



Monitor gezondheid, bewegen en sport in Oosterhout



Buurt- en dorpsenquête 2021: Monitor gezondheid, bewegen en sport in Oosterhout

Oosterhout (januari 2022) – Ruim drie kwart van de Oosterhouters van 18 jaar en ouder beoordeelt de eigen gezondheid als goed tot zeer goed. Senioren geven vaker aan dat hun gezondheid minder goed is: bijna 7 procent van de 65-plussers vindt de eigen gezondheid slecht, terwijl dit bij de inwoners tot 54 jaar minder dan 6 procent is. Vooral chronische aandoeningen zorgen voor gezondheidsproblemen.

Ruim twee derde van de volwassen Oosterhouters (68%) vindt dat hij of zij er een gezonde manier van leven op na houdt. Toch heeft iets meer als de helft van de 18-plussers overgewicht en zo'n 17 procent zelfs ernstig overgewicht. Zorgelijk is ook dat het aantal personen met ernstig overgewicht opnieuw is toegenomen.

Naast overgewicht zijn het roken van tabak en overmatig alcoholgebruik zaken die de kans op hart- en vaatziekten aanzienlijk vergroten. Van de volwassen Oosterhouters rookt bijna 12 procent tabak en drinkt 70 procent alcoholische dranken. Van alle volwassenen mag zo'n 2 procent worden gerekend tot de zware kettingrokers en 3 procent tot de zware drinkers.

Bijna drie kwart van de volwassen Oosterhouters (74%) vindt van zichzelf dat hij of zij voldoende beweegt. Toch voldoet maar 40 procent van de inwoners aan de landelijke beweegrichtlijn. Bijna 47 procent van de inwoners doet naar eigen zeggen actief aan sport, maar slechts 18 procent voldoet aan de sportnorm.

Het sportaanbod in de gemeente wordt goed gewaardeerd en scoort een 7,6 als gemiddeld rapportcijfer. Het meest tevreden zijn de inwoners over de diversiteit en de kwaliteit van het sportaanbod. Van de gemeentelijke sportvoorzieningen scoort het Recreatieoord De Warande het hoogst met een 7,7 als rapportcijfer.

De “Monitor gezondheid, bewegen en sport in Oosterhout” (GBS) maakt onderdeel uit van de Oosterhoutse Buurt- en dorpsenquête die in oktober 2021 is uitgezet onder bijna 9.900 inwoners van 18 jaar en ouder. Bijna 30 procent heeft meegedaan aan dit grootschalig onderzoek.

Een uitgave van de gemeente Oosterhout

rapporteur: team Informatie, Innovatie en Beheer (IIB)
gereed: 12-01-2022
oplage: digitale pdf-versie
vindplaats: www.oosterhout.nl/over-de-gemeente/feiten-en-cijfers/onderzoek/buurtenquete

1 Inleiding

De Oosterhoutse **Buurt- en dorpsenquête** is een vorm van burgeronderzoek waarbij, via een uitgebreide vragenlijst, meerdere thema's tegelijkertijd aan een representatief deel van de inwoners worden voorgelegd. Dit onderzoek geeft inzicht in de mate van tevredenheid van de inwoners (burgers) over diverse aspecten van het woon- en leefklimaat in de gemeente Oosterhout, en in de wijken, dorpen en buurten in het bijzonder. De Buurtenquête wordt om de twee jaar uitgevoerd.

Een vast onderdeel in de enquête is de module "Gezondheid, bewegen en sport". Hiermee wordt gemeten hoe de inwoners hun eigen gezondheid beoordelen en of ze daadwerkelijk gezond leven, voldoende bewegen of sporten. De resultaten van dit deelonderzoek zijn verwerkt in de voorliggende **Monitor gezondheid, bewegen en sport in Oosterhout** (GBS), waarin ook uitkomsten per woonbuurt en kerkdorp worden gepresenteerd.

Ten behoeve van deze grootschalige enquête is uit het bevolkingsbestand een steekproef getrokken van 9.870 inwoners van 18 jaar en ouder. Deze personen zijn volstrekt willekeurig geselecteerd (a-select), maar daarbij is wel rekening gehouden met een evenwichtige verdeling over de Oosterhoutse woonbuurten en kerkdorpen. Het onderzoek is in oktober 2021 uitgezet. In totaal hebben 2.910 inwoners aan dit onderzoek meegedaan, een respons van bijna 30 procent.

Aangezien er in deze rapportage ook uitspraken worden gedaan per buurt, is het belangrijk dat de resultaten ook per woongebied representatief zijn. De minimale respons van 15 á 20 procent is in alle woonbuurten gehaald. Om de betrouwbaarheid verder te vergroten zijn de onderzoeksresultaten bovendien nog gewogen naar leeftijd en woonbuurt. Hiermee is gegarandeerd dat de onderzoeksresultaten representatief zijn voor de Oosterhoutse bevolking van 18 jaar en ouder in alle Oosterhoutse woongebieden.

Inhoudsopgave

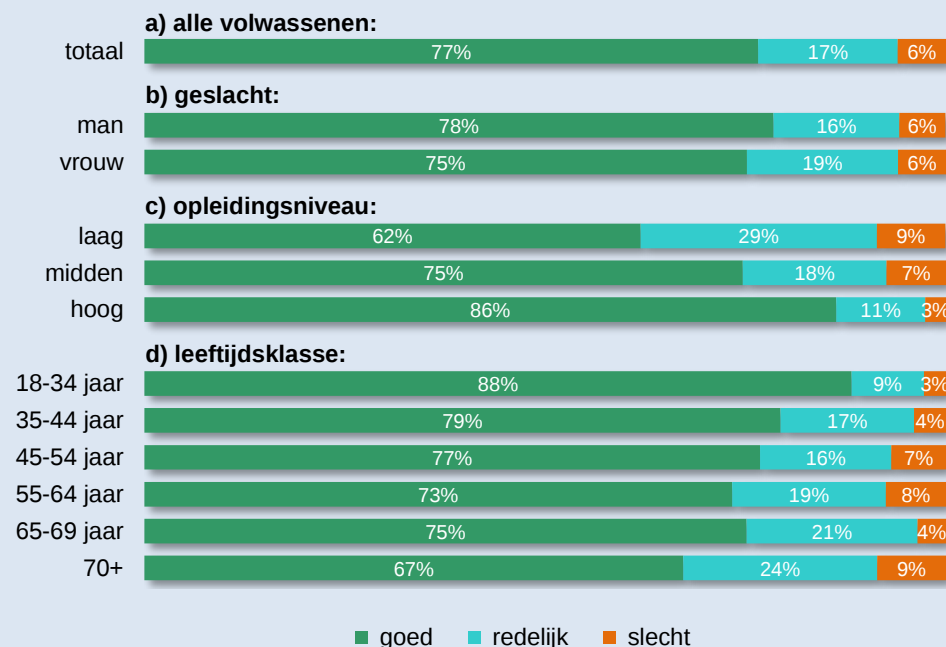
1	Inleiding	3
2	Beoordelen eigen gezondheid	4
3	Gezond leven	6
4	Voldoende bewegen en sporten	10
5	Sporten in Oosterhout	12
6	Overzichtskaart wijk- en buurtindeling Oosterhout	14

2 Beoordelen eigen gezondheid

Ruim drie kwart van de volwassen Oosterhouters (18 jaar en ouder) beoordeelt de eigen gezondheid als goed tot zeer goed. Ruim 17 procent geeft aan dat de gezondheid redelijk is en zo'n 6 procent vindt deze niet zo goed. Landelijk beoordeelt 79 procent de eigen gezondheid goed tot zeer goed.

Senioren geven vaker aan dat hun gezondheid niet goed is. Zo vindt bijna 9 procent van de 70-plussers de eigen gezondheid slecht, terwijl dit bij inwoners tot 64 jarigen minder dan 6 procent is. Doordat het aantal ouderen in de gemeente toeneemt door de vergrijzing, stijgt het aantal inwoners met een slechte(re) gezondheid.

