

# Sportdeelname Index November 2022

# Inhoud

1. Management summary
2. Sportdeelname van mensen met een beperking
3. Niet-sporters met een beperking
4. Sportdeelname per tak van sport
5. Inzichten per soort beperking
6. Bewegen met een beperking
7. Hulpmiddelen, informatiebronnen en barrières
8. Onderzoeksverantwoording



# Inleiding – Fonds Gehandicaptensport Sportdeelname Index

Sinds november 2021 heeft Fonds Gehandicaptensport in samenwerking met NOC\*NSF een sportdeelname index die zich specifiek richt op mensen met een beperking. Deze index meet het sportgedrag van de mensen met een beperking in Nederland. Fonds Gehandicaptensport gebruikt de gegevens uit deze monitor om beter inzicht te krijgen in het sportgedrag en effectief in te kunnen spelen op de (sport)behoeften van deze specifieke doelgroep.

Dit rapport bevat de resultaten van de derde meting die is uitgevoerd over de maand november 2022. Het sportgedrag is in deze monitor gemeten conform de Richtlijnen voor Sportdeelname Onderzoek (RSO). Het sportgedrag van de totale Nederlandse bevolking wordt in deze rapportage op veel plekken uitgezet tegen het sportgedrag van personen met een beperking. Binnen de totale Nederlandse bevolking zijn personen met een beperking niet uitgesloten. Vanuit de visie op een gelijkwaardige sportparticipatie en de overtuiging dat iedereen, overal en altijd moet kunnen sporten, zijn alle gradaties beperkingen meegenomen in dit onderzoek. Dit betekent dat zowel mensen met een lichte, matige als zware beperking zijn meegenomen in deze monitor. Hierdoor worden er ruimere en nieuwe inzichten opgedaan over het sportgedrag van alle mensen met een beperking in Nederland. Deze monitor kan gezien worden als welkome aanvulling op bestaande monitoren en onderzoeken van andere partijen. Samen bieden ze inzichten die de sportsector verrijken.

De organisaties die betrokken zijn bij de uitvoering van dit onderzoek:



**Fonds Gehandicaptensport**



**NOC\*NSF**

**KANTAR PUBLIC**

**Kantar Public**

De sportdeelnamecijfers voor mensen met een beperking worden in deze monitor niet vertaald naar absolute aantallen op de gehele Nederlandse bevolking. Dit komt onder andere doordat het exacte aantal mensen met een beperking lastig vast te stellen is. De meest grove inschattingen geven aan dat er ruim 2 miljoen mensen met een beperking zijn. In het rapport is er daarom voor gekozen om de percentages niet door te rekenen naar absolute aantallen.

De resultaten van het onderzoek zijn gebaseerd op een online vragenlijst die door 1.096 personen met een beperking is ingevuld. Er zijn acht verschillende beperkingen meegenomen in dit onderzoek, waar geen verdere weging op is toegepast. Alle personen zijn online benaderd, via het NIPObase consumentenpanel.



# Leeswijzer

De resultaten in dit rapport zijn uitgesplitst naar de **mate van belemmering** die door de beperking wordt ervaren in de activiteiten die men gewoonlijk doet :



## Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd\*

Nederlanders die zich vanwege hun beperking niet tot licht belemmerd voelen in de activiteiten die ze gewoonlijk doen (bijv. bij wonen, studeren, werken, sporten). Dit betreft 57% van de respondenten (19% voelt zich niet belemmerd en 38% voelt zich licht belemmerd);



## Mensen met een beperking - matig belemmerd

Nederlanders die zich vanwege hun beperking matig belemmerd voelen in de activiteiten die ze gewoonlijk doen. Dit betreft 31% van de respondenten;



## Mensen met een beperking - ernstig belemmerd

Nederlanders die zich vanwege hun beperking ernstig belemmerd voelen in de activiteiten die ze gewoonlijk doen. Dit betreft 12% van de respondenten.



## Nederlandse bevolking

Waar mogelijk worden naast de resultaten van deze drie groepen ook de resultaten van de Nederlandse bevolking getoond.

\* De groepen 'niet belemmerd' en 'licht belemmerd' zijn in deze rapportage samengenomen, omdat er weinig significante verschillen zijn tussen deze twee groepen in uitkomsten.

Aanvullend worden enkele resultaten uitgesplitst naar de **soort beperking** van de respondent. De soort beperkingen zijn:

- Motorische beperking (bewegen)
- Verstandelijke beperking (begrijpen)
- Auditief (doof/slechthorend)
- Visueel (blind/slechtziend)
- Psychische/psychiatrische problemen
- Chronische aandoening (bijv. COPD/reuma)
- Gedragsproblemen (bijv. ADHD/autisme)
- Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)

Uit analyse blijkt dat er enige samenhang is tussen de soort beperking van de respondent en de mate van belemmering die ze ervaren in hun activiteiten:



Relatief vaker mensen met een auditieve of visuele beperking



Relatief vaker mensen met een motorische beperking of mensen met psychische/psychiatrische problemen



Relatief vaker mensen met een motorische beperking, mensen met psychische/psychiatrische problemen of mensen met een chronische aandoening

A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a riverbank. They are wearing a grey hoodie and dark shorts, with their arms raised in a celebratory gesture. The background features a large arched bridge over the water and a cloudy sky. The scene is overlaid with a semi-transparent orange rectangular frame.

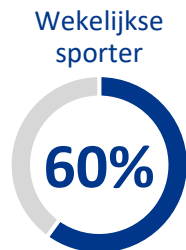
# 1. Management summary

# Management summary – november 2022

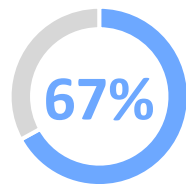
Sportdeelname van mensen met een beperking en de Nederlandse bevolking (5 - 80 jaar)



Mensen met een beperking -  
niet/licht belemmerd 



Maandelijks sporter



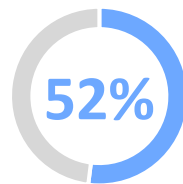
Sportfrequentie per maand

7,6

Mensen met een beperking -  
matig belemmerd 



Maandelijks sporter



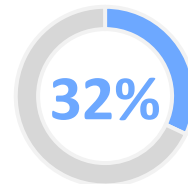
Sportfrequentie per maand

5,7

Mensen met een beperking -  
ernstig belemmerd 




Maandelijks sporter



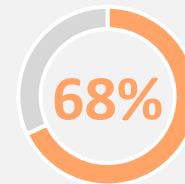
Sportfrequentie per maand

2,8

Nederlandse bevolking 



Maandelijks sporter



Sportfrequentie per maand

7,6

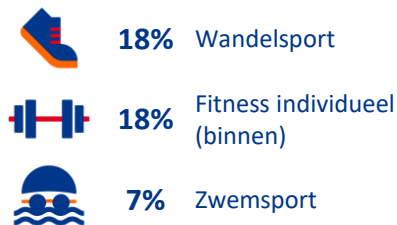
# Management summary – november 2022



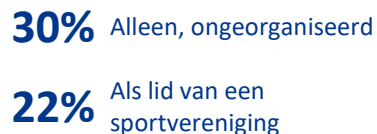
## Top 3 meest beoefende en manier van sporten van mensen met een beperking en de Nederlandse bevolking (5 - 80 jaar)

### Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd

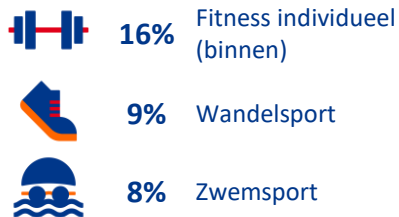
#### Top 3 meest beoefende sporten



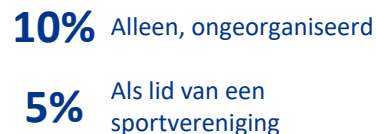
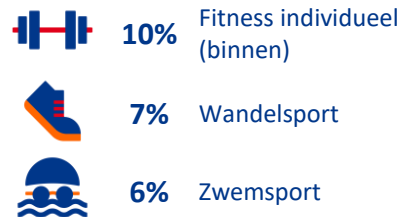
#### Manier van sporten



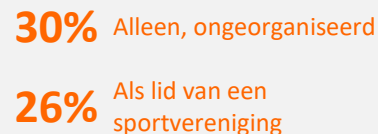
### Mensen met een beperking - matig belemmerd



### Mensen met een beperking - ernstig belemmerd



### Nederlandse bevolking



# Management summary – november 2022



## Aandeel sporters met een beperking dat sport in aangepaste vorm

### Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd

21%



### Mensen met een beperking - matig belemmerd

43%



### Mensen met een beperking - ernstig belemmerd

48%





# Management summary – november 2022



Aandeel niet-sporters onder mensen met een beperking en de Nederlandse bevolking (5 - 80 jaar)

Mensen met een beperking -  
niet/licht belemmerd 

Niet-sporters



Niet-sporters die wel  
willen gaan sporten



Mensen met een beperking -  
matig belemmerd 

Niet-sporters



Niet-sporters die wel  
willen gaan sporten




Mensen met een beperking -  
ernstig belemmerd 

Niet-sporters



Niet-sporters die wel  
willen gaan sporten

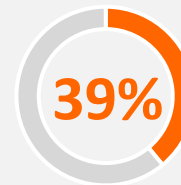


Nederlandse bevolking 

Niet-sporters



Niet-sporters die wel  
willen gaan sporten



\* Het resultaat van de groep 'mensen met een beperking – ernstig belemmerd' wordt niet getoond, vanwege het kleine aantal waarnemingen (n<20)

A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a bridge with their arms raised in a celebratory gesture. They are wearing a grey hoodie and dark shorts. The background features a large arched bridge over a body of water, with a cloudy sky above. The text is overlaid on the image within an orange rectangular frame.

