



GRØNLAND I BEVÆGELSE

EN UNDERSØGELSE AF VOKSNES BEVÆGELSESVANER,
MOTIVER, MULIGHEDER OG BARRIERER

Zakarias Engell og Jens Høyer-Kruse

1. Indledning

Grønlands Idrætsforbund fik i 2021-2022 udarbejdet en større kvalitativ undersøgelse af voksne grønlænderes bevægelsesvaner og motiver og barrierer for fysisk bevægelse (Dalgas & Kreutzmann, 2022). Med baggrund i resultaterne herfra har Grønlands Idrætsforbund også ønsket en landsdækkende spørgeskemaundersøgelse af voksnes bevægelsesvaner, motiver, muligheder og barrierer for at være fysisk aktiv. Dette for at få viden om deltagelsesmønstre inden for idræt, motion og fysisk aktivitet på befolkningsniveau med mulighed for yderligere opdeling på lokalområder og målgrupper.

Den kvalitative undersøgelse fra 2021-2022 samt den aktuelle spørgeskemaundersøgelse er begge udarbejdet i samarbejde med Grønlands Idrætsforbund og med ønske om at skabe et solidt videns fundament, der skal være med til at understøtte, inspirere og kvalificere initiativer og projekter, der har til formål at arbejde målrettet med Grønlands Idrætsforbunds vision om, at Grønland skal være Verdens mest fysisk aktive land i 2030 (Vision 2030: https://www.gif.gl/aalasa_dk).

Indeværende spørgeskemaundersøgelse er således udarbejdet med henblik på at indsamle og frembringe viden om, hvad der motiverer nogle grønlændere til at bevæge sig, og hvad der får andre til at fravælge enhver form for bevægelse. Selv om der tidligere er gennemført gode undersøgelser af både grønlændernes sundhedsprofil (Larsen, et al., 2019) og af deres idrætsvaner (Eske, Forsberg, & Storm, 2020), ved vi stadig meget lidt om, hvad der får nogle grønlændere til at bevæge sig meget, mens andre helst ikke bevæger sig mere end højst nødvendigt. Der mangler viden om sammenhængen mellem motiver, hverdagsliv, social baggrund, barrierer og mulighederne for at være fysisk aktiv. En viden som er vigtig for at kunne skabe et mere bevægelsesfremmende samfund.

Formålet med indeværende undersøgelse er således at frembringe ny viden om og indsigt i voksnes bevægelsesvaner i Grønland, og herunder hvilken betydning motiver, muligheder, barrierer, social baggrund, hverdagsliv / arbejdsliv samt kultur har for deltagelsen i forskellige bevægelsesformer. En sådan viden er grundlaget for at kunne udvikle politikker og designe målrettede initiativer, der tager sigte på at øge grønlændernes fysiske aktivitet samt idræts- og motionsdeltagelse. Undersøgelsen er udarbejdet med henblik på at være et solidt vidensgrundlag, som Grønlands Idrætsforbund kan bringe i spil i deres arbejde med at kvalificere udviklingen af og arbejdet for visionen om at være Verdens mest fysisk aktive land i 2030.

Undersøgelsen indeholder en detaljeret viden om

- Voksne borgeres fysiske bevægelsesvaner i Grønland.
- Hvad der motiverer borgerne til at være fysisk aktive i forskellige bevægelsesformer.
- Hvilken betydning mulighederne for at være fysisk aktiv har for borgernes bevægelsesvaner (herunder nærheden til naturen, adgangen til faciliteter og forskellige organiserede tilbud).
- Hvilke barrierer voksne i Grønland i større eller mindre grad oplever for at være fysisk aktiv.

- Hvordan bevægelsesvaner varier mellem byer og bygder.
- Hvordan deltagelse i forskellige aktiviteter og de generelle bevægelsesvaner afhænger af bl.a. køn, alder, social baggrund og bosted.
- Hvordan borgernes bevægelsesvaner i Grønland ser ud i sammenligning med Danmark.

1.2 Læsevejledning

Rapporten begynder med en kort sammenfatning på tværs af alle resultater, hvorefter undersøgelsens fremgangsmåde og metode bliver beskrevet.

