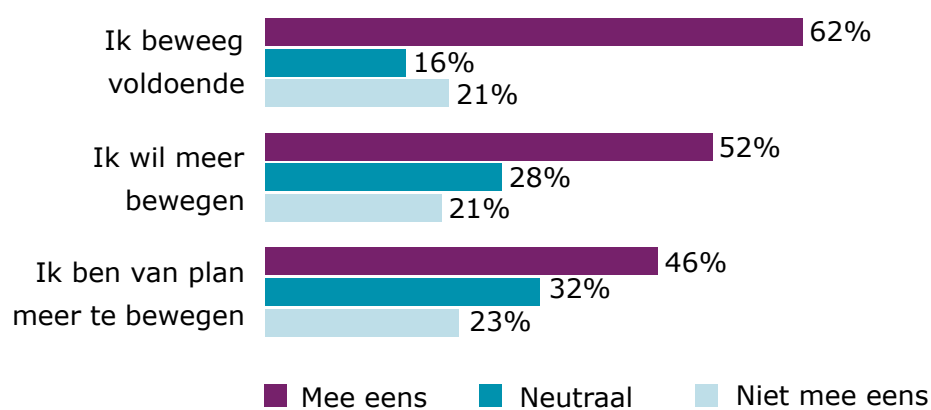


Panelonderzoek Bewegen & Sport



Aan de panelleden zijn vragen gesteld over bewegen en sport. Waarom bewegen mensen, wat belemmert hen en wat stimuleert hen om te bewegen. Bijna 5.600 panelleden vulden de vragenlijst in (respons 50%).

Bewegen



Wie beweegt naar eigen mening genoeg?

- Meer mannen
- Neemt toe met leeftijd

Wie wil meer bewegen?

- 87% van degenen die aangeven **niet** genoeg te bewegen
- 34% van degenen die aangeven **wel** genoeg te bewegen

21% geeft aan niet voldoende te bewegen.

Redenen om niet voldoende te bewegen:

- Te weinig doorzettingsvermogen 37%
- Geen energie 35%
- Geen tijd 29%
- Gezondheid laat het niet toe 25%

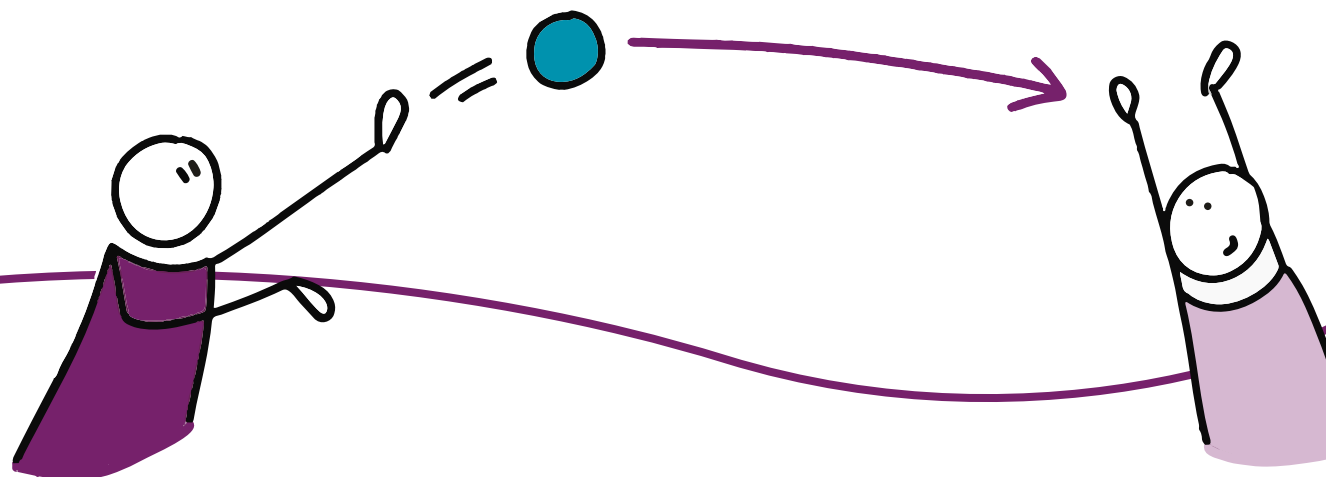
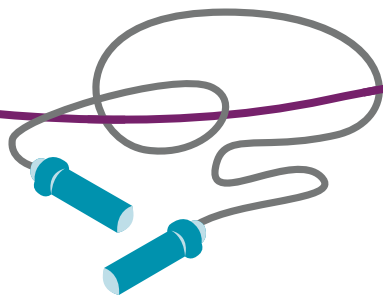


Wat zou stimuleren tot meer bewegen?