## **2. Sportdeelname van mensen met een beperking**

# Sportdeelname van mensen met een beperking - november 2022



## Mannen en vrouwen met een beperking

### ♂ Aandeel wekelijkse sporters - mannen



### ♀ Aandeel wekelijkse sporters - vrouwen

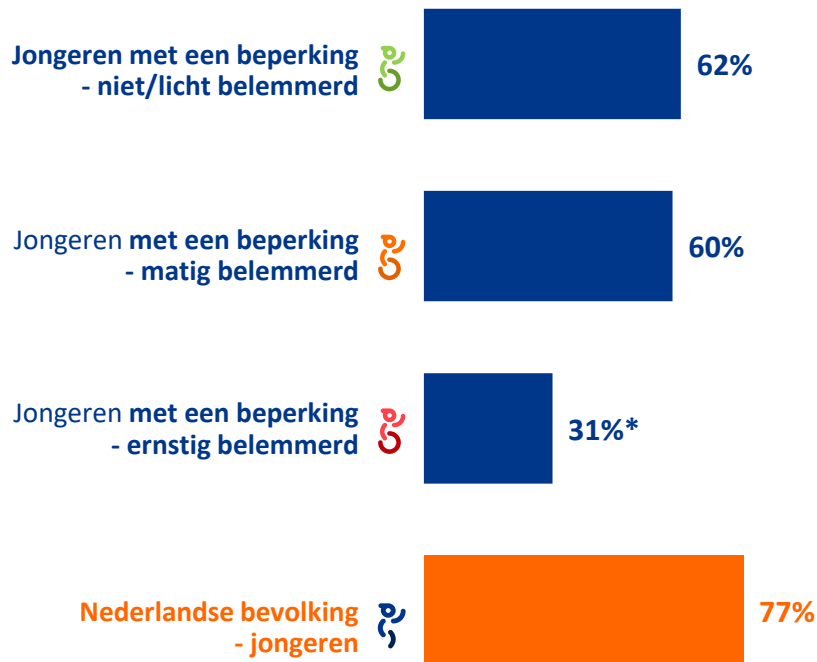


# Sportdeelname van mensen met een beperking - november 2022

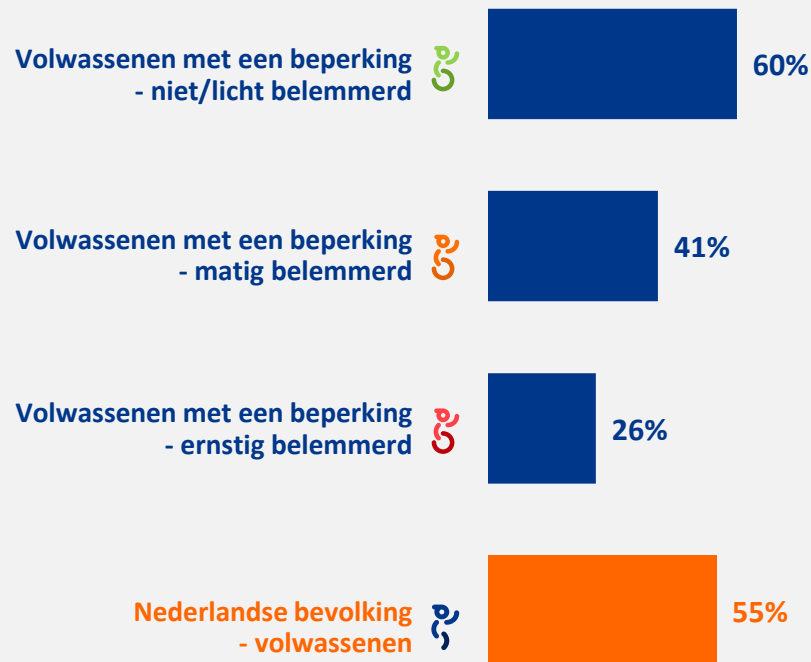


## Jongeren en volwassenen met een beperking

### Aandeel wekelijkse sporters - 5-18 jaar



### Aandeel wekelijkse sporters - 19-80 jaar



\* Het resultaat is indicatief vanwege het kleine aantal waarnemingen (n<30)

# Manieren van sporten - november 2022



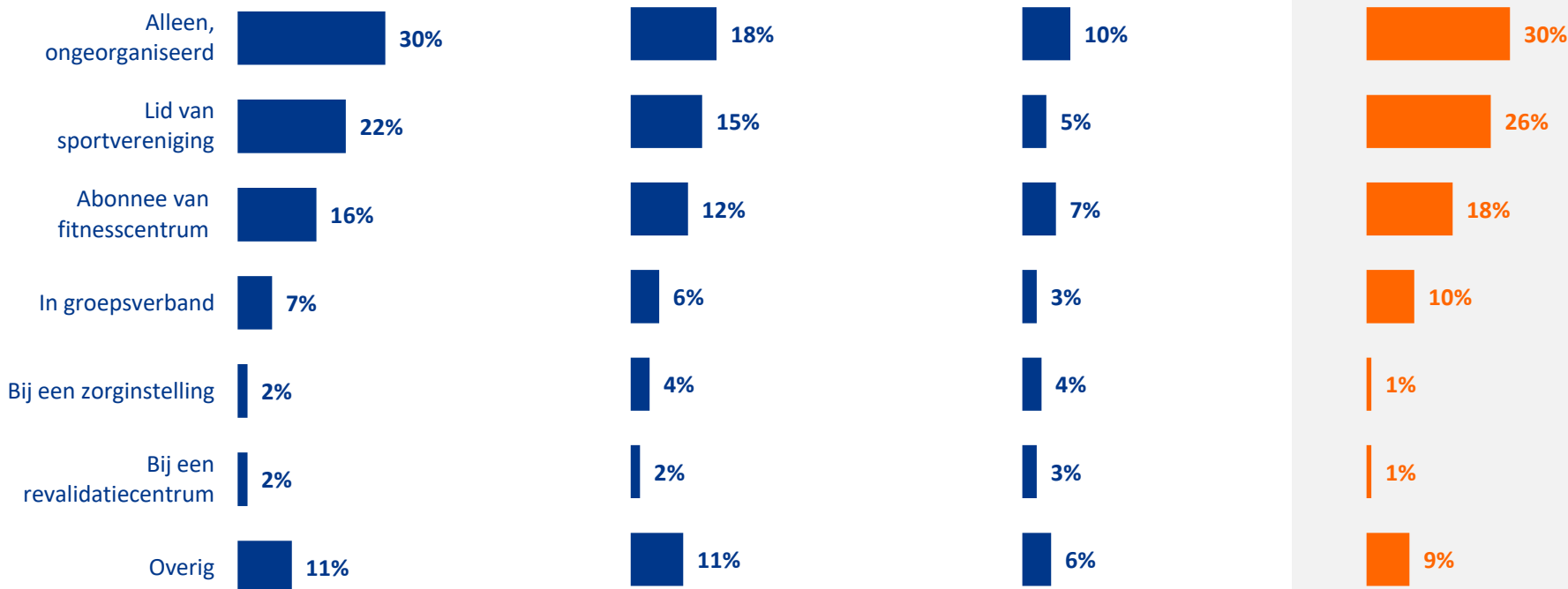
Manieren van sporten onder mensen met een beperking en de Nederlandse bevolking (5 - 80 jaar)

Mensen met een beperking -  
niet/licht belemmerd

Mensen met een beperking -  
matig belemmerd

Mensen met een beperking -  
ernstig belemmerd

Nederlandse bevolking

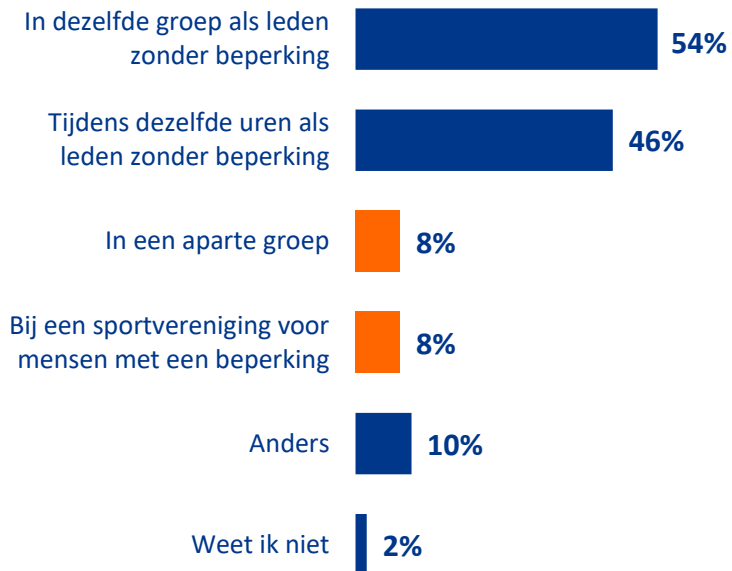


# Manieren van sporten bij een sportvereniging - november 2022



## Manieren van sporten bij een sportvereniging door mensen met een beperking

### Sporters bij sportvereniging met een beperking - niet/licht belemmerd



### Sporters bij sportvereniging met een beperking - matig belemmerd

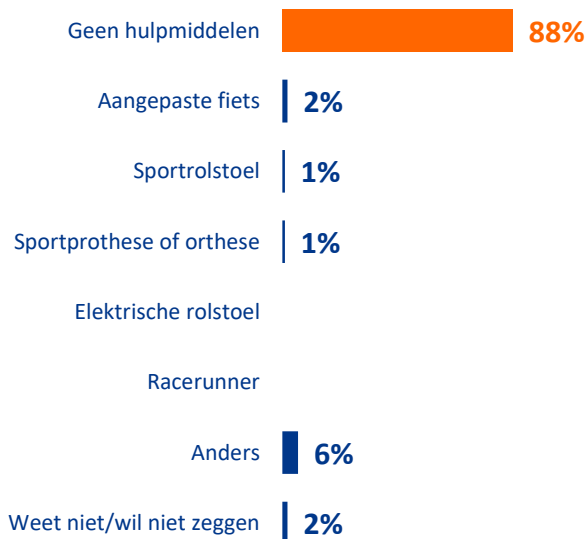


# Hulpmiddelen gebruikt bij sportieve activiteiten – november 2022

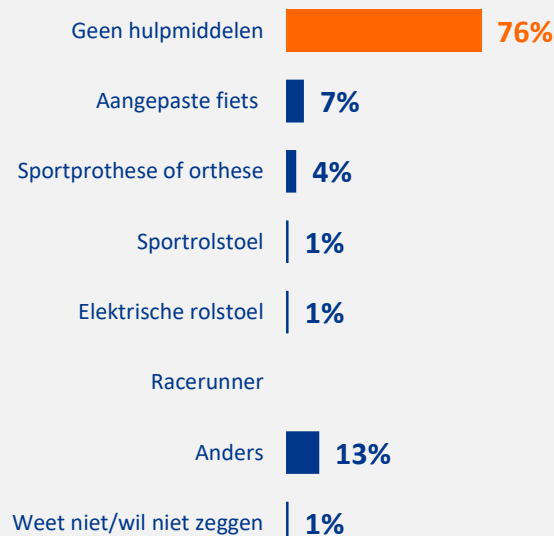


## Gebruikte hulpmiddelen bij sportieve activiteiten door mensen met een beperking

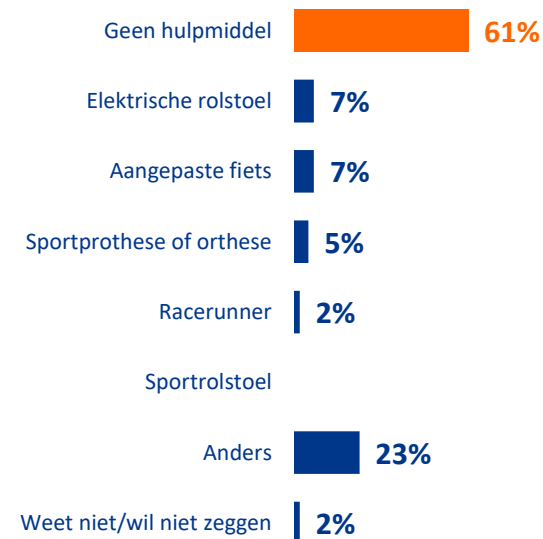
### Sporters met een beperking - niet/licht belemmerd



### Sporters met een beperking - matig belemmerd



### Sporters met een beperking - ernstig belemmerd



Genoemde andere hulpmiddelen: rollator, krukken, loopstokken, aangepaste hometrainer

A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a riverbank. They are wearing a grey hoodie and dark shorts, with their arms raised in a celebratory gesture. The background features a large arched bridge over a wide river, with a cloudy sky above. The scene is captured in a cinematic style with soft lighting.