Dernæst er det muligt at dykke dybere ned i de enkelte resultater i rapporten, som er opdelt i forskellige 'bevægelses-domæner': i fritiden, under transport, på arbejde/uddannelse og i hjemmet. Under fritidsdomænet har bevægelse i naturen sit eget 'domæne', hvor en lang række særlige aktiviteter foregår, som ikke passer ind i de andre domæner.

Derefter kommer et afsnit om betydningen af helbredsproblemer eller handicap i forhold til bevægelsesvaner, og til sidst sluttet rapporten af med en række udvalgte sammenligninger med bevægelsesvaner i Danmark.

Bagerst i rapporten er indsat en række bilag med resultater, som supplerer resultaterne i de forskellige dele.

2. Sammenfatning

Undersøgelsen af bevægelsesvaner blandt voksne i Grønland blev gennemført som spørgeskemaundersøgelse i maj og juni måned 2022. Spørgeskemaet blev sendt til 7.437 voksne borgere bosiddende i Grønland via den grønlandske e-Boks, hvor respondenterne skulle udfylde spørgeskemaet digitalt. 1.153 deltog i undersøgelsen, svarende til en svarprocent på 16.

Undersøgelsen inddeler bevægelsesvanerne i forskellige domæner:

- *I fritiden* som dækker over motions- og idrætsaktiviteter.
- *Under transport* som er aktiv transport i form af gang, cykling og løb.
- *På arbejde eller uddannelse* som dækker over de opgaver, der kræver fysisk anstrengelse her.
- *I hjemmet* som er de bevægelsesaktiviteter, der er forbundet med praktiske gøremål derhjemme.

Bevægelse i fritiden

I denne del af rapporten ses der nærmere på, hvor stor en andel af voksne i Grønland (15 år og ældre), der deltager i forskellige idræts- og motionsformer samt udfører aktiviteter i naturen (fx fangst, fiskeri, samle og sanke bær og urter mv.). Idræts- og motionsformerne er inddelt i 17 overordnede aktivitetsformer (som dækker over 90 specifikke aktiviteter). En detaljeret gennemgang af resultaterne findes i kapitlet 'Bevægelse i fritiden'.

Den største aktivitetsform er 'gåture i byen eller bygden (ikke som transport)', som 80 pct. af de voksne har udført mindst én gang de seneste 12 måneder, og hvor forskellen mellem mænd og kvinder er meget lille. Den anden- og tredjestørste aktivitetsform, som hhv. 47 pct. og 43 pct. af voksne i Grønland har udført inden for de seneste 12 måneder, er 'fysisk aktive lege og spil' samt 'andre fysisk aktive fritidsaktiviteter' som fx husflid, mad og gastronomi, musikudøvelse mv. For 'fysisk aktive lege og spil' samt 'andre fysisk aktive fritidsaktiviteter' gælder det, at en større andel kvinder end mænd har udført disse to aktiviteter.

Undersøgelsen viser ligeledes, at der er en større tilslutning blandt grønlandske kvinder end mænd, når det gælder aktivitetsformerne 'fitness og fysisk træning', 'løb i byen/bygd', 'gymnastik', 'mental træning' og 'dans'. Omvendt er der større tilslutning blandt mænd sammenlignet med kvinder til aktivitetsformerne 'holdboldspil', 'aktiviteter på vand', 'cykling', 'andre idrætsaktiviteter' og 'andre boldspil'. Der er relativt små forskelle på tværs af aldersgrupper, som har udført gåture i byen eller bygd, mens der er noget større forskelle på andelen, der har udført 'fitness og fysisk træning', 'løb i by eller bygd', 'gymnastik' og 'holdboldspil'. For disse fire aktiviteter er der især en større andel af de unge (15-24-årige), som angiver at have udført disse aktivitetsformer, sammenlignet med de midaldrende og især dem på 60 år og ældre.

