

Kenniscentrum Geldrop-Mierlo

Vraag: Wat is de stand van zaken met betrekking tot sporten en bewegen voor alle leeftijdsgroepen in Geldrop-Mierlo?

Antwoord:

0-11 jarigen

Het grootste deel (92%) van de 4 t/m 11 jarigen uit Geldrop-Mierlo beweegt gemiddeld meer dan 1 uur per dag en voldoet daarmee aan de richtlijn voor kinderen. In de wijk Geldrop-Oost en Mierlo lijkt het met 90% en 89% wat lager te liggen. Wel zien we dat kinderen in Geldrop-Oost wat meer buiten spelen: bijna een derde doet dit meer dan 2 uur per dag. Dat is gunstig want deze kinderen zijn vaker vanwege geldgebrek geen lid van een sportvereniging- of club (12% versus 2% in de andere wijken) en sporten daardoor vaker niet buiten schooltijd. In Geldrop-West sport bijna de helft van de kinderen ten minste 2 uur per week bij een sportvereniging of -club, terwijl dat in Geldrop-Oost nog geen kwart van de kinderen doet. Ruim een derde van de kinderen uit deze wijk sport helemaal niet buiten schooltijd.

Wat betreft het frequent sporten op school (2 keer of vaker per week) zien we dat dit vooral lager ligt in Mierlo; 34% versus 54% tot 93% in de gebieden van Geldrop.

Opvallend is dat meer kinderen in Geldrop-Mierlo een eigen tablet of smartphone hebben (57%) dan gemiddeld in de regio Zuidoost-Brabant (46%) en dat vooral in Geldrop-Oost het percentage hoog is (63%).

Als we kijken naar het gewicht van de kinderen zien we met name in Geldrop-Oost (13%) en Mierlo (12%) dat het percentage kinderen met overgewicht hoger is dan in Geldrop-West (6%) en Geldrop-Midden (4%). Vooral in Geldrop-Oost is ook het aandeel kinderen met ernstig overgewicht hoog (5%).

Bron cijfers: [Tabellenboek JM 0-11 2017](#)

12-18 jarigen

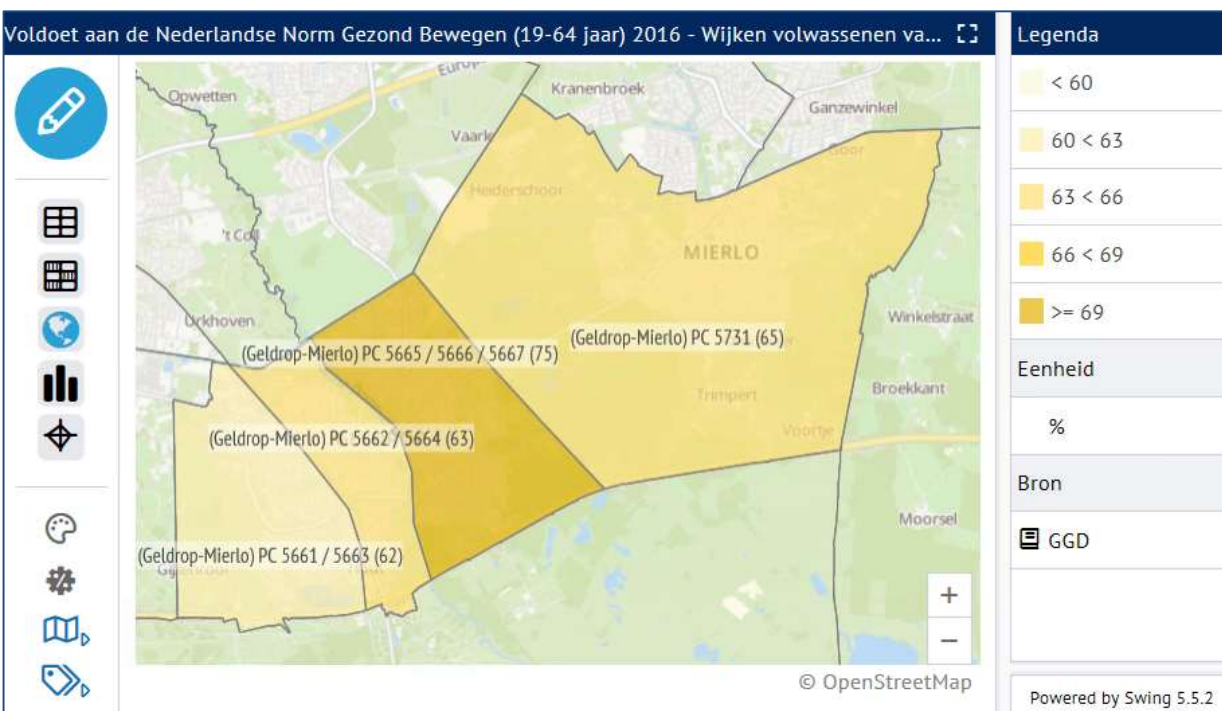
Zeker ook voor jongeren is voldoende lichaamsbeweging belangrijk. Een groot deel van de dag bestaat voor hen uit het (zittend) volgen van lessen, huiswerk maken, gamen en actief zijn op sociale media. Veel jongeren (76%) denken zelf voldoende te bewegen. De realiteit is echter dat 78% van de jongeren minder dan 7 dagen per week (minimaal één uur per dag) beweegt, en dus onvoldoende. Wel sport 89% van de jongeren in Geldrop-Mierlo wekelijks en 77% doet dit bij een club, vereniging of sportschool. In Mierlo is dit met 86% hoger dan gemiddeld in de gemeente Geldrop-Mierlo. Acht procent van de jongeren in Geldrop-Mierlo sport daarentegen (bijna) nooit.

