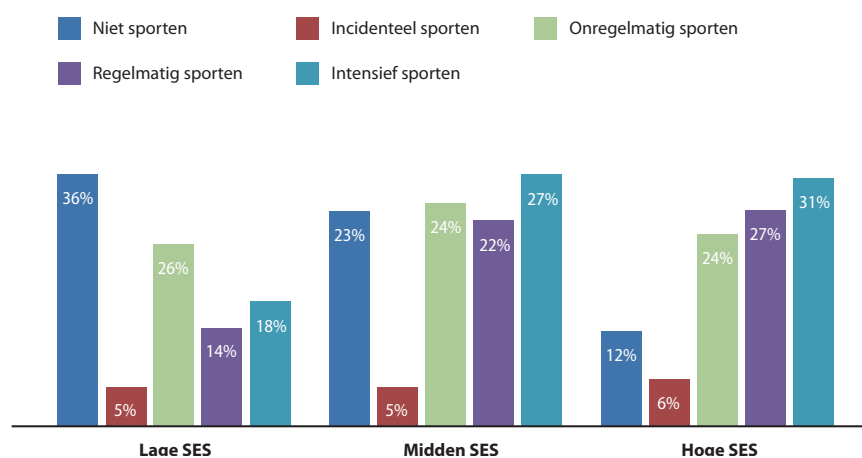
Mensen met een hoge sociaal economische status (SES) bewegen minder vaak volgens de NNGB dan mensen met een midden SES, maar vaker dan mensen met een lage SES. Mensen met een lage SES zijn vaker inactief dan mensen uit de andere inkomensgroepen.

Tabel 4.2 NNGB, fitnorm en inactiviteit naar SES

	Lage SES			Midden SES			Hoge SES		
	2008	2010	2012	2008	2010	2012	2008	2010	2012
NNGB	42%	50%	43%	44%	54%	53%	38%	45%	49%
Fitnorm	38%	43%	38%	38%	43%	40%	35%	46%	45%
Inactief	4%	3%	5%	2%	2%	2%	2%	1%	2%

Van de categorie lage SES sport 36% niet en 18% intensief. Bij de categorie hoge SES sport 12% niet, terwijl 31% intensief sport.

Figuur 4.2 Frequentie sportparticipatie naar SES



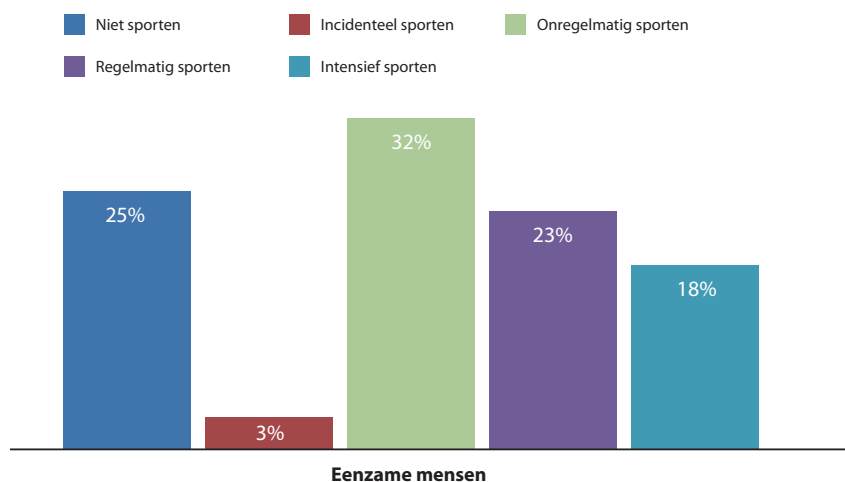
4.4 Eenzaamheid en bewegen & sport

Eenzame mensen zijn vaker inactief dan niet-eenzame mensen.