Aktivitetsformen 'fitness og fysisk træning' udføres i højere grad i bostedstypen 'hovedstaden' og blandt voksne i 'hovedbostederne' (hhv. 48 pct. og 45 pct.) sammenlignet med andelen i 'større bosteder' samt 'bosteder og mindre bosteder' (hhv. 32 pct. og 36 pct.). Andelen, der mindst én gang inden for de seneste 12 måneder har praktiseret 'gymnastik', viser omvendt, at over halvdelen (52 pct.) af de voksne bosat i 'bosteder og mindre bosteder' har

udført 'gymnastik' inden for det seneste år, mens andelen er mindst blandt voksne bosat i 'hovedstaden' (24 pct.). En lignende tendens finder undersøgelsen for aktivitetstyperne 'holdboldspil', 'aktiviteter på vand' og 'dans', hvor den største andel voksne, som udfører disse aktiviteter, bor i 'bosteder og mindre bosteder'.

For de specifikke idræts-, motions- og bevægelsesaktiviteter, som de voksne i Grønland har udført inden for det seneste år, er 'gåture i moderat tempo' den aktivitet, som forholdsvis flest voksne (61 pct.) har udført mindst én gang det seneste år. Dernæst er det 'styrkeøvelser og styrketræning', 'konditionstræning' og 'løbeture i by eller bygd', som omkring en fjerdedel angiver at have udført det seneste år. De aktiviteter som dyrkes oftest, dvs. mindst en til to gange om ugen, er 'gang i moderat tempo', 'styrkeøvelser og styrketræning', 'konditionstræning' samt 'motionsgymnastik'.

Aktiviteter i naturen

En stor del af bevægelsesaktiviteterne i Grønland foregår naturen og kan ikke umiddelbart beskrives som idræts- og motionsaktiviteter. Det gælder f.eks. 'gå- og vandreture i fjeldet og naturen', som er den største naturaktivitet, som to tredjedele af de voksne i Grønland har udført inden for det seneste år (67 pct.). Undersøgelsen viser også, at forskellige former for fiskeri, jagt og fangst især er mandsdominerede aktiviteter, mens det at plukke bær, samle urter, svampe, æg mv. er mere kvindedominerede. Dertil kommer at en stor andel af kvinderne har gjort dette inden for de seneste 12 måneder (70 pct.). Resultaterne knyttet til bevægelsesvaner i naturen findes i afsnit 4.1 'aktiviteter i naturen'.

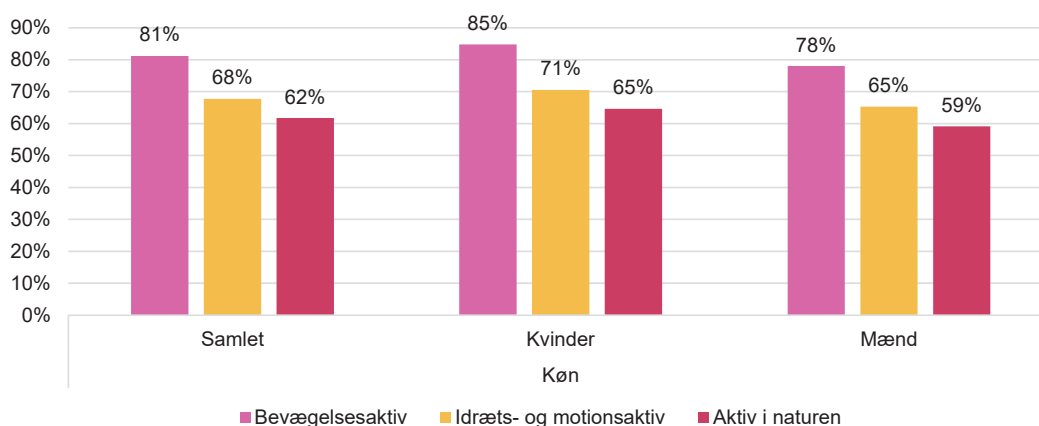
Bevægelsesaktiv, Idræts- og motionsaktiv og aktiv i naturen

Undersøgelsen operationaliserer derudover bevægelsesvanerne i fritiden i tre kategorier: 1) 'bevægelsesaktiv'; 2) 'idræts- og motionsaktiv' samt 3) 'aktiv i naturen'. For at tilhøre hver af disse samlede mål for at være bevægelsesaktiv skal man have dyrket mindst én aktivitet af et afgrænset antal aktiviteter mindst én gang om ugen.

