



adv mr
smart market research

Gemeente Houten: Sporten en Bewegen 55+

Vraag en aanbod

Den Dolder, 07-07-2010

Drs. Casper de Vos



Het auteursrecht op dit rapport berust bij ADV Market Research (ADV). De opdrachtgever mag deze uitgave alleen voor intern gebruik verveelvoudigen. Voor publicatie van (gedeelten van) dit rapport in de nieuwsmedia, vakliteratuur of andere uitgaven is toestemming van ADV nodig. Bovendien verzoeken wij de opdrachtgever om bij publicatie ADV als bron te vermelden.



Inhoud

- ◆ Samenvatting
- ◆ Achtergrond & doelstelling
- ◆ Processtatistieken
- ◆ Resultaten
 - ◆ Sport- en beweegmogelijkheden
 - ◆ Sport- en beweegvoorzieningen
 - ◆ Vraag: ouderen als aparte doelgroep
 - ◆ Aanbod: ouderen als doelgroep
 - ◆ Mogelijkheden en knelpunten
 - ◆ Communicatie
- ◆ Bijlagen



adv mr
smart market research

Samenvatting



Samenvatting

Ouderen in Houten bewegen minder dan Nederlandse Norm Gezond Bewegen

- ◆ Ouderen in Houten houden zich in de zomer gemiddeld 4,3 dagen per week tenminste 30 minuten bezig met activiteiten die even inspannend zijn als bijvoorbeeld stevig doorwandelen, fietsen of tuinieren. In de winter is dit 3,5 dagen per week. Dit is beneden de Nederlandse Norm Gezond Bewegen die minimaal 5 dagen per week 30 minuten matige inspanning adviseert. Wat betreft inspannende activiteiten (zoals tenminste 20 minuten intensief sporten of andere inspannende activiteiten waarvan men bezweet raakt) liggen deze cijfers op respectievelijk 2,2 dagen per week in de zomer en 1,7 dagen in de winter. Daarmee zijn ouderen in vergelijking met andere leeftijdsgroepen gemiddeld actief. Het verschil tussen zomer- en winteractiviteit is groter bij 'buitenbewegers' dan de mensen die een voorkeur hebben voor (georganiseerde) binnensporten.
- ◆ Tussen 55-64 jarigen en 65 plussers doet zich maar een klein verschil voor wat betreft het aandeel niet sporters (resp. 17% en 14%). Wel zijn er meer 55-64 jarigen (25%) die zeer weinig sporten (in totaal 1 tot 11 keer in het afgelopen jaar), dan 65 plussers (14%). De groep 'niet of nauwelijks sporters' en meer frequente sporters (11 keer per jaar en vaker) verschillen nauwelijks wat betreft gezondheid, lichamelijke beperkingen of chronische aandoeningen.



Samenvatting

Motivatieprobleem grotere belemmering dan fysieke gesteldheid of gebrek aan aanbod

- ◆ De helft van de ouderen geeft aan te kampen te hebben met motivatieproblemen om te gaan sporten. Gebrek aan motivatie wordt door respondenten veel vaker genoemd dan beperkende zaken als een slechte gezondheid en/ of fysieke beperkingen.
- ◆ Relatief weinig ouderen (3% van de 55+) ervaren een tekort in de hoeveelheid of de variatie van het sportaanbod in de gemeente. Onder ouderen populaire georganiseerde sporten als fitness, gymnastiek en tennis worden binnen de gemeente ruimschoots aangeboden.
- ◆ 'Van Houten&co' (voorheen SWOH) neemt een aparte plaats in wat betreft het aanbod van sporten en bewegen voor ouderen. Zij organiseert veel verschillende sport- en beweegactiviteiten voor de senioren doelgroep. 30% van de 65 plussers die graag georganiseerd sporten, doet dit dan ook bij voorkeur via 'van Houten&co'. Bij 55-64 jarigen is dit een stuk minder: 11%. Deze groep verkiest vaker voor een sportvereniging (26% versus 11%).



Samenvatting

Ontspanning en sociale contacten belangrijker dan competitie

- ◆ De meeste ouderen (89%) sporten voor hun gezondheid of fitheid. Wat opvalt is dat veel meer ouderen sporten voor plezier en ontspanning (80%) en sociale contacten (43%) dan voor prestatie, winst of competitie (7%).
- ◆ Slechts een kwart van de ouderen spreekt een voorkeur uit voor bewegen in georganiseerd verband. Tweevijfde van de ouderen sport het liefst ongeorganiseerd. Ongeorganiseerd sporten of bewegen is geliefd vanwege de vrijheid en ongebondenheid en het kunnen bepalen van het eigen tempo. De populariteit van ongeorganiseerde activiteiten blijkt ook uit de top vijf van meest beoefende sporten onder ouderen: toerfietsen, sportief wandelen, fitness (conditie), wandelsport en zwemsport. Andere sporten die onder oudere relatief populair zijn, betreffen: tennis, bridge, fitness (kracht), nordic walking en gymnastiek/ turnen.
- ◆ De populariteit van ongeorganiseerde beweegactiviteiten onder ouderen vertaalt zich onder meer in een behoefte aan meer sportmogelijkheden en voorzieningen in de openbare ruimte als gemarkeerde fiets- en wandelroutes.



Samenvatting

Met name 65-plussers hebben behoefte aan een eigen sport- en beweegaanbod

- ◆ Meer dan de helft (52%) van de ouderen vindt het belangrijk dat er een speciaal op 55-plussers gericht sport- en beweegaanbod is binnen de gemeente. Daarbij sporten of bewegen veel ouderen het liefst met leeftijdgenoten. 65 plussers vinden dit vaker dan 55-64 jarigen (47% versus 31%).
- ◆ Ouderen sporten en bewegen het liefst door de week, waarbij de werkende 55 plusser het liefst voor de avond kiest.
- ◆ Er is relatief veel vraag naar sporten onder begeleiding van bijvoorbeeld een fysiotherapeut, oefentherapeut Mensendieck of Cesar.
- ◆ Drie op de tien ouderen vinden sporten of bewegen bij een vereniging te duur. Jongere groepen (<45 jaar) vinden dit echter nog vaker (doordat bijna een kwart van de ouderen met 'nvt/ weet niet' reageert op de stelling dat sporten bij een vereniging te duur is, zijn minder 65 plussers dan 55-64 jarigen het eens of oneens met de stelling.)

De bereikbaarheid van sport- en beweervoorzieningen volstaat voor mobiele ouderen, maar het openbaar vervoer schiet tekort

- ◆ Een relatief kleine groep ouderen (7% van de 55+'ers) ervaart een tekort aan sport- en beweegmogelijkheden in de buurt. Fietsen en lopen is voor de meeste ouderen nog steeds een geschikte manier om naar sport- of beweeglocatie te gaan, ook als de voorziening een kilometer van huis ligt. Ook de eigen auto is voor velen een geschikte wijze van vervoer. Het openbaar vervoer wordt echter als ontoereikend ervaren. Ook de aanbieders onderstrepen dit. Slechts een kwart geeft aan dat de eigen voorziening goed bereikbaar is met het openbaar vervoer voor mensen die slecht ter been zijn. 65 plussers zijn vaker dan 55-64 jarigen afhankelijk van een taxi of iemand anders om hen te brengen, wanneer de sportlocatie op 1 kilometer afstand van huis ligt.



Samenvatting

Ouderen wel als doelgroep gezien, maar aanbod vaak (nog) onvoldoende afgestemd

- ◆ Driekwart van de aanbieders rekent de 55 plussers tot een eigen doelgroep. Bij drie op de tien aanbieders bestaat minstens 30% van de leden uit 55 plussers (schatting van de aanbieders). Dit zijn hoofdzakelijk aanbieders van populaire ouderensporten en/of activiteiten zoals: tennis, dans, gymnastiek, wielersport, bridge, biljart en bowling.
- ◆ Echter, slechts één op de tien aanbieders benadert ouderen ook daadwerkelijk als een aparte doelgroep. Een kwart van de aanbieders doet dit soms. Aanbieders die ouderen op een speciale manier benaderen doen dit meestal door het aanbieden van aparte sport- en beweegprogramma's (67%). Ook hanteert men voor ouderen vaak speciale kortingen (33%). Het speciale beweegaanbod is daarbij vaak in lijn met de wensen van ouderen. Het aanbod is afgestemd op ontspanning (in plaats van competitie). Ook de speciale kortingen die worden aangeboden, sluiten aan op de constatering dat veel ouderen de sportverenigingen te duur vinden.



Samenvatting

De communicatie is nog onvoldoende afgestemd op de oudere doelgroep

- ◆ Eén op de vijf ouderen is slecht op de hoogte van het sport- en beweegaanbod voor ouderen.
- ◆ 55-64 jarigen weten vaker (56%) dan 65 plussers (47%) goed welke sport- en beweegactiviteiten er worden aangeboden in de gemeente.
- ◆ De meeste communicatiemiddelen die door veel sportaanbieders worden gebruikt, zoals de gemeentegids, eigen folders en huis-aan-huis bladen, zijn geschikt om ouderen te bereiken. Internet is echter minder geschikt om 65 plussers te bereiken. De helft van deze laatste doelgroep zoekt informatie over sporten en bewegen op in de activiteitengids van de SWOH (van Houten&co). Deze gids wordt echter maar weinig voor communicatiedoeleinden gebruikt door andere sportaanbieders.
- ◆ Ook is het voor sportaanbieders belangrijk om te weten dat ouderen graag volledig worden geïnformeerd. Naast informatie die door alle leeftijdsgroepen belangrijk wordt gevonden (locaties, tijden, prijzen, toegankelijkheid en de samenstelling van de groepen), worden ouderen vaak graag geïnformeerd over begeleiding (dit geldt ook voor 45-54 jarigen), de moeilijkheidsgraad, de grootte van de groepen en de samenstelling van groepen.



Aanbevelingen/ kansen

- ◆ Belangrijk is na te denken over hoe de ouderen te bereiken en te motiveren die nu nog onvoldoende bewegen. Een afgestemd aanbod is daarbij belangrijk, maar ook de inzet en doorverwijsfunctie van instanties die veel in aanraking komen met de doelgroep: denk aan huisartsen, 'van Houten&co', het WMO-loket, mantelzorgers, etc. Daarnaast is op de doelgroep afgestemde informatie via de inzet van de juiste communicatiekanalen, zoals de SWOH activiteitengids ('van Houten&co'), belangrijk.
- ◆ Er is in principe genoeg bereidheid onder aanbieders tot het organiseren van (meer) speciale activiteiten voor ouderen op het moment dat daar vraag naar is. De helft van de aanbieders denkt over voldoende mogelijkheden te beschikken om het aanbod aan te passen aan ouderen. De ondervraagde aanbieders die ervaring hebben met het organiseren van speciale sport- en beweegactiviteiten voor ouderen zijn hierover bovendien allemaal (zeer) positief. Men is vooral positief over het enthousiasme van de ouderen.
- ◆ Plannen voor een speciaal ouderenaanbod blijven echter vaak liggen en worden niet verder uitgewerkt of doorgezet. Externe hulp, bijvoorbeeld van de sportmakelaar, mogelijk in samenwerking met 'van Houten&co', zou aanbieders verder kunnen helpen met deze plannen.
- ◆ Om meer ouderen, met name in de winter, te laten bewegen moet het aantrekkelijk voor hen zijn om deel te nemen aan georganiseerde sporten. Dit betekent een aanbod waarbij het accent ligt op ontspanning en ontmoeting en niet zozeer op prestatie.



