

Sundhedsstyrelsen

Befolkningens motivation og barrierer for fysisk aktivitet

Januar 2003
BILAGSRAPPORT



Sundhedsstyrelsen
Befolkningens motivation og
barrierer for fysisk aktivitet

Indhold

Side

Bilag 1: Analysens datakvalitet	1
Undersøgelsens målgruppe og metode.....	1
Dataindsamlingen	2
Deltagelse og frafaldsanalyse	2
Repræsentativitet	6
 Bilag 2: Metodebilag	 9
Frekvenstabeller.....	9
Krydstabeller	9
Gennemsnitsberegninger	10
 Bilag 3: Frekvensfordelinger for hele spørgeskemaet	 11

Bilag 1: Analysens datakvalitet

I dette bilag vil kvaliteten af de indsamlede data blive kontrolleret. En høj datakvalitet er en forudsætning for, at resultaterne fra analyserne kan bruges til at udtale sig om den danske befolkning som helhed.

Undersøgelsens målgruppe og metode

Undersøgelsens målgruppe er alle danskere, som er mellem 16 og 75 år (begge aldersgrupper inklusiv), svarende til i alt 3.961.956 danskere ifølge Danmarks Statistik, 2001.

Undersøgelsen er gennemført som telefoninterview ved hjælp af CATI-interview (Computer Assisted Telephone Interviewing). Der er blevet spurgt efter den person i husstanden, som fylder år næste gang og som er 16 år eller derover. Ingen andre i husstanden har som udgangspunkt deltaget i undersøgelsen. Hvis denne person ikke var hjemme, blev der *ikke* blot valgt en anden person i husstanden. Der blev derimod aftalt et tidspunkt, hvor personen kunne træffes.

Hver respondent eller husstand er som minimum kontaktet *fire gange* på forskellige dage og tidspunkter, inden vedkommende er »opgivet«. At hver enkelt husstand/respondent kontaktes op til fire gange, og at en respondent ikke blot er blevet valgt, fordi vedkommende er hjemme, har øget undersøgelsens eksterne validitet, idet det i højere grad er sikret, at respondenter, som ofte er hjemme, ikke overrepræsenteres i forhold til respondenter, som sjældent er hjemme.

Tilsvarende er der kun gennemført interview med den person i husstanden, som har fødselsdag næste gang. Hvis ikke det er lykkedes at få fat i denne person på fire opkald, er husstanden »opgivet«, selvom andre i husstanden har været villige til at deltage i undersøgelsen.

Ovenstående betyder, at hvis der én gang er forsøgt kontakt til en husstand og/eller den person i husstanden, som har fødselsdag næste gang, er denne husstand/respondent minimum blevet ringet op yderligere tre gange på forskellige tidspunkter, inden nummeret er »opgivet«.

Respondenter, som ikke ønskede at deltage i undersøgelsen, er blevet bedt om at angive køn og alder samt svare på et enkelt spørgsmål vedrørende deres helbred, med henblik på at vurdere frafaldet.

Dataindsamlingen

Dataindsamlingen er gennemført i perioden den 21. oktober til den 15. november 2002 i tidsrummet kl. 16.00 til 21.00 ugens fem hverdage og i tidsrummet kl. 10.00 til 18.00 i weekenderne. Telefoninterviewene er gennemført ved hjælp af CATI (Computer Assisted Telephone Interviewing), dvs. at hver interviewer sidder ved en PC og indtaster respondenternes svar direkte.

Spørgsmålene viser sig ét efter ét på skærmen, idet programmet sørger for, at den enkelte respondent ledes rigtigt gennem spørgeskemaet. Computeren administrerer således spring i spørgeskemaet, som er betinget af de svar, der bliver givet. Dvs. hvis en respondent fx har svaret 'nej' i spørgsmål 22, sørger programmet for, at intervieweren næste gang stiller spørgsmål 24 til den pågældende respondent, og således overspringer de spørgsmål, som ikke er relevante for netop denne respondent.

Computeren holder også styr på aftaler om genopkald, idet hvert telefonnummer er forsøgt kontaktet op til fire gange, inden vedkommende "opgives". Denne procedure sikrer, at hvis der én gang er forsøgt kontakt til en husstand og/eller den person i husstanden, som næste gang har fødselsdag, skal denne husstand/respondent minimum ringes op yderligere tre gange på forskellige dage og tidspunkter, inden nummeret "opgives".