### **3. Niet-sporters met een beperking**

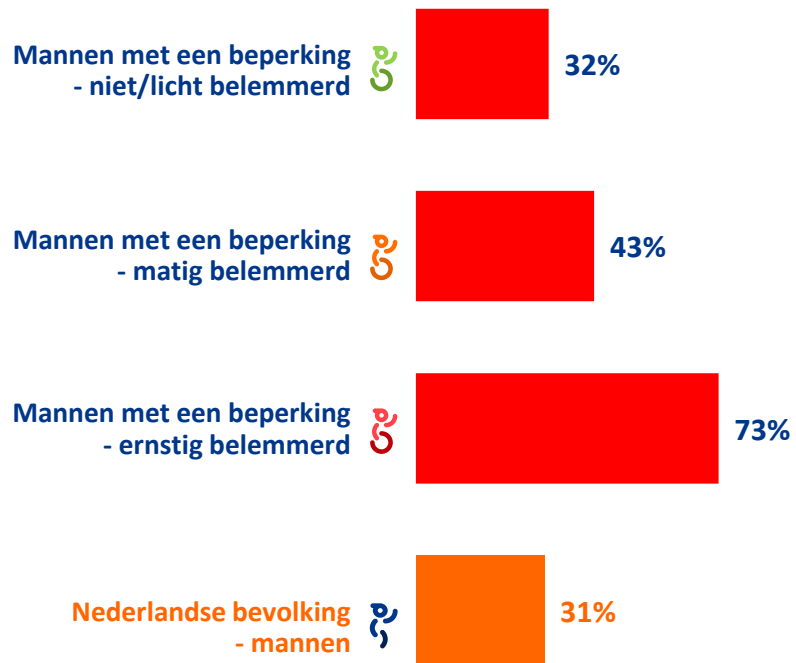


# Niet-sporters met een beperking - november 2022



## Mannen en vrouwen met een beperking

### ♂ Aandeel niet-sporters - mannen



### ♀ Aandeel niet-sporters - vrouwen

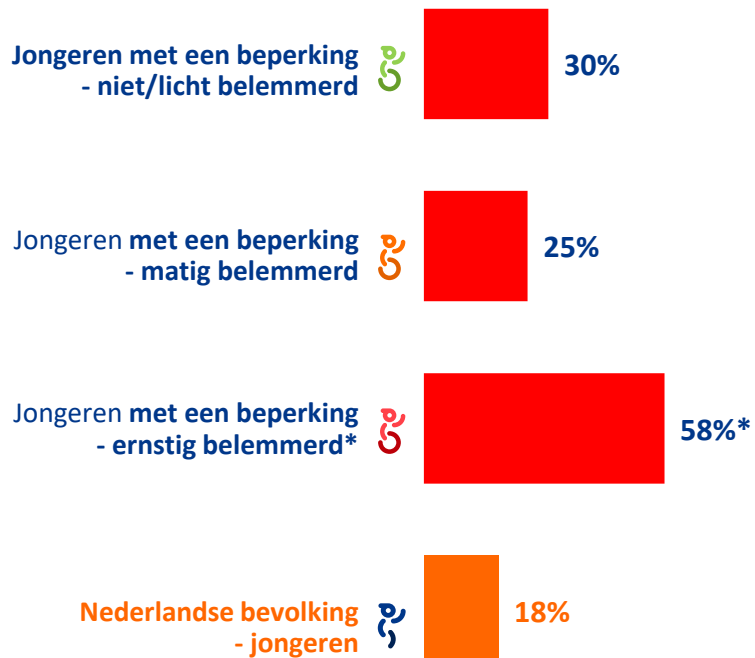


# Niet-sporters met een beperking - november 2022

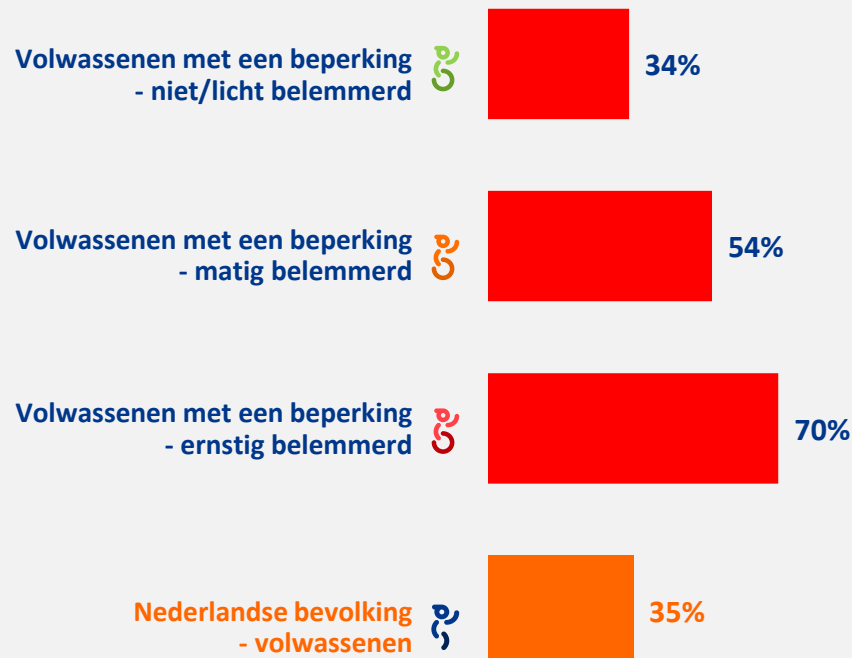


## Jongeren en volwassenen met een beperking

### Aandeel niet-sporters - 5-18 jaar



### Aandeel niet-sporters - 19-80 jaar



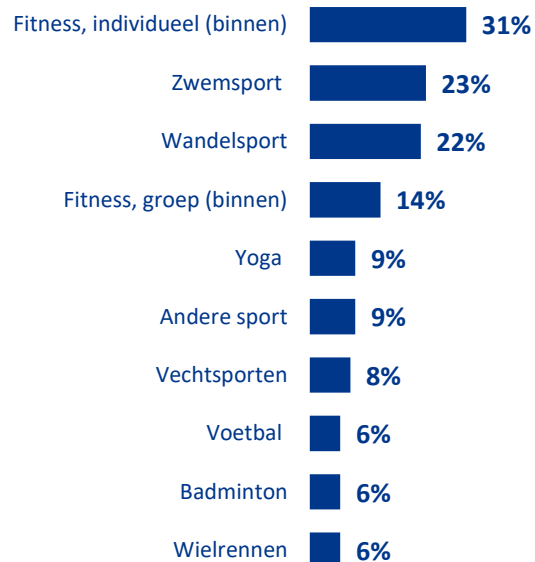
\* De resultaten zijn indicatief vanwege het kleine aantal waarnemingen (n<30)

# Verandering in het sportgedrag – november 2022

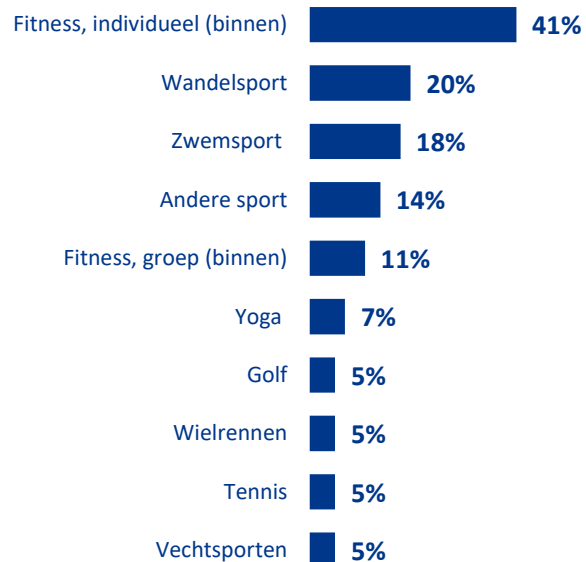


## Top-10 sporten die niet-sporters die willen gaan sporten, willen gaan beoefenen

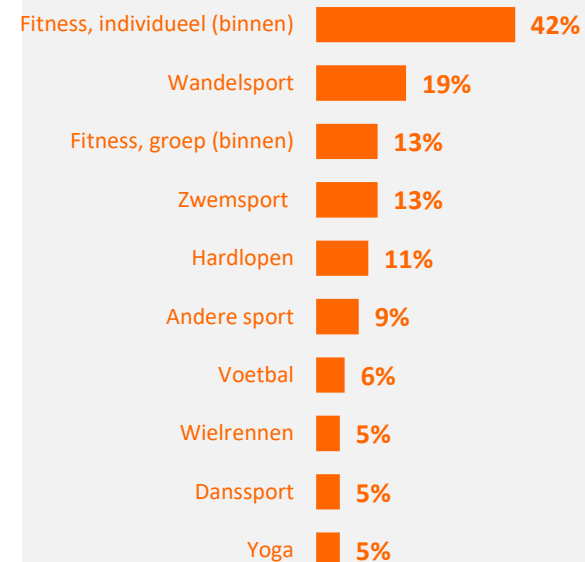
### Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd



### Mensen met een beperking - matig belemmerd



### Nederlandse bevolking - niet sporters



A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a riverbank. They are wearing a grey hoodie and dark shorts, with their arms raised in a celebratory gesture. The background features a large arched bridge over the water and a cloudy sky. The text '4. Sportdeelname per tak van sport' is overlaid in the center in a blue font, enclosed in an orange rectangular border.

