

Beweegvriendelijke stad?

Marijke Jansen

Sociale Geografie en Planologie - Universiteit Utrecht

Coauteurs: Dick Ettema, Frank Pierik en Martin Dijst

Achtergrond

Wereldwijd zijn de percentages van volwassenen die aan de norm voor gezond bewegen voldoen laag. Dit, terwijl bewegen belangrijk is voor een goede gezondheid en bijdraagt aan gezond ouder worden. Het is daarom van groot belang om volwassenen te stimuleren meer te bewegen. Gemeenten richten zich steeds meer op het ontwikkelen van een beweegvriendelijke stad: een stad die zo is ingericht dat het bewegen stimuleert. Om beleid op te stellen en de juiste interventies te kunnen ontwikkelen, is er meer inzicht nodig in de determinanten van bewegen. Eén van die determinanten, waarvan bekend is dat het zowel een stimulerende factor als een barrière kan zijn voor bewegen, is de fysieke omgeving. Veel onderzoek richt zich traditioneel op de woonomgeving van mensen, terwijl ook andere omgevingen (zoals de werkomgeving) van belang zijn.

Het doel van dit onderzoek is om te achterhalen hoe intensief volwassenen op verschillende locaties bewegen en welke sociaal-demografische- en omgevingsfactoren hierbij een rol spelen.