Tabel 4.3 NNGB, fitnorm en inactiviteit naar eenzaamheid

	Eenzaam			Niet-eenzaam		
	2008	2010	2012	2008	2010	2012
NNGB	42%	50%	53%	41%	51%	51%
Fitnorm	34%	44%	45%	39%	44%	50%
Inactief	4%	3%	4%	2%	1%	2%

25% van de eenzame mensen sport niet, dit percentage is hoger dan het aantal eenzame mensen dat intensief sport (18%).



Figuur 4.3 Frequentie sportparticipatie bij eenzame mensen

4.5 55-plussers en bewegen & sport

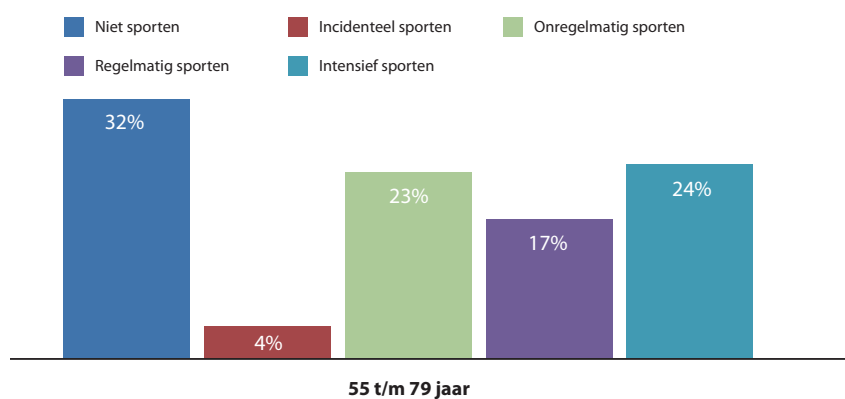
55- t/m 79-jarigen voldoen minder vaak aan de fitnorm dan 18- t/m 34-jarigen en 35- t/m 54-jarigen.

Dit is terug te zien in tabel 4.4.

Tabel 4.4. NNGB, fitnorm en inactiviteit bij 55-plussers

	55-plussers		
	2008	2010	2012
NNGB	44%	48%	51%
Fitnorm	33%	38%	37%
Inactief	3%	2%	3%

32% van de 55-plussers beoefent geen sport, maar daar staat tegenover dat 24% juist intensief sport.



Figuur 4.4 Frequentie sportparticipatie bij 55-plussers

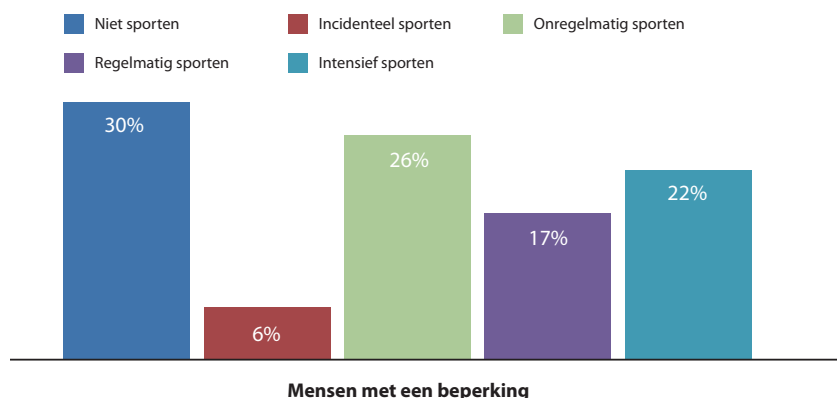
4.6 Mensen met een beperking en bewegen & sport

Mensen met een beperking voldoen vaker aan de NNGB en de fitnorm dan in 2010 en 2008. De verschillen zijn vrij groot. Het is moeilijk om conclusies te trekken, omdat de groep mensen met een beperking een relatief kleine responsgroep was, waardoor een percentage snel kan stijgen/ dalen. Er is een stijging van de NNGB/ fitnorm te zien, echter het is niet te achterhalen waardoor deze wordt veroorzaakt.