Deltagelse og frafaldsanalyse

Tabel 1.1 viser den samlede deltagelse i undersøgelsen. Som det fremgår af tabellen, er der, alt i alt, gennemført interview med 2.000 respondenter, mens 761 respondenter, som havde mulighed for at deltage i undersøgelsen, ikke gjorde det af den ene eller anden grund. Den samlede svarprocent er således 72. Denne svarprocent må betragtes som meget tilfredsstillende og vidner om borgernes interesse for sundhedsområdet som helhed.

Det fremgår af tabel 1.1, at knap 91% af de 761 respondenter, som ikke deltog i undersøgelsen, men som havde mulighed for at deltage, ikke ønskede at deltage, 6% evnede ikke at deltage (primært syge og ældre), mens godt 3% var fremmedsprogede, hvorfor det ikke var praktisk muligt at gennemføre interviewet.

Tabel 1.1 Deltagelse og svarprocent i undersøgelsen

	Antal	Total	Procent
Bruttostikprøve		4.251	
Husstanden eksisterer ikke (virksomhed, telefax, udgået nummer etc.)	286		19,2
Bevidst udeladelse (kategorien er fyldt op)	1.204	1.490	80,8
Nettostikprøve		2.761	100,0
Ønsker ikke at deltage	689		90,5
Manglende evne (primært blandt ældre)	46		6,0
Fremmedsprogede	26	761	3,4
Gennemførte interview		2.000	100,0
Svarprocent			72,4

Anm. Svarprocenten er beregnet i forhold til nettostikprøven.

Med henblik på at vurdere frafaldet, er respondenternes køn og alder blevet registreret. Det fremgår af tabel 1.2, at frafaldet er fordelt på alle aldersgrupper og begge køn. Det skal dog samtidig bemærkes, at der er 42% af de frafaldne respondenter, som af den ene eller anden årsag ikke har oplyst deres alder. Dette betyder, at frafaldsanalysen skal tages med et vist forbehold, idet der kan være en sammenhæng mellem, hvor gamle respondenterne er, samt om de vil oplyse deres alder.

Tabel 1.2 Frafald opdelt på køn og alder

	Køn			Total
	Kvinde	Mand	Ikke oplyst	
16 - 19 år	3	2		5
	,8%	,6%		,7%
20 - 29 år	18	15		33
	4,5%	4,3%		4,3%
30 - 39 år	47	39		86
	11,8%	11,3%		11,3%
40 - 49 år	44	40		84
	11,0%	11,6%		11,0%
50 - 59 år	52	42		94
	13,0%	12,2%		12,4%
60 - 66 år	39	31		70
	9,8%	9,0%		9,2%
67 - 75 år	35	33		68
	8,8%	9,6%		8,9%
Ikke oplyst	161	143	17	321
	40,4%	41,4%	100,0%	42,2%
Total	399	345	17	761
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Betragtes frafaldet i forhold til hele populationen, fremgår det af tabel 1.3, at frafaldet følger populationen nogenlunde, dog er der en tendens til, at de ældre generelt er lettere at få kontakt med, og det er derfor primært de ældre, som er frafaldet. Hvorimod de yngre har været mere villige til at deltage i undersøgelsen, når der er opnået kontakt.

Tabel 1.3 Frafald opdelt på køn og alder

	Population		Frafald		Testresultat
	Antal	Procent	Antal	Procent	
Kvinder	16 - 19 år	109.881	2,8%	3	0,7%
	20 - 29 år	337.924	8,5%	18	4,1%
	30 - 39 år	400.862	10,1%	47	10,7%
	40 - 49 år	369.902	9,3%	44	10,0%
	50 - 59 år	375.943	9,5%	52	11,8%
	60 - 66 år	191.072	4,8%	39	8,9%
	67 - 75 år	191.977	4,8%	35	8,0%
Mænd	16 - 19 år	114.810	2,9%	2	0,5%
	20 - 29 år	343.197	8,7%	15	3,4%
	30 - 39 år	416.624	10,5%	39	8,9%
	40 - 49 år	380.037	9,6%	40	9,1%
	50 - 59 år	381.043	9,6%	42	9,5%
	60 - 66 år	184.567	4,7%	31	7,0%
	67 - 75 år	164.117	4,1%	33	7,5%
Total	3.961.956	100,0%	440	100,0%	

Forskell på populationsandelene og frafaldsandelene

Anm. Frafaldsanalysen er baseret på respondenter, som har oplyst både køn og alder. Det fremgår af tabel 1.2, at der alt i alt er 440 respondenter (238 kvinder og 202 mænd), hvor både køn og alder er oplyst.

