

Masterscriptie

Wat beweegt Lombardijen?

Een kwalitatief onderzoek naar de betekenis van sport voor ouderen
in Rotterdam-Lombardijen.

L.J.M. van Ham





Masterscriptie

Wat beweegt Lombardijen?

Een kwalitatief onderzoek naar de betekenis van sport voor ouderen in Rotterdam-Lombardijen.

MSc. Sociologie: Grootstedelijke Vraagstukken en Beleid

Erasmus School of Social and Behavioural Sciences

Erasmus Universiteit Rotterdam

L.J.M. van Ham (Lenne)

SNR: 735151

Begeleider EUR: dr. F. de Haan

Tweede lezer EUR: dr. T.W.C. Swerts

Begeleider Veldacademie: Eschwin Loos

19 juni 2025

10.000 woorden

Abstract

Dit kwalitatieve onderzoek geeft inzicht in hoe ouderen in de Rotterdamse wijk Lombardijen betekenis geven aan sport in het dagelijks leven. Vanuit een sociologisch perspectief wordt sportdeelname benaderd als een sociaal ingebedde activiteit. Aan de hand van dertien semigestructureerde interviews met ouderen uit de wijk is onderzocht hoe factoren als gender, klasse en culturele achtergrond deze betekenisgeving beïnvloeden. Ook de rol van de publieke ruimte in de manier waarop ouderen beweging in hun dagelijks leven vormgeven is onderzocht. De resultaten laten zien dat beweging wordt gezien als middel om autonomie en eigenwaarde te behouden, en sterk is verweven met morele overtuigingen met betrekking tot gezondheid. Tegelijkertijd blijkt de sociale positie sterk van invloed op de toegang tot, beleving van en deelname aan sportactiviteiten. Respondenten beschikken over een klein sociaal netwerk en ervaren barrières als financiële drempels, gevoelens van onveiligheid, schaamte en sociale vervreemding in de wijk. Deze beperken zowel deelname aan georganiseerde activiteiten als beweging in de publieke ruimte, waar ouderen zich niet veilig of welkom voelen. Sociale initiatieven, vertrouwde gezichten en culturele sensitiviteit blijken van groot belang om deelname mogelijk te maken. Dit onderzoek draagt bij aan een genuanceerd begrip van ouder worden, beweging en maatschappelijke (on)gelijkheid in een grootstedelijke context.

Sleutelwoorden: Beweging, Ouderen, Publieke ruimte, Sociale positie, Sportdeelname.

Inhoudsopgave

1. Introductie	5
1.1. Aanleiding.....	5
1.2. Casus en probleemstelling	5
1.3. Maatschappelijke en wetenschappelijke relevantie	7
2. Theoretisch Kader	8
2.1. De betekenis van sport voor ouderen	8
2.2. Sportdeelname ouderen in relatie tot sociale positie	9
2.3. Sport in de publieke ruimte	13
2.4. Ouderensport in de publieke ruimte	14
2.5. Samengevat.....	15
3. Methodologie	15
3.1. Onderzoeksontwerp en dataverzameling	15
3.2. Doelgroep en werving respondenten	16
3.3. Interviews	16
3.4. Analyse	16
3.5. Ethiek.....	17
4. Resultaten	17
4.1. Betekenisgeving sport en bewegen.....	17
4.2. Samenhang met sociale positie.....	19
4.3. De rol van de publieke ruimte	22
4.4. De bredere leefwereld.....	24
5. Discussie.....	26
6. Conclusie	28
6.1. Reflectie.....	29
7. Literatuurlijst.....	30
8. Bijlagen	33
8.1. Ligging Lombardijen	33
8.2. Plattegrond Lombardijen	33
8.3. Operationaliseringstabel	34
8.4. Interviewgids	38
8.5. Respondenten.....	39
8.6. Codeboom.....	40
8.7. Geïnformeerde toestemming	43
8.8. Checklist ethiek en privacy.....	45

1. Introductie

1.1. Aanleiding

Sportparticipatie. Het is een fenomeen waar in de wetenschap vrijwel unaniem positief over wordt geschreven. Het heeft onder andere positieve gevolgen voor de gezondheid, de motorische- en zelfreguleringsvaardigheden, het zelfvertrouwen, het aantal sociale contacten en de sociale samenhang tussen mensen (Boonstra & Hermens, 2011). Daarnaast scheelt een bevolking die voldoet aan de beweegnorm veel kosten voor de gezondheidszorg (Boonstra & Hermens, 2011). Ook wordt sport steeds vaker erkend als een belangrijk maatschappelijk middenveld voor bredere participatie vanwege de grote aantallen betrokken vrijwilligers (Breedveld et al., 2016). Het wordt daarom – voor iedereen, ongeacht leeftijd, sekse of sociale en fysieke verschillen – gezien als zinvolle vrijetijdsbesteding (Elling, 2004).

Toch beweegt een groot deel van de Nederlandse bevolking onvoldoende: met name ouderen, mensen met een lage sociaaleconomische status en mensen met een migratieachtergrond (Hoogendoorn & de Hollander, 2016). Mensen in de laagste inkomensgroepen ervaren vaker fysieke, financiële, sociaal-culturele en aanbodgerelateerde belemmeringen om te sporten en te bewegen (Stuij & Pulles, 2023). Ondanks vele (beleids)inspanningen zijn verschillen in sport- en beweegdeelname naar sociaaleconomische status de afgelopen twee decennia gegroeid in plaats van afgenomen (van den Dool & Heijnen, 2022). Met name ouderen met een laag inkomen of niet-westerse achtergrond bewegen structureel te weinig (van den Dool & Heijnen, 2022).

1.2. Casus en probleemstelling

Bovenstaande kenmerken komen samen in aandachtswijken (Stuij & Pulles, 2023). In de Rotterdamse wijk Lombardijen is de lage sportparticipatie ook opvallend. Lombardijen (zie: Bijlage 8.1. en 8.2.) is een diverse wijk met circa 15.000 inwoners, van wie 65 procent een migratieachtergrond heeft en het grootste deel laag- of middelbaar opgeleid is (Gemeente Rotterdam et al., 2025). Het percentage volwassenen dat wekelijks sport is hier het laagst van Rotterdam; slechts 38,6 procent ten opzichte van het stadsgemiddelde van 49 procent en het landelijk gemiddelde van 51,5 procent (RIVM, 2022). Met name 65-plussers in Lombardijen sporten weinig: slechts 25,1 procent sport wekelijks (RIVM, 2022).

Onderzoek laat zien dat de openbare ruimte een belangrijke rol kan spelen in de sportstimulatie in achtergestelde wijken, omdat sportdeelname daar laag is en de mogelijkheden om thuis te sporten vaak beperkter zijn (Grubben et al., 2022). Sportverenigingen lijken niet

direct de meest kansrijke plekken om beweging maatschappijbreed te stimuleren; deze trekken vrijwel alleen mensen die sportdeelname al leuk vinden (Boonstra & Hermens, 2011). Daarnaast kunnen financiële drempels een belemmering vormen voor lidmaatschap (Stuij & Pulles, 2023). Er wordt gesteld dat de algemene volksgezondheid met name beïnvloed kan worden met aanpassingen in de fysieke omgeving (Boonstra & Hermens, 2011). De recente dreiging in de Nederlandse politiek om de BTW op sport te verhogen, wat verhoging van verenigingscontributies en abonnementen tot gevolg zou hebben, versterkt de noodzaak van een openbare ruimte die geschikt is voor sport – met name in wijken waar al minder bewogen wordt.

Gesteld wordt dat een beweegvriendelijke omgeving naast algemene positieve gezondheidsgevolgen onder andere belangrijk is voor het tegengaan van eenzaamheid onder ouderen (Dessing et al., 2016). Daarnaast zorgen openbare sportplekken voor terugkerende interacties, waardoor relaties kunnen ontwikkelen. Dit is met name belangrijk voor kinderen, ouderen en anderen die beperkt mobiel zijn, om te voorkomen dat zij zich terugtrekken, waardoor netwerken verzwakken en zij geïsoleerd raken (Klinenberg, 2018). Ook Wiggers (2016) benadrukt dat een toegankelijke openbare ruimte die aansluit bij de sportbehoeftes van bewoners zowel positieve gevolgen kan hebben voor hun gezondheid als voor hun mogelijkheden om buurtgenoten te ontmoeten; het heeft een socialiserende werking.

Omdat de leefbaarheid in Lombardijen de laatste jaren steeds meer onder druk is komen te staan, stelden woningcorporatie Havensteder, ontwikkelpartner Synchron en de Gemeente Rotterdam in samenwerking met bewoners het ‘Toekomstperspectief Lombardijen 2040’ op. Naast vele andere inzichten werd ook uit dit rapport duidelijk dat er een sterke behoefte is aan meer voorzieningen en ontmoetingsplekken om alle bewoners de kans te bieden op onder andere sport (Gemeente Rotterdam et al., 2025). Het toekomstperspectief laat zien dat de wijk een sterke ruimtelijke groenstructuur heeft, maar dat deze onvoldoende wordt benut en dat bewoners langs elkaar heen leven, resulterend in een lage zelfredzaamheid (Gemeente Rotterdam et al., 2025). Een van de doelstellingen is daarom het (her)inrichten van de groene ruimte om sociale structuren en ontmoetingen te versterken, en de gezondheid van bewoners te stimuleren. Met het project ‘Groen en Gezond Lombardijen’ werkt de Veldacademie, onderzoekswerkplaats voor sociaal-ruimtelijke vraagstukken, aan deze doelstelling. Het is belangrijk hier de kansen voor ouderensport te ontdekken.

Onderzoek naar de determinanten van sportparticipatie focust echter tot nu toe met name op jongere mensen (Chen et al., 2023). Het is van belang diepgaandere inzichten te krijgen in wat sport voor ouderen betekent. Er kunnen verschillende belemmeringen ten grondslag liggen aan het niet of weinig sporten, zoals financiële beperkingen en culturele opvattingen

(Hoogendoorn & de Hollander, 2016). Ook verschillen in dagelijkse levens en vanzelfsprekendheden met betrekking tot sport- en beweegdeelname, meedoen in de samenleving en gezond leven kunnen een rol spelen (Stuij, 2022). Onderzoek wordt vaak gericht op individuele gedragsfactoren, minder aandacht is er voor de waardering van sport in relatie tot de sociale positie – de plaats die iemand inneemt binnen de sociale structuur van de samenleving (Farkas, 2022). Deze positie wordt niet bepaald door één kenmerk, maar door de combinatie van meerdere factoren als leeftijd, gender en sociaaleconomische status. De stigmatisering van mensen die ‘niet willen sporten’ en de sterke focus op gedrag(sverandering) leidt af van onderliggende ongelijkheden en dynamieken tussen verschillende groepen in de samenleving (Stuij & Pulles, 2023). Het is essentieel te onderzoeken hoe verschillende ouderen sport en beweging ervaren en hier betekenis aan toekennen in hun dagelijks leven.

Ook is het belangrijk er niet vanuit te gaan dat de fysieke aanwezigheid van meer sportvoorzieningen in de openbare ruimte daadwerkelijk tot meer gebruik zal leiden. Verschillende mensen ervaren fysieke ruimtes op verschillende manieren, afhankelijk van sociale en culturele factoren (Lefebvre, 1991). Sociale normen en waarden rondom onder andere sport, gezondheid, gender en etniciteit bepalen wie sport, wie zich vrij en thuis voelt in de openbare ruimte en waarom bepaalde plekken meer of minder worden gebruikt. Inzicht hierin is nodig vóór fysieke aanpassingen aan de wijk te doen.

Samengevat hoopt dit onderzoek inzicht te bieden in de betekenis van sport in het dagelijks leven van ouderen in Lombardijen en hoe deze betekenissen samenhangen met hun sociale positie. Tevens wordt onderzocht welke rol de openbare ruimte speelt in de manier waarop zij sport in hun dagelijks leven vormgeven. De vragen die in dit onderzoek centraal staan luiden daarom:

Hoofdvraag: Hoe geven ouderen in Lombardijen betekenis aan sport in het dagelijks leven?

Deelvraag 1: Welke betekenissen geven ouderen in Lombardijen aan sport en hoe hangen deze samen met hun sociale positie?

Deelvraag 2: Welke rol speelt de publieke ruimte in de manier waarop ouderen in Lombardijen sport in hun dagelijks leven vormgeven?

1.3. Maatschappelijke en wetenschappelijke relevantie

De sportparticipatie van ouderen in Lombardijen is erg laag (RIVM, 2022). Gesteld wordt dat de openbare ruimte een belangrijke rol kan spelen in de sportstimulatie in aandachtswijken (Grubben et al., 2022). Dit zou in het bijzonder belangrijk zijn voor ouderen (Dessing et al.,

2016). Hoewel Lombardijen beschikt over een aantal openbare sportvoorzieningen en groene ruimtes, is het onduidelijk hoe en waarom deze wel of niet gebruikt worden door ouderen. Dit onderzoek biedt diepgaande inzichten in wat sport in hun leefwereld betekent, welke factoren hun sportdeelname beïnvloeden en wat de rol van de openbare ruimte hierin is. Hiermee wordt bijgedragen aan het project ‘Groen en Gezond Lombardijen’ van de Veldacademie en de doelen uit het Toekomstperspectief Lombardijen 2040 (Gemeente Rotterdam et al., 2025).

Wetenschappelijk draagt dit onderzoek bij aan de literatuur over de determinanten van sportparticipatie bij ouderen, een doelgroep die tot op heden relatief weinig aandacht kreeg (Chen et al., 2023). Door sport te benaderen als sociaal fenomeen, wordt inzicht geboden in hoe alledaagse praktijken van bewegen worden gevormd door de sociale en ruimtelijke context. Daarmee is dit onderzoek tevens een toevoeging aan de sociologische literatuur die het belang van sociale inzichten bij het inrichten van fysieke ruimtes benadrukt. Hoewel ruimtes ontworpen kunnen zijn met een bepaald doel, komt het gebruik en de beleving ervan hier niet altijd mee overeen (Lefebvre, 1991). Dit biedt aanknopingspunten voor een inclusievere inrichting van de openbare ruimte, waarin de leefwereld van bewoners centraal staat.

