Van sport naar bewegen: waar ligt de grens?

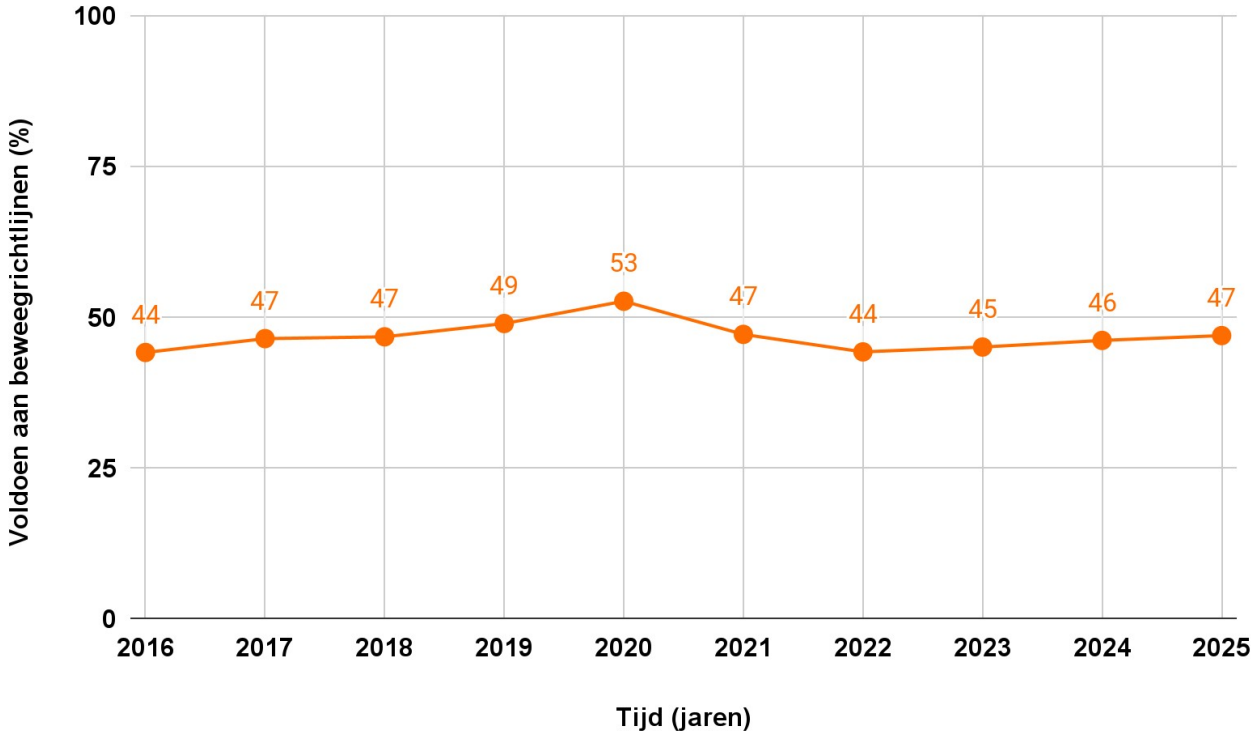
Michel Vierwind & Yannick de Korte

VSG congres, 23 September

Beweegt Nederland voldoende?

In **2025** voldeed **47%** van de Nederlanders van 4 jaar en ouder aan de Beweegrichtlijnen.

Over **meerdere jaren** is er een redelijk stabiel beeld.

