

## HOE KUNNEN WE HET BISSCHOP ZWIJSENPLEIN ZO INRICHTEN DAT HET VOLDOET AAN UW BEHOEFTE OM TE BEWEGEN IN UW EIGEN WIJK?

Wat fijn dat u voor ons de vragenlijst (anoniem) in wilt vullen. U kunt de vragenlijst via deze papieren versie invullen of via onze website [www.movevught.nl/beweegplein](http://www.movevught.nl/beweegplein). We zijn op zoek naar een compleet beeld van de wijk, daarom is het fijn als de vragenlijst door zoveel mogelijk gezinsleden van verschillende leeftijden wordt ingevuld. We willen voordat u begint nog even de term bewegen uitleggen, want dat is voor het onderzoek wel van belang. Bewegen kunt u namelijk op veel verschillende manieren doen. In de vragenlijst bedoelen wij bij bewegen het volgende:

*Actieve lichamelijke inspanning, spelen, sporten, wandelen of fietsen. In dit geval niet de huishoudelijke beweging.*

### Algemene vragen

Vraag	Antwoord
1. Wat is uw geslacht?	<input type="radio"/> Man/jongen <input type="radio"/> Vrouw/meisje <input type="radio"/> Overig
2. Wat is uw leeftijd?	.....
3. Welke situatie is het meest voor u van toepassing?	<input type="radio"/> Scholier/studerend <input type="radio"/> Werkend <input type="radio"/> Werkloos <input type="radio"/> Huisman/huisvrouw <input type="radio"/> Gepensioneerd
4. Bent u vanwege psychische of lichamelijke beperking moeilijk in staat te bewegen/sporten?	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nee
5. In welke straat woont u? (niet verplicht)	.....
6. Vindt u het leuk om te bewegen?	<input type="radio"/> Erg leuk <input type="radio"/> Leuk <input type="radio"/> Niet leuk <input type="radio"/> Helemaal niet leuk
7. Vindt u het belangrijk om te bewegen?	<input type="radio"/> Erg belangrijk <input type="radio"/> Belangrijk <input type="radio"/> Niet belangrijk <input type="radio"/> Helemaal niet belangrijk
8. Hoe vaak beweegt u in de week? (let op: in uw vrije tijd, dus buiten werk en school om)	<input type="radio"/> Minder dan 1 keer <input type="radio"/> 1 keer <input type="radio"/> 2 keer <input type="radio"/> 3 keer <input type="radio"/> Meer dan 3 keer
9. Hoeveel tijd besteedt u gemiddeld per dag aan bewegen? (let op: in uw vrije tijd, dus buiten werk en school om)	<input type="radio"/> 15 minuten <input type="radio"/> 30 minuten <input type="radio"/> 1 uur <input type="radio"/> 1 uur en 30 minuten <input type="radio"/> Langer dan 1 uur en 30 minuten <input type="radio"/> Anders....

<p>10. Bent u lid bij een sportclub of een vereniging?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ja</li> <li><input type="radio"/> Nee</li> </ul> <p>Indien antwoord ja, zou u dan met ons willen delen welke sport- of beweegactiviteit(en) u beoefent?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>11. Beweegt u ook nog buiten, in uw wijk of op andere plekken in Vught?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ja</li> <li><input type="radio"/> Nee</li> </ul> <p>Indien antwoord ja, zou u dan met ons willen delen waar u in de gemeente Vught actief bent in de wijk?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>12. Zou u meer willen bewegen?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ja (ga naar vraag 12a)</li> <li><input type="radio"/> Nee (ga naar vraag 12b)</li> </ul>
<p>12a. Ik zou meer willen bewegen.....: (let op: maximaal 2 antwoorden)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Zodat ik gewicht verlies of dat mijn lichaam mooier wordt</li> <li><input type="radio"/> Zodat ik met vrienden samen ben of nieuwe mensen leer kennen</li> <li><input type="radio"/> Zodat mijn gezondheid of conditie beter wordt</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik al heel de dag zit en gewoon zin heb om te bewegen</li> <li><input type="radio"/> Zodat ik in een competitie kan spelen en de kick van de overwinning voel</li> <li><input type="radio"/> Zodat ik er geld aan verdien</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik dan minder spanning of stress voel</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik er plezier aan beleef</li> <li><input type="radio"/> Anders, namelijk:</li> </ul> <p>.....</p>
<p>12b. Ik zou niet meer willen bewegen.....: (let op: maximaal 2 antwoorden)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Omdat ik geen tijd heb</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik geen zin heb</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik al genoeg sport/beweeg</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik sporten niet leuk vind</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik mezelf niet mooi vind als ik aan het sporten ben</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik fysiek zwaar werk doe</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik soms te moe ben</li> <li><input type="radio"/> Omdat ik geen goede gezondheid heb (bijvoorbeeld blessure, ziekte.....)</li> <li><input type="radio"/> Omdat sporten teveel geld kost (contributie/attributen)</li> <li><input type="radio"/> Omdat het vaak slecht weer is</li> <li><input type="radio"/> Anders, namelijk:</li> </ul> <p>.....</p>

