



ONDERZOEK

Wandelt (thuis)werkend Nederland?

We werken nu bijna een jaar grotendeels thuis in verband met corona. Wandelen bleef altijd mogelijk; Wandelnet peilde in januari 2021 hoe en of mensen wandelen tijdens een (thuis)werkdag. Het onderzoek is gehouden in aanloop naar de Wandel tijdens je Werk-dag op 8 april 2021, een initiatief van Stichting Wandelnet. 1600 respondenten deden mee aan de peiling. In deze factsheet presenteren we de belangrijkste uitkomsten.

Invloed coronamaatregelen op wandelgedrag



De (thuis)werkers wandelen meer dan voor de coronaperiode. **60%** geeft aan nu vaker te lopen. **96%** van de respondenten wandelt geregeld tot dagelijks op hun (thuis)werkdag.

Wandelen tijdens een (thuis)werkdag



55% Ja, dagelijks



32% Ja, geregeld



9% Ja, soms



4% Nee, ik wandel niet



WAAROM?

De voornaamste redenen om te wandelen tijdens een (thuis)werkdag zijn:

Een 'frisse neus halen'



Fit en gezond te blijven



Ontspanning



Het hoofd leegmaken



Natuurbeleving



Boodschappen doen



WAAR?

Het grootste deel (**59%**) probeert steeds een ander rondje te maken vanaf de (thuis)werkplek.



Ook kunnen de meesten (**75%**) vanaf de (thuis)werkplek een mooie/aantrekkelijke wandeling maken.



WANNEER?

Een derde geeft aan net wanneer het uitkomt te lopen: voor, tijdens of na het werk.



23% wandelt in de lunchpauze



17% na het werk



13% voor de start van de werkdag

MET WIE?

De meeste (thuis)werkers **(77%)** gaan alleen op pad tijdens het (thuis)werkrondeje. **15%** wandelt met een collega.

Werkend Nederland is geïnteresseerd in een weeting, wandelende meeting tijdens het thuiswerken/corona of houdt met enige regelmaat al een weeting. **45%** heeft er geen behoefte aan. De balans tussen werkgevers die hun werknemers stimuleren om een ommetje te maken en werkgevers die dat niet doen, is ongeveer in evenwicht (respectievelijk **45/42%**).



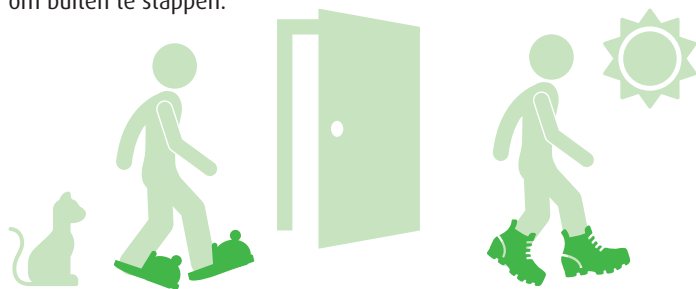
Hield je voor corona wel eens een weeting?

Ja, regelmatig **4%**
Ja, voorheen af en toe **16%**
Ja, nu wel, maar voorheen nooit **16%**
Nee, maar wel een goed idee **19%**



WAAR WANDEL JE OP?

Ruim de helft (**56%**) van de respondenten wisselt haar/zijn pantoffels of huisschoenen in voor echte sport- of wandelschoenen om buiten te stappen.



GEBRUIK VAN EEN APP OF STAPPENTELLER

(Thuis)werkende Nederlanders houden ervan hun wandelrondejes vast te leggen: voordat de wandeling wordt gestart, gaan de apps live. Een derde van de respondenten logt in op bijvoorbeeld Strava, Ommetje of Runkeeper. Eveneens een derde houdt het aantal stappen precies bij in een stappenteller of andere app. **25%** van de respondenten deelt de (werk)wandeling via social media, bijvoorbeeld door het plaatsen van een selfie.



REDENEN OM NIET WANDELEN

De **4%** niet-wandelaars heeft het vooral heel erg druk met het werk of is wel van plan om een rondje te lopen, maar het komt er niet van. Hoe worden ze toch verleid tot beweging? Zelf noemen ze: lekker weer, een wandelende meeting ('weeting') of samen met een ander lopen.

De 3 meest gekozen smoesjes:

Slecht weer



Te druk

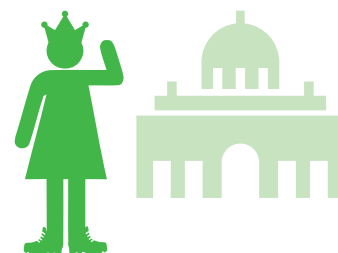


Te donker



WANDELMAATJES

Op de open vraag met wie de respondenten wel eens een wandelingetje willen maken, staan de Rotterdamse burgemeester Aboutaleb en demissionair minister-president Mark Rutte hoog genoteerd. De meest gestelde vraag van de respondenten aan hen: 'Heeft u tijd om te wandelen tijdens uw pittige job in deze bizarre tijd'. Ook koningin Maxima wordt genoemd als wandelmaatje. Daarnaast zijn cabaretiers favoriet: Herman Finkers, Arjen Lubach, Andre van Duin, Jochem Meijer en Claudia de Breij. Onder de minder Bekende Nederlanders scoren vooral collega's hoog. Maar, niet te vaak en te veel wandelmaatjes: wandelen op een (thuis)werkdag blijkt voor velen met name een individuele bezigheid.



Het onderzoek is uitgevoerd door De Afdeling Onderzoek. De respondenten zijn benaderd in januari 2021 via onder andere de social media-kanalen van Wandelnet en bureau Jonge Honden, bedrijven en individuele deelnemers van voorgaande edities van de Wandel tijdens je Werk-dag en onze samenwerkingspartners. 1600 respondenten deden mee aan het onderzoek.