2. Theoretisch Kader

2.1. De betekenis van sport voor ouderen

Sport heeft, naast de veelbesproken fysieke en psychologische effecten, een sociale betekenis voor mensen. Deze betekenis houdt verband met hoe (groepen) mensen sport ervaren en op welke manieren sport als maatschappelijk goed functioneert (Seippel, 2006). Sport is een sociaal fenomeen dat sociale structuren weerspiegelt (Kaplan et al., 2013). Het kan gezien worden als een miniatuurvorm van de sociale structuur waarbinnen we leven. Het biedt een weerspiegeling van onder andere machtsrelaties, verschillen tussen sociale klassen en groepsidentiteiten (Kaplan et al., 2013). Deze veronderstelling dat sport geen neutraal, maar een sociaal en cultureel fenomeen is, ligt ten grondslag aan dit onderzoek. Betekenisgeving kan worden begrepen als het proces waarbij mensen gebeurtenissen en dingen interpreteren en deze binnen bepaalde referentiekaders plaatsen om hun wereldbeeld te vormen (Weick, 1995). Deze betekenissen kunnen continu veranderen door nieuwe ervaringen en situaties (Weick, 1995). Verschillende sociale groepen – zo ook jongeren en ouderen – geven op verschillende manieren betekenis aan sport (Seippel, 2006).

Uit een uitgebreid literatuuronderzoek naar de redenen waarom ouderen sporten komen vijf thema's naar voren: gezondheid, gemeenschap, relaties, competitie/prestaties en succesvol

ouder worden. Het behouden of verbeteren van de gezondheid komt naar voren als de belangrijkste reden voor ouderen om te sporten, gevolgd door de kansen die het biedt om onderdeel te zijn van een sociale groep of gemeenschap (van den Dool & Heijnen, 2022; Stenner et al., 2020). Sociaal contact – voor, tijdens en na de activiteit – wordt als erg belangrijk ervaren door de doelgroep (Stenner et al., 2020). Hetzelfde geldt voor buiten zijn (van den Dool & Heijnen, 2022). Dit is met name belangrijk omdat ouderen een groter risico lopen op eenzaamheid en isolatie, wat een negatieve impact heeft op het gevoel dat zij hebben met betrekking tot ouder worden (Stenner et al., 2020). Het aspect ‘buiten zijn’ doet vermoeden dat de openbare ruimte inderdaad van belang is of kan zijn voor het sportgedrag van ouderen, al wordt verwacht dat georganiseerde activiteiten succesvoller zijn in het voldoen aan de behoeften aan sociaal contact.

Gezondheidsproblemen, zoals motorische beperkingen en afgenomen cognitieve vaardigheden, worden tevens genoemd als de grootste beperkingen voor ouderen om te sporten (Hoogendoorn & de Hollander, 2016). Een interessante bevinding is echter dat ook na controle voor de gezondheidssituatie, mensen minder actief worden naarmate ze ouder worden. Er is sprake van een leeftijdseffect (Tischer et al., 2011). Dit weerlegt het stereotype dat de afname van sportdeelname volledig te wijten is aan een verslechterde gezondheid en roept vragen op over andere sociale factoren die sportdeelname van ouderen beïnvloeden, zoals sociale normen en culturele waarden met betrekking tot gezondheid (Tischer et al., 2011). Duidelijk wordt het belang van een gedifferentieerde blik. Sportdeelname van ouderen kan niet los gezien worden van de bredere sociale context waarin het plaatsvindt.

2.2. Sportdeelname ouderen in relatie tot sociale positie

Hoewel bovenstaande bevindingen waardevolle inzichten bieden over de betekenisgeving aan sport door ouderen, is het de vraag in hoeverre ze volstaan in een wijk als Lombardijen, waar mogelijk andere factoren meespelen. Een groot deel van de ouderen in Rotterdam is kwetsbaar: zij ervaren problemen in hun gezondheidssituatie, materiële situatie en sociale situatie (de Gruijter et al., 2013). Sociaal geïsoleerde ouderen participeren niet in sociale netwerken en nemen minder deel aan maatschappelijke activiteiten (Machielse, 2011). Uit onderzoek naar senioren sport in de context van Rotterdam komen vijf oorzaken voor inactiviteit van ouderen naar voren: gebrekkige kennis over het functioneren van het menselijk lichaam/gezondheid, weinig ervaring met sporten of bewegen, onvoldoende steun of voorbeelden in de sociale leefomgeving, lage sociaaleconomische status en het ontbreken van een geschikt en aansprekend aanbod in de eigen buurt (de Gruijter et al., 2013). Van belang is een diepgaander

inzicht in onderliggende factoren en hoe deze variëren tussen groepen. De verklaringen die in de literatuur de boventoon voeren, worden onderstaand besproken. Er wordt uitgegaan van een intersectioneel perspectief, waarbij categorieën als leeftijd, gender en sociaaleconomische status niet als opzichzelfstaande factoren worden beschouwd, maar als met elkaar verweven.

2.2.1. Leeftijd

Volgens traditionele sociaal-culturele opvattingen is ouderdom een periode van inactiviteit en onvermijdelijke lichamelijke achteruitgang, waardoor sommige ouderen het nut van sportdeelname niet inzien (Meredith et al., 2023). Dergelijke negatieve stereotypen kunnen leiden tot zelfstigma en de overschatting van de risico's van sport. Tegelijkertijd kan dit voor sommige ouderen – met name vrouwen – een motivatie zijn om wel te sporten: voor het behoud van zelfregie, om buitensluiting te voorkomen en uit angst om als lui of nutteloos te worden gezien (Meredith et al., 2023). Ook Duyar (2021) geeft aan dat de afnemende sportdeelname van ouderen meer te maken heeft met de maatschappelijke verwachtingen van de doelgroep dan met hun leeftijd en fysieke capaciteiten. Met name competitieve sporten worden gezien als ongeschikt voor ouderen (Duyar, 2021).

2.2.2. Sociaaleconomische status

Mensen met een lage sociaaleconomische status sporten minder, wat onder andere te maken kan hebben met mindere gezondheidvaardigheden, financiële beperkingen, laaggeletterdheid en het niet fijn vinden om langetermijnverbintenissen aan te gaan met sportaanbieders (Hoogendoorn & de Hollander, 2016). Ook kunnen andere prioriteiten, het nut van sport niet inzien en het krijgen van weinig steun vanuit de omgeving samenhangen met de lage sociaaleconomische status en sportdeelname belemmeren. Ontspanning en het opdoen van sociale contacten kunnen juist een drijfveer zijn (Hoogendoorn & de Hollander, 2016).

Ouderen met een lage sociaaleconomische status ervaren een drempel om geld uit te geven aan sport – met name wanneer zij geen sportgeschiedenis hebben (Stevens et al., 1999). Dit laatste, het belang van de sportgeschiedenis, wordt in de literatuur 'sportsocialisatie' genoemd (van den Dool & Heijnen, 2022). Hoogopgeleide ouderen sporten vaker, hetzelfde geldt voor hoogopgeleide jongere mensen. Dit kan te maken hebben met eerdere sportervaring. Zo krijgen ouderen zonder ervaring met sport in het verleden een achterstand (van den Dool & Heijnen, 2022). Mogelijk schuilt hierachter een cohort-effect: nieuwe generaties ouderen hebben meer sportervaring vanuit hun jeugd dan 80-plussers die opgroeiden in een tijd met een beperktere sportcultuur (van den Dool & Heijnen, 2022). Het hebben van rolmodellen kan een

rol spelen in de sportstimulatie van mensen met een gebrek aan beweegervaring of weinig voorbeelden uit de sociale omgeving (Hoogendoorn & de Hollander, 2016).

Onderzoek laat zien dat het met name in aandachtswijken belangrijk is dat er een geschikt, laagdrempelig aanbod is in de eigen buurt (de Gruijter et al., 2013; Stevens et al., 1999). Rotterdammers met een lage sociaaleconomische status hebben een lage actieradius en zijn meer buurtgebonden dan kapitaalkrachtigere stadsgenoten. Voor hen zijn voorzieningen in de eigen wijk van groter belang (Doff & Snel, 2022). Mogelijk kan de openbare ruimte hierin een belangrijke rol vervullen.

2.2.3. Gender

Binnen de literatuur bestaat onenigheid over de relatie tussen gender en sportdeelname van ouderen. Waar sommige studies geen verschil zien tussen sportdeelname van oudere mannen en oudere vrouwen, laten andere studies juist een oververtegenwoordiging van mannen of vrouwen zien (Tischer et al., 2011). Ook zijn er onderzoeken die verschillen in betekenisgeving aantonen; zo zouden competitie en prestaties belangrijker zijn voor oudere mannen en sociale contacten en gezondheid voor oudere vrouwen (Stenner et al., 2020). Al worden deze verschillen niet altijd gevonden (Tischer et al., 2011).

Wel bestaat er binnen het al eerder genoemde cohort-effect een groot verschil tussen mannen en vrouwen: binnen de oudste groep (80+) zijn vrouwen sterk ondervertegenwoordigd. Deze vrouwen zijn opgegroeid in een tijd waarin sport en sportonderwijs enkel gericht waren op mannen en de samenleving vrouwensport afwees (Tischer et al., 2011). Daarnaast wordt ook duidelijk dat het sociale stratificatie-effect op sportdeelname het sterkst is onder oudere vrouwen: binnen de categorie ouderen zijn vrouwen met een lage sociaaleconomische status de minst actieve groep en vrouwen met een hoge sociaaleconomische status de meest actieve groep (Tischer et al., 2011). Oudere vrouwen gebruiken sport vaker als strategie om het ouder worden tegen te gaan – al geldt dit wel met name in westerse culturen waar gezond en onafhankelijk ouder worden hoog in het vaandel staat. Ouder wordende vrouwen passen niet binnen het westerse schoonheidsideaal (Pfister, 2012). De onderwaardering die deze groep voelt kan echter hun motivatie om te sporten ook doen afnemen; ze twijfelen aan hun fysieke capaciteiten en hebben weinig rolmodellen (Silver Linings, 2017).

Volgens Tischer et al. (2011) hebben ‘typische’ ouderensporten als gymnastiek een vrouwelijke connotatie en worden deze daarom als ongeschikt gezien voor mannen. Er is echter relatief weinig onderzoek gedaan naar de veranderende sportbeleving van ouder wordende mannen. Volgens Wiersma & Chesser (2011) krijgen de vrijetijdservaringen van oudere mannen

minder aandacht dan die van vrouwen, terwijl mannen veroudering juist sterk ervaren in de vrije tijd. Dit omdat ouderdom invloed heeft op de lichamelijke mogelijkheden om aan vrijetijdsactiviteiten deel te nemen. Zij stellen dat er in onderzoek naar vrije tijd van ouderen meer aandacht moet zijn voor hegemoniale mannelijkheid: het ideaalbeeld van mannelijkheid dat sterk samenhangt met kenmerken als fysieke kracht en dominantie (Connell, 1995). Het is aannemelijk dat hegemoniale mannelijkheid juist binnen de sportcontext – waarin het lichaam centraal staat – een grote rol speelt. Hoewel dit concept wel voorkomt in sportonderzoek, lijkt de verbinding tussen sport, mannelijkheid en ouderdom slechts beperkt gemaakt te worden.

2.2.4. Culturele achtergrond

Zoals bovenstaand besproken zijn de beloofde gezondheidsvoordelen die sport met zich meebrengt met name verweven in westerse ideologieën – men voelt de morele verplichting om fit te blijven (Pfister, 2012). Positief ouder worden wordt gerelateerd aan een goede gezondheid, onafhankelijkheid en vitaliteit (Pfister, 2012). Er is nog weinig onderzoek gedaan naar de leefstijl en sportparticipatie van ouderen met een migratieachtergrond (Tischer et al., 2011). Wel wordt duidelijk dat traditionele genderrollen en culturele verwachtingen de sportdeelname van vrouwen beïnvloeden binnen verschillende etnische minderheidsgroepen (Sawrikar & Muir, 2010). Dit kan zowel te maken hebben met de culturele opvatting dat sport onvrouwelijk is, als met een gevoel van uitsluiting en onvoldoende representatie binnen de sport (Sawrikar & Muir, 2010). Onduidelijk is of deze opvattingen veranderen naarmate vrouwen ouder worden en minder familieverantwoordelijkheden dragen. Er is meer onderzoek nodig naar ‘sportsocialisatie’ in relatie tot de culturele context waarin men opgroeit.

Het is wel bekend dat aanbieders van sport- en beweegactiviteiten in Rotterdam vooral ouderen van Nederlandse herkomst bereiken die al ervaring hebben met sporten en bewegen, zogenoemde ‘herintreders’. Er wordt daarom gesteld dat sportactiviteiten voor ouderen de diversiteit binnen de doelgroep moeten erkennen en rekening moeten houden met culturele- en sekseverschillen en met een sociaaleconomisch achtergestelde positie (de Gruijter et al., 2013). Zo zou een veilige omgeving met privacy erg belangrijk zijn voor vrouwen met een migratieachtergrond (Hoogendoorn & de Hollander, 2016). Gesteld wordt dat er binnen de cultuur van senioren in Rotterdam – van wie 45 procent een migratieachtergrond heeft – weinig plaats zou zijn voor sport (de Gruijter et al., 2013). Wat deze culturele verschillen precies zijn en hoe deze invloed hebben op sportdeelname van ouderen is onduidelijk en vraagt om meer onderzoek. Dit is met name van belang in wijken als Lombardijen, waar 65 procent van de inwoners een migratieachtergrond heeft (Gemeente Rotterdam et al., 2025).

