

Vitale ouderen?

Sporten en het gebruik van sportvoorzieningen in de gemeente Slochteren

Sabine Meier, Mariëlle Bovenhoff en Coen van Atten

Sportvoorzieningen, zoals sporthallen of gymzalen, hebben een publieke functie en behoren veelal tot het gemeentelijk vastgoed. De betekenis van sportvoorzieningen voor bewoners wordt uitvergroot op het moment dat het overeind houden ervan onder druk staat. In landelijke gebieden, aan de rand van Nederland bijvoorbeeld, daalt het aantal inwoners en daarmee het aantal potentiële gebruikers van sportvoorzieningen. Tegelijkertijd neemt verhoudingsgewijs het aandeel 55-plussers toe. Studies laten zien dat sportdeelname voor alle leeftijdsgroepen bevorderlijk is. Mensen die regelmatig sporten voelen zich gezonder (Hoekman 2011).

De overheid wil de sportdeelname vergroten door gezondheidsprogramma's, zoals het Nationaal Preventie Programma, of het lanceren van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Daarnaast is het beleid erop gericht de mogelijkheden om te sporten in de nabije woonomgeving te vergroten door bijvoorbeeld voorzieningen te (her)bouwen of te beheren. Echter, of de aanwezigheid van sportvoorzieningen in de buurt de sportdeelname van bijvoorbeeld 55-plussers van plattelandsgemeenten kan verhogen is nog nauwelijks onderzocht (Elling en Kemper 2011). Om meer inzicht te krijgen op die samenhang hebben we onderzoek gedaan in de gemeente Slochteren in de provincie Groningen. Het onderzoek naar het gebruik van sportvoorzieningen door ouderen is onderdeel van een uitgebreid onderzoek naar maatschappelijke voorzieningen.¹ In dit artikel laten we een deel van de resultaten zien waarbij de volgende vragen centraal staan: *Op welke manier onderscheiden zich de 55-65-jarigen, 65-75-jarigen en 75-plussers van elkaar wat betreft hun sportdeelname? Waarom kiezen 55-plussers voor bepaalde sportvoorzieningen? Geeft bijvoorbeeld de nabijheid of het soort aanbod de doorslag?*

In de conclusie worden de resultaten van de respondenten naast landelijke trends gelegd.

55-plussers en sport in de gemeente Slochteren

Op 1 januari 2013 woonden in de gemeente Slochteren circa 15.600 mensen verdeeld over 15 dorpen (Gemeente Slochteren 2013). De gemeente is door de nationale overheid niet aangewezen als topkrimpregio. Toch wordt de demografische transitie er langzamerhand zichtbaar. Aan de westkant, in Meerstad, is naar verwachting nog sprake van groei terwijl in andere delen het aantal inwoners schommelt tussen stabilisatie en krimp. Het aantal 65-plussers neemt fors toe van 14,7%

¹ Na het najaar 2014 wordt deel 1 en deel 2 van dit uitgebreide voorzieningenonderzoek gepubliceerd. Daarna volgt een derde en vierde deel. Het onderzoek wordt uitgevoerd door het lectoraat Krimp & Leefomgeving en het lectoraat Maatschappelijk Vastgoed van de Hanzehogeschool Groningen in opdracht van de gemeente Slochteren. Voor het uitgebreide onderzoek hebben we een digitale vragenlijst rondgestuurd onder ca. 2.700 inwoners van de gemeente Slochteren. De totale respons was 22,5%.

in 2010 naar 26,1% in 2040 (Gemeente Slochteren 2012). **De gemeente Slochteren is zich bewust van deze demografische transitie en bevordert actief, samen met de plaatselijke woon-zorgcentra, de sportdeelname van ouderen.**

Landelijke studies wijzen uit dat het aantal sporters onder ouderen groeit. Volgens de Richtlijnen Sportdeelname Onderzoek (RSO) is een sporter iemand die minstens twaalf keer per jaar aan sport doet. In ons onderzoek hebben we deze norm echter niet overgenomen. Een sporter betekent hier één keer per week of vaker sporten omdat we de relatie willen leggen met het wekelijkse gebruik van een voorziening.