Aanbevelingen/ kansen (vervolg)

- ◆ Aanbieders van sport- of beweegactiviteiten die populair zijn onder ouderen verdienen bijzondere aandacht als het gaat om het optimaliseren van het aanbod voor ouderen. Wanneer wordt gekeken naar verenigingen die (o.a.) activiteiten verzorgen die veel door ouderen worden gedaan, dan heeft een aantal aanbieders hiervan geen speciaal sport- of beweegaanbod voor ouderen. Het betreft tennis, dans, gymnastiek/turnen, aerobics en watersport. Zij zouden actief benaderd kunnen worden (bijvoorbeeld door de sportmakelaar en 'van Houten&co') en geholpen kunnen worden in het aanpassen van hun aanbod (indien men dit op prijs stelt).
- ◆ Ook andere aanbieders zouden op de hoogte gebracht kunnen worden van de mogelijkheid van advies bij het ontwikkelen van een speciaal aanbod voor ouderen. Het blijkt namelijk dat aanbieders die een apart ouderenaanbod hebben overwogen maar niet doorzetten, niet goed weten hoe dit aanbod er uit zou moeten zien en hoe men dit organiseert.
- ◆ Het aanbod aan georganiseerde sporten voor ouderen lijkt ook enigszins belemmerd te worden door een gebrek aan capaciteit met betrekking tot gymzalen en het zwembad. 'Van Houten&co' geeft aan over voldoende begeleiding te beschikken, maar is niet te spreken over de kwaliteit van enkele faciliteiten.



adv mr
smart market research

Achtergrond en doelstelling



Achtergrond en doelstelling

Achtergrond

Onlangs is in 'Sportvisie Houten (2008-2015)' de doelgroep senioren nadrukkelijk genoemd. Door de 'verjonging' van ouderen neemt de vraag naar sport- en beweegaanbod onder 55 plussers toe. Tegelijkertijd beweegt de helft van de ouderen te weinig volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB). De vergrijzing en de veranderende vraag naar sport- en beweegaanbod zijn voor de gemeente Houten reden deze doelgroep op de kaart te zetten. Daarom is besloten een onderzoek uit te voeren. Dit onderzoek bestaat uit 3 onderdelen:

- 1) Het in kaart brengen van de vraag naar sport- en beweegmogelijkheden in de gemeente Houten onder haar inwoners.
- 2) Het in kaart brengen van het sport- en beweegaanbod voor 55 plussers in de gemeente Houten.
- 3) Het vergelijken van vraag en aanbod van sport- en beweegmogelijkheden voor 55 plussers, en aanwijzen waar het aanbod aangepast moet worden om beter op de vraag van ouderen aan te sluiten.

In deel 1 van het onderzoek werd onderscheid gemaakt tussen de volgende leeftijdsgroepen: 18-34 jaar, 35-44 jaar, 45-54 jaar, 55-64 jaar en 65 plussers. In deze rapportage, waarin vraag en aanbod worden vergeleken, komen alleen de twee oudste leeftijdsgroepen aan bod.

Doelstelling

Het doel van het onderzoek is om inzicht te krijgen in de (toekomstige) vraag en het aanbod van 55 plus sport- en beweegactiviteiten teneinde sport- en beweeginterventies te bewerkstelligen waarbij vraag en aanbod beter op elkaar aansluiten.



adv mr
smart market research

Processtatistieken



Processtatistieken: aanbod sporten en bewegen

Op 27 april zijn alle 56 aanbiedende partijen van sporten- en bewegen van de gemeente Houten benaderd om mee te werken aan een onderzoek naar het sport- en beweegaanbod voor 55 plussers in de gemeente Houten. Tot 30 mei heeft men de tijd gehad om de enquête online in te vullen. Uiteindelijk hebben 44 aanbieders de vragenlijst volledig ingevuld, wat overeenkomt met een respons van 79%.

Start veldwerk	27 april		Aantal	%
Einde veldwerk	30 mei	Respondenten uitgenodigd	56	100%
Gemiddelde invultijd	11 min 36 sec	Respondenten gestart	44	79%
Betrouwbaarheidsinterval	95%	Respondenten enquête afgerond	44	79%
Maximale foutmarge	5%	Enquête afgebroken	0	0%



Processtatistieken: vraag sporten en bewegen (alle leeftijden)

Op 25 maart zijn inwoners van de gemeente Houten benaderd mee te werken aan een onderzoek over de vraag naar sport- en bewegen in de gemeente Houten. In totaal werden 1417 55 plussers uitgenodigd, waarvan 289 panelleden en 1128 schriftelijk uitgenodigden. Tot 4 mei heeft men de tijd gehad om de enquête in te vullen. Het uiteindelijke aantal door 55 plussers compleet ingevulde vragenlijsten komt op 370 stuks.

Start veldwerk	25 maart 2010
Einde veldwerk	4 mei 2010
Gemiddelde invultijd	11 min. 55 sec (online panel)
Betrouwbaarheidsinterval	95%
Maximale foutmarge	5%

	Online	Schriftelijk
55+ respondenten uitgenodigd	289	1128
Aantal complete vragenlijsten	165	205



adv mr
smart market research

Resultaten



Sport- en beweegmogelijkheden



Ouderen in Houten bewegen te weinig

Ouderen in Houten houden zich in de zomer gemiddeld 4,3 dagen per week tenminste 30 minuten bezig met activiteiten die even inspannend zijn als bijvoorbeeld stevig doorwandelen, fietsen of tuinieren. In de winter is dit 3,5 dagen per week (zie bijlage 2). Dit is beneden de Nederlandse Norm Gezond Bewegen die minimaal 5 dagen per week 30 minuten matige inspanning adviseert. Wat betreft inspannende activiteiten (zoals tenminste 20 minuten intensief sporten of andere inspannende activiteiten waarvan men bezweet raakt) liggen deze cijfers op respectievelijk 2,2 dagen per week in de zomer en 1,7 dagen in de winter.

Tussen 55-64 jarigen en 65 plussers is maar een klein verschil wat betreft het aandeel niet sporters (resp. 17% en 14%). Wel zijn er meer 55-64 jarigen (25%) die zeer weinig sporten (in totaal 1 tot 11 keer in het afgelopen jaar), dan 65 plussers (14%). Er is nauwelijks een verschil tussen deze groep 'niet of nauwelijks sporters' en meer frequente sporters (11 keer per jaar of vaker) als het gaat om gezondheid, lichamelijke beperkingen of chronische aandoeningen. Ook wonen 'niet of nauwelijks sporters' niet vaker in bepaalde deelgebieden dan meer frequente sporters. Wél vindt maar 18% van de 'niet of nauwelijks sporters' het makkelijk om motivatie op te brengen om te gaan sporten; gemiddeld vindt 50% van de ouderen dit.

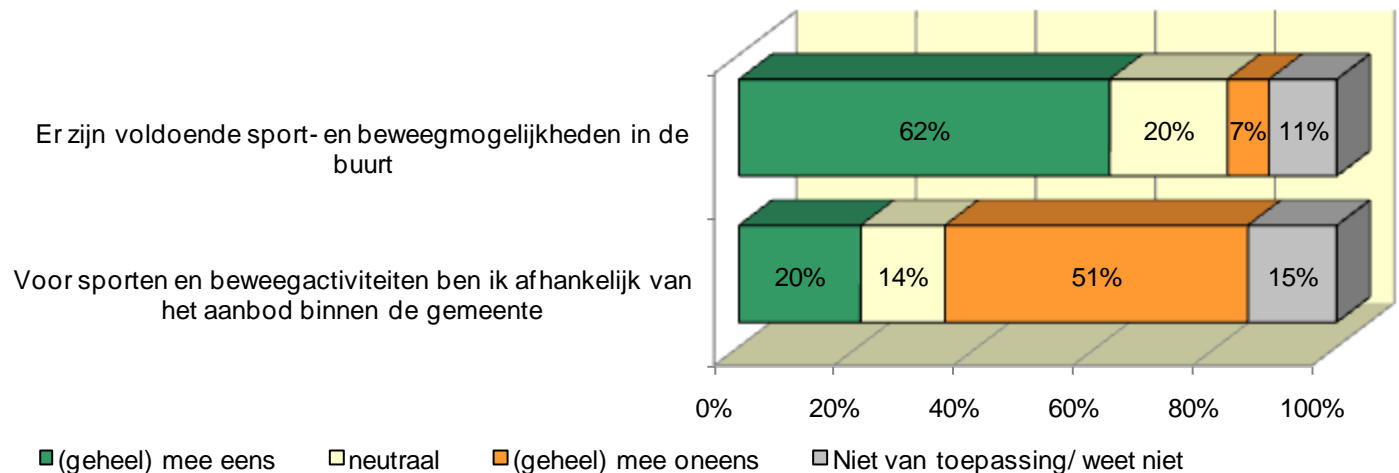
Weinig ouderen ervaren tekort aan sport- en beweegmogelijkheden

De meeste ouderen vinden dat er voldoende sport- en beweegmogelijkheden zijn in de buurt, terwijl een kleine groep (7%) hieraan juist een tekort ervaart. In de districten Zuid-Oost en de buitengebieden zijn relatief veel mensen ontevreden (resp. 11% en 12%, n=laag: 64 en 35). 65 plussers zijn vaker neutraal over de sport- en beweegmogelijkheden in de buurt dan 55-64 jarigen (24% versus 16%).

Een kwart van de ouderen geeft aan voor sport- en beweegactiviteiten afhankelijk te zijn van het aanbod binnen de gemeente. Dit geldt voor vrouwen (27%) sterker dan voor mannen (14%) en voor 65 plussers sterker (27%) dan voor 55-64 jarigen (15%). Onder de respondenten die niet afhankelijk zijn, zitten opvallend veel ouderen die het liefst ongeorganiseerd sporten (49% versus 39% gemiddeld).

In hoeverre bent u het eens met de volgende stellingen als het gaat om sporten en actief bewegen?

Basis= 55 plus ; n=349



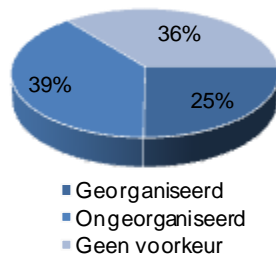
Slechts kwart ouderen verkiest bewegen in georganiseerd verband

Een kwart van de ouderen heeft (voor de komende jaren) een voorkeur voor georganiseerd sporten of bewegen. Vrouwen doen dit liever dan mannen (33% vs. 17%).

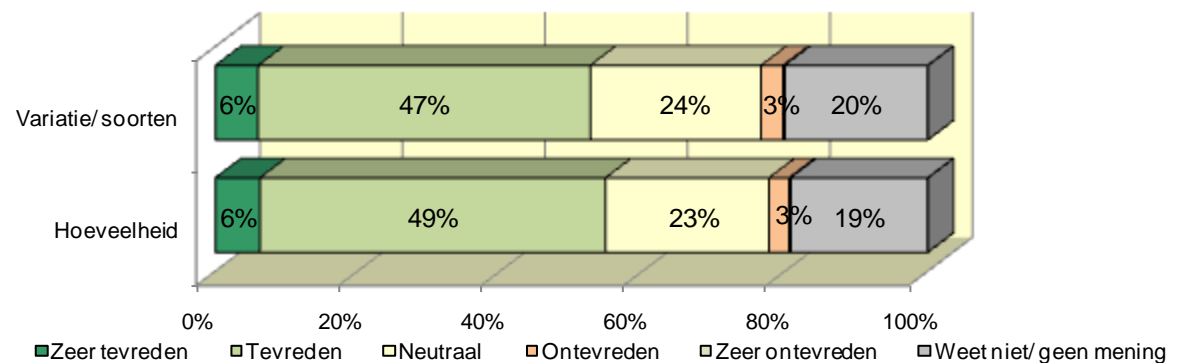
Ook in Noord-Oost kiest men relatief vaak voor georganiseerd sporten (32%).

Veel ouderen verkiezen ongeorganiseerd sporten vooral omdat ze dan geen verplichtingen hebben en hun eigen tijden kunnen bepalen. Ook nemen veel ouderen liever niet deel aan competitie en bepalen ze hun eigen tempo. Een relatief grote groep legt dus weinig druk op het sportaanbod. Slechts een enkele oudere (3%) is ontevreden over het aanbod in de gemeente wat betreft de variatie of hoeveelheid sporten.