Bron cijfers: [Tabellenboek JM 12-18 2015](#)

19-64 jarigen en 65+

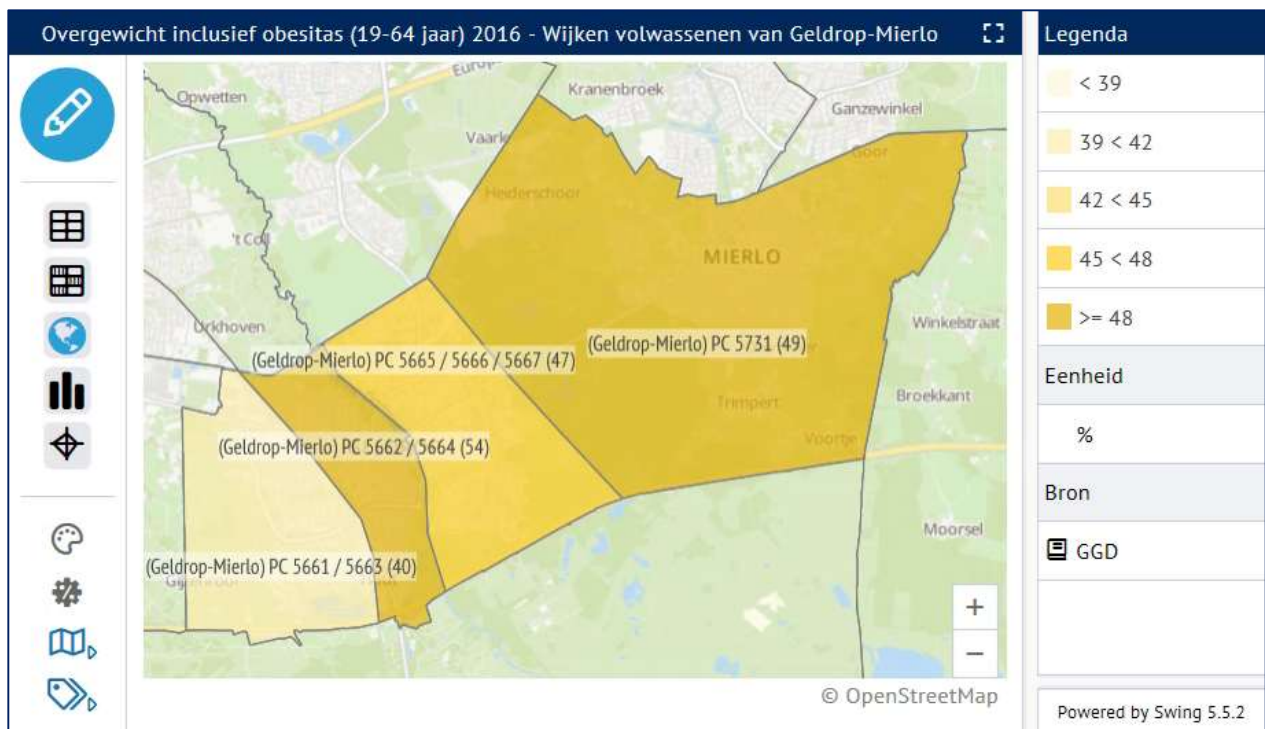
Lichaamsbeweging blijft op elke leeftijd belangrijk voor lichaam én geest. Sinds 2012 is een stijging van het percentage inwoners dat voldoet aan de 'Nederlandse Norm Gezond Bewegen' zichtbaar. Bij de ouderen en in de regio is de vergelijkbare trend significant. Circa 67% van de volwassenen en 78% van de ouderen heeft voldoende beweging. Daarmee zien we ook een gunstiger beeld dan gemiddeld in de regio. Ook mooi is dat ten opzichte van het landelijk gemiddelde (60%) de groep volwassenen dat voldoende beweegt in Geldrop-Mierlo groter is. Hetzelfde geldt voor de ouderen, in Geldrop-Mierlo is de groep 65-plussers met voldoende beweging groter dan gemiddeld genomen in Nederland (72%). Ook op het gebied van sporten zien we dit gunstige verschil: terwijl 43% van de oudere inwoner van Geldrop-Mierlo tenminste wekelijks sport, is dit bij 35% van de 65-plussers in Nederland het geval.

De verschillen tussen de wijken zijn bij beide leeftijdsgroepen groot. Zo beweegt drie kwart van de inwoners van Geldrop-Oost voldoende, terwijl dat in Geldrop-West 62% is, zie figuur 1. Ouderen woonachtig in Geldrop-Midden voldoen vaker niet aan de fitnorm(62%) dan gemiddeld in Geldrop-Mierlo (47%).



Figuur 1: % 19-64 jarigen dat voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen naar wijken.

Het hoge percentage mensen met overgewicht, blijft echter een punt van zorg: 47% van de volwassenen en 57% van de ouderen heeft overgewicht of obesitas. Helaas is er nog geen sprake van een kentering. Ook hier zien we weer grote verschillen tussen de wijken: voor de volwassenen loopt het van 40% in Geldrop-West tot 54% in Geldrop-Midden, zie figuur 2.



Figuur 2: % 19-64 jarigen met overgewicht inclusief obesitas naar wijken.

Bron cijfers: [Tabellenboek 19-64 jarigen 2016](#), [Tabellenboek 65+ 2016](#)