2.3. Sport in de publieke ruimte

Zoals eerder gesteld wordt de publieke ruimte als een kansrijke plek gezien om sport te stimuleren in achterstandswijken, omdat sportdeelname daar laag is en de mogelijkheden om thuis te sporten vaak beperkter zijn (Grubben et al., 2022). Daarnaast trekken sportverenigingen vaak alleen mensen trekken die sport al leuk vinden (Boonstra & Hermens, 2011). Gans (2002) benadrukt het belang van de openbare ruimte voor vrijetijdsbesteding, met name voor mensen die geen privé-buitenruimte bezitten. Onderzoek toont aan dat een beweegvriendelijke omgeving sporten en bewegen stimuleert en faciliteert (Wiggers, 2016). Dit heeft een preventieve werking op de gezondheid en draagt daarmee bij aan gezond ouder worden (Wiggers, 2016). Dessing et al. (2016) benadrukken de positieve gevolgen van een beweegvriendelijke omgeving voor de gezondheid, de ontwikkeling van kinderen, leefbaarheid en de verminderde eenzaamheid onder ouderen. Ook socialiseert het en biedt het kansen om mensen meer bij de omgeving te betrekken (Dessing et al., 2016; Wiggers, 2016).

Klinenberg (2018) identificeert openbare sportplekken als vormen van ‘sociale infrastructuur’: publieke plekken die menselijke interacties vormgeven en het ontstaan van sociaal kapitaal faciliteren. Volgens Klinenberg (2018) is sociale infrastructuur cruciaal, omdat lokale, *face-to-face* interacties de bouwstenen zijn van het publieke leven. Op plekken met een gezonde sociale infrastructuur zorgen terugkerende interacties – met name tijdens activiteiten die mensen leuk vinden, zoals sport – ervoor dat relaties zullen ontwikkelen. Zo wordt in zijn boek ‘Palaces for the People’ een voorbeeld van een publiek basketbalveld gegeven waar door het spelen van onderlinge wedstrijdjes vriendschappen ontstonden tussen mensen die elkaar anders nooit ontmoet zouden hebben (Klinenberg, 2018). Gezien het feit dat een van de doelen uit het toekomstperspectief luidt dat de groene ruimte moet worden (her)ingericht om sociale structuren en ontmoetingen te versterken en gezondheid te stimuleren, kan sport hier mogelijk een rol in spelen (Gemeente Rotterdam et al., 2025).

Het is belangrijk te benadrukken dat ‘ruimte’ een sociaal product is, geconstrueerd door de manier waarop men ermee omgaat (Lefebvre, 1991). Lefebvre (1991) onderscheidt drie perspectieven waarmee men naar een ruimte kan kijken en deze kan ervaren. Het model omvat de waargenomen ruimte (*‘perceived space’*); de ruimte die je waarneemt, de geleefde ruimte (*‘lived space’*); de ruimte die subjectief wordt ervaren, en de bedachte ruimte (*‘conceived space’*); de ruimte zoals die door beleidsmakers bedoeld is. De manier waarop ouderen openbare plekken waarnemen en gebruiken, kan sterk verschillen van hoe deze zijn bedacht.

2.4. Ouderensport in de publieke ruimte

In de wetenschap bestaan er wat tegenstellingen over het succes van het gebruik van de openbare ruimte voor sport onder ouderen. Chen et al. (2023) goten sportparticipatie in een socio-ecologisch model en toonden hiermee aan dat toegang tot parken en recreatieplekken – naast onder andere persoonlijke karakteristieken en individueel gedrag – een belangrijke voorspeller is van sportparticipatie van ouderen. Ook in onderzoek van Hoekman et al. (2015) wordt de openbare ruimte als meest gebruikte sportlocatie genoemd onder ouderen in onderzoek, en een case study in een achtergestelde wijk in Zuid-Korea laat het succes zien van openbare fitnessapparatuur voor ouderen (An et al., 2013). Annear et al. (2009) tonen aan dat ouderen in aandachtswijken minder sporten en dat dit deels samenhangt met de ongeschikte fysieke omgeving – investeringen in de fysieke omgeving zouden daarom een positief effect kunnen hebben op het beweeggedrag van deze ouderen. Daarnaast kan leeftijdsdiscriminatie een significante barrière zijn voor ouderen om de sportschool te bezoeken (Sossa Rojas, 2022). De sportschoolcultuur houdt vaak verband met jong, energiek en fit zijn – karakteristieken die afnemen naarmate men ouder wordt (Sossa Rojas, 2022). Mogelijk kan de openbare ruimte hierin een vervangende rol spelen. Ander onderzoek laat echter zien dat mensen met een beperkte mobiliteit minder vaak sporten, maar dat er geen verband is met de toegankelijkheid van openbare ruimtes (Ghenta et al., 2022).

Voor het succesvol gebruik van de openbare ruimte zouden ‘ogen op de straat’ (Jacobs, 1961) en publieke familiariteit (Blokland, 2008) belangrijk zijn. Beweegvriendelijke openbare ruimtes zouden aantrekkelijker gevonden worden door ouderen wanneer er meer ouderen gebruik van maken (Borst et al., 2008). Ook worden openbare sportplekken als kansrijke plekken gezien voor het ontstaan van sociaal kapitaal (Klinenberg, 2018). Echter zijn er ook onderzoeken die laten zien dat ouderen niet graag op openbare plekken individueel sporten en dat het plaatsen van openbare sportfaciliteiten voor hen alleen zin heeft als er een beweegprogramma bij wordt aangeboden (Kunen & Damen, 2024). Ook onderzoek van de Gruijter et al. (2013) stelt dat het beweegaanbod voor ouderen laagdrempelig en veilig moet zijn, binnen, op een plaats waar mensen niet in het zicht zijn. Dit geldt met name voor ouderen met een chronische aandoening en lichamelijke beperking, die meer geneigd zijn activiteiten in een veilige, afgebakende omgeving te doen – al kan dit ook te maken hebben met de voor hen ongeschikte inrichting van de omgeving (RIVM, 2023).

Over het algemeen, zowel in privé- als in openbare ruimte, lijkt het belangrijk dat ouderen kunnen sporten met leeftijdsgenoten en zich met hen kunnen identificeren (Ceva et al., 2010). Om dezelfde reden wordt er veel geschreven over ‘dominante gebruikersgroepen’.

Waar bijvoorbeeld veel jongens met een migratieachtergrond komen, worden weinig meisjes aangetroffen (Cevaal et al., 2010). Mogelijk hebben dominante gebruikersgroepen in Lombardijen invloed op het gebruik van de openbare ruimte door ouderen. Daarnaast kan het genoodzaakt zijn de publieke ruimte te gebruiken, soms als een teken van zwakte gezien worden: ‘sterkere’ groepen kunnen het zich veroorloven privéruimte te gebruiken (Gans, 2002). Mogelijk wordt dit gevoel ervaren in een wijk als Lombardijen, waar veel mensen met beperkte financiële middelen en weinig eigen ruimte wonen. Ook is het belangrijk genderverschillen in acht te nemen. Zo wees een studie uit dat openbare fitnesslocaties vaak niet gebruikt worden door vrouwen, omdat ze dit niet als veilig ervaren (Prins et al., 2021). Cooper (1969) verklaart het ontstaan van binnensport voor vrouwen zelfs aan de hand van de schaamte en sociale weerstand die het opriep toen vrouwen gingen hardlopen in de openbare ruimte.

2.5. Samengevat

De betekenis van sport en beweging onder ouderen is diep verweven met sociale en culturele structuren. Daarnaast blijkt de publieke ruimte een kansrijke – maar geen vanzelfsprekende – plek voor sportparticipatie. Deze inzichten bieden een referentiekader voor het beantwoorden van de onderzoeksvragen. Duidelijk wordt de noodzaak sport te begrijpen als een sociaal ingebed fenomeen en rekening te houden met de diversiteit binnen de doelgroep ouderen, juist in een wijk als Lombardijen.

3. Methodologie

3.1. Onderzoeksontwerp en dataverzameling

Dit is een onderzoek van kwalitatieve aard. Kwalitatief onderzoek richt zich op het verkennen en begrijpen van de betekenissen die individuen of groepen toekennen aan sociale of menselijke problemen (Creswell & Creswell, 2023). Deze vorm van onderzoek past zodoende goed bij de onderzoeksvraag, die open van aard is en zo veel mogelijk invalshoeken wil meenemen die betrekking hebben op de betekenisgeving van sport door ouderen. Het kan worden gekwalificeerd als een ‘*case study*’: een onderzoek waarin een diepgaande analyse wordt gedaan van één bepaalde casus (Creswell & Creswell, 2023) – in dit geval Lombardijen. Data is verzameld door middel van 13 semigestructureerde diepte-interviews met ouderen woonachtig in Lombardijen. Hieraan voorafgaand is de wijk ter plaatse verkend om een gevoel te krijgen van de fysieke en sociale context waarin de respondenten zich bewegen.

3.2. Doelgroep en werving respondenten

De doelgroep bestaat uit 65-plussers woonachtig in Lombardijen. Deze doelgroep betrof 2.410 inwoners in 2024 (AlleCijfers.nl, 2025). Respondenten zijn op verschillende manieren geworven. Contact is in eerste instantie gelegd door deel te nemen aan verschillende activiteiten voor ouderen in het Huis van de Wijk en een valpreventietraining in seniorencomplex ‘De Zonnetrap’, waarna via ‘*snowball sampling*’ meer respondenten zijn geworven. Ook zijn een aantal respondenten geworven middels gesprekken op straat, in het Spinozapark, bij het Huurdersplatform Lombardijen en in gemeenschappelijke ruimtes van seniorencomplexen. Hierbij is gepoogd wat diversiteit te creëren wat betreft gender, leeftijd en afkomst.

Eén respondent (Fatma) is slechts 56 jaar en valt daarmee buiten de gekozen leeftijdscategorie. Zij is wel opgenomen in de selectie vanwege haar unieke positie als enige islamitische vrouw die deelneemt aan haar seniorengym. Daarnaast is haar gevraagd een beweeggroep voor islamitische vrouwen op te zetten. Haar perspectief is daarmee cruciaal om inzicht te krijgen in cultureel-religieuze barrières en mogelijkheden voor participatie binnen deze ondervertegenwoordigde groep.

3.3. Interviews

Een operationaliseringstabel (zie: Bijlage 8.3.) is opgesteld op basis van het theoretisch kader. Deze operationaliseringstabel was de basis voor het opstellen van de interviewgids (zie: Bijlage 8.4.) en diende als conceptuele lens tijdens de interviews. Er zijn interviews afgenomen met 13 respondenten (zie: Bijlage 8.5.). De interviews hebben plaatsgevonden in Lombardijen tussen 18 april en 14 mei 2025. De vragen in de interviewgids waren duidelijk, maar open geformuleerd om de respondenten de ruimte te bieden om over de onderwerpen die hun eigen betekenisgeving vormgeven uit te wijden. Wanneer respondenten – mogelijk onverwachts – relevante onderwerpen ter sprake brachten, is hier actief op doorgevraagd. Tijdens de interviews zijn daarnaast enkele zelfgemaakte foto’s van de wijk gebruikt als visuele ondersteuning. Alle interviews zijn opgenomen.

3.4. Analyse

De interviews zijn getranscribeerd, geanonimiseerd en vervolgens thematisch geanalyseerd met behulp van codes. Thematische analyse is een methode voor het identificeren, analyseren en rapporteren van patronen binnen kwalitatieve data, zonder gebonden te zijn aan een specifieke theoretische traditie – het biedt zowel structuur als flexibiliteit (Braun & Clarke, 2006). Omdat

het de kans biedt zowel overlappende patronen en thema's bloot te leggen als diepgang en nuance aan te brengen, wordt het gezien als de meest geschikte methode voor dit onderzoek.

Om de codes aan te brengen, systematisch te structureren en verbanden inzichtelijk te maken, is er gebruikgemaakt van Atlas.ti, een softwareprogramma voor kwalitatieve data-analyse (Hwang, 2008). De transcripten zijn open gecodeerd. Vervolgens zijn de aangebrachte codes gecategoriseerd in codegroepen en thema's. Deze inductieve manier van werken maakte het mogelijk nieuwe thema's te identificeren. In totaal zijn er 86 verschillende codes toegepast, die zijn ondergebracht in 18 codegroepen en 4 thema's (zie: Bijlage 8.6.).

3.5. Ethiek

Voorafgaand aan de interviews zijn participanten duidelijk geïnformeerd over de inhoud en het doel van het onderzoek. Ook is er toestemming gevraagd voor het maken van een audio-opname van het interview. Beide aspecten zijn meegenomen in het formulier voor 'Geïnformeerde toestemming' (zie: Bijlage 8.7.). Alle respondenten hebben toestemming verleend, hetzij schriftelijk, hetzij mondeling in de audio-opname. De opnames worden na afronding van het onderzoek verwijderd. De participanten doen anoniem mee aan het onderzoek, hun namen zijn gepseudonimiseerd. Naar verwachting is het niet herleidbaar om wie het gaat.

4. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de vier thema's besproken die uit de analyse van de interviews naar voren zijn gekomen. Hiermee wordt respectievelijk inzicht gegeven in de betekenissen die respondenten toekennen aan sport en hoe deze samenhangen met hun sociale positie, de rol van de publieke ruimte en de bredere leefwereld van de respondenten.

4.1. Betekenisgeving sport en bewegen

Het woord 'sport' wordt door respondenten zelden gebruikt. In plaats daarvan spreken zij over 'bewegen' of ' bezig zijn'. Toch blijkt beweging belangrijk in het dagelijks leven van de respondenten, zij het in vormen die aansluiten bij hun dagelijkse ritme en sociale context.

