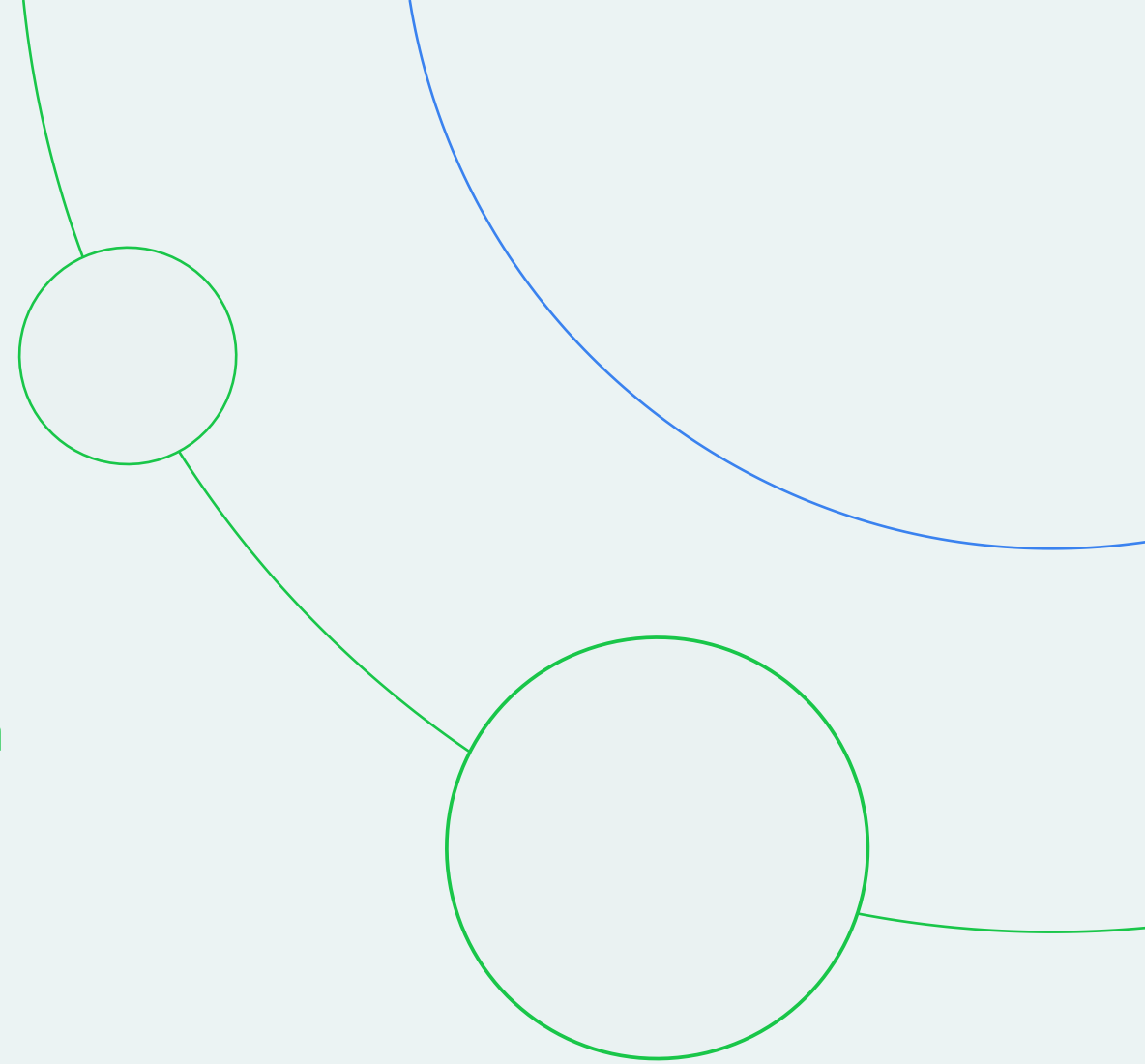


Sportpas

Rapportage van onderzoek onder jongeren naar behoeftes rondom sporten en de reacties op een sportpas

ROK: Research Community's
Projectnummer Blauw: 33538
Augustus 2025

blauw



Woord vooraf

Inleiding

Dit rapport brengt de behoeftes van jongeren rondom sporten en de reacties op een sportpas in kaart. Hopelijk biedt het rapport het Ministerie van VWS waardevolle input voor de inrichting van het onderzoek naar de effecten van een sportpas. Veel plezier met het lezen van dit rapport!

Dori, Nienke en Kim

Onderzoekers

Uitvoerend onderzoeksbureau

Blauw Research

Betrokken onderzoekers

Dori van Rosmalen
Nienke Vreugdenhil
Kim Wagenaar

Contact

welcome@blauw.com

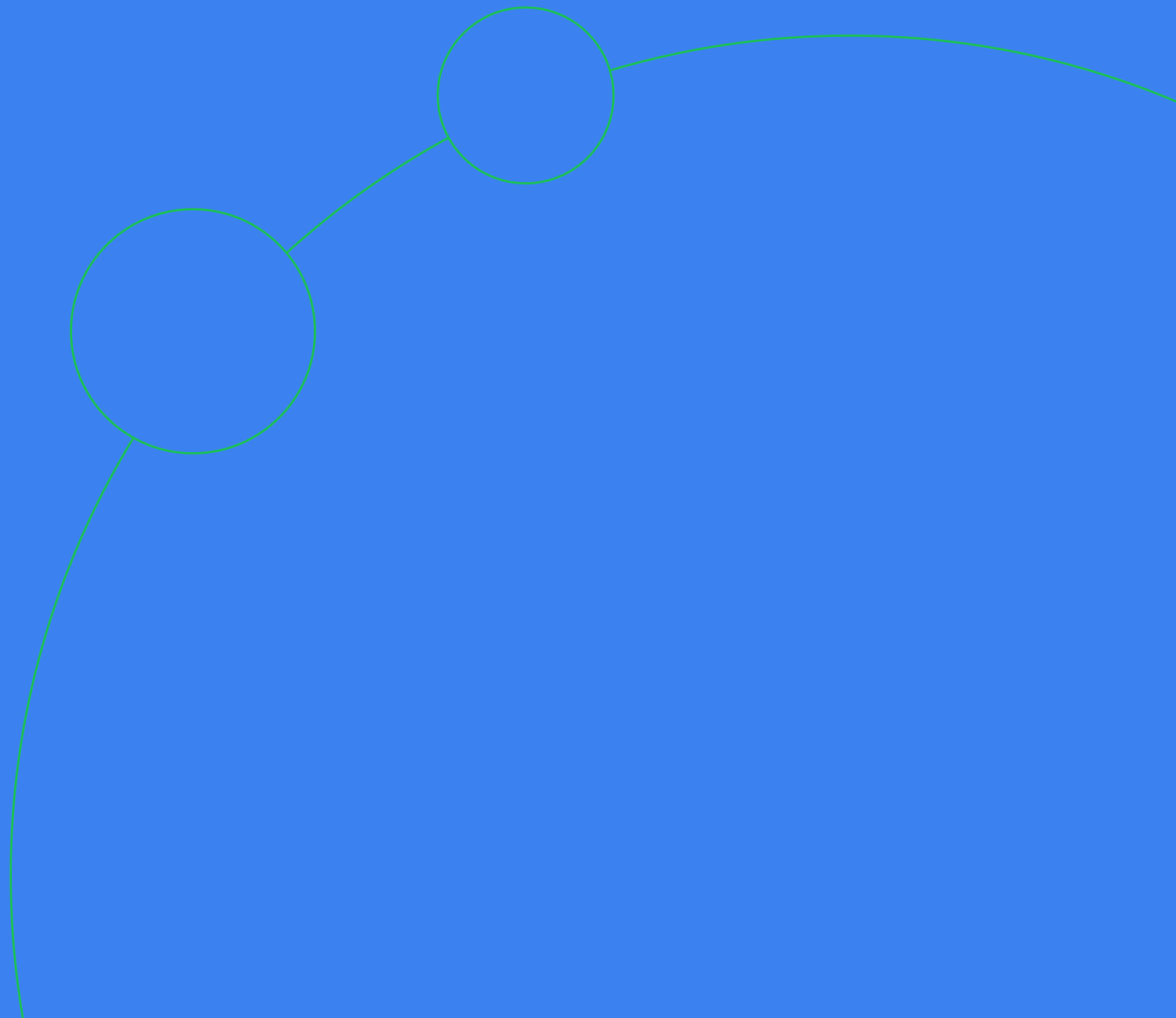
Copyright 2025

Blauw Research bv

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit dit document mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Blauw Research.

Aanleiding en
opzet onderzoek



Context, doelstelling en methode



Context

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) werkt aan het opzetten van een onderzoek naar de effecten van een sportpas om sporten en bewegen toegankelijk te maken voor jongeren tussen 12-23 jaar.

Met de inzichten uit dit onderzoek krijgt het ministerie van VWS beter inzicht in de behoeften van jongeren rondom sporten en de wensen ten aanzien van een sportpas. De inzichten kunnen samen met de resultaten van de pilots gebruikt worden om de effecten van een sportpas zo goed mogelijk te kunnen onderzoeken.



Methode

Het onderzoek is uitgevoerd in de online research community 'Ik denk mee'. Blauw Research beheert deze community in opdracht van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. De vragenlijst is ook voorgelegd aan de panels van de Jeugdraad, Unicef en Stichting Leergeld.

Het onderzoek heeft een kwalitatieve basis. Kwalitatief onderzoek biedt diepgaand inzicht in gedrag, motivaties en emoties. Het is een methodiek waarmee je het waarom achter onderzoeksresultaten kunt verklaren en heeft minder nadruk op statistiek (hoeveel). De cijfermatige uitkomsten zijn indicatief en geven richting aan.



Onderzoeksdoel

Inzicht krijgen in behoeften van jongeren rondom sporten en de reacties van hen op een sportpas.



Onderzoeksvraag

In hoeverre helpt een sportpas om jongeren meer aan het sporten te krijgen?

Subvragen:

- Vinden jongeren dat ze genoeg sporten en zouden ze meer willen sporten?
- Welke factoren weerhouden jongeren ervan (vaker) te sporten?
- Welke factoren stimuleren jongeren om (vaker) te sporten?
- In hoeverre verwachten jongeren gebruik te gaan maken van een sportpas?
- Welke elementen vinden jongeren belangrijk in een sportpas?

Management summary

A decorative graphic on a blue background. It features two green circles of different sizes. A green line starts from the bottom left, curves upwards to connect to the bottom of the larger circle, then continues as a straight line to the bottom of the smaller circle, and finally curves again towards the top right corner of the image.



Hoofdconclusie:

Een sportpas helpt om de financiële drempels om te gaan sporten te verlagen. Er zal echter ook sociale stimulans nodig zijn om jongeren meer en blijvend te laten sporten.

Aanbevelingen:

We adviseren daarom om een sportpas te koppelen aan initiatieven om een passende sport en een sportmaatje te vinden.

Het aanbieden van een (al bestaande) app die voortgang weergeeft en de jongeren stimuleert zal daarnaast nog meer jongeren aan het sporten zetten én houden.

Stimuleer daarnaast jongeren om lid te worden van een sportvereniging, daar is het makkelijker om ook de sociale motivatie te vinden en het sporten vol te houden.

Jongeren willen meer sporten

Het merendeel van de jongeren haalt de norm van intensief bewegen wel, maar vooral bij 12-17 jarigen valt daar nog winst te behalen. Qua bot- en spierversterking geeft slechts een derde aan de norm te voldoen, dit geldt voor beide leeftijdsgroepen.

Een heel groot deel van de jongeren geeft aan meer te willen sporten. Ook al vindt maar een derde dat ze (te) weinig sporten.

Geld- en tijdgebrek, maar ook een onregelmatig leven en ontbreken van een sportmaatje zijn barrières om (vaker) te gaan sporten

Geen tijd en geen geld zijn de belangrijkste barrières om meer te sporten.

Gebrek aan tijd en een onregelmatig leven wordt vaker als barrière genoemd door de 12-17 jarigen. Oudere jongeren geven vaker aan een sportmaatje te missen. Gebrek aan geld is logischerwijze nog vaker een barrière voor jongeren met een lager inkomen. Niet sporters vinden sporten ook vaker saai en vinden dat het te veel energie kost.

Financiële én sociale hulp gewenst om meer en blijvend te sporten

Jongeren die niet lid zijn van een vereniging vinden het moeilijker om sporten vol te houden.

Gratis lidmaatschap en proeflessen, maar ook sociale stimulans in de vorm van een sportmaatje of iemand die helpt een sport te kiezen, helpen volgens de jongeren om meer te gaan sporten. Bij 12-17 jarigen zou een overzicht van sportmogelijkheden daarbij ook helpen.

De helft van de jongeren geeft daarnaast aan, dat 'vooruitgang zien' helpt om het sporten vol te houden.

Een sportpas helpt bij de financiële barrière, maar jongeren willen ook graag gemotiveerd worden

Vrijwel iedereen is enthousiast over een sportpas en geeft aan deze te gaan gebruiken als hij wordt aangeboden.

Qua invulling wensen jongeren zowel een online als een fysieke pas. Ook zeggen velen gebruik te gaan maken van de mogelijkheden om de pas op te laden. Verdelen van saldo naar draagkracht vindt de meerderheid een goed idee, evenals het leveren van een tegenpresentatie. Verder willen ze dat de pas er leuk uit ziet en makkelijk is in gebruik.

Een suggestie van sommige jongeren is dat een sportpas komt met een app, waarbij ze een overzicht hebben van sportmogelijkheden in de buurt, en waarin ze (proef)lessen kunnen boeken, maar die hen tevens ook coacht.

Beeld bij en belang van
sporten voor jongeren



Meeste jongeren vinden zelf dat ze voldoende sporten/ bewegen

Bijna alle jongeren geven aan dat ze (nog) meer willen sporten

Gelijke verdeling sportvereniging en thuis-buiten sporters

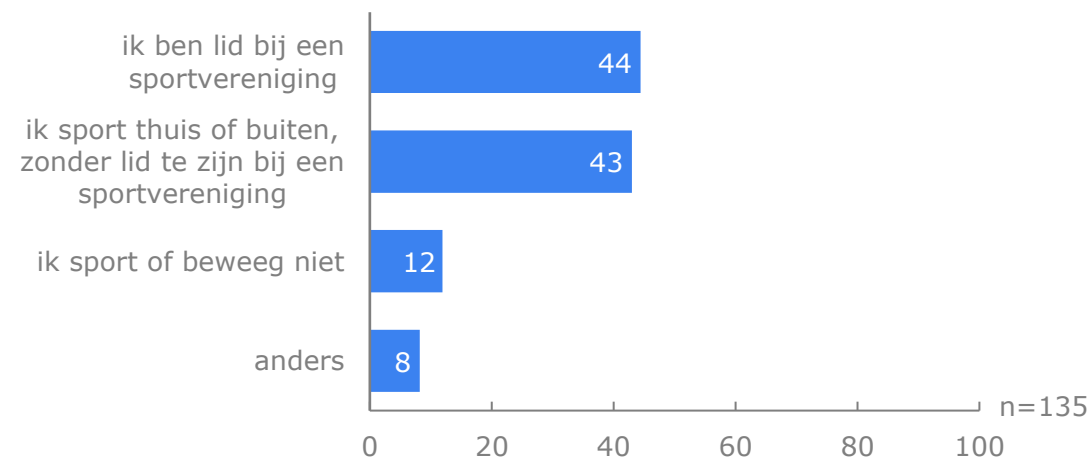
Iets minder dan de helft is lid bij een sportvereniging. Iets minder dan de helft sport (ook) thuis of buiten. Eén op de tien sport of beweegt niet.

Eigen beeld voldoende sporten

De meeste jongeren vinden zelf dat ze (te) veel of voldoende sporten/bewegen. Een derde vindt dat ze (te) weinig sporten of bewegen.

Ondanks dat de meeste jongeren al vinden dat ze voldoende of veel bewegen, geeft de overgrote meerderheid aan dat ze (nog) meer willen sporten of bewegen (85%).

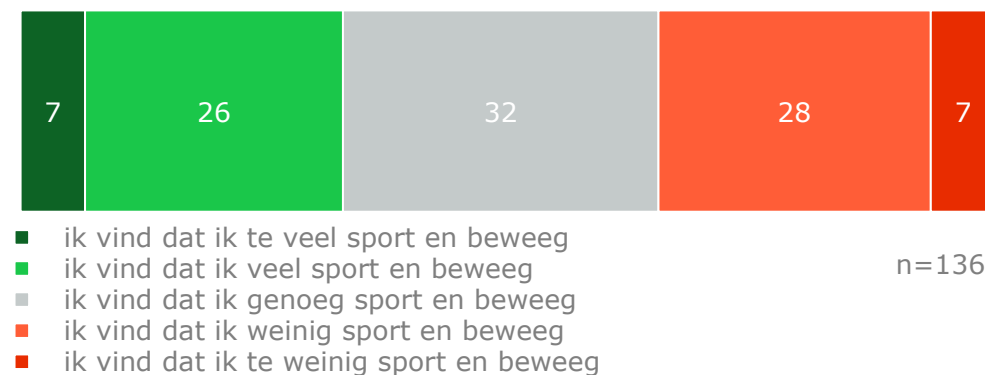
Manier van sporten (in %)



Ik wil meer sporten/ bewegen (in %)



Eigen mening voldoende sporten/ bewegen (in %)



Beweegnorm spier- en botversterking wordt vaak niet gehaald

Meerderheid van de jongeren sport voldoende intensief

In de vragenlijst is de norm voor sporten voor beide leeftijdsgroepen voorgelegd.

De meerderheid sport voldoende intensief

Bijna driekwart van de 18-23 jarigen geeft aan de norm van intensief bewegen te halen. Een ruime helft van de 12-17 jarige geeft aan genoeg intensief te bewegen.

Een derde zegt de norm te halen voor spier- en botversterking

De meerderheid van de jongeren voldoet dus niet aan de beweegnorm voor spier- en botversterking. Dit geldt voor beide leeftijdsgroepen.