- 'Bevægelsesaktiv' afgrænses til regelmæssig udførelse af minimum én af 19 aktivitetstyper samt to specifikke naturaktiviteter 'gå- og vandreture i fjeldet/naturen' og 'turski/fjeldski'.
- 'Idræts- og motionsaktiv' er defineret ved, at man regelmæssigt udfører minimum én af 15 ud af 19 aktivitetstyper samt at aktiviteten 'cykling i by/bygd' fraregnes.
- 'Aktiv i naturen' er defineret ved ugentlig udførelse af mindst én af aktiviteterne, der er spurgt om i undersøgelsen, der omhandler aktiviteter udført i naturen.

For voksne i Grønland viser analysen, at flere kvinder end mænd er regelmæssigt aktive. Det gælder, at 85 pct., 71 pct. og 65 pct. af voksne kvinder er 'bevægelsesaktive', 'idræts- og motionsaktive' samt 'aktive i naturen', sammenlignet med hhv. 78 pct., 65 pct. og 59 pct. af voksne mænd i Grønland. Yderligere analyser, der afsøger forhold, der kan være med til at forklare hvilke grupper, der har en større eller mindre sandsynlighed for at være 'bevægelsesaktiv', 'idræts- og motionsaktiv' samt 'aktiv i naturen', viser imidlertid ikke statistisk signifikante forskelle mellem kvinder og mænds regelmæssige deltagelse i de tre kategoriseringer, efter at der er kontrolleret for alder, beskæftigelse, bosted og fødested (i/udenfor Grønland).

Figur 1 – Andelen af voksne i Grønland, som er hhv. bevægelsesaktive, idrætsaktive og aktiv i naturen regelmæssigt.



N=1.153

Andelen, der defineres som 'bevægelsesaktiv' samt 'idræts- og motionsaktiv', ligger højt og relativt ens blandt de 15-24 årige, 25-34 årige, 35-44 årige og 45-59 årige. Det ser dog noget anderledes ud blandt dem på 60 år og ældre, hvor omkring 15-20 procentpoint færre er 'bevægelsesaktive' samt 'idræts- og motionsaktive' sammenlignet med de øvrige aldersgrupper. Omvendt viser undersøgelsen en tendens til, at andelen, som er 'aktiv i naturen', stiger med alderen, og det er således blandt dem på 60 år og ældre, at vi finder den største andel af voksne i Grønland, der er regelmæssigt aktiv i naturen.

Der er en statistisk signifikant lavere sandsynlighed for at være 'bevægelsesaktiv' samt 'idræts- og motionsaktiv' blandt voksne bosat i 'større bosteder' sammenlignet med voksne i Nuuk, som er referencekategorien. Der er tillige en statistisk signifikant lavere sandsynlighed for at være 'idræts- og motionsaktiv' blandt voksne i 'hovedbostederne' sammenlignet med voksne i Nuuk. Omvendt viser undersøgelsen statistisk signifikant større sandsynlighed for at være 'aktiv i naturen' blandt voksne bosat i 'hovedbostederne', 'større bosteder' samt 'bosteder og mindre bosteder' sammenlignet med voksne bosat i Nuuk. Resultaterne findes i afsnit 4.2.

Organisering

Langt størstedelen af den regelmæssige fysiske aktivitet i fritiden foregår 'selvorganiseret eller på egen hånd'. Omkring to tredjedele af voksne angiver dette (68 pct.). Dette gælder dog for 12 procentpoint flere kvinder end mænd, mens den næststørste sammenhæng for regelmæssig fysisk aktivitet i fritiden er foreningsregi (21 pct.). I Danmark er foreningsdeltagelsen i fritiden 27 pct. og dermed større end i Grønland. Til gengæld spiller arbejdspladsen en væsentlig større rolle for fysisk aktivitet i Grønland, end den gør i Danmark. 12 pct. af de voksne i Grønland udfører regelmæssigt fysisk aktivitet organiseret på arbejdspladsen, mens det kun gælder for 5 pct. i Danmark. Se uddybet i afsnit 4.2 og 9.1.

