

Bronnen & Voetnoten

Uniek Sporten Brabant monitoring 2024

Toelichting op het aantal mensen met een beperking totaal, zowel landelijk, provinciaal als regionaal:

- De aantallen op deze factsheet zijn een realistische indicatie van de omvang van de doelgroep, gebaseerd op betrouwbare percentages uit RIVM-data (2020, 2022) toegepast op CBS-bevolkingsgegevens (2020, 2024). Deze zijn afgerond om schijnprecisie te voorkomen.
- Aangezien specifieke regionale cijfers ontbreken, zijn de getoonde aantallen voor het aantal mensen met een verstandelijke beperking een benadering. Deze zijn berekend door het landelijke percentage van 2,5% te extrapoleren naar Brabant en vervolgens te verdelen over de regio's op basis van inwonersaantallen. Deze cijfers zijn uitsluitend bedoeld voor globale oriëntatie.
- De cijfer op de factsheet zijn afkomstig uit verschillende jaren (bijv. 2020–2022), maar zijn consequent toegepast op de meest recente bevolkingscijfers van 2024. De bevolkingsgroei tussen deze jaren is beperkt, waardoor dit geen wezenlijke invloed heeft op de uitkomsten. Deze benadering is gebruikelijk bij beleidsmatige doorrekeningen.
- De aantallen op deze factsheet zijn uitgesplitst naar type beperking (psychisch, lichamelijk, langdurige aandoening en verstandelijk). Deze categorieën zijn niet onderling exclusief: een persoon kan in meerdere groepen tegelijk vallen. Hierdoor kunnen de aantallen niet bij elkaar worden opgeteld om een totaal te berekenen. De gegevens zijn bedoeld om afzonderlijke groepen in beeld te brengen, niet als totaalsom.

Het aantal mensen met een lichamelijke beperking:

Bron: **Volksgezondheid en Zorg. (z.d.).** *Buurtatlas: Lichamelijke beperkingen*. Geraadpleegd op 24 juni 2025, van https://buurtatlas.vzinfo.nl/#lichamelijke_beperkingen

Toelichting: **De kaart toont cijfers over beperkingen in horen, zien of mobiliteit.** De indicator is gebaseerd op zeven vragen over dagelijkse activiteiten, met hulpmiddelen zoals een bril of hoorapparaat indien nodig. Iemand heeft een beperking als hij of zij op minimaal één vraag antwoordt met 'kan niet' of 'met grote moeite'. De vragen gaan over:

1. een gesprek te volgen met één andere persoon (zo nodig met hoorapparaat).
2. een gesprek te volgen in een groep van 3 of meer personen (zo nodig met hoorapparaat).
3. de kleine letters in de krant te lezen (zo nodig met bril of contactlenzen).
4. op een afstand van 4 meter het gezicht van iemand te herkennen (zo nodig met bril of contactlenzen).
5. een voorwerp van 5 kg, bijvoorbeeld een volle boodschappentas, 10 meter te dragen
6. bukken en iets van de grond te pakken
7. 400 meter aan één stuk te lopen zonder stil te staan (zo nodig met stok)

Achtergrond: De cijfers zijn gebaseerd op de Gezondheidsmonitors van GGD'en, CBS en RIVM uit 2012, 2016, 2020 en 2022. In 2022 deden zo'n 365.000 mensen mee. Omdat per buurt vaak te

weinig respondenten zijn, schat het RIVM de cijfers met een model. Hoe meer deelnemers, hoe betrouwbaarder de cijfers.

Het aantal mensen met een langdurige aandoening:

Bron: Zwakhals, L. (persoonlijke communicatie, 15 mei 2025) gaf toelichting op de vraagstelling rond langdurige aandoeningen in de RIVM Buurtatlas.

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. (z.d.). *Buurtatlas: Langdurige aandoeningen.* Geraadpleegd op 24 juni 2025, van https://buurtatlas.vzinfo.nl/#langdurige_aandoeningen

Toelichting: In de kaart is het percentage personen weergegeven dat 'ja' heeft geantwoord op de vraag: "Heeft u één of meer langdurige ziekten of aandoeningen? Langdurig is (naar verwachting) 6 maanden of langer".

Het aantal mensen met een psychische aandoening:

Bron: **Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. (z.d.).** *Buurtatlas: Psychische klachten.* Geraadpleegd op 24 juni 2025, van https://buurtatlas.vzinfo.nl/#psychische_klachten

Toelichting: **De kaart toont het aandeel volwassenen (18+) met psychische klachten, gemeten met de MHI-5.** Deze vragenlijst bestaat uit vijf vragen over hoe men zich de afgelopen vier weken voelde:

1. Voelde je je erg zenuwachtig?
2. Voelde je je kalm en rustig?
3. Voelde je je neerslachtig en somber?
4. Voelde je je gelukkig?
5. Zat je zo erg in de put dat niets je kon opvrolijken?