Tabel 4.5 NNGB, fitnorm en inactiviteit bij mensen met een beperking

	Mensen met een beperking		
	2008	2010	2012
NNGB	42%	28%	46%
Fitnorm	33%	24%	36%
Inactief	4%	3%	5%

30% van de mensen met een beperking sport niet, terwijl 22% intensief sport.



Figuur 4.5 Frequentie sportparticipatie bij mensen met een beperking

4.7 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

In 2012 voldoen mensen met overgewicht en obesitas minder vaak aan de fitnorm dan in 2010. Meer mensen met obesitas zijn meer inactief geworden. In 2012 zijn mensen met obesitas minder vaak lid van een sportvereniging dan mensen met een gezond gewicht. Wel sporten ze even vaak in commercieel verband. Uit landelijk onderzoek blijkt dat mensen met obesitas en 55- t/m 79-jarigen minder vaak aan de NNGB voldoen. Dit geldt echter niet voor de inwoners van de provincie Drenthe.

In Drenthe bewegen mensen met een hoge SES minder vaak volgens de NNGB dan mensen met een midden SES. Dit komt niet overeen met het landelijke beeld⁶. De categorie lage SES sport minder vaak en in alle verbanden (sportvereniging of commercieel) minder dan mensen met een hoge SES. Dit geldt zowel voor de provincie Drenthe als voor heel Nederland.

Eenzame mensen zijn vaker inactief dan niet-eenzame mensen. Deze groep is minder vaak lid van een sportvereniging en sport ook minder vaak in commercieel verband.

70% van de mensen met een beperking en/of chronische aandoening neemt deel aan sport. 22% sport intensief. Ook uit landelijk onderzoek blijkt dat mensen met een beperking en/of chronische aandoening minder deelnemen aan sport⁷.

⁶ Hildebrandt, V.H., Chorus, A.M.J. en Stubbe, J.H. (2010). *Tendrapport Bewegen en Gezondheid 2008 - 2009*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

⁷ Landelijk onderzoek sportparticipatie mensen met een handicap. W.J.H. Mulier Instituut, Den Bosch, augustus 2008.