Hoe zou u het liefst willen sporten of actief bewegen in de komende jaren?
Basis=55 plus n=361



Kunt u aangeven in hoeverre u tevreden bent over het aanbod om te sporten en te bewegen in de gemeente als het gaat om de...
Basis=55 plus, n=352

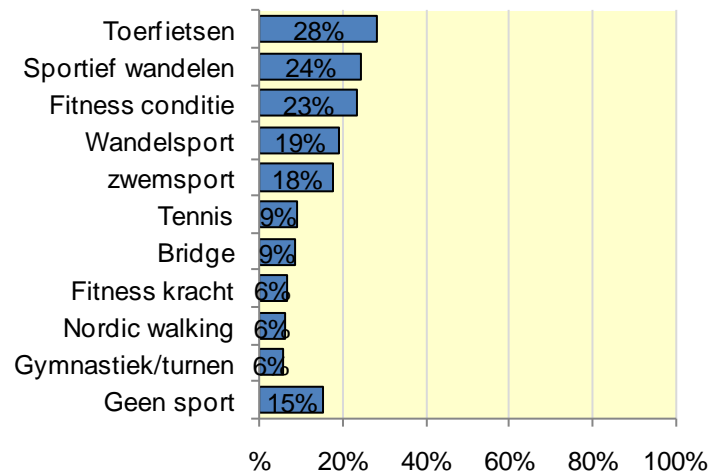


Ongeorganiseerde beweegactiviteiten populair

Veel ouderen beoefenen sporten en beweegactiviteiten die veelal niet in georganiseerd verband worden beoefend: toerfietsen, sportief wandelen, wandelsport en zwemsport zijn erg populair.

Sporten die veel worden beoefend door ouderen en op een sportvereniging of via een sportinstelling worden aangeboden zijn fitness, zwemsport, tennis en gymnastiek. Op zwemsport na worden deze activiteiten door relatief veel aanbieders verzorgd.

Welke van de onderstaande sport(en) beoefent u regelmatig? Dat wil zeggen tenminste eens in de twee weken? Basis = 55 plus, n=368



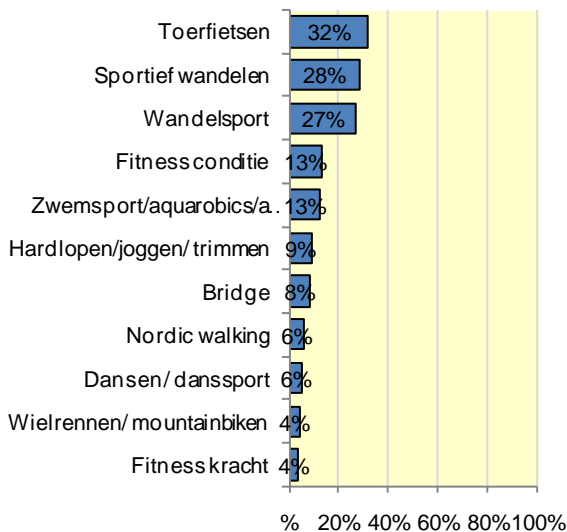
Welke sporten of beweegactiviteiten worden door uw sportvereniging of instelling aangeboden? Basis = iedereen (n=44)

Fitness conditie	9
Dansen/ danssport	8
Aerobics/ steps	7
Tennis	5
Gymnastiek/ turnen	4
Fitness kracht	3
Vecht- en verdedigingssporten	3
Bowling	3
Zwemsport/ aquarobics/ aquajoggen	2

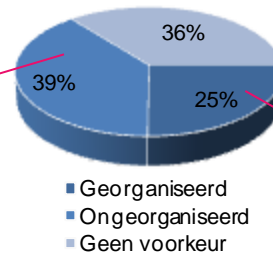
Fitness met name populair bij ouderen die graag georganiseerd sporten

Wanneer er onderscheid wordt gemaakt tussen ouderen die bij voorkeur georganiseerd sporten en ouderen die liever ongeorganiseerd sporten ziet de lijst meest beoefende sporten er anders uit. Bij ouderen die graag ongeorganiseerd willen bewegen of sporten domineren toerfietsen, sportief wandelen en wandelsport. Bij de groep die liever georganiseerd sport is dit duidelijk fitness (conditie) gevolgd door zwemsport en toerfietsen.

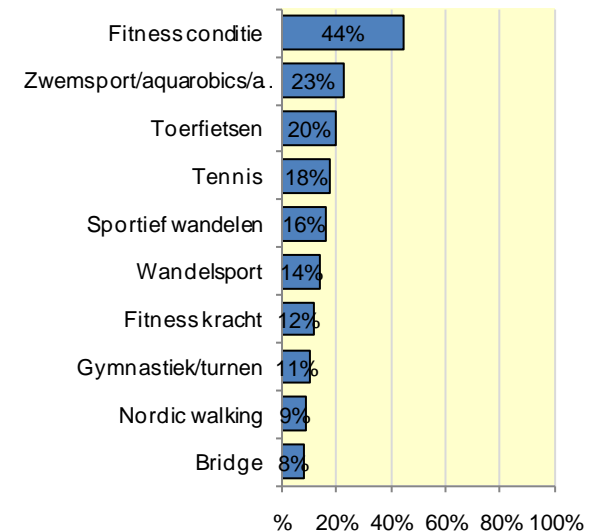
Welke van de onderstaande sport(en) beoefent u regelmatig? Dat wil zeggen tenminste eens in de twee weken? Basis = voorkeur voor ongeorganiseerd sporten (n=142)



Hoe zou u het liefst willen sporten of actief bewegen in de komende jaren? Basis=55 plus n=361



Welke van de onderstaande sport(en) beoefent u regelmatig? Dat wil zeggen tenminste eens in de twee weken? Basis = voorkeur voor georganiseerd sporten (n=91)





‘van Houten&co’ (SWOH) belangrijke rol in aanbod voor ouderen

De Stichting Welzijns Ontwikkeling Houten (SWOH), vanaf 1 juli 2010 ‘van Houten&co’, neemt een speciale plaats in als het gaat om het sport- en beweegaanbod voor ouderen in de gemeente.

De stichting organiseert veel sport- en beweegprogramma’s voor ouderen zoals aerobics, badminton, biljart, bowling, bridge, country line dansen, danssport, tennis, zwemsport, gym, fitness (conditie), jeu de boules, koersbal, nordic walking, schaken, sportief wandelen, tafeltennis, tai chi, volksdansen, wandelsport, yoga en creatieve dans. Hierbij maakt ‘van Houten&co’ gebruik van een groot aantal vrijwilligers. Ook maakt ‘van Houten&co’ voor haar aanbod gebruik van een aantal eigen faciliteiten (zoals de locatie Lorech ‘Wijkcentrum De Vuurtoren’ en Centrum Markant) , maar ook van externe faciliteiten zoals bijvoorbeeld een sporthal, zwembad of de faciliteiten van tafeltennisvereniging.



Verskil zomer- en winteractiviteit groot bij 'buitenbeweegers'

We zagen al dat beweegactiviteiten in de buitenlucht populair zijn bij ouderen. Ook wordt er in de winters minder bewogen dan in de zomer. Ouderen waarbij dit verschil tussen zomer- en winteractiviteit groot is, doen vaker aan bewegen in de buitenlucht (ongeorganiseerd) dan ouderen waarbij dit verschil klein is. Het is dan ook waarschijnlijk dat het verschil in activiteit (deels) verklaard kan worden door de voorkeur van veel ouderen om in de buitenlucht te bewegen. Slecht weer of koude is juist voor deze activiteiten een belemmerende factor.

	% ouderen met klein verschil tussen zomer en winter activiteit (<=0,5 dag/week) dat regelmatig doet aan...	% ouderen met groot verschil tussen zomer en winter activiteit (>=1 dag/week) dat regelmatig doet aan...
Hardlopen/joggen/ trimmen	5%	6%
Nordic walking	5%	9%
Sportief wandelen	19%	32%
Wandelsport	18%	21%
Toerfietsen	23%	35%
n	219	151

Het verschil is een gemiddelde van zowel matige als zware inspanning.



Sport- en beweegvoorzieningen

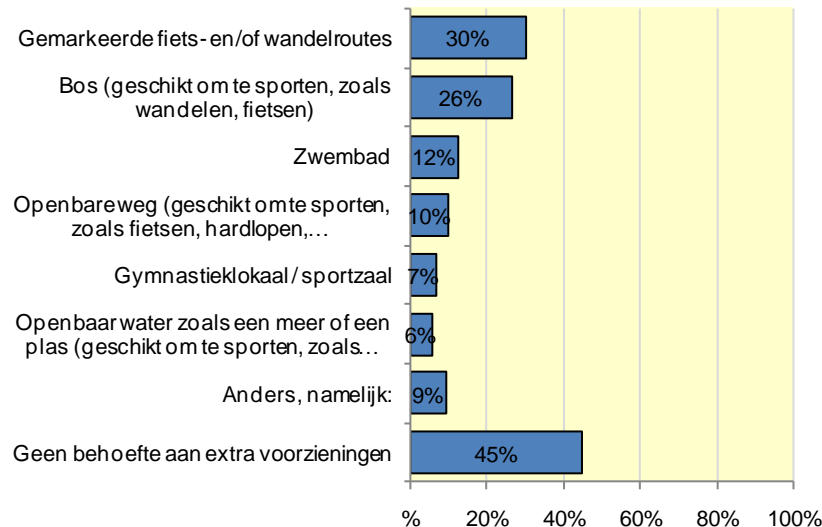
Behoeftes vooral aan sportvoorzieningen in openbare ruimte

In lijn met de sportbehoefes van ouderen (veelal buiten) is er veel behoefte aan extra voorzieningen in de openbare ruimte waar bewogen kan worden (fiets- en wandelroutes, bos, openbare weg, openbaar water).

Ook is er bij een groep ouderen behoefte aan extra zwemvoorzieningen (12%). 7% van de ouderen geeft aan behoefte te hebben aan een extra gymnastieklokaal/ sporthal. Er is 1 zwemlocatie in de gemeente Houten, en er zijn circa 13 gymzalen/ sporthallen/ sportzalen (specifieke binnenaccommodaties voor bijvoorbeeld squash of voetbal niet meegerekend). 10 hiervan zijn in beheer bij de gemeente (bron: website gemeente Houten).

Kunt u aangeven aan welke van de onderstaande (sport- en beweeg) voorzieningen u meer behoefte heeft in de gemeente:

Basis = alle 55 plussers, n=365





Beperkte mogelijkheden zwembad en gymzalen

Hoewel het buitenbad in Houten van mei t/m augustus vaak open is voor recreatief zwemmen, is het binnenbad alleen in het weekend op beperkte tijden open voor recreatief zwemmen. Overdag is het binnenbad gereserveerd voor allerlei georganiseerde zwemprogramma's. Het rooster hiervan is complex; het is lastig te beoordelen in hoeverre er extra tijd vrijgemaakt kan worden voor activiteiten voor ouderen. De behoefte aan extra zwemvoorzieningen bestaat niet alleen bij ouderen. Onder jongere respondenten is de behoefte zelfs groter (meer dan 30% van de respondenten jonger dan 45 jaar). Een enkele oudere heeft behoefte aan een aangepast bad (invalide vriendelijk / warm bad voor reuma patiënten).

7% van de ouderen geeft aan meer behoefte te hebben aan een gymzaal of sporthal. Ook dit is geen specifieke behoefte van ouderen maar van alle leeftijdsgroepen. Voor sportaanbieders die afhankelijk zijn van gymzalen kan het lastig zijn deze op de gewenste tijden te reserveren. Citaat van een sportaanbieder: *'We hebben in de afgelopen jaren overwogen om gymnastiek en bodyfit lessen op de dag (ochtend en/of voormiddag) te gaan geven. Hier is vraag naar. Echter het is niet mogelijk om tijdens schooltijden een gymzaal te huren in de gemeente Houten. Hierdoor is het niet mogelijk om iets te gaan organiseren voor 55+.'* Mogelijk zijn gymzalen overdag veel bezet voor schoolgymnastiek. Dit is iets dat nader bekeken dient te worden.

55-64 jarigen hebben meer behoefte aan extra zwemvoorzieningen dan 65 plussers (16% versus 9%). Bij 65-plussers zien we juist wat meer behoefte aan een gymlokaal of sportzaal (10% versus 5%).