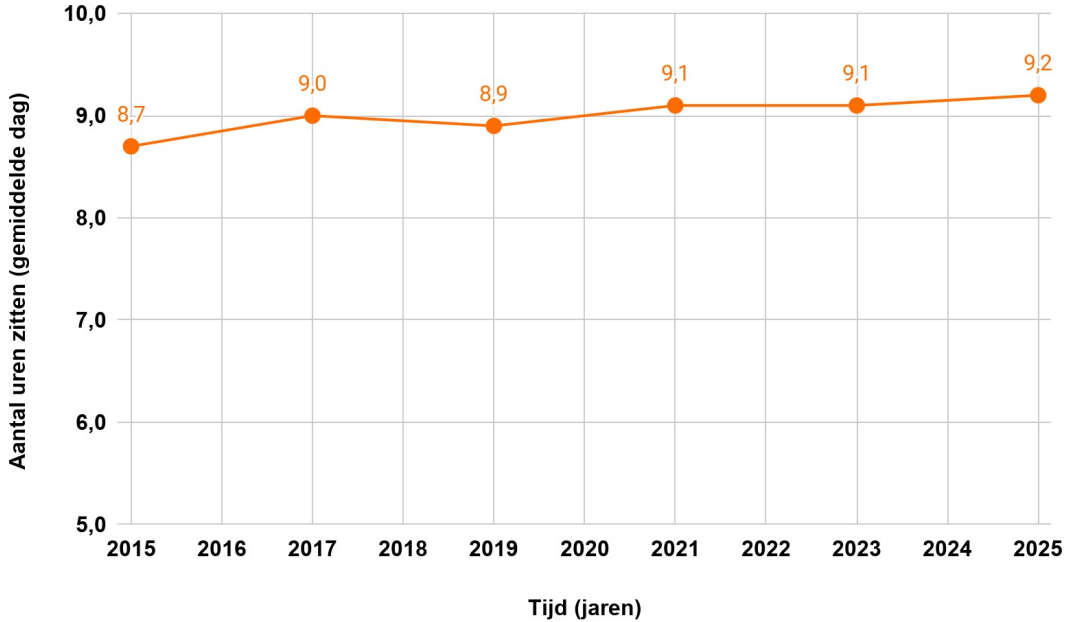


Bron: *Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS en het RIVM (2016-2025)*

Hoeveel zitten Nederlanders?

In **2025** brachten Nederlanders van 4 jaar en ouder dagelijks gemiddeld **9 uur en 12 minuten** zittend door.

Over **meerdere jaren** is er een lichte stijging zichtbaar.

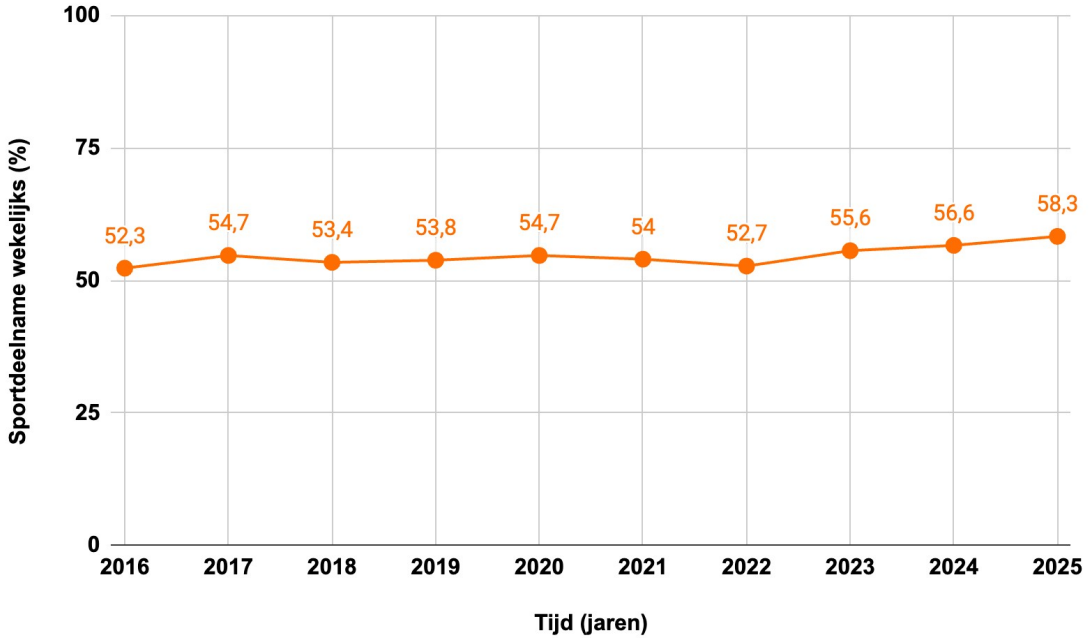


Bron: *Bewegen en Ongevallen/Leefstijlmonitor, RIVM en CBS (2015-2025)*

Hoeveel Nederlanders sporten wekelijks?

In **2025** deed **58%** van de Nederlanders van 4 jaar en ouder één keer per week of vaker aan sport.

Sinds 2023 een stijging



Bron: *Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS en het RIVM (2016-2025)*

Gemiddelden vertellen niet het hele verhaal..