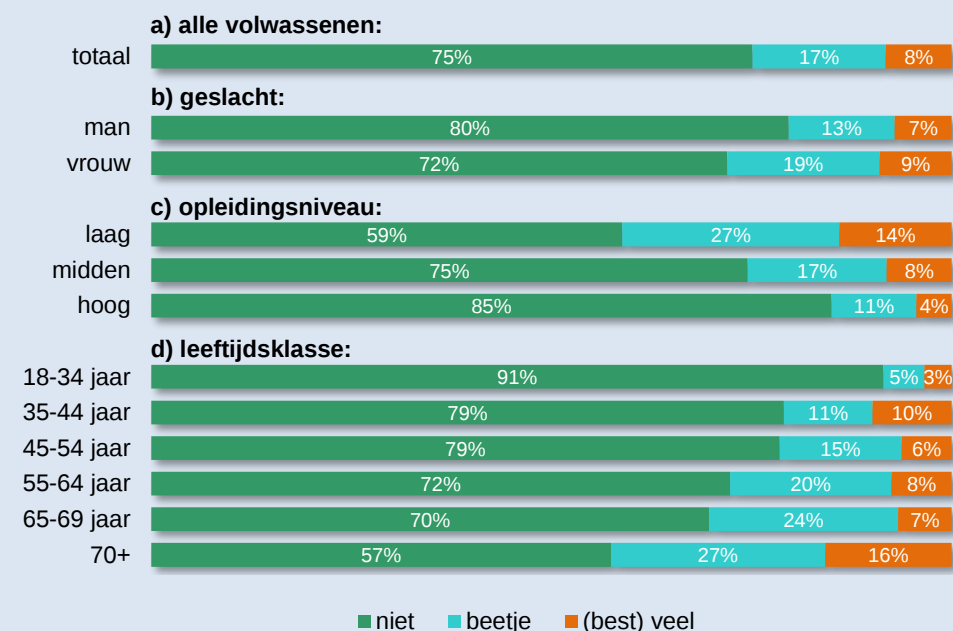
GBS 2021: Hoe is over het algemeen uw gezondheid?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

Drie kwart van de Oosterhouters (75%) wordt naar eigen zeggen bij zijn of haar dagelijkse bezigheden (zoals het verplaatsen van een stoel, stofzuigen, traplopen of fietsen) niet beperkt door de eigen gezondheid, maar bijna één op de tien (8%) geeft aan daar best veel door te worden beperkt.

2021: Wordt u door uw gezondheid beperkt in uw dagelijkse bezigheden?

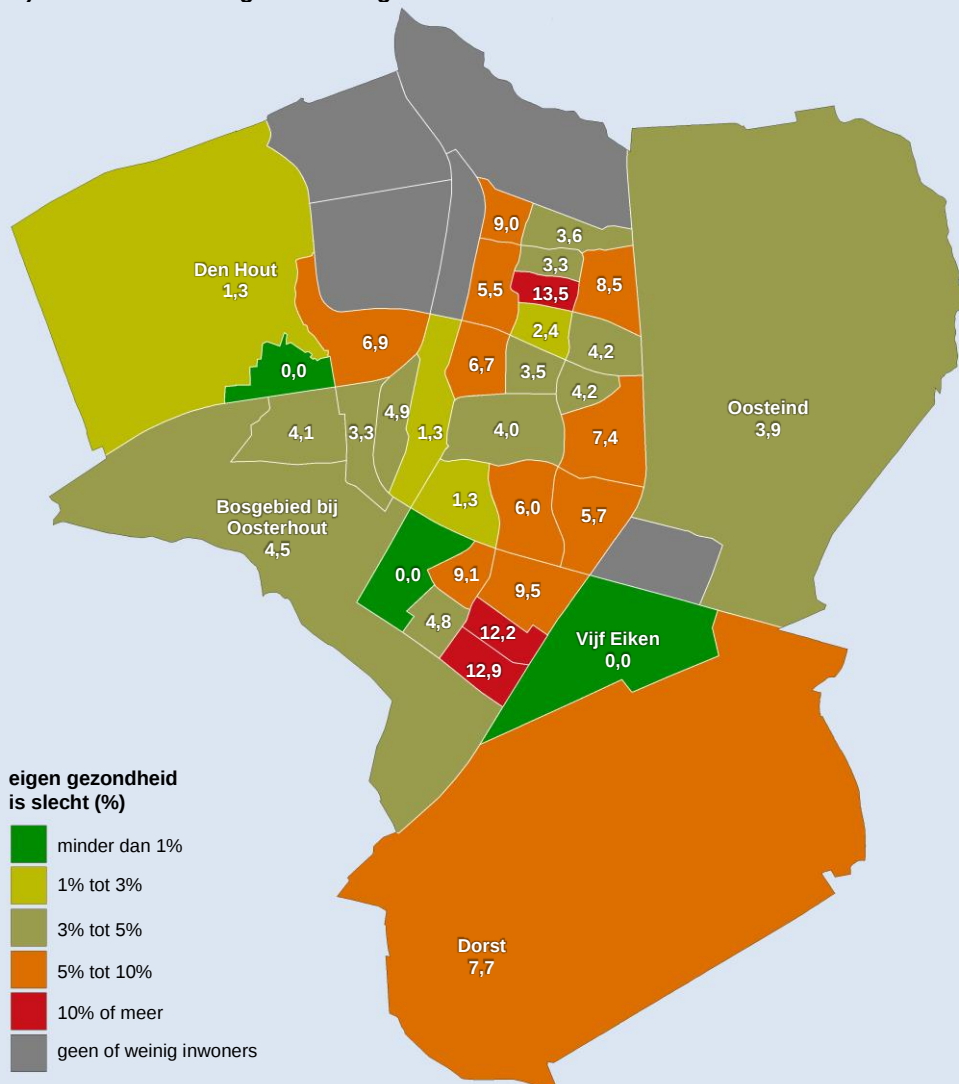


© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

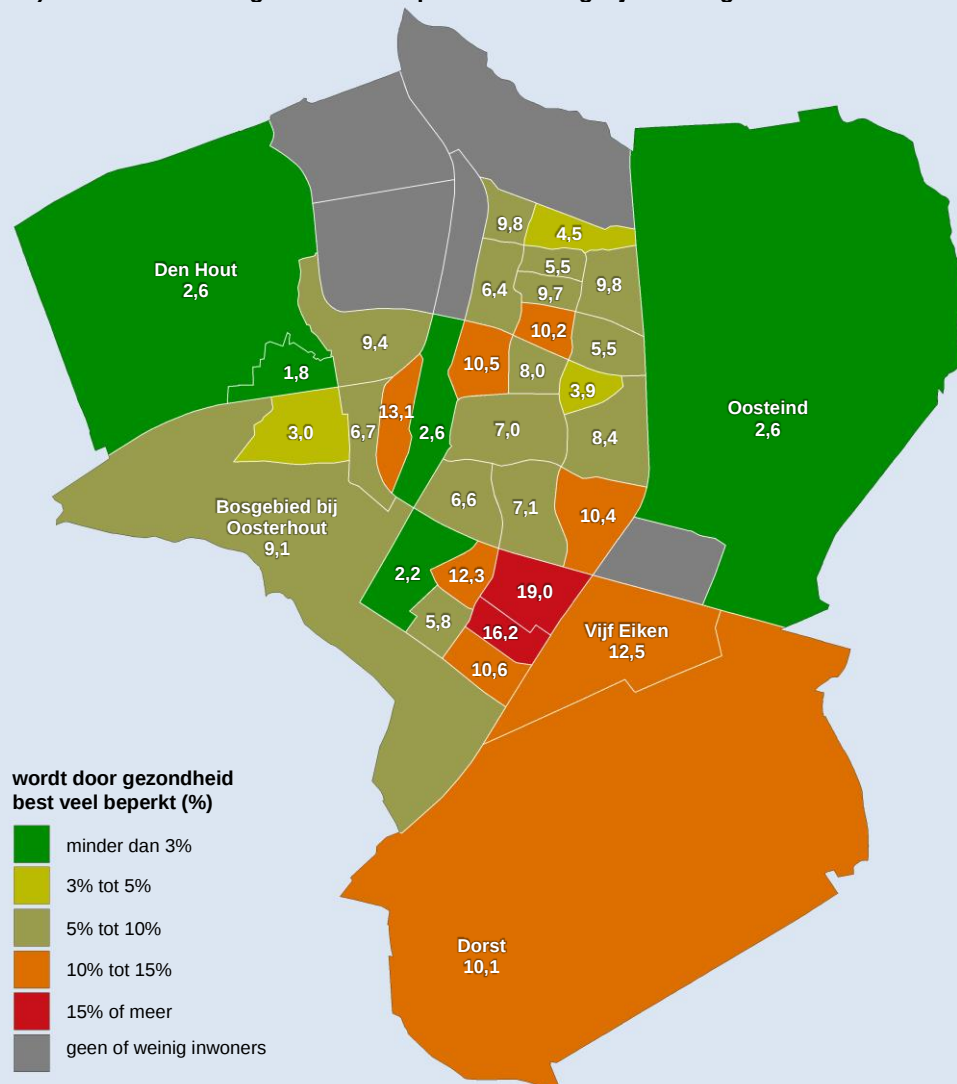
De gezondheidsbeperking wordt vooral veroorzaakt door chronische aandoeningen zoals cara, hart- en vaatziekte, artrose, diabetes, cva, reuma of rugklachten (66%). Andere gezondheidsbeperkingen die een rol spelen zijn lichamelijke beperkingen (29%), auditieve beperkingen (3%) of visuele beperkingen (2%).