Vraagkant: ouderen als aparte doelgroep



Tijden ouderenaanbod ongunstig voor werkende 55 plusser

7% van de ouderen vindt dat er onvoldoende rekening wordt gehouden met hun leeftijdsgroep. Dit vinden zij niet vaker dan andere leeftijdsgroepen. In de toelichting van de ouderen komt een aantal antwoorden meerdere keren terug:

- Veel ouderen aanbod is op de dag terwijl veel 55 plussers overdag werken (3x)
- Er is te weinig aanbod voor ouderen (3x)
- Niet op de hoogte van de mogelijkheden voor ouderen (3x)
- Sportscholen veel bezocht door jongeren: drempel om aan te melden (2x)
- Teamsporten zijn te prestatiegericht (2x)
- Graag meer aparte leeftijdsgroepen (2x)
- Weinig aanbod actieve sporten voor ouderen (weinig 55+ teams) (2x)
- Geen warm bad voor reuma patiënten (2x)

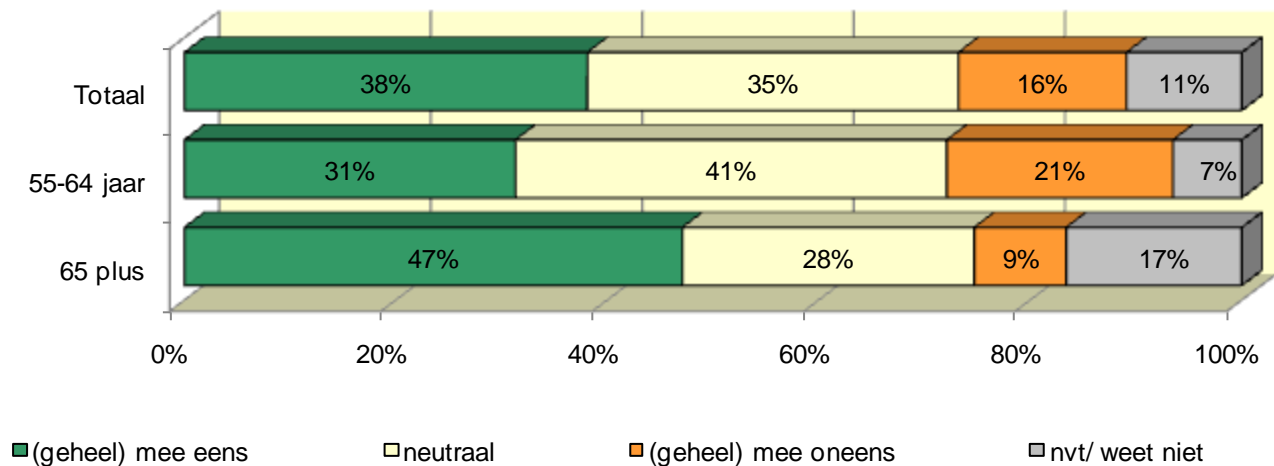
Slechts bij een enkele oudere bestaat ontevredenheid over de begeleiding bij het sporten (<2%), of over de kwaliteit van het sportaanbod (<2%), zie bijlage 1.

Sporten met leeftijdsgenoten voor helft 65 plussers belangrijk

Veel ouderen sporten of bewegen het liefst met leeftijdgenoten. 65 plussers vinden dit vaker dan 55-64 jarigen (47% versus 31%). Van de 55-64 jarigen vindt 62% het geen probleem om met mensen van andere leeftijden te sporten of te bewegen.

Ik sport of beweeg het liefst met leeftijdgenoten

Basis= 55 plussers; n=353



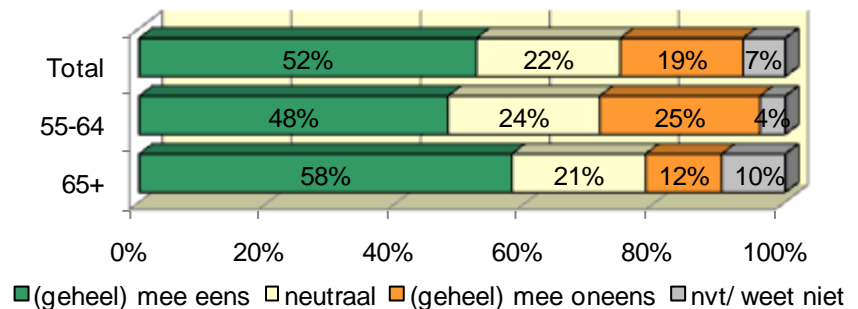
Speciaal ouderenaanbod belangrijk en aanbod vaak te duur

Meer dan de helft (52%) van de ouderen vindt het belangrijk dat er een speciaal op 55-plussers gericht sport- en beweegaanbod is binnen de gemeente. 65 plussers vinden dit vaker belangrijk (58%) dan 55-64 jarigen (48%).

Bijna drie op de tien ouderen vinden sporten of bewegen bij een vereniging te duur. Dit is minder dan het aandeel inwoners van Houten beneden de 45 jaar; hiervan vindt bijna de helft sporten bij een vereniging te duur. Doordat bijna een kwart van de ouderen met 'nvt/weet niet' reageert op de stelling dat sporten bij een vereniging te duur is, zijn minder 65 plussers dan 55-64 jarigen het eens of oneens met de stelling.

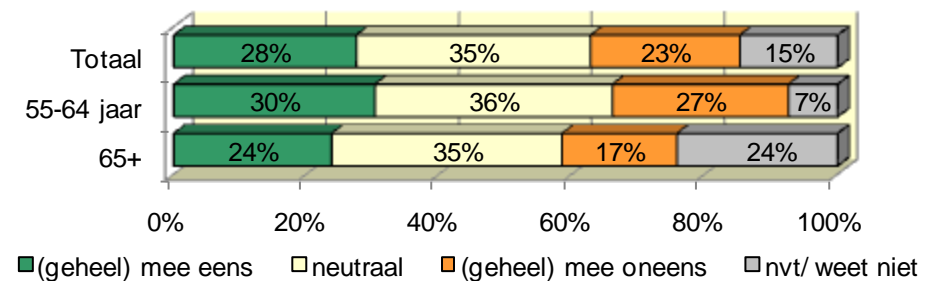
Het is voor mij belangrijk dat er een speciaal op 55-plussers gericht sport- en beweegaanbod is binnen de gemeente

Basis= 55 plussers; n= 353



Ik vind sporten bij een vereniging te duur

Basis= 55 plus; n=351

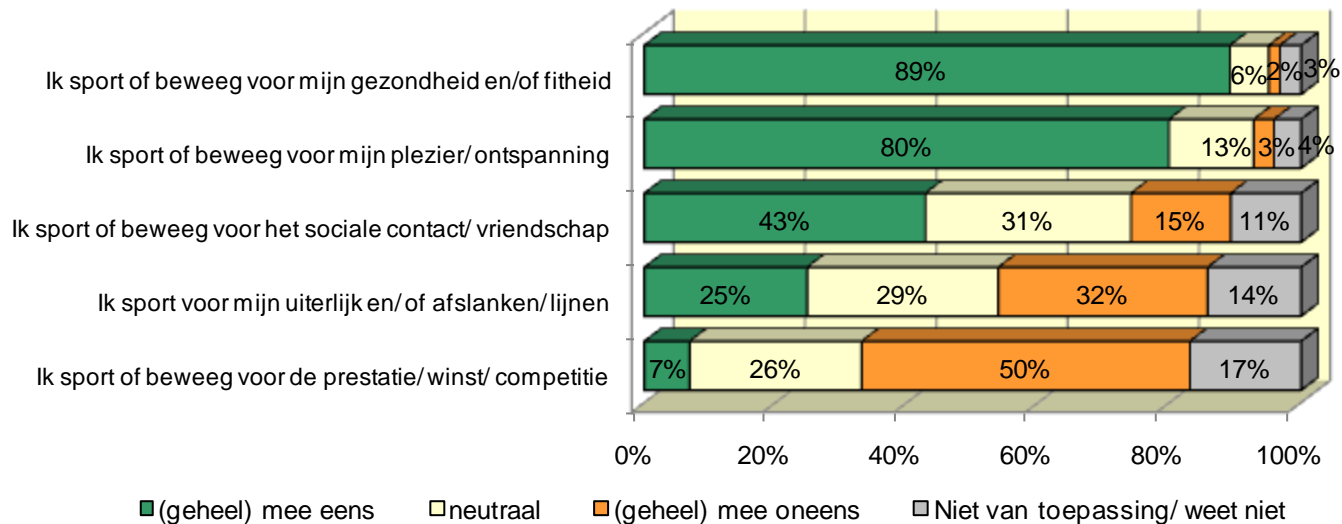


Sporten niet voor prestatie maar voor ontspanning

De meeste ouderen (89%) sporten voor hun gezondheid of fitheid. Wat opvalt is dat veel meer ouderen sporten voor plezier en ontspanning (80%) dan voor prestatie, winst of competitie (7%). In het sport- en beweegaanbod kan hier dus speciaal rekening mee worden gehouden.

In hoeverre bent u het eens met de volgende stellingen als het gaat om sporten en actief bewegen?

Basis= 55 plussers; n=347-366 (varieert per stelling)

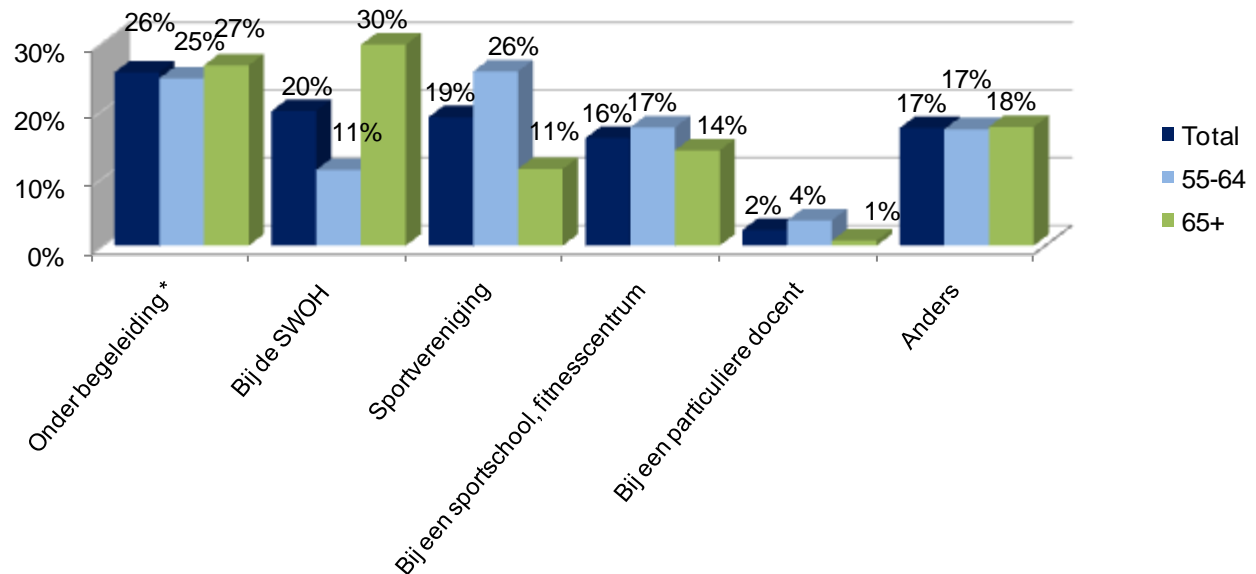




Begeleiding door bijvoorbeeld fysiotherapeut vaak op prijs gesteld

Veel ouderen (26%) die graag georganiseerd sporten, stellen begeleiding op prijs. 30% van de 65 plussers die graag georganiseerd sporten, doet dit bij voorkeur via de SWOH ('van Houten&co'). Bij 55-64 jarigen is dit een stuk minder: 11%. Deze groep verkiest voor de komende jaren weer vaker een sportvereniging (26% versus 11%).

