

Praktijkevaluatie Sociaal-Medische Bewegenetwerken Amsterdam

februari 2026

De Sociaal-Medische Bewegenetwerken in Amsterdam maken deel uit van het programma Amsterdam Vitaal & Gezond (AV&G) en hebben als doel kwetsbare volwassenen in de stad gemiddeld tien gezonde levensjaren erbij te geven. Door samenwerking tussen zorgprofessionals en sociaal-maatschappelijke partijen te versterken, wordt beweging gestimuleerd en worden drempels om in beweging te komen verlaagd. Om inzicht te krijgen in de werking van deze bewegenetwerken, is een praktijkevaluatie uitgevoerd. Het doel is om een overzicht van lerende lessen te bieden aan stakeholders binnen de netwerken, zodat de effectiviteit verder kan worden geoptimaliseerd.

Samenvatting

Lessen voor samenwerking binnen de Sociaal-Medische Bewegenetwerken

- Faciliteer dat zorgprofessionals en sociaal-maatschappelijke partijen binnen het bewegenetwerk elkaar gemakkelijk kunnen vinden.
- Sluit aan bij bestaande netwerken en initiatieven waar energie in zit.
- Betrek verschillende zorgprofessionals, in ieder geval een medewerker van de huisartsenpraktijk en paramedici in het netwerk. Betrek daarnaast ook medewerkers van sportclubs en verenigingen, aangezien zij vaak worden gemist.
- Wijs een actieve projectleider aan die coördineert, agendeert en verbindingen legt tussen partijen.
- Investeer in het teamgevoel, het creëren van draagvlak en een gezamenlijk doel en een gedeelde visie onder de deelnemers.

Lessen voor een toegankelijk en inclusief beweegaanbod

- Maak de doorverwijsroute duidelijk voor zorgprofessionals, bijvoorbeeld met routekaarten.
- Investeer in het benutten van elkaars expertise om verbindingen te versterken.
- Zorg voor een actueel inzicht in het beweegaanbod voor zorgprofessionals via groepsapp, nieuwsbrief, website.
- Investeer in en communiceer actueel beweegaanbod naar Amsterdammers via verschillende kanalen.
- Stem het aanbod af op de diversiteit van de doelgroep.

1 Hoe zijn de Sociaal-Medische Bewegenetwerken in Amsterdam georganiseerd?

Tussen 2023 en 2026 wordt in elk stadsdeel een Sociaal-Medisch Bewegenetwerk opgezet of versterkt, gecoördineerd door een stedelijke procesleider en door lokale projectleiders. De doelen van de bewegenetwerken zijn:

- Het versterken van de samenwerking rondom bewegen tussen zorgprofessionals (zoals huisartsen, paramedici en wijkverpleegkundigen) en sociaal-maatschappelijke organisaties;
- Het begeleiden van volwassenen naar passend, toegankelijk en duurzaam beweegaanbod in hun eigen wijk;
- Het wegnemen van barrières om in beweging te komen;
- Het structureel verankeren van bewegen in de preventieve infrastructuur van de stad.

Uit dertien interviews met projectleiders en onderzoekers blijkt dat de bewegenetwerken in Amsterdam sterk verschillen. Ze variëren in startjaar, koppeling aan andere netwerken, betrokken zorgprofessionals en de frequentie en vorm van overleg. Tabel 1 laat deze verschillen duidelijk zien.

Tabel 1a Beschrijving organisatie Sociaal-Medische Bewegenetwerken in Amsterdam volgens de projectleiders.

	West	Zuidoost	Weesp	Zuid
Start bewegenetwerk	2011	2024	2024	2025
Focus bewegenetwerk	West	Bijlmer-Oost	Driemond/ Hogewey	Buitenveldert
Gekoppeld aan een ander netwerk	Leefstijlloket	Leefstijl- netwerk	geen	Fit in Zuid
Betrokkenheid huisartsenpraktijk	Ja, maar vaak afwezig	Ja, maar lastig te bereiken	Nee, alleen via via	Ja, maar via Zorg voor Zuid
Aantal betrokken professionals	<10	<10	<10	<10
Frequentie contact	Elke 6-8 weken	4 keer per jaar	Elke 8 weken	4 keer per jaar
Contactvorm	Fysiek en groeps-app	Fysiek en groeps-app	Fysiek en groeps-app	Fysiek en groeps-app

Tabel 1b Beschrijving organisatie Sociaal-Medische Bewegenetwerken in Amsterdam volgens de projectleiders.

	Nieuw-West	Noord	Centrum	Oost
Start bewegenetwerk	2022	2024	2024	2013
Focus bewegenetwerk	Slotermeer	Tuindorp Oostzaan	Jordaan	Indische buurt
Gekoppeld aan een ander netwerk	Bewegenetwerk	van Elaa	Gezonde ontmoeting	Leefstijl beweeg netwerk
Betrokkenheid huisartsenpraktijk	Ja en POH	Ja	Ja	Ja
Aantal betrokken professionals	<50	<30	<10	<20
Frequentie contact	6 weken	Flexibel	Elke 6-8 weken	nog niet regelmatig
Contactvorm	Fysiek	Fysiek en groeps-app	Fysiek en groeps- app	Geen

Startjaar en focus

Sommige bewegenetwerken, zoals in West, zijn al langere tijd actief, terwijl de andere bewegenetwerken recent zijn gestart. In Oost bestaat al twaalf jaar een Leefstijl- en Bewegenetwerk, maar bij de start van het bewegenetwerk ontbrak daar (tijdelijk) een projectleider. De meeste bewegenetwerken richten zich op specifieke gebieden binnen de stadsdelen, met uitzondering van West, waar het bewegenetwerk het hele stadsdeel omvat.

Koppeling met bestaande netwerken

De meeste bewegenetwerken maken gebruik van bestaande netwerken, zoals leefstijl- of welzijnsnetwerken.