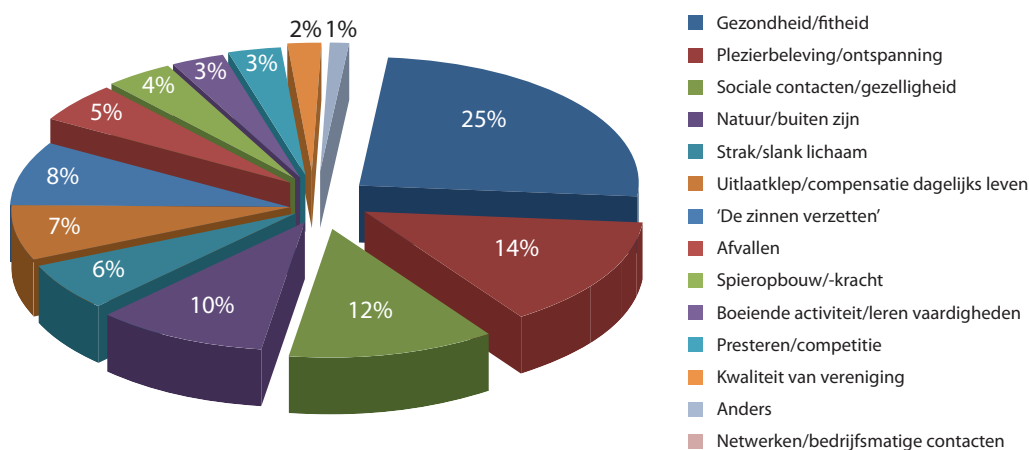


Hoofdstuk 5. motieven om wel of niet te sporten

5.1 Inleiding

5.2 Motieven om te sporten

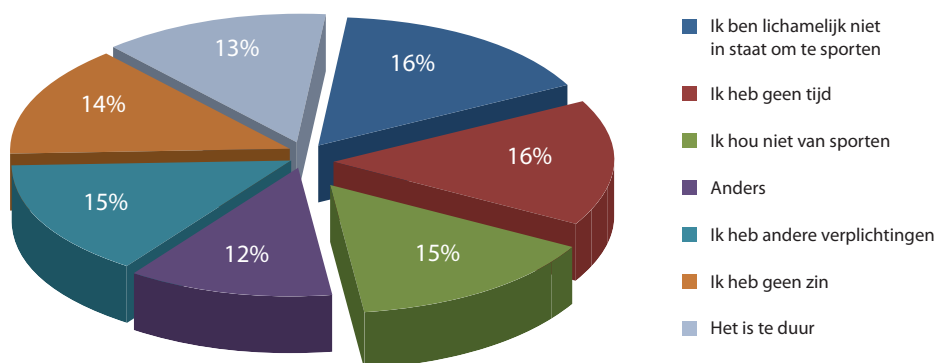
De drie belangrijkste motieven om te sporten, zijn gezondheid/fitheid (25%), plezierbeleving/ontspanning (14%) en sociale contacten/gezelligheid (12%). Ten opzichte van 2010 zijn de 4 belangrijkste motieven om te sporten gelijk gebleven, echter er zijn lichte verschuivingen waarneembaar. De motieven om te sporten gelden voor alle leeftijdscategorieën.



Figuur 5.1 Motieven om te sporten in percentages

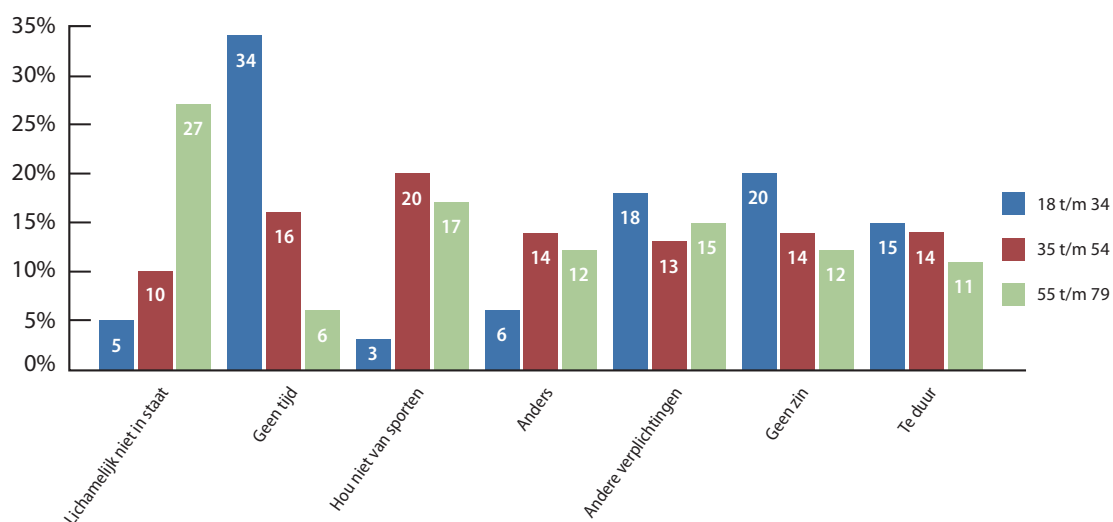
5.3 Motieven om niet te sporten

Van de mensen die niet sporten geeft 16% als reden dat zij lichamelijk niet in staat zijn om te sporten, 16% geeft aan geen tijd te hebben en 15% geeft aan niet van sport te houden. Van de groep die aangeeft lichamelijk niet in staat te zijn om te sporten, heeft het overgrote merendeel ook een beperking en/of chronische aandoening.