Tilsvarende gør sig gældende, når man sammenligner fordelingen på geografi (kommunegrupper) i populationen og frafaldet. Fordelingen af respondenter på kommunegrupper fremgår af tabel 1.4. Som det ses af tabellen, er der tre grupper:

- *Hovedstadsregionen* omfatter København og Frederiksberg kommuner, samt København, Frederiksberg og Roskilde amter
- *Bykommuner* omfatter kommuner, hvis største by har mindst 10.000 indbyggere
- *Øvrige kommuner*.

Det ses af tabel 1.4, at frafaldet i overvejende grad er respondenter i de »øvrige kommuner«, hvorimod respondenter fra »hovedstadsregionen« og »bykommunerne« har været mere villige til at deltage. Der er dog tale om begrænsede forskelle (jf. tabel 1.4).

Tabel 1.4 Frafald opdelt på kommunegrupper

	Population		Frafald		Testresultat
	Antal	Procent	Antal	Stikprøve	
Hovedstadsregionen	1.356.493	34,2%	252	33,1%	} Forskel
Bykommuner	1.429.504	36,1%	252	33,1%	
Øvrige kommuner	1.175.959	29,7%	257	33,8%	
Total	3.961.956	100,0%	761	100,0%	

I relation til tabel 1.1 (side 3) skal det bemærkes, at der er en relativ stor gruppe af respondenter (1.490), som er blevet kontaktet, men bevidst udeladt fra undersøgelsen. Dette skyldes blandt andet, at der i undersøgelsen løbende er blevet testet for repræsentativitet. Repræsentativitetskravene vil senere blive diskuteret mere indgående, men pointen er, at de 2.000 interview inden undersøgelsens opstart er blevet opsplittet på geografi, køn og alder, så disse repræsentativt afspejler fordelingen i befolkningen. Fx skal der i stikprøven være omkring 66 kvinder i alderen 20-29 år fra en kommune i hovedstadsregionen. Når dette antal er nået, lukkes automatisk af for denne gruppe. Problemet ved denne fremgangsmåde er, at man ikke på forhånd har kendskab til respondentens køn og alder. Dette bliver først afklaret ved opkaldet.

I undersøgelsens afsluttende fase har dette betydet, at en lang række respondenter er blevet kontaktet forgæves, fordi vi allerede havde det nødvendige antal interview i deres gruppe. 81% af de 1.490 bevidst udeladte respondenter er således personer, som vi ikke har gennemført interview med, fordi vi allerede har haft et tilstrækkeligt antal i deres gruppe. Mens 19% af de 1.490 respondenter er udeladt, fordi telefonnummeret ikke eksisterer, er i uorden eller hører til en virksomhed.

Repræsentativitet

Repræsentativiteten skal være til stede, for at det er muligt at generalisere ud fra undersøgelsens resultater. For at sikre repræsentativitet på udvalgte baggrundsvariable, er der foretaget en løbende kontrol af repræsentativiteten med hensyn til køn, alder og geografi. Disse repræsentativitetstest er indarbejdet i indtastningsprogrammet, således at det for den enkelte interviewer har været muligt at se, hvornår bestemte grupper er »fyldt op«. Metoden bevirker, at der i løbet af interviewperioden bliver lukket af for flere og flere kombinationer af køn, alder og geografi, og de sidste interview har derfor været målrettet mod specifikke grupper af respondenter.

Tabel 1.6 viser fordelingen på geografi, køn og alder i henholdsvis hele populationen og stikprøven på de 2.000 interview.

Som det fremgår af tabel 1.6 følger stikprøven stort set populationen, og der er generelt kun tale om meget beskedne afvigelser mellem populationen og stikprøven. Der er ingen statistisk påviselige forskelle mellem populationen og den faktiske stikprøve for fordelingen af respondenter på geografi, køn og alder.