Betrokken zorgprofessionals

De bewegenetwerken zijn over het algemeen opgebouwd uit een mix van aangesloten huisartspraktijken, paramedici, welzijnscoaches en andere sociaal medische professionals. De rol van de medewerker van de huisartspraktijk verschilt aanzienlijk per bewegenetwerk. In sommige bewegenetwerken zijn medewerkers van huisartsenpraktijken structureel aanwezig, in andere niet, ondanks hun belangrijke rol volgens projectleiders. Tijdgebrek wordt als grootste oorzaak benoemd.

Omvang bewegenetwerken

Er zijn kleine bewegenetwerken (minder dan tien zorgprofessionals), zoals in West en Zuid. De betrokken zorgprofessionals spelen hier een actieve rol door buiten het netwerk zelf verbindingen te leggen met andere bewegenetwerken. Grote bewegenetwerken, zoals in Nieuw-West, Noord en Oost, bestaan uit roulerende deelnemers van de betrokken organisaties.

Frequentie en vorm van bijeenkomsten

In onder andere West, Nieuw-West en Centrum worden bijeenkomsten elke zes tot acht weken georganiseerd. In Zuid en Zuidoost vinden vier bijeenkomsten per jaar plaats, aangevuld met activiteiten zoals groepsconsulten. De meeste bewegenetwerken geven de voorkeur aan fysieke bijeenkomsten van één tot twee uur, soms aangevuld met een online overleg of andere contactvormen, zoals WhatsApp-groepen.

2 Wat zijn de rollen en verwachtingen binnen de Sociaal-Medische Bewegenetwerken?

Tijdens de interviews is aan de projectleiders gevraagd naar hun visie op zowel hun eigen rol als die van de zorgprofessionals binnen het bewegenetwerk. Via een vragenlijst, ingevuld door zestig betrokken zorgprofessionals (inclusief elf projectleiders), is gevraagd hoe zij hun eigen rol binnen het bewegenetwerk ervaren en hoe zij de rol van de projectleiders beoordelen.

Rol projectleiders

13% denkt dat netwerk zelfsturend kan zijn

De meerderheid van de projectleiders en zorgprofessionals erkent het belang van de rol van de projectleider binnen het bewegenetwerk. Slechts 13 procent van de respondenten geeft aan dat het bewegenetwerk in de toekomst zelfsturend kan zijn zonder een projectleider, terwijl 60 procent aangeeft dat dit niet mogelijk is. Daarnaast geeft 27 procent aan het niet te weten of heeft geen antwoord gegeven.

De belangrijkste taak van de projectleider is het verbinden van partijen, zoals aangegeven door 77 procent van de respondenten. Andere veelgenoemde taken zijn het aanjagen van initiatieven (57%), het agenderen tijdens bijeenkomsten (52%), het coördineren van activiteiten (50%) en het signaleren van knelpunten (45%). Daarnaast worden ook het aanbrengen van structuur en het voorzitterschap genoemd als belangrijke bijdragen van de projectleider.

De focus van de projectleider verschilt per stadsdeel. In Nieuw-West en Noord ligt de nadruk op het verbinden van partijen, het afstemmen met beleid en andere netwerken, en het voorkomen van dubbel werk. In West, Zuid en Weesp wordt specifiek benoemd dat projectleiders niet alleen informatie zenden, maar juist actief ideeën uit het bewegingnetwerk ophalen. Daarnaast zijn Weesp en Zuid bezig met het visueel maken van de sociaal-medische route.

Er zijn ook aspecten van de rol van de projectleider die momenteel worden gemist. Zo wordt behoefte geuit aan het denken in mogelijkheden en het beter aanhaken bij bestaande netwerken en initiatieven. Daarnaast wordt het belangrijk gevonden dat projectleiders de juiste partners betrekken, verbinding binnen de groep versterken en zorgen voor meer zichtbaarheid en vindbaarheid van zorgprofessionals.