In ons onderzoek deden 250 55-plussers bewoners mee. Deze groep wordt onderverdeeld naar drie leeftijdscategorieën, namelijk 'jonge' ouderen, de 55 tot 64-jarigen (N=125), 'oude' ouderen, de 65 tot 74 jarigen (N=97) en 75-plussers (N=28). Van de 250 respondenten doen 114 aan sport. We vinden het opmerkelijk dat in de groep van 'oude ouderen' de meeste sporters zitten. Iets meer dan de helft van hen sport minimaal één keer per week (52%). Maar ze worden dicht gevolgd door de groep 'jonge ouderen' (tabel 1).

| Leeftijd | sport (N) | sport niet (N) | Totaal (N) |
|---------------|--------------|-------------------|---------------|
| 55-64 | 56 (45%) | 69 (55%) | 125 (100%) |
| 65-74 | 50 (52%) | 47 (48%) | 97 (100%) |
| 75+ | 8 (29%) | 20 (71%) | 28 (100%) |
| Totaal | 114 | 136 | 250 |

Tabel 1: Sportdeelname groepen ouderen

Als belangrijkste reden om te gaan sporten hebben 87 van de 114 sporters hun gezondheid aangegeven. Op grote afstand volgt het hebben van plezier en sociale redenen (tabel 2).

| | 55-64 | 65-74 | 75 + | Totaal (N) |
|--|-------|-------|------|------------|
| Het is goed voor mijn gezondheid (incl. vanwege klachten) | 41 | 39 | 7 | 87 |
| Om mensen te ontmoeten / voor de gezelligheid | 3 | 1 | 1 | 5 |
| Omdat ik er plezier aan beleef | 8 | 4 | 0 | 12 |
| Om een goed figuur te krijgen/ behouden | 0 | 0 | 0 | 0 |

Tabel 2: De belangrijkste reden voor 55-plussers om te sporten (N)

Van de 114 sporters, sporten sommigen bij een vereniging, individueel of allebei. Uit de antwoordgegevens blijkt dat duidelijk meer ouderen individueel aan sport doen dan in verenigingsverband. De twee belangrijkste redenen om geen lid te zijn van een vereniging, zijn het niet willen sporten in teamverband en het tijdstip zelf te willen bepalen. Daarnaast geven elf

respondenten aan dat de soort sport die ze willen doen niet door een vereniging wordt aangeboden. Vijf respondenten sporten liever bij een sportschool of dorps huis en vier respondenten geven aan dat zij het lidmaatschap te duur vinden. Drie respondenten geven gezondheidsklachten als reden aan. De afwezigheid van een sportvoorziening in de nabijheid lijkt maar bij drie respondenten de belangrijkste reden te zijn om geen lid te zijn van een vereniging (ze sporten wel individueel) (tabel 3).

| | 55-64 | 65-74 | 75 + | Totaal |
|---|-------|-------|------|--------|
| De sport die ik doe, wordt niet door een vereniging aangeboden | 5 | 5 | 1 | 11 |
| Ik sport liever individueel dan in teamverband | 7 | 9 | 1 | 17 |
| Ik wil/kan niet op vaste tijden sporten | 10 | 2 | 2 | 14 |
| Ik vind het lidmaatschap te duur | 2 | 1 | 1 | 4 |
| Er is geen voorziening bij mij in de buurt | 1 | 2 | 0 | 3 |
| Gezondheidsklachten (moet onder begeleiding sporten) | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Ik sport bij een sportschool | 1 | 2 | 0 | 3 |
| Ik sport in dorps huis | 2 | 0 | 0 | 2 |

Tabel 3: Belangrijkste reden om niet te sporten bij een vereniging (N)

Favoriete individuele sportsoorten zijn (race)fietsen, fitness, gymnastiek of pilates, wandelen en hardlopen. In verenigingsverband scoren fitness en gymnastiek tevens hoog. In totaal werd gymnastiek/bewegen voor ouderen of pilates 12 keer genoemd en fitness (wel of niet aan apparaten), conditie- of MTT-training 5 keer. Sommige respondenten noemen volleybal en hardlopen bij een vereniging (niet in tabel).