Samlet set må det således konkluderes, at stikprøven er repræsentativ på køn, alder og geografi. Tilsvarende er frafaldet ikke skæv i en udstrækning, der giver anledning til at stille spørgsmålstegn ved resultaternes troværdighed. Alt i alt må det således konkluderes, at datamaterialet giver et godt grundlag for at afdække befolkningens motivation og barrierer for fysisk aktivitet.

Tabel 1.6 Repræsentativitet på Geografi, køn og alder

	Population		Stikprøve		Testresultat
	Antal	Procent	Antal	Procent	
Hovedstadsregionen	Kvinder, 16 - 19 år	32.289	0,8%	14	0,7%
	Kvinder, 20 - 29 år	131.334	3,3%	66	3,3%
	Kvinder, 30 - 39 år	148.886	3,8%	75	3,8%
	Kvinder, 40 - 49 år	120.869	3,1%	62	3,1%
	Kvinder, 50 - 59 år	127.279	3,2%	64	3,2%
	Kvinder, 60 - 66 år	62.948	1,6%	32	1,6%
	Kvinder, 67 - 75 år	62.058	1,6%	31	1,6%
	Mænd, 16-19 år	33.167	0,8%	15	0,8%
	Mænd, 20 - 29 år	126.545	3,2%	66	3,3%
	Mænd, 30 - 39 år	153.996	3,9%	78	3,9%
	Mænd, 40 - 49 år	124.073	3,1%	63	3,2%
	Mænd, 50 - 59 år	123.920	3,1%	63	3,2%
	Mænd, 60 - 66 år	59.415	1,5%	30	1,5%
	Mænd, 67 - 75 år	49.714	1,3%	25	1,3%
Bykommuner	Kvinder, 16 - 19 år	41.179	1,0%	13	0,7%
	Kvinder, 20 - 29 år	137.273	3,5%	69	3,5%
	Kvinder, 30 - 39 år	138.990	3,5%	72	3,6%
	Kvinder, 40 - 49 år	131.198	3,3%	66	3,3%
	Kvinder, 50 - 59 år	132.428	3,3%	67	3,4%
	Kvinder, 60 - 66 år	67.105	1,7%	35	1,8%
	Kvinder, 67 - 75 år	68.899	1,7%	37	1,9%
	Mænd, 16 - 19 år	41.695	1,1%	21	1,1%
	Mænd, 20 - 29 år	139.321	3,5%	70	3,5%
	Mænd, 30 - 39 år	145.978	3,7%	75	3,8%
	Mænd, 40 - 49 år	133.034	3,4%	73	3,7%
	Mænd, 50 - 59 år	132.031	3,3%	67	3,4%
	Mænd, 60 - 66 år	63.378	1,6%	26	1,3%
	Mænd, 67 - 75 år	56.995	1,4%	31	1,6%
Øvrige kommuner	Kvinder, 16 - 19 år	36.413	0,9%	21	1,1%
	Kvinder, 20 - 29 år	69.317	1,7%	35	1,8%
	Kvinder, 30 - 39 år	112.986	2,9%	59	3,0%
	Kvinder, 40 - 49 år	117.835	3,0%	62	3,1%
	Kvinder, 50 - 59 år	116.236	2,9%	58	2,9%
	Kvinder, 60 - 66 år	61.019	1,5%	27	1,4%
	Kvinder, 67 - 75 år	61.020	1,5%	33	1,7%
	Mænd, 16 - 19 år	39.948	1,0%	20	1,0%
	Mænd, 20 - 29 år	77.331	2,0%	36	1,8%
	Mænd, 30 - 39 år	116.650	2,9%	59	3,0%
	Mænd, 40 - 49 år	122.930	3,1%	62	3,1%
	Mænd, 50 - 59 år	125.092	3,2%	63	3,2%
	Mænd, 60 - 66 år	61.774	1,6%	30	1,5%
	Mænd, 67 - 75 år	57.408	1,4%	29	1,5%
Total	3.961.956	100,0%	2.000	100,0%	

Ingen forskel på populationsandele og stikprøveandele

Bilag 2: Metodebilag

Frekvenstabeller

For alle spørgsmål beregnes frekvenstabeller for at få et overblik over, hvordan data-materialet fordeler sig. Disse frekvenser findes i bilag 3.