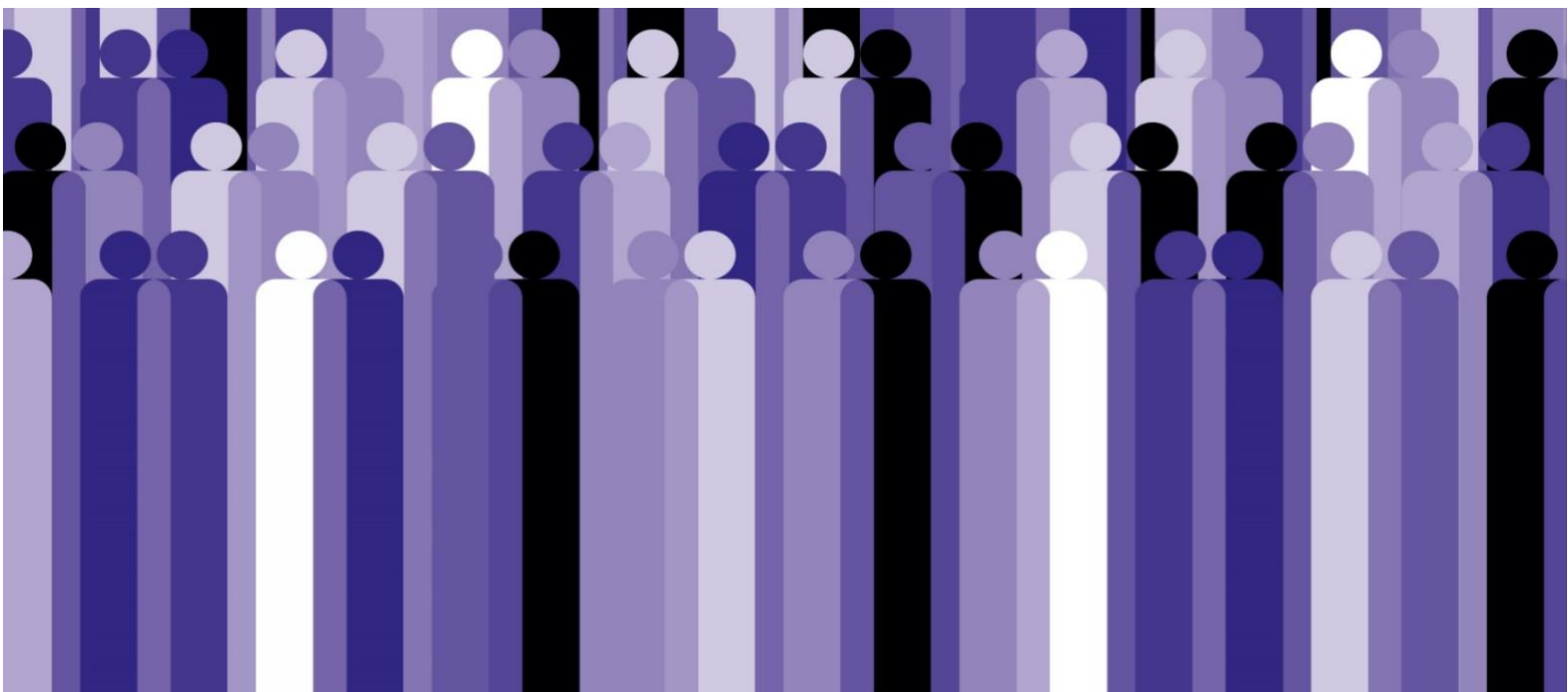
Rol zorgprofessionals

Volgens de respondenten vervullen zorgprofessionals binnen het bewegingnetwerk diverse rollen. De meest genoemde taak is het doorverwijzen van Amsterdammers naar het beweegaanbod (65%). Daarnaast speelt het verbinden van verschillende partijen een belangrijke rol (41%). Ook dragen zorgprofessionals bij door mee te denken over adviezen of beleidswijzigingen (37%) en door knelpunten in het werkveld te signaleren (35%). Tot slot organiseert en verzorgt 31 procent van de zorgprofessionals zelf beweegactiviteiten.

Tevredenheid over diversiteit en expertise binnen bewegingnetwerken

Uit de interviews met projectleiders blijkt dat de diversiteit aan zorgprofessionals binnen het bewegingnetwerk over het algemeen als waardevol wordt gezien. Te specialistische experts worden bij voorkeur alleen uitgenodigd voor specifieke agendapunten. Een belangrijke gemiste rol, zoals genoemd in paragraaf 1, is volgens de projectleiders de betrokkenheid van medewerkers van huisartsenpraktijken in stadsdelen zoals West, Zuidoost, Weesp en Zuid. Daarnaast worden ook andere rollen gemist, zoals vertegenwoordigers van de GGZ, GGD, casemanagers dementie en Wmo-contactpersonen.

Uit de vragenlijst blijkt echter dat medewerkers van sportclubs en verenigingen het vaakst worden gemist (42%). Daarnaast wordt bevestigd dat 32 procent van de respondenten de betrokkenheid van medewerkers van huisartsenpraktijken mist. Verder worden paramedici, zoals fysiotherapeuten (30%), GLI-coaches (22%) en medewerkers van buurtteams of aanbieders uit de sociale basis (20%) gemist. Daarnaast noemen enkele deelnemers ook sportartsen uit ziekenhuizen, jeugdzorg, wijkverpleging en meer sportaanbieders als gewenste toevoegingen aan het bewegingnetwerk.



3 Hoe gaat de samenwerking binnen de Sociaal-Medische Bewegingnetwerken?

In zowel de interviews als de vragenlijst is aan projectleiders en zorgprofessionals gevraagd naar hun ervaringen met de samenwerking binnen het bewegingnetwerk. Over het algemeen zijn zij tevreden, maar er blijven ook uitdagingen bestaan.

**Samen-
werking
scoort een
7,0**

De samenwerking binnen de bewegingnetwerken wordt gemiddeld beoordeeld met een rapportcijfer van 7,0 (SD 1,1). Projectleiders geven gemiddeld een 7,5 (SD 1,2), terwijl de overige zorgprofessionals een 6,9 (SD 1,1) geven. Positieve aspecten die worden genoemd zijn het prettige en laagdrempelige karakter van de samenwerking, de benaderbaarheid van de betrokkenen, de enthousiasmerende sfeer en het feit dat er goed naar elkaar wordt geluisterd. Ook wordt de hoge betrokkenheid van de deelnemers gewaardeerd.

Tegelijkertijd zijn er ook verbeterpunten genoemd. Zo ontbreekt in sommige bewegingnetwerken een vast kernteam, wat leidt tot wisselvalligheid in de samenwerking. De overdracht naar nieuwe contactpersonen verloopt niet altijd soepel en er is behoefte aan meer aansluiting bij lopende initiatieven.