Methode

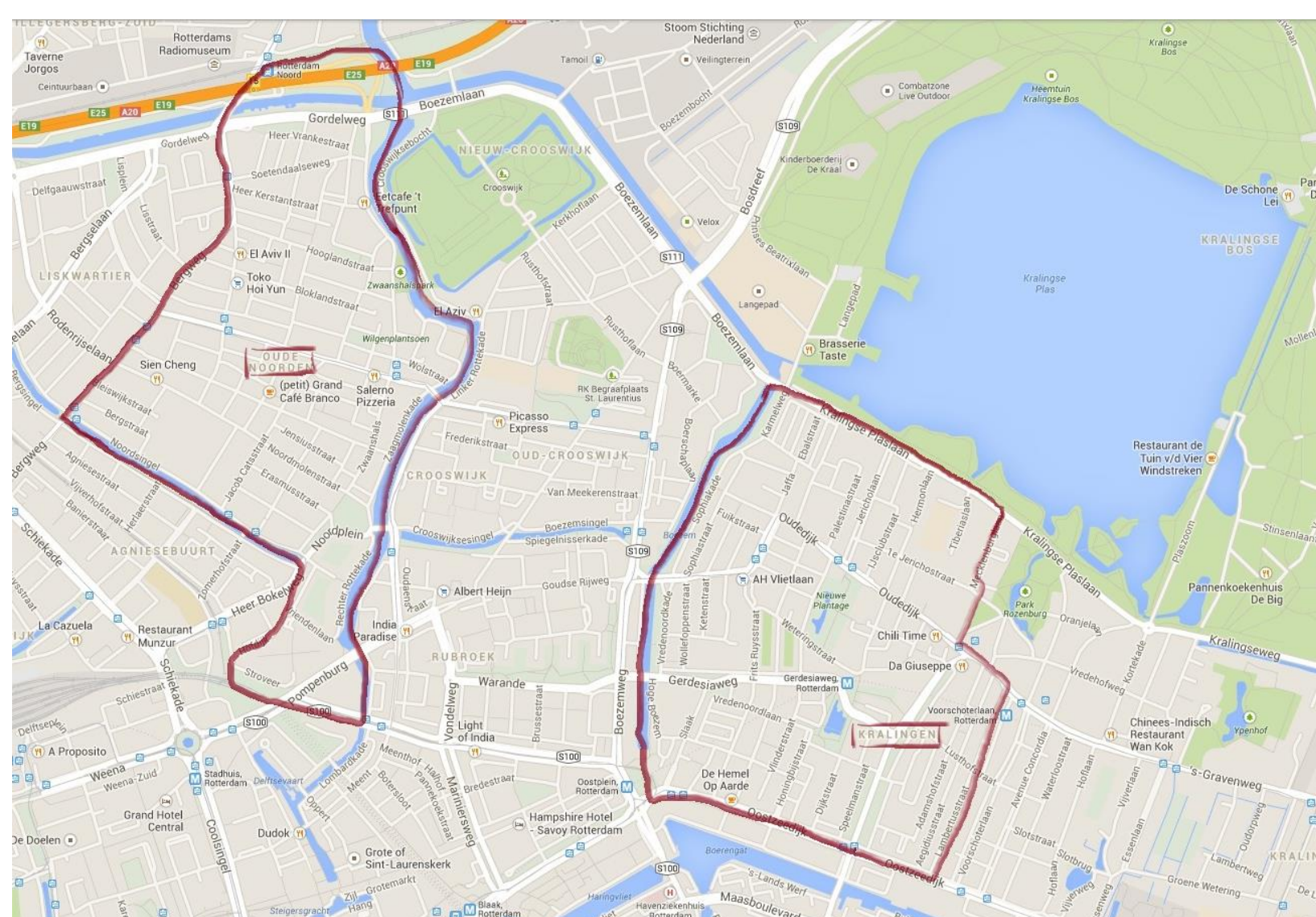
Doelgroep

Volwassenen in de leeftijd van 45 – 65 jaar

Onderzoeksgebied

Rotterdam

(Oude Noorden, Kralingen-West)



Maastricht

(Zuid-Oost, West)