GBS: Beoordelen eigen gezondheid (2021)

a) Hoe is over het algemeen uw gezondheid?



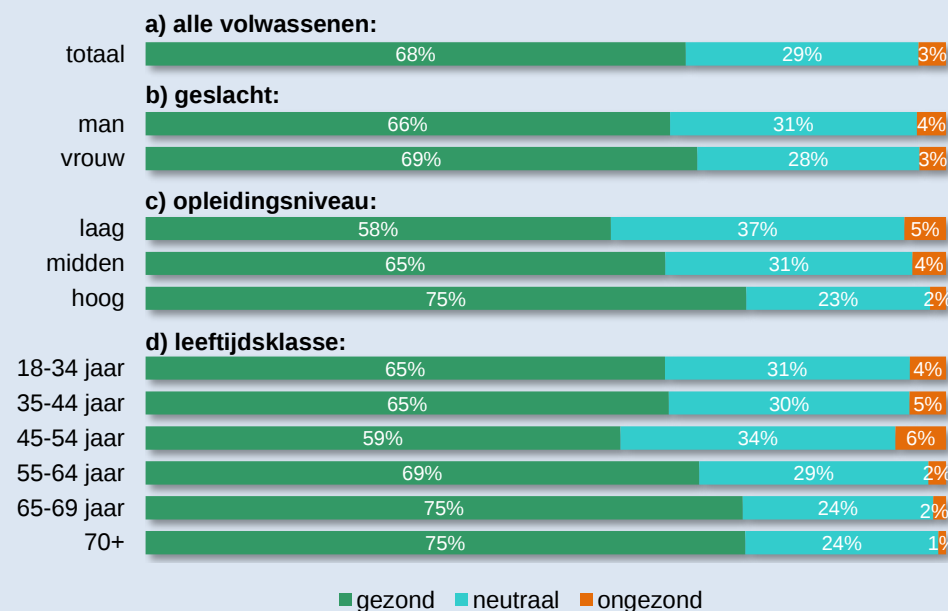
b) Wordt u door uw gezondheid beperkt in uw dagelijkse bezigheden?



3 Gezond leven

Ruim twee derde van de Oosterhouters (68%) vindt dat hij of zij er een gezonde manier van leven op na houdt. Ruim 3 procent geeft ronduit toe ongezond te leven. Vrouwen vinden iets vaker dat ze gezond leven dan mannen. Dit geldt ook voor senioren en inwoners met een hoger opleidingsniveau. Zo vindt 75 procent van de 65-plussers van zichzelf dat ze gezond leven, terwijl dit bij de 45-54 jarigen 59 procent is, en vindt 75 procent van de mensen met een hogere opleiding dat ze gezond leven, terwijl dit bij mensen met een lagere opleiding 58 procent is.

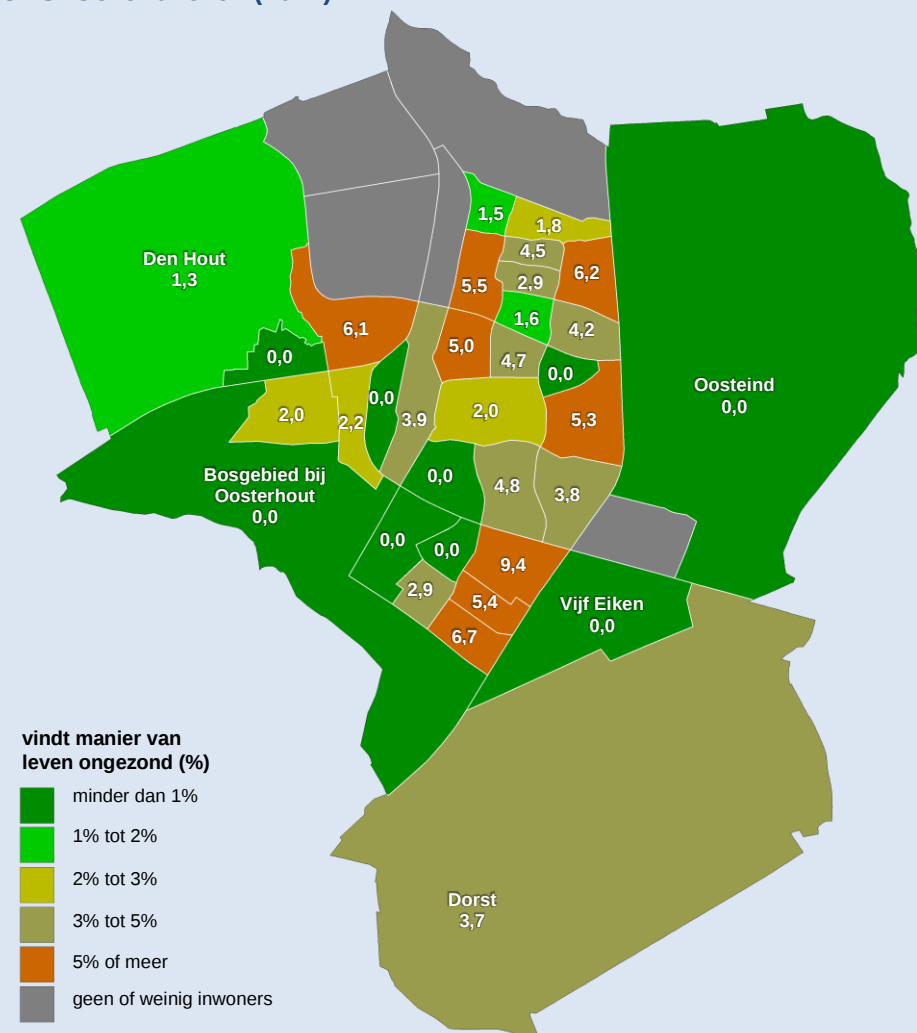
GBS 2021: Hoe gezond vindt u uw manier van leven?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

Om op een objectieve wijze te kunnen bepalen hoe groot de groep is die ongezond leeft, kijken we naar het aandeel van de Oosterhouters dat overgewicht heeft, tabak rookt en (veel) alcohol drinkt: zaken die de kans op hart- en vaatziekten – nog altijd doodsoorzaak nummer één in Nederland – aanzienlijk vergroten.

GBS: Gezond leven (2021)



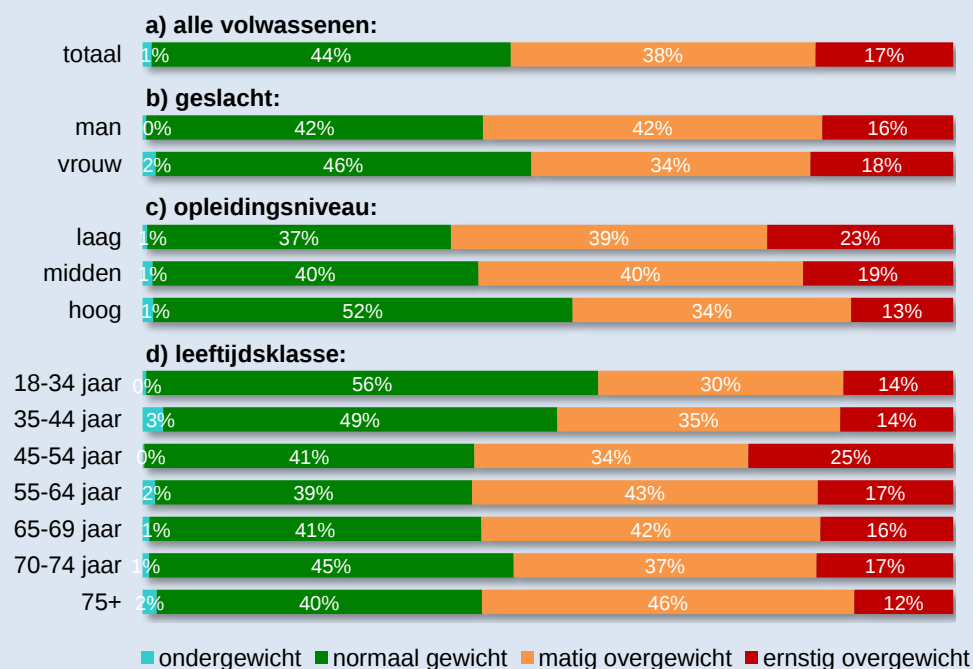
© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

De gemiddelde volwassen Oosterhouter is 1,73 meter lang en weegt 79 kilo. Gemiddeld zijn de Oosterhouters nu twee kilo zwaarder dan in 2019.