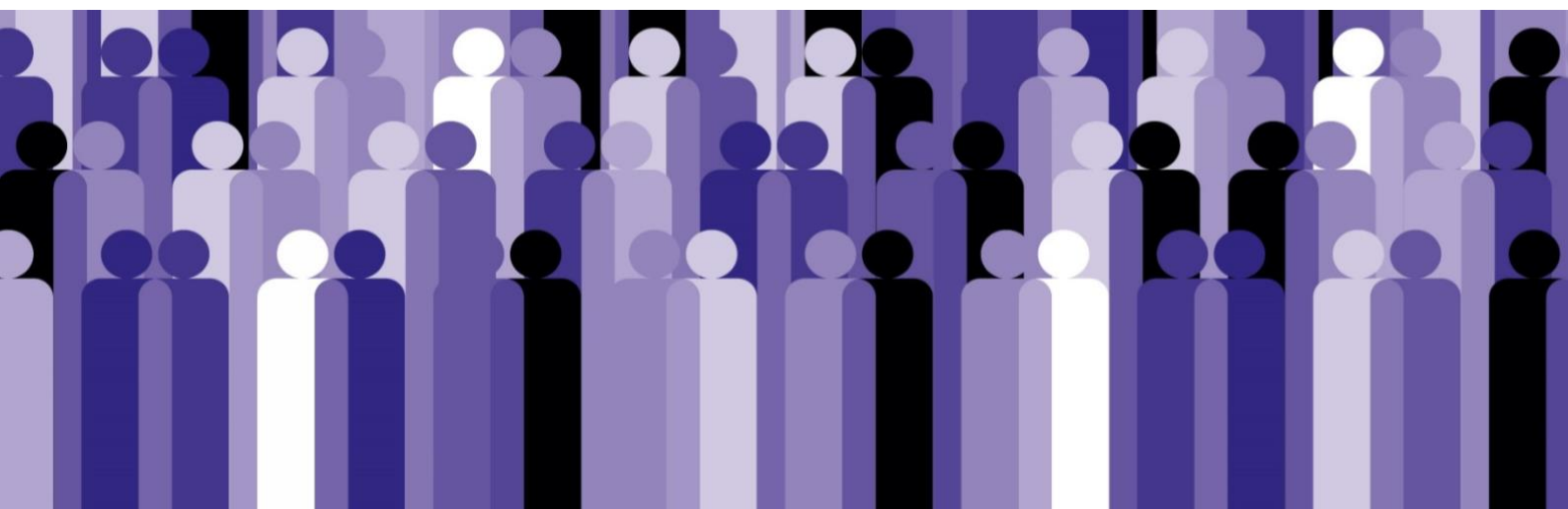
Voorbeelden in de stadsdelen

In verschillende stadsdelen worden specifieke sterke punten en uitdagingen benoemd:

- In Nieuw-West worden de bijeenkomsten als nuttig ervaren door de interessante discussies, het wederzijds leren en de versterking van samenwerking. Dit heeft geleid tot een positieve verandering in de perceptie van de bijeenkomsten, die eerder als minder effectief werden gezien. Een concreet voorbeeld hiervan is de actieve deelname van het netwerk aan het leer-werk event. Alle betrokken organisaties stonden gezamenlijk in één kraampje met één doel, waarbij het belang van de samenwerking boven dat van de individuele organisaties werd gesteld.
- In Noord wordt gewerkt aan een gezamenlijk doel met een duidelijke focus, wat zorgt voor richting en eenheid. De samenwerking met Elaa wordt hier als zeer waardevol beschouwd, vanwege het persoonlijke contact en de actieve betrokkenheid. Ook werd een wijkfietsstour door het netwerk georganiseerd, specifiek voor de eerstelijnszorg. Dit bood zorgprofessionals de kans om letterlijk kennis te maken met anderen in hun netwerk in Tuindorp.
- In Weesp wordt de samenwerking gekenmerkt door korte lijnen en een warme sfeer, waarbij signalen snel worden opgepakt en omgezet in oplossingen.

Er zijn echter ook uitdagingen rondom de samenwerking:

- In West zorgen personeelwisselingen soms voor onduidelijkheid over rollen en een minder actiegerichte aanpak. Ook wordt het gebruik van een verscheidenheid aan namen van initiatieven als beperkend gezien voor een transparante samenwerking.
- In Zuidoost en Zuid wordt een gebrek aan intrinsieke motivatie bij sommige deelnemers genoemd, wat de actieve deelname aan het bewegingnetwerk belemmert.



4 Wat zijn de bevorderende en belemmerende factoren in de samenwerking?

De interviews met de projectleiders brachten verschillende bevorderende en belemmerende factoren aan het licht die de samenwerking binnen het bewegingnetwerk beïnvloeden. Deze factoren zijn vervolgens getoetst bij de zorgprofessionals via een vragenlijst.

4.1 Belemmerende factoren in de samenwerking

Versnippering van initiatieven

De veelheid aan netwerken en initiatieven in de stad, vaak met verschillende namen, zorgt voor verwarring en kan leiden tot het afhaken van zorgprofessionals. Het stellen van gezamenlijke doelen en het behouden van focus vormen hierbij een uitdaging.

Onduidelijkheid over rollen en verantwoordelijkheden

Wisselingen in functies en rollen leiden tot een gebrek aan onderlinge bekendheid rond het dragen van verantwoordelijkheden, wat een minder actiegerichte aanpak en een lagere effectiviteit van het bewegingnetwerk tot gevolg heeft.

Financiering

Vacatiegelden zijn beschikbaar, bijvoorbeeld voor paramedici, omdat zij geen vergoeding ontvangen voor de tijd die zij aan patiënten besteden. Toch is het door de gestelde voorwaarden niet voor iedereen mogelijk hiervan gebruik te maken. Dit belemmert een actieve deelname en inzet binnen het bewegingnetwerk.

Tijdgebrek bij zorgprofessionals

Zorgprofessionals, voornamelijk medewerkers van huisartspraktijken en paramedici, hebben beperkte tijd om actief deel te nemen aan netwerken, wat hun betrokkenheid beperkt en het actief verwijzen via hen belemmert.

Gebrek aan intrinsieke motivatie en draagvlak

Wanneer deelnemers niet overtuigd zijn van de meerwaarde van het bewegingnetwerk of geen motivatie voelen om bij te dragen, vermindert dit de samenwerking en betrokkenheid. In stadsdelen buiten de gebieden van het Masterplan, dat gericht is op het aanpakken van urgente sociale en economische problemen, wordt het bewegingnetwerk vaak als minder belangrijk ervaren. Dit kan resulteren in een lagere betrokkenheid en prioriteit.

Figuur 2. Top 10 belemmerende factoren in de samenwerking volgens projectleiders en zorgprofessionals.



4.2 Bevorderende factoren in de samenwerking

Elkaar weten te vinden binnen het bewegingnetwerk

De belangrijkste uitkomst van de samenwerking binnen de bewegingnetwerken is dat zorgprofessionals elkaar weten te vinden. Dit vormt de basis voor een effectieve samenwerking en het behalen van gezamenlijke doelen.