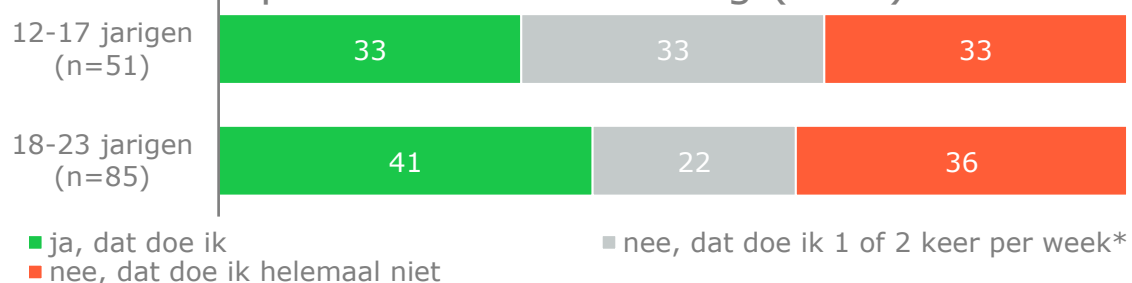
Intensief bewegen 12-17 jarigen (in %)



Intensief bewegen 18-23 jarigen (in %)



Spier- en botversterking (in %)



*voor 12-17 jarigen is de norm 1 of 2 keer per week, voor 18-23 jarigen is dit 1 keer

Jongeren vinden de fysieke en mentale voordelen van sporten belangrijk, maar het moet ook leuk zijn

Belang van sporten is duidelijk voor jongeren

Jongeren vinden vooral de fysieke en mentale boost die het sporten hen oplevert van groot belang. De meeste jongeren geven aan dat ze het belangrijk vinden om te sporten omdat het goed is voor hun lichaam. Ook noemen jongeren vaak dat ze sporten belangrijk vinden omdat het leuk is om te doen en het hen achteraf een goed gevoel geeft.



“Omdat ik graag gezond wil blijven.”

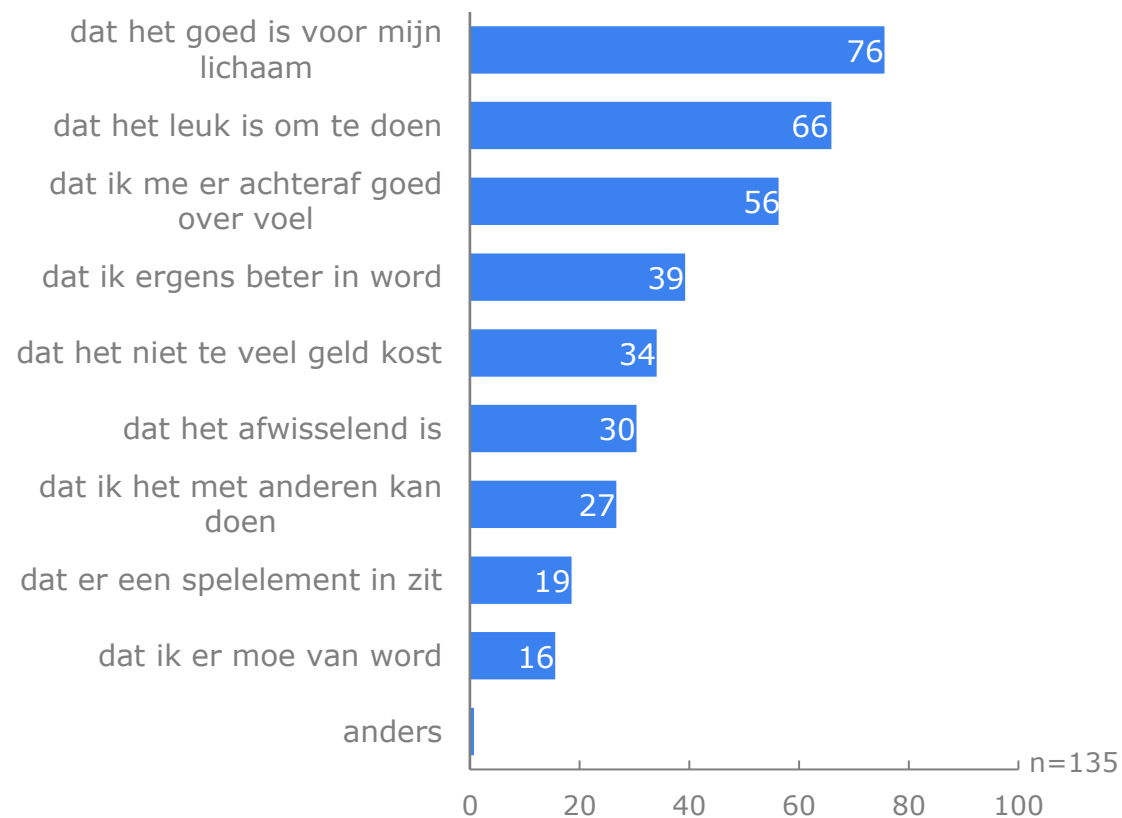
Vrouw - 12-17 jaar - sport buiten/ thuis



“Ik vind het heel belangrijk dat ik een beetje actiever ga worden.”

Vrouw - 18-23 jaar - sport in sportschool

Belangrijk aan sport (in %)



Jongeren zien traditionele sporten vooral als echte sport

Jongeren zien digitale vormen van sporten minder als echte sport

Traditionele sporten en fysieke challenges worden gezien als sport

Jongeren beschouwen vooral traditionele sporten en fysieke activiteiten als 'echt' sporten. Zo worden sporten in de sportschool en krachttraining door de meesten gezien als sporten.

Meer dan de helft vindt ook dat voetballen, de 10.000 stappen challenge, een vriendschappelijke tenniswedstrijd, de avondvierdaagse, gymles en een yoga- of pilatesles tellen als sporten.

Digitale vormen van sporten minder gezien als sport

Tiktok dansjes, e-sports of gamen en op je e-bike fietsen worden door slechts een kleine groep als sporten beschouwd.

Ook minder intensieve activiteiten zoals het wandelen naar de bus en een bal overgooien in het zwembad vinden jongeren minder vaak echt sporten.

Betekenis sporten (in %)



Barrières en drivers voor sporten en bewegen

A decorative graphic on a blue background. It consists of two green circles of different sizes. A green line starts from the bottom left, curves upwards and to the right, passing through the bottom of the larger circle. Another green line starts from the top of the larger circle, goes up and to the right, passing through the top of the smaller circle, and then continues as a long, shallow arc towards the right edge of the frame.

Verschillende barrières houden jongeren tegen vaker te sporten

Tijd, geld en onregelmatigheid zijn belangrijke barrières

Jongeren ervaren verschillende barrières om vaker te sporten

Jongeren ervaren vooral tijdgebrek en geld als belemmeringen om meer te gaan sporten. Daarnaast worden moeite met het volhouden en onregelmatigheid in hun leven ook vaak genoemd als barrières. Een jongere noemt bijvoorbeeld moeite te hebben met sporten combineren met school. De barrières worden elk door ongeveer een kwart tot een derde genoemd.

Jongeren die geen lid zijn van een vereniging geven vaker aan dat ze het moeilijk vinden om het vol te houden om regelmatig te sporten ten opzichte van leden van verenigingen (zie slide 15).

Onbelangrijk, saai of niet leuk worden minder vaak genoemd

Slechts een zeer kleine groep geeft aan zich niet op hun gemak te voelen tijdens het sporten. Slechts enkelen vinden sporten onbelangrijk. Het saai vinden of niet leuk vinden worden ook relatief minder vaak genoemd als barrières.

Verskil tussen de leeftijdsgroepen

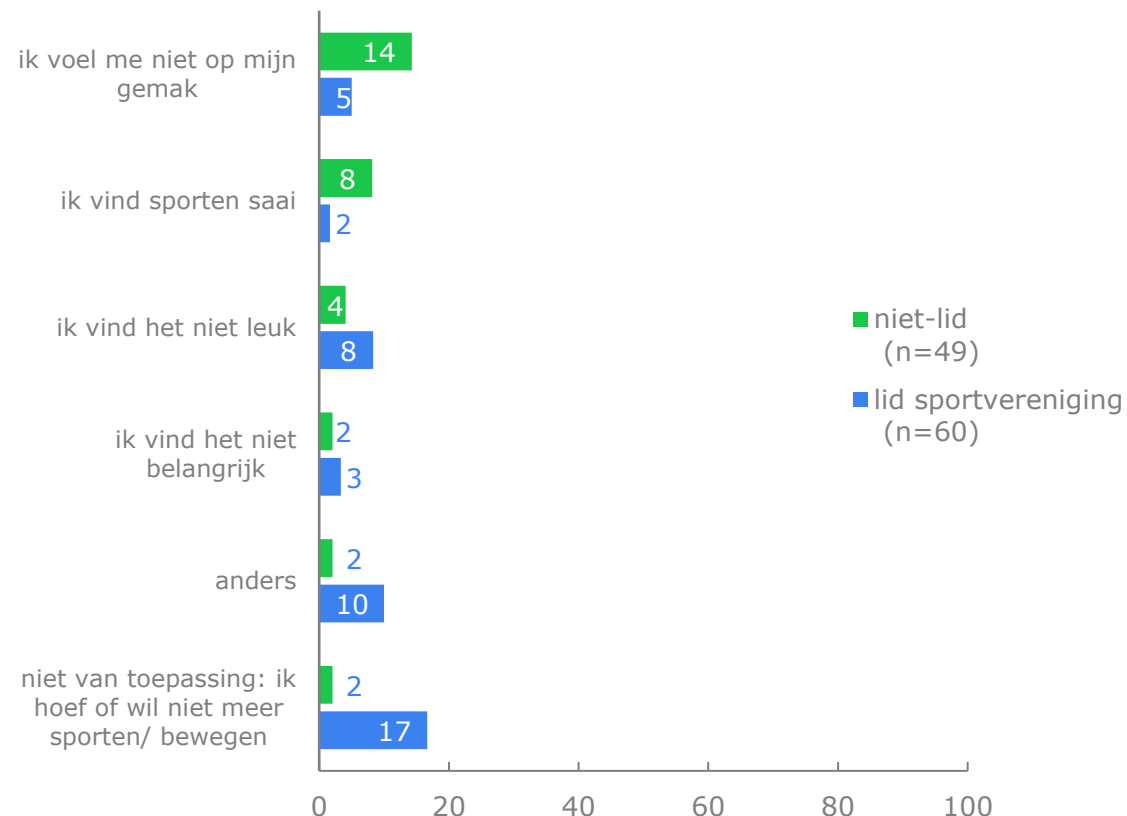
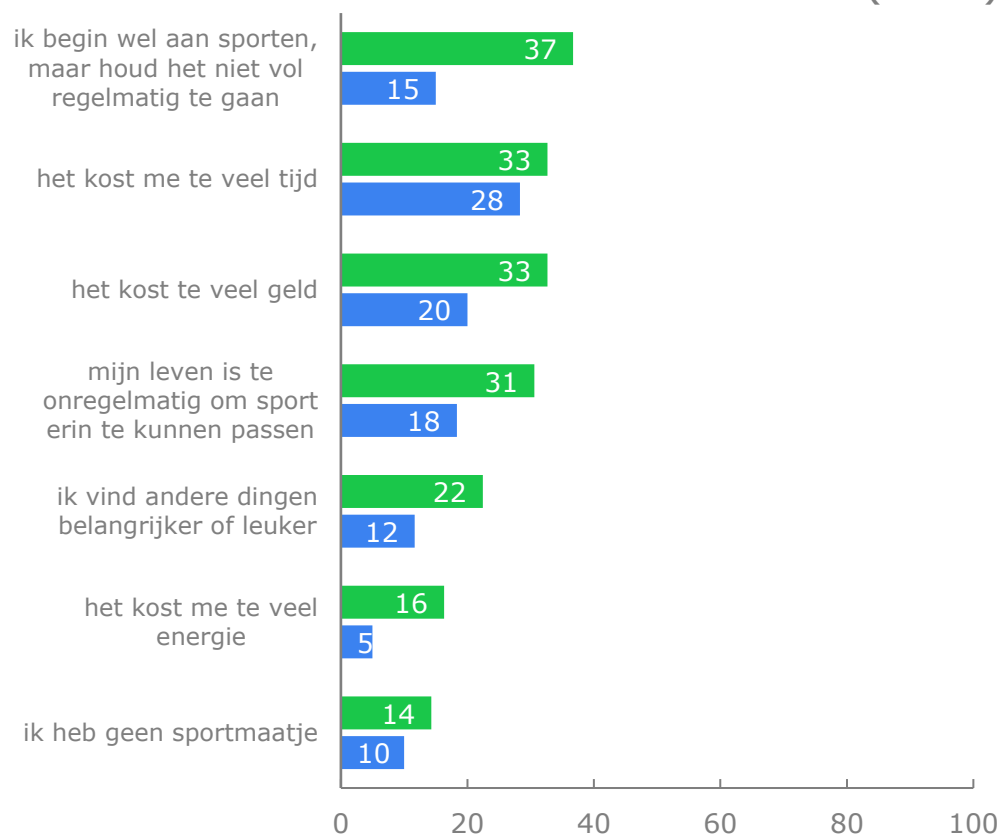
Jongeren tussen 12-17 geven vaker aan dat sporten te veel tijd kost ten opzichte van de oudere groep. 18-23 jarigen geven juist vaker aan dat ze een sportmaatje missen ten opzichte van de jongere groep (zie slide 16).

Barrières meer sporten (in %)



Niet-leden geven vaker aan moeite te hebben met volhouden regelmatig te gaan t.o.v. leden van sportverenigingen

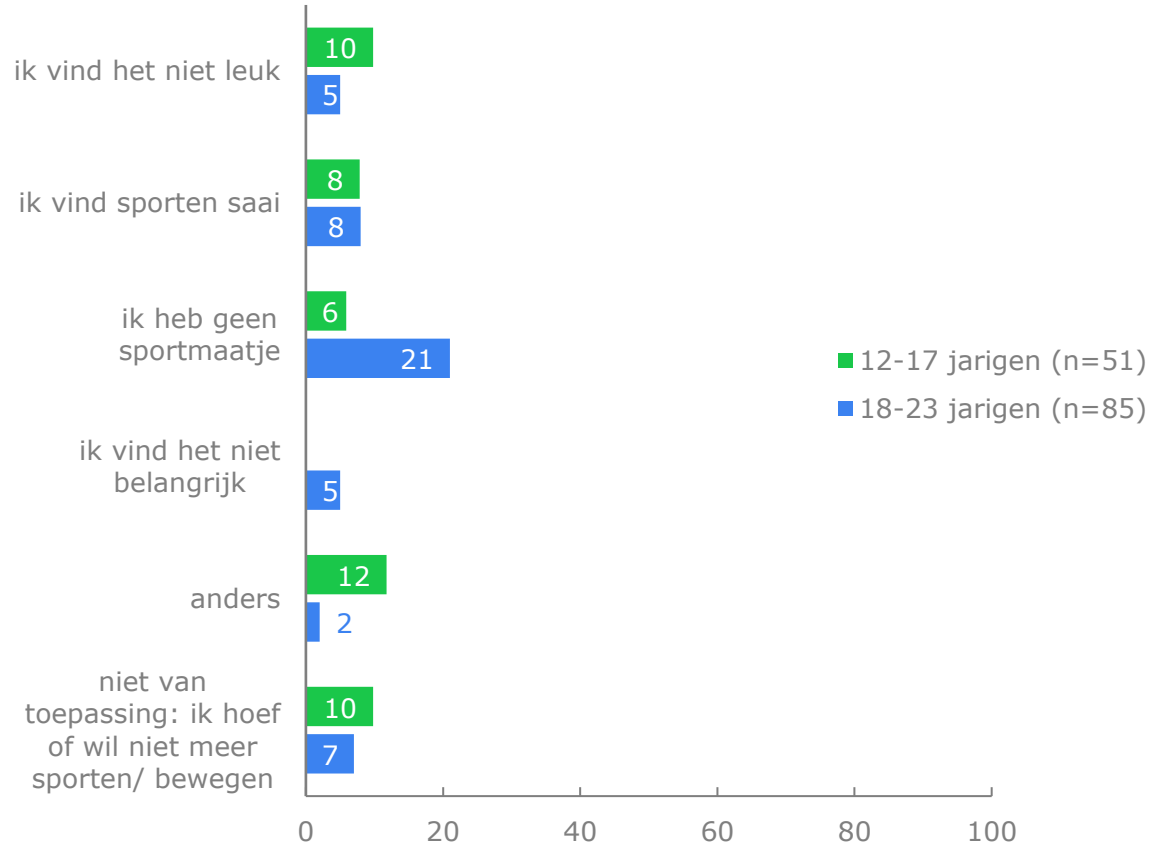
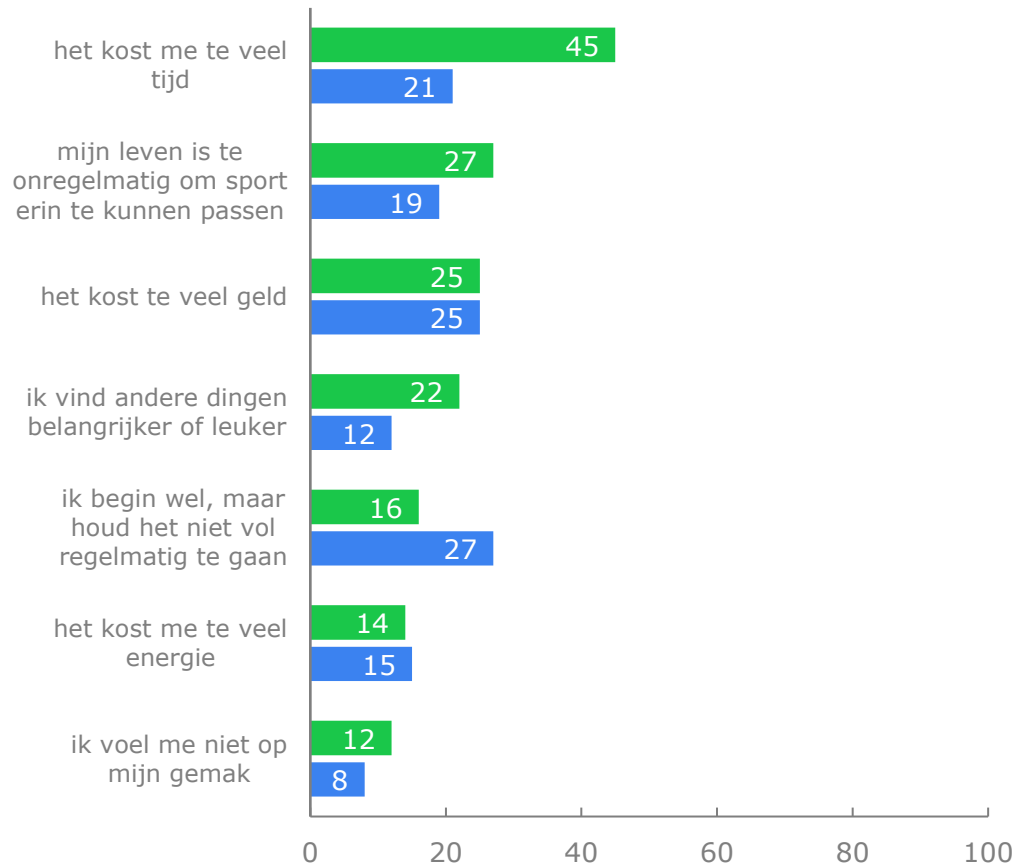
Barrières niet-lid vs. lid sportvereniging
(in %)



Tijd wordt vaker genoemd als barrière door 12-17 jarigen

18-23 jarigen geven vaker aan een sportmaatje te missen ten opzichte van 12-17 jarigen

Barrières 12-17 vs. 18-23 jarigen
(in %)



Financiële én sociale motivatoren van belang om meer te sporten

Jongeren vinden vooruitgang een belangrijke reden om het sporten vol te houden

Sociale en financiële aspecten van belang bij vaker sporten

Sociale en financiële aspecten kunnen ervoor zorgen dat jongeren meer gaan sporten. Zo geeft ongeveer een derde aan dat een gratis lidmaatschap en gratis proeflessen hen zouden helpen om meer te sporten (financieel), maar vinden ze een sportmaatje en iemand hebben die helpt bij het kiezen van een passende sport ook van groot belang (sociaal).