Elke vraag heeft zes antwoordopties, van *voortdurend* tot *nooit*. De scores worden omgerekend naar een schaal van 0 (zeer ongezond) tot 100 (perfect gezond). Personen met een score van **60 of lager** worden als psychisch ongezond beschouwd.

Let op: het CBS hanteert een iets ander afkappunt (minder dan 60), wat kleine verschillen kan geven bij vergelijking van cijfers.

Bronvermeldingen uit de factsheet

1. Niet bewegers 2023 - 4 jaar en ouder.

Bron niet-bewegers: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Niet bewegen - Kernindicatoren. Sporten en Bewegen in Cijfers. *Geraadpleegd op 24 juni 2025*
<https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/niet-bewegen>

Toelichting: Volwassenen zijn niet-bewegers wanneer zij minder dan 30 minuten per week minimaal licht-intensief bewegen ($MET \geq 1,6$).

2. Weinig bewegers 2023 - 4 jaar en ouder

Bron weinig bewegers: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Weinig bewegen - Kernindicatoren. Sporten en Bewegen in Cijfers. *Geraadpleegd op 24 juni 2025*
<https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/niet-bewegen>

Toelichting: Volwassenen zijn weinig-bewegers wanneer zij meer bewegen dan de niet-bewegers, maar niet voldoen aan de Beweegrichtlijnen.

3. Beweegrichtlijnen 2020 – 12 jaar en ouder

Bron beweegrichtlijnen: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.

Beweegrichtlijnen - Kernindicatoren. Sporten en Bewegen in Cijfers. *Geraadpleegd op 24 juni 2025*

<https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/beweegrichtlijnen>

Toelichting: Voldoen aan de Beweegrichtlijnen is één van de kernindicatoren voor het landelijk monitoren van sport en bewegen. Bewegen Nederlanders voldoende om gezond te zijn?

De beweegrichtlijnen voor volwassenen en ouderen: Matig of zwaar intensieve inspanning minimaal 150 minuten per week, verspreid over diverse dagen. Spier- en botversterkende activiteiten (voor ouderen inclusief balansoefeningen): minimaal 2x per week. En voorkom veel zitten.

De beweegrichtlijnen voor kinderen: Matig of zwaar intensieve inspanning minimaal 1 uur per dag. Spier- en botversterkende activiteiten minimaal 3x per week. En voorkom veel zitten.

4. Wekelijkse sporters 2020 – 12 jaar en ouder

Bron wekelijkse sporters: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.

Sportdeelname wekelijks - Kernindicatoren. Sporten en Bewegen in Cijfers.

Geraadpleegd op 24 juni 2025

<https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/sportdeelname-wekelijks>

Toelichting: Sportdeelname wekelijks is één van de kernindicatoren voor het landelijk monitoren van sport en bewegen. Hoeveel mensen sporten er in Nederland?

5. Kan ik op de factsheet niet vinden?

6. Bron beweegrichtlijnen GGD regio West-Brabant: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. *Kaarten: Beweegrichtlijnen. Geraadpleegd op 24 juni 2025, van*

<https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kaarten/beweegrichtlijnen>

7. Bron wekelijkse sporters GGD regio West-Brabant: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. *Kaarten: Wekelijkse sporters. Geraadpleegd op 24 juni 2025, van*

<https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kaarten/wekelijksesporters>

8. Bron beweegrichtlijnen GGD regio Hart voor Brabant: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. *Kaarten: Beweegrichtlijnen. Geraadpleegd op 24 juni 2025, van* <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kaarten/beweegrichtlijnen>

9. Bron wekelijkse sporters GGD regio Hart voor Brabant: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. *Kaarten: Wekelijkse sporters*. Geraadpleegd op 24 juni 2025, van <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kaarten/wekelijksesporters>
10. Bron beweegrichtlijnen GGD regio Brabant-Zuidoost: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. *Kaarten: Beweegrichtlijnen*. Geraadpleegd op 24 juni 2025, van <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kaarten/beweegrichtlijnen>
11. Bron wekelijkse sporters GGD regio Brabant-Zuidoost: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. *Kaarten: Wekelijkse sporters*. Geraadpleegd op 24 juni 2025, van <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kaarten/wekelijksesporters>
12. Hulpmiddelen? Daar staat 0
Bron: Werker, W. (persoonlijke communicatie, 8 mei 2025) gaf toelichting op de cijfers rondom Uniek Sporten Hulpmiddelen.
Toelichting: Uniek Sporten Hulpmiddelen bestaat zowel uit het Uitleen programma van Sporthulpmiddelen. Als uit het Aanschafprogramma van Sporthulpmiddelen. Uniek Sporten Hulpmiddelen wordt uitgevoerd door Fonds Gehandicaptensport.
In Brabant wordt het uitleenprogramma gefinancierd door de Provincie Noord-Brabant.