Gebruik van bestaande netwerken

Het aansluiten op bestaande netwerken met energie en draagvlak voorkomt duplicatie van initiatieven en versterkt de samenwerking.

Een actieve projectleider

Projectleiders spelen een cruciale rol in het coördineren van activiteiten, het agenderen van onderwerpen en het verbinden van zorgprofessionals. Dit zorgt voor continuïteit en voorkomt dat het bewegingnetwerk stilvalt.

Intrinsieke motivatie, draagvlak en betrokkenheid van deelnemers vergroten

Enthousiaste deelnemers en initiatiefnemers zijn een belangrijke drijfveer voor het succes van een bewegingnetwerk. Het opbouwen van persoonlijke relaties en langdurige samenwerkingen is cruciaal voor langdurige betrokkenheid. Dat wordt bereikt via gesprekken, bijeenkomsten en actief contactonderhoud. Daarnaast versterken informele en creatieve activiteiten, zoals gezamenlijke lunches, een vragenpot, waarderingcadeautjes en een app-groep, het teamgevoel en vergroten ze het draagvlak.

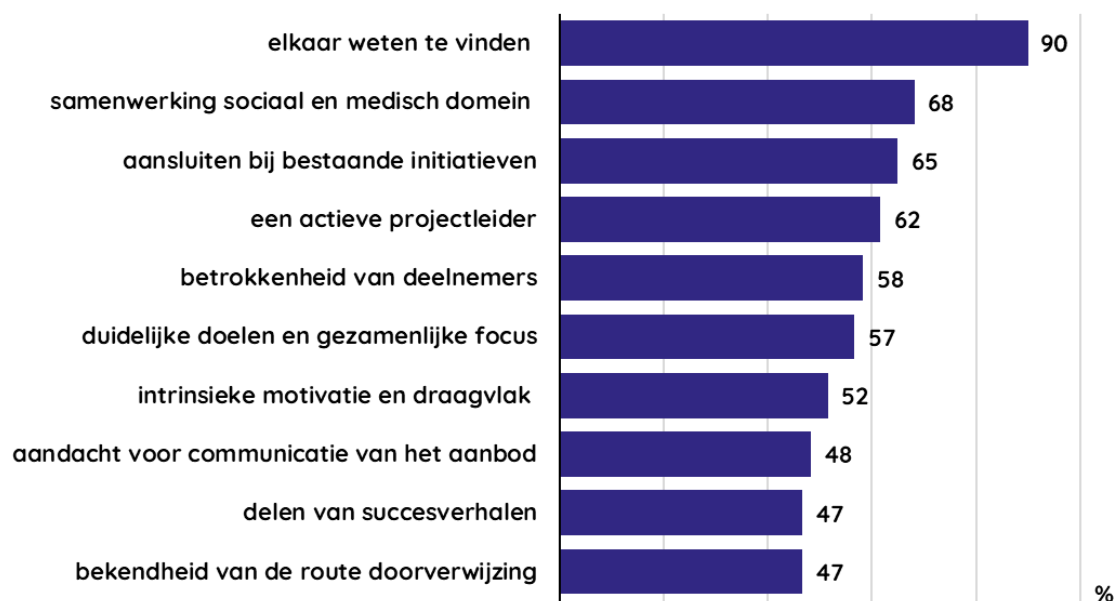
Duidelijke doelen en gezamenlijke focus

Het werken aan heldere en gezamenlijke doelen geeft richting aan en versterkt het gevoel van eenheid binnen het bewegingnetwerk. Dit helpt deelnemers zich te verbinden aan het gezamenlijke belang, elk vanuit hun eigen expertise.

Succesverhalen en zichtbare resultaten delen

Het delen van concrete successen en resultaten versterkt het vertrouwen en de motivatie binnen het bewegingnetwerk. Voorbeelden hiervan zijn het verspreiden van een boekje met succesverhalen onder zorgprofessionals en het zichtbaar maken van behaalde resultaten in bijvoorbeeld een nieuwsbrief.

Figuur 3. Top 10 bevorderende factoren in de samenwerking volgens projectleiders en zorgprofessionals.



5 Wat is er nodig om een passend en toegankelijk beweegaanbod binnen het Sociaal-Medische Bewegenetwerk te realiseren?

Het doel van de bewegenetwerken is het begeleiden van volwassenen naar passend, toegankelijk en duurzaam beweegaanbod in hun eigen wijk. Succesvolle initiatieven uit verschillende stadsdelen laten zien hoe dit in de praktijk wordt vormgegeven. In Zuid zijn bewegegroepen voor ouderen opgezet, waarbij wekelijkse sportactiviteiten en fittesten niet alleen de fysieke fitheid verbeteren, maar ook sociale verbindingen versterken. In West, Zuidoost en Oost bieden leefstijlloketten, in samenwerking met welzijnscoaches en Teamsport Amsterdam, laagdrempelige toegang tot beweegactiviteiten, waardoor bewoners makkelijker een passend aanbod vinden. In Weesp wordt actief geluisterd naar de behoeften van inwoners, wat leidde tot een fietsactiviteit speciaal voor vrouwen. In Noord werd een beweegrotonde georganiseerd voor 55-plussers, met activiteiten gericht op beweging en ontmoeting, zoals dansen. Dit bleek een groot succes.

Aan projectleiders en zorgprofessionals is gevraagd welke factoren de toegankelijkheid en inclusiviteit van het beweegaanbod bevorderen en welke uitdagingen hierbij spelen.

Ervaringen van zorgprofessionals

**62% weet
naar wie te
verwijzen**

62 procent van de zorgprofessionals is het (helemaal) eens met de stelling dat zij weten naar wie zij kunnen doorverwijzen indien nodig. 20 procent is neutraal en 18 procent is het (helemaal) oneens. Daarnaast is 47 procent het (helemaal) eens met de stelling dat het aanbod binnen het bewegenetwerk Amsterdammers motiveert om meer te bewegen. 25 procent is neutraal en 28 procent is het (helemaal) oneens.