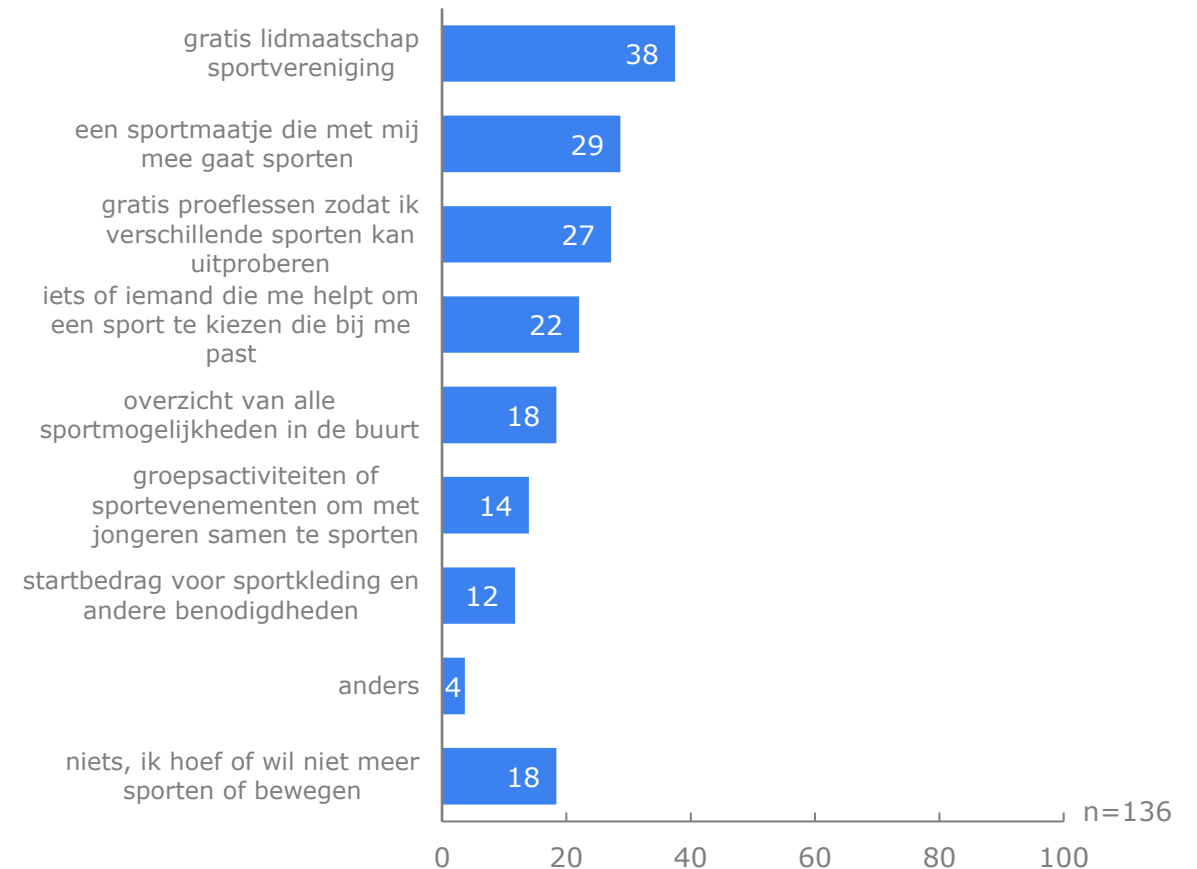
Om het sporten vol te houden vinden jongeren het belangrijk dat ze vooruitgang zien, met vrienden/ sportmaatjes kunnen sporten en iemand hebben die ze motiveert en begeleidt. Daarnaast zeggen ze dat met korting of gratis sporten hen helpt het langer vol te houden (zie *slide 20*).

Jongeren die nu thuis/ buiten sporten vinden een gratis lidmaatschap vaker belangrijk als motivator ten opzichte van jongeren die al lid zijn bij een vereniging. Ook geven niet-leden aan dat gratis of met korting sporten hen zou helpen het sporten langer vol te houden (zie *slide 18*).

Verschillen tussen de leeftijdsgroepen

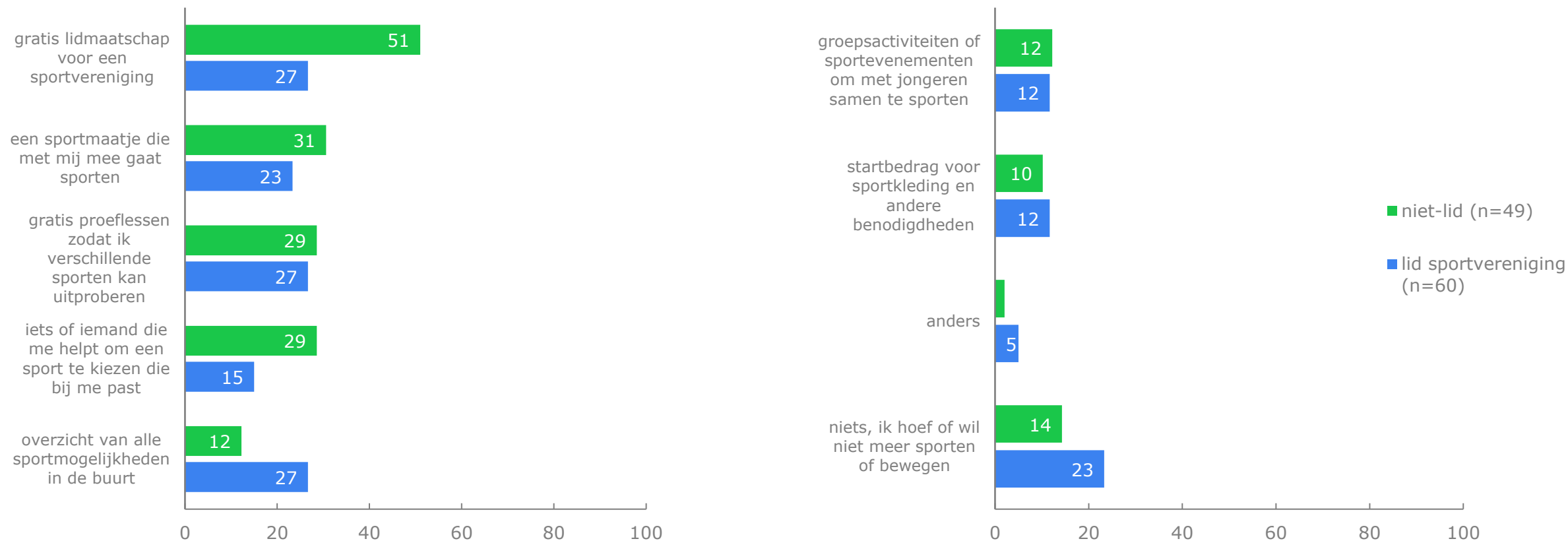
Jongeren tussen 12-17 jaar geven vaker aan dat een overzicht van alle sportmogelijkheden in de buurt behulpzaam zou zijn ten opzichte van de 18-23 jarigen. Verder is het voor 12-17 jarigen extra belangrijk dat ze hun vooruitgang zien om het sporten beter vol te kunnen houden (zie *slide 19*).

Drivers (meer) sporten (in %)



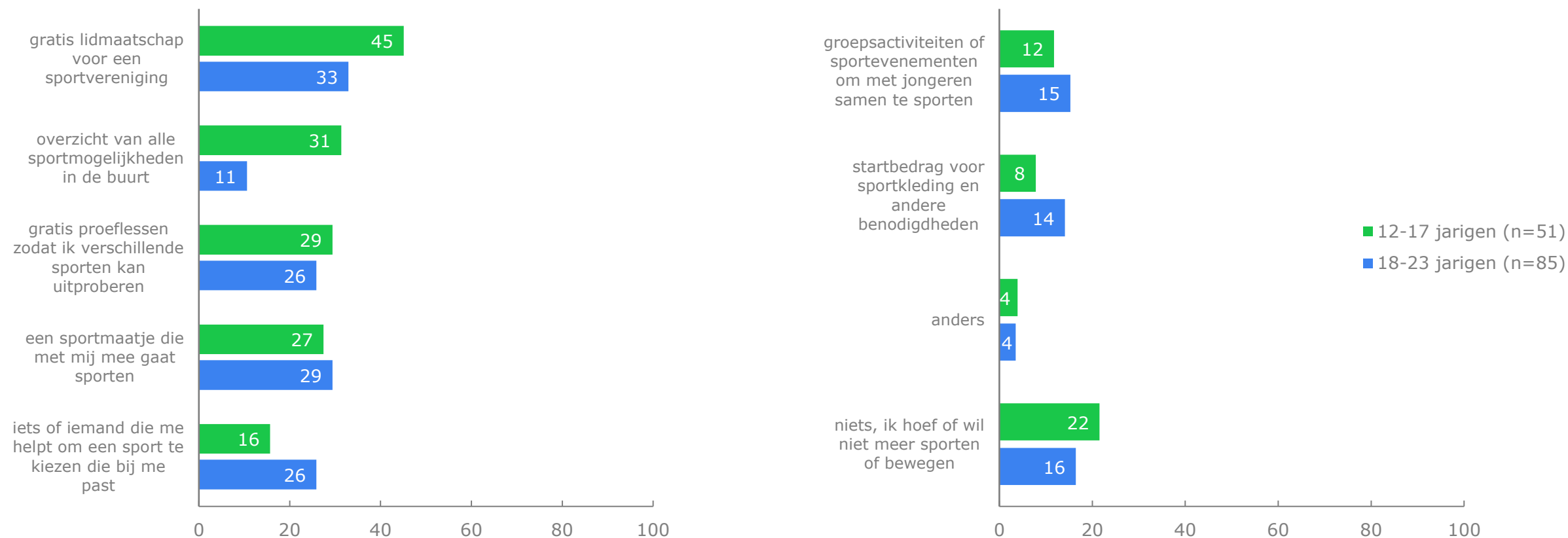
Gratis lidmaatschap belangrijkere driver voor jongeren die buiten/ thuis sporten

Drivers meer sporten niet-lid vs. lid sportvereniging
(in %)



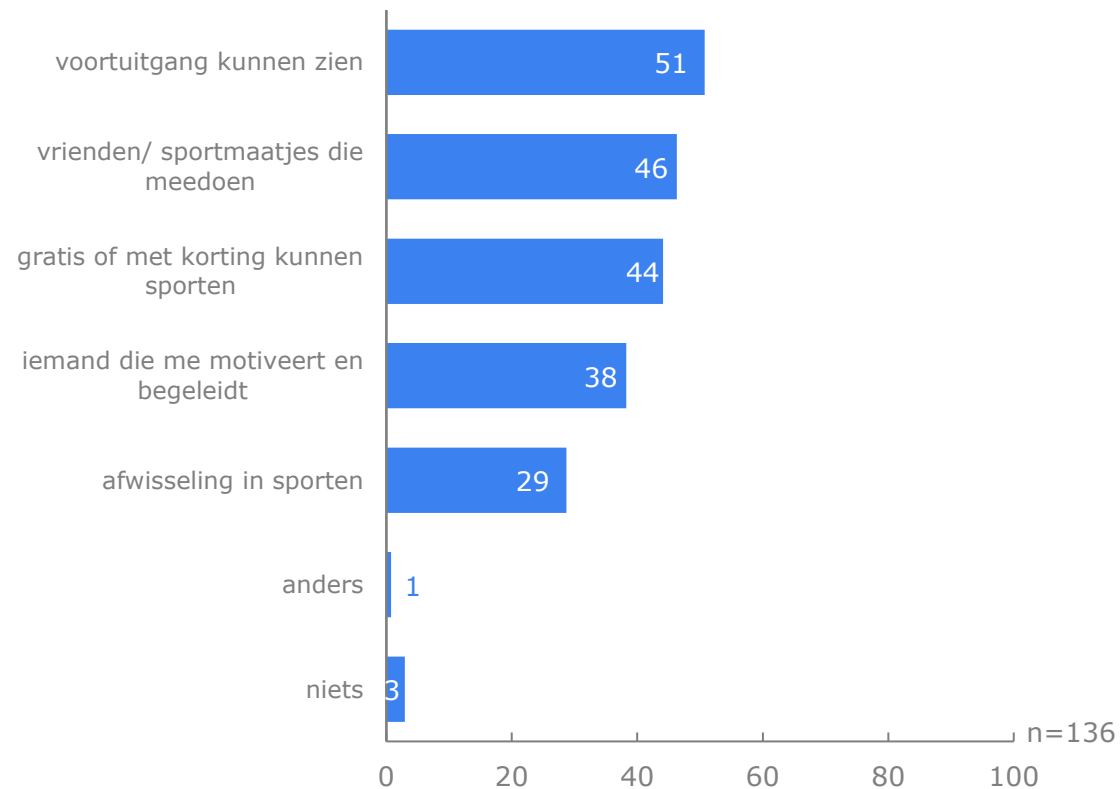
12-17 jarigen geven vaker aan een overzicht van sportmogelijkheden in de buurt behulpzaam te vinden

Drivers meer sporten 12-17 vs. 18-23 jarigen
(in %)



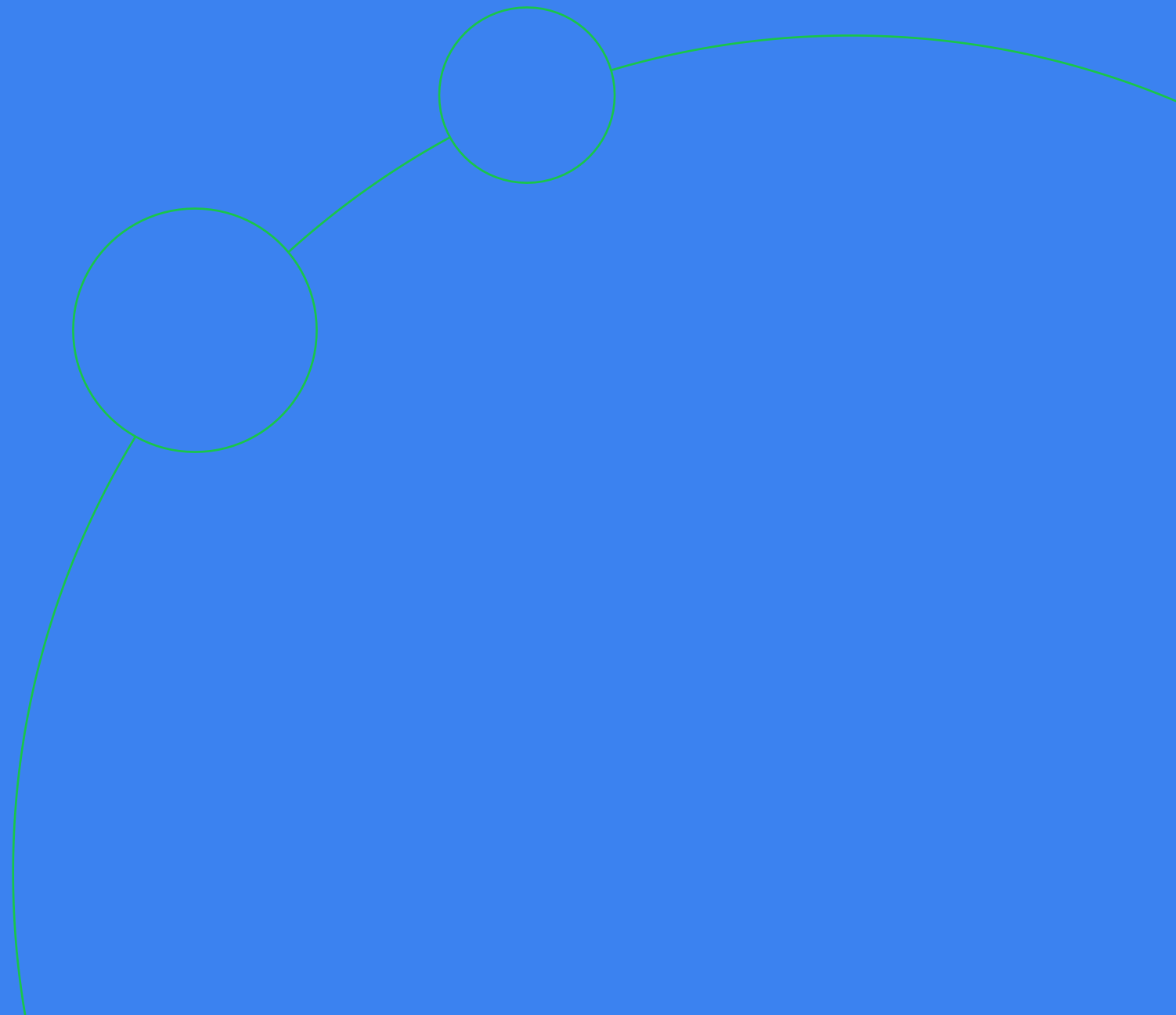
Verschillende drivers helpen jongeren het sporten langer vol te houden

Drivers langer volhouden (in %)



Reacties op een sportpas

De sportpas krijg je van de Gemeente of een andere overheid en is er om elke jongere te helpen meer te gaan sporten of bewegen. De pas bevat een bepaald bedrag waar je contributie of lessen mee kan betalen, maar ook (voor een maximum bedrag) aan sportkleding.