## 4. Sportdeelname per tak van sport

# Sportdeelname per tak van sport – november 2022



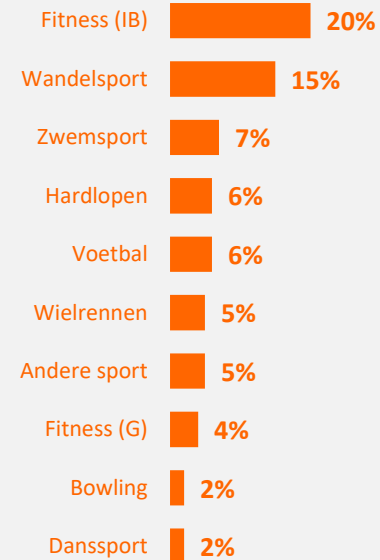
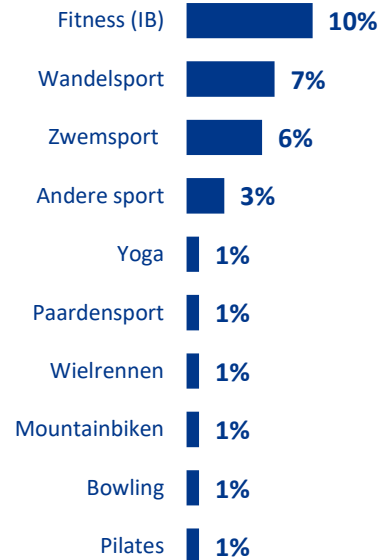
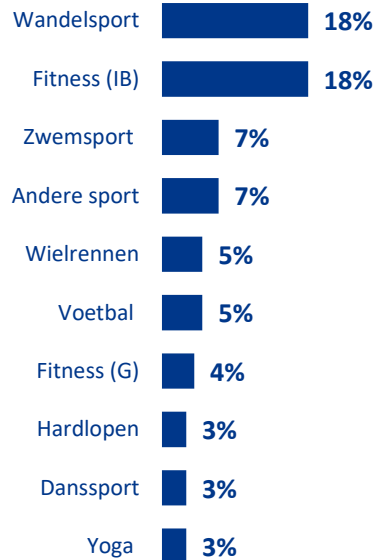
## Top-10 meest beoefende sporten

### Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd

### Mensen met een beperking - matig belemmerd

### Mensen met een beperking – ernstig belemmerd

### Nederlandse bevolking



# Sportdeelname per tak van sport – november 2022



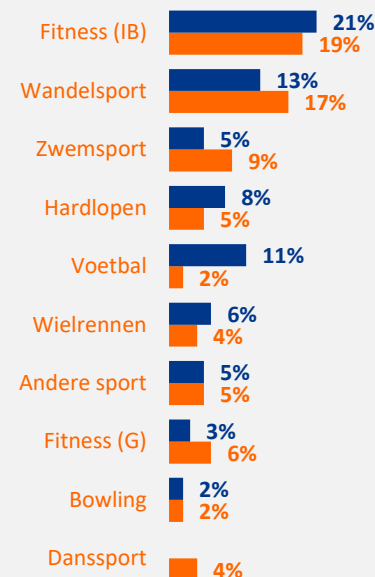
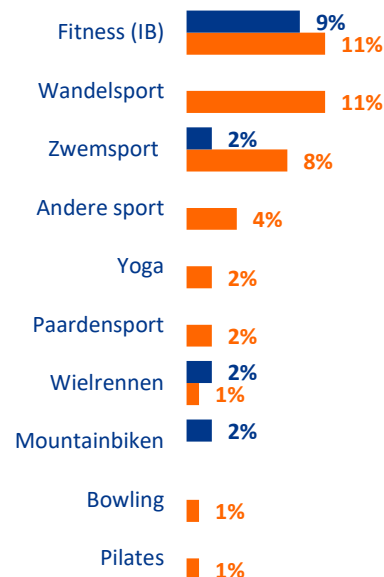
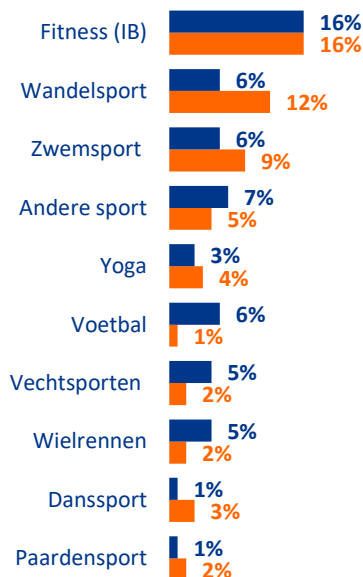
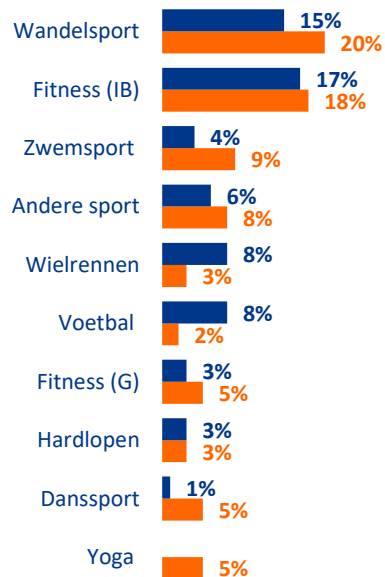
## Top-10 meest beoefende sporten naar mannen en vrouwen

### Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd

### Mensen met een beperking - matig belemmerd

### Mensen met een beperking – ernstig belemmerd

### Nederlandse bevolking



■ Man ■ Vrouw

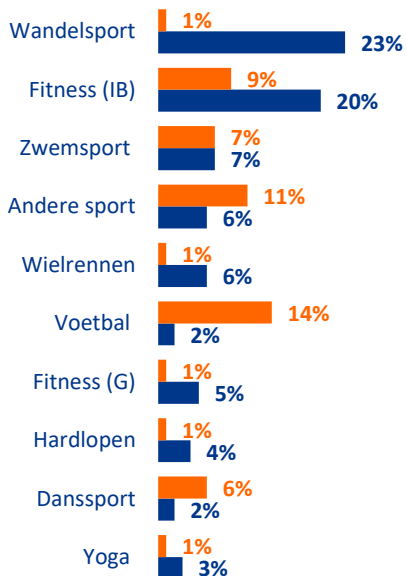
(IB) = individueel binnen | (G) = in groepsverband binnen

# Sportdeelname per tak van sport – november 2022

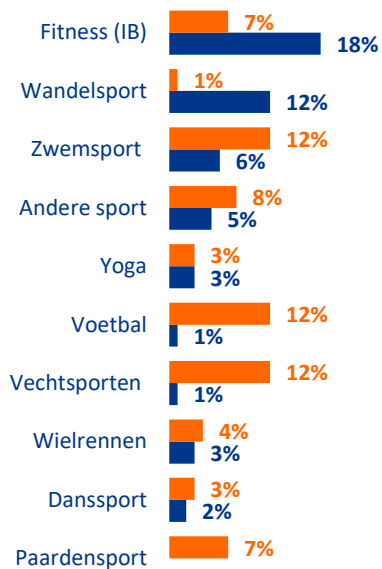


## Top-10 meest beoefende sporten naar jongeren (5-18 jaar) en volwassenen (19-80 jaar)

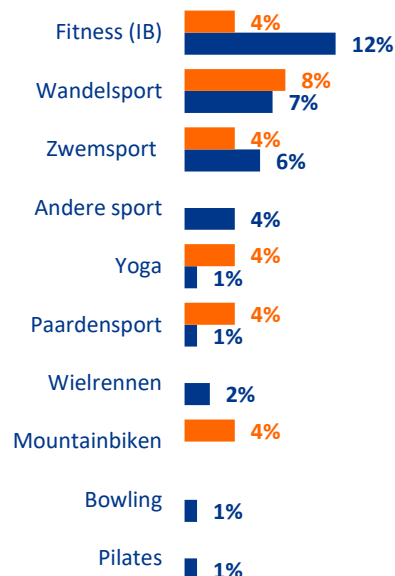
### Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd



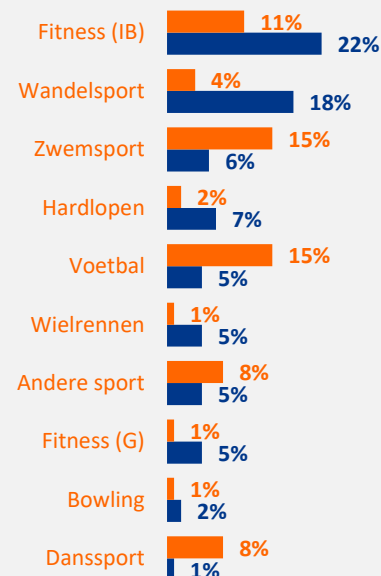
### Mensen met een beperking - matig belemmerd



### Mensen met een beperking – ernstig belemmerd\*



### Nederlandse bevolking



■ 5-18 jaar ■ 19-80 jaar

\* De resultaten van 'ernstig belemmerd, 5-18 jaar' zijn indicatief, vanwege het kleine aantal waarnemingen (n<30), (IB) = individueel binnen | (G) = in groepsverband binnen

A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a riverbank with their arms raised in a celebratory gesture. They are wearing a grey hoodie and dark shorts. In the background, there is a large arched bridge over the water, and the sky is filled with soft, white clouds. The overall scene conveys a sense of achievement and triumph.

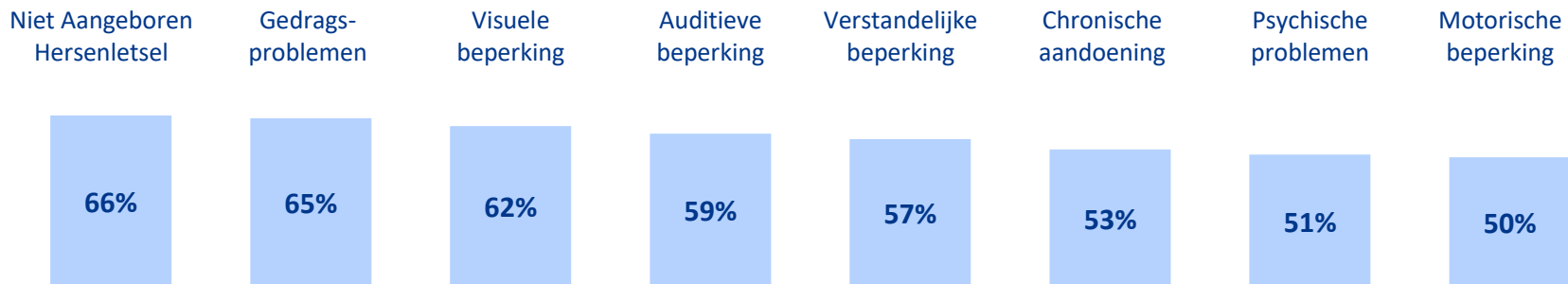
## 5. Inzichten per soort beperking



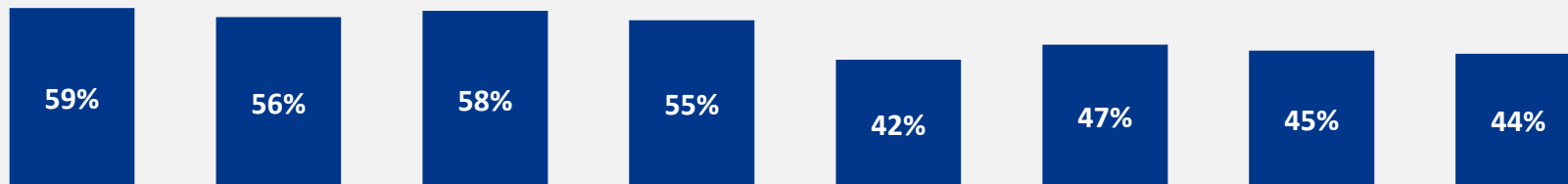
# Sportdeelname van mensen met een beperking – november 2022