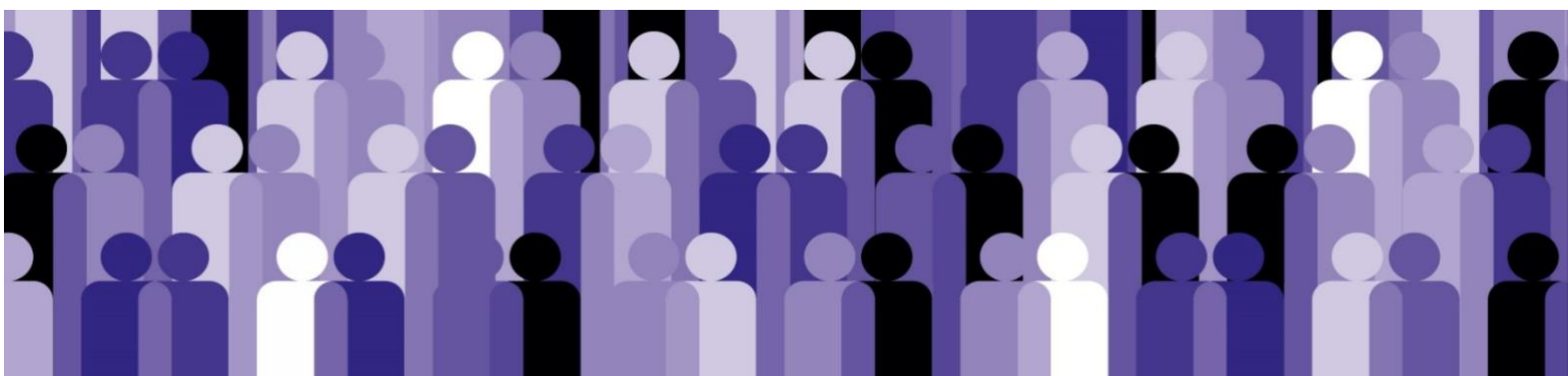
Succesfactoren voor een passend en toegankelijk beweegaanbod

Projectleiders benadrukken dat een laagdrempelig beweegaanbod bewoners helpt om plezier in bewegen te ontdekken en een actieve leefstijl te stimuleren. Het inzetten van communicatieprofessionals, zoals in stadsdeel Oost, draagt bij aan het actueel houden en verspreiden van het aanbod. Digitale middelen, zoals websites en apps (bijvoorbeeld Fit in West en het beweegaanbod in Slotermeer), maken het aanbod inzichtelijk en ondersteunen zorgprofessionals bij het beter afstemmen op de behoeften van bewoners. Daarnaast bevorderen groepsapps en nieuwsbrieven de samenwerking en houden ze zorgprofessionals op de hoogte van workshops en cursussen. Routekaarten, zoals geïnitieerd in Weesp en Zuid, helpen zorgprofessionals om bewoners eenvoudig door te verwijzen naar passend beweegaanbod. Tot slot zorgt aandacht voor culturele verschillen voor meer begrip, vertrouwen en aansluiting bij diverse bewonersgroepen.

Uitdagingen

Zorgprofessionals en projectleiders signaleren verschillende uitdagingen die de effectiviteit van het beweegaanbod beïnvloeden:

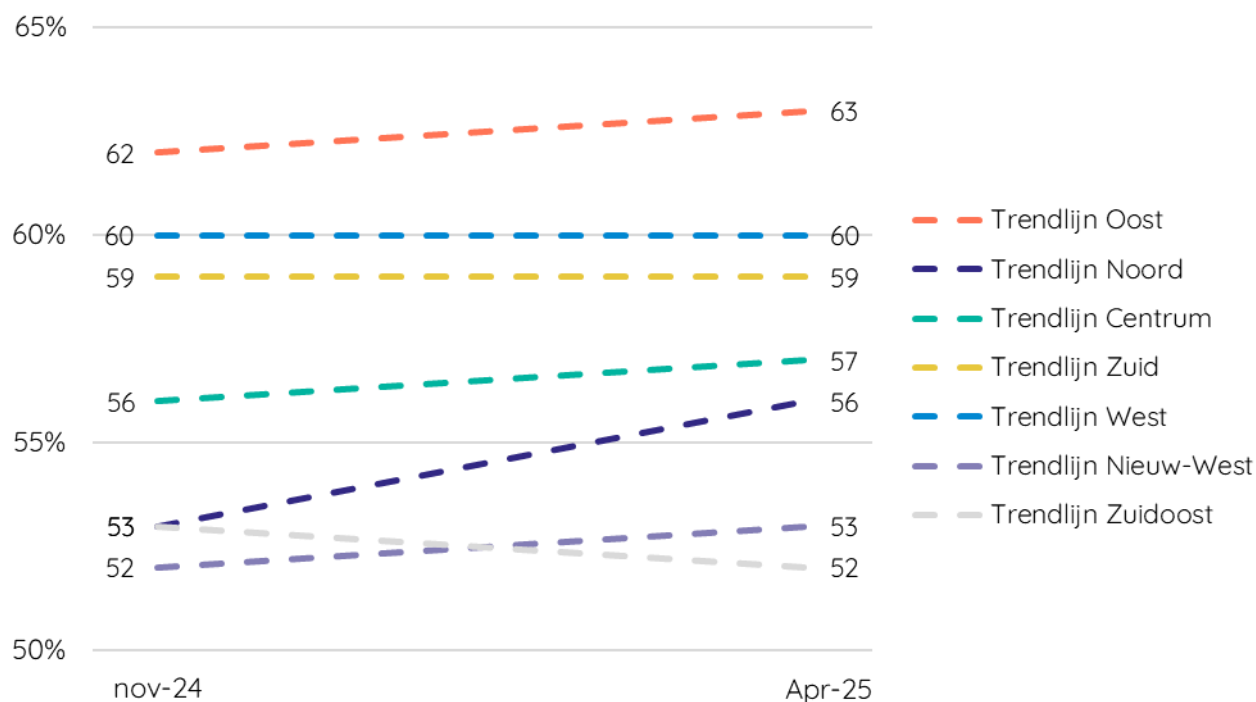
- De kwaliteit van docenten voldoet niet altijd aan professionele normen, wat de impact en duurzaamheid van het aanbod kan verminderen.
- Toegankelijkheid blijft een aandachtspunt: slechts 42 procent vindt het aanbod geschikt voor diverse culturele achtergronden, en 35 procent ziet voldoende aandacht voor mensen met een fysieke of mentale beperking.
- Het up-to-date houden van het aanbod is lastig; slechts 22 procent geeft aan dat er een actueel overzicht is.