Jongeren zijn positief over een sportpas

Ze vinden de toegankelijkheid, financiële ondersteuning en hulp bij eerste stap waardevol

Positieve gevoelens bij een sportpas

Bijna alle jongeren reageren erg positief op een sportpas. De meeste jongeren zien het als een goede manier om sporten toegankelijker te maken. Velen waarderen dat de pas kansen biedt aan jongeren met minder financiële middelen. Zo geven jongeren aan dat een sportpas kan bijdragen aan gelijkheid op het gebied van sport.

Verder noemen sommigen dat een sportpas sporten/bewegen stimuleert, wat volgens hen een positief effect heeft op de gezondheid van jongeren. Ook geven ze aan dat jongeren dankzij een sportpas kunnen deelnemen aan sportactiviteiten en zo nieuwe sociale contacten kunnen opdoen.



"Dat zou ik erg leuk vinden en het zou sporten voor de armere mensen ook aantrekkelijker maken. Dus is het een goed idee."

Man – 12-17 jaar – lid sportvereniging



"Een goed gevoel, met deze hulp vind ik de stap om te sporten kleiner. Als ik eenmaal begin stop ik ook niet."

Vrouw – 18-23 jaar – wandelt naar werk



"Dit lijkt me een goed idee dat gelijkheid op een belangrijk punt zou verbeteren."

Man – 18-23 jaar – sport/ beweegt niet



"Een goed gevoel! Ik denk dat jongeren die het krap hebben thuis veel hebben aan beweging en contact. Ze hebben plezier in sport en het is gezond voor het lijf, ook hebben ze contact en zal dit hen ook helpen."

Vrouw – 12-17 jaar – lid sportvereniging

Velen denken dat een sportpas jongeren aan het sporten krijgt

Jongeren geven wel aan dat intrinsieke motivatie en sociale aspecten ook van belang zijn

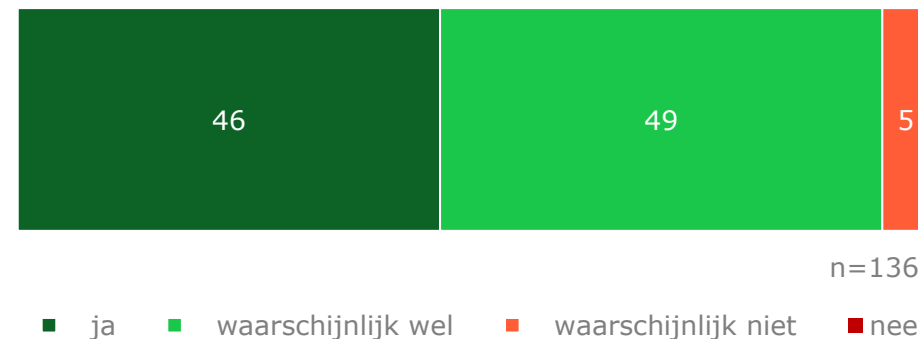
Meerderheid verwacht dat jongeren een sportpas gaan gebruiken

Bijna iedereen verwacht dat andere jongeren een sportpas zullen gebruiken. Ze denken dat een sportpas helpt om meer jongeren aan het sporten te krijgen, doordat de drempel om (nieuwe) sporten te proberen lager wordt. Zo kunnen jongeren sporten proberen zonder dat daar direct eigen kosten aan verbonden zijn. Via de sportactiviteiten die door een sportpas mogelijk worden gemaakt, kunnen jongeren ook sociale contacten opdoen. Daarnaast werkt een sportpas motiverend: zo zien sommigen het als een 'cadeau' en daardoor als iets wat zonde is om niet te gebruiken.

Andere aspecten ook van belang

Sommige jongeren geven aan dat intrinsieke motivatie en sociale aspecten, zoals het hebben van vrienden bij het sporten, ook belangrijk zijn voor jongeren. Ze zien een sportpas vooral als een manier om de financiële barrière te verminderen, maar geven aan dat andere aspecten ook van belang zijn. Een sociale barrière als niemand kennen en hierdoor moeite hebben met instromen bij een vereniging/ lesgroep kan volgens jongeren anderen ook weerhouden van het sporten.

Verwachting dat jongeren meer gaan sporten door een sportpas (in %)



"Er is meer kans om nieuwe dingen uit te proberen zonder dat hier directe kosten aan verbonden zijn. Hierdoor zouden mensen meer gemotiveerd kunnen raken iets nieuws uit te proberen."

Vrouw – 18-23 jaar – sport/ beweegt niet



"Het draait uiteindelijk om motivatie, als het financieel makkelijker gaat is het nog maar de vraag of jongeren ook de motivatie vinden om dan wel te gaan sporten."

Vrouw – 12-17 jaar – sport buiten/ thuis

Bijna alle jongeren verwachten een sportpas te gaan gebruiken

Jongeren vinden een sportpas vooral een fijn financieel hulpmiddel

Meerderheid verwacht sportpas te gebruiken

Jongeren vinden een sportpas niet alleen een goed idee voor anderen; de overgrote meerderheid verwacht een sportpas ook zelf te gebruiken. Slechts een kleine groep verwacht dit niet te doen.

Jongeren geven aan dat als een sportpas er toch is, ze het ook zullen gebruiken. Een sportpas werkt voor velen als een motivatie; als de jongeren iets krijgen, maken ze er graag gebruik van. Zo verwachten ze dankzij een sportpas sneller nieuwe sporten te proberen, nieuwe spullen en kleding te gaan kopen.

Meesten verwachten sportpas te gebruiken voor sportlessen

Van degenen die een sportpas verwachten zelf te gebruiken, verwacht de meerderheid een sportpas te gaan gebruiken voor sportlessen (68%). Ook sportkleding (47%), sportmaterialen (44%) en contributie voor een vereniging (42%) worden door veel jongeren genoemd.



"Geld is voor mij reden dat ik maar beperkt kan sporten, dus dit zou zeker helpen."

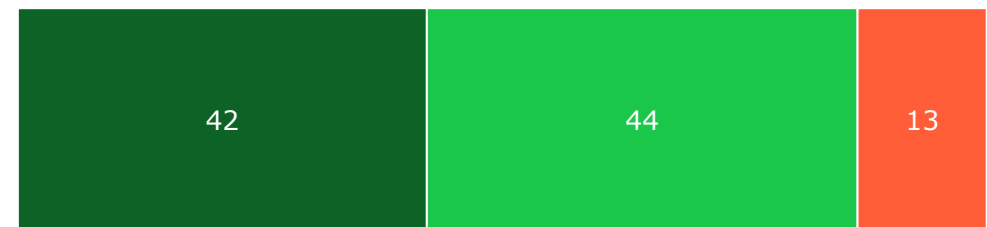
18-23 – deelt liever geen informatie over geslacht – sport thuis/ buiten



"Als je zo'n kaart hebt en niet sport, dan is het een gemiste kans om niet te sporten."

Man – 12-17 jaar – sport thuis/ buiten

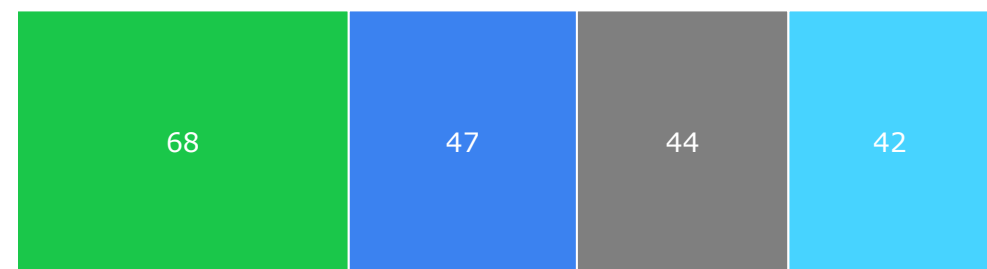
Verwachting gebruik sportpas zelf (in %)



n=136

■ zeker wel ■ waarschijnlijk wel ■ waarschijnlijk niet ■ zeker niet

Gebruik sportpas (in %)



n=117*

■ sportlessen ■ sportkleding ■ sportmaterialen ■ contributie voor een vereniging ■ anders

*Jongeren die verwachten een sportpas zelf wel te gebruiken

Jongeren zien graag een online en digitale sportpas

Meerderheid vindt bijstorten een goed plan

Slechts enkelen vinden bijstorten een slecht idee

De grootste groep jongeren betaalt zelf hun sportkosten (45%). Bij ongeveer een derde betalen de ouders/ verzorgers alles (31%). Een kleiner deel geeft aan de kosten te delen (19%). Ouders/ verzorgers betalen vaker de sportkosten voor 12-17 jarigen, terwijl 18-23 jarigen vaker alles zelf betalen (zie slide 26).

De grootste groep (twee op de vijf) van het totaal aantal jongeren zou zelf geld bijstorten op een sportpas. Iets minder dan een derde zou het aan hun ouders/ verzorgers vragen. Een kwart vindt het een goed plan, maar zou er geen geld op bijstorten. Slechts enkelen vinden het bijstorten op een sportpas een slecht idee.

18-23 jarigen verwachten vaker zelf geld op de pas te zetten, terwijl 12-17 jarigen verwachten dat ouders/ verzorgers dit doen.

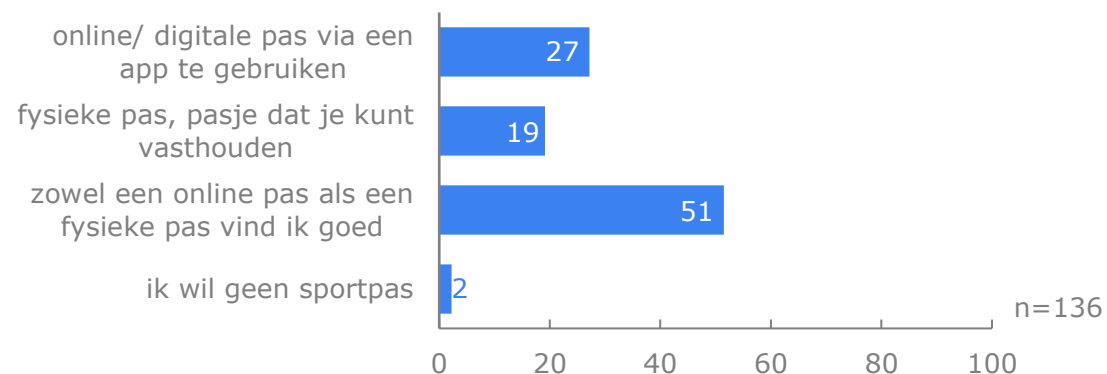
Belang van motivatie

Sommige jongeren geven aan dat niet alle jongeren geld op een sportpas zullen bijstorten. Zo merkt een jongere op dat als je zelf moet bijstorten dat sommige jongeren hun geld waarschijnlijk aan anderen dingen (die ze belangrijker vinden dan sporten) blijven uitgeven in plaats van een bedrag op de pas te zetten.

Voorkeur voor online en digitale sportpas

De meeste jongeren zien graag zowel een fysieke als online pas.

Voorkeur online of fysieke sportpas (in %)



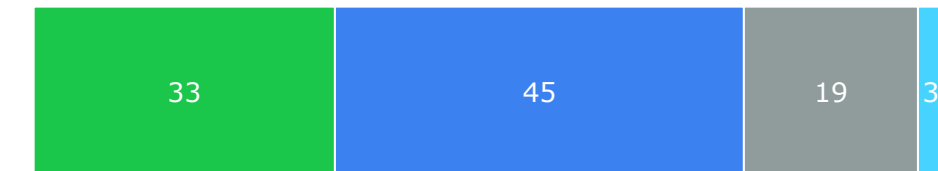
Gebruik functie bijstorten (in %)



Bijna de helft van de jongeren geeft aan sport zelf te betalen

Bij 12-17 jarigen betalen vaker de ouders/ verzorgers, 18-23 jarigen betalen vaker zelf

Betalen sportkosten (in %)



n=136

- mijn ouders / verzorgers betalen alles
- ik betaal alles zelf
- we betalen elk een deel
- anders

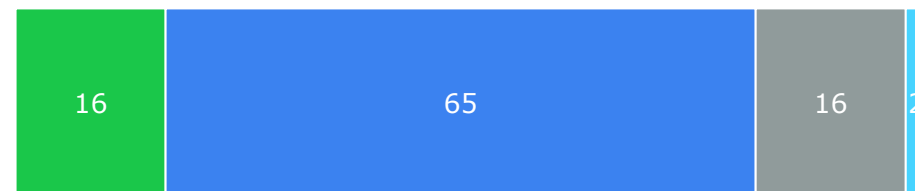
Betalen sportkosten 12-17 jarigen (in %)



n=51

- mijn ouders / verzorgers betalen alles
- ik betaal alles zelf
- we betalen elk een deel
- anders

Betalen sportkosten 18-23 jarigen (in %)



n=85

- mijn ouders / verzorgers betalen alles
- ik betaal alles zelf
- we betalen elk een deel
- anders

Meeste jongeren zijn bereid om een tegenprestatie te leveren

Meerderheid vindt dat het bedrag op een sportpas hoger moet zijn voor jongeren met minder financiële middelen

Overgrote deel bereid om tegenprestatie* te leveren

Jongeren zijn grotendeels bereid om een tegenprestatie te leveren voor het ontvangen van een sportpas, zeker als dit verplicht wordt. Een groot deel wil dit ook graag leveren zonder dat het een verplichting is. Een kleine groep geeft aan niet bereid te zijn om een tegenprestatie te leveren.

Meerderheid voor eerlijke verdeling

De meerderheid vindt het een goed idee dat een sportpas naar draagkracht verdeeld wordt, waarbij jongeren die minder te besteden hebben meer gesteund worden.



"Het is een goed initiatief. Wel denk ik dat ikzelf het niet zozeer nodig heb, er zijn andere jongeren die hier veel meer van zullen profiteren, dus zij verdienen deze optie als eerst!"

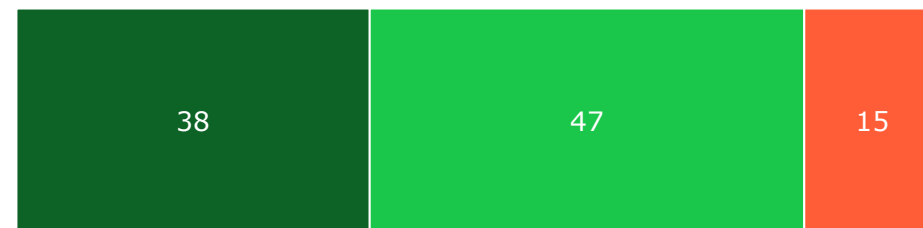
Vrouw – 12-17 jaar – lid sportvereniging



"Ik heb genoeg geld ervoor dus ik vind het eerlijker dat die pas naar iemand anders zou gaan."

Vrouw – 12-17 jaar – sport buiten/ thuis

Bereidheid tegenprestatie (in %)



n=136

■ ja, dat wil ik wel ■ ja, alleen als het moet ■ nee, dat wil ik niet

Mening over de verdeling naar draagkracht sportpas (in %)



n=136

- lijkt me logisch en eerlijk
- ik heb liever dat iedere jongere evenveel krijgt
- jongeren die minder te besteden hebben zouden dit moeten aanvragen, het moet niet automatisch gaan

*Vraagstelling Q27: Zou je een tegenprestatie willen doen voor het ontvangen van een sportpas, zoals kantine/ bardiensten bij de vereniging, meehelpen met bepaalde evenementen op de vereniging?

A decorative graphic on a blue background. It consists of two green circles of different sizes. A green line starts from the bottom left, curves upwards to connect to the bottom of the larger circle, then continues as a straight line to the bottom of the smaller circle, and finally curves upwards and to the right, ending at the top right edge of the frame.

Suggesties van jongeren

Jongeren zien graag modern design en eenvoudig gebruik

Velen zien proeflessen en groepslessen bij verenigingen als onderdeel van een sportpas

Jongeren geven de volgende suggesties voor een sportpas:

- **Moderne vormgeving;** jongeren hebben de voorkeur voor een modern design met een unieke kleur en een motiverende quote erop, gerelateerd aan samen sporten. Verder vinden jongeren het fijn als de pas fysiek en digitaal beschikbaar is.
- **Eenvoudig;** de pas moet makkelijk te gebruiken zijn. Bijvoorbeeld door de pas te kunnen scannen of te laten zien bij een vereniging (zoals met een QR code of in de Wallet op de mobiele telefoon) en dat men vervolgens direct mee kan doen. Sommigen noemen als suggestie dat je lessen kunt boeken via een app. Ook het (voor het eerst) aanvragen van de pas moet eenvoudig te doen zijn voor alle jongeren.
- **Groepslessen;** De pas motiveert nog meer als er groepslessen worden aangeboden. Bij groepslessen kunnen jongeren anderen ontmoeten waar ze vervolgens vaker samen mee kunnen sporten.
- **Proefperiodes bij verenigingen;** jongeren willen graag verschillende sporten proberen om erachter te komen wat er bij hen past. Een jongere geeft als suggestie dat verschillende sportverenigingen gratis lessen aanbieden voor een bepaalde periode, zodat jongeren verschillende activiteiten kunnen uitproberen (voordat ze een keuze maken voor een bepaalde sport).
- **Financiële ondersteuning;** jongeren noemen voorbeelden hoe het bedrag ingezet kan worden, zoals één keer per week gratis sporten. Ook geven ze aan dat het fijn zou zijn als het bedrag jaarlijks wordt aangevuld door de Overheid/ Gemeente.
- **Bekendheid;** jongeren vinden het fijn als een sportpas bekend is en ook door anderen wordt gebruikt. Om bekendheid te geven aan een sportpas worden social media advertenties (vanuit de overheid) en samenwerkingen met influencers genoemd.

“De pas zou zowel fysiek als digitaal moeten zijn, zodat je ‘m makkelijk kunt gebruiken bij sportclubs, zwembaden en fitnesscentra, maar ook in een handige app.”

Man – 12-17 jaar

“De pas moet een mooie lichtblauwe kleur hebben. Verder vind ik dat er een mooie pakkende tekst op moet staan, zoals: samen gaan wij sporten. Verder dient er een QR code op te staan zodat je die kunt scannen.”

Vrouw – 12-17 jaar

“Ik denk dat het mensen beter motiveert als er groepslessen zijn. Zo wordt er ergens toch iets van je verwacht en ga je sneller. Ook is dat een stuk gezelliger.”

Vrouw – 18-23 jaar

“Ik denk dat het slim is om deze sportpassen, en dus de website waar je ze kan aanvragen, te laten promoten door content creators en influencers of platformen zoals TikTok of Instagram.”