Per voorziening en per plaats werden de respondenten gevraagd hoe vaak ze daar komen en wat de belangrijkste reden is om juist hier te sporten. In de gemeente Slochteren zijn diverse sportvoorzieningen aanwezig (tabel 4).

| | 55-64 | 65-74 | 75 + | Totaal |
|--|-------|-------|------|--------|
| Sporthal De Borgstee in Harkstede | 2 | 3 | 1 | 6 |
| Tennisvereniging de Woldmeppers | 1 | 2 | 0 | 3 |
| Fysiofit Harkstede | 1 | 2 | 0 | 3 |
| Tennisvereniging Kolham | 1 | 3 | 0 | 4 |
| Tennisvereniging Wijchelsheim | 2 | 2 | 0 | 4 |
| Sporthal de Springbok | 2 | 0 | 0 | 2 |
| Tennisvereniging Siddeburen | 1 | 2 | 0 | 3 |
| Mobilé Fitness | 0 | 2 | 0 | 2 |
| Duurswoldhal in Slochteren | 2 | 0 | 0 | 2 |
| Fysiofit Slochteren | 2 | 1 | 0 | 3 |
| Golfclub Steendam | 1 | 1 | 0 | 2 |
| Sportzaal Velemansdroom Tjuchem | 1 | 2 | 0 | 3 |

Tabel 4: Sportvoorzieningen binnen de gemeente Slochteren die minimaal 2 keer werden genoemd
 Zes respondenten komen regelmatig in De Borgstee in Harkstede. De tennisverenigingen in Kolham en Wijchelsheim worden door minimaal vier respondenten regelmatig bezocht. Ook andere tennisverenigingen, fitnesslocaties en de sportzalen de Springbok, de Velemansdroom of de Duurswolhal worden genoemd (tabel 4).

De belangrijkste reden om voor een bepaalde voorziening te kiezen is de korte afstand naar het eigen huis. Daarnaast geven 12 respondenten aan dat zij voor een bepaalde voorziening kiezen vanwege de mensen die er ook komen. Voor acht respondenten zijn het aanbod en de faciliteiten doorslaggevend. Vier respondenten geven aan dat er geen andere mogelijkheid in de buurt is. We kunnen niet achterhalen of 'de enige mogelijkheid in de buurt' voor hen betekende dat zij een andere voorziening hadden gekozen, was er een alternatief op dezelfde afstand. Wellicht laat deze groep respondenten dus afstand vóór een andere eigenschap van de voorziening gaan. Voor beide groepen respondenten die 'korte afstand..' en 'enige mogelijkheid..' hebben geantwoord, is het aannemelijk dat nabijheid meest belangrijk is voor hun keuze (tabel 5).

| | 55-64 | 65-74 | 75 + | Totaal |
|--|-------|-------|------|--------|
| Korte afstand tot mijn huis | 10 | 13 | 0 | 23 |
| De mensen die daar ook komen | 4 | 8* | 0 | 12 |
| Het aanbod van sportmogelijkheden en faciliteiten | 6 | 1 | 1 | 8 |
| De enige mogelijkheid in de buurt | 1 | 3 | 0 | 4 |
| Mooie locatie | 1 | 0 | 0 | 1 |
| Totaal | 22 | 25 | 1 | 48 |

* drie daarvan sporten in Tjuchem!

Tabel 5: De belangrijkste reden om voor een bepaalde voorziening te kiezen binnen de gemeente (N)

Sporters die buiten de gemeente Slochteren sporten zijn allemaal jonger dan 75. Tien respondenten tussen 55 en 64 jaar oud verdelen zich over de plaatsen Appingedam, Delfzijl, Groningen, Hoogezand, Veendam en Wagenborgen. De groep tussen van 65 tot 74-jarigen telt 12 respondenten die naar Delfzijl, Groningen, Hoogezand of Veendam gaan om te sporten. Meest favoriete sporten daar zijn tennis en fitness. Maar ook golf respectievelijk volleybal worden door drie respondenten genoemd. Twee respondenten doen aan begeleid sporten, fietsen of schaatsen (niet in tabel).