6 Vindbaarheid en beoordeling van bewegactiviteiten

Amsterdammers die deelnemen aan bewegactiviteiten is gevraagd naar hun ervaringen met de toegankelijkheid en informatie over het beweegaanbod, en in hoeverre dit volgens hen bijdraagt aan meer bewegen. Daarnaast presenteren we per stadsdeel en per gebied het trendlijnpercentage Amsterdammers dat voldoet aan de beweegrichtlijnen (Figuur 4 en Tabel 5). Deze trendlijnindicator toont het voortschrijdend gemiddelde van vier opeenvolgende metingen: november 2023, april 2024, november 2024 en april 2025. Het is belangrijk op te merken dat deze cijfers, afkomstig uit [de Sportdeelname Index](#), niet direct gekoppeld kunnen worden aan het succes van een beweegnetwerk, maar een beeld geven van de situatie in die jaren.

Figuur 4. Trendlijnindicator percentage Amsterdammers van 5 tot 80 jaar dat voldoet aan de beweegnorm*, naar stadsdeel.



Bron: NOC*NSF Sportdeelname Index, April 2025

*Door jeugd (5-18 jaar) wordt er voldoende bewogen als ze wekelijks 420 minuten of meer én minimaal zeven momenten bewegen. Door volwassenen wordt er voldoende bewogen als ze wekelijks 150 minuten of meer én minimaal twee momenten bewegen.

Tabel 5. Trendlijnindicator percentage Amsterdammers van 5 tot 80 jaar dat voldoet aan de beweegnorm*, naar gebied.

Gebieden	Trendlijn 2025 (%)
Oud-Oost	65
Watergraafsmeer	64
De Pijp/Rivierenbuurt	63
Indische Buurt/Oostelijk Havengebied	63
Westerpark	62
Oud-West/De Baarsjes	61
IJburg/Zeeburgereiland	60
Oud-Zuid	58
De Aker/Sloten/Nieuw Sloten	57
Bos en Lommer	57
Centrum-Oost	57
Sloterdijk Nieuw-West	57

Gebieden	Trendlijn 2025 (%)
Osdorp	57
Centrum-West	56
Noord-West	56
Gaasperdam	56
Noord-Oost	56
Oud-Noord	55
Weesp/Driemond	53
Slotervaart	53
Buitenveldert/Zuidas	52
Bijlmer-Centrum	48
Bijlmer-Oost	48
Geuzenveld/Slotermeer	45

Bron: NOC*NSF Sportdeelname Index, April 2025

Om inzicht te krijgen in de ervaringen van deelnemers met beweegactiviteiten is een vragenlijst verspreid onder de deelnemers. Deze richtte zich op de vindbaarheid en informatievoorziening van de activiteiten, evenals de beoordeling ervan. In totaal hebben 199 respondenten de vragenlijst ingevuld. Het is belangrijk op te merken dat de respondenten van de vragenlijst niet volledig representatief zijn voor de Amsterdamse bevolking. Er zijn geen gegevens beschikbaar om te bepalen of zij representatief zijn voor de deelnemers aan beweegactiviteiten in Amsterdam.

Effect op beweeggedrag

17%
bewoog
niet, maar
nu wel

De beweegactiviteiten hebben een positieve invloed op het beweeggedrag van veel respondenten. 63 procent gaf aan dat zij al bewogen voordat zij begonnen met de activiteit, maar dat zij nu meer zijn gaan bewegen. 17 procent bewoog eerst niet en is nu begonnen met bewegen. 14 procent geeft aan dat hun beweeggedrag hetzelfde is gebleven.

Vindbaarheid en informatievoorziening

Respondenten hebben verschillende manieren genoemd waarop zij informatie over beweegactiviteiten hebben gevonden. 40 procent hoorde over de activiteiten via vrienden of familie, terwijl 25 procent het aanbod ontdekte via een website, app, sociale media of een flyer. Andere veelgenoemde bronnen zijn buurtkamers en buurtteams.

Bijna de helft van de respondenten (48%) gaf aan dat zij meer informatie over de activiteiten hebben verkregen door fysiek langs te gaan bij de activiteit. 23 procent vond aanvullende informatie via een website. Over de toegankelijkheid van informatie gaf 62 procent aan dat het (heel) makkelijk was om informatie te vinden, terwijl 22 procent dit niet makkelijk of niet mogelijk vond. 8 procent vond het (heel) moeilijk om informatie te vinden.

Beoordeling van de beweegactiviteiten en aanbod

De beweegactiviteiten worden overwegend positief beoordeeld. 96 procent van de respondenten is (zeer) tevreden over de activiteit waaraan zij deelnemen. Eveneens 96 procent neemt wekelijks deel aan de activiteit. Het aanbod van beweegactiviteiten in het eigen stadsdeel wordt door 70 procent als (zeer) goed beoordeeld, terwijl 15 procent neutraal is en 8 procent het aanbod slecht of matig vindt.