Mogelijk (grote) verschillen tussen:

- Gemeenten, wijken en buurten
- Bevolkingsgroepen (leeftijd, gezondheid, SEP, etc.)

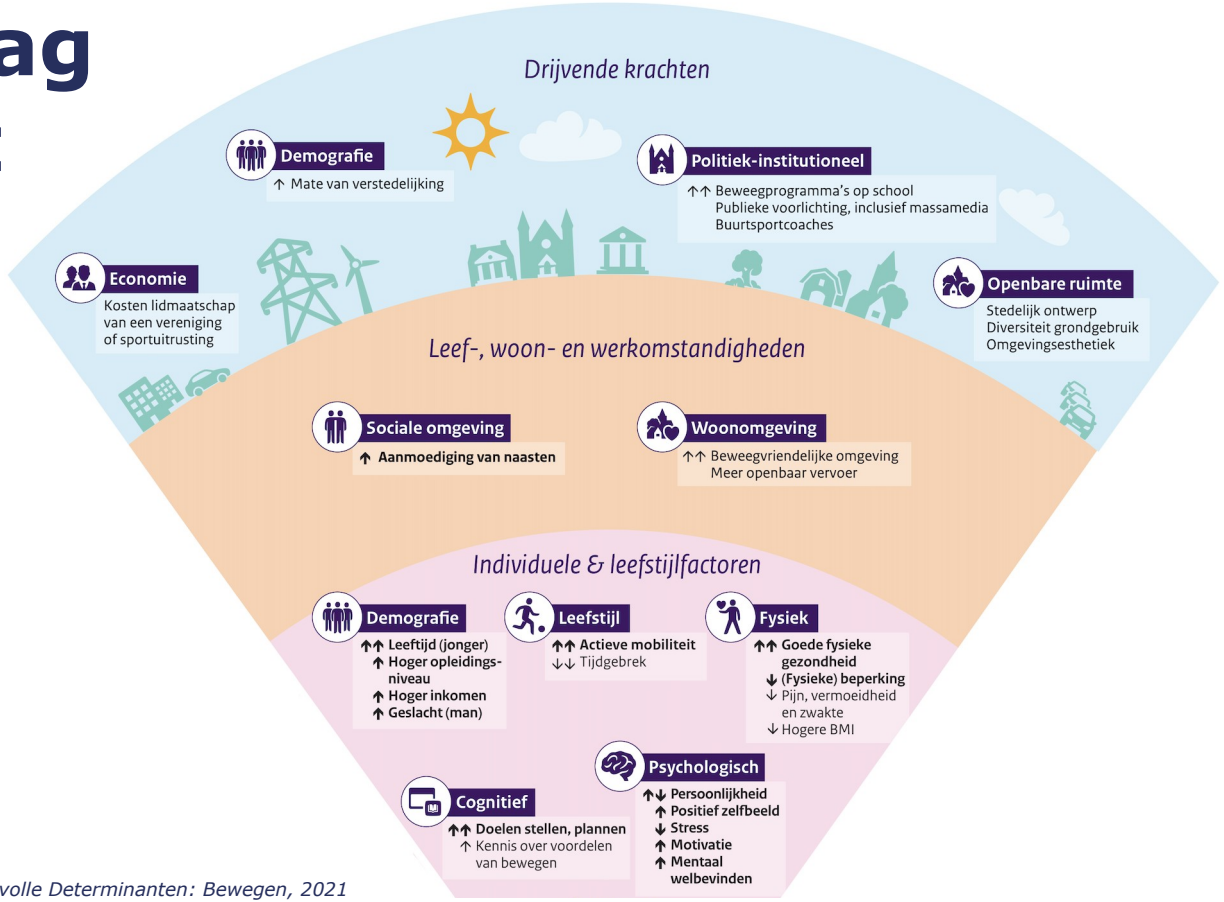
Gemiddelden vertellen niet het hele verhaal..

Mogelijk (grote) verschillen tussen:

- Gemeenten, wijken en buurten
- Bevolkingsgroepen (leeftijd, gezondheid, SEP, etc.)

Niet alleen de vraag **hoeveel** mensen bewegen is belangrijk.. ook de vraag **hoe**, **waar**, **wanneer** en **met wie** mensen bewegen is relevant.

Beweeggedrag ontstaat niet zomaar..



Bron: *RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu). Impactvolle Determinanten: Bewegen, 2021*

De behoefte rondom sport verandert

Hoe sporten Nederlanders het liefst?