## Maandelijkse sportdeelname naar soort beperking



## Wekelijkse sportdeelname naar soort beperking



## Sportfrequentie naar soort (per maand)

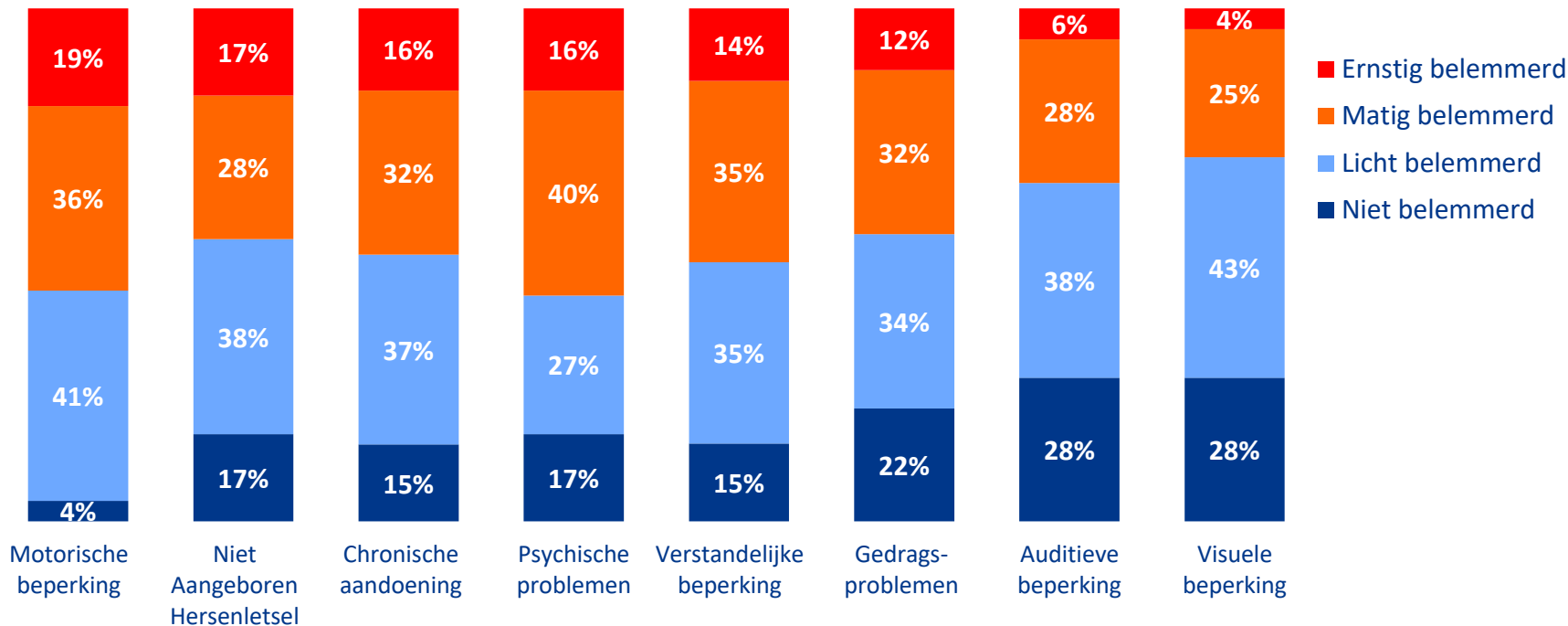
6,4      5,6      7,1      7,7      4,1      6,4      6,7      5,2

# Mate van belemmering die wordt ervaren – november 2022



Mate van belemmering die wordt ervaren in de activiteiten die men gewoonlijk doet - naar soort beperking

Fonds Gehandicapsport SDI Rapportage

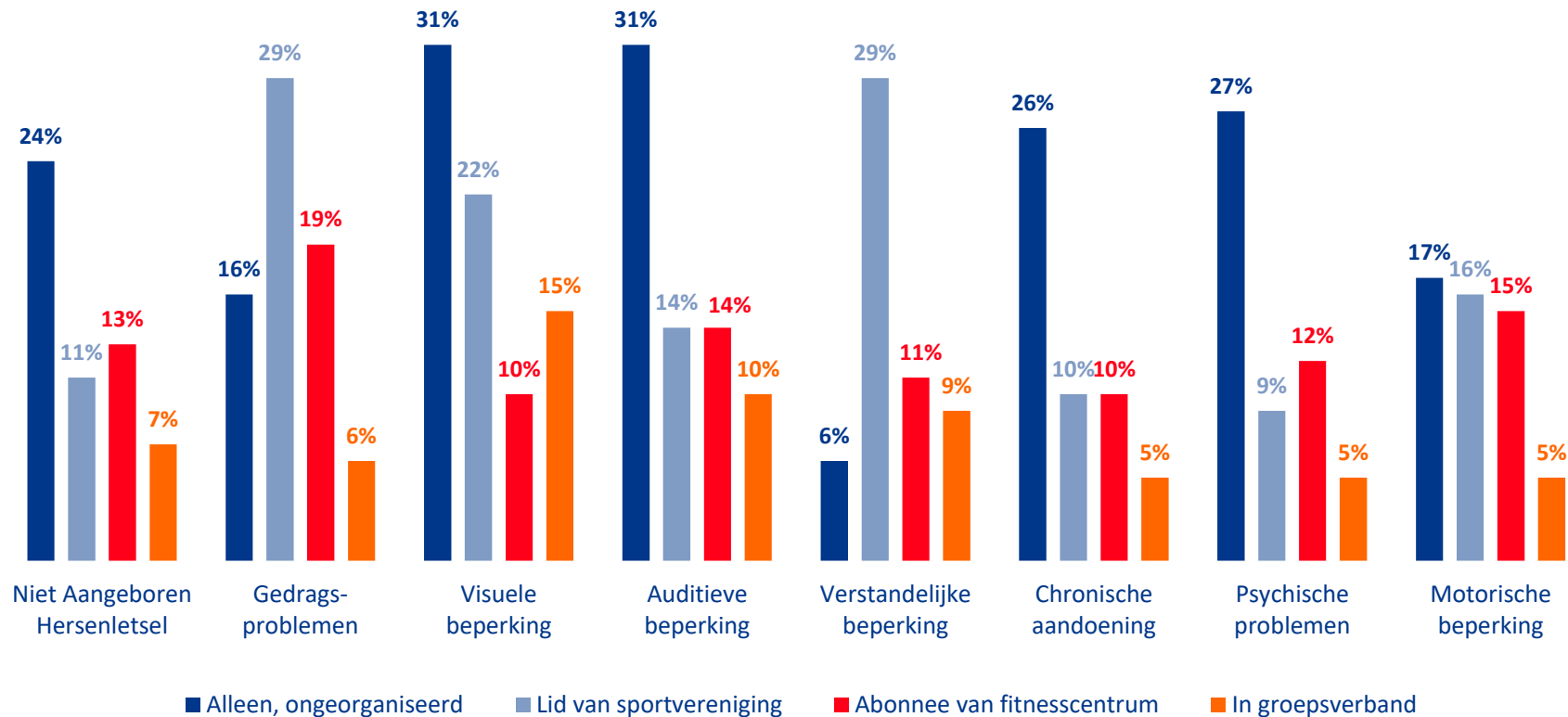


De data is gesorteerd op basis van het percentage 'ernstig belemmerd'

# Manieren van sporten - november 2022



## Manieren van sporten naar soort beperking

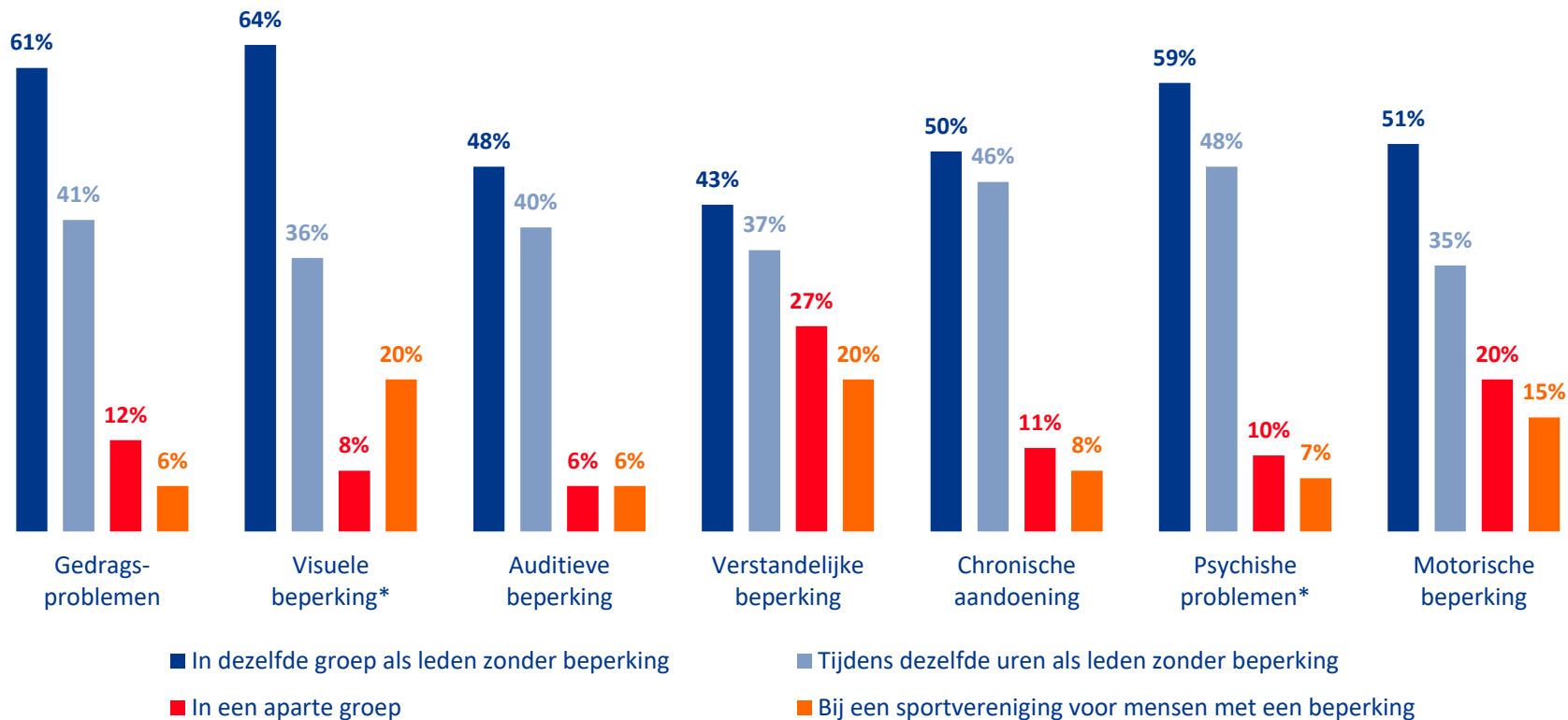


# Manieren van sporten bij een sportvereniging - november 2022



## Manieren van sporten bij een sportvereniging naar soort beperking

Fonds Gehandicapsport SDI Rapportage



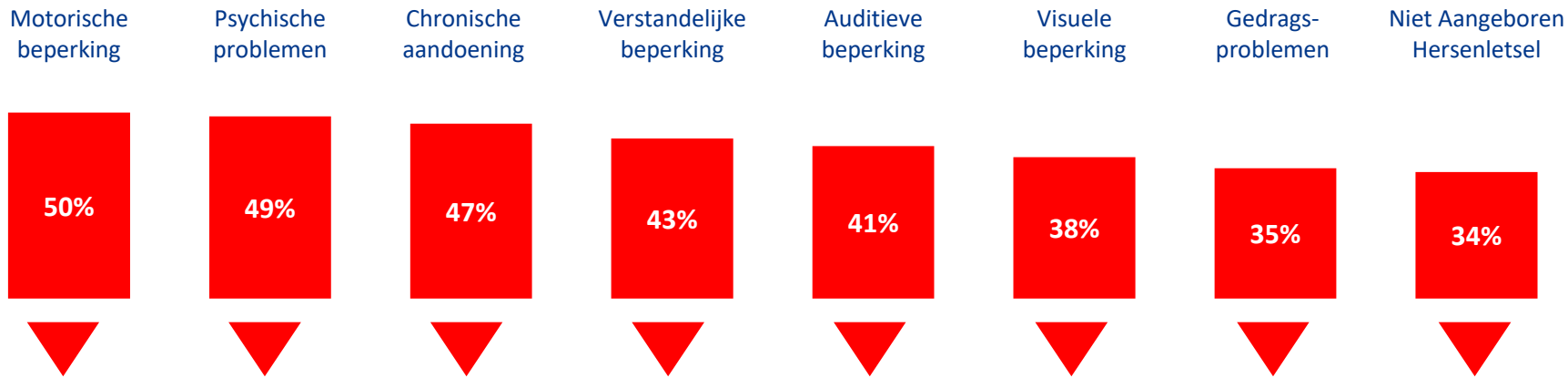
\* De resultaten van mensen met een visuele beperking en met psychische problemen zijn indicatief (n<30)