4.1.1. Gezondheid, routine en sociaal contact

Het voorkomen van fysieke en mentale achteruitgang is voor de meeste respondenten de belangrijkste reden om in beweging te blijven. Beweging wordt gezien als middel om gezond te blijven, zoals Anneke (V, 72) opmerkt: "Ik heb ook een scootmobiel, maar hoe meer ik daarin

ga zitten, hoe meer ik hem nodig heb”. Tegelijkertijd bestaat de opvatting dat achteruitgang deels onvermijdelijk is, waarbij gezond ouder worden door sommigen wordt omschreven als een kwestie van geluk. Dit uit zich in acceptatie of zelfs onverschilligheid: “Ik ga overal naartoe, ... en het gaat allemaal nog goed. Als het niet meer gaat, dan houdt het op” (Greet, V, 74). Gezondheid wordt in dat geval minder als maakbaar gezien, wat het belang van eigen inspanning reduceert.

Bewegen wordt regelmatig gerelateerd aan dagelijkse bezigheden als boodschappen doen. Cor (M, 72) geeft aan: “Ik heb geen auto, dus het is allemaal lopen en openbaar vervoer, dus wat dat betreft blijf je wel in conditie”. De dagelijkse routine en ‘ bezig blijven ’ worden als volwaardig alternatief gezien voor sportieve beweging.

Het hebben van gezelschap wordt als essentieel ervaren. De een neemt deel aan seniorengym, de ander wandelt met een bekende. Het biedt structuur, laagdrempeligheid en gezelligheid; het is een sociale stok achter de deur. Tegelijkertijd blijken de sociale netwerken beperkt: veel respondenten hebben slechts enkele bekenden in de wijk met wie zij af en toe wat ondernemen. Het ontbreken van een vertrouwd sociaal netwerk vormt een belemmering voor deelname aan activiteiten. Het wordt duidelijk dat sport voor ouderen een kwetsbare aangelegenheid is; zij hebben begeleiding nodig en bewegen het liefst met gelijkgestemden. Drempels om deel te nemen zijn hoog, met name wanneer groepen klein zijn of niet aansluiten bij iemands voorkeuren. Zo geven verschillende vrouwen aan liever niet met mannen te sporten, terwijl anderen zich niet thuis voelen in cultureel gemengde groepen. De vaak lage opkomst ondermijnt het sociale karakter, dat juist zo belangrijk is voor participatie.

4.1.2. Autonomie en morele waarde

Beweging is voor veel respondenten nauw verbonden met het behouden van autonomie. Wie beweegt blijft zelfstandig, wie stilstaat wordt afhankelijk. Riet (V, 85) illustreert dit:

Ik kan wel de hele dag gaan zitten, maar dat schiet niet op hè, dan kan ik straks helemaal niks meer. Ik heb nog steeds geen hulp in de huishouding, niks, ik doe alles zelf nog en dat wil ik ook zo lang mogelijk proberen.

Beweging fungeert als verzet tegen fysieke afhankelijkheid én sociale afschrijving. Mina (V, 88) zegt hierover trots: “De dokters staan elke dag versteld. Ik ben jaren geleden steeds opgegeven. Maar ik ga elke dag lopen”. ‘Fit zijn’ wordt gerelateerd aan leven zonder hulp; een goed functionerend lichaam is een teken van zelfstandigheid. Hoe beter het eigen lichaam

werkt, hoe minder afhankelijk men is van anderen en de staat. Hulpmiddelen als rollators en verzorgingstehuizen hebben een negatieve lading: “Als je gaat kwakkelen en je kunt niet meer, dan zul je toch naar een tehuis of weet ik veel moeten, nou, dat is afzien” (Truus, V, 79). Zelfredzaamheid draagt positief bij aan het zelfbeeld van de respondenten. Zelfdiscipline, verantwoordelijkheid en karakter worden vaak genoemd als voorwaarde. Respondenten spreken graag over hun eigen doorzettingsvermogen en oordelen soms scherp over andere ouderen die ‘lui’ of ongezond leven. Zo zegt Willem (M, 86): “Als je hier de flats ziet, dat zijn een hoop oude mensen die daar zitten, die doen niks. Die lopen met de rollator, het stikt hier van de rollators”. Zulke vergelijkingen met andere ouderen leveren een gevoel van eigenwaarde op. De uitspraken wijzen op een geïnternaliseerde norm van actief ouder worden, waarin lichamelijk verval als verlies van waardigheid wordt ervaren. Motivatie lijkt grotendeels van binnenuit te komen, al kunnen maatschappelijke verwachtingen hieraan onderliggend zijn.

Sommige respondenten bewegen niet en hebben hier ook geen behoefte aan. Zo verzet Greet (V, 74) zich expliciet tegen iedere externe verwachting. Ze ervaart ouderdom als een periode van rust en onttrekt zich bewust aan sociale druk en bemoeienis: “Het maakt me niks uit wat een ander doet, kan me niks schelen. Ik heb daar ook helemaal geen zin in. Ik kijk graag een film. Nou, ik leef zoals ik wil. Vroeger moest alles, nu hoeft niks meer”.

4.2. Samenhang met sociale positie

De manier waarop ouderen in Lombardijen betekenis geven aan sport hangt sterk samen met hun sociale positie. In vrijwel ieder interview zijn factoren als gender, klasse of culturele achtergrond bepalend voor de manier waarop respondenten bewegen en daarover spreken.

4.2.1. Arbeidersklasse

Duidelijk wordt de arbeidersachtergrond van de respondenten. Zij verwijzen naar een leven van fysiek zwaar werk, weinig vrije tijd en zonder sport in de klassieke zin. Zo legt Anneke (V, 72) uit: “Ik ben heel vroeg weduwe geworden ... dus ik heb alleen hard gewerkt. En dat was in de bouwschoonmaak, en dat soort dingen. Dus dat was hard werken. Toen had ik geen tijd voor sporten”. Mina (V, 88) geeft aan te zijn begonnen met werken op veertienjarige leeftijd. Beweging wordt eerder geassocieerd met nut dan met plezier. Voor de meeste vrouwen gold bovendien dat zij verantwoordelijk waren voor de zorg voor de familie, hun beweging was functioneel. ‘Sport’ was voor anderen, zoals mannen en mensen uit de hogere klassen.

Het arbeidersverleden lijkt op twee verschillende manieren door te werken op hoe respondenten betekenis geven aan beweging. Enerzijds leeft het idee van discipline sterk voort:

blijven bewegen wordt gezien als iets dat je uit gewoonte of karakter ‘hoort’ te doen. Zo vertelt Harrie (M, 83): “Ik heb in mijn diensttijd ook een paar keer de vierdaagse gelopen. ... Dat blijft altijd een beetje in je hoofd hangen, dat is gewoon gezond”. Het arbeidsethos kleurt de manier waarop beweging nog steeds als noodzakelijk en functioneel wordt benaderd. Anderzijds wordt datzelfde verleden door sommigen juist gebruikt als verklaring voor een periode van rust waarin niets meer ‘moet’. Zo legt Gonnie (V, 91) uit dat zij moeilijk beweegt, vanwege haar scheepsvaartverleden: “Dag en nacht kon je praktisch werken. ... Dus dat was echt wel intensief en zwaar werk. Daar heb ik dus slechte knieën van ook, omdat het zwaar werk was”.

Daarnaast wordt meermaals duidelijk dat financiële beperkingen een grote rol spelen in het leven van de respondenten. Te hoge kosten zijn een belemmering om aan beweegactiviteiten deel te nemen. Meerdere respondenten geven aan te hebben gesport bij een sportschool, maar te zijn gestopt wegens de hoge contributie. Ook de bijdrage die gevraagd wordt bij laagdrempelige buurtactiviteiten kan een reden zijn om niet aan te sluiten. Harrie (M, 83) spreekt over de senioren gym in het Huis van de Wijk:

En het animo moet er zijn hè, natuurlijk. En het is ook heel laagdrempelig, want het kost bij ons maar twee euro, per les dan. Maar voor hen is twee euro toch een hoop geld. Ze hebben het naar 2,50 willen brengen en dan vallen er mensen af. ... Voor hen zijn twee kwartjes een hoop geld. Ik lach erom, maar ja, bepaalde mensen en zeker de ouderen, die zijn over het algemeen toch een beetje... Enkel de AOW, dan is dat een hoop geld.

4.2.2. Leeftijd en levensloop

Naarmate zij ouder worden voelen respondenten zich steeds onzekerder in hun eigen lichaam en zijn ze bang te ver te gaan. Beweeggedrag wordt steeds meer bepaald door fysieke beperkingen. Riet (V, 85) legt uit: “Als je 85 bent, het gaat heel erg hard achteruit met me. Dus ik zou het wel willen, maar mijn hart moet meedoen, hè. Ik heb hartproblemen”.

Een andere belangrijke factor is relationeel verlies. Vele respondenten zijn weduwe of weduwnaar en koppelen hun beweeggedrag aan het verlies van hun partner. Sommigen zijn gestopt met sporten omdat hun partner een faciliterende rol had, anderen verloren motivatie of levenslust. Zo benoemt Harrie (M, 83) het onverwachte overlijden van twee partners gedurende zijn leven als reden om met verschillende bezigheden te stoppen: “Dat zijn dingen, nou dan heb je er eigenlijk geen zin meer in”. Voor anderen was het juist aanleiding om aan te sluiten bij (beweeg)activiteiten in de wijk, als manier om structuur, zingeving en gezelschap te hervinden.

4.2.3. Verschillen mannen en vrouwen

Mannen spreken opvallend vaak met nostalgie over hun sportieve verleden, refererend aan tijden waarin zij bijvoorbeeld fietsten of voetbalden met vrienden. In hun woorden klinkt weemoed of frustratie: “Altijd gesport. Alleen het nadeel nu is: als je ouder wordt, moet je een hoop inleveren. ... Je kunt niet meer doen wat je vroeger deed hè, dat gaat niet meer” (Willem, M, 86). Ouderdom lijkt fysiek en symbolisch bedreigend voor hun vroegere identiteit als krachtige, zelfstandige man die in het middelpunt stond van het sociale verkeer. Het idee om onder begeleiding oefeningen te moeten doen lijkt schaamte op te roepen; deelname aan beweegactiviteiten door mannen is dan ook zeer beperkt.

Vrouwen daarentegen spreken vaker over een leven van zorg en huishoudelijke arbeid. Beweging wordt verweven met deze geschiedenis; het is nooit ‘sport’ geweest, maar lopen, schoonmaken, zorgen. Nu, op latere leeftijd, klinkt soms een toon van eigen regie en zelfbeschikking. Zo legt Etty (V, 85) uit actiever te zijn geworden sinds zij geen mantelzorgster meer is: “Ik was erg op mezelf. Nooit weg. Omdat, ik had een pleegzus, maar die was dement, dus ik liet haar nooit alleen. Zodoende ben ik nu veel meer bezig: dan doen we dit, dan doen we dat”. Vrouwen geven aan nu pas te kunnen of mogen sporten: zonder zorgtaken, in een veilige en gezellige setting. Deze emancipatoire dimensie komt sterk naar voren.

4.2.4. Invloed van culturele achtergrond

Hoewel bij beweegactiviteiten in de wijk mensen met verschillende achtergronden aanwezig zijn, blijft de culturele diversiteit beperkt. Met name Turkse en Marokkaanse bewoners zijn vrijwel niet aanwezig, ondanks het diverse karakter van Lombardijen. Respondent Fatma (V, 56) is de enige islamitische vrouw die actief deelneemt aan haar senioren gym. Haar ervaringen werpen licht op structurele barrières waarmee oudere islamitische vrouwen te maken hebben. Fatma is opgegroeid in Turkije, vroeg getrouwd en mocht niet studeren. Ze werd lang onderdrukt door haar dominante ex-man en culturele normen. Bewegen is voor haar generatie geen vanzelfsprekendheid. Fatma denkt dat andere islamitische vrouwen wel willen aansluiten, maar dat taal, schaamte en mannelijke controle hen tegenhouden. Zo zegt ze:

Nee, nee. Wij zijn niet gewend voor sporten. We hebben geen tijd voor sporten, tijdverspilling. ... Voor moeders. Ga je sporten? Ga maar het huis schoonmaken, eten maken voor morgen, strijken!

Tot vijftig jaar altijd mag niet, mag niet, mag niet. Ik word gewoon agressief. Ik wil gewoon buiten, niemand mag mij belemmeren. Maar die anderen [andere islamitische vrouwen] niet net als mij [*sic*] sterk genoeg dat ze gewoon ontploffen.

Hoewel haar is gevraagd een eigen beweeggroep op te zetten voor islamitische vrouwen, heeft ze weinig hoop dat er ouderen zullen aansluiten. Ze maakt hierbij een scherp onderscheid tussen generaties: jongere vrouwen zijn zelfstandiger en meer geëmancipeerd. Volgens haar is er behoefte aan cultureel sensitieve voorzieningen, zoals een vrouwengroep met een vrouwelijke leider. Fatma laat zien dat culturele normen rondom vrouw-zijn en zichtbaarheid sterke barrières vormen voor oudere islamitische vrouwen en ziet hierin de toekomst bij deze generatie geen verbetering in. Opvallend is dat Fatma minder nadruk legt op gezondheid; gezelligheid en sociale verbinding staan centraal. Of dit breder geldt voor mensen met een niet-westerse achtergrond, blijft op basis van dit interview onduidelijk.

Etty (V, 85) illustreert dat gezondheidsopvattingen niet los te zien zijn van de culturele identiteit. Zo paste het advies dat zij van een diëtiste kreeg niet bij haar achtergrond: “Ik ben een Indisch meisje, ik lust dat allemaal niet. ... Ben ik nou drieëntachtig jaar geworden, altijd gezond, en nu moet ik opeens mijn dingen helemaal gaan veranderen om gezond te blijven?”