Sæsonbetonede aktiviteter

Aktiviteter, der varierer bl.a. på grund af store vejrsmæssige forskelle mellem sommer og vinter, udgør en stor del af den fysiske aktivitet, som foregår i fritiden blandt voksne i Grønland. Nogle aktiviteter har en relativ stabil tilslutning i løbet af hele året. Det gælder eksempelvis 'styrketræning og styrkeøvelse', 'svømning', 'motionsgymnastik' og 'konditionstræning', mens aktiviteter som 'gåture i moderat tempo', 'cykling i by/bygd' og 'løbeture i by/bygd' har betydelige sæsonudsving.

De største sæsonvariationer er dog at finde blandt de fysiske aktiviteter i naturen, som eksempelvis 'fiskeri', 'jagt' og 'gå- og vandreture i fjeldet/naturen', der bliver dyrket væsentlig mere om sommeren og sensommeren end i vintermånederne. Resultaterne af sammenhænge mellem årets sæsoner og udførelse af aktiviteter i fritiden uddybes i afsnit 4.3.

Bevægelse under transport

Undersøgelse afdækker anvendelse af tre aktive transportformer, hhv. gang, løb og cykling. Særligt gang som aktiv transport er meget udbredt blandt voksne i Grønland. 42 pct. af de voksne angiver, at de fem dage om ugen eller oftere benytter gang, når de skal til og fra indkøb, institution, fritidsaktiviteter, besøg hos venner og familie. Dertil viser analysen, at 8 pct. og 14 pct. hhv. aldrig eller sjældnere end én dag om ugen benytter gang som aktiv transport. Vender vi blikket mod løb og cykling, så viser analysen, at 17 pct. og 11 pct. af de voksne hhv. løber og cykler som aktiv transport én dag om ugen eller oftere. Her er det samtidig værd at bemærke, at både løb og cykling benyttes af 7 pct. af de voksne i Grønland tre dage om ugen eller oftere.

Undersøgelsen viser, at jo mindre byen eller bygden er, jo større er andelen af voksne, der benytter gang som aktiv transport i deres hverdag. Dette er ikke så overraskende, når netop forskelle i afstand til fx indkøbsmuligheder, institutioner, fritidstilbud mv. i de store og små byer og bygder tages i betragtning. I afsnit 5 findes analyserne af andelen i Grønland, der benytter aktiv transport.

Bevægelse på arbejde/uddannelse

Samlet oplever lidt over en fjerdedel af voksne i Grønland, at de tre dage om ugen eller oftere har arbejdsopgaver eller opgaver som en del af deres uddannelse, der kræver hård fysisk anstrengelse (27 pct.). Af disse er det 15 pct., som fem dage om ugen eller oftere har arbejdsopgaver eller opgaver som en del af deres uddannelse, der kræver hård fysisk anstrengelse. I forlængelse af dette viser analysen, at mere end halvdelen af den voksne befolkning i arbejde eller uddannelse sjældnere end en dag om ugen har opgaver, der kræver hård fysisk anstrengelse som en del af deres arbejde eller uddannelse. Et element af ugentlig hård fysisk anstrengelse på ens arbejde eller uddannelse er således almindeligt for mange voksne i Grønland.

Omkring tre fjerdedele af voksne 'i job med mellemlang eller lang videregående uddannelse' oplever aldrig (45 pct.) eller sjældnere end en dag om ugen (31 pct.) at have opgaver af hård fysisk anstrengende karakter som en del af deres arbejde. For voksne, der er 'i job som ufaglært', gælder det, at 13 pct. og 17 pct. hhv. aldrig eller sjældnere end en dag om ugen har opgaver, der kræver hård fysisk anstrengelse. Gruppen, hvoraf færrest angiver, at de fem dage om ugen eller mere har opgaver med hård fysisk anstrengelse, findes blandt voksne, der er

'under uddannelse' (5 pct.), mens andelen er fem til seks gange større blandt voksne 'i job som ufaglært' (33 pct.). I afsnit 6 findes analyserne, der viser, hvem og hvor mange i Grønland, der har fysisk anstrengende arbejde eller uddannelse.