Hoe zou u het liefst willen sporten of actief bewegen in de komende jaren?
Basis = voorkeur voor georganiseerd sporten; n=217

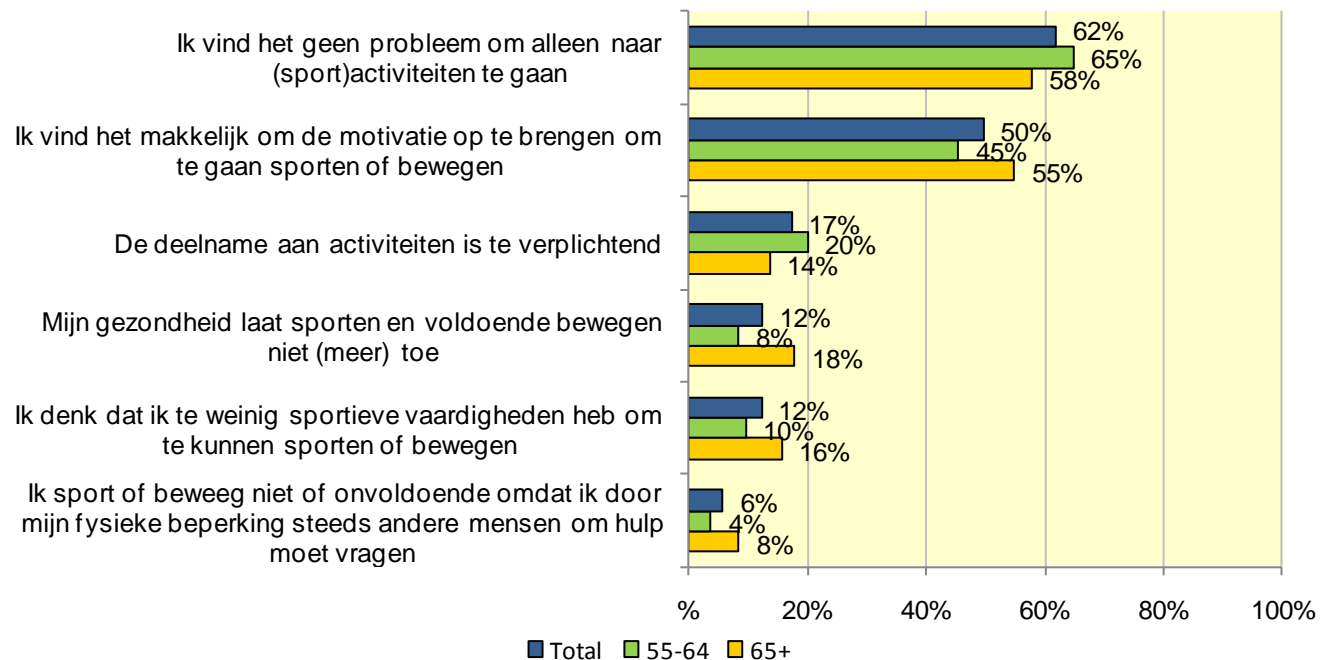


*Onder begeleiding (bijv. fysiotherapeut of oefentherapeut Mensendieck of Cesar)

Motivatie om te gaan sporten voor veel ouderen een probleem

Alleen naar (sport)activiteiten gaan is voor de meeste ouderen geen probleem. Wel vindt maar de helft het makkelijk om motivatie op te brengen om te gaan sporten en bewegen. 65 plussers vinden het gemakkelijker motivatie op te brengen dan 55-64 jarigen (55% versus 45%), mogelijk omdat een deel van de 55-64 jarigen overdag werkt. Verder is voor 17% van de ouderen deelname aan activiteiten te verplichtend. Verdere beperkende factoren zijn gezondheid (12%), gebrek aan sportieve vaardigheden (12%) of een fysieke beperking (6%). Bij 65 plussers komen deze beperkende factoren vaker voor dan bij 55-64 jarigen.

In hoeverre bent u het eens met de volgende stellingen als het gaat om sporten en actief bewegen (% (helemaal) mee eens)? Basis= 55 plussers; n=345-351 (varieert per stelling)





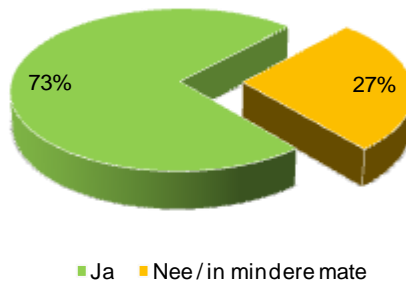
Aanbodkant: ouderen als doelgroep

Driekwart aanbieders rekt 55 plussers tot doelgroep

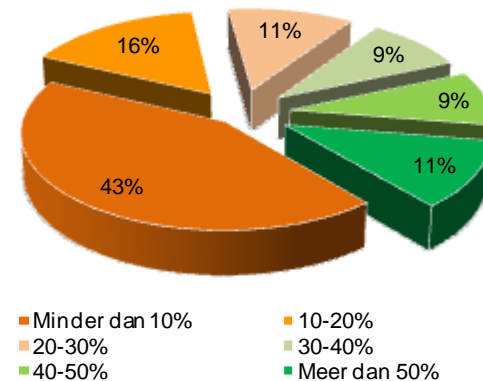
Driekwart van de aanbieders rekt 55 plussers tot hun doelgroep. Deze aanbieders zijn gevarieerd in hun aanbod. Sommige van hen bieden sporten aan die weinig inspanning vereisen, anderen bieden intensieve (team)sport aan. Wanneer we kijken naar aanbieders die 55 plussers niet tot hun doelgroep rekenen, zien we wel dat deze vooral intensieve sporten verzorgen.

Bij drie op de tien aanbieders bestaat minstens 30% van de leden uit 55 plussers (schatting van de aanbieders). Dit zijn hoofdzakelijk aanbieders van populaire ouderensporten en/of activiteiten zoals tennis, dans, gymnastiek en wielersport of aanbieders die bij inwoners beneden de 55 jaar niet erg populair zijn (zoals bridge, biljart en bowling).

55 plusser als doelgroep?
Basis=iedereen; n=44



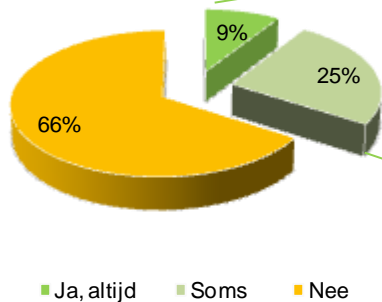
Hoeveel procent van uw leden is 55 jaar of ouder?
(Indien onbekend, graag zo goed mogelijk inschatten) Basis=iedereen; n=44



Derde van aanbieders benadert ouderen (soms) als aparte doelgroep

Van de 15 aanbieders die ouderen (soms) als een aparte doelgroep benaderen, legt niemand de leeftijdsgrens van de doelgroep ouderen bij 65 jaar. 4 aanbieders leggen de grens bij 50 jaar, 5 aanbieders bij 55 jaar en 6 aanbieders niet bij een specifieke leeftijdsgrens.

Worden ouderen/senioren door uw sportinstelling/vereniging als een aparte doelgroep benaderd?
Basis=iedereen; n=44



Welke leeftijdsgrens hanteert uw sportinstelling/vereniging wanneer het gaat om de doelgroep ouderen/ senioren? Basis=benadert ouderen (soms) als aparte doelgroep, n=15

Leeftijdsgrens	Aantal
50 en ouder	4
55 en ouder	5
65 en ouder	0
Geen specifieke lft. grens	6
Anders	0



Speciale benadering vaak apart sport- of beweegaanbod of korting

Aanbieders die ouderen op een speciale manier benaderen doen dit meestal door het aanbieden van aparte sport- en beweegprogramma's (67%). Ook hanteert men voor ouderen vaak speciale kortingen (33%). Dit sluit goed aan op de grote vraag onder ouderen naar een apart aanbod en het feit dat veel ouderen sportverenigingen te duur vinden.

Aanbieders met een apart sport- of beweegaanbod voor ouderen zien we naast bij 'van Houten&co' vooral onder de aanbieders van activiteiten die populair zijn bij ouderen zoals gym/ turnen, tennis, bowling, fitness en wielersport. Ook is er een aanbieder van volleybal met een apart ouderen aanbod.

U geeft aan dat uw sportinstelling/ vereniging ouderen (soms) als een aparte doelgroep benadert. Kunt u hieronder aangeven op welke manier(en) dat is?	
Basis=benadert ouderen (soms) als aparte doelgroep, n=15	
Manier	Aantal aanbieders
Speciaal sport- of beweegaanbod voor ouderen	10
Speciale korting(en) voor ouderen	5
Speciale promotie(s) voor ouderen	1
Speciale locaties waar het aanbod voor ouderen wordt aangeboden	1
Advertenties/ reclame speciaal gericht op ouderen	0
Anders	3

Anders, namelijk:

- Rustige trainingsaanpak
- Korting voor U-pas houders
- Eigen toernooi / categorie bij clubkampioenschappen



Speciaal beweegaanbod vaak in lijn met wensen ouderen

Uit de toelichting van de aanbieders blijkt dat zij veel rekening houden met ontspanning (in plaats van competitie). Dit is in lijn met de behoefte van ouderen. In hoeverre men de activiteiten voor ouderen op de voor hen gunstige tijden organiseert is niet bekend.

Kunt u kort omschrijven hoe dat speciale sport- of beweegaanbod voor ouderen eruit ziet? Basis = speciaal sport-of beweegaanbod voor ouderen, n=10

- *“Elke sportvrijdag spelen de deelnemers in een andere samenstelling.”*
- *“Fitness programma gericht op ouderen met constante begeleiding van een fysiotherapeut.”*
- *“Het aanbod voor ouderen is meer gericht op de dagelijkse handelingen zodat ze langer zelfstandig kunnen blijven functioneren. Het samen bezig zijn stimuleert deze groep enorm ook het praten over lichamelijke problemen is soms al genoeg ook het sociale contact is heel belangrijk .Ik vind het een hele dankbare groep om les te geven !”*
- *“In de wijk, overdag, laagdrempelig, met nadruk op het sociaal aspect, gericht op conditie en preventief”*
- *““Een toss-ochtend voor 50 plussers.”*
- *“Deelname aan de regionale ASC - Alternatieve Senioren Competitie in de zomermaanden. Fanatieke partijen en aangenaam 'after-tennis'.”*
- *Ouderen (70 in getal, allen ouder dan 55 jaar) heten bij ons recreanten en zij fietsen op gewone fietsen hun eigen ritten. Toerleden fietsen op racefietsen. 50 van de 200 toerleden zijn eveneens ouder dan 55 jaar. De fietsritten zijn verschillend van tempo en afstand; regelmatig met een gezamenlijke afsluiting van recreanten en toerleden.”*
- *“Trainingsavond voor de recreanten op vrijdagavond.”*
- *“Wij hebben 2 damesgroepen, de ene les is een rustige les, de andere les is een actievere les. Zij kunnen zelf aangeven in welk uur zij zich thuis voelen. Zij kiezen hiermee hun eigen tempo.”*
- *“Wij hebben speciale groepslessen voor ouderen. Maar niet elke oudere wil anders sporten dus die kunnen in het reguliere trainen meedoen.”*



Aparte benadering ouderen niet voor alle aanbieders interessant

Een aparte benadering van ouderen is voor instellingen die dat nog niet doen, niet altijd interessant. 16 van de 29 instellingen die geen speciaal beweegaanbod voor ouderen hebben, hebben een aandeel ouderen dat kleiner is dan 10% op basis van schatting van de aanbieders. De sporten of beweegactiviteiten die zij aanbieden zijn vaak fysiek zwaar en niet populair onder ouderen.

Aandeel 55+ leden (schatting)	Aantal instellingen/ verenigingen (basis = geen aparte benadering ouderen, n=29)
Minder dan 10%	16
10-20%	4
20-30%	3
30-40%	3
Meer dan 50%	3
Total	100%



Groeipotentie ouderenaanbod van aanbieders populaire activiteiten

Aanbieders van sport- of beweegactiviteiten die populair zijn onder ouderen verdienen bijzondere aandacht als het gaat om het optimaliseren van het aanbod voor ouderen.