Tegelijkertijd kleuren Nederlandse respondenten hun opvattingen ook in aan de hand van culturele normen. Bewegen wordt verbonden aan zelfdiscipline en onafhankelijkheid: waarden die aansluiten bij bredere Nederlandse idealen – al worden deze niet als ‘cultureel’ bestempeld. Ook de aanwezigheid van alcohol bij activiteiten in de seniorencomplexen wordt door de Nederlandse respondenten als vanzelfsprekend ervaren, al is dit – zo geeft Cor (M, 72) aan – voor sommige bewoners met een migratieachtergrond juist een barrière voor deelname.

4.3. De rol van de publieke ruimte

De manier waarop respondenten zich tot de publieke ruimte verhouden, is bepalend voor hun beweeggedrag. Hoewel de wijk groene beweegruimte biedt, wordt deze zelden benut.

4.3.1. Fysieke ruimte en sociaal ongemak

De publieke ruimte van Lombardijen wordt door de meeste respondenten met name gebruikt voor dagelijkse bezigheden als het doen van boodschappen. Recreatief gebruik van de wijk is zeldzaam. Sommigen vinden de wijk letterlijk ontoegankelijk voor ouderen, bijvoorbeeld door praktische belemmeringen als schuine stoepen die het gebruik van een rollator bemoeilijken. Toch weten de meeste respondenten de weg naar noodzakelijke bestemmingen te vinden. Het

Spinozapark is een van de weinige plekken in de wijk die als prettig en mooi wordt ervaren. Enkele respondenten gebruiken het park bewust en waarderen daar het groen en de bankjes. Wel wordt benadrukt dat de wijk steeds drukker is geworden: “Gewoon een grandioze wijk vond ik het. Alleen jammer dat er zo veel verkeer is bijgekomen” (Jan, M, 78).

De openbare ruimte wordt in Lombardijen niet actief gebruikt door respondenten om te sporten of recreatief te bewegen. Met name uit angst bekeken te worden en omdat respondenten onbekend zijn met het gebruik van de faciliteiten. Door sommigen zou het park eventueel gebruikt kunnen worden voor beweging, maar niet zonder gezelschap en begeleiding. De meeste vrouwen sluiten zich op basis van hun leeftijd hiervan uit en geven aan dat ze zich uitgelachen of bekeken zouden voelen. Zo spreekt Anneke (V, 72) over de openbare fitnessapparaten in het park: “Je ziet mij toch niet op die apparaten klimmen terwijl iedereen om je heen staat te lachen? Je ziet daar eigenlijk nooit iemand op. Waarom ze ooit neergezet zijn...”. Het gebruik van de publieke ruimte als beweegruimte is niet vanzelfsprekend voor ouderen; schaamte en het gevoel veroordeeld te worden vormen te grote barrières. Zo vergelijkt Truus (V, 79) sporten in de buitenruimte met haar gymles in het Huis van de Wijk als volgt:

Dan zou ik me niet prettig voelen. Hier wel. Met gelijkgestemden: de ene kan dit niet en de ander kan dat niet, dat is geen probleem. Maar daar komen mensen wandelen, gaan ze staan kijken. O nee, ik zou me doodongelukkig voelen.

Duidelijk wordt dat ouderen zich bewust zijn van het feit dat zij fysiek minder kunnen dan anderen. Enkel in het gezelschap van (uitsluitend) mede-ouderen voelt bewegen veilig aan.

4.3.2. Onveiligheidsgevoelens

Naast fysieke toegankelijkheid en ongemak speelt onveiligheid een centrale rol. Overlast, hangjongeren en incidenten als schietpartijen en babbeltucs houden de gemoederen bezig. Dit maakt dat ouderen zich terugtrekken uit de publieke ruimte. De angst is het grootst in de avond; vrijwel alle vrouwelijke respondenten geven aan in het donker niet naar buiten te durven. Ook overdag wordt het park gemedan als er jongeren zijn: een dominante gebruikersgroep. Harrie (M, 83) – vrijwilliger bij Huurdersplatform Lombardijen en in zijn wooncomplex – benadrukt dat dit direct doorwerkt op de participatie bij wijkactiviteiten. Als mensen zich niet veilig voelen, blijven ze thuis. Ook is het lastig voor organisatoren van (beweeg)activiteiten om contact te krijgen met de doelgroep. Zo geeft Han (V, 68) aan dat ze de deur niet open zou doen als vrijwilligers een activiteit zouden komen promoten:

Ik zou ze ook niet binnenlaten. Dat is ook weer zo iets. Want je laat de mensen niet binnen. Je kunt toch niet zien wat goed bedoeld is? Als ik iemand niet ken, laat ik 'm niet binnen. Ja, sorry. Omdat je te veel hoort ... Het is een rare maatschappij.

4.3.3. De wijk als symbolische plek

De publieke ruimte blijkt symbolisch beladen. Er wordt een maatschappelijke verwachting omschreven dat ouderen niet welkom zijn in de wijk – of in ieder geval niet moeten opvallen. Anneke (V, 72) zegt hierover: “Als je hier buiten loopt, merk je dus dat je te veel bent”. Er is een gevoel van sociale vervreemding: de wijk is veranderd, contacten zijn vervaagd, er is minder sociale controle en veel sociale en culturele afstand tussen bewoners. Respondenten zien dit als verlies. Zo spreekt Willem (M, 86):

Als ik dood op een stoel zit, binnen, weet ik zeker dat ze me pas na twee weken ontdekken. Zo is het wel, hè. De samenleving is helemaal verrot en verziekt. Vroeger hadden wij met de burens een praatje, hield je elkaar in de gaten. Maar door al die buitenlanders, die de taal niet kennen, krijg je een grote scheiding. Je hebt geen contact meer met de mensen.

Voor de meeste respondenten is de wijk niet uitnodigend, tenzij via bekende gezichten. De ruimte wordt pas als toegankelijk ervaren als er al sociale verbinding is – niet andersom. Dit beïnvloedt de frequentie waarmee respondenten buiten komen en de manier waarop zij de ruimte gebruiken. Dit maakt dat de wijk, zeker als beweegomgeving, sociaal begrensd is.

4.4. De bredere leefwereld

Tijdens de interviews zijn thema's naar voren gekomen die niet direct antwoord geven op de onderzoeksvragen, maar wel belangrijk zijn voor het begrijpen van de bredere leefwereld waarin ouderen hun beweeggedrag en -betekenis vormgeven.

4.4.1. Geïnternaliseerde leeftijdsdiscriminatie

Respondenten passen de negatieve stereotypen over ouderdom ('*ageism*') ook op zichzelf toe. Verschillende respondenten laten merken zich niet meer als volwaardig deelnemer van de maatschappij te zien. Dit wordt niet altijd direct door ervaringen onderbouwd, maar eerder door een beeld van 'hoe het hoort' als oudere zijnde. Dergelijke uitspraken lijken in eerste instantie betrekking te hebben op sport. Mina (V, 88) lacht bijvoorbeeld om het idee van het gebruik van

de openbare fitnessapparaten en wuift dit weg met de uitspraak: “O nee, dat doe ik niet meer natuurlijk”. Toch wijzen ze op iets groters: een geïnternaliseerde norm waarin ouderen zichzelf actief buiten het publieke leven plaatsen, voordat anderen dit doen. Dit werkt door in hun betrokkenheid bij alle vormen van participatie en zichtbaarheid, ook buiten het beweegdomein.

4.4.2. Verlies gemeenschapsgevoel en culturele segregatie

Respondenten benoemen veelvuldig hoe de wijk is veranderd in de loop der jaren: “Toen ik hier kwam wonen, of je ziet het nu. Dat kan je niet vergelijken” (Han, V, 68). Respondenten ervaren meer afstand, vervreemding en individualisering. Truus (V, 79) legt uit: “Vroeger had je burens ... als er wat was, kon je van elkaar op aan. Nu ken je je naaste burens niet eens meer”. Dit lijkt te leiden tot verlies van thuisgevoel. Met name Nederlandse ouderen ervaren een ‘koele’ behandeling van buurtbewoners met een migratieachtergrond en lijken hierdoor gekwetst. Zo geeft Anneke (V, 72) aan:

Dat is ook vaak in het Huis van de Wijk. Daar gaan ze met een kliek bij elkaar zitten en jij zit met twee mensen, want meestal ga je niet alleen, want dat heb je al geleerd. ... Dan zit je daar, en zij schuiven allemaal bij elkaar aan. ... Er wordt geen goedemorgen gezegd. Dat is best een drempel voor heel veel mensen.

Daarnaast mengen ouderen van verschillende culturele achtergronden zich weinig. Cor (M, 72) spreekt over het Huis van de Wijk: “Als je dan met vier Nederlanders komt, en zij maken het met onze kant natuurlijk mee, dat je toch een bepaalde isolatie krijgt. Het blijft toch altijd groepje, groepje”. Dit alles heeft invloed op hoe ouderen bewegen in de ruimte: naar buiten gaan kan een ervaring zijn van verlies. Plekken waar veel ‘vreemden’ zijn worden vermeden.

4.4.3. Het belang van sociale initiatieven

Sociale initiatieven en ‘kartrekkers’ zijn een voorwaarde voor het slagen van vrijwel alle activiteiten voor ouderen in Lombardijen. Activiteiten als koffiemomenten, creatief bezig zijn en bingo vormen vaak de (opstap naar) beweging en vergroten het onderlinge vertrouwen. Ze fungeren als sociaal ankerpunt voor mensen die anders nauwelijks contact met anderen hebben. Wanneer vrijwilligers of begeleiders stoppen, valt het stil. Deelname blijkt sterk afhankelijk van relationele en organisatorische dynamiek. Deze sociale context kan het verschil maken tussen stilvallen en in beweging blijven, zowel figuurlijk als letterlijk.

5. Discussie

Bovenstaande bevindingen sluiten deels aan bij bestaande literatuur over beweegmotieven en -drempels voor ouderen, maar bieden ook verdieping. In lijn met bestaande literatuur wordt duidelijk dat gezondheid de belangrijkste motivatie vormt voor ouderen om te bewegen (van den Dool & Heijnen, 2022; Stenner et al., 2020). Ook het opdoen van sociale contacten is een belangrijke beweegreden (Hoogendoorn & de Hollander, 2016).

Interessant is dat hoewel er in bestaande literatuur met name gesproken wordt van externe sociale druk (Duyar, 2021; Meredith et al., 2023), de opvattingen van respondenten juist wijzen op een interne, neoliberale kijk op gezondheidsonderhoud. Het uiterlijk speelt hierin vrijwel geen enkele rol. Respondenten sporten niet om binnen het schoonheidsideaal te blijven, zoals omschreven door Pfister (2012), maar spreken vrijwel uitsluitend over fysieke capaciteiten en mobiliteit. De opvatting dat achteruitgang onvermijdelijk is bestaat daarnaast ook. Dit uit zich bij sommigen in zelfstigma, zoals omschreven door Meredith et al. (2023), bij anderen juist in acceptatie.

Deze betekenisgeving hangt sterk samen met de sociale positie. Interessant is dat van den Dool & Heijnen (2022) wezen op een cohort-effect: ouderen die opgroeiden zonder sportcultuur, sporten op latere leeftijd ook minder. Hoewel zij sportdeelname koppelen aan generaties, ontbreken hier de gevonden verbanden met sociale klasse, arbeid en gender. Mogelijk hebben ouderen met een verleden met minder zorgtaken of fysiek belastend werk en meer vrije tijd sport vanzelfsprekender in hun leven kunnen integreren.

Opvallend is de bevinding dat mannen over het algemeen met een meer nostalgische toon over hun sportverleden spreken. Ouderensport heeft inderdaad een vrouwelijke connotatie (Tischer et al., 2011), maar hier gaan diepgaandere gevoelens achter schuil. Deze sluiten goed aan bij Connell's (1995) theorie van hegemoniale mannelijkheid: als fysieke kracht en arbeid wegvallen, ontstaat risico op statusverlies. Toch wordt deze theorie in bestaande literatuur zelden gebruikt om beweeggedrag van ouderen te verklaren. Deze bevinding onderstreept het belang van verder onderzoek naar de rol van identiteitsverlies bij oudere mannen in hun beweeggedrag op latere leeftijd. Ook is het opvallend dat er in de literatuur met name gesproken wordt over uitsluiting van vrouwen in de sport (Tischer et al., 2011); deze data toont juist herwaardering van beweging op latere leeftijd.

Het interview met Fatma biedt enig inzicht in culturele barrières. Zo maken traditionele genderrollen en culturele normen sport in bepaalde kringen tot een ongepaste activiteit voor vrouwen, zoals eerder beschreven door Sawrikar & Muir (2010). Ook bevestigt Fatma dat er

behoefte is aan cultureel sensitieve voorzieningen (Hoogendoorn & de Hollander, 2016). Toch is het belangrijk te waken voor een eenzijdige interpretatie. Fatma schrijft de lage deelname van oudere islamitische vrouwen bijna volledig toe aan onderdrukking en traditionele rollen. Het lijkt echter mogelijk dat culturele verschillen in de beleving van ouderdom een rol spelen. In westerse contexten staan het behoud van autonomie, het hebben van een maatschappelijke rol en lichamelijke fitheid centraal in het ‘waardig’ ouder worden (Tischer et al., 2011). Enkele citaten wijzen erop dat Turkse en Marokkaanse ouderen in Lombardijen actieve rollen vervullen binnen de familie, bijvoorbeeld door structureel op kleinkinderen te passen. Dit doet vermoeden dat ouderen in culturen met sterkere familieverbanden mogelijk een meer vanzelfsprekende, sociale rol behouden. Dit zou kunnen betekenen dat zij minder nadruk leggen op lichamelijke fitheid als bron van eigenwaarde. Ook Fatma’s motivatie lijkt met name sociaal-emotioneel van aard. Vervolgonderzoek is nodig om culturele verschillen in de beleving van beweging, ouderdom en maatschappelijke waardering beter te begrijpen, met specifieke aandacht voor de rol van familie en gender.