Bevægelse i hjemmet

'Madlavning, afrydning og opvask' udføres af næsten tre fjerdele af voksne kvinder fem dage om ugen eller oftere (72 pct.) sammenlignet med omkring halvdelen af voksne mænd (53 pct.). Tendensen til at 'madlavning, afrydning og opvask' oftere udføres af kvinder end mænd ses også i den anden ende af skalaen, hvor 7 pct. mænd angiver, at de aldrig eller sjældnere end en dag om ugen udfører 'madlavning, afrydning og opvask', sammenlignet med 2 pct. af de voksne kvinder. Det samme mønster gør sig også gældende for 'rengøring' og 'tøjvask' som fysiske aktiviteter i hjemmet, hvor det i højere grad er kvinderne der udfører disse opgaver. Men når det kommer til 'andet praktisk arbejde i hjemmet', som eksempelvis kan være vedligeholdelse og reparation af bolig, båd og transportudstyr, hundepasning, rensning af fangst og andre 'gør-det-selv' projekter, så udføres disse aktiviteter af en større andel mænd end kvinder. Det er således 35 pct. af mændene, der tre dage om ugen eller oftere udfører andet praktisk arbejde i hjemmet sammenlignet med 21 pct. af kvinderne. Dertil er det 23 pct. af kvinderne og 9 pct. mændene, som aldrig gør dette. I afsnit 7 findes gennemgangen af voksnes bevægelsesvaner i hjemmet.

Motiver for bevægelse

På tværs af aktivitetstyperne viser undersøgelsen, at motiverne omhandlende 'sundhed' ('for at vedligeholde eller forbedre min sundhed'), 'lyst' ('fordi jeg godt kan lide aktiviteten') og 'velvære' ('for at gøre noget godt for mig selv') vurderes særligt højt, og at disse tre motiver scorer 4,5 på en skala fra 1-5 fra meget uenig til meget enig i, hvorfor voksne er fysisk aktiv. Samtidig viser undersøgelsen, at motiverne 'for at konkurrere med mig selv eller andre', 'vedligeholdelse eller forbedring af udseende', 'for at opleve spænding' og 'fordi der er tradition for at udfører aktiviteten' ligger i den nederste ende med en gennemsnitscore på 3,7 og 3,5. Der er imidlertid væsentlige aktivitetsspecifikke forskelle på de forskellige motivers betydning.

Det gælder eksempelvis for konkurrencemotivet ('for at konkurrere med mig selv eller andre'), hvor gennemsnittet er 4,5 for 'holdboldspil' og 4,1, 4,0 og 3,8 for hhv. 'gymnastik', 'løb' samt 'fitness og fysisk træning'. Omvendt gælder det for udøvere af 'holdboldspil', at motivet 'for at vedligeholde eller forbedre min sundhed' rangerer en anelse lavere end hos dem, som dyrker 'gymnastik', 'fitness og fysisk træning' og 'løb'. Undersøgelsens analyser af motiverne for fysisk bevægelse i fritiden findes i afsnit 4.4.

Muligheder for bevægelse

Mange voksne i Grønland er generelt helt enige i, at de har gode muligheder for at være fysisk aktiv i forskellige facilitetstyper og områder, hvor de bor. Men der forskelle mellem oplevelsen af mulighederne på tværs af bostedstyper og aldersgrupper.

Eksempelvis angiver 67 pct. af de voksne i 'hovedstaden', at de er helt enig i, at de har gode muligheder for at være fysisk aktiv i 'indendørs idrætsfaciliteter' sammenlignet med 47

pct. blandt voksne bosat i 'større bosteder' og 45 pct. af voksne bosat i 'bosteder og mindre bosteder'. En lignende tendens finder undersøgelsen også for oplevelsen af at have gode muligheder for at være fysisk aktiv i fitnesscentre. Dobbelt så stor en andel af voksne i 'hovedstaden' angiver, at de er helt enig i, at de har gode muligheder for at være fysisk aktiv i 'fitnesscentre' (62 pct.) sammenlignet med voksne bosat i 'bosteder og mindre bosteder' (32 pct.). Situationen er dog omvendt, når det kommer til oplevelsen af at have gode muligheder for at være fysisk aktiv 'i natur og fjeld', 'på eller i vand', 'hjemme hos sig selv' og 'på veje stier og fortove'. Her er det i højere grad voksne bosat i 'bosteder og mindre bosteder' der vurderer, at de har gode muligheder for at være fysisk aktiv i sammenligning med de øvrige bostedstyper.