Met behulp van de **Body Mass Index** (zie pagina 13) kan aan de hand van iemands gewicht en lengte op een objectieve wijze worden bepaald of die persoon een normaal gewicht heeft, of juist te licht of te zwaar is. De BMI maakt duidelijk dat minder dan de helft (44%) van de volwassen Oosterhouters een normaal gewicht heeft, terwijl bijna 55 procent te zwaar is (overgewicht) en bijna 2 procent ondergewicht heeft. Landelijk heeft ruim 49 procent overgewicht en bijna 2 procent ondergewicht. Zo'n 17 procent van de volwassen Oosterhouters heeft volgens de BMI ernstig overgewicht (obesitas).

Zorgelijk is dat het aantal personen met ernstig overgewicht in de gemeente Oosterhout bij elke nieuwe peiling weer blijkt te zijn toegenomen: van bijna 12 procent in 2009 naar 17 procent in 2021. Landelijk is het aandeel met ernstig overgewicht bijna 15 procent.

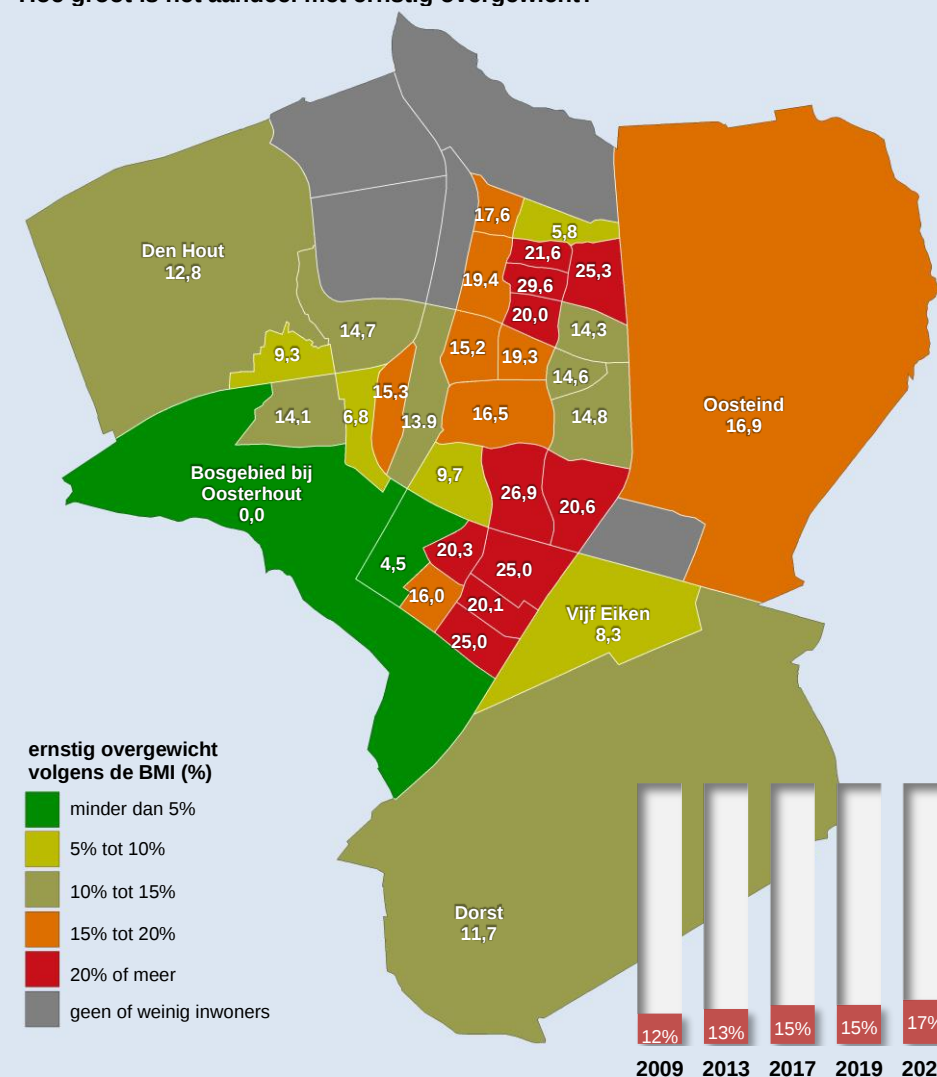
GBS 2021: Is er sprake van onder- of overgewicht volgens de BMI?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

GBS: Body Mass Index (2019)

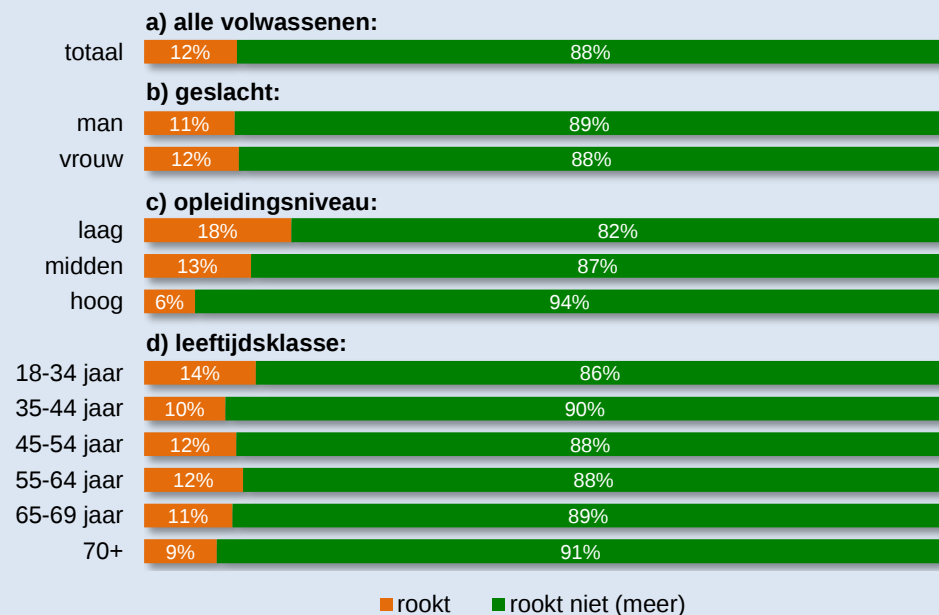
Hoe groot is het aandeel met ernstig overgewicht?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

Roken van tabak en overmatig alcoholgebruik zijn zaken die de kans op hart- en vaatziekten aanzienlijk vergroten. Van de Oosterhouters van 18 jaar en ouder geeft bijna 12 procent aan te roken, ruim 43 procent rookt niet meer (maar vroeger wel) en 45 procent heeft naar eigen zeggen nog nooit gerookt. In 2009 rookte ruim 20 procent van de volwassen Oosterhouters en was 38 procent gestopt.

GBS 2021: Rookt u wel eens tabak?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