Krydstabeller

Krydstabeller anvendes som metode til afdækning af parvise sammenhænge mellem centrale baggrundsvariable og udvalgte analysevariable.

I forbindelse med krydstabeller foretages et *Chi-square test* for vurdering af sammenhænge.

Denne test benytter summen af de relative kvadrerede forskelle mellem observerede (O) og forventede (E) celleantal til at afgøre, hvor sandsynligt det er, at de to variable er uafhængige. Med forventede celleantal menes i denne sammenhæng det antal, man skulle have forventet i den enkelte celle, hvis de to variable var uafhængige.

$$\sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^c \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}} \sim \chi^2((r-1)(c-1))$$

En forudsætning for denne test er, at alle forventede værdier er større end 3. For at kunne benytte testen vil det derfor i flere tilfælde være nødvendigt at nedbringe antallet af celler ved at slå svarkategorier sammen.

Bemærk at testen er en samlet test for afhængighed mellem to variable og således ikke direkte kan anvendes til at pege på hvilke kombinationer af de to variable (celler), der er "bærende" for en eventuel konklusion om afhængighed. Dette vil dog som regel kunne afgøres ved en visuel inspektion af datamaterialet.

Gennemsnitsberegninger

Spørgeskemaet indeholder en lang række tilfredshedsspørgsmål, hvor respondenterne på en skala fra (1) 'slet ikke' til (5) 'i meget høj grad' bliver bedt om at vurdere en række områder. Der er tale om en ordinal skala med svarmuligheder 1, 2, 3, 4 og 5 (når der ses bort fra svarmuligheden 'ved ikke').

Rent teoretisk vil det mest korrekte naturligvis være at afrapportere sådanne spørgsmål i frekvens- og krydstabeller, hvor der angives hvor stor en andel af respondenterne i en given gruppe, der har svaret henholdsvis 1, 2, 3, 4 og 5.

Problemet ved dette er, at man meget let mister overblikket over datamaterialet. På den baggrund er sammenligninger gennem hele rapporten i stedet baseret på gennemsnitlige tilfredsheder (beregnet som simple gennemsnit af fempunktskalaen – med 'ved ikke' udeladt af beregningerne).

Med henblik på at afgøre om forskelle mellem grupper i den gennemsnitlige tilfredshed er signifikant, er der ved alle gennemsnit i tabellerne angivet en +/- usikkerhed. Denne usikkerhed er beregnet som udsvinget i et 95% konfidensinterval for gennemsnittet.

Dette udsving beregnes som: $\pm Z_{0,975}(s/n^{1/2})$, hvor

- $Z_{0,975}$ er 97,5% fraktilen i en standardnormalfordeling svarende til 1,96
- s er standardafvigelsen på variabelen (altså et udtryk for variationen)
- $n^{1/2}$ er kvadratroden af antallet af besvarelser på variabelen.

Generelt vil man kunne konkludere, at X_1 og X_2 har signifikant forskellige gennemsnit, hvis følgende intervaller ikke er overlappende:

[Gennemsnit(X_1) – usikkerhed, Gennemsnit(X_1) + usikkerhed] og

[Gennemsnit(X_2) – usikkerhed, Gennemsnit(X_2) + usikkerhed]

Dog skal man være opmærksom på, at ovenstående formel kun er gyldig, når antallet af besvarelser er mindst 30, samt at den strengt taget kun gælder for kontinuerte variable. Anvendt – som i denne rapport – på ordinalt skalerede variable kan usikkerhedsbetragtninger således udelukkende anvendes som retningsgivende og bør ikke anvendes til at drage håndfaste statistiske konklusioner.