X/ non-binair – 18-23 jaar

Jongeren zien een sportpas als meer dan alleen een pas

Zo denken jongeren aan een motivatiesysteem, persoonlijke app en begeleiding

Jongeren geven de volgende suggesties voor een sportpas:

- **Motivatiesysteem;** Jongeren noemen verschillende suggesties om de motivatie om te sporten te vergroten. Zo zien ze een puntensysteem voor zich; hoe vaker je de pas gebruikt, en voor hoe meer verschillende sportactiviteiten des te meer punten je krijgt. Deze punten kun je dan weer inruilen voor extra kortingen (bijvoorbeeld voor sportartikelen of gratis lessen). Jongeren zien ook graag mogelijkheid om contact te maken met vrienden en deel te kunnen nemen aan challenges via de app. In de app kunnen ze ook zelf doelen stellen en hun vooruitgang zien.
- **Persoonlijke coach app;** sommige jongeren vinden het fijn als je met een sportpas ook sportadvies en coaching kunt krijgen. Jongeren zien graag hun sportvoorkeuren, sportgeschiedenis en beloningen terug in de app. Ook ontvangen ze graag persoonlijke tips. Ze kunnen ook anderen uitnodigen en hun persoonlijke sportprofiel zien.
- **Informatie sportscholen;** de pas geeft informatie over de sportlessen; zoals reisafstand, aantal deelnemers en instructeurs. Verder staat er informatie over voeding, rust en motivatie in de app. Na een sportles kunnen jongeren een beoordeling geven, zodat ze later terugzien welke vereniging en sport ze het leukst vonden.
- **Samenwerking;** samenwerking met scholen, studie-instanties, zorg- en welzijnsinstanties, sportverenigingen en gemeentes worden genoemd.



"Een punten systeem dat je met elke keer een nieuwe sport die je probeert je punten verdiend die je uiteindelijk een keer kan inzetten voor een gratis product of les."

Vrouw – 18-23 jaar



"Via een bijbehorende app kun je het aanbod in jouw buurt bekijken, reserveren, vrienden uitnodigen of samen sporten, en ook je gezondheid of voortgang bijhouden (bijvoorbeeld hoeveel je gesport hebt die maand)."

Vrouw – 18-23 jaar



"Mijn idee voor een sportpas zou zijn, een app met functies zoals de pas zelf en bijvoorbeeld sportlocaties in de buurt waar deze pas geldig is. Verder zou er content in de app kunnen komen met sportactiviteiten die je thuis kunt doen bij slecht weer."

Man – 18-25 jaar



"Veel studenten sporten goedkoop via de universiteit, samenwerkingen met studie instanties kan ook erg leuk uitpakken. Je zou zelfs na kunnen denken over een speciaal pakket voor studentensport-verenigingen."

Vrouw – 18-23 jaar

Deepdive niet-sporters



Niet-sporters vinden vaker dat ze onvoldoende actief zijn

De overgrote meerderheid die nu niet sport/ beweegt verwacht een sportpas te gebruiken

Meerderheid die niet sport vindt dit zelf ook onvoldoende

De meerderheid van de jongeren die helemaal niet sporten of bewegen vinden zelf ook dat ze (te weinig) sporten of bewegen (63%). De groep jongeren die niet sport of beweegt vindt vaker dat ze (te) weinig sport ten opzichte van jongeren die wel sporten (bij een sportvereniging of buiten/ thuis)* (*zie bijlage*).

De belangrijkste barrières voor niet-sporters zijn tijd, de energie die het kost, het missen van een sportmaatje en het saai vinden (*zie bijlage*). Niet-sporters vinden het sporten vaker te veel energie kosten of saai ten opzichte van jongeren die lid zijn bij een sportvereniging*. Geld speelt voor sommige niet-sporters ook een negatieve rol (19%)*.

Geen afwijkende drivers voor vaker/ langer sporten

De meest genoemde drivers om meer te sporten en het langer van te houden van niet-sporters wijken niet af ten opzichte van sportende jongeren. De meest genoemde driver voor niet-sporters is een gratis lidmaatschap voor een vereniging. Ook gratis proeflessen en groepsactiviteiten of evenementen om met anderen jongeren te sporten worden door velen genoemd (*zie bijlage*)*.

Bijna alle niet-sporters verwachten sportpas te gebruiken

Net als andere jongeren geven de meeste niet-sporters aan meer te willen sporten (81%). De bereidheid om verandering te brengen binnen het sporten en bewegen lijkt er dus voor de meeste niet-sporters te zijn.

De overgrote meerderheid van de jongeren die nu niet sporten of bewegen verwachten een sportpas te gaan gebruiken (81%). Het grootste deel verwacht een sportpas te gebruiken voor sportlessen (85%).

Een sportpas lijkt goed te passen bij de belangrijkste drivers voor jongeren die nu niet sporten of bewegen; aangezien een sportpas de mogelijkheid biedt tot lessen en sportactiviteiten.

**Vanwege de lage n moeten resultaten voorzichtig geïnterpreteerd worden (n=16 jongeren die niet sporten/ bewegen).*

Quotes van niet-sporters over barrières en een sportpas



"Ik denk dat ik, als ik een sportpas zou ontvangen, gemotiveerder zou zijn om te gaan sporten, omdat het me een soort van cadeau zou worden gegeven."

Vrouw – 12-17 jaar – sport/ beweegt niet



"Zodat ik wat verschillende sporten kan uitproberen."

Man – 18-23 jaar – sport/ beweegt niet

"Ik heb zelf ook niet genoeg geld om te sporten."

Man – 18-23 jaar – sport/ beweegt niet



"Als het gratis was dan zou ik wel naar de sportschool gaan."

Vrouw – 18-23 jaar – sport/ beweegt niet



"Ik en mijn ouders hebben het geld niet om te sporten."

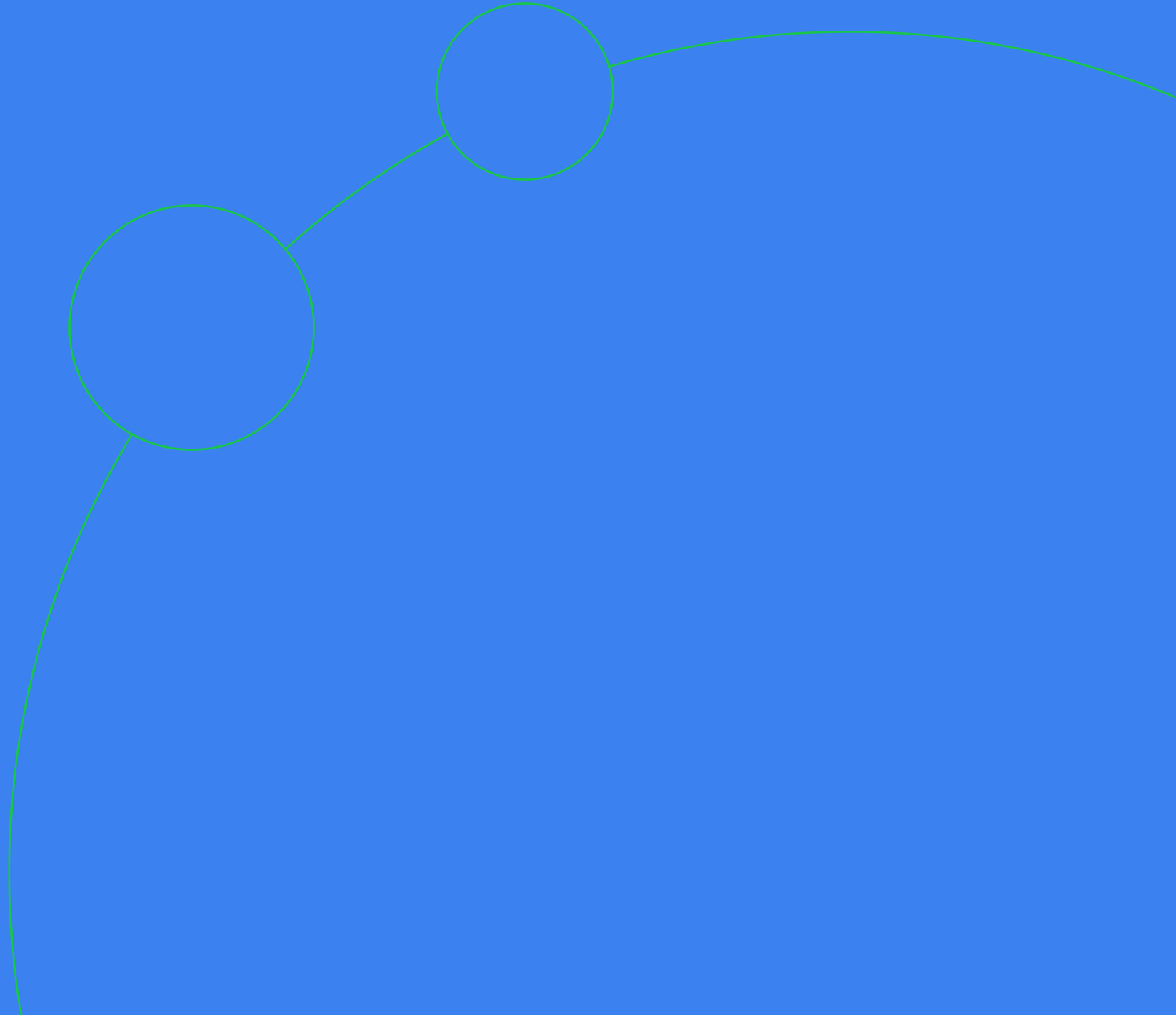
Man – 18-23 jaar – sport/ beweegt niet



"Het zou persoonlijk mijn leven heel erg positief veranderen."

Man – 18-23 jaar – sport/ beweegt niet

Deepdive geslacht



Vrouwen noemen meer barrières bij het sporten t.o.v. mannen

Het sportmaatje is een extra belangrijke driver voor vrouwen in vergelijking met mannen

Vrouwen ervaren vaker barrières door onregelmatigheid en ongemak

Een groter deel van de vrouwen geeft aan dat hun leven te onregelmatig is om het sporten erin te passen ten opzichte van de mannen (29% vrouwen vs. 11% mannen). Ook voelen vrouwen zich vaker niet op hun gemak ten opzichte van mannen (12% vrouw vs. 2% man). Ook al geven vrouwen relatief vaker aan zich niet op hun gemak te voelen ten opzichte van mannen blijft dit een kleine groep bij beide geslachten (*zie slide 36*).

Sportmaatje en begeleiding belangrijk voor vrouwen, afwisseling voor mannen

Om vaker te gaan sporten vinden vrouwen het extra belangrijk om een sportmaatje te hebben. Een groter deel van de vrouwen noemt een sportmaatje als driver ten opzichte van de mannen (*zie slide 37*).

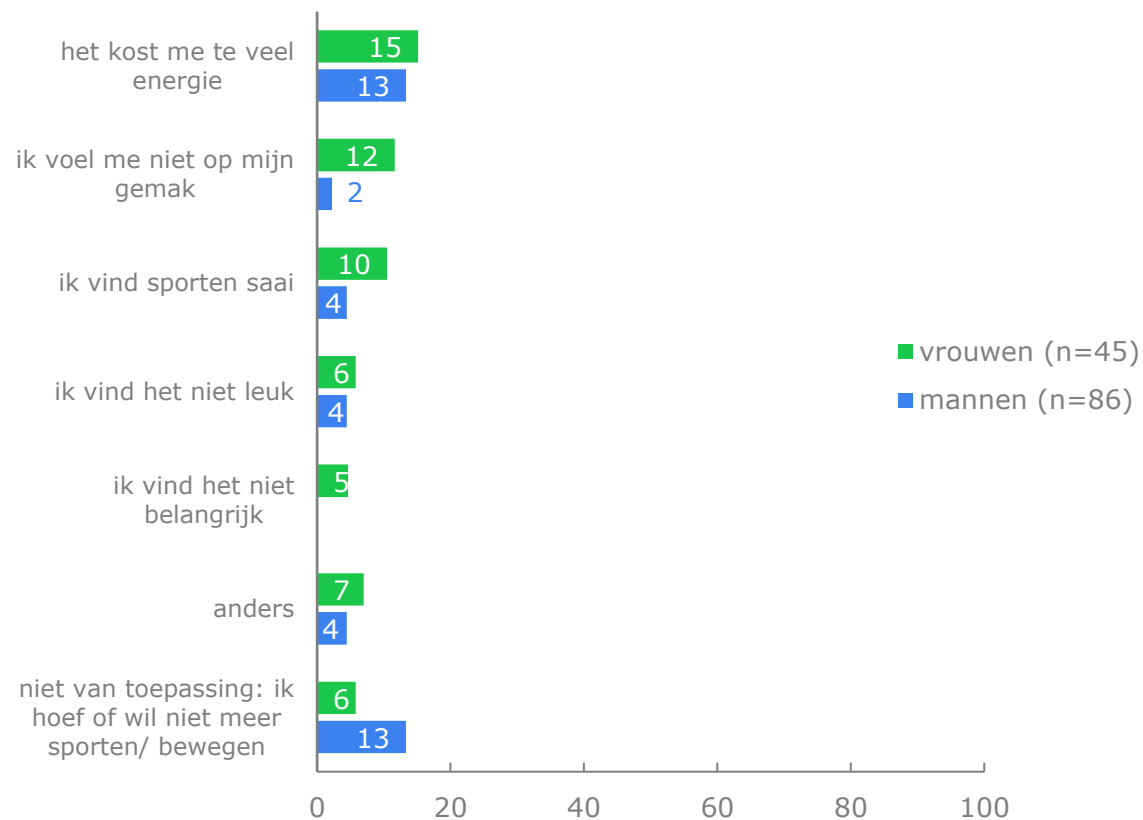
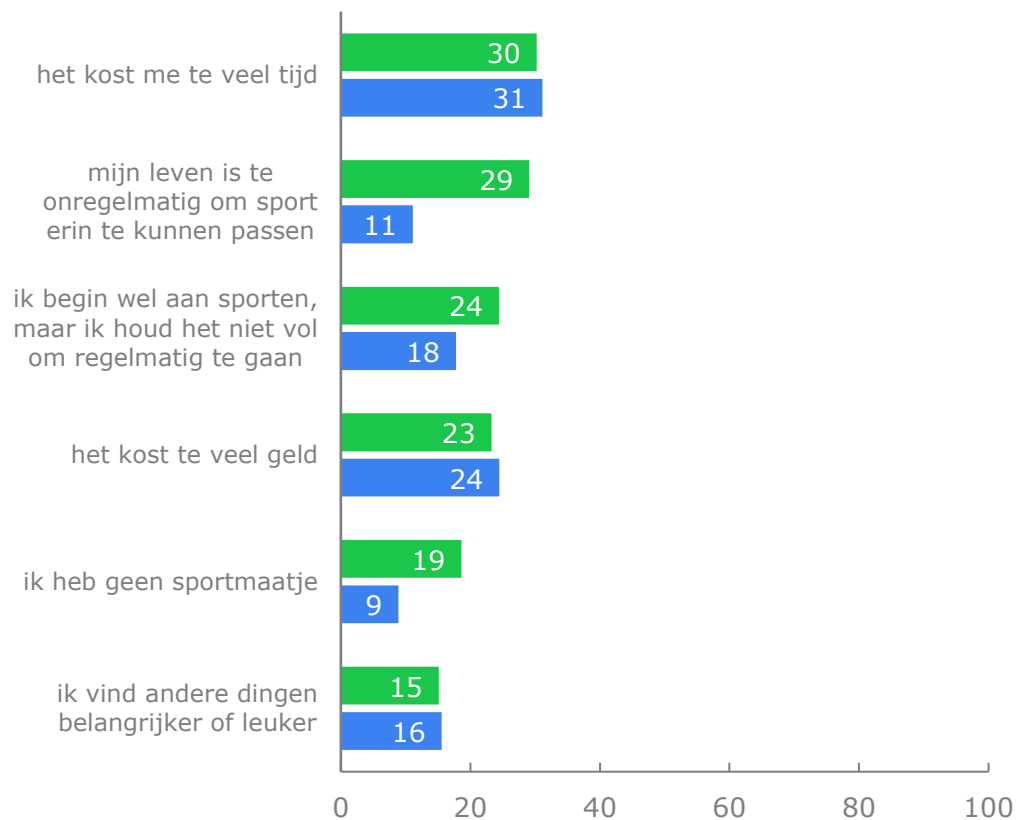
Om het sporten ook langer vol te houden zijn het hebben van iemand die hen begeleidt en motiveert en het gratis of met korting sporten ook belangrijk voor een groter deel van de vrouwen dan de mannen. Bij de mannen is juist de afwisseling in het sporten een belangrijke driver voor het volhouden, zij noemen dit vaker dan vrouwen (*zie slide 38*).

Vrouwen verwachten sportpas vaker te gebruiken voor sportles

Een groter deel van de vrouwen geeft aan dat ze een sportpas verwachten te gebruiken voor sportlessen ten opzichte van de mannen.