De resultaten van mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel worden niet getoond, vanwege het kleine aantal waarnemingen (n<20)

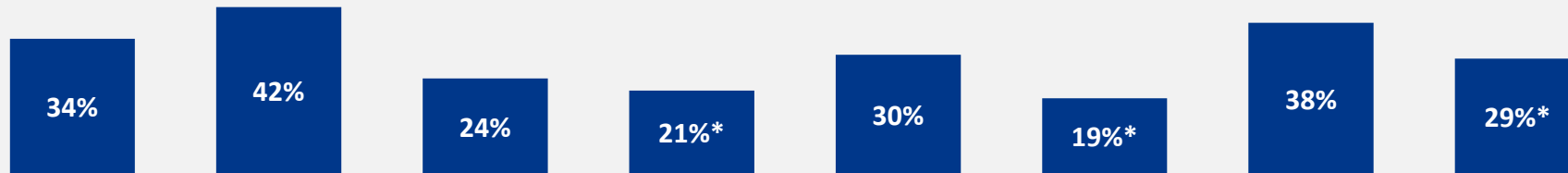
# Niet-sporters met een beperking – november 2022



## Niet-sporters naar soort beperking



## Aandeel van de niet-sporters dat wel wil gaan sporten



\* De resultaten van mensen met een verstandelijke beperking, visuele beperking en Niet Aangeboren Hersenletsel zijn indicatief, vanwege het kleine aantal waarnemingen (n<30)

A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a riverbank. They are wearing a grey hoodie and dark shorts, with their arms raised in a celebratory gesture. The background features a large arched bridge over a wide river, with a cloudy sky above. The scene is overlaid with a semi-transparent orange rectangular frame.

## 6. Bewegen met een beperking

# Inleiding – Fonds Gehandicaptensport Sportdeelname Index

Of personen al dan niet voldoende bewegen wordt gebaseerd op de volgende twee vragen:

1. In de afgelopen maand: Hoeveel **dagen** per week deed [u/uw kind] aan matig/zwaar intensieve beweging?
2. In de afgelopen maand: Hoeveel **minuten** per dag deed [u/uw kind] aan matig/zwaar intensieve beweging?

Vanaf november 2023 is er een nieuwe berekening van de beweegnorm. Om te bepalen of iemand voldoende beweegt, wordt het gemiddeld aantal dagen per week matig intensief sporten vermenigvuldigd met het gemiddeld aantal minuten matig intensief sporten en het gemiddeld aantal dagen per week zwaar intensief sporten vermenigvuldigd met het gemiddeld aantal minuten zwaar intensief sporten. Deze waarden worden vervolgens bij elkaar opgeteld.

**Volwassenen** (19-80 jaar) bewegen voldoende als ze **150 minuten** of meer per week matig óf intensief bewegen.

**Kinderen** 5-18 jaar bewegen voldoende als ze **420 minuten** of meer per week matig óf intensief bewegen.



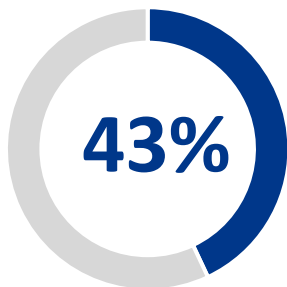
# Overzicht beweegnorm\* – november 2022



Beweegnorm van mensen met een beperking en de Nederlandse bevolking (5 - 80 jaar)

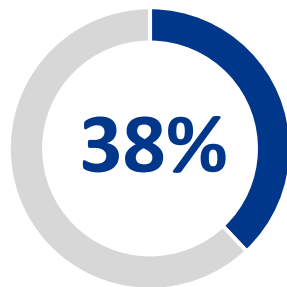
Mensen met een beperking -  
niet/licht belemmerd 

Beweegt voldoende



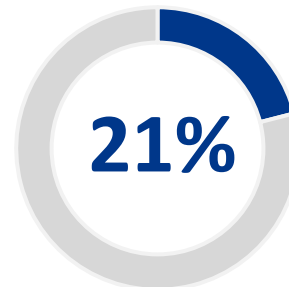
Mensen met een beperking -  
matig belemmerd 


Beweegt voldoende



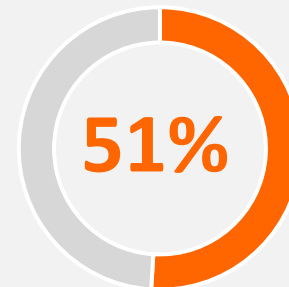
Mensen met een beperking -  
ernstig belemmerd 