Undersøgelsen viser yderligere, at der er en anelse lavere tilfredshed med muligheder for at være fysisk aktiv 'i natur og fjeld', 'hjemme hos sig selv' samt på 'veje, stier og fortove' blandt mænd i sammenligning med kvinder. Ældre oplever i højere grad gode muligheder for at være fysisk aktiv 'i natur og fjeld', 'på eller i vand' samt 'hjemme hos sig selv' i sammenligning med de yngre. I afsnit 4.6 findes undersøgelsens analyser af voksnes oplevede muligheder for at være fysisk aktiv i fritiden.

Barrierer for bevægelse

De største barrierer for bevægelse blandt voksne i Grønland er, 'at jeg prioriterer tid på arbejde eller med min familie', 'at vejret ofte gør det svært', og 'at jeg ofte er for udkørt eller træt'. Og det er især blandt voksne i hovedstaden Nuuk, at disse barrierer fylder mest. Voksne bosiddende i bosteder og mindre bosteder angiver generelt færre barrierer, og en større andel herfra (i forhold til hovedstaden og større bosteder) angiver, at de ikke er interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i fritiden.

Flere mænd end kvinder angiver følgende barrierer for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden: 'At det tager for lang tid', 'at jeg har et handicap eller en kronisk sygdom' samt 'at vejret ofte gør det svært'. Dertil viser analysen, at mænd i højere grad end kvinder angiver, 'at jeg ikke er interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i fritiden'. Omvendt viser analysen, at mænd i Grønland i mindre grad end kvinder oplever følgende barrierer for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden: 'At jeg er bekymret for at blive skadet', 'at jeg er bekymret for at passe ind', 'at jeg mangler faciliteter og egnede steder til at være fysisk aktiv', 'at jeg ikke kan praktisere de aktiviteter, jeg gerne vil, der hvor jeg bor' og 'at jeg ikke har kunne finde en aktivitet, som passer til mig'. En nærmere gennemgang af de oplevede barrierer for at være (mere) fysisk aktiv i fritiden ses i afsnit 4.7.

Betydningen af helbredsproblemer eller handicap for bevægelse

Blandt deltagerne i undersøgelsen angiver 62 pct., at de 'ikke har et længerevarende helbredsproblem eller handicap'. Samlet angiver 15 pct. af voksne i Grønland, at de har 'en kronisk sygdom', mens 11 pct. har 'et synshandicap' og 5 pct. har 'et hørehandicap'. 7 pct. har 'en fysisk funktionsnedsættelse', og 5 pct. har 'en psykisk lidelse/adfærdsforstyrrelse'. Undersøgelsen finder den største forskel mellem mænd og kvinder blandt dem, som har 'en kronisk sygdom', hvor 10 pct. af kvinderne angiver dette, mens 19 pct. af de voksne mænd angiver dette.

Undersøgelsen viser, at der er en lavere andel af borgere med et længerevarende helbreds-

problem eller handicap, som er 'bevægelsesaktiv', 'idræts- og motionsaktiv' samt 'aktiv i naturen' sammenlignet med personer uden et længerevarende helbredsproblem eller handicap. Konkret gælder det, at 6, 9 og 7 procentpoint færre voksne med et længerevarende helbredsproblem eller handicap er hhv. 'bevægelsesaktiv', 'idræts- og motionsaktiv' samt 'aktiv i naturen' sammenlignet med voksne uden et længerevarende helbredsproblem eller handicap. I afsnit 8 findes undersøgelsens analyser af de længerevarende helbredsproblemer og handicaps betydning for bevægelse. Dertil præsenteres også analyser af sammenhænge mellem bevægelse og fysiske samt mentale helbredstilstand hos voksne.