### Specifieke vragen

Op het Bisschop Zwijsenplein gaat de gemeente Vught samen met MOVE Vught een beweegplein realiseren. Wij willen u daar graag bij betrekken, want we zien het liefst dat u daar straks ook gaat bewegen!



Voorbeelden beweegpleinen



Vraag	Antwoord
<p>13. Als u gaat bewegen in uw wijk op/rondom het Bisschop Zwijsenplein wat is dan uw beweegreden om te gaan?</p> <p><i>(meer antwoorden mogelijk)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> voor het behouden of verbeteren van mijn gezondheid</li> <li><input type="radio"/> om een betere conditie te krijgen</li> <li><input type="radio"/> om een leuke activiteit te doen</li> <li><input type="radio"/> om een gezond gewicht te bereiken of behouden</li> <li><input type="radio"/> omdat het gezellig is (samen met anderen)</li> <li><input type="radio"/> omdat ik graag buiten actief ben</li> <li><input type="radio"/> om mijn eigen prestaties te verbeteren</li> <li><input type="radio"/> omdat ik graag iets nieuws wil leren</li> <li><input type="radio"/> omdat mijn arts/fysiotherapeut het heeft aangeraden</li> <li><input type="radio"/> voor competitie/wedstrijden</li> </ul>

<p>14. Welke vormen van sport/beweegmogelijkheden in de wijk ziet u graag terugkomen?</p> <p><i>(u mag naar de voorbeelden zoals op de foto's kijken, maar we zijn ook benieuwd naar uw wensen/dromen)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Voetbal</li> <li><input type="radio"/> Basketbal</li> <li><input type="radio"/> Hockey</li> <li><input type="radio"/> Outdoor-fitness</li> <li><input type="radio"/> Jeu de Boules</li> <li><input type="radio"/> Bootcamp</li> <li><input type="radio"/> Schaken</li> <li><input type="radio"/> Tafeltennis</li> </ul> <p>Anders namelijk:</p> <p>.....</p>
<p>15. Met wie zou u daar gaan bewegen?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Alleen</li> <li><input type="radio"/> Met een vriend(in)/kennis/familielid</li> <li><input type="radio"/> Met een personal trainer</li> <li><input type="radio"/> Informele groep</li> <li><input type="radio"/> Sportvereniging/georganiseerde groep</li> </ul>
<p>16. Op welke dagen / momenten zou u daar graag willen gaan bewegen?</p>	<p>.....</p> <p>.....</p>
<p>17. Wat mist u op/rondom het Bisschop Zwijzenplein?</p>	<p>.....</p> <p>.....</p>
<p>18. Wilt u actief betrokken worden bij de realisatie van dit project?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ja</li> <li><input type="radio"/> Nee</li> </ul>
<p>19. Indien u op de hoogte gehouden wilt worden over de ontwikkelingen of actief betrokken wilt zijn, vragen wij u om uw e-mailadres aan ons door te geven:</p> <p><i>(niet verplicht)</i></p>	<p>.....</p> <p>.....</p>
<p>20. Wilt u nog iets kwijt wat in de vragenlijst niet aan bod is gekomen of heeft u andere op- of aanmerkingen?</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

Hebt u nou een heel leuk idee en wilt u dat graag op een creatieve manier (bijvoorbeeld een tekening) laten zien? Dan staan wij daar zeker voor open. Stuur u deze mee in de antwoordenvolop of mail naar [info@movevught.nl](mailto:info@movevught.nl). De mooiste inzending wint een plek aan de ontwerptafel.

**Heel erg bedankt voor het invullen van de vragenlijst, uw bijdrage is belangrijk!**