| | 55-64 | 65-74 | 75+ | Totaal |
|---|-------|-------|-----|--------|
| Korte afstand tot mijn huis | 0 | 1 | 0 | 1 |
| De mensen die daar ook komen | 6 | 5 | 0 | 11 |
| Het aanbod van de sportmogelijkheden en faciliteiten | 5 | 5 | 0 | 10 |
| De enige mogelijkheid in de buurt | 2 | 2 | 0 | 4 |
| Ik werk daar in de buurt | 2 | 0 | 0 | 2 |
| Totaal | 15 | 13 | 0 | 28 |

Tabel 6: De belangrijkste reden om voor een bepaalde voorziening te kiezen buiten gemeente

De belangrijkste reden om buiten de gemeente Slochteren te sporten zijn de 'soort mensen' dicht gevolgd van het aanbod van bepaalde faciliteiten. Vier mensen geven aan dat het de enige mogelijkheid in de buurt is en voor twee respondenten ligt de voorziening blijkbaar op de route van werk naar huis (tabel 6).

Conclusie

Het percentage vitale ouderen in de gemeente Slochteren dat gezond oud(er) wil worden en regelmatig aan sport doet is hoog. Gezondheid is voor de meerderheid van de respondenten de belangrijkste reden om te sporten. Deze reden scoort ook op landelijk niveau het hoogst (Tiessen-Raaphorst e.a. 2010). De sportdeelname van de 55- tot 74-jarigen ligt rond 50%. We vinden het opmerkelijk dat de sportdeelname tussen 'jonge' en 'oude' ouderen nauwelijks van elkaar verschilt. Het percentage 75-plussers dat sport is daarentegen duidelijk lager (25%). De percentages voor alle drie de leeftijdscategorieën vallen iets hoger uit dan landelijk gemiddelde cijfers². Volgens Tiessen-Raaphorst (2010a) doet circa 45% van de jonge ouderen aan sport, 38% van de oude ouderen en circa 16% van de 75-plussers. Kijkend naar alle leeftijden scoort op landelijk niveau de provincie Groningen op Zeeland na het hoogst als het gaat om sporters die minstens één keer per week gaan sporten (Tiessen-Raaphorst 2010b).

Bevordert nu een sportvoorziening in de buurt de sportdeelname van deze 55-plussers? Als de respondenten *binnen* de gemeente Slochteren sporten, scoort 'korte afstand' het hoogst. Als ze echter kiezen voor een sportvoorziening *buiten* de gemeente, zijn de 'soort mensen' en de aangeboden faciliteiten doorslaggevend. Kortom, het lijkt erop dat voor sommige respondenten nabijheid belangrijker is dan de 'soort mensen' of het 'soort aanbod' en voor anderen het omgekeerde geldt. Echter, in absolute zin kiezen meer ouderen om binnen de gemeente Slochteren te sporten waardoor er wel waardering voor de sportvoorziening in de buurt lijkt te zijn. Deze waardering wordt door vergelijkbare studies in stedelijke omgevingen niet bevestigd. Hoekman en De Jong (2011) laten zien dat een relatief korte afstand naar voorzieningen geen afdoende verklaring kan zijn voor sportdeelname. Echter, als de afstand in plattelandsgemeentes een bepaalde grens overschrijdt is het wel voorstelbaar dat daardoor minder mensen gaan sporten. Hoekman e.a. (2010, p. 215) herkennen deze gedachte en stellen dat in perifere plattlandsgebieden "onderbezetting van accommodaties een grotere dreiging [is], omdat bij eventuele sluiting van accommodaties de reistijd alsnog belemmerend kan worden voor sportdeelname". Daarom is het belangrijk om de betekenis van afstand voor de sportdeelname voor ouderen juist in plattlandsgemeentes nog nader te onderzoeken. Bovendien kan de kwaliteit van openbare wegen en andere 'open' groene plekken sportdeelname stimuleren. Immers de meerderheid van de respondenten sport individueel en maakt gebruik van publieke plekken. Deze