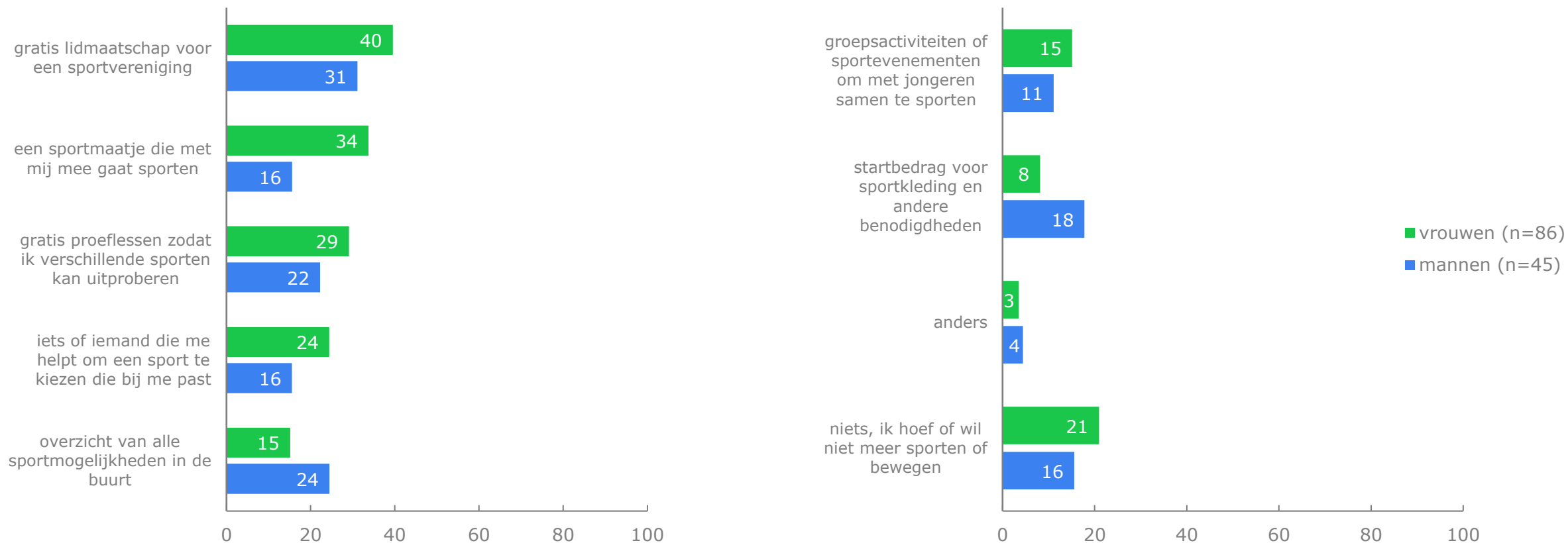
Onregelmatigheid en ongemak vaker genoemd door vrouwen

Barrières vrouwen vs. mannen
(in %)



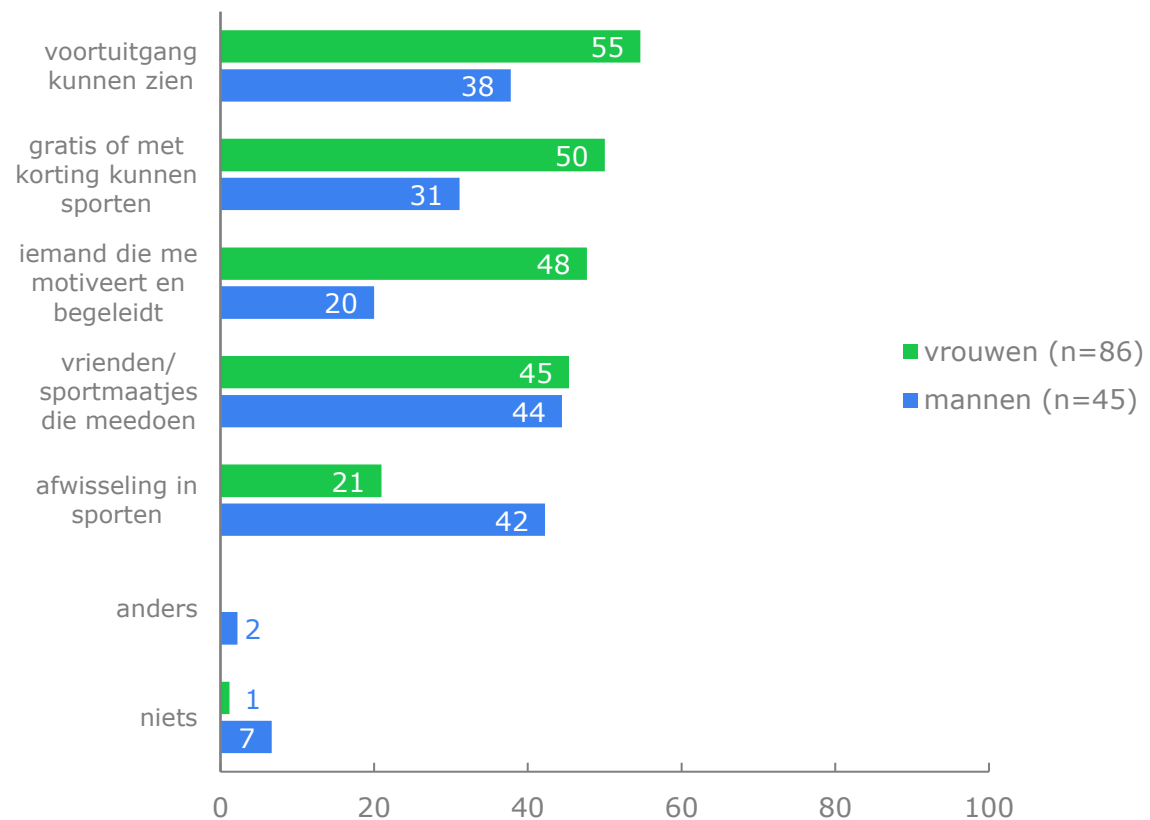
Sportmaatje vaker genoemd als driver door vrouwen

Drivers meer sporten vrouwen vs. mannen
(in %)

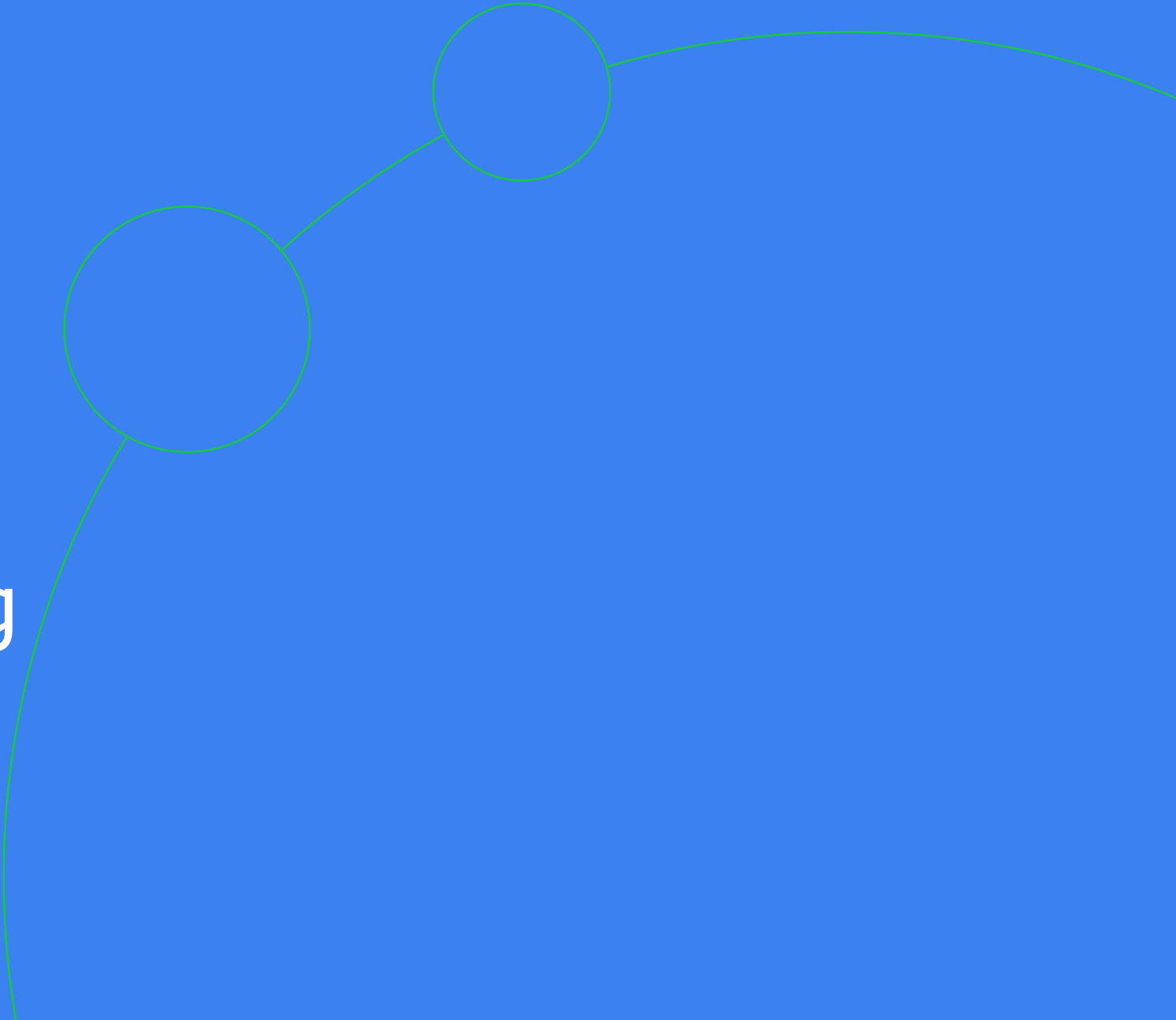


Begeleiding en gratis sporten vaker door vrouwen genoemd, mannen vinden afwisseling in sport belangrijker

Langer volhouden vrouwen vs. mannen
(in %)



Deepdive opleiding



Jongeren met een lage opleiding vinden sportmaatje belangrijk

Tijd is de belangrijkste barrière om meer te sporten voor hoger opgeleide jongeren

Jongeren met een lagere opleiding betalen vaker zelf de sportkosten

Jongeren met een lagere opleiding betalen vaker zelf de sportkosten ten opzichte van jongeren met een hogere opleiding (60% lager opgeleid vs. 37% hoger opgeleid). Meer dan de helft van de jongeren met een lage opleiding zou zelf geld bijstorten op een sportpas (53%). Bij jongeren met een hoge opleiding is dat meer verdeeld tussen zelf bijstorten (36%) en ouders/ verzorgers vragen (26%).

Jongeren met een hoge opleiding lijken iets vaker lid te zijn van een sportvereniging dan lager opgeleiden (48% hoger opgeleid vs. 36% lager opgeleid). Van beide groepen sport een kleiner deel helemaal niet (14% lager opgeleid vs. 11% hoger opgeleid).

Er zijn geen verschillen tussen de verwachtingen over het gebruik van een sportpas. Jongeren met hoge en lage opleidingen verwachten bijna allemaal een sportpas te gaan gebruiken.

Verschillen tussen barrières

Jongeren met een hogere opleiding noemen vaker dat het sporten teveel tijd kost ten opzichte van jongeren met een lagere opleiding. Tijd is voor jongeren met een hoge opleiding de meest genoemde barrière.

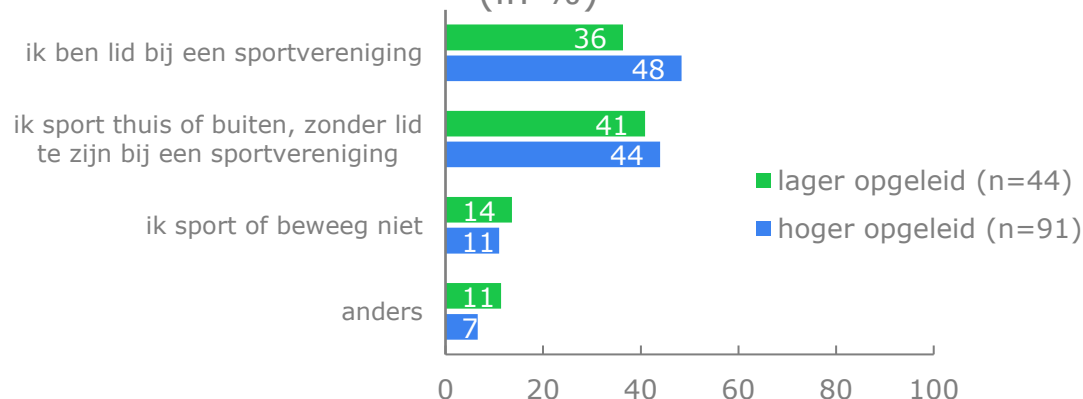
Voor de jongeren met een lagere opleiding is het hebben van een sportmaatje juist door een relatief groter deel genoemd ten opzichte van de hoger opgeleiden. Het niet hebben van een sportmaatje is door de jongeren met een lagere opleiding de meest genoemde barrière.

Het sporten kost bij beide groepen voor ongeveer een kwart zoveel geld. Bij hoger opgeleiden zijn er nog 3 grotere/ even grote barrières, terwijl bij lager opgeleiden er maar 1 andere vergelijkbare barrière is (het sportmaatje) (zie slide 41).

Verschillen tussen drivers

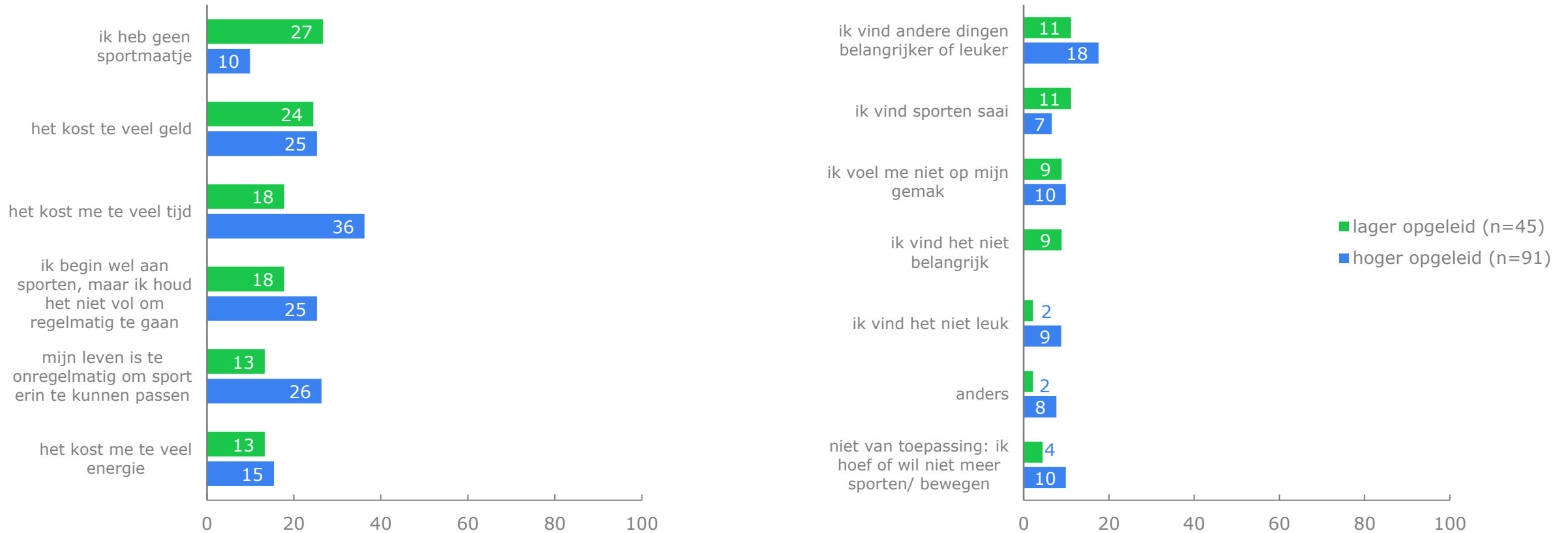
Voor jongeren met een hogere opleiding zijn gratis proeflessen vaker genoemd als driver om meer te sporten ten opzichte van jongeren met een lagere opleiding. Voor jongeren met een lagere opleiding zijn een gratis lidmaatschap, een sportmaatje en begeleiding bij het kiezen van een sport de meest genoemde drivers (zie slide 42).

Manier van sporten naar opleiding
(in %)



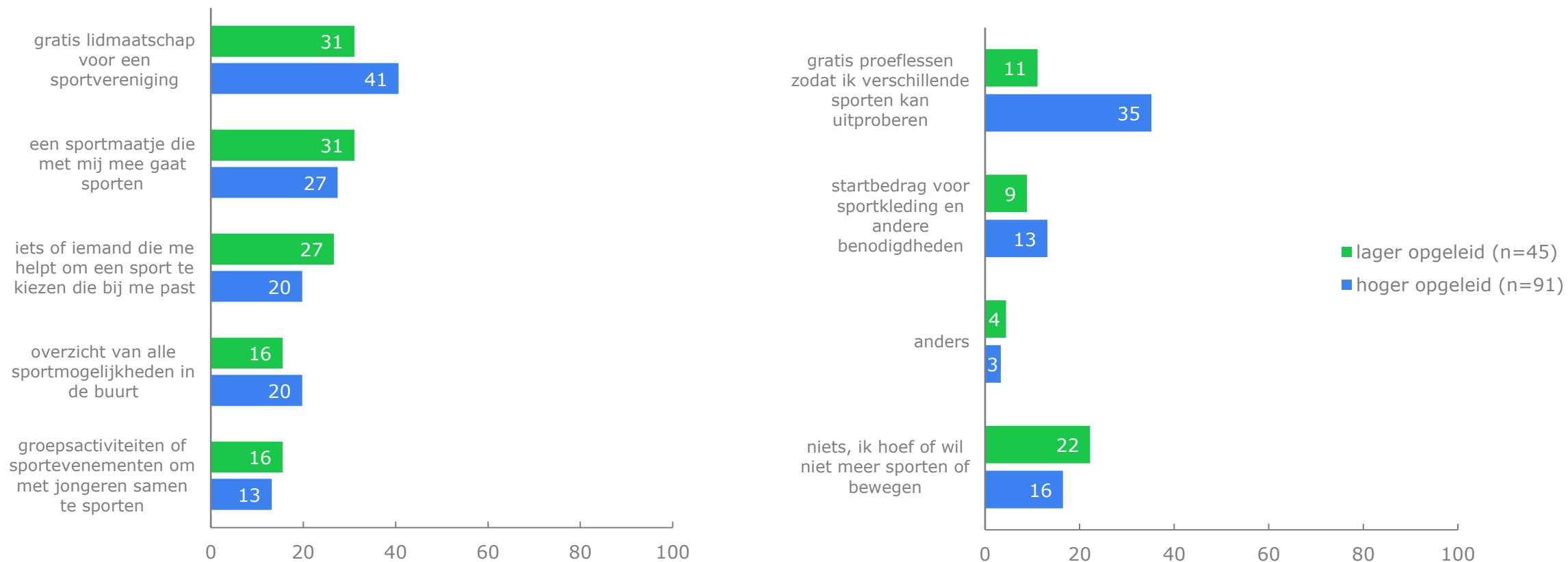
Sportmaatje vaker genoemde barrière door lager opgeleiden, tijd juist belangrijker voor hoger opgeleiden

Barrières lager opgeleid vs. hoger opgeleid
(in %)



Gratis lessen zijn vaker genoemd als driver door hoger opgeleiden

Drivers meer sporten lager opgeleid vs. hoger opgeleid
(in %)