Wanneer we kijken naar verenigingen die (o.a.) activiteiten verzorgen die veel door ouderen gedaan worden (tennis, fitness, zwemsport, gym&turnen) dan heeft een aantal aanbieders hiervan geen speciaal sport- of beweegaanbod voor ouderen. Het betreft tennis, dans, gymnastiek/turnen, aerobics en watersport.

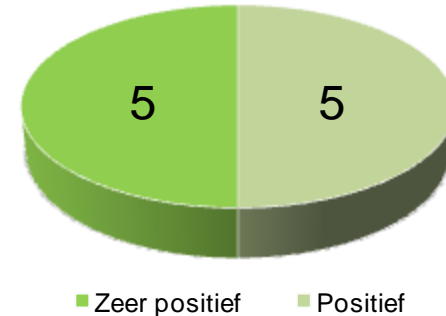
Met name bij 3 (van de in totaal 4 bevraagde) tennisverenigingen valt het op dat zij geen ouderenaanbod verzorgen. Wellicht is een apart aanbod hier minder relevant (wanneer men zijn/haar eigen tennispartner kan uitkiezen).

Sport:	Aantal aanbieders van beweegactiviteiten die populair zijn bij ouderen, die geen speciaal sport- of beweegaanbod voor ouderen hebben
Tennis	3
Dans	1
Gymnastiek / turnen	1
Aerobics	1
Watersport	1

Ervaringen met organiseren speciaal aanbod uitsluitend positief

De ondervraagde aanbieders die ervaring hebben met het organiseren van speciale sport- en beweegactiviteiten voor ouderen zijn hierover allemaal (zeer) positief. Men is vooral positief door het enthousiasme van de ouderen.

Hoe is over het algemeen uw ervaring met het organiseren van sport- en beweegactiviteiten voor ouderen? Basis = speciaal sport- of beweegaanbod voor ouderen. n=10



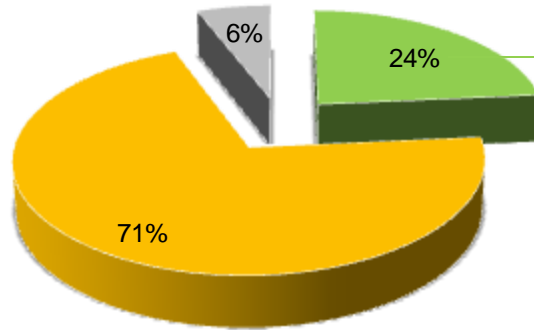
Toelichting:

- "De leden zijn erg trouw en enthousiast. "
- "Deelnemers schrijven nog in het oude seizoen in voor het nieuwe. Het plezier bij de deelnemers straalt er af."
- "Deze groep heeft vroeger weinig of niets aan bewegen gedaan en ondervinden nu hoe prettig het is om te bewegen ondanks hun pijntjes of beperkingen !"
- "Het is leuk met ouderen te werken. Ze zijn heel vrolijk en bewust bezig."
- "Mensen zijn zeer enthousiast, het is voor hun ook vooral een sociaal uitje en daarbij bewegen zij ook nog."
- "Recreanten houden zelf hun broek op; zij organiseren de ritten zelf en maken gebruik van het clubhuis voor aanvullende activiteiten. Er is een gemeenschappelijk verenigingsbestuur met een zetel voor de recreanten."

Plannen speciaal ouderenaanbod vaak nog niet uitgewerkt

De meeste aanbieders die hebben overwogen een specifiek sport- of beweegprogramma voor ouderen te introduceren, maar dit niet hebben doorgezet, hebben de plannen (nog) niet voldoende uitgewerkt. Eén aanbieder van gym en dans geeft aan dat na schooltijd geen gymzalen (waar juist veel behoefte aan is) gehuurd kunnen worden.

Is er in de afgelopen vijf jaar ooit overwogen een specifiek sport- of beweegaanbod voor ouderen te introduceren binnen uw sportinstelling/vereniging? *Basis=aanbieders zonder speciaal sport- of beweeg aanbod voor ouderen; n=34*



■ Ja ■ Nee ■ Weet niet

Waarom is er uiteindelijk besloten dit niet aan te bieden?

- ◆ Kosten en baten nog niet afgewogen
- ◆ Tijdgebrek (nog niet goed uit kunnen werken)
- ◆ Hoe ouderen te bedienen moet nog worden uitgewerkt
- ◆ Zijn hier nog mee bezig
- ◆ Na schooltijden kunnen geen gymzalen gehuurd worden
- ◆ Omdat de SWOH dit veel concurrerender doet (1x genoemd)
- ◆ Omdat ouderen liever baantjes zwemmen, dan reddingszwemmen.



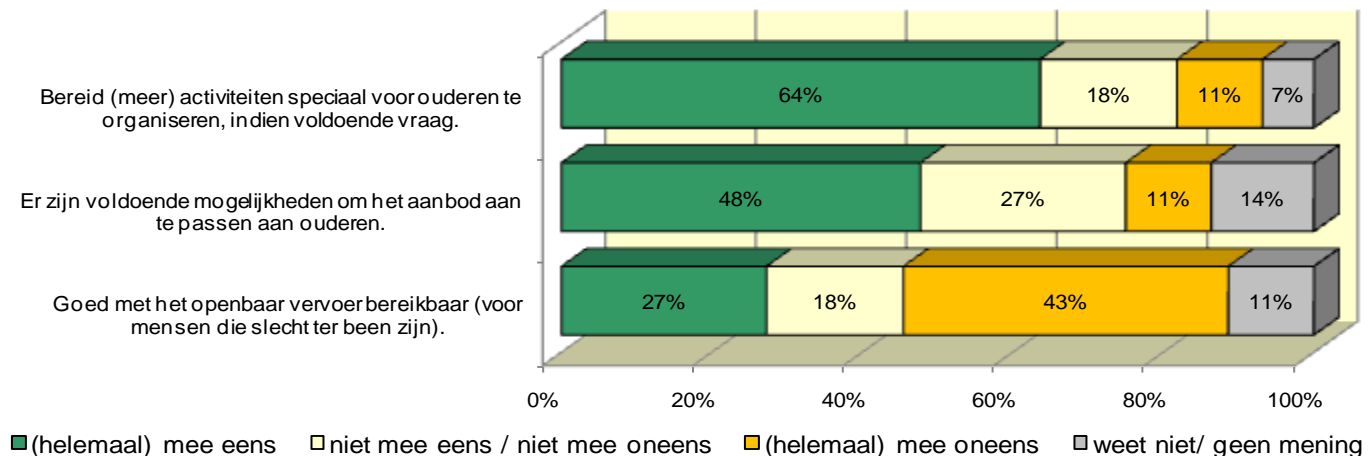
Mogelijkheden en knelpunten

Grote bereidheid tot organiseren speciale activiteiten voor ouderen

De bereidheid van aanbieders om (meer) activiteiten voor ouderen te organiseren als de vraag er is, is met 64% vrij groot. Deze aanbieders zijn gevarieerd in hun aanbod. De helft van de aanbieders zegt voldoende mogelijkheden te hebben het aanbod (meer) aan te passen aan ouderen, 11% zegt van niet. Aanbieders die niet bereid zijn (meer) activiteiten voor ouderen te organiseren noemen als redenen dat er onvoldoende geschikte begeleiding is (gezondheidsrisico), de sport fysiek te zwaar is voor ouderen, de vereniging te klein is of dat de club een jeugdafdeling is. Slechts een kwart van de aanbieders geeft aan goed bereikbaar te zijn met het openbaar vervoer voor mensen die slecht ter been zijn. Ook ouderen zijn hierover niet enthousiast: slechts een enkele oudere vindt het openbaar vervoer een geschikte methode om naar een sportlocatie (op 1 km afstand) te gaan.

Kunt u van onderstaande stellingen aangeven in hoeverre u het hiermee eens bent?

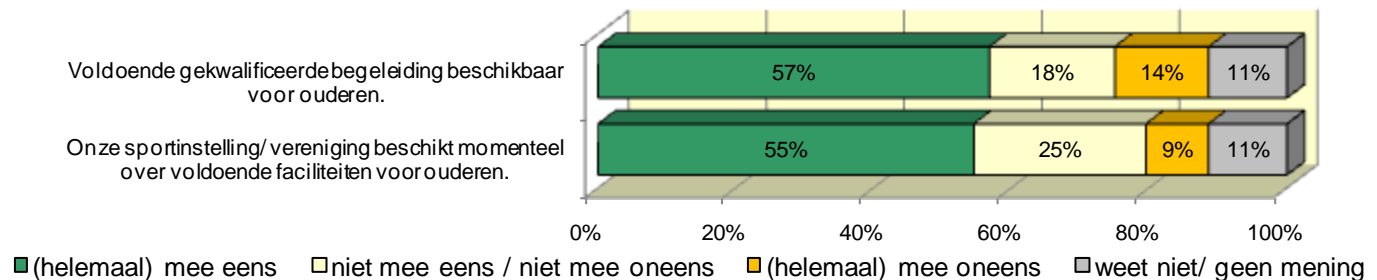
Basis=iedereen; n=44



Tekort aan begeleiding vooral bij impopulaire sporten ouderen

Ruim de helft van de aanbieders zegt over voldoende gekwalificeerde begeleiding en faciliteiten te beschikken voor ouderen, een kleine groep aanbieders denkt van niet. Een tekort aan gekwalificeerde begeleiding wordt ervaren door aanbieders van sporten die niet populair zijn bij ouderen. Bovendien wordt de huidige begeleiding in het sportaanbod slechts door een enkele oudere als onvoldoende ervaren. Er lijkt dus weinig noodzaak voor meer professionele begeleiding voor ouderen. Opvallend is dat alle sportscholen denken over voldoende begeleiding voor ouderen te beschikken. Mogelijk komt dit doordat begeleiding bij fitness voor alle leeftijden belangrijk is.

Kunt u van onderstaande stellingen aangeven in hoeverre u het hiermee eens bent?
Basis=iedereen; n=44




Profiel aanbieders met tekort aan gekwalificeerde begeleiding voor ouderen (n=6):

- Intensieve sporten (meestal teamsporten)
- Impopulaire sporten bij ouderen
- Allen aanbieders met <10% ouderen als leden (1 hiervan is een jeugdvereniging)

Profiel aanbieders met tekort aan faciliteiten voor ouderen (n=4):

- Helft aanbieders met <10% ouderen als leden
- Helft aanbieders met >50% ouderen als leden (waaronder SWOH: gebruikt externe faciliteiten)



‘Van Houten&co’ (SWOH): voldoende begeleiding, maar kwaliteit faciliteiten vaak onvoldoende

Wanneer we kijken naar de groep aanbieders die denken over te weinig faciliteiten voor ouderen te beschikken of hier niet zeker van is, valt het op dat de betreffende aanbieders gevarieerd van aard zijn. Ook populaire activiteiten onder ouderen zijn hier vertegenwoordigd zoals watersport, gym, dans, fitness en tennis.

‘Van Houten&co’, die vooral activiteiten voor ouderen verzorgt, denkt voor een uitbreiding van het ouderenaanbod over voldoende gekwalificeerde begeleiding te beschikken. Het aanbod is vooral gericht op het kunnen blijven uitvoeren van de dagelijkse handelingen zodat ouderen langer zelfstandig kunnen blijven functioneren. Hoewel ‘van Houten&co’ beschikt over voldoende faciliteiten, laat de kwaliteit ervan vaak te wensen over. ‘Van Houten&co’ is voor haar aanbod gedeeltelijk afhankelijk van gehuurde faciliteiten (zoals bijvoorbeeld een gymzaal). Gebruikers van de accommodaties klagen geregeld over de slechte mate van onderhoud en schoonmaak van een aantal zalen. Daarnaast is het afstemmen tussen de verschillende gebruikers van de zogenoemde ‘sleutel-accomodaties’ vrij lastig.