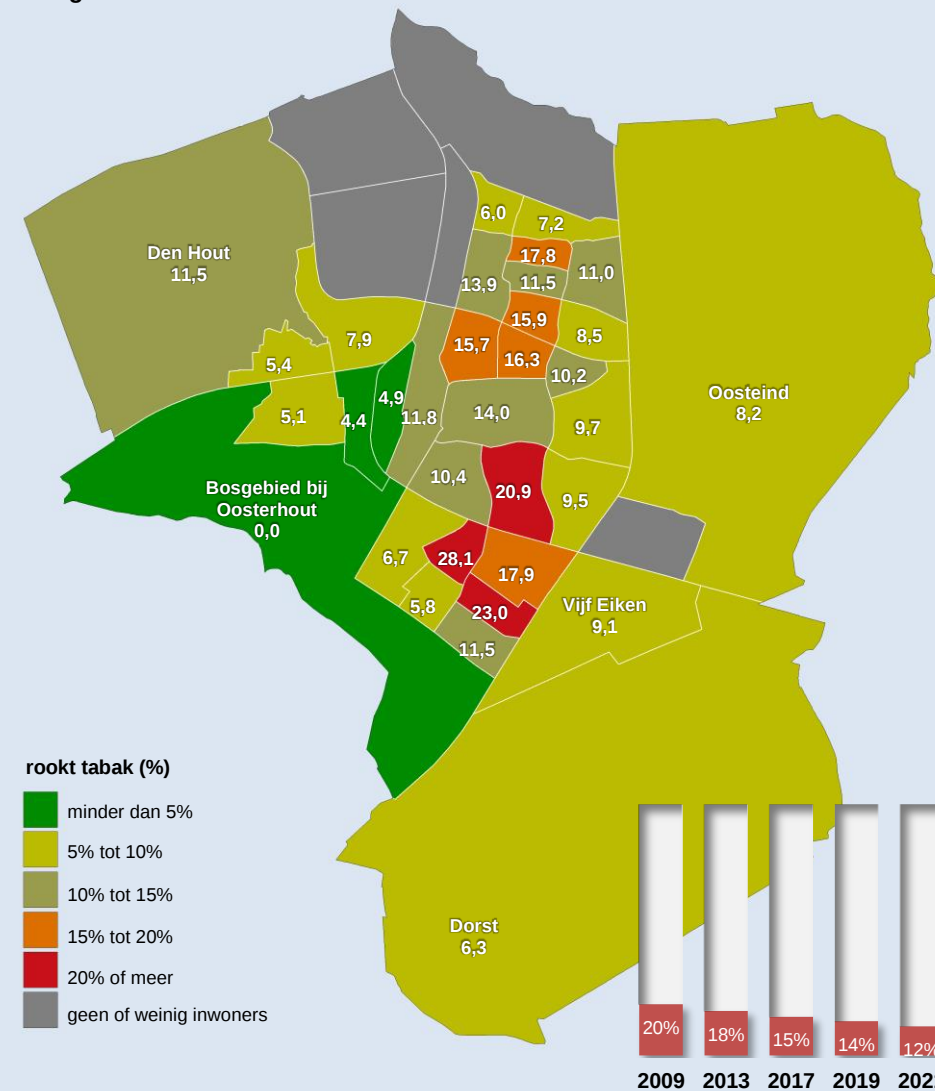
Volgens landelijke cijfers (CBS) rookt bijna 17 procent van alle Nederlanders van 18 jaar en ouder. Van de 18 plussers in de gemeente Oosterhout rookt 11 procent van de mannen en bijna 12 procent van de vrouwen.

Het aandeel Oosterhouters dat is gestopt met roken is het grootst bij de senioren: zo heeft ruim de helft van de 65-plussers vroeger wel gerookt maar nu niet meer, terwijl dit bij de 18 tot 34 jarigen ruim 21 procent is.

Bijna 2 procent van alle volwassen Oosterhouters (18-plussers) steekt per dag 20 sigaretten of meer op. Landelijk wordt 3 procent van de 18-plussers gerekend tot de zware rokers. In 2009 hoorde bijna 5 procent van de Oosterhouters tot de zware rokers.

GBS: Roken van tabak (2021)

Hoe groot is het aandeel dat tabak rookt?



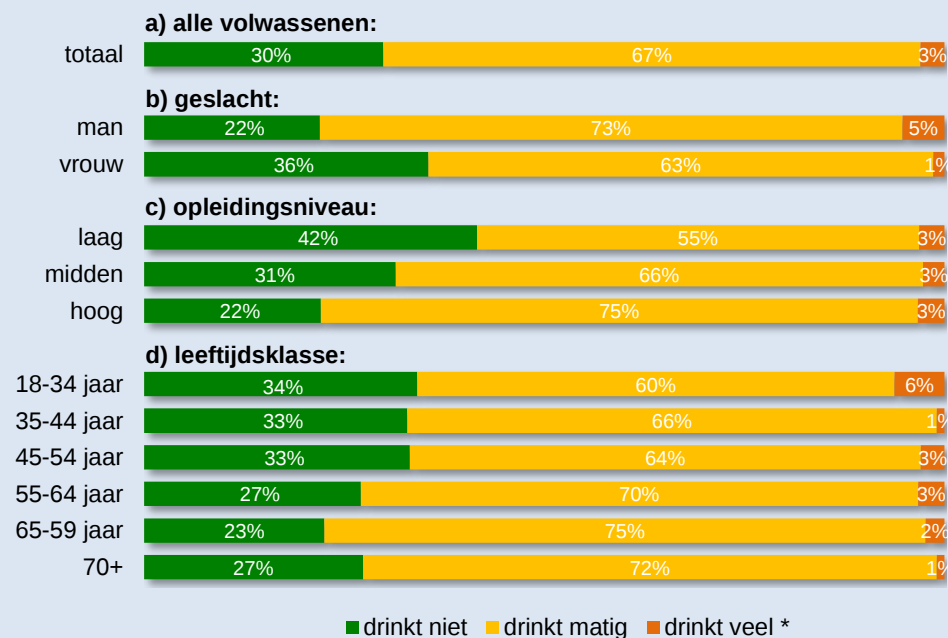
© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

Zeven op de tien Oosterhouters van 18 jaar en ouder (70%) drinkt wel eens alcoholische drank. Het aandeel “zware drinkers” is echter beperkt: 3 procent van alle inwoners zegt minstens 1 keer per week 6 glazen alcohol of meer per keer te drinken. Landelijk behoort ruim 8 procent van alle Nederlanders van 18 jaar en ouder tot de zware drinkers (drinkt vrij regelmatig; 6 glazen of meer per keer).

Het gros van de Oosterhouters die regelmatig alcoholische drank nuttigen behoort tot de matige drinkers: 35 procent beperkt zich tot één glas per keer en ruim 50 procent tot twee tot drie glazen per keer.

Mannen drinken gemiddeld vaker dan vrouwen. Van de volwassen mannen drinkt 78 procent regelmatig alcoholische dranken, terwijl dit bij de vrouwen ruim 64 procent is. Ruim 5 procent van de mannen en ruim 1 procent van de vrouwen behoort tot de zware drinkers.

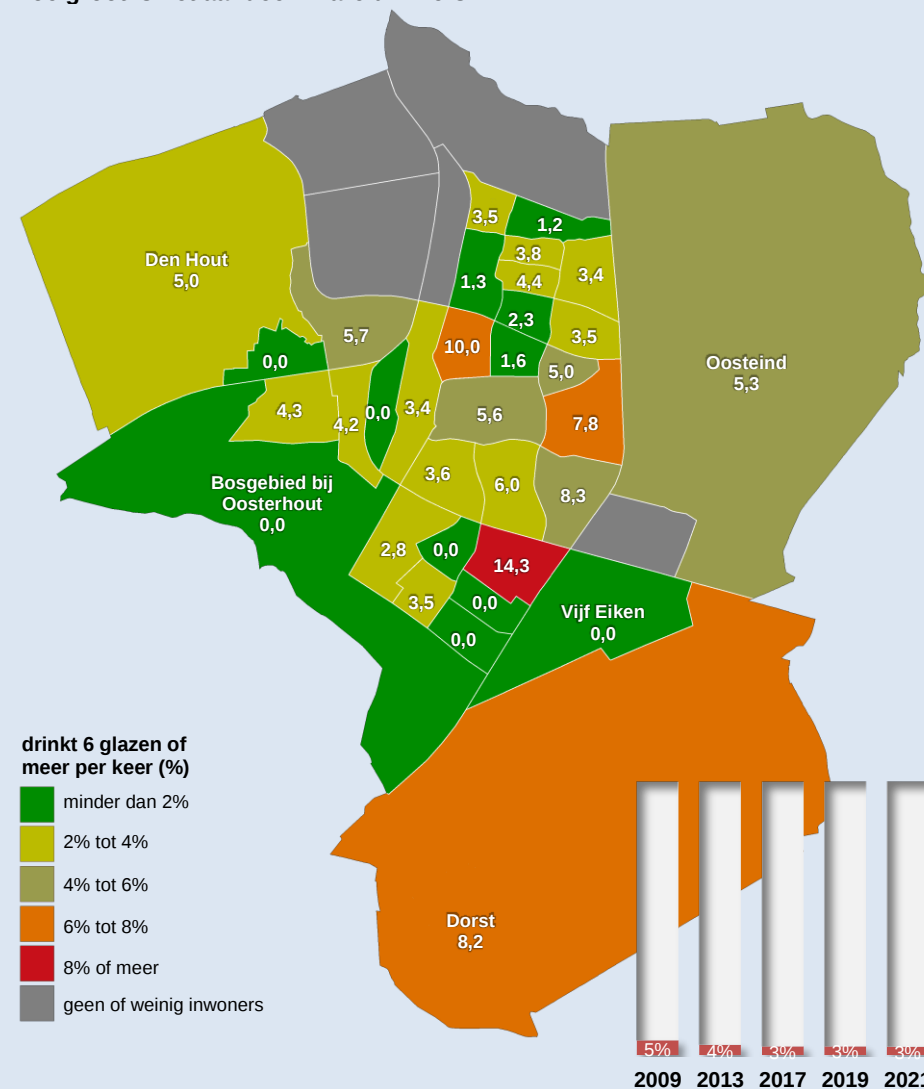
GBS 2021: Drinkt u wel een alcoholische dranken?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