Bilag 3: Frekvensfordelinger for hele spørgeskemaet

A. Køn?

	Antal	Procent
Kvinde	998	49,9
Mand	1002	50,1
Total	2000	100,0

B. Hvad er din alder?

	Antal	Procent
16 - 19 år	104	5,2
20 - 29 år	342	17,1
30 - 39 år	418	20,9
40 - 49 år	388	19,4
50 - 59 år	382	19,1
60 - 66 år	180	9,0
67 - 75 år	186	9,3
Total	2000	100,0

1. Hvad er din beskæftigelse?

	Antal	Procent
Ufaglært arbejder	199	10,0
Faglært arbejder	305	15,3
Lavere funktionær	471	23,6
Højere funktionær	271	13,6
Selvstændig/medhjælpende ægtefælle	47	2,4
Under uddannelse	236	11,8
Hjemmegående	29	1,5
Arbejdsløs	61	3,1
Pensionist, efterlønsmodtager, førtidspensionist etc.	372	18,6
Ønsker ikke at oplyse	4	,2
Andet	5	,3
Total	2000	100,0

2. Hvor mange timers erhvervsarbejde har du normalt om ugen?

	Antal	Procent
Mindre end 37 timer	265	20,4
37 timer	508	39,0
Mellem 37 og 50 timer	392	30,1
50 timer eller derover	137	10,5
Total	1302	100,0
Ubesvaret	698	34,90

3. Hvilken arbejdstid har du normalt?

	Antal	Procent
Almindeligt dagarbejde	1021	78,4
Fast aftenarbejde	12	,9
Fast natarbejde	24	1,8
Vekslede arbejdstider (inklusive natarbejde)	103	7,9
Vekslede arbejdstider (kun dag og aften)	141	10,8
Anden arbejdstidsordning	1	,1
Total	1302	100,0
Ubesvaret	698	34,90

4. Hvordan kommer du normalt til og fra arbejde / skole?

	Antal	Procent
Bil	805	52,3
Offentlig transportmiddel	238	15,5
Knallert, scooter, motorcykel eller lignende	23	1,5
Cykel	509	33,1
Gående	80	5,2
Fly	3	,2
Arbejder hjemme	39	2,5
Total	1538	100,0

5. Hvor lang tid bruger du normalt på transport hver vej?

	Antal	Procent
15 minutter eller derunder	683	44,4
16 - 30 minutter	494	32,1
31 - 60 minutter	266	17,3
Mere end 1 time	44	2,9
Ved ikke	51	3,3
Total	1538	100,0
Ubesvaret	462	23,10

6. Hvad forstår du ved fysisk aktivitet?

	Antal	Procent
Bevidst regelmæssig træning	569	28,5
Ustruktureret aktivitet	442	22,1
Både bevidst regelmæssig træning og ustruktureret aktivitet	929	46,5
Ved ikke	60	3,0
Total	2000	100,0

7. I hvor høj grad mener du, at...

	Slet ikke	I ringe grad	I nogen grad	I høj grad	I meget høj grad	Ved ikke	Total
7.a. ...fysisk aktivitet har stor betydning for din sundhed og trivsel?	6	29	173	674	1090	28	2000
	,3%	1,5%	8,7%	33,7%	54,5%	1,4%	100,0%
7.b. ...fysisk aktivitet kan forebygge sygdom?	17	34	295	761	810	83	2000
	,9%	1,7%	14,8%	38,1%	40,5%	4,2%	100,0%
7.c. ...manglende fysisk aktivitet er en risikofaktor på linie med rygning?	78	164	447	619	547	145	2000
	3,9%	8,2%	22,4%	31,0%	27,4%	7,3%	100,0%

8. Kender du Sundhedsstyrelsens anbefalinger for fysisk aktivitet?

	Antal	Procent
Ja	247	12,4
Nej	1753	87,7
Total	2000	100,0

9. Hvad siger anbefalingerne?

	Antal	Procent
Kender anbefalingerne	69	27,9
Ved at man skal være fysisk aktiv helst hver dag	52	21,1
Tror, at man skal være fysisk aktiv mindst 4 timer om ugen	34	13,8
Kender ikke anbefalingerne	92	37,2
Total	247	100,0
Ubesvaret	1753	87,65

10. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit pr. uge på fysisk aktivitet?

	Antal	Procent
Mindre end 5 timer	513	25,7
5 - 9,9 timer	560	28,0
10 - 19,9 timer	484	24,2
20 timer eller derover	443	22,2
Total	2000	100,0

11. Hvis vi betragter en normal uge, hvor mange dage vil du da vurdere, at du lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om 30 minutters fysisk aktivitet dagligt?