Hoewel de openbare ruimte in bestaande literatuur meermaals wordt omschreven als belangrijke voorspeller van sportparticipatie van ouderen (Chen et al., 2023; Hoekman et al., 2015), wordt deze in Lombardijen – door deze doelgroep – vrijwel niet gebruikt. Duidelijk wordt het door Lefebvre (1991) omschreven onderscheid tussen ‘bedachte’ en ‘geleefde’ ruimte. Beweegplekken zoals de fitnessapparaten in het Spinozapark zijn bedacht als laagdrempelige plekken, maar worden door de respondenten beleefd als ongemakkelijk of onveilig, waardoor daadwerkelijk gebruik uitblijft. Het ontbreken van vertrouwde ‘ogen op straat’ (Jacobs, 1961) en de aanwezigheid van jongeren als dominante gebruikersgroep (Cevaal et al., 2010) dragen hieraan bij.

Geen enkele respondent heeft uitgesproken de fysieke inrichting als barrière te zien; het niet willen bewegen in de openbare ruimte hangt vrijwel volledig samen met schaamte en ongemak. Verwacht wordt dat investeringen in de fysieke omgeving geen effect zullen hebben op het beweeggedrag van de respondenten, wat op basis van Annear et al. (2009) wel de verwachting was. Openbare beweegplekken lijken voor deze doelgroep enkel kansrijk als er actieve begeleiding bij wordt aangeboden, zoals gesteld door Kunen & Damen (2024). De publieke ruimte wordt pas als toegankelijk ervaren als er al sociale verbinding is – niet andersom. Daarmee wordt het idee van publieke (sport)plekken als belangrijke sociale infrastructuur waar relaties ontwikkelen (Klinenberg, 2018) genuanceerd voor deze doelgroep.

6. Conclusie

Dit onderzoek geeft antwoord op de vraag hoe ouderen in Lombardijen betekenis geven aan sport in het dagelijks leven. Onderzocht is welke betekenissen zij toekennen aan sport, hoe deze samenhangen met hun sociale positie en welke rol de publieke ruimte speelt in de manier waarop zij sport in het dagelijks leven vormgeven.

Sport is voor ouderen in Lombardijen niet vanzelfsprekend in de klassieke zin van het woord. Ze spreken eerder over ‘bewegen’ of ‘ bezig zijn’, waarmee ze doelen op dagelijkse of sociale activiteiten. Het is een manier om gezond en zelfstandig te blijven, zingeving te behouden en in contact te blijven met anderen. Dit sluit aan bij eerder onderzoek (van den Dool & Heijnen, 2022; Stenner et al., 2020; Hoogendoorn & de Hollander, 2016). Er wordt veel waarde gehecht aan autonomie en zelfredzaamheid. Het bewegen krijgt hierdoor een morele lading: wie fit is blijft verantwoordelijk, wie kwetsbaar wordt, faalt. Het lichaam fungeert als meetinstrument voor waardigheid.

De betekenisgeving is sterk verweven met sociale factoren als klasse, gender, leeftijd en culturele achtergrond. Ze is ingebed in persoonlijke levensverhalen en maatschappelijke contexten. Dit beïnvloedt niet alleen de vorm en frequentie van het bewegen, maar ook de waardering ervan. Zo zien veel vrouwen beweging als verlengstuk – of zelfs verrijking – van een leven vol zorgtaken, terwijl mannen eerder terugverlangen naar hun fysiek fitte verleden. Veel bewoners van Lombardijen hebben een arbeidersachtergrond. Dit maakt dat zij beweging benaderen vanuit nut en discipline, maar ook met financiële barrières kampen. Daarnaast spelen de diversiteit en de daarbij behorende culturele normen een rol – een aspect dat in de bestaande literatuur weinig aandacht krijgt. Hoewel bepaalde cohort-effecten worden besproken (van den Dool & Heijnen, 2022), laat dit onderzoek zien dat er meer nuance bestaat tussen verschillende groepen ouderen met uiteenlopende levenslopen.

De publieke ruimte blijkt een minder bepalende factor voor sportdeelname onder ouderen in Lombardijen dan op basis van de literatuur werd verwacht (Chen et al., 2023; Hoekman et al., 2015). Deze ruimte is met name sociaal en symbolisch begrensd. Gevoelens van onveiligheid, schaamte en gebrek aan sociale verbondenheid zorgen ervoor dat ouderen zich terughoudend opstellen in de buitenruimte. Het lichaam ligt daar onder een vergrootglas: bewegen in het openbaar betekent zichtbaarheid van de lichamelijke tekortkomingen ten opzichte van de norm. Dit wijst op een interessante paradox: hoewel ouderen in Lombardijen het als verlies ervaren dat zij niet worden ‘gezien’, bestaat ook de angst om bekeken te worden. ‘Gezien’ en ‘bekeken’ worden blijken twee verschillende dingen. Bewegen in groepsverband

met begeleiding wordt wel gewaardeerd, mits dit laagdrempelig, sociaal veilig en cultureel passend is.

Dit onderzoek toont dat ouder worden – in een grootstedelijke wijk – niet alleen gepaard gaat met fysieke uitdagingen, maar ook met gevoelens van verlies, vervreemding en maatschappelijke uitsluiting. Respondenten beschrijven hoe hun leefomgeving is veranderd en hoe zij zichzelf daar steeds minder in herkennen. Tegelijkertijd blijken negatieve stereotypen over ouderdom deels geïnternaliseerd. Dit versterkt de gevoelens van onzekerheid in publieke en sociale situaties. Juist daardoor wordt sport, iets dat zou kunnen bijdragen aan vitaliteit en verbinding, eerder vermeden dan opgezocht. Deze dynamiek onderstreept het belang van structurele steun en sociaal veilige ontmoetingsplekken, waar ouderen zich gezien, gehoord en welkom voelen. Niet de plek op zich, maar de mensen en verbindingen bepalen het succes.

6.1. Reflectie

Dit onderzoek bevat enkele beperkingen. De ervaren onveiligheidsgevoelens in de wijk beperken de aanwezigheid van bewoners in de publieke ruimte, wat mijn toegang als onderzoeker beïnvloedde. Alle respondenten bevonden zich op het moment van kennismaking in de (semi)publieke sfeer. Dit betekent dat zij voldoende mobiel en sociaal actief waren om buiten te komen en contact te leggen. Tegelijkertijd gaven respondenten aan dat er ook veel eenzame ouderen wonen, die nauwelijks de deur uitkomen. Deze groep – van waarschijnlijk de meest kwetsbare ouderen – is niet vertegenwoordigd. Ook ouderen met een migratieachtergrond bleken moeilijk te bereiken. Door de combinatie van hoge leeftijd, taalbarrières, onbekendheid met onderzoek en afwezigheid bij activiteiten bleek deelname niet vanzelfsprekend. Daarnaast merkte ik dat ouderen die cultureel op mij leken, mij sneller vertrouwden. Dit zijn methodologische beperkingen, met tot gevolg dat bepaalde perspectieven niet terugkomen.

Diepere inzichten vragen om langdurig, relationeel onderzoek. Ook participerende observatie kan in dat geval bijdragen aan een completer beeld van beweegbetekenis en -gedrag; hier kunnen in dit onderzoek discrepanties tussen bestaan. Vertrouwen opbouwen kost tijd, en samenwerking met sleutelpersonen is hierin cruciaal. Langzaam, geduldig en vooral met anderen kunnen gesloten deuren mogelijk geopend worden.

7. Literatuurlijst

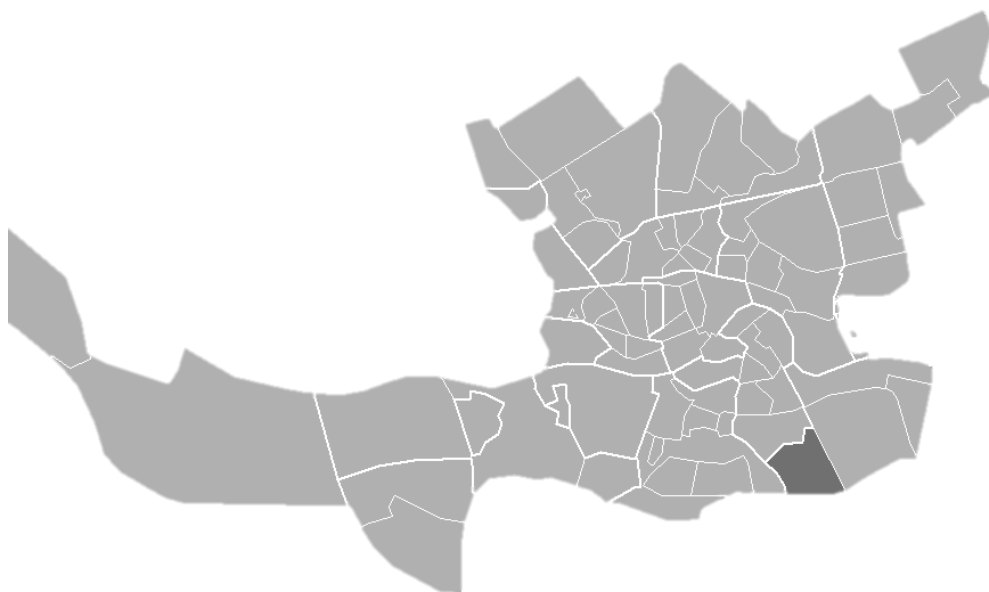
- AlleCijfers.nl. (2025, 7 maart). *Buurt Lombardijen*. <https://allecijfers.nl/buurt/lombardijen-rotterdam/>
- An, S., Lee, Y., & Kim, J. T. (2013). The effect of the public exercise environment on the physical activity for the active ageing of the elderly. *Indoor and Built Environment*, 22(1), 319-331. <https://doi.org/10.1177/1420326X12471246>
- Annear, M. J., Cushman, G., & Gidlow, B. (2009). Leisure time physical activity differences among older adults from diverse socioeconomic neighborhoods. *Health & place*, 15(2), 482-490. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2008.09.005>
- Blokland, T. (2008). *Oog voor elkaar: Veiligheidsbeleving en sociale controle in de grote stad*. Amsterdam University Press.
- Boonstra, N., & Hermens, N. (2011). *De maatschappelijke waarde van sport: Een literatuurreview naar de inverdieneffecten van sport*. Verwey-Jonker Instituut.
- Borst, H. C., Miedema, H. M., de Vries, S. I., Graham, J. M., & van Dongen, J. E. (2008). Relationships between street characteristics and perceived attractiveness for walking reported by elderly people. *Journal of Environmental Psychology*, 28(4), 353-361. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2008.02.010>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Thematic analysis revised—Final. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Breedveld, K., Elling, A., Hoekman, R. H. A., & Schaars, D. (2016). *Maatschappelijke betekenissen van sport: Wetenschappelijke onderbouwing en weerslag in lokaal beleid*. Mulier Instituut.
- Cevaal, A., Romijn, D., Breedveld, K. (2010). *Sport terug in de wijk*. Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen.
- Centraal Bureau voor de Statistiek (2005). *Wijk- en buurtkaart 2005*. Topografische Dienst Kadaster.
- Chen, G., Janke, M. C., Liechty, T., Wong, J. D., West, S. T., Son, J. S., ... & Johnston, C. (2023). Sport participation for adults aged 50+ years: A socioecological analysis. *The International Journal of Aging and Human Development*, 97(3), 354-373. <https://doi.org/10.1177/00914150221143958>
- Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. Cambridge: Polity.
- Cooper, K. (1969). *Aerobics*. Bantam Books.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5e ed.). Sage Publications.
- Dessing, D., Engbers, M. D. L., Van der Klauw, D., van der Ploeg, M. D. K., & van der Weerd, M. (2016). *Onderbouwing van argumenten voor een beweegvriendelijke omgeving*. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM).
- De Gruijter, M., Hermens, N., Nederland, T., & van den Toorn, J. (2013). *Meer senioren bewegen en sporten in Rotterdam*. Verwey-Jonker Instituut.
- Doff, W., & Snel, E. (2022). *Gedeelde ruimte op Zuid: Hoe verschillende groepen de stad gebruiken, beleven en waarderen*. Kenniswerkplaats Leefbare Wijken.