GBS: Alcoholgebruik (2021)

Hoe groot is het aandeel zware drinkers?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

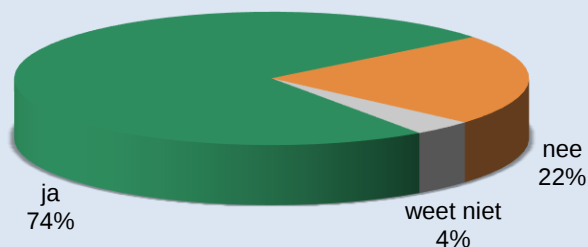
4 Voldoende bewegen en sporten

Voldoende bewegen en weinig stilzitten is belangrijk voor de gezondheid. Daarom heeft de Nederlandse Gezondheidsraad in 2017 een nieuwe beweegrichtlijn opgesteld. De **beweegrichtlijn** voor volwassenen luidt als volgt:

- bewegen is goed, meer bewegen is beter;
- minstens 150 minuten per week matig intensieve inspanning zoals wandelen en fietsen, verspreid over diverse dagen;
- minstens 2 keer per week spier- en botversterkende activiteiten, voor ouderen gecombineerd met balansoefeningen.

Bijna drie kwart van de volwassen Oosterhouters (74%) is van mening dat hij of zij over het algemeen voldoende beweegt, zo'n 22 procent denkt van niet en de rest (4%) weet het niet. Als we dit leggen naast de tijd die de inwoners daadwerkelijk besteden aan lichaamsbeweging, dan blijkt dat bijna 40 procent van de Oosterhouters voldoet aan de beweegrichtlijn. Landelijk voldoet 51 procent van de volwassenen aan deze richtlijn.

GBS 2021: Vindt u dat u voldoende beweegt?

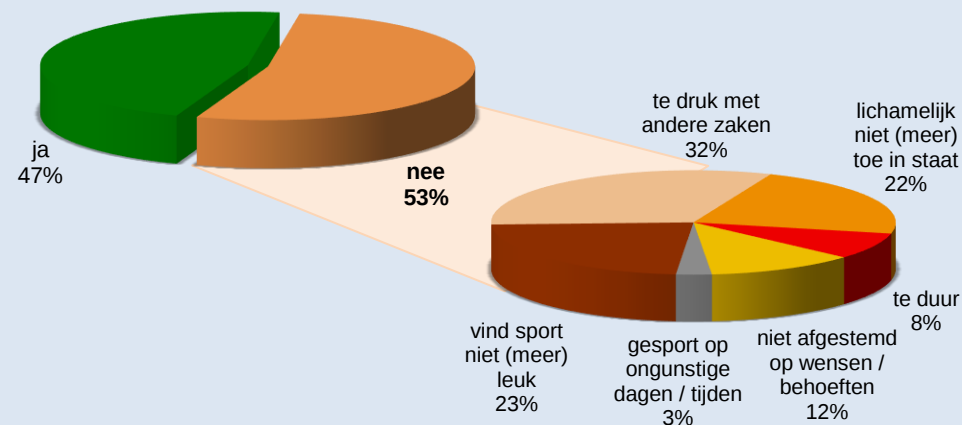


© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

Naast voldoende intensief bewegen in het dagelijks leven, is ook sporten een probaat middel om een goede gezondheid te behouden. Bovendien is het ook een populaire vorm van vrijetijdsbesteding en belangrijk als middel voor zelfontplooiing en sociale participatie.

Bijna 47 procent van de volwassen Oosterhouters zegt actief aan sport te doen. Het aandeel actieve sporters is de laatste jaren gestaag aan het dalen: in 2009 gaf bijna 57 procent van de 18-plussers aan te sporten.

GBS 2021: Doet u aan sport?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

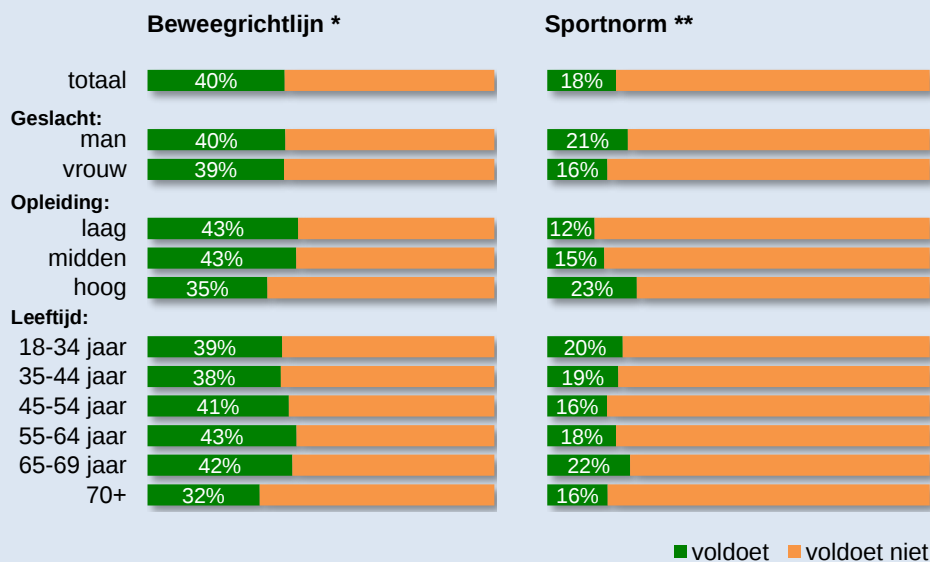
De belangrijkste reden om niet (meer) te sporten is dan men het veel te druk heeft met andere zaken, zoals werk, hobby's, het gezin of mantelzorg. Dit is vooral het geval bij de volwassen Oosterhouters tot 65 jaar; senioren (65-plussers) geven als belangrijkste reden om niet meer te sporten dat ze daar lichamelijk niet meer toe in staat zijn.

De belangrijkste redenen van volwassen Oosterhouters om juist wél te sporten zijn: het actief werken aan de gezondheid (36%), recreatief bezig zijn (25%) of vanwege de sociale contacten (17%). Minder vaak genoemd worden competitie / prestaties (5%) en omdat familie en/of vrienden ook sporten (4%).

Om een goede conditie van het hart- en vaatstelsel te bewerkstelligen is drie maal per week tenminste 20 minuten zwaar intensieve lichaamsbeweging nodig (door bijvoorbeeld te sporten). Bijna 41 procent van de Oosterhouters van 18 jaar en ouder sport wekelijks, maar nog geen 18 procent voldoet aan deze **sportnorm**. Van de volwassen Nederlanders sport bijna 51 procent wekelijks.

Oosterhouters tot 34 jaar sporten gemiddeld meer waardoor 20 procent van hen aan deze norm voldoet, terwijl het aandeel 70-plussers dat aan de sportnorm voldoet op bijna 16 procent ligt. De senioren compenseren dit door in het dagelijks leven meer te bewegen: zo'n 46 procent van de 55-plussers voldoet aan de beweegrichtlijn, terwijl dit bij de jongeren 41 procent is.

2021: Voldoen de Oosterhouters aan de landelijke gezondheidsnormen?