- Iemand om mee te bewegen/sporten 23%
- Passende activiteiten in de buurt 22%
- Goedkopere sport- en beweegactiviteiten 18%
- Aantrekkelijkere buurt om in te bewegen, zoals meer groen, wandel/fiets routes 17%

Redenen om te bewegen/sporten:

- Gezond en fit blijven 94%
- Er goed uitzien/afvallen 39%
- Uitlaatklep/plezier/ontspanning 39%



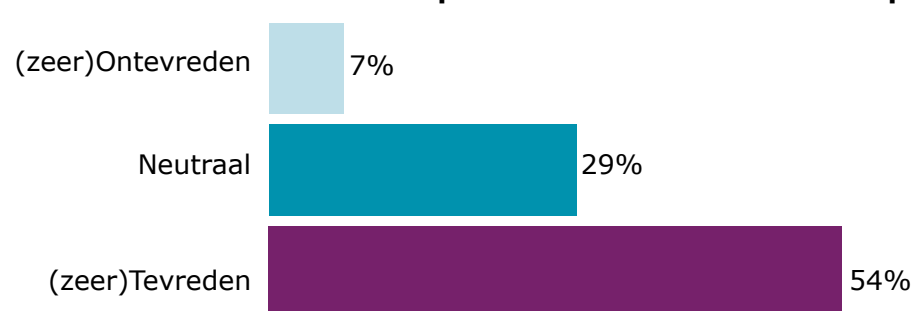
Sport

6 op de 10 sporten minimaal 2x per week.

Men sport:

- Alleen of ongeorganiseerd 40%
- Met een abonnement bij fitnesscentrum of andere commerciële aanbieder 24%
- Als lid van een sportvereniging 19%

Tevreden over aanbod van sportaccomodaties in uw woonplaats?



“ Toegankelijkheid: 'Daarnaast is het voor autistische mensen erg overweldigend door de hoeveelheid prikkels. (zowel qua geluid, onoverzichtelijkheid en drukte)' ”

“ Toegankelijkheid: 'Na lang zoeken eindelijk een locatie gevonden waar ik met de rolstoel me kan redden die nog klein beetje betaalbaar is. Meeste is allemaal niet toegankelijk of niet te betalen' ”

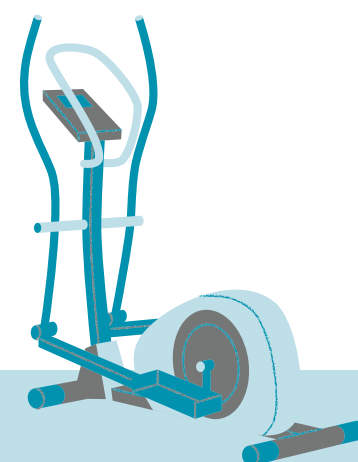
“ Tevreden: 'Er is in elke wijk de mogelijkheid om te sporten. De sportscholen zijn goed bereikbaar en voor mensen met een smalle beurs is er sport aanbod in wijkcentra. Daarnaast zijn er veel buiten toestellen, en dus gratis, om te fitnessen' ”

Waarom niet tevreden?

- Niet voor elke leeftijdsgroep een passend aanbod
- Toegankelijkheid: Voor mensen met een beperking is aanbod vaak niet toegankelijk. Niet toegankelijk met bijvoorbeeld rolstoel, maar ook in tempo, hoeveelheid prikkels, drukte, etc.
- Tijdstippen sporten komen niet uit met de agenda
- Te duur

Waarom wel tevreden?

- Variatie in aanbod
- Groot aanbod
- Dichtbij
- Sluit aan bij wensen



Inwonerspanel

Het inwonerspanel telt ongeveer 11.000 volwassenen uit de regio Utrecht die een paar keer per jaar een digitale vragenlijst invullen voor de GGD. Qua samenstelling is dit panel niet representatief voor de hele regio. De resultaten van dit onderzoek kunnen daardoor niet zonder meer vertaald worden naar de gemiddelde inwoner, maar geven wel een goede indicatie voor wat er leeft onder de doelgroep.

Kijk voor meer informatie over het inwonerspanel van GGD regio Utrecht op de website: www.panelggd.nl/regioutrecht.
Voor vragen over dit onderzoek: onderzoek@ggdru.nl.

Onderzoek is uitgevoerd in juli 2022