Bron: *Hoe sporten mensen het liefst? Mulier Instituut, 2025 & Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS en RIVM*

De behoefte rondom sport verandert

Hoe sporten Nederlanders het liefst?

Veranderingen in behoeften

- Behoefte om te sporten in vereniging of vaste groep met begeleiding neemt af
- Groeiende voorkeur voor individuele sportdeelname, zonder regels en begeleiding
- Meer behoefte aan flexibiliteit (geen vaste tijden)

Bron: *Hoe sporten mensen het liefst? Mulier Instituut, 2025 & Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS en RIVM*

De behoefte rondom sport verandert

Hoe sporten Nederlanders het liefst?

Veranderingen in behoeften

- Behoefte om te sporten in vereniging of vaste groep met begeleiding neemt af
- Groeiende voorkeur voor individuele sportdeelname, zonder regels en begeleiding
- Meer behoefte aan flexibiliteit (geen vaste tijden)

Veranderingen in beoefende sporten

- Toename fitness, hardlopen, wandelen en fietsen
- Afname tennis.. --> Padel?

Bron: *Hoe sporten mensen het liefst? Mulier Instituut, 2025 & Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS en RIVM*

Als de behoefte rondom sport en bewegen verandert, wat betekent dat voor ons beleid?

Als de behoefte rondom sport en bewegen verandert, wat betekent dat voor ons beleid?

Waar ligt de grens?

Interview Stefan Alberts Gemeente Alphen aan den Rijn

Vraag 1 – De grens in het beleid

In Alphen aan den Rijn schrijven jullie sinds 2018 geen klassieke sportnota meer. Hoe past dat bij jullie visie op de grens tussen sport, bewegen en vitaliteit?

Vraag 2 – De grens voor de vereniging

In het nieuwe accommodatiebeleid wilden jullie tarieven koppelen aan maatschappelijke inzet van verenigingen. In de praktijk bleek dat te ingewikkeld. Waar ligt volgens jullie de grens van wat je van verenigingen kunt vragen?

Vraag 3 – Grenzeloos samenwerken

Om mensen structureel in beweging te krijgen, moeten sport, zorg en welzijn samenwerken. Jullie werken daarbij met ‘gedwongen samenwerking’. Hoe helpt dat om die grenzen te doorbreken?

Vraag 4 – Regie op bewegen

Jullie namen afscheid van een commerciële partner en richtten zelf een stichting op voor de buurtsportcoaches.
Waarom was meer eigen regie nodig om jullie visie op bewegen te realiseren?

Vraag 5 – De grens in accommodaties

Jullie bewegen van ‘Meer dan een bak water’ naar ‘Van water naar Vitaliteit’ en brengen zwembaden en de beweegstichting samen in een Vitaliteit BV.
Hoe verandert daarmee de grens tussen sportaccommodatie, zorg en buurthuis?

Na aanleiding van het interview en voorbeeld vanuit gemeente Alphen aan den IJssel, hebben we 2 stellingen waar we jullie in mee gaan nemen.

Stelling 1.
Onze gemeente is volop in beweging: we kijken inmiddels breder dan alleen naar sport

A = We voeren vooral traditioneel sportbeleid

B = We zijn aan het verbreden / in transitie

C = We voeren al breed beweeg- of vitaliteitsbeleid

Stelling 2.
Wij weten voldoende welke behoeften inwoners hebben rondom sport en bewegen

A = Ja, daar hebben we goed zicht op

B = We hebben enig zicht, maar het is ingewikkeld

C = Nee, daar hebben we onvoldoende zicht op

Continueren en kansen

Ga met je buurman of buurvrouw kort in gesprek over de volgende vragen:

1) Wat blijft er overeind binnen het huidige sportbeleid?

2) Waar liggen kansen op het beweegbeleid?

Van sport naar bewegen: waar ligt de grens?

Een veranderende beweegbehoefte vraagt om een bredere blik op sportbeleid. Verbreden betekent niet vervangen.

- Sport blijft van grote waarde
- Het is geen 'of-of' verhaal
- Behoeften staat centraal, het label is minder relevant

Bedankt voor jullie aandacht!

Kenniscentrum Sport & Bewegen
Euclideslaan 255 | 3584 BV Utrecht | 030 – 3041100
info@kenniscentrumsportenbewegen.nl