Verbeterpunten en gemist aanbod

Respondenten noemen verschillende verbeterpunten en gemiste activiteiten. Veelgenoemde activiteiten die worden gemist zijn onder andere aqua fitness, dans, zumba, krachttraining, gratis wandelgroepen, rustige yoga en tafeltennis. Daarnaast wordt vaak genoemd dat de frequentie en lestijden van de activiteiten beter afgestemd kunnen worden op de behoeften van de deelnemers.

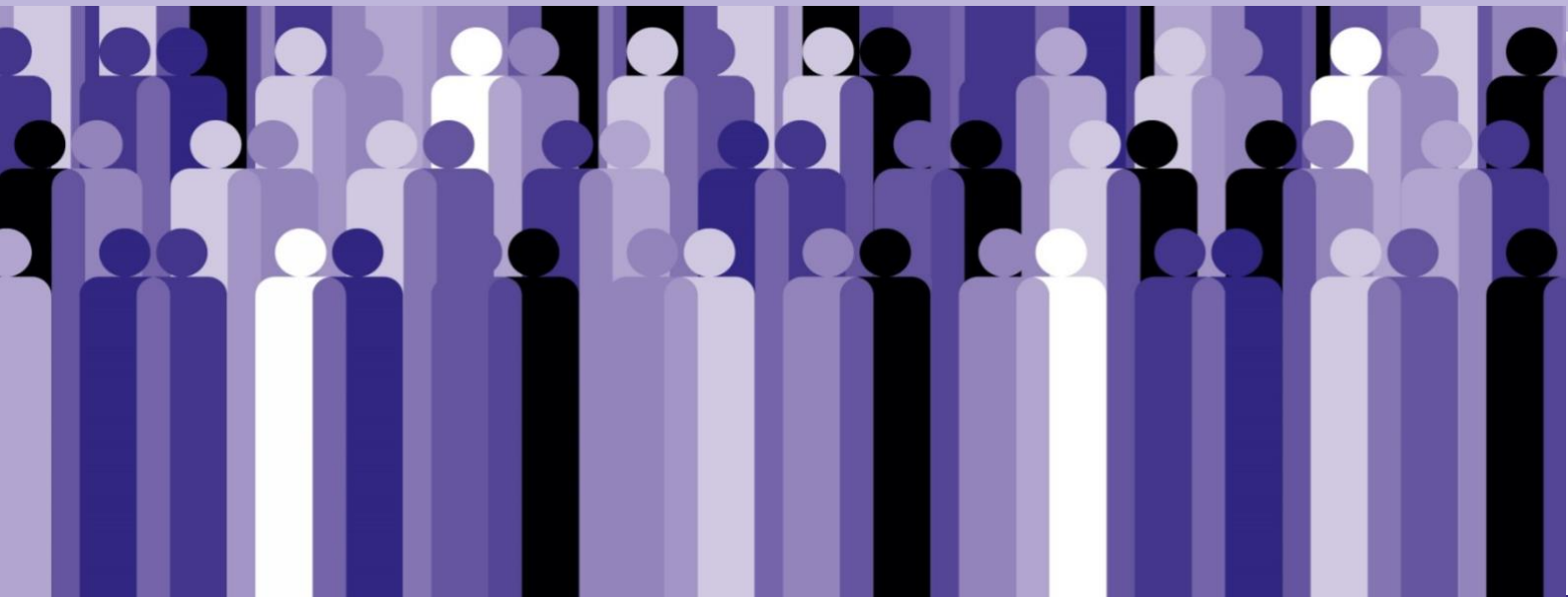
Methode

Het adviesteam Monitoring en Evaluatie van AV&G heeft een praktijkevaluatie uitgevoerd om inzicht te krijgen in de organisatie, coördinatie en uitvoering van de bewegenetwerken, zodat de effectiviteit kan worden geoptimaliseerd. De evaluatie richt zich op vragen zoals:

- Wat zijn de belangrijkste uitdagingen en successen bij het opzetten en onderhouden van een bewegenetwerk?
- Hoe verloopt de samenwerking binnen het bewegenetwerk en met andere netwerken?
- Wat is er nodig om een passend en toegankelijk beweegaanbod binnen het bewegenetwerk te realiseren?

Hiervoor zijn in oktober 2025 tien projectleiders en drie onderzoekers geïnterviewd door een onderzoeker van het advies team Monitoring en Evaluatie van AV&G. Daarnaast hebben in december 2025 zestig betrokken zorgprofessionals (inclusief elf projectleiders) een vragenlijst ingevuld.

Er werd ook aan de zorgprofessionals gevraagd een vragenlijst te verspreiden onder deelnemers van bewegegactiviteiten. De vragenlijst richtte zich op de vindbaarheid, informatievoorziening en beoordeling van de activiteiten. In totaal vulden 199 respondenten de vragenlijst in. De meeste respondenten (57%) zijn tussen de 55 en 74 jaar oud. Daarnaast is 35 procent 75 jaar of ouder en 7% tussen de 18 en 54 jaar. Wat betreft opleidingsniveau heeft 44 procent een hbo- of wo-opleiding, 38 procent een havo-, vwo- of mbo-2 t/m 4-opleiding en 13 procent maximaal een vmbo- of mbo-1-opleiding. Verder is 84 procent van de respondenten vrouw. De meeste respondenten wonen in Noord en Oost, elk met 41 procent.



Meer informatie...

<https://vitaalgezond.amsterdam/>

auteurs

Ranu Sewdas
Marieke Thoen

Onderzoek en Statistiek
Amsterdam Vitaal & Gezond

met medewerking van:

Tarik Ouaziz
Lucia Willems
Stijn Donkers
Ward Maakal

Jeugd, Zorg en Diversiteit
Onderzoek en Statistiek
Onderzoek en Statistiek
Sport en Bos

Colofon

Amsterdam Vitaal & Gezond

is een samenwerkingsverband van:
Gemeente Amsterdam, Zilveren Kruis,
Cliëntenbelang Amsterdam, Sigrà en Elaa

Onderzoek en Statistiek

onderzoek.amsterdam.nl

contact

info@vitaalgezond.amsterdam