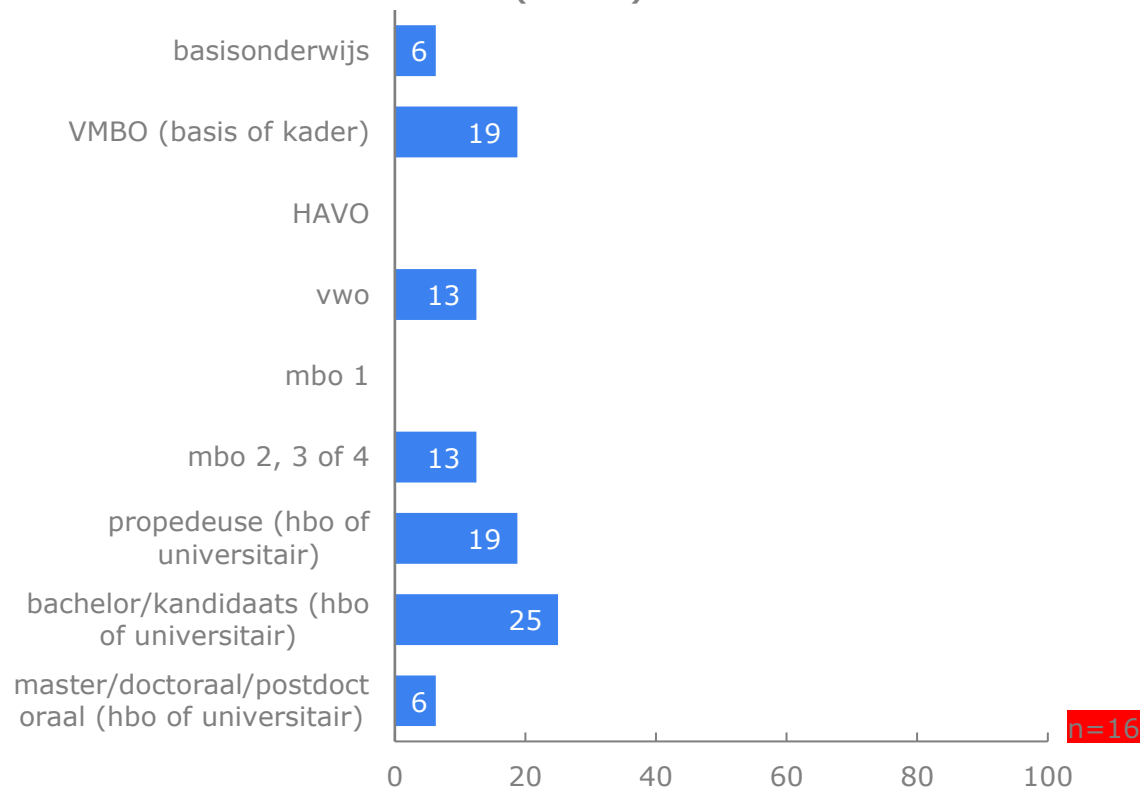
Bijlage

- Deepdive niet sporters (NB n=16, dus cijfers zijn erg indicatief)
- Deepdive inkomen (NB n=26, 46 en 8), dus cijfers zijn erg indicatief)
- Verantwoording (p. 50)
- Draaiboek (p. 51)

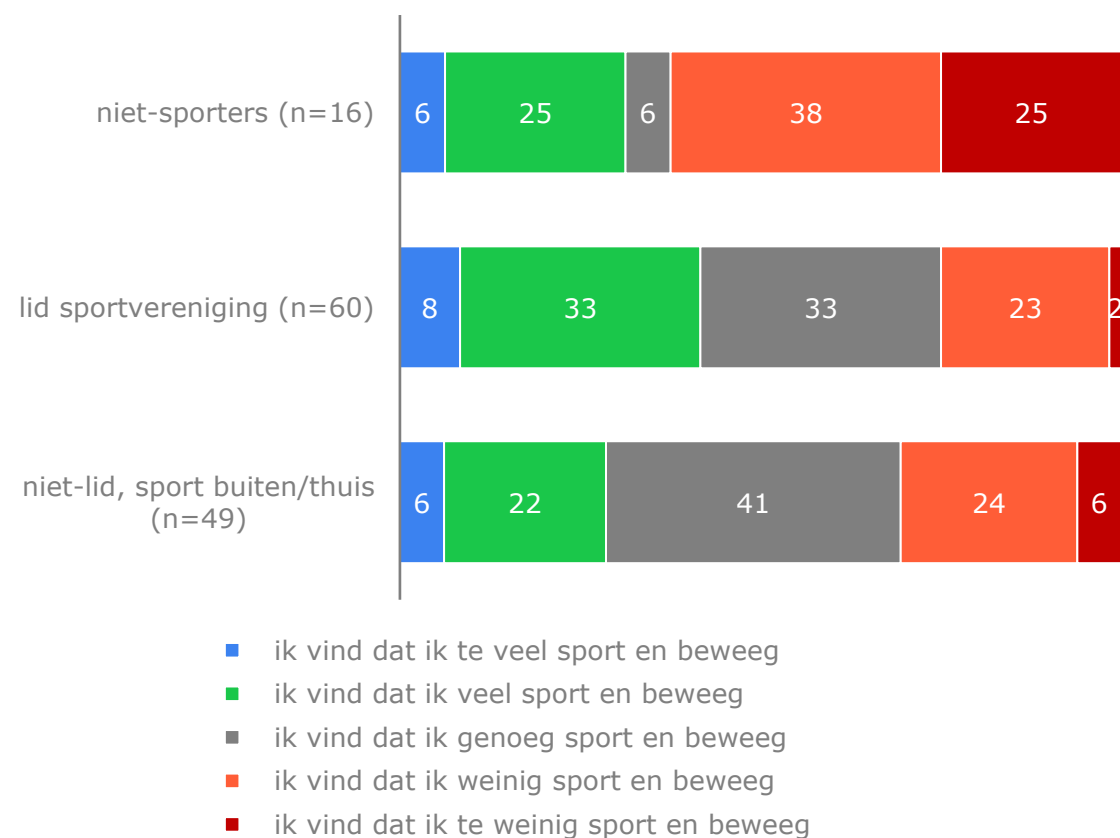
Niet-sporters hebben verschillende opleidingsniveaus

NB: n=16 dus cijfers zijn indicatief

Opleiding niet-sporters
(in %)



Gevoel voldoende sporten (in %)

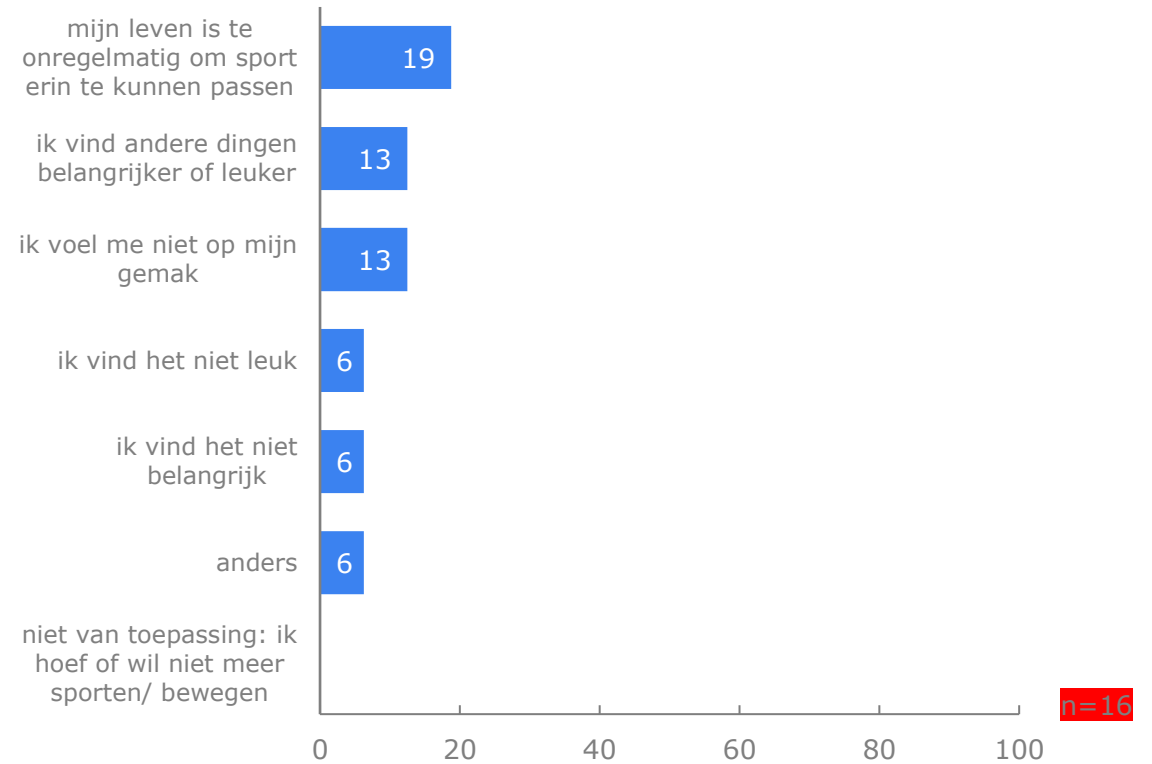
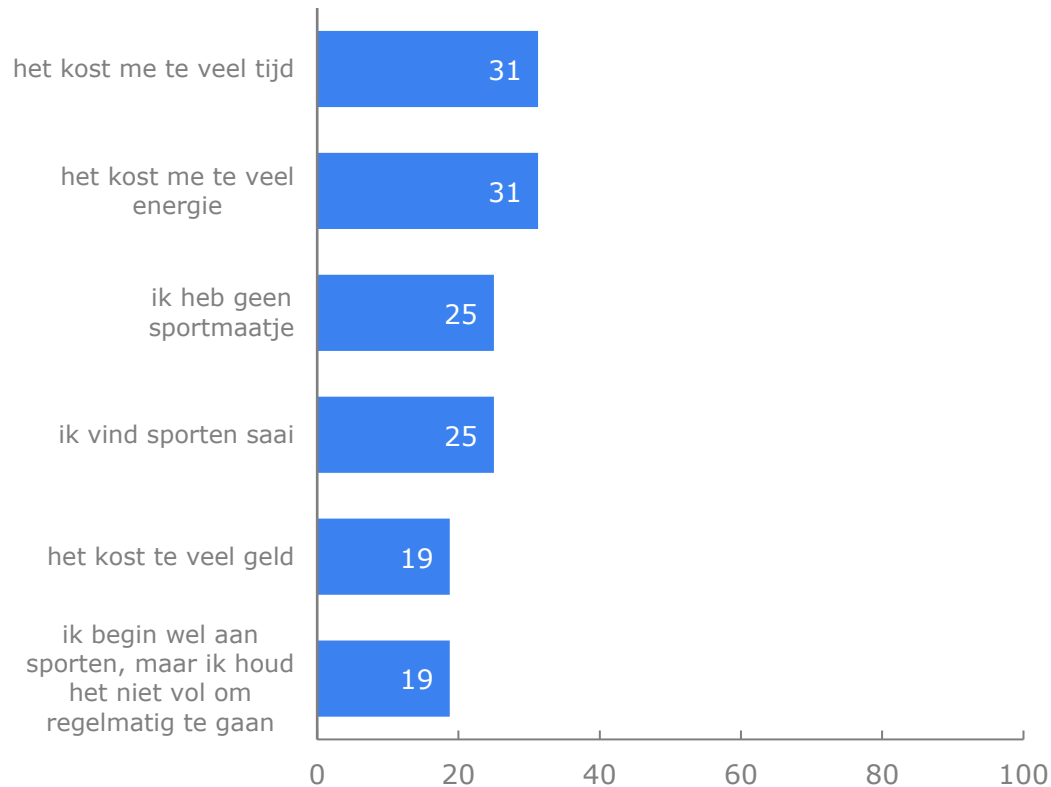


*Vanwege de lage n moeten resultaten voorzichtig geïnterpreteerd worden (n=16 jongeren die niet sporten/ bewegen).

Niet-sporters ervaren verschillende barrières bij het sporten

NB: n=16 dus cijfers zijn indicatief

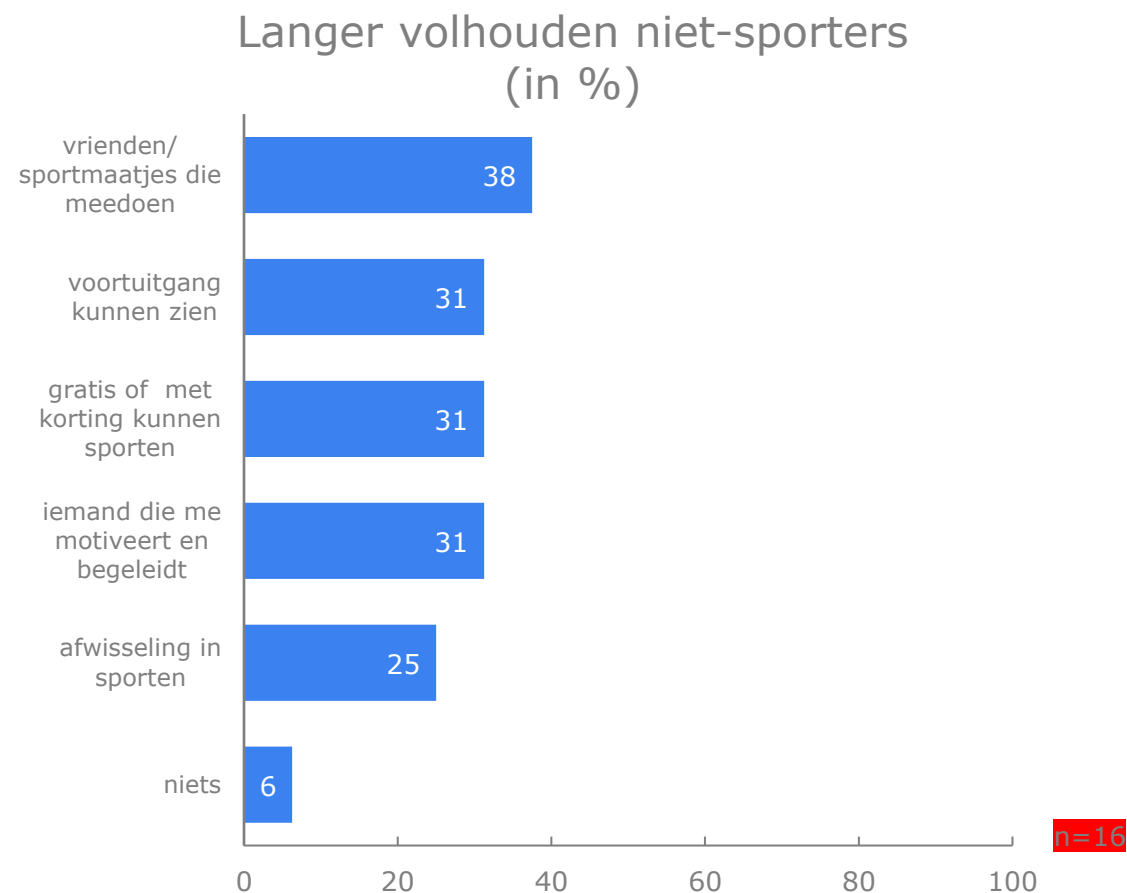
Barrières niet-sporters
(in %)



n=16

Gratis lidmaatschap, proeflessen en activiteiten met andere jongeren meest genoemde drivers niet-sporters

NB: n=16 dus cijfers zijn indicatief



*Vanwege de lage n moeten resultaten voorzichtig geïnterpreteerd worden (n=16 jongeren die niet sporten/ bewegen).

Kosten zijn vaker een barrière voor jongeren met lager inkomen

Voor jongeren met minder financiële zijn gratis lidmaatschappen en gratis of met korting kunnen sporten belangrijke motivators

Bijna de helft van de jongeren met een lager inkomen denkt zelf te weinig te sporten*

Van de jongeren met een *onder modaal inkomen* geeft bijna de helft aan zelf te vinden dat ze (te) weinig sporten*. Ongeveer een kwart geeft aan helemaal niet te sporten of bewegen*. Dit lijkt iets vaker voor te komen onder deze doelgroep. De grootste groep sport thuis of buiten, zonder lid te zijn van een vereniging* (zie slide 48).

De belangrijkste barrière voor deze groep om (meer) te sporten zijn de hoge kosten (37%)*. De kosten lijken iets vaker te worden genoemd door jongeren met een onder modaal inkomen ten opzichte van andere jongeren. De overige barrières komen overeen met de rest van de jongeren.

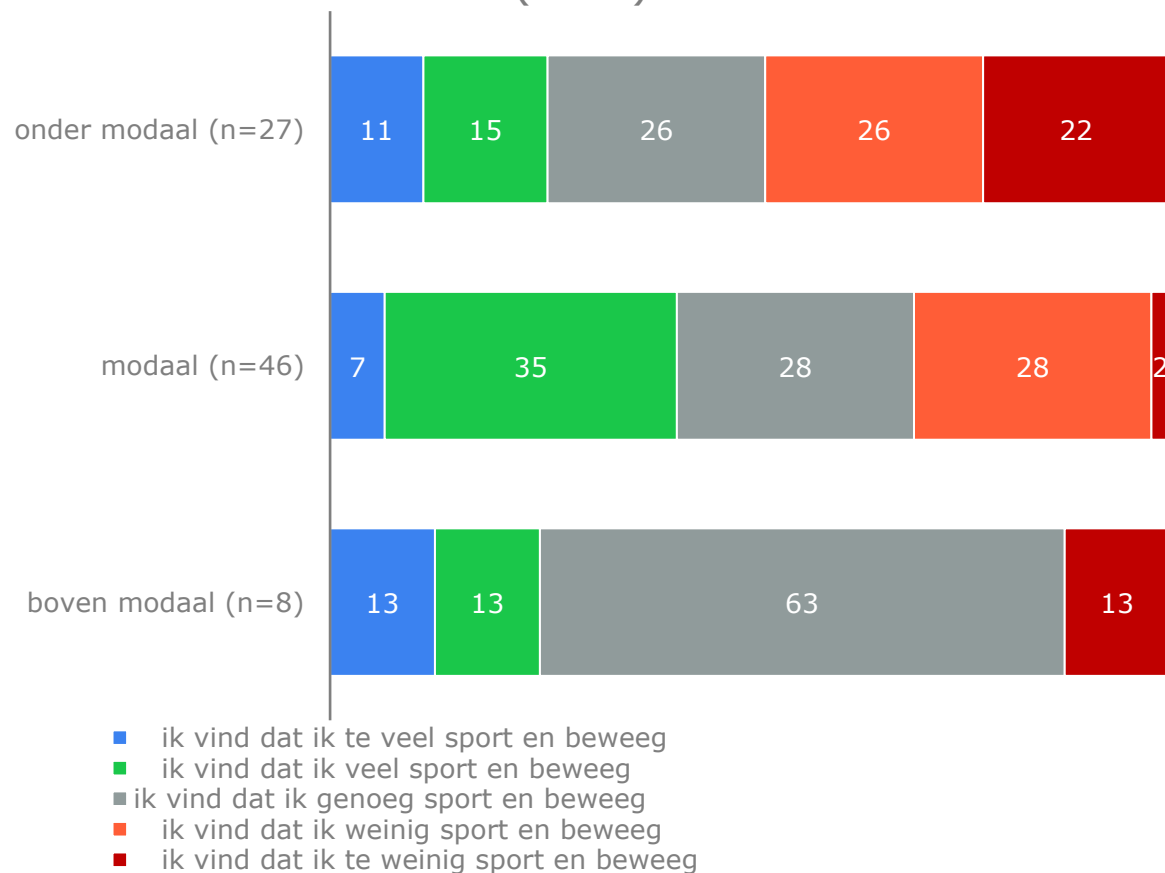
Bijna alle jongeren met een lager dan gemiddeld inkomen willen meer gaan sporten (89%)*. De belangrijkste driver voor hen om meer te sporten is een gratis lidmaatschap voor een sportvereniging (41%)*. Bij het langer volhouden van sporten, is gratis of met korting sporten het meest genoemd als motivator (48%)*.