- Duyar, İ. (2021). Aging, older adults, and anthropology of sport: a short review. *Eurasian Journal of Anthropology*, 11(2), 29-33.
- Elling, A. (2004). Bewegende beelden: Sport, sekse en etniciteit. *Tijdschrift voor Genderstudies*, 7(1).
- Farkas, Z. (2022). Social position and social status: An institutional and relational sociological conception. *Human Studies*, 45(3), 417-445. <https://doi.org/10.1007/s10746-022-09640-8>
- Gans, H. J. (2002). The sociology of space: A use-centered view. *City & Community*, 1(4), 329-339. <https://doi.org/10.7312/gans18304-004>.
- Gemeente Rotterdam, Havensteder, & Synchron. (2025). *Toekomstperspectief Lombardijen 2040*.
- Ghența, M., Matei, A., Mladen-Macovei, L., & Bobârnat, E. S. (2022). Factors associated with the participation of older adults in cultural and sports activities. *International journal of environmental research and public health*, 19(10), 6244. <https://doi.org/10.3390/ijerph19106244>
- Grubben, M., Wiertsema, S., & Hoekman, R. H. A. (2022). *Thuiswerken: Ontwikkeling met kansen voor de sport*. Mulier Instituut.
- Hoekman, R. H. A., Wezenberg-Hoenderkamp, K., & Van den Dool, R. (2015). *Sport, ruimte en tijd*. Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Hoogendoorn, S., & de Hollander, G. (2016). *Belemmeringen en drijfveren voor sport en bewegen bij ondervertegenwoordigde groepen*. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM).
- Hwang, S. (2008). Utilizing qualitative data analysis software: A review of Atlas.ti. *Social Science Computer Review*, 26(4), 519-527. <https://doi.org/10.1177/0894439307312485>
- Jacobs, J. (1961). *The death and life of great American cities*. Routledge.
- Kaplan, Y., Tekinay, D., & Ugurlu, A. (2013). Social status of sport: Sport as a social event, phenomenon and institution. *International Journal of Science Culture and Sport*, 1(4), 64-69. <https://doi.org/10.14486/IJSCS21>
- Klinenberg, E. (2018). *Palaces for the people: How social infrastructure can help fight inequality, polarization, and the decline of civic life*. Crown.
- Kunen, M., & Damen, I. (2024). *Beweegvoorzieningen voor ouderen in de openbare ruimte in de gemeenten Venlo en Venray: Onderzoeksresultaten en onderzoeksopzet (inclusief samenvatting)*. Fontys Sport en Bewegen.
- Lefebvre, H. (1991). *The production of space* (D. Nicholson-Smith, Vert.). Blackwell.
- Machielse, A. (2011). Sociaal isolement bij ouderen: Een typologie als richtlijn voor effectieve interventies. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 20(4), 40-61. <https://doi.org/10.18352/jsi.287>
- Meredith, S. J., Cox, N. J., Ibrahim, K., Higson, J., McNiff, J., Mitchell, S., ... & Lim, S. E. (2023). Factors that influence older adults' participation in physical activity: a systematic review of qualitative studies. *Age and ageing*, 52(8), afad145. <https://doi.org/10.1093/ageing/afad145>

- Pfister, G. (2012). It is never too late to win—sporting activities and performances of ageing women. *Sport in society*, 15(3), 369-384. <https://doi.org/10.1080/17430437.2012.653206>
- Prins, R. G., Hoekman, R. H. A., & van der Poel, H. J. J. (2021). *Sport en bewegen in de openbare ruimte: De beweegvriendelijke omgeving in gebruik en beleid, brancherapport sport*. Mulier Instituut & Arko Sports Media.
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). (2022). *Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022, GGD/CBS/RIVM (bewerking o.b.v. SMAP-methodiek, RIVM)*. <https://buurtatlas.vzinfo.nl>
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). (2023). *Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor*. <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/verdiepend-onderzoek/themapaginas/ouderen/discussie>
- Sawrikar, P., & Muir, K. (2010). The myth of a ‘fair go’: Barriers to sport and recreational participation among Indian and other ethnic minority women in Australia. *Sport Management Review*, 13(4), 355-367. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2010.01.005>
- Seippel, Ø. (2006). The meanings of sport: Fun, health, beauty or community? *Sport in Society*, 9(1), 51-70. <https://doi.org/10.1080/17430430500355790>
- Silver Linings. (2017). Women in sports: Understanding women’s relationship with sport and physical activity in later life.
- Sossa Rojas, A. (2022). Body, meanings, and physical exercise in older adults: The qualitative perspective of frequent gym-goers. *Qualitative Sociology Review*, 18(3), 106-124. <https://doi.org/10.18778/1733-8077.18.3.05>
- Stenner, B. J., Buckley, J. D., & Mosewich, A. D. (2020). Reasons why older adults play sport: A systematic review. *Journal of sport and health science*, 9(6), 530-541. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2019.11.003>
- Stevens, M., Bult, P., de Greef, M. H. G., Lemmink, K. A. P. M., & Rispens, P. (1999). Groningen Active Living Model (GALM): Stimulating physical activity in sedentary older adults. *Preventive Medicine*, 29(3), 267–276. <https://doi.org/10.1006/pmed.1999.0545>
- Stuij, M. (2022). Beweeggedrag hangt samen met sociale ongelijkheden. *Sociale Vraagstukken*, 3 augustus 2022.
- Stuij, M., & Pulles, I. (2023). *Bewoners in aandachtswijken sporten minder: Kennis- en innovatiescan*. Mulier Instituut.
- Tischer, U., Hartmann-Tews, I., & Combrink, C. (2011). Sport participation of the elderly—the role of gender, age, and social class. *European Review of Aging and Physical Activity*, 8, 83-91. <https://doi.org/10.1007/s11556-011-0087-8>
- Van den Dool, R., & Heijnen, E. (2022). *Deelname sport en bewegen van mensen met een lage sociaaleconomische status: De achtergronden van de deelname*. Mulier Instituut.
- Weick, K. E. (1995). *Sensemaking in organizations*. Sage Publications.
- Wiersma, E., & Chessier, S. (2011). Masculinity, ageing bodies, and leisure. *Annals of Leisure Research*, 14(2-3), 242-259. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/11745398.2011.615718>
- Wiggers, H. (2016). *De stad als sportschool: Beweegvriendelijke inrichting openbare ruimte*. *Stedelijk Interieur*, 46-49.

8. Bijlagen

8.1. Ligging Lombardijen



Bron: CBS (2005)

8.2. Plattegrond Lombardijen



Bron: Gemeente Rotterdam et al. (2025)

8.3. Operationaliseringstabel

Met (-) of (+) wordt respectievelijk een negatief of positief verband aangeduid tussen de indicator en de mate van sportdeelname door ouderen. Binnen het kernthema ‘Rol van de openbare ruimte’ gaat het specifiek om sportdeelname in de openbare ruimte.

Kernthema	Subdimensies	Indicatoren
Betekenis van sport voor ouderen	Individuele betekenis	Gezondheid (van den Dool & Heijnen, 2022; Stenner et al., 2020) – Het willen behouden of verbeteren van de gezondheid stimuleert sportdeelname.
		Gezondheid (Hoogendoorn & de Hollander, 2016) – Gezondheidsproblemen als beperking om te bewegen.
		Buiten zijn (van den Dool & Heijnen, 2022).
		Competitie en prestaties (Stenner et al., 2020) – Met name voor oudere mannen.
		Sociale contacten en gezondheid (Stenner et al., 2020) – Met name voor oudere vrouwen.
	Sociale betekenis	Sociaal contact (van den Dool & Heijnen, 2022; Stenner et al., 2020).
		Positief gevoel ouder worden (Stenner et al., 2020).
Sportdeelname van ouderen in relatie tot sociale positie	Leeftijd	(-) Ouder worden (Tischer et al., 2011) – Mensen worden minder actief naarmate ze ouder worden.
		(-) Traditionele sociaal-culturele opvattingen (Meredith et al., 2023) – Ouderen zien het nut niet meer in wegens onvermijdelijke achteruitgang.
		(-) Negatieve stereotypen ouderdom (Meredith et al., 2023) – Zelfstigma en de overschatting van sportrisico's.
		(+) Negatieve stereotypen ouderdom (Meredith et al., 2023) – Stereotypen kunnen als motivatie dienen voor het behoud van zelfregie, om buitensluiting te voorkomen en uit angst om als lui of nutteloos te worden gezien. Met name voor vrouwen.

		(+) Ouder worden tegengaan (Pfister, 2012) – Met name voor Westerse vrouwen.
		(-) Maatschappelijke verwachtingen van de doelgroep (Duyar, 2021).
		(-) Ongeschiktheid sporten (Duyar, 2021) – Met name competitieve sporten worden als ongeschikt gezien voor ouderen.
		(-) Cohorteffect 80-plussers (van den Dool & Heijnen, 2022) – Deze groep groeide op in een tijd met een beperktere sportcultuur.
		(-) Gezondheidsproblemen (Hoogendoorn & de Hollander, 2016).
		(-) Leeftijdsdiscriminatie sportschool (Sossa Rojas, 2022).
	SES	(-) Lage SES (Hoogendoorn & de Hollander, 2016).
		(-) Gebrekkige gezondheidsvaardigheden (Hoogendoorn & de Hollander, 2016; de Gruijter et al., 2013) – Kan samenhangen met lage SES en sportdeelname belemmeren.
		(-) Financiële beperkingen (Hoogendoorn & de Hollander, 2016) – Kan samenhangen met lage SES en sportdeelname belemmeren.
		(-) Financiële beperkingen (Stevens, 1999) – Met name wanneer men geen sportgeschiedenis heeft.
		(-) Laaggeletterdheid (Hoogendoorn & de Hollander, 2016) – Kan samenhangen met lage SES en sportdeelname belemmeren.
		(-) Langetermijnverbintenissen uit de weg gaan (Hoogendoorn & de Hollander, 2016).
		(-) Andere prioriteiten (Hoogendoorn & de Hollander, 2016) – Kan samenhangen met lage SES en sportdeelname belemmeren.

		(-) Het nut van sport niet inzien (Hoogendoorn & de Hollander, 2016) – Kan samenhangen met lage SES en sportdeelname belemmeren.
		(-) Weinig steun vanuit omgeving (Hoogendoorn & de Hollander, 2016; de Gruijter et al., 2013) – Kan samenhangen met lage SES en sportdeelname belemmeren.
		(-) Sociale isolatie (Hoogendoorn & de Hollander, 2016; Machielse, 2011) – Kan samenhangen met lage SES en sportdeelname belemmeren.
		(-) Ontbreken sportgeschiedenis (van den Dool & Heijnen, 2022; de Gruijter et al., 2013) – Hoogopgeleide ouderen sporten vaker, dit heeft te maken met eerdere sportervaring.
		(+) Rolmodellen (Hoogendoorn & de Hollander, 2016) – Met name bij gebrek aan beweegervaring en voorbeelden uit de sociale omgeving.
		(+) Laagdrempelig aanbod in de buurt (de Gruijter et al., 2013; Stevens, 1999) – Met name in aandachtswijken.
	Gender	(+/-) Genderverschillen sportdeelname ouderen (Tischer et al., 2011).
		(-) Cohorteffect vrouwen van 80+ (Tischer et al., 2011) – Deze groep is opgegroeid in een tijd waarin vrouwensport werd afgewezen.
		(+) Ouder worden tegengaan (Pfister, 2012) – Met name voor Westerse vrouwen.
		(-) Onderwaardering oudere vrouwen (Silver Linings, 2017) – Deze groep twijfelt aan zijn fysieke capaciteiten en heeft weinig rolmodellen.
		(-) Vrouwelijke connotatie ouderensport (Tischer et al., 2011) – Typische ouderensporten worden als ongeschikt gezien voor mannen.

	Cultuur	(+/-) Cultureel kapitaal (Tischer et al., 2011) – Sportdeelname hangt af van kennis en culturele achtergrond.
		(+) Westerse ideologieën (Pfister, 2012) – De morele verplichting om fit te blijven i.v.m. gezondheidsvoordelen en het positief ouder worden.
		(-) Traditionele genderrollen (Sawrikar & Muir, 2010) – Binnen etnische minderheidsgroepen.
		(-) Traditionele culturele verwachtingen (Sawrikar & Muir, 2010) – Binnen etnische minderheidsgroepen.
		(-) Opvatting dat sport onvrouwelijk is (Sawrikar & Muir, 2010).
		(-) Gebrek aan representatie binnen de sport (Sawrikar & Muir, 2010) – Met name voor vrouwen.
		(-) Gebrek aan privacy (Hoogendoorn & de Hollander, 2016) – Met name voor vrouwen met een migratieachtergrond.
Rol van openbare ruimte	Sport in de publieke ruimte	(+) Beweegvriendelijkheid (Wiggers, 2016).
	Ouderensport in de publieke ruimte	(+) Toegang tot parken en recreatieplekken (Chen et al., 2013).
		(-) Ongeschiktheid fysieke omgeving aandachtswijken (Annear et al., 2009; RIVM, 2023).
		(+) Aanwezigheid andere ouderen (Borst, 2008; Cevaai, 2010).
		(-) Openbaarheid (Kunen & Damen, 2024; de Gruijter et al., 2013) – Met name voor ouderen met een chronische aandoening of lichamelijke beperking.
		(+) Aanwezigheid beweegprogramma (Kunen & Damen, 2024).
		(+) Laagdrempeligheid (de Gruijter et al., 2013).

		(-) Gevoel van onveiligheid (Prins et al., 2021) – Met name voor vrouwen.
		(+) Gevoel van veiligheid (de Gruijter et al., 2013).
		(-) Dominante gebruikersgroepen (Cevaal et al., 2010).
		(-) ‘Zwakke’ gebruik openbare ruimte (Gans, 2002).
		(-) Schaamte en sociale weerstand (Cooper, 1968) – Met name voor vrouwen.

8.4. Interviewgids

Kernthema	Interviewgids
Basisinformatie	- Kunt u zichzelf kort voorstellen? - Wat is uw leeftijd? - Hoe lang woont u al in Lombardijen? - Kunt u een gewone dag in Lombardijen voor u beschrijven?
Betekenis van sport voor ouderen	- Wat betekent ‘fit zijn’ voor u? - o <i>E.g. gezondheid, zelfstandigheid.</i> - Wat betekent sport in uw dagelijks leven? - o Hoe geeft u daar vorm aan? - Wat zijn voor u de belangrijkste redenen om wel of niet deel te nemen aan sportactiviteiten? - o <i>E.g. gezondheid, sociale contacten, stereotypes doorbreken.</i> - Welke verwachtingen merkt u in uw omgeving wat betreft beweging voor ouderen?
Sportdeelname ouderen in relatie tot sociale positie	- Kunt u iets vertellen over uw ervaringen met sport door de jaren heen? - Welke barrières maken het voor u moeilijk om actief te zijn? - o <i>E.g. kosten, aanbod, culturele mismatch.</i> - Hoe belangrijk is sport voor de mensen in uw omgeving? - In hoeverre zijn er mensen in uw omgeving die u inspireren om actief te blijven?

	- Denkt u dat sport toegankelijk is voor alle ouderen in Lombardijen, ongeacht hun achtergrond?
Rol van openbare ruimte	- Hoe maakt u gebruik van de openbare plekken in de wijk om te bewegen? - o Waarom bepaalde plekken wel/niet? - Kunt u een plek in de wijk noemen waar u graag beweegt? - o Wat maakt deze plek prettig voor u? - Zijn er dingen waardoor u zich weleens geremd voelt om buiten te bewegen of ergens aan mee te doen? - o <i>E.g. veiligheid, toegankelijkheid, sfeer, sociale factoren.</i> - Wat zou er verbeterd kunnen worden aan de wijk om bewegen in de openbare ruimte aantrekkelijker te maken voor u?