Knelpunt: speciaal aanbod ouderen haalt niveau en tempo omlaag

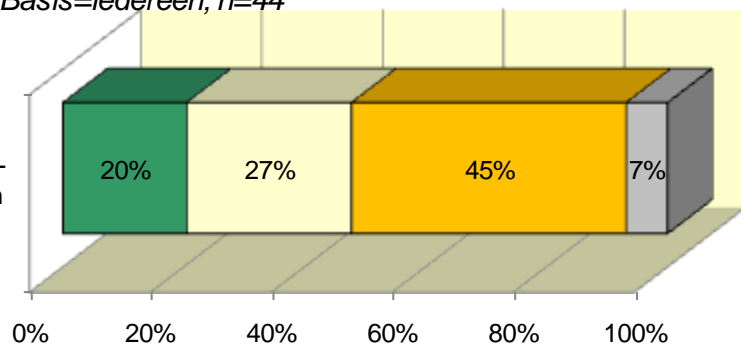
Eén op de vijf aanbieders voorziet knelpunten wanneer het aanbod meer op ouderen gericht zou worden. Veel genoemd wordt dat ouderen het niveau / tempo van de activiteiten zouden kunnen verlagen en dat de sport niet uitsluitend voor ouderen is maar voor alle leeftijden. Ook veiligheidsrisico's, een tekort aan begeleiding of faciliteiten, het imago, en ongeschiktheid van de sport voor ouderen worden als knelpunten genoemd.

Als oplossingen voor deze knelpunten wordt aangedragen dat men zich niet op één maar op meerdere doelgroepen zou kunnen richten, dat er meerdere sportaccommodaties beschikbaar gesteld zouden kunnen worden en dat er meer trainers voor de oudere categorie sporters opgeleid zouden kunnen worden (i.v.m. eventuele gezondheidsrisico's).

Kunt u van onderstaande stellingen aangeven in hoeverre u het hiermee eens bent?

Basis=iedereen; n=44

Ik voorzie knelpunten wanneer we ons sport- en beweegaanbod meer op ouderen zouden richten.



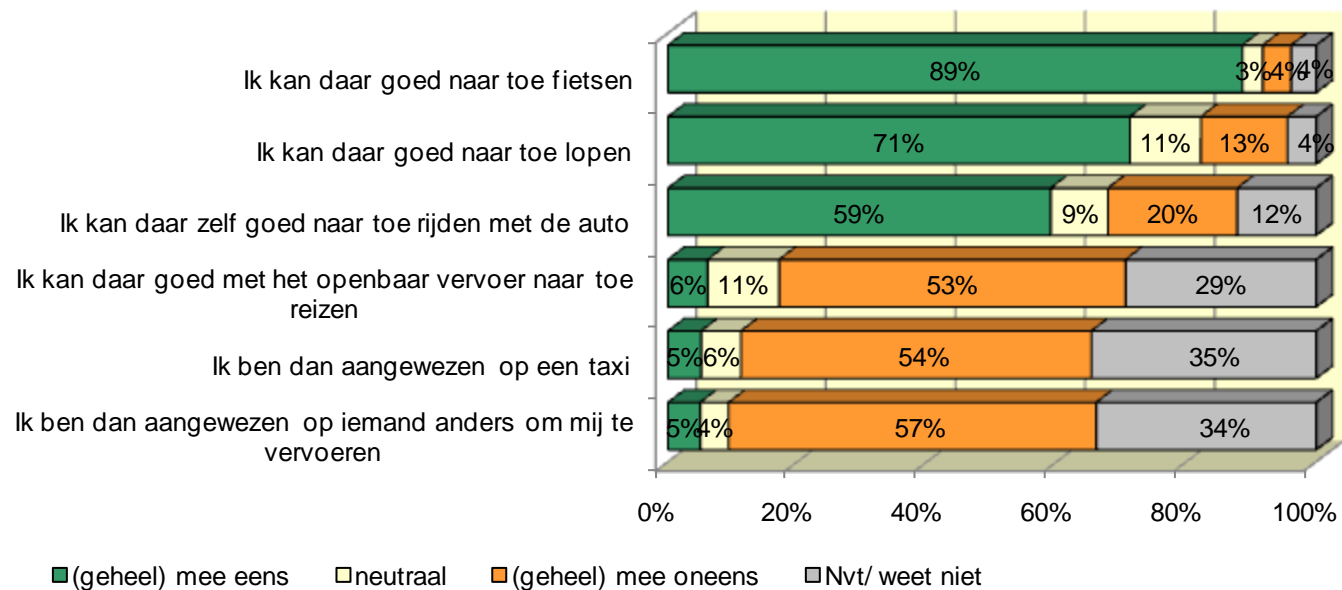
■ (helemaal) mee eens □ niet mee eens / niet mee oneens ■ (helemaal) mee oneens □ weet niet/ geen mening

Fietsen en lopen voor meeste ouderen geschikte manier om naar sport- of beweeglocatie te gaan.

4% van de ouderen vindt de bereikbaarheid van de activiteiten niet goed (bijlage 4). In het buitengebied is deze ontevredenheid met 11% groter. Fietsen of lopen zijn voor de meeste ouderen geschikte manieren om naar een sport- of beweeglocatie (op 1 km afstand) te gaan. Maar weinig ouderen vinden het openbaar vervoer geschikt. Eén op de twintig ouderen is afhankelijk van een taxi of iemand anders om hen te vervoeren wanneer de locatie om te sporten op 1 kilometer van huis ligt.

Stel u moet naar een locatie om te sporten die 1 km van uw huis ligt. In hoeverre kunt u daar goed naar....

Basis= iedereen; n= 338-356 (verschilt per stelling)





Afhankelijkheid van taxi of iemand anders vooral bij plussers

Wanneer we verder kijken naar de verschillen tussen leeftijdsgroepen als het gaat om verschillende manieren om naar een sportlocatie op 1 kilometer afstand te gaan valt een aantal zaken op:

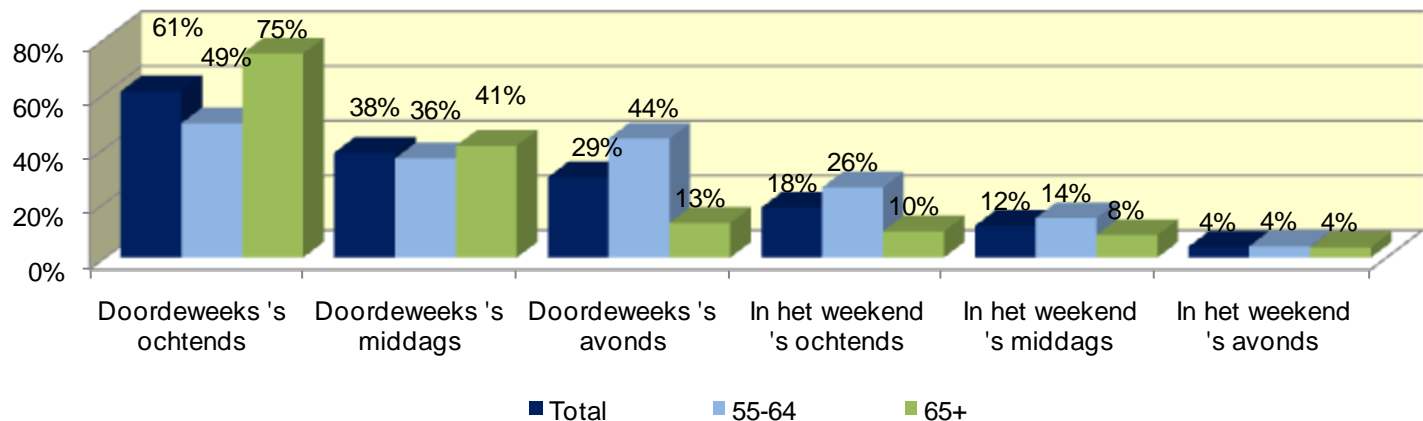
- Voor 55-64 jarigen is lopen vaker (80%) een geschikte manier dan voor 65 plussers (60%).
- Ook fietsen is voor 55-64 jarigen vaker geschikt (95%) dan voor 65 plussers (80%).
- 65 plussers zijn hiervoor vaker (11%) afhankelijk van een taxi dan 55-64 jarigen (1%).
- 65 plussers zijn hiervoor vaker (10%) afhankelijk van vervoer door iemand anders dan 55-64 jarigen (2%).

Sporten en bewegen liefst door de week

Ouderen sporten het liefst door de week. Ouderen van 55-64 zijn verdeeld in hun tijdsvoorkeur om te sporten. Er zijn zowel veel liefhebbers van de ochtend, middag als avond. 65 plussers hebben een voorkeur voor de ochtend. De avond is bij hen niet populair. Aanbieders dienen hier met eventueel toekomstig ouderenaanbod rekening mee te houden. Ook de werkende groep van 55-64 die vooral in de avond kan, verdient hierbij aandacht.

Op welk moment zou u het liefst willen sporten of bewegen in georganiseerd verband?

Basis = georganiseerd sporten; n=214





Communicatie

Meeste populaire communicatiemiddelen geschikt voor ouderen

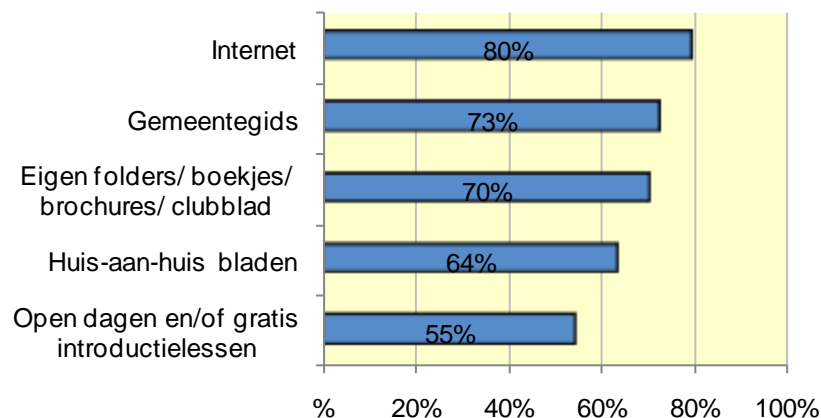
Ouderen halen sport- en beweeginformatie vooral uit huis-aan-huisbladen, de gemeentegids en drukwerk van verenigingen (zoals folders). Dit zijn populaire communicatiemethoden van sport- en beweegaanbieders. Mond-tot-mond reclame is, net als voor inwoners tot 55 jaar, een belangrijke informatiebron voor 55-64 jarigen (43%), maar in mindere mate voor 65 plussers (26%).

Het internet is populair bij aanbieders maar minder geschikt om ouderen te bereiken: met name 65 plussers zoeken hun informatie hier niet. De activiteitengids van het SWOH ('van Houten&co') daarentegen wordt door veel 65 plussers gelezen (50%) maar slechts weinig gebruikt als communicatiemiddel (9%).