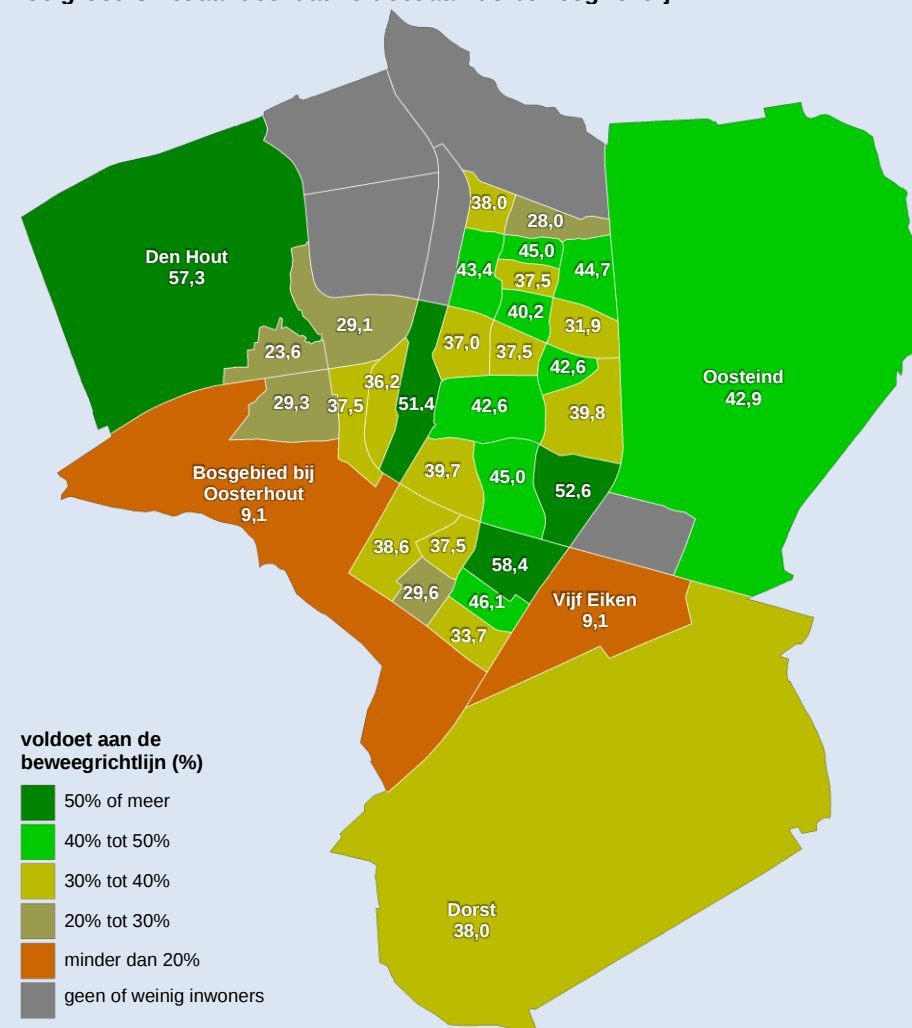


Toelichting: * verricht minstens 150 minuten per week verspreid over diverse dagen matig intensieve inspanning zoals huishoudelijk werk, lopen of fietsen naar werk, school of winkel, arbeid en/of als vrijetijdsbesteding; ** sport minimaal drie keer in de week tenminste 20 minuten per keer.

© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

GBS: Beweegrichtlijn (2021)

Hoe groot is het aandeel dat voldoet aan de beweegrichtlijn?



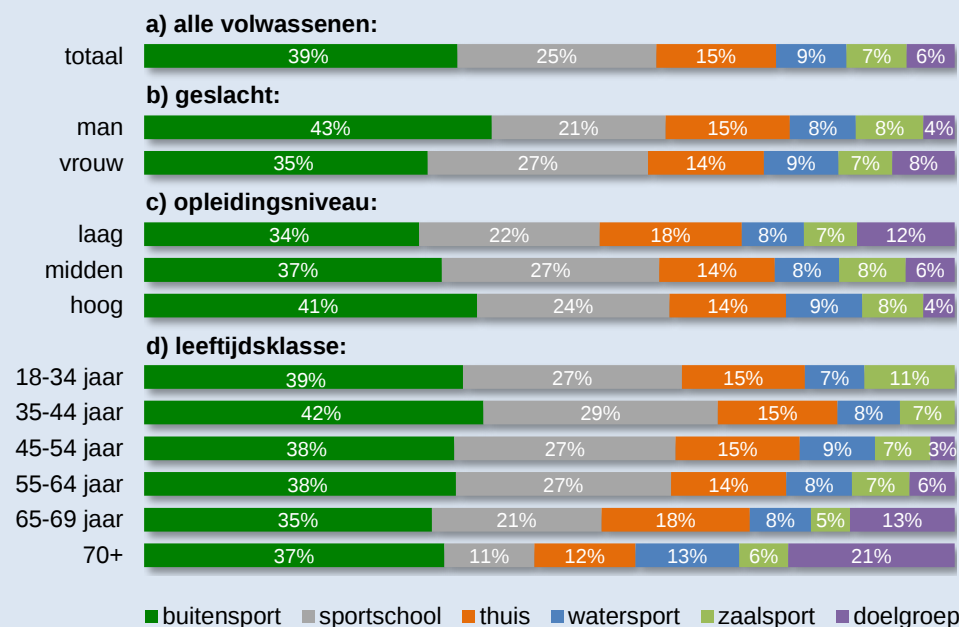
© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

5 Sporten in Oosterhout

Bijna twee derde van de actieve sporters van 18 jaar en ouder in de gemeente Oosterhout beoefent zijn of haar sport via een sportschool / fitnesscentrum of via een sportvereniging, terwijl ruim een derde dit in niet-georganiseerd verband doet of via een zelfgeorganiseerde groep vrienden of familieleden.

Het meest populair in de gemeente zijn buitensporten (39%), sporten in de sport-school (25%) en thuis, bijvoorbeeld op een hometrainer, loopband of roeiapparaat (15%). Minder populair zijn watersporten (9%), zaalsporten (7%) en sporten voor specifieke doelgroepen zoals senioren of mensen met een beperking (6%).

GBS 2021: Wat voor vorm van sport (of sporten) beoefent u?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

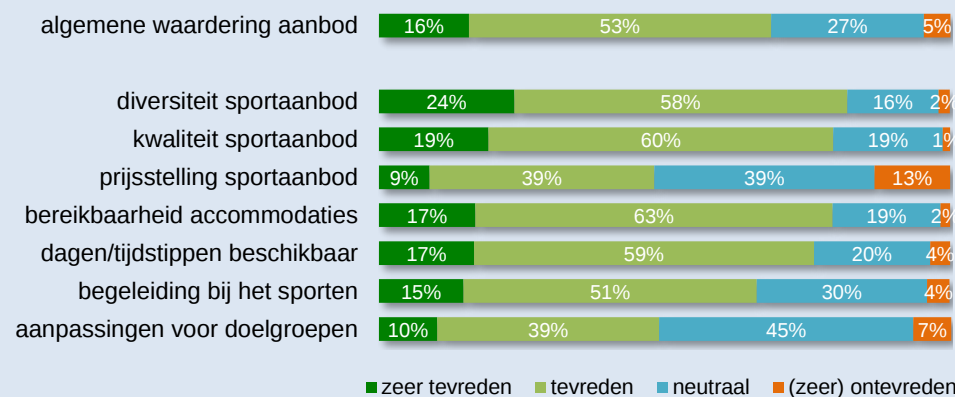
Het merendeel van de sporters beoefent hun sport het gehele jaar / volledig sportseizoen (78%) of een half sportseizoen (10%). Vandaar ook dat de meeste sporters

hun sport binnen de gemeentegrenzen beoefenen (83%). Een kleine groep sport in de omliggende gemeenten, waarbij het met name gaat om Breda (vooral vanuit Dorst), Dongen (vooral uit Oosteind) en Made (vooral uit Den Hout).

Het sportaanbod in de gemeente wordt over het algemeen goed gewaardeerd. Bijna 69 procent van de volwassen Oosterhouters is tevreden over het aanbod, terwijl bijna 5 procent daar uitgesproken ontevreden over is. Omgerekend naar een rapportcijfer krijgt dit een 7,6 als gemiddeld cijfer.

Het hoogst scoren de diversiteit (8,0) en de kwaliteit (7,9) van het aanbod. Wat minder goed scoort de prijsstelling: 13 procent is hier uitgesproken ontevreden over. Omgerekend komt dit uit op een 6,8 als gemiddeld rapportcijfer (bij de vorige peiling was dit een 6,6). Ook de aanpassingen voor specifieke doelgroepen zoals ouderen of mensen met een beperking wordt (met een 7,0 als rapportcijfer) wat minder goed beoordeeld: bijna 7 procent is hier ontevreden over.

2021: Hoe tevreden bent u over de sportmogelijkheden in de gemeente?



© gemeente Oosterhout, Team IIB (databron: Buurtenquête 2021)

Als we kijken naar de gemeentelijke sportvoorzieningen, dan scoort het Recreatieoord De Warande het hoogst met een 7,7 als rapportcijfer. De gemeentelijke gymzalen scoren een 6,7 en de sporthallen Arkendonk en Oosterheide krijgen allebei een 6,6 als gemiddelde cijfer.