² We mogen veralgemeniseren: In ons onderzoek is de representativiteit van de steekproef naar leeftijdscategorieën en naar verdeling van inwoners per dorp berekend via een chi-kwadratvergelijkingstoets. In beide gevallen is de p-waarde kleiner dan 0,05 (0,000 resp. 0,001). Dat betekent dat de steekproef als representatief voor de gehele populatie kan worden beschouwd op de kenmerken leeftijd en woonplaats.

trend komt overigens overeen met de landelijke trend (Tiessen-Raaphorst 2010b, Hoekman 2011). Plattelandsgemeenten, zoals Slochteren, zouden de voorkeur om individueel te gaan sporten kunnen aangrijpen om - naast de aandacht voor het gemeentelijk vastgoed voor sport - meer aandacht te besteden aan het creëren van 'beweegvriendelijke omgevingen'³ aan de buitenlucht.

Literatuur

- Elling, A. & F. Kemper (red.) (2011) *'Het kost veel tijd en je wordt er moe van'. Verklaringen voor sportdeelname en inzichten in de leefwereld van niet-sporters*, W.J.H. Mulier Instituut.
- Gemeente Slochteren (2012) *Gemeente Slochteren in cijfers*, niet gepubliceerd werkdocument.
- Gemeente Slochteren (2013) *Overzicht aantal inwoners per dorp op 1 januari 2013*, niet gepubliceerd werkdocument.
- Hoekman, R. & D. de Jong (2011) 'Sport een stap te ver?' in: *idem*, p. 83-100.
- Hoekman, R., F. Knol & H. van der Poel (2010) 'Ruimte en accommodaties voor sport', in: A. Tiessen-Raaphorst e.a. (red.) (2010) *titel onderaan*, p. 204-218.
- Hoekman, R. (2011) 'Sportdeelname en de rol van sportvoorzieningen' in: V. H. Hildebrandt, C.M. Bernaards & J.H. Stubbe (red.) *Trendrapport. Bewegen en gezondheid 2010/2011*, TNO, p.83-100.
- Tiessen-Raaphorst, A. (2010a) 'Sportdeelname', in: A. Tiessen-Raaphorst e.a. (red.) (2010) *titel onderaan*, p. 47 - 62
- Tiessen-Raaphorst, A. (2010b) *Factsheet Sportdeelname in Nederland*, Sociaal Cultureel Planbureau.
- Tiessen-Raaphorst, A., D. Verbeek, J. de Haan & K. Breedveld (red.) (2010) *Sport: Een leven lang. Rapportage Sport 2010*, Sociaal Cultureel Planbureau/W.J.H. Mulier Instituut.

Over de auteurs

Sabine Meier is architectuursocioloog en gepromoveerd aan de Universiteit van Amsterdam. Tegenwoordig werkt zij als lector Krimp & Leefomgeving (Hanzehogeschool Groningen). Haar lectoraat doet onderzoek naar de sociale én ruimtelijke gevolgen van bevolkingsdaling en vergrijzing. Bijvoorbeeld staat in krimpgebieden de huidige voorzieningenstructuur onder druk. Daarom brengt het lectoraat enerzijds het gebruik door bewoners in kaart (sociaal) en ontwikkelt anderzijds kennis over een toekomstbestendige herinrichting ervan (ruimtelijk). Daarnaast vallen door demografische krimp 'open plekken' midden in een gebouwde weefsel. Het lectoraat doet onderzoek naar de manier waarop deze 'open plekken' een nieuwe functie kunnen krijgen met behoud van ruimtelijke kwaliteiten.

Mariëlle Bovenhoff studeerde Nederlandse Taal en Cultuur aan de Rijksuniversiteit Groningen. Tegenwoordig is ze als docent verbonden aan het Instituut voor Bedrijfskunde, Hanzehogeschool Groningen. Sinds 2012 is zij tevens onderzoeker bij het lectoraat Krimp & Leefomgeving en richt zich op het onderzoek naar sociale samenhang in dorpen en het gebruik van voorzieningen in plattelandsgemeenten. Samen met Aafke Moons en Gerard Latjes schreef ze het 'Basisboek spelling'.

³ Zie: <http://kic.nisb.nl/site/nieuws/show/6533>