Meetinstrumenten

- Vragenlijst
- Beweegmeters en GPS-meters



+



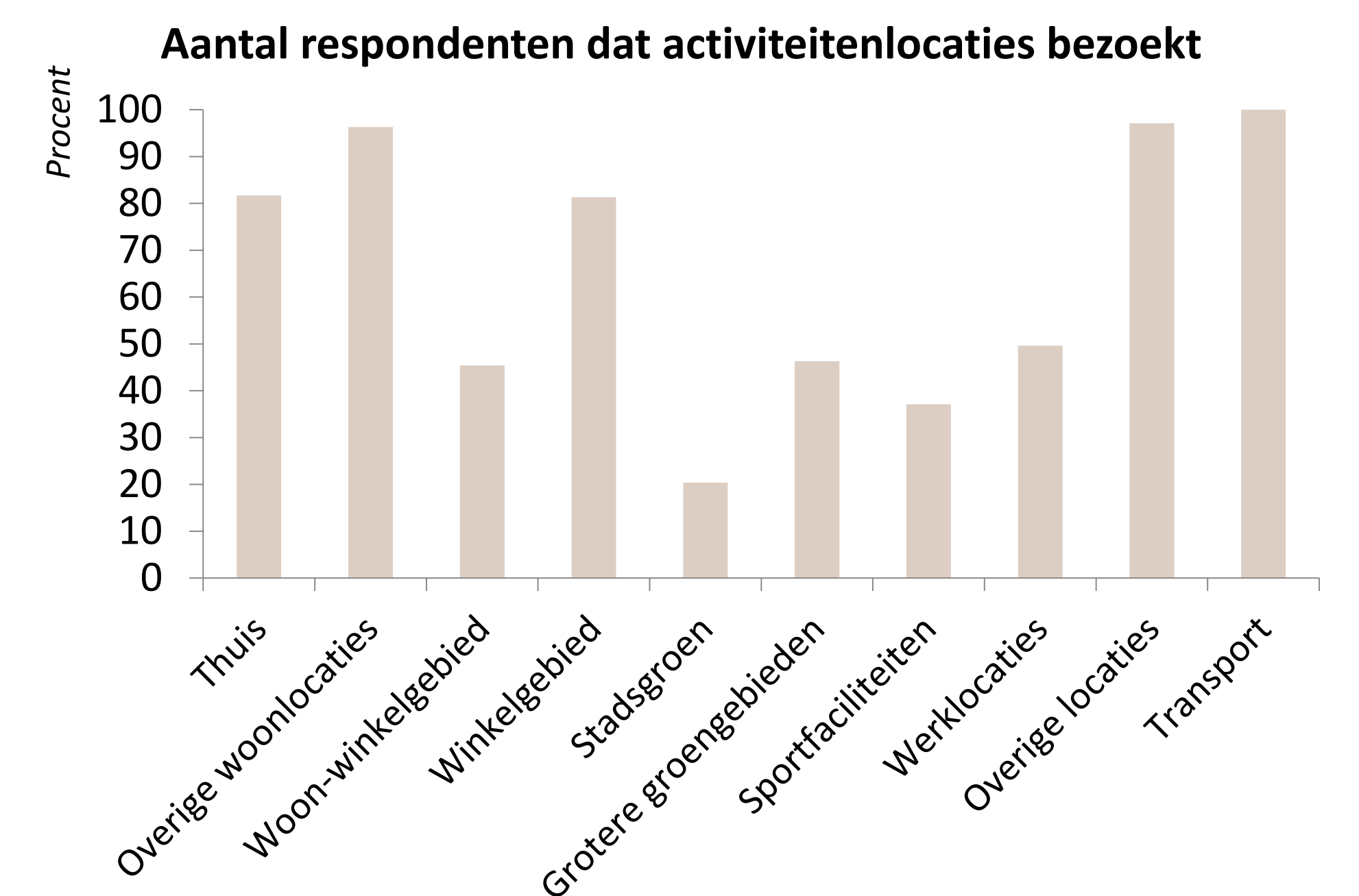
→



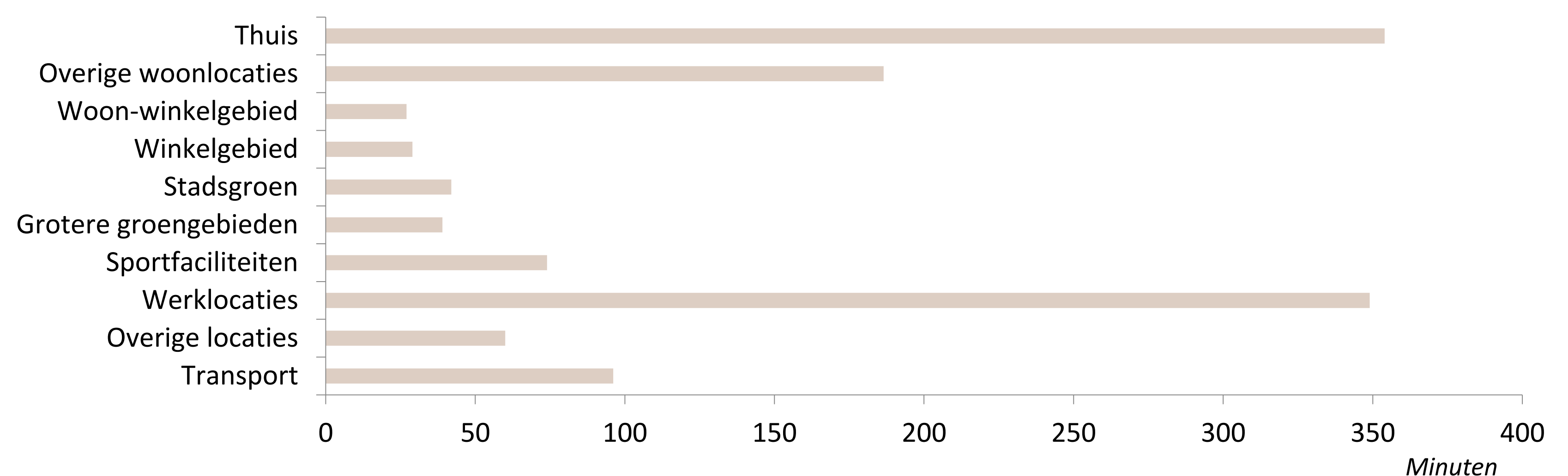
Eerste resultaten

Studie populatie (N = 240)