8.5. Respondenten

Respondent	Naam*	Geslacht	Leeftijd
1	Willem	M	86
2	Riet	V	85
3	Anneke	V	72
4	Greet	V	74
5	Jan	M	78
6	Etty	V	85
7	Mina	V	88
8	Gonnie	V	91
9	Cor	M	72
10	Harrie	M	83
11	Truus	V	79
12	Han	V	68
13	Fatma	V	56

* Pseudoniem

8.6. Codeboom

Thema	Codegroep	Code
Betekenis- geving sport en bewegen	Gezondheid	Fysieke achteruitgang tegengaan
		Geluk, achteruitgang is onvermijdelijk
		Mentale achteruitgang tegengaan
		Ziekte of revalidatie
	Autonomie	Behouden zelfstandigheid, afkeer hulp
		Rollator of scootmobiel voorkomen
		Verhuizing naar zorgwoning voorkomen
		Zelf blijven lopen
	Routine	Bewegen als deel van dagelijkse bezigheden
		Bezig blijven als prioriteit
		Buiten zijn
	Sociaal contact	Bewegen in groepsverband
		Eenzaamheid
		Gezelligheid tijdens sport
		Laagdrempeligheid
		Met gelijkgestemden van hetzelfde niveau
		Te weinig animo
		Vertrouwde mensen
	Morele waarde en zelfbeeld	Bewondering actieve anderen en rolmodellen
		Eigen capaciteiten met anderen vergelijken
		Gezondheid als persoonlijke plicht
		Neerkijkend op seniorensport
		Oordeel luie of ongezonde anderen
		Schaamte voor zwakte of passiviteit
		Trots nog actief of gezond te zijn
		Zelfdiscipline
		Bewegen als bevrijding
		Herontdekking op latere leeftijd
		Sporten ondanks pijn
	Sport niet	Geen behoefte aan sport
		Ouderdom is uitrusten

		Te druk
Samenhang met sociale positie	Klasse en levensloop	(Geen) Sportsocialisatie
		Actief door vrijwilligerswerk
		Belang steun omgeving
		Eigen jeugd actief zonder formele sport
		Financiële beperkingen
		Fysieke arbeid diende als beweging
		Hard gewerkt, geen tijd voor recreatie
		Nostalgie naar fysiek sterkere tijden
	Gender	Afwezigheid mannen bij seniorensport
		Onveiligheid vrouw
		Zorgtaken, geen tijd voor recreatie
	Leeftijd	Fysieke beperkingen
		Kwetsbaar in eigen lichaam, angst om te ver te gaan
		Kwetsbaar wegens leeftijd
		Mentale gezondheid, rouw en verlies
	Culturele achtergrond	Algemene culturele of religieuze barrières
		Andere opvatting gezondheid
		Generatieverschillen migranten
		Niet gemengd willen sporten
		Sport is onvrouwelijk
		Sporten niet in opvoeding of cultuur
		Taalproblemen en sociale isolatie
Rol van publieke ruimte	Ruimtegebruik	Beweegtoestellen
		Blij met groene wijk
		Gebruik wijk voor dagelijkse dingen
		Geen behoefte aan gebruik openbare ruimte
		Klachten over openbare ruimte
		Spinozapark
		Wandelen
	Sociale veiligheid	Algemeen wantrouwen en onveiligheidsgevoelens
		Angst en irritatie rondom jongeren
		Incidenten en babbeltucs

		Ontevreden over normen en waarden wijkbewoners
		Overlast
		Verlies gemeenschapsgevoel
		Vermijden wijk 's avonds
	Toegankelijkheid	Alleen samen durven, onbekend gebruik
		Faciliteiten te ver
		Gebrek aan ontmoetingsruimte
		Ruimte niet uitnodigend of voor anderen
	Symbolische ruimte	Culturele scheiding
		Culturele spanningen
		Overbodig voelen in openbare ruimte
		Schaamte om zichtbaar te sporten
Overig interessant	Geïnternaliseerde leeftijdscriminatie	Daar ben ik te oud voor
		Overbodig voelen in samenleving
		Zelfuitsluiting
	Vervreemding	Begrijpt hedendaagse samenleving niet
		Last van ondervertegenwoordiging
		Nostalgisch naar vroeger
	Sociale initiatieven	Begeleiding nodig bij beweging
		Belang van organisatie of kartrekkers
		Overheid- of beleidgerelateerd
		Sociale infrastructuur

8.7. Geïnformeerde toestemming

Informatieblad voor scriptieonderzoek: De betekenis van sport voor ouderen in Lombardijen.

Onder begeleiding van dr. F. de Haan (f.dehaan@essb.eur.nl) onderzoekt Lenne van Ham (735151lh@eur.nl), masterstudent Sociologie aan de Erasmus Universiteit, welke betekenis 65-plussers in Lombardijen geven aan sport en welke rol de openbare ruimte van de wijk speelt in hoe zij sport in hun dagelijks leven vormgeven. Met behulp van uw deelname kan dit onderzoek worden gerealiseerd. Wij zijn benieuwd naar *uw mening* over dit onderwerp. Er zijn geen goede of foute antwoorden.

Waarom dit onderzoek?	Middels dit onderzoek wordt inzichtelijk gemaakt wat sport betekent in de leefwereld van wijkbewoners van Lombardijen van 65 jaar of ouder. Dit om inzicht te bieden in hoe en waarom ouderen in Lombardijen wel of niet sporten. Ook wordt onderzocht of de openbare ruimte van de wijk gebruikt wordt voor sport en hoe deze mogelijk verbeterd kan worden om sport in de wijk makkelijker te maken voor ouderen.
Verloop	U neemt deel aan een interview van naar verwachting +- 1 uur. Ik neem het geluid van het gesprek op. Er wordt een transcript uitgewerkt van het interview. Hierin blijft u anoniem.
Vertrouwelijkheid	Ik doe er alles aan uw privacy zo goed mogelijk te beschermen. Naast de student zal alleen de scriptiebegeleider toegang krijgen tot alle door u verstrekte gegevens. De informatie in het onderzoek zal niet naar u te herleiden zijn, u zult met een verzonden naam (pseudoniem) worden aangeduid.
Vrijwilligheid	U hoeft geen vragen te beantwoorden die u niet wilt beantwoorden. Uw deelname is vrijwillig en u kunt stoppen wanneer u wilt. Als u tijdens het onderzoek besluit om uw medewerking te staken, zullen de gegevens die u reeds hebt verstrekt tot het moment van intrekking van de toestemming in het onderzoek gebruikt worden.
Dataopslag	In het onderzoek zullen pseudoniemen worden gebruikt. Alle verzamelde data wordt beveiligd opgeslagen. De gegevens worden bewaard tot de afronding van de scriptie, omstreeks eind juli.
Indienen van een vraag of klacht	Indien u specifieke vragen heeft over hoe er met uw persoonsgegevens wordt omgegaan, kunt u deze stellen aan dr. F. de Haan via f.dehaan@essb.eur.nl . U kunt daarnaast een klacht indienen bij de EUR indien u vermoedt dat uw gegevens verkeerd zijn verwerkt (privacy@eur.nl).

Door dit toestemmingsformulier te ondertekenen erken ik het volgende:

- 1 Ik ben voldoende geïnformeerd over het onderzoek. Ik heb het informatieblad gelezen en heb daarna de mogelijkheid gehad vragen te kunnen stellen. Deze vragen zijn voldoende beantwoord en ik heb voldoende tijd gehad om over mijn deelname te beslissen.
- 2 Ik neem vrijwillig deel aan dit onderzoek. Het is mij duidelijk dat ik deelname aan het onderzoek op elk moment, zonder opgaaf van reden, kan beëindigen. Ik hoef een vraag niet te beantwoorden als ik dat niet wil.

Voor deelname aan het onderzoek is het bovendien nodig dat u voor verschillende onderdelen specifiek toestemming geeft.

- 3 Ik geef toestemming om de gegevens die tijdens dit onderzoek over mij worden verzameld te verwerken zoals is uitgelegd in het bijgevoegde informatieblad. Mogelijk komt mijn etnische/culturele achtergrond of mijn gezondheidssituatie hierbij ter sprake.
- 4 Ik geef toestemming om tijdens het gesprek geluidsopnames te maken en mijn antwoorden uit te werken in een transcript.
- 5 Ik geef toestemming om mijn antwoorden te gebruiken voor quotes in de scriptie van de student.
- 6 Ik geef toestemming om de bij mij verzamelde gegevens te bewaren en in gepseudonimiseerde vorm voor de verslaglegging van het onderzoek.

Naam deelnemer:

Naam student: Lenne van Ham

Handtekening:

Handtekening:



Datum:

Datum: 26-03-25

8.8. Checklist ethiek en privacy

Part 1: General information

Project title: Wat beweegt Lombardijen?
Name, email of student: Lenne van Ham (735151lh@student.eur.nl)
Name, email of supervisor: Freek de Haan (f.dehaan@essb.eur.nl)
Start date and duration: 10-02-2025 tot 22-06-2025

Is the research study conducted within DPAS ~~YES~~ - NO
If 'NO': at or for what institute or organization will the study be conducted? Veldacademie

Part 2: Human subjects

1. Does your research involve human participants. YES - ~~NO~~
If 'YES': does the study involve medical or physical research? ~~YES~~ - NO
2. Does your research involve field observations without manipulations that will not involve identification of participants. YES - ~~NO~~
3. Research involving completely anonymous data files (secondary data that has been anonymized by someone else). ~~YES~~ - NO

Part 3: Participants

1. Will information about the nature of the study and about what participants can expect during the study be withheld from them? ~~YES~~ - NO
2. Will any of the participants not be asked for verbal or written 'informed consent,' whereby they agree to participate in the study? ~~YES~~ - NO
3. Will information about the possibility to discontinue the participation at any time be withheld from participants? ~~YES~~ - NO
4. Will the study involve actively deceiving the participants? ~~YES~~ - NO
5. Does the study involve the risk of causing psychological stress or negative emotions beyond those normally encountered by participants? ~~YES~~ - NO
6. Will information be collected about special categories of data, as defined by the GDPR (e.g. racial or ethnic origin, political opinions, religious or philosophical beliefs, trade union membership, genetic data, biometric data for the purpose of uniquely identifying a person, data concerning mental or physical health, data concerning a person's sex life or sexual orientation)? YES - ~~NO~~
7. Will the study involve the participation of minors (<18 years old) or other groups that cannot give consent? ~~YES~~ - NO
8. Is the health and/or safety of participants at risk during the study? ~~YES~~ - NO
9. Can participants be identified by the study results or can the confidentiality of the participants' identity not be ensured? ~~YES~~ - NO

10. Are there any other possible ethical issues with regard to this study? ~~YES~~ - NO

If you have answered 'YES' to any of the previous questions, please indicate below why this issue is unavoidable in this study.

Mijn onderzoek richt zich op hoe oudere inwoners van Lombardijen betekenis geven aan sport. Omdat deze betekenisgeving beïnvloed kan worden door (bijvoorbeeld) etnische of culturele achtergrond verzamel ik mogelijk (indirect) gegevens die daarmee te maken hebben. Ook bestaat de kans dat ik gezondheidsgegevens verzamel, wanneer respondenten spreken over sport in relatie tot hun gezondheid. Gegeven het doel van deze studie; een diepgaande omschrijving geven van de betekenis van sport voor ouderen in Lombardijen en welke factoren ten grondslag liggen aan deze betekenisgeving, is het begrijpen van deze mogelijke invloeden essentieel om een compleet beeld te krijgen.

What safeguards are taken to relieve possible adverse consequences of these issues (e.g., informing participants about the study afterwards, extra safety regulations, etc.).

Respondenten worden duidelijk geïnformeerd over het doel van de studie, de data die wordt verzameld en de redenen daarvoor. Zij hebben altijd het recht bepaalde vragen te weigeren. Hun namen zullen worden gepseudonimiseerd. De data wordt enkel gebruikt voor het aangegeven onderzoeksdoel en wordt niet langer bewaard dan nodig.

Are there any unintended circumstances in the study that can cause harm or have negative (emotional) consequences to the participants? Indicate what possible circumstances this could be.

N.v.t.

Part 4: Sample

1. *Where will you collect or obtain your data?*

Via interviews met bewoners van Lombardijen, in de wijk.

2. *What is the (anticipated) size of your sample?*

Er worden 10-15 interviews afgenomen.

3. *What is the size of the population from which you will sample?*

Lombardijen telde 15.035 inwoners in 2024, van wie 2.410 met een leeftijd van 65+ (AlleCijfers.nl, 2025).

Part 5: Data storage and backup

1. *Where and when will you store your data in the short term, after acquisition?*

De interviews worden opgenomen met mijn telefoon. Deze opnames worden opgeslagen binnen een beveiligde digitale omgeving. Hetzelfde geldt voor de transcripten en de analyses.

2. *Who is responsible for the immediate day-to-day management, storage and backup of the data arising from your research?*

Ik ben zelf verantwoordelijk voor het beheer, de opslag en de back-up van de data.

3. *How (frequently) will you back-up your research data for short-term data security?*

Mijn beveiligde digitale omgeving maakt automatisch meerdere keren per dag een back-up van de data.

4. *In case of collecting personal data how will you anonymize the data?*

De namen van de respondenten worden gepseudonimiseerd.

Part 6: Signature

Hereby I declare that the study will be conducted in accordance with the ethical guidelines of the Department of Public Administration and Sociology at Erasmus University Rotterdam. I have answered the questions truthfully.

Name student: Lenne van Ham

Date: 11-03-2025



Name (EUR) supervisor: Freek de Haan

Date:

20-03-25