Waar haalt u in het algemeen informatie vandaan over sport- en beweegvoorzieningen en/of sport- en beweegactiviteiten in Houten? Basis=iedereen (n=369)

	Gemiddeld	55-64	65+
Huis-aan-huisbladen	62%	65%	59%
Gemeentegids	41%	42%	39%
Mond-tot-mond reclame	35%	43%	26%
Folders/boekjes /brochures	31%	36%	26%
Activiteitengids SWOH	31%	15%	50%
Internet	17%	27%	5%

Meest gebruikte communicatiemiddelen sportaanbieders

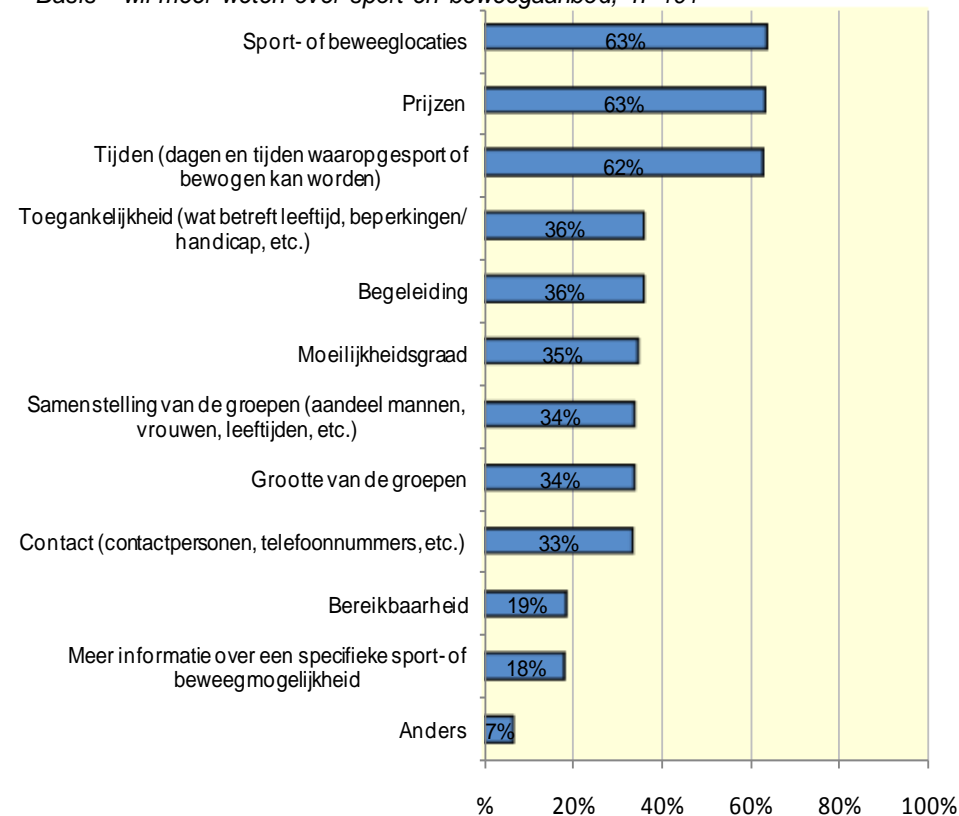


Ouderen graag uitgebreid geïnformeerd

Eén op de vijf ouderen is slecht op de hoogte van het sport- en beweegaanbod in de gemeente Houten. 55-64 jarigen zijn wat beter geïnformeerd dan 65 plussers (zie bijlage 3). Ruim een kwart (28%) van de ouderen wil meer weten over het sport- en beweegaanbod in Houten. De belangrijkste informatie voor ouderen gaat, net als voor jongere leeftijdsgroepen over locaties, prijzen en tijden. Ook vinden veel ouderen, net als inwoners tot 55 jaar, informatie over de samenstelling van de groepen en toegankelijkheid vaak van belang. Ouderen worden, vaker dan inwoners tot 55 jaar, graag geïnformeerd over de grootte van groepen, de moeilijkheidsgraad en de bereikbaarheid. Ouderen en inwoners tussen de 45 en 54 jaar hechten meer waarde aan informatie over begeleiding dan inwoners beneden de 45 jaar.

Kunt u aangeven waarover u meer zou willen weten als het gaat om het sport- en beweegaanbod binnen de gemeente Houten?

Basis = wil meer weten over sport-en beweegaanbod, n=101





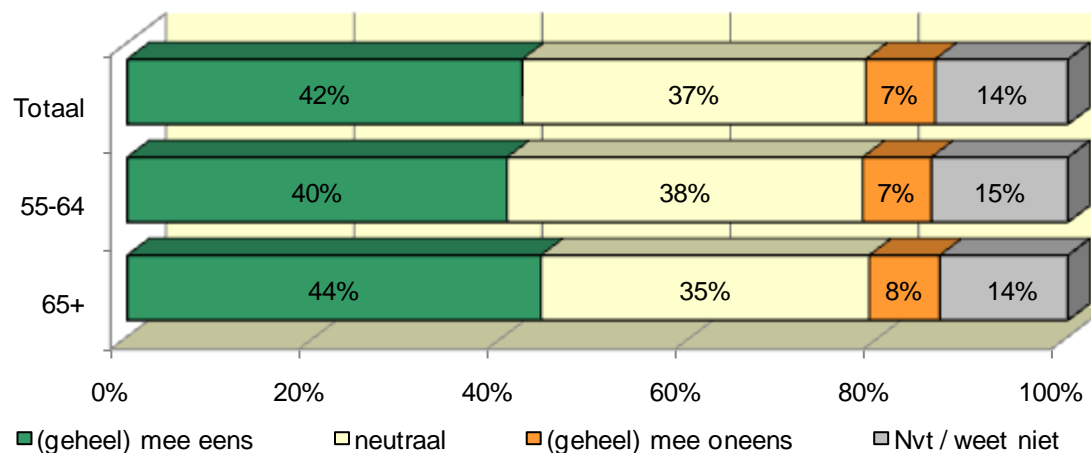
adv mr
smart market research

Bijlagen

Bijlage 1: rekening houden met leeftijd, kwaliteit en begeleiding

Er wordt voldoende rekening gehouden met de wensen en behoeften van mensen van mijn leeftijd bij het aanbod van sporten en bewegen binnen de gemeente

Basis= 55 plussers; n= 353

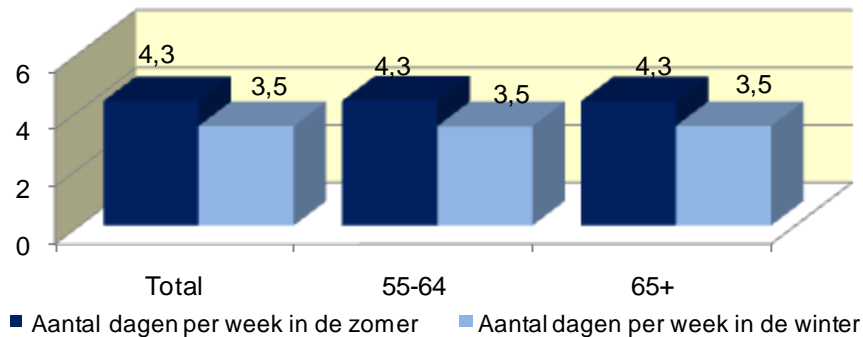


Kwaliteit sportaanbod (basis = 55+, n=349)			
	Total	55-64	65+
(zeer) tevreden	43%	45%	40%
neutraal	28%	28%	28%
(zeer) ontevreden	2%	2%	1%
weet niet / geen mening	28%	25%	32%

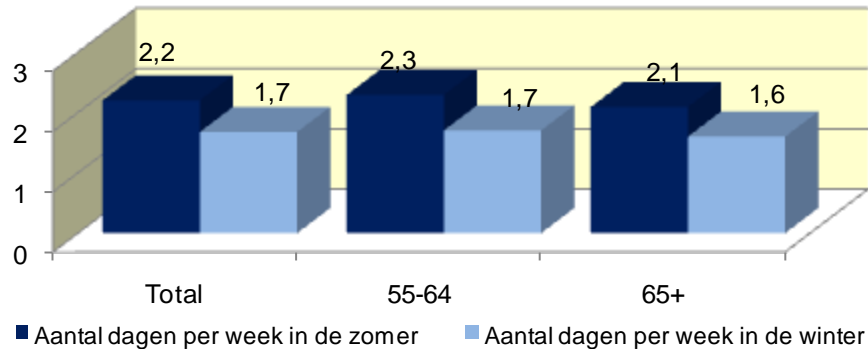
Begeleiding in sportaanbod (basis = 55+, n=353)			
	Total	55-64	65+
(zeer) tevreden	34%	36%	30%
neutraal	33%	33%	33%
(zeer) ontevreden	2%	1%	3%
weet niet / geen mening	31%	29%	34%

Bijlage 2: Inspanning in een week (zomer/ winter)

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)? Het gaat om het gemiddeld aantal dagen van een gewone week. *Basis = 55 plus, n=368*



Op hoeveel dagen per week beoefent u inspannende sporten of andere zware lichamelijke activiteiten die lang genoeg duren om bezweet te raken (tenminste 20 minuten per keer). Het gaat om het gemiddelde aantal dagen van een gewone week. *Basis = 55 plus, n=368*



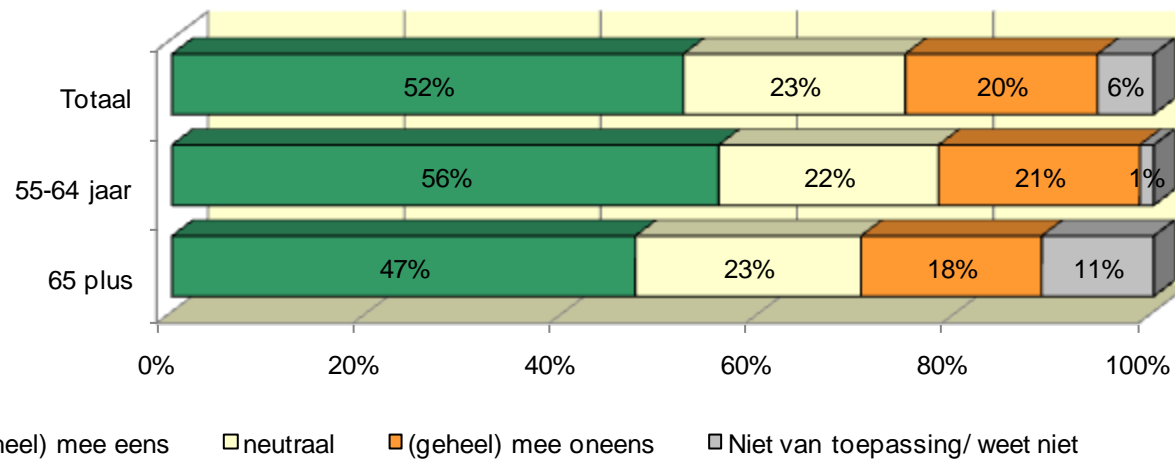
Hoeveel keer heeft u in de afgelopen twaalf maanden in totaal gesport?

Basis = 55 plus, n=358

	55-64	65+
1-11 keer	25%	16%
12-59 keer	21%	33%
60-119 keer	24%	22%
120 keer of meer	30%	28%

Bijlage 3: Kennis van aanbod sport- en beweegactiviteiten

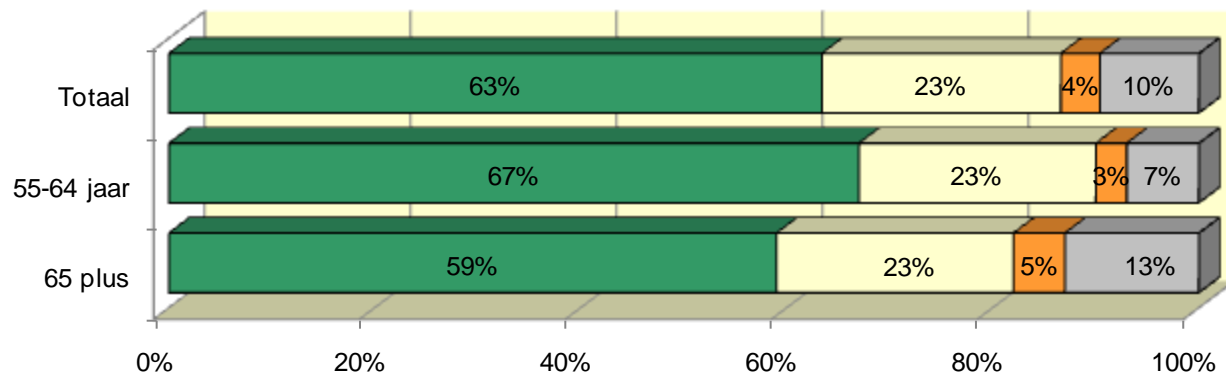
Ik weet goed welke sport- of beweegactiviteiten er in mijn gemeente worden aangeboden
Basis = 55 plus, n=348



Bijlage 4: Bereikbaarheid activiteiten

De bereikbaarheid van de activiteiten is goed

Basis= 55 plus; n=349



■ (geheel) mee eens □ neutraal ■ (geheel) mee oneens □ Nvt / weet niet