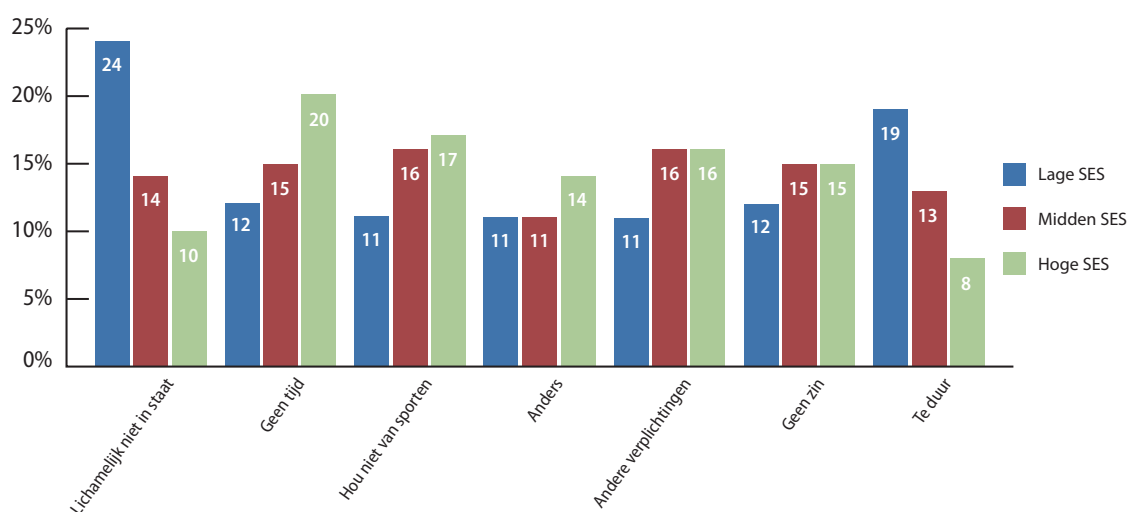
Figuur 5.2 Motieven om niet sporten in percentages

Voor 55- t/m 79-jarigen geven aan lichamelijk niet in staat te zijn om te sporten (27%). In hoofdstuk 2 is aan de orde gekomen dat 11% van de 18- t/m 34-jarigen niet sport. 'Geen tijd' wordt hiervoor als voornaamste reden genoemd. Voor de middelste leeftijdscategorie is 'houd niet van sporten' de belangrijkste reden om niet te sporten.



Figuur 5.3 Motieven om niet te sporten naar leeftijdscategorie in percentages

Het is bekend dat er gezondheidsverschillen zijn tussen de verschillende SES groepen. Dit komt terug in het motief om niet te sporten. 24% van de mensen met een lage SES geeft aan lichamelijk niet in staat te zijn om te sporten. De hoge SES groep geeft als voornaamste motief om niet te sporten aan geen tijd te hebben. En de midden SES groep geeft als belangrijkste redenen aan andere verplichtingen te hebben en niet van sporten te houden.



Figuur 5.4 Motieven om niet te sporten naar SES in percentages

5.4 Samenvatting en vergelijking met landelijke resultaten

De belangrijkste motieven om te sporten, zijn gezondheid/fitheid, plezierbeleving/ontspanning en sociale contacten/gezelligheid. Deze motieven zijn onveranderd en voor alle leeftijdscategorieën gelijk.

Van de mensen die niet sporten geeft 16% als reden dat zij lichamelijk niet in staat zijn om te sporten, 16% geeft aan geen tijd te hebben en 15% geeft aan niet van sport te houden. Landelijk worden gebrek aan tijd en een matige gezondheid als belangrijkste redenen genoemd om niet te sporten.

Het is bekend dat er gezondheidsverschillen zijn tussen de verschillende SES groepen. Dit komt terug in het motief om niet te sporten. De belangrijkste reden om niet te sporten voor mensen met een lage SES is dat zij lichamelijk niet in staat zijn om te sporten. De hoge SES groep geeft aan geen tijd te hebben.



Bijlage: Methodeverantwoording

Dataverzamelmethode en respons

Er is gebruik gemaakt van een aselechte steekproef onder de 12 gemeenten in de provincie Drenthe.