Inzichten uit de open antwoorden

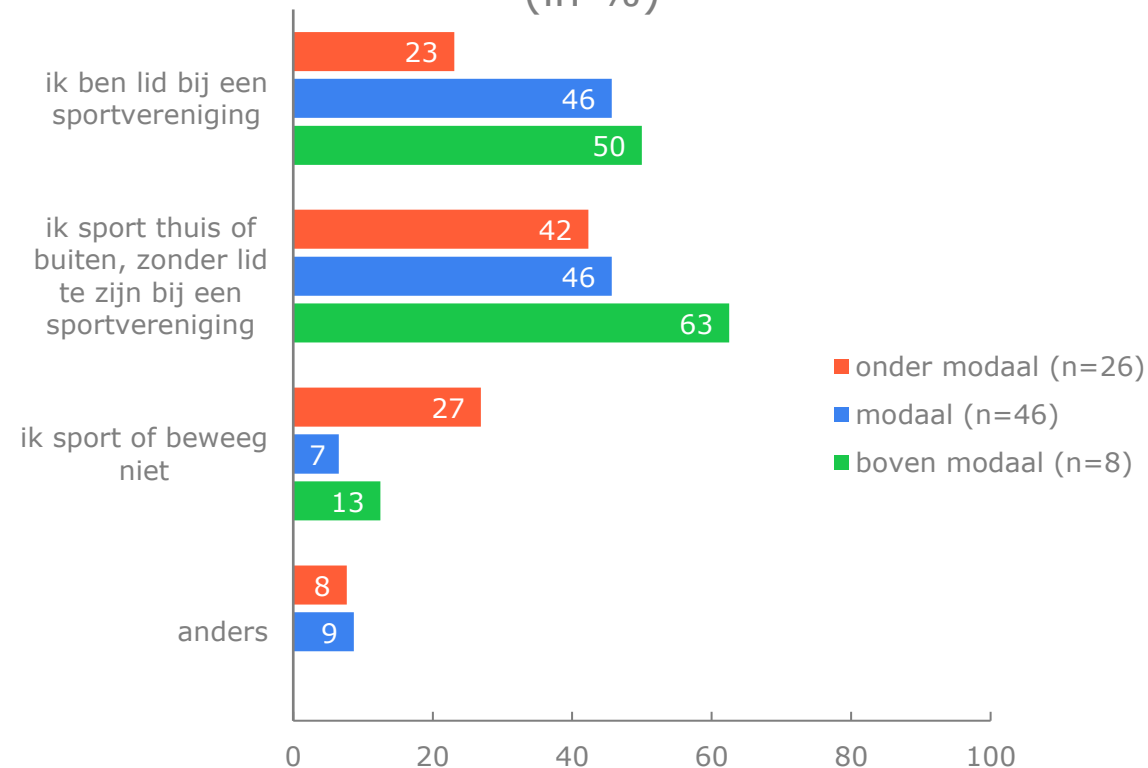
Sommige jongeren die aangeven dat ze nu beperkt sporten door het beschikbare geld, vinden het fijn dat ze het sporten voor een groter deel zelf kunnen regelen (en financieren) met een sportpas.

Onder jongeren met een onder modaal inkomen lijkt een groter deel zelf het gevoel te hebben (te) weinig te sporten

Gevoel voldoende sporten naar inkomen
(in %)



Manier van sporten naar inkomen
(in %)



Quotes over de invloed van kosten op sporten



"Ik ben iemand die graag alles probeert. Niet meerdere jaren maar enkele. Het is voor mij nu niet haalbaar om een tennises of paardrijles of theater les te volgen, wat ik wel erg graag zou willen doen."

Vrouw – 12-17 jaar – lid sportvereniging



"Omdat ik sporten heel erg leuk vind, maar omdat ik het moet betalen ben je elke keer meer bezig met hoeveel het kost dan met de sport zelf. Met deze pas zou ik dat niet hebben."

Vrouw – 18-23 jaar – sport buiten/ thuis

"Omdat kosten een belangrijke factor zijn bij het bepalen van mijn sport voor het aankomende schooljaar, het zou juist moeten zijn hoe ik me erbij voel en of ik het leuk vind."

Vrouw – 12-17 jaar – lid sportvereniging



"Omdat het mij fijn lijkt en ik dan geen discussies met mijn ouders meer krijg over hoe veel ik mag uitgeven aan sport."

Man – 12-17 jaar – sport buiten/ thuis



"Omdat ik dan sporten kan uitproberen die ik al lang uit wou proberen, maar nooit uit kon proberen. En misschien kom ik er wel achter dat het dan heel leuk is en dan kan ik gewoon zelf lid worden. En je kan ook gewoon een voetbal halen om gewoon met vrienden te voetballen, hoeft niet perse met sportclub te zijn."

Vrouw – 12-17 jaar – lid sportvereniging



"Ik heb weinig geld voor sporten, maar ik wil het wel."

Man – 18-23 jaar – sport buiten/ thuis

Verantwoording

Community-onderzoek

Doelgroep

De doelgroep van dit onderzoek zijn leden van de community 'Ik denk Mee'. Deze community van DPC wordt door Blauw Research beheerd. 12-23 jarigen zijn uitgenodigd om deel te nemen. Aan de vragenlijst hebben leden van Unicef, Stichting Leergeld en Ik denk mee deelgenomen. Deelnemers zijn tussen de 12-23 jaar oud.

De volgende aantallen hebben meegedaan:

Vragenlijst totaal n = 136

- Waarvan n= 106 (Community), n=28 Unicef, n=2 Stichting Leergeld Challenge n = 61

Methode: community



Naast de vragenlijst konden de leden van Ik Denk Mee meedoen aan een Challenge. De Challenge was niet toegankelijk voor deelnemers uit de andere panels.

Incentive



Deelnemers uit 'Ik Denk Mee' ontvingen een vergoeding van €5 in de vorm van punten voor de vragenlijst en €5 voor de challenge. Deelnemers uit de andere Panels hebben geen of een onbekende vergoeding gekregen.

Veldwerkperiode



25 juli t/m 15 augustus 2025

Tijdens de veldwerkperiode zijn geen bijzonderheden opgetreden.

Draaiboek

Vragenlijst (vraag 1-4)

3) Vragenlijst: Denk meer over hoe jongeren mee kunnen gaan sporten!

Hi! Wat leuk dat je meedoet aan deze vragenlijst. Vul deze vragenlijst zo goed en eerlijk mogelijk in. Eerst willen we iets over jou weten.

1. Wat is je leeftijd?
2. Kies wat het beste bij jou past (sr)
 - Ik voel me een jongen/ man
 - Ik voel me een vrouw/ meisje
 - Non binair/ Ik voel me geen van beide
 - Ik voel me anders dan wat hierboven staat, namelijk ...
 - Dat zeg ik liever niet.

3. Wat doe je op een normale dag? Als je zowel werkt of studeert of naar school gaat, geef dan aan waar jij de meeste tijd aan besteedt. (sr)

- Ik ga naar school (middelbare school)
- Ik studeer (mbo, hbo, universiteit)
- Ik werk
- Ik ga niet naar school, ik studeer niet en ik werk niet
- Anders, nl..

4. Welke onderwijs volg je nu of heb je als laatst gevolgd? (sr)

- basisonderwijs
- vmbo (basis of kader)
- havo
- vwo
- mbo 1
- mbo 2, 3 of 4
- propedeuse (hbo of universitair)
- bachelor/kandidaats (hbo of universitair)
- master/doctoraal/postdoctoraal (hbo of universitair)
- anders, nl

Dank je wel! Het volgende deel van de vragenlijst gaat over Sporten en bewegen.

Draaiboek

Vragenlijst (vraag 5-8)

5. Welke van de volgende omschrijvingen vind jij onder 'sporten' vallen? (mr) Je kan meerdere antwoorden invullen.

- Elke week voetballen op een veldje in de buurt.
- Een keertje een uur voetballen op een veldje in de buurt
- De avondvierdaagse lopen (4 avonden 8 kilometer lopen)
- Elke dag 15 minuten naar school fietsen en terug
- Elke dag 15 minuten naar de bus lopen
- Tiktok dansjes opnemen in je kamer
- Een les fitness in de sportschool
- Krachttrainen of online work-outs met You Tube filmpjes
- Krachttrainen op de sportschool
- Twee uur wandelen met je ouders
- Skaten of steppen in de vrije tijd
- Gymles op school
- Elke dag 10.000 stappen zetten
- E-sports of gamen, waarbij je beweegt (VR games of Just Dance)
- Een yoga of pilates les
- Een vriendschappelijke tenniswedstijd
- Een abonnement op de sportschool hebben, maar niet gaan
- Op vakantie bal overgooien in het zwembad
- Op je e-bike/ fatbike dagelijks een uur naar school fietsen en weer terug

6. Vind jij zelf dat je genoeg sport en beweegt? (sr)

- Ik vind dat ik te veel sport en beweeg
- Ik vind dat ik veel sport en beweeg
- Ik vind dat genoeg sport en beweeg
- Ik vind dat ik weinig sport en beweeg
- Ik vind dat ik te weinig sport en beweeg

7. Zou jij meer willen sporten of bewegen? (sr)

- Ja
- Nee

Alleen voor 12 tot en met 17 jarigen:

8. Beweeg jij elke dag minimaal 1 uur matig tot intensief? Bv fietsen naar school of werk, gymen op school, dansen, voetballen , krachtsport etc. (sr)

- Ja, dat doe ik
- Nee, ik beweeg wel regelmatig een uur, maar niet elke dag
- Nee, ik beweeg wel elke dag, maar niet minimaal een uur matig tot intensief
- Nee, ik beweeg niet elke dag en ook niet minimaal een uur

Draaiboek

Vragenlijst (vraag 9-13)

9. Doe jij minimaal 3 keer per week spier- en botversterkende activiteiten, zoals klimmen, springen, teamsporten, krachttraining? (sr)

- Ja, dat doe ik
- Nee, dat doe ik 1 of 2 keer per week
- Nee, dat doe ik helemaal niet

Alleen voor 18 tot en met 23 jarigen:

10. Span jij je per week minimaal 2,5 uur matig tot intensief in verspreid over meerdere dagen? Bv stevig wandelen, fitness, teamsport, fietsen? (sr)

- Ja, dat doe ik
- Nee, dat doe ik niet

11. Doe jij minimaal 2 keer per week spier- en botversterkende activiteiten, zoals klimmen, springen, teamsporten, yoga krachttraining? (sr)

- Ja, dat doe ik
- Nee, dat doe ik 1 keer per week
- Nee, dat doe ik helemaal niet

Komende vragen weer voor iedereen

12. Op welke manier sport jij? (mr) Je kan meer antwoorden invullen

- Ik ben lid bij een sportvereniging
- Ik sport thuis of buiten, zonder lid te zijn bij een sportvereniging
- Ik sport of beweeg niet
- Anders, nl.

13. Wat vind jij belangrijk aan sport? Je kan meerdere antwoorden invullen (mr)

- Dat ik er moe van word
- Dat het goed is voor mijn lichaam
- Dat het leuk is om te doen
- Dat ik het met anderen kan doen
- Dat ik me er achteraf goed over voel
- Dat het afwisselend is
- Dat ik ergens beter in word
- Dat er een spelelement in zit
- Dat het niet te veel geld kost
- Anders, nl ..

Draaiboek

Vragenlijst (vraag 14-16)

14. Wat houdt jou tegen om (meer) te gaan sporten of bewegen? (mr)

- Het kost te veel geld
- Het kost me te veel energie
- Het kost me te veel tijd
- Ik voel me niet op mijn gemak
- Ik heb geen sportmaatje
- Mijn leven is te onregelmatig om sport erin te kunnen passen
- Ik vind het niet leuk
- Ik vind het niet belangrijk
- Ik vind sporten saai
- Ik vind andere dingen belangrijker of leuker
- Ik begin wel aan sporten, maar ik houd het niet vol om regelmatig te gaan
- Anders, nl ..
- Niet van toepassing: ik hoef of wil niet meer sporten/ bewegen

15. Welke van de volgende dingen zou jou kunnen helpen om meer te gaan sporten of bewegen? (mr)

- Gratis proeflessen zodat ik verschillende sporten kan uitproberen
- Overzicht van alle sportmogelijkheden in de buurt
- Iets of iemand die me helpt om een sport te kiezen die bij me past
- Gratis lidmaatschap voor een sportvereniging
- Startbedrag voor sportkleding en andere benodigdheden
- Een sportmaatje die met mij mee gaat sporten
- Groepsactiviteiten of sportevenementen om met jongeren samen te sporten
- Niets, ik hoef of wil niet meer sporten of bewegen
- Anders, nl..

16. Welke van de volgende dingen zou jou kunnen helpen om sporten langer vol te houden? (mr)

- Vrienden/ sportmaatjes die meedoen
- Iemand die me motiveert en begeleidt
- Voortuitgang kunnen zien
- Afwisseling in sporten
- Gratis of met korting kunnen sporten
- Niets
- Anders, nl..

Draaiboek

Vragenlijst (vraag 17, 23-26)

17. Stel dat er kosten zijn verbonden aan sporten? Denk aan lidmaatschap, benodigdheden, zoals sportmaterialen en kleding. Wie zou dit betalen? (sr)

- Mijn ouders / verzorgers betalen alles
- Ik betaal alles zelf
- We betalen elk een deel
- Anders, nl.

Dank je wel! De volgende vragen gaan over een idee voor een sportpas.

Stel dat er een sportpas komt. Deze pas krijg je van de Gemeente of een andere overheid en is er om elke jongere te helpen meer te gaan sporten of bewegen. De pas bevat een bepaald bedrag waar je contributie of lessen mee kan betalen, maar ook (voor een maximum bedrag) aan sportkleding.

23. Wat voor pas heeft jouw voorkeur? (sr)

- Online/ digitale pas via een app te gebruiken
- Fysieke pas, pasje dat je kunt vasthouden
- Zowel een online pas als een fysieke pas vind ik goed
- Ik wil geen sportpas

24. Stel dat de pas een startbedrag bevat, wat je kunt gebruiken om te sporten, bijvoorbeeld voor een lidmaatschap op een sportschool of voor sportlessen. En zelfs voor sportbenodigdheden, zoals een voetbal, een tennisracket of zwemkleding. Je kan het bedrag verhogen door zelf ook geld op deze kaart te zetten. Ook kunnen anderen, bv je ouders/ verzorgers er geld op zetten. Wat vind je daarvan? (sr)

- Goed idee voor anderen, maar ik zou die functie niet gebruiken
- Goed idee, ik zou er zelf geld op zetten
- Goed idee, ik zou vragen of mijn ouders/ verzorgers er extra geld op zetten
- Slecht idee, ik zou er geen geld op zetten en dit ook niet aan mijn ouders en verzorgers vragen

25. Denk je dat een sportpas er echt voor gaat zorgen dat jongeren (meer) gaan sporten of andere sporten gaan proberen? (sr)

- Ja
- Waarschijnlijk wel
- Waarschijnlijk niet
- Nee

26. Leg je antwoord uit. (o)

Draaiboek

Vragenlijst (vraag 27-28, 20-22)

27. Zou je een tegenprestatie willen doen voor het ontvangen van de sportpas, zoals kantine/ bardiensten bij de vereniging, meehelpen met bepaalde evenementen op de vereniging? (sr)

- Ja, dat wil ik wel
- Ja, alleen als het moet
- Nee, dat wil ik niet

28. Stel dat de hoogte van het bedrag op de pas afhangt van het gezin waar de jongere vandaan komt. Dus gezinnen die minder geld te besteden hebben, krijgen automatisch een hoger startbedrag dan jongeren uit gezinnen die meer te besteden hebben. Wat vind je daarvan? (sr)

- Lijkt me logisch en eerlijk
- Ik heb liever dat iedere jongere evenveel krijgt
- Jongeren die minder te besteden hebben zouden dit moeten aanvragen, het moet niet automatisch gaan

20. Zou je deze Sportpas gebruiken? (sr)

- zeker wel
- waarschijnlijk wel
- waarschijnlijk niet
- zeker niet

21. Waarom wel/niet (o)

22. Indien q20= 1 of 2:

Waarvoor zou je deze pas gebruiken? (mr)

- Contributie voor een vereniging
- Sportlessen
- Sportkleding
- Sportmaterialen (ballen, rackets, stick, gewichten, etc).
- Anders, nl

Draaiboek

Vragenlijst (vraag 29-30)

29. Wat is jouw postcode? Je postcode wordt gebruikt om te kijken in welke wijk je woont. We gaan kijken of de antwoorden verschillend zijn voor de verschillende wijken in Nederland. Je postcode wordt verder nergens voor gebruikt.

- Xxxx xx
- Wil ik niet zeggen

30. Heb je nog ideeën of opmerkingen over deze vragenlijst of over de sportpas? Geef dat dan hier aan (o).

Dit is het einde van de vragenlijst. Deze vragenlijst is in opdracht van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. De uitkomsten van dit onderzoek worden gebruikt om de Sportpas verder te ontwikkelen. Jouw antwoorden helpen dus om te bepalen wat jongeren met de pas kunnen gaan doen. Bedankt dat je hebt meegedaan!

Draaiboek

Challenge (voor leden van de Ik denk mee-community)

Challenge



Stel dat de Overheid een sportpas zou uitbrengen, deze pas heeft als doel om jongeren te helpen om te sporten, te starten met sport, maar ook om het lang(er) vol te houden. Alles kan.

Hoe moet deze pas er volgens jou uitzien? Wat moet je kunnen doen met deze pas? Hoe moet je de pas kunnen gebruiken? Omschrijf jouw ideeën zo uitgebreid mogelijk.

Lees ook de ideeën van anderen. Als je een idee goed vindt kun je die liken.