Noten bij de wijk- en buurtanalyses en bijbehorende kaarten:

In dit onderzoek worden analyses uitgevoerd op het niveau van gemeente, wijk en buurt. Een kaart met de gebruikte wijk- / buurtindeling is te vinden op de achterzijde van deze rapportage. Voor bijna alle wijken / buurten in de gemeente Oosterhout zijn cijfers beschikbaar, met uitzondering van de volgende gebieden:

- 1) In de buurten “Vijf Eiken” (industrieterrein) en “Bosgebied bij Oosterhout” wonen maar weinig mensen. Een klein aantal hiervan heeft aan dit onderzoek meegedaan. Gezien deze kleine aantallen, moeten de onderzoeksresultaten uit deze twee buurten met de nodige voorzichtigheid worden gebruikt.
- 2) Het zuidelijk deel van de buurt Statendam (industrieterrein Havenweg) is, gezien het kleine aantal inwoners, meegenomen bij de wijkanalyses over de wijk West en bij de buurtanalyses over de buurt Oud-West.
- 3) In de twee Oosterhoutse buurten Oranjepolder en Everdenberg (bedrijventerrein) staan geen woningen.
- 4) Gezien de kleine aantallen inwoners in de buitengebieden van de Oosterhoutse kerkdorpen, worden (ook) in de buurtanalyses de dorpen als totaal (wijkniveau) genomen.

Begrippenlijst:

Body Mass Index (pagina 7): Met behulp van de BMI kan, aan de hand van iemands gewicht en lengte, worden bepaald of die persoon een normaal gewicht heeft of juist te licht of te zwaar is. De berekening is als volgt: gewicht in kilogrammen, gedeeld door het kwadraat van de lengte in meters. Een BMI-waarde tussen de 18,5 en 25,0 duidt op een normaal gewicht. Bij een waarde boven de 25 is sprake van overgewicht en een waarde van 30 of hoger duidt op ernstig overgewicht (obesitas).

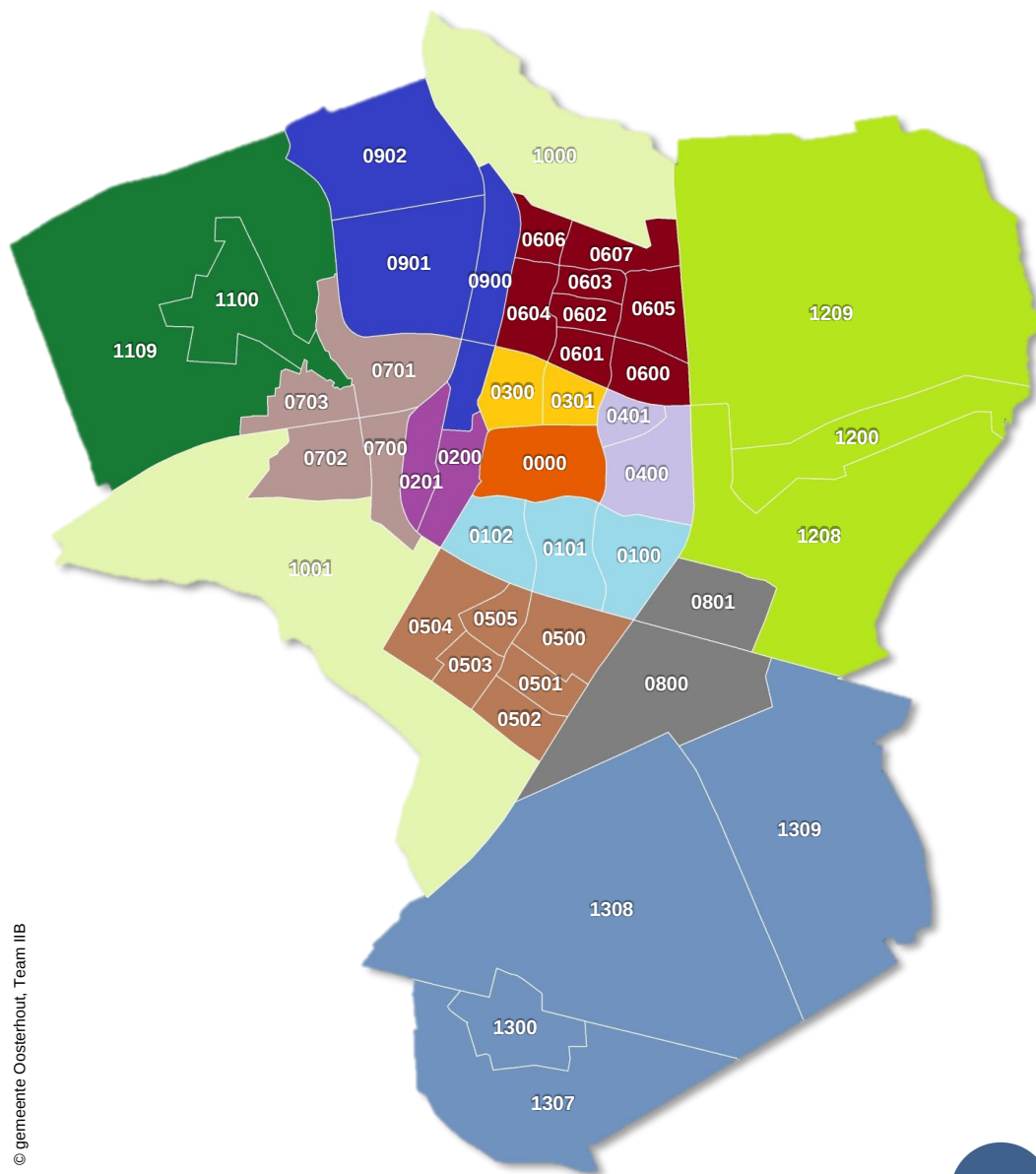
Zware roker (pagina 8): iemand die 20 sigaretten of meer per dag rookt.

Zware drinker (pagina 9): iemand die meerdere keren per week 6 glazen per keer alcohol drinkt.

Beweegrichtlijn (pagina 10-11): iemand voldoet aan de richtlijn als hij of zij minstens 150 minuten per week en verspreid over diverse dagen matig of zwaar intensieve inspanning verricht zoals huishoudelijk werk, lopen of fietsen naar werk, school of winkel, arbeid en/of als vrijetijdsbesteding.

Sportnorm (pagina 10-11): iemand voldoet aan de norm als hij of zij minimaal drie keer in de week tenminste 20 minuten per keer sport.

6 Overzichtskaart wijk- en buurtindeling Oosterhout



Buurten Oosterhout-stad:

0000 Centrum
 0100 Slotjes-Oost
 0101 Slotjes-Midden
 0102 Slotjes-West
 0200 Oud-West
 0201 Kanaleneiland
 0300 Vogelbuurt
 0301 Kastelenbuurt
 0400 Leijzenakkers
 0401 Molenbuurt
 0500 Bloemenbuurt
 0501 Schrijversbuurt
 0502 Natuurkundigenbuurt
 0503 Componistenbuurt
 0504 Warandebuurt
 0600 Kruidentbuurt
 0601 Sterrenbuurt
 0602 Donkenbuurt
 0603 Larenbuurt
 0604 Beemdenbuurt
 0605 Schildersbuurt
 0606 Dammenbuurt
 0607 Staatsliedenbuurt
 0700 Vrachelen-Zuidoost
 0701 Vrachelen-Noord
 0702 Vrachelen-Zuidwest
 0703 Vrachelen-Noordwest
 0800 Vijf Eiken
 0801 Heikant (Everdenberg)
 0900 Statendam
 0901 Weststad-Zuid
 0902 Weststad-Noord
 1000 Oranjepolder
 1001 Bosgebied bij Oosterhout

Buurten Kerkdorpen:

1100 Den Hout (dorpskern)
 1109 Buitengebied bij Den Hout
 1200 Oosteind (dorpskern)
 1208 Buitengebied Oosteind-Zuid
 1209 Willemspolder
 1300 Dorst (dorpskern)
 1307 Buitengebied Dorst-Zuid
 1308 Bosgebied bij Dorst
 1309 Steenoven

Wijken:

00 Centrum
 01 Slotjes
 02 West
 03 Strijen
 04 Leijzenakkers
 05 Oosterheide
 06 Dommelbergen
 07 Vrachelen
 08 Industrieterreinen Zuid
 09 Industrieterreinen Noord
 10 Buitengebied bij Oosterhout
 11 Kerkdorp Den Hout
 12 Kerkdorp Oosteind
 13 Kerkdorp Dorst