De dataverzameling van dit onderzoek heeft plaatsgevonden in juni 2012. In totaal hebben 6.000 huishoudens een enquête ontvangen. Het netto responspercentage is 24%. Er is op huisadres geselecteerd. Van de verschillen die in de tekst worden beschreven, is op basis van tabelanalyse vastgesteld dat deze significant zijn, waarbij een betrouwbaarheid van 95% is gehanteerd ($p < .05$).

Weging

Hoewel er gebruik is gemaakt van een aselechte steekproef, is dit geen garantie voor een representatief beeld van de provincie Drenthe. Een of meerdere leeftijdscategorieën kunnen bij de respondenten ondervertegenwoordigd zijn of gemeenten juist oververtegenwoordigd. Om voor de provincie representatieve informatie weer te kunnen geven, zijn een aantal demografische kenmerken gewogen. Voor dit onderzoek is door het Mulier Instituut een randtotalenweging uitgevoerd. Hierbij is gewogen naar combinaties van de factoren geslacht, leeftijdscategorie, samenstelling huishouden en gemeente. In onderstaande tabellen is voor de verdeling van de (nog ongewogen) respons op deze kenmerken te zien in hoeverre zij afwijken van de Drentse populatie.

Geslacht

Uit tabel I. blijkt dat er in de respons procentueel minder mannen onder de respondenten zijn dan in de gehele Drentse populatie. Daarom is er gewogen naar geslacht.

Tabel I Verdeling van geslacht in de Drentse populatie en in de respons

	Drenthe	Ongewogen respons
Man	49,5%	44,9%
Vrouw	50,5%	55,1%

Leeftijd

Er is een ondervertegenwoordiging van de leeftijdscategorie 18 t/m 34 jaar en een oververtegenwoordiging van de leeftijdscategorie 55 t/m 79 jaar. Leeftijd is daarom meegenomen in de weegprocedure.

Tabel II Verdeling van leeftijd in de Drentse populatie en in de respons

	Drenthe	Ongewogen respons
18 t/m 34	22,2%	10,1%
35 t/m 54	39,3%	33,2%
55 t/m 79	38,5%	56,8%

Samenstelling van huishouden

Onder de respondenten is de groep 'twee volwassenen, geen (thuiswonende) kinderen' oververtegenwoordigd en de groep 'alleenstaand' ondervertegenwoordigd. De verschillen bij de andere groepen zijn minder groot. Samenstelling van huishouden is daarom meegenomen in de weegprocedure.

Tabel III Verdeling van type huishouden in de Drentse populatie en in de respons

	Drenthe	Ongewogen respons
Alleenstaand	28,8%	23,7%
Twee volwassenen, geen (thuiswonende) kinderen	34,0%	43,6%
Twee volwassenen, met thuiswonend(e) kind(eren)	31,2%	26,2%
Eenoudergezin met thuiswonend(e) kind(eren)	5,5%	4,9%
Anders	0,4%	1,4%

Gemeenten

De gemeenten met een kleinere populatie, waaronder Aa en Hunze, De Wolden en Tynaarlo zijn onder de respondenten oververtegenwoordigd. Meppel is naar verhouding vertegenwoordigd en de andere grote gemeenten, waaronder Assen, Emmen en Hoogeveen zijn ondervertegenwoordigd. Daarom is er gewogen naar gemeente. De gemeenten zijn ingedeeld in regio's. De regio-opdeling is overgenomen van de indeling van het Onderzoeksbureau Cultuur, Welzijn en Zorg van de provincie Drenthe.

Tabel IV Verdeling populatie en respons naar gemeenten in regio-opdeling

Regio	Gemeenten	Drenthe	Ongewogen respons
Regio Zuidoost Drenthe	Borger-Odoorn, Coevorden, Emmen	34,7%	32,1%
Regio Zuidwest-Drenthe	De Wolden, Hoogeveen, Meppel, Westerveld	26,6%	22,6%
Regio Midden-Drenthe	Aa en Hunze, Assen, Midden-Drenthe	25,8%	26,4%
Regio Noord-Drenthe	Noordenveld, Tynaarlo	12,9%	19,1%