Beweegt voldoende



Nederlandse bevolking 

Beweegt voldoende



\* Volgens nieuwe beweegnorm berekening

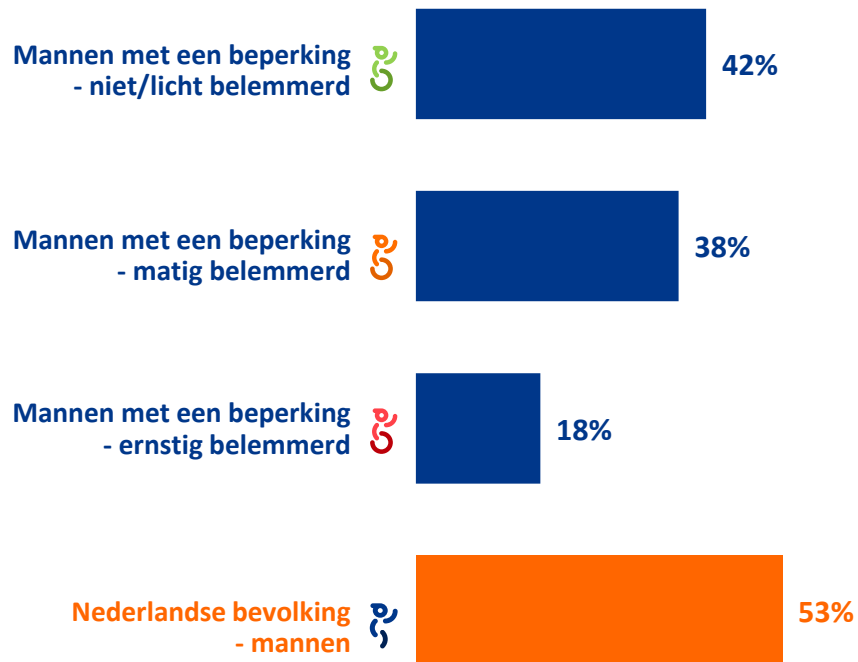


# Overzicht beweegnorm – november 2022

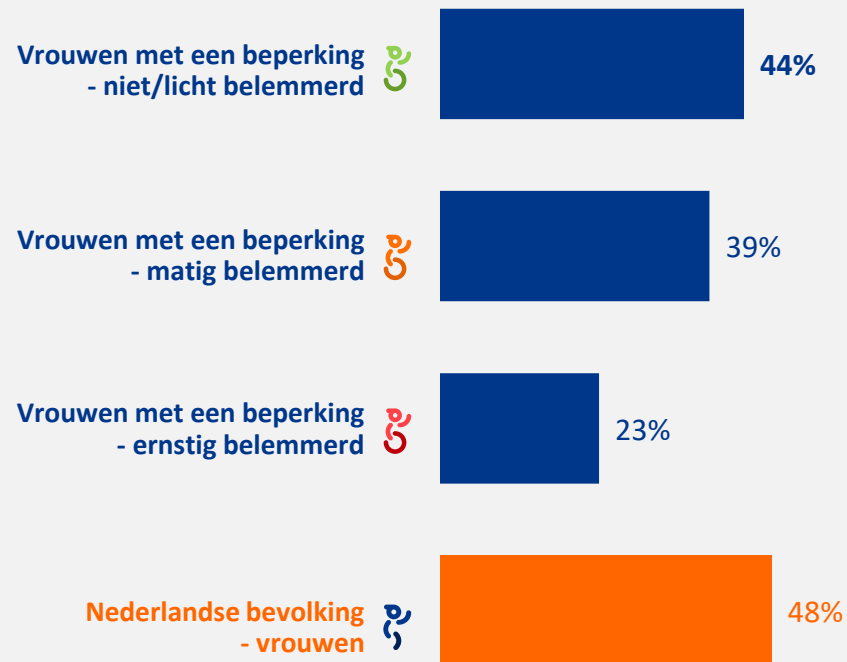


## Mannen en vrouwen met een beperking

### ♂ Beweegt voldoende - mannen



### ♀ Beweegt voldoende - vrouwen

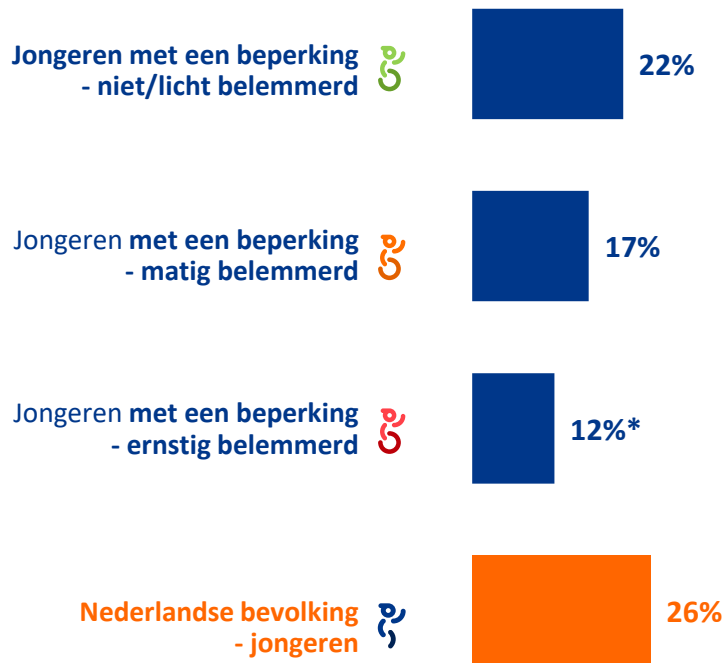


# Overzicht beweegnorm – november 2022

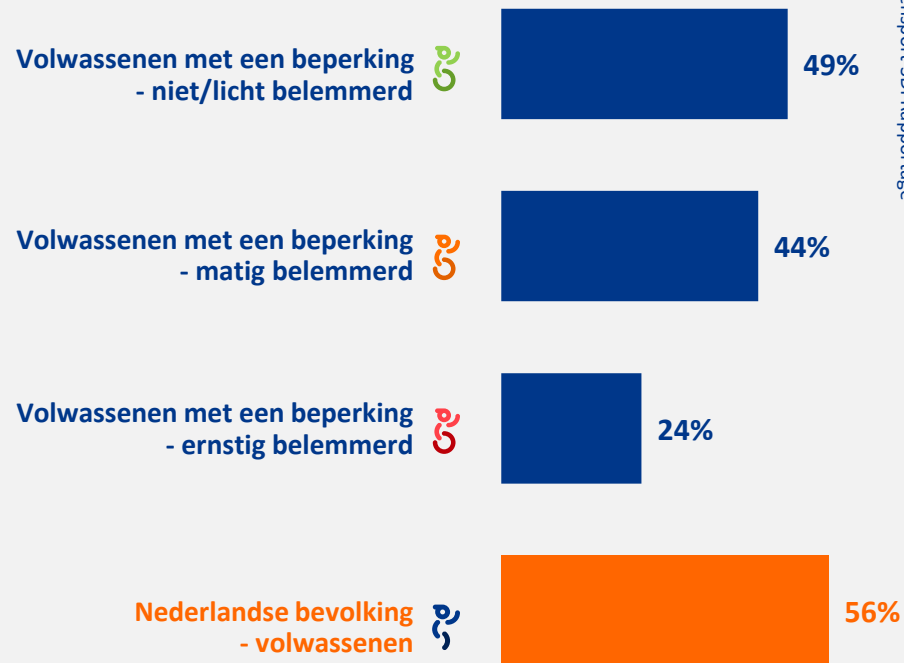


## Jongeren en volwassenen met een beperking

### Beweegt voldoende - 5-18 jaar



### Beweegt voldoende - 19-80 jaar

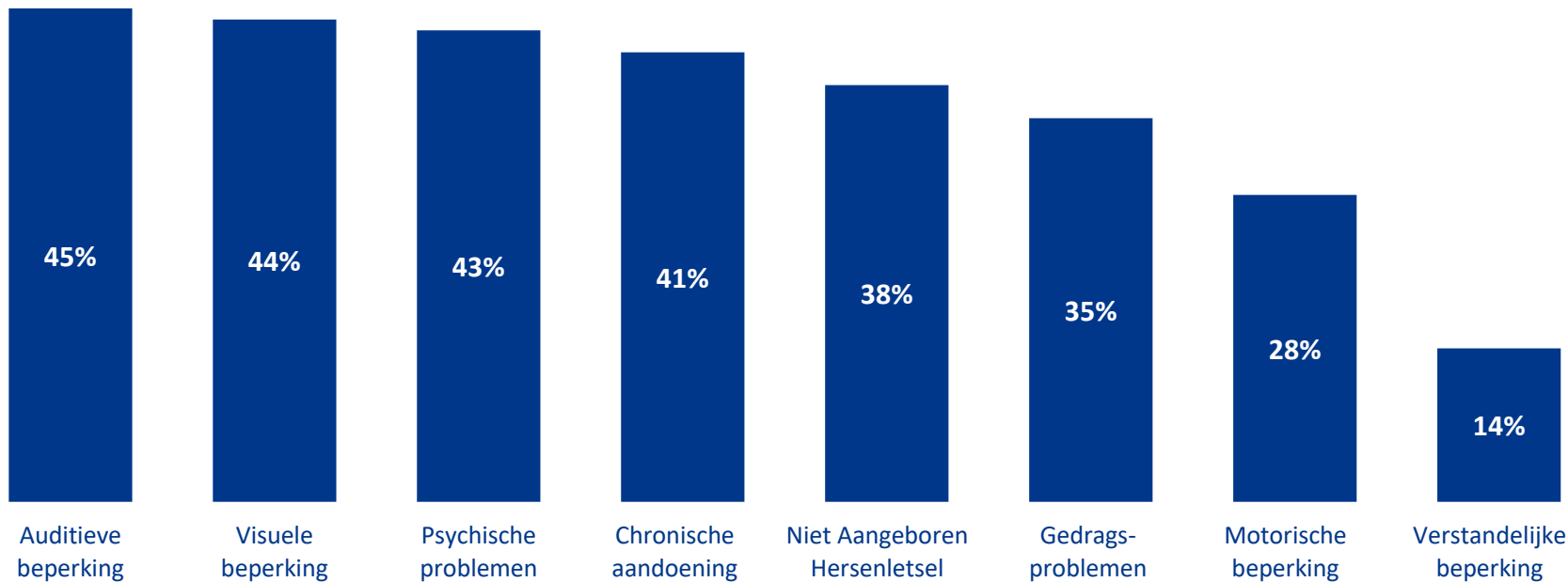


\* De resultaten zijn indicatief, vanwege het kleine aantal waarnemingen (n<30)

# Overzicht beweegnorm naar soort beperking – november 2022



Beweegnorm van mensen met een beperking (5 - 80 jaar)



A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a riverbank. They are wearing a grey hoodie and dark shorts, with their arms raised in a celebratory gesture. The background features a large arched bridge over a wide river, with trees and a cloudy sky in the distance. The scene is captured in a soft, natural light, possibly during the golden hour.

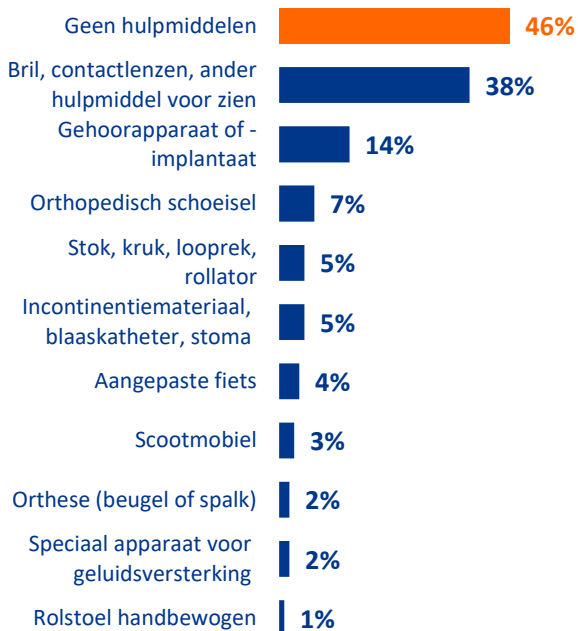
## 7. Hulpmiddelen, informatiebronnen en barrières

# Hulpmiddelen gebruikt in het dagelijkse leven – november 2022



## Top-10 gebruikte hulpmiddelen door mensen met een beperking

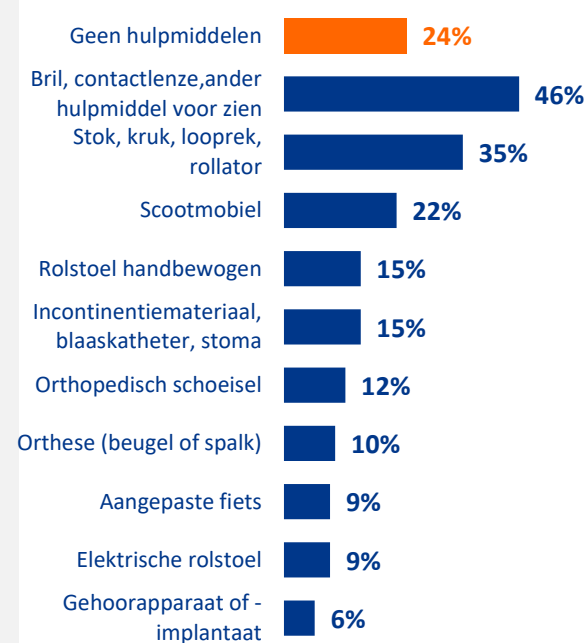
### Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd



### Mensen met een beperking - matig belemmerd



### Mensen met een beperking - ernstig belemmerd



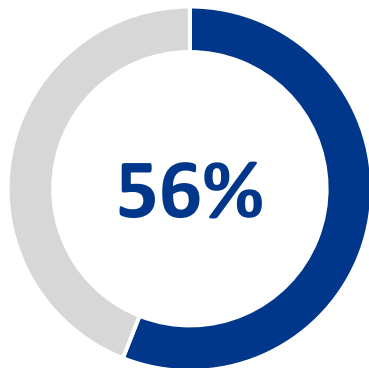
# Hulpmiddelen gebruikt in het dagelijkse leven – november 2022



## Gebruikte hulpmiddelen onder mensen met een beperking naar type sporter

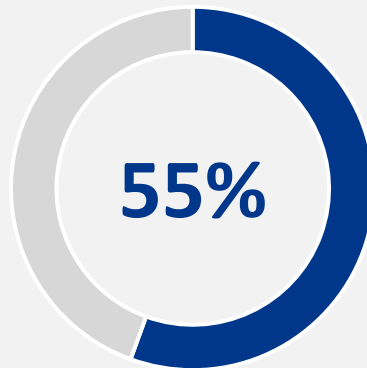
### Wekelijkse sporters

Gebruikt hulpmiddelen  
in het dagelijkse leven



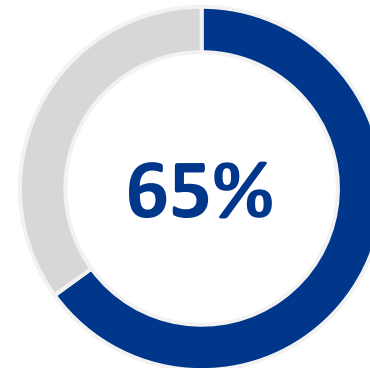
### Maandelijks sporters

Gebruikt hulpmiddelen  
in het dagelijkse leven



### Niet-sporters

Gebruikt hulpmiddelen  
in het dagelijkse leven



# Informatiebronnen gebruikt voor (nieuw) sportactiviteiten – november 2022



Stelt u zich eens voor dat u nadenkt om een (nieuwe) sport- of beweegactiviteit te starten, waar zou u gaan zoeken of bij wie zou u dit navragen?

## Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd



## Mensen met een beperking - matig belemmerd



## Mensen met een beperking - ernstig belemmerd



# Belangrijke dienstverlening bij helpen starten nieuwe activiteit – november 2022

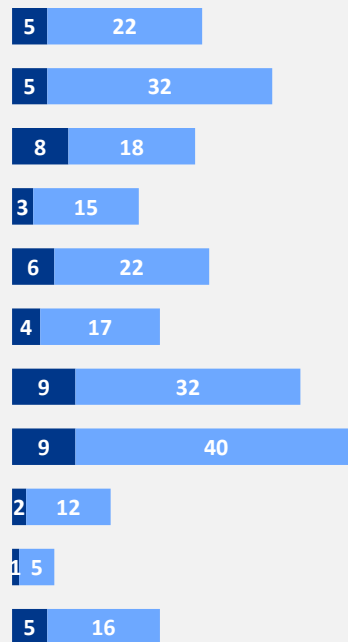


Welke dienstverlening zou u helpen bij het starten van een (nieuwe) sport- of beweegactiviteit? (%)

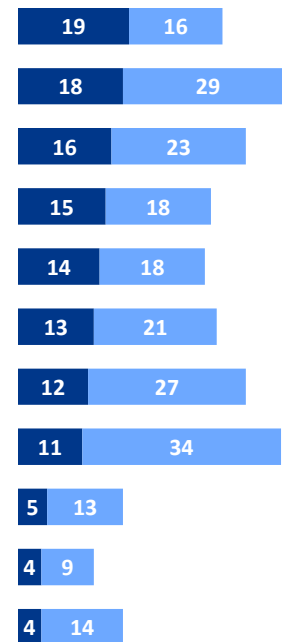
## Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd



## Mensen met een beperking - matig belemmerd



## Mensen met een beperking - ernstig belemmerd





# Remmende factoren voor mensen met een beperking – november 2022



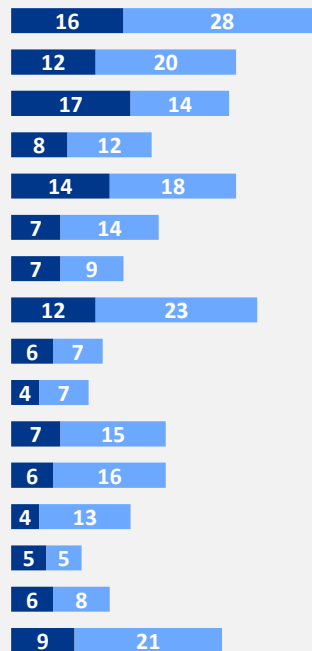
In welke mate remmen bepaalde factoren af om aan sportieve activiteiten mee te doen? (%)

Fonds Gehandicapsport - SDI Rapportage

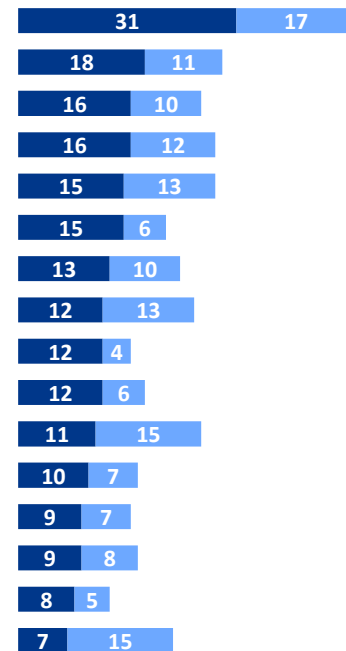
## Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd



## Mensen met een beperking - matig belemmerd



## Mensen met een beperking – ernstig belemmerd



Resultaten gesorteerd op basis van hoogste 'vaak' score voor groep 'mensen met een beperking – ernstig belemmerd'

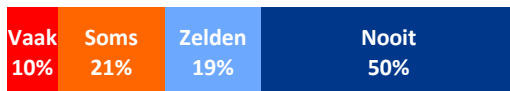
■ Vaak ■ Soms

# Financiële belemmering om favoriete sport te beoefenen – november 2022

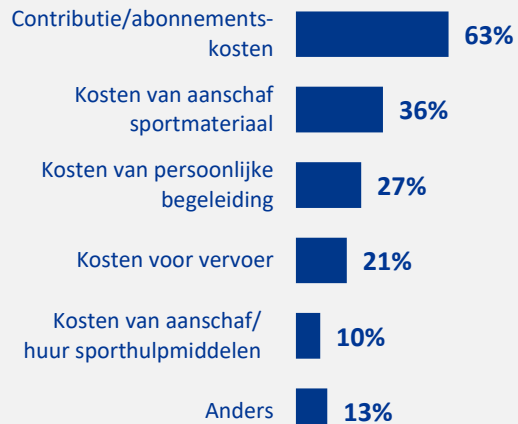
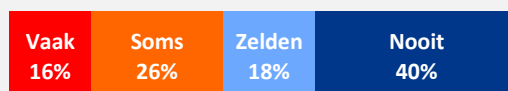


In welke mate beperkt geld om de sportieve activiteiten met de meeste voorkeur te beoefenen

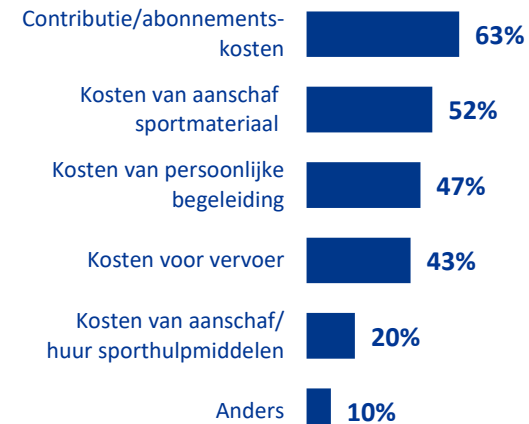
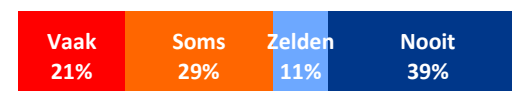
## Mensen met een beperking - niet/licht belemmerd



## Mensen met een beperking - matig belemmerd



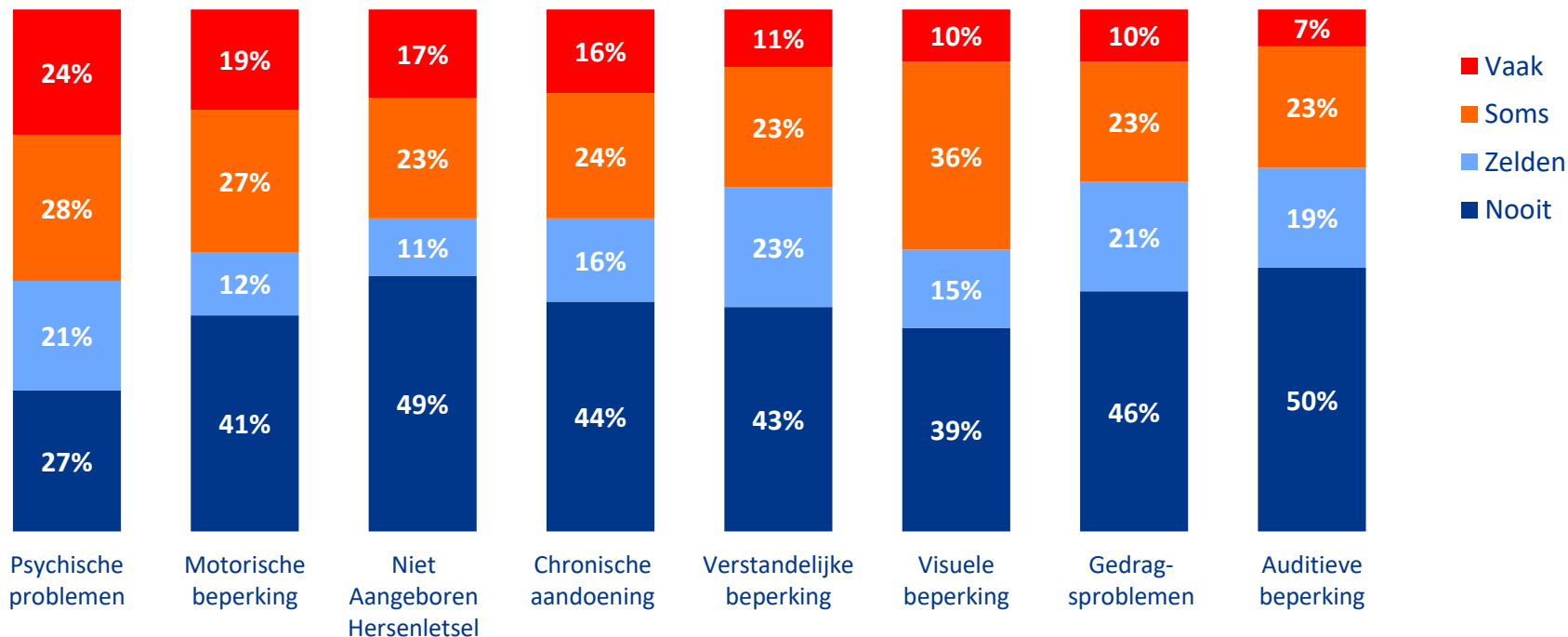
## Mensen met een beperking - ernstig belemmerd



# Financiële belemmering om favoriete sport te beoefenen – november 2022



In welke mate beperkt geld om de sportieve activiteiten met de meeste voorkeur te beoefenen - naar soort beperking



De data is gesorteerd op basis van het percentage 'vaak'

A person with a prosthetic left leg is seen from behind, standing on a riverbank. They are wearing a grey hoodie and dark shorts, with their arms raised in a celebratory gesture. The background features a large arched bridge over the water and a cloudy sky. The scene is overlaid with a semi-transparent orange rectangular frame.

## 8. Onderzoeks- verantwoording

# Onderzoeksverantwoording



## Samenwerking & doelgroep

Dit onderzoek is een samenwerking tussen NOC\*NSF, Fonds Gehandicaptensport en Kantar Public. Naast deze partijen is het Mulier Instituut betrokken bij de ontwikkeling van de vragenlijst. Het onderzoek is uitgevoerd onder mensen met een beperking van 5 t/m 80 jaar.



## Steekproefbron

De steekproefbron is getrokken uit het sample van Kantar: NIPObase consumentenpanel.



## Respons

Er hebben n= 1.096 respondenten met een beperking deelgenomen. De resultaten van de Nederlandse bevolking zijn gebaseerd op 3.049 respondenten.



## Online methode

Voor dit onderzoek is gebruikt gemaakt van een online vragenlijst (CAWI: computer assisted web interviewing). Respondenten ontvingen een e-mail met daarin informatie over het onderzoek en een link naar de online vragenlijst.



## Vragenlijst

De vragenlijst is opgesteld door NOC\*NSF en Fonds Gehandicaptensport in samenspraak met Kantar. Naast deze partijen is het Mulier Instituut betrokken bij de ontwikkeling van een deel van de vragen. De gemiddelde invulduur bedroeg 5 minuten.



## Veldwerkperiode

Het veldwerk heeft gelopen van 1 december t/m 16 december 2022.



## Vragen

Bij vragen na aanleiding van deze publicatie: neem contact op met: [info@fondsgehandicaptensport.nl](mailto:info@fondsgehandicaptensport.nl)

# meedoen = winnen



Prins Mauritslaan 11, 1171 LP Badhoevedorp | O2O 737 21 70