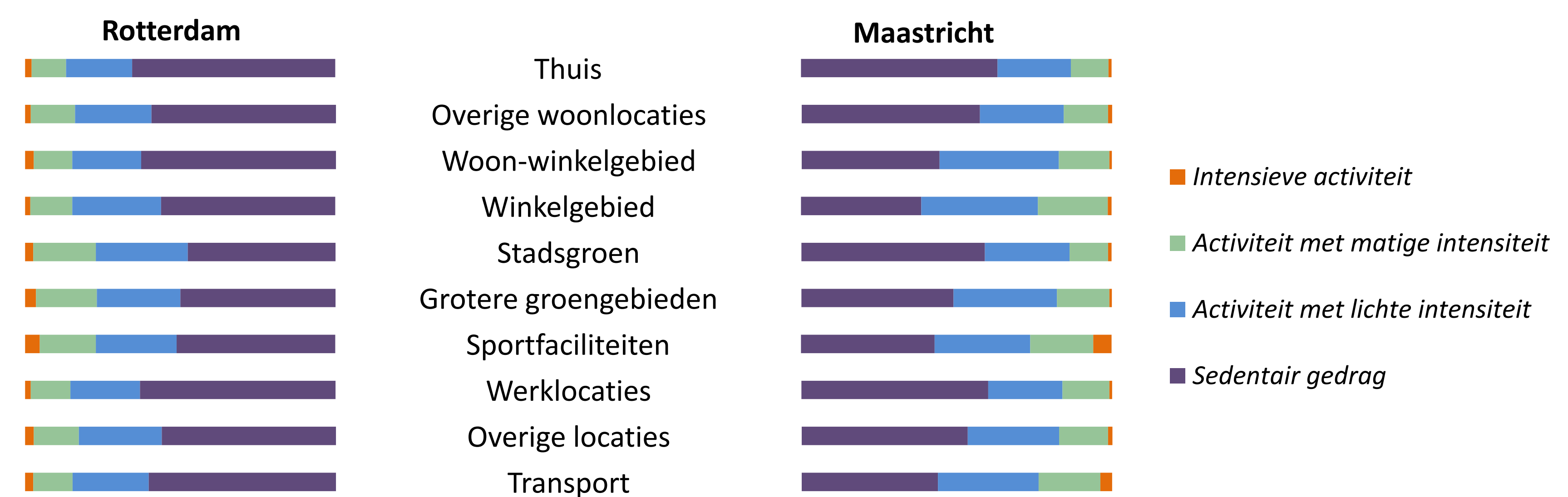
Leeftijd (jaren)	57.0 (± 6.2)
Geslacht	
Vrouwen	130
Mannen	110
Wijken	
Oude Noorden	34
Kralingen-West	52
Zuid-Oost	91
West	63



Tijd doorgebracht op verschillende locaties, per dag



Tijd doorgebracht op diverse locaties (per dag), naar intensiteit



Opmerking: De tijd die is weergegeven in beide grafieken hierboven, is berekend over de dagen waarop men daadwerkelijk gebruikmaakte van de locatie.

Conclusie

- Men besteedt de meeste tijd per dag thuis en op het werk
- Men besteedt de meeste tijd sedentair, en zeer weinig tijd wordt besteed aan intensieve activiteiten
- De meeste activiteiten met een lichte of matige intensiteit vinden plaats in winkelgebied, stadsgroen, op sportfaciliteiten en tijdens transport

Vervolg

Onderzoek naar:

- Associaties tussen sociaaldemografische factoren, objectief gemeten omgevingsfactoren, beleving van de omgeving, en (locaties voor) bewegen