	Antal	Procent
Hver dag	1155	57,8
5-6 dage om ugen	315	15,8
3-4 dage om ugen	278	13,9
1-2 dage om ugen	179	9,0
Aldrig	66	3,3
Ved ikke	7	,4
Total	2000	100,0

12.1 Hvis vi ser på det sidste halve år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af dine fysiske aktiviteter i fritiden?

	Antal	Procent
Træner hårdt og dyrker konkurrenceidræt regelmæssigt...	102	5,1
Dyrker motionsidræt eller har tungt havearbejde...	596	29,8
Spadserer, cykler eller har anden lettere motion...	748	37,4
Har lettere motion, cykler eller spadserer...	452	22,6
Læser, ser TV eller har anden stillesiddende beskæftigelse	102	5,1
Total	2000	100,0

12.2 Hvis du tænker tilbage på din barndom, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af dine fysiske aktiviteter i fritiden?

	Antal	Procent
Træner hårdt og dyrker konkurrenceidræt regelmæssigt...	526	26,3
Dyrker motionsidræt eller har tungt havearbejde...	961	48,1
Spadserer, cykler eller har anden lettere motion...	389	19,5
Har lettere motion, cykler eller spadserer...	98	4,9
Læser, ser TV eller har anden stillesiddende beskæftigelse	26	1,3
Total	2000	100,0

13. Hvordan vil du beskrive den fysiske belastning i dit job?

	Antal	Procent
Hovedsageligt stillesiddende arbejde...	640	41,6
Arbejde, som i stor udstrækning udføres stående eller gående	402	26,1
Stående eller gående arbejde...	368	23,9
Tungt eller hurtigt arbejde, som er anstrengende	117	7,6
Ved ikke	11	,7
Total	1538	100,0
Ubesvaret	462	23,10

14. Er du, alt i alt, mere eller mindre fysisk aktiv i dag, end du var for 5 år siden?

	Antal	Procent
Mindre aktiv	682	34,1
Uændret	865	43,3
Mere aktiv	450	22,5
Ved ikke	3	,2
Total	2000	100,0

15. Vil du gerne være mere fysisk aktiv, end du er i dag?

	Antal	Procent
Ja	1122	56,1
Nej	854	42,7
Ved ikke	24	1,2
Total	2000	100,0

16. Har du konkrete planer om at blive mere fysisk aktiv?

	Antal	Procent
Ja, inden for den kommende måned	162	8,1
Ja, om 1-6 måneder	222	11,1
Ja, længere ude i fremtiden	187	9,4
Nej, har ikke planer om at blive mere fysisk aktiv	1405	70,3
Ved ikke	24	1,2
Total	2000	100,0

17. Hvilke konkrete planer har du for at blive mere aktiv, end du er i dag?

	Antal	Procent
Ikke noget specielt	21	3,7
Bruge min cykel mere til transport	72	12,6
Gå, løb, svømning eller lignende	235	41,2
Tage trappen noget mere	6	1,1
Benytte enhver mulighed for at bevæge mig i dagligdagen	13	2,3
Melde mig ind i en idrætsforening, sportsklub, fitnesscenter	254	44,5
Bruge de faciliteter, der er på mit arbejde eller skole	11	1,9
Lave en motionsaftale med en ven, kollega eller et familiemedlem	13	2,3
Købe nyt motionsudstyr	13	2,3
Andet	24	4,2
Ved ikke	13	2,3
Total	571	100,0

18. Der kan være mange grunde til at være fysisk aktiv. I det følgende vil jeg bede dig om at angive, i hvor høj grad følgende forhold har betydning for din aktivitet:

	I meget høj grad						Total
	Slet ikke	I ringe grad	I nogen grad	I høj grad	I meget høj grad	Ved ikke	
18.a. At koble af (fx med en løbetur eller gåtur)	303	212	503	603	338	41	2000
	15,2%	10,6%	25,2%	30,2%	16,9%	2,1%	100,0%
18.b. At komme hjemmefra	673	400	411	331	152	33	2000
	33,7%	20,0%	20,6%	16,6%	7,6%	1,7%	100,0%
18.c. At bevare eller forbedre mit helbred	122	94	321	797	642	24	2000
	6,1%	4,7%	16,1%	39,9%	32,1%	1,2%	100,0%
18.d. At bevare eller reducere min vægt	463	221	377	523	389	27	2000
	23,2%	11,1%	18,9%	26,2%	19,5%	1,4%	100,0%
18.e. At være i form	146	93	348	810	573	30	2000
	7,3%	4,7%	17,4%	40,5%	28,7%	1,5%	100,0%
18.f. Det sociale samvær	415	262	366	521	400	36	2000
	20,8%	13,1%	18,3%	26,1%	20,0%	1,8%	100,0%
18.g. At få en oplevelse af at gennemføre noget	386	273	455	551	298	37	2000
	19,3%	13,7%	22,8%	27,6%	14,9%	1,9%	100,0%
18.h. At nyde konkurrence-momentet	960	347	262	239	149	43	2000
	48,0%	17,4%	13,1%	12,0%	7,5%	2,2%	100,0%
18.i. Give overskud til resten af hverdagen	180	114	407	818	441	40	2000
	9,0%	5,7%	20,4%	40,9%	22,1%	2,0%	100,0%

19. Mange forhold kan afholde folk fra at være fysisk aktive eller blive mere aktive. Jeg vil bede dig om at angive, hvor enig du er i følgende:

	Helt enig	Enig	Hverken eller	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
19.a. Jeg er ikke den sporty type	229	350	284	413	678	46	2000
	11,5%	17,5%	14,2%	20,7%	33,9%	2,3%	100,0%
19.b. Jeg skal se efter børn/ældre familiemedlemmer	163	354	154	292	987	50	2000
	8,2%	17,7%	7,7%	14,6%	49,4%	2,5%	100,0%
19.c. Jeg er for blufærdig til at deltage	19	94	91	404	1346	46	2000
	1,0%	4,7%	4,6%	20,2%	67,3%	2,3%	100,0%
19.d. Jeg mangler nogen at følges med	65	231	162	412	1091	39	2000
	3,3%	11,6%	8,1%	20,6%	54,6%	2,0%	100,0%
19.e. Jeg synes, det er for dyrt	80	258	210	430	962	60	2000
	4,0%	12,9%	10,5%	21,5%	48,1%	3,0%	100,0%
19.f. Jeg prioriterer arbejde eller studie højere	154	408	299	323	674	142	2000
	7,7%	20,4%	15,0%	16,2%	33,7%	7,1%	100,0%
19.g. Jeg har ikke overskuddet	122	436	321	408	672	41	2000
	6,1%	21,8%	16,1%	20,4%	33,6%	2,1%	100,0%
19.h. Jeg mangler faciliteter	16	119	141	521	1157	46	2000
	,8%	6,0%	7,1%	26,1%	57,9%	2,3%	100,0%
19.i. Jeg er bange for at blive skadet	28	124	132	447	1232	37	2000
	1,4%	6,2%	6,6%	22,4%	61,6%	1,9%	100,0%
19.j. Jeg er for gammel	28	79	87	380	1390	36	2000
	1,4%	4,0%	4,4%	19,0%	69,5%	1,8%	100,0%
19.k. Mit helbred er for dårligt	75	138	112	402	1245	28	2000
	3,8%	6,9%	5,6%	20,1%	62,3%	1,4%	100,0%
19.l. Jeg foretrækker andre ting (fx se TV eller læse en bog)	105	365	362	432	694	42	2000
	5,3%	18,3%	18,1%	21,6%	34,7%	2,1%	100,0%

20.1 Hvor ofte ser du dine forældre?

	Antal	Procent
Dagligt eller næsten dagligt	220	11,0
1 eller 2 gange om ugen	500	25,0
1 eller 2 gange om måneden	435	21,8
Sjældnere	234	11,7
Aldrig	182	9,1
Ved ikke / ikke relevant	429	21,5
Total	2000	100,0

20.2 Hvor ofte ser du din nærmeste øvrige familie?

	Antal	Procent
Dagligt eller næsten dagligt	180	9,0
1 eller 2 gange om ugen	594	29,7
1 eller 2 gange om måneden	723	36,2
Sjældnere	439	22,0
Aldrig	29	1,5
Ved ikke / ikke relevant	35	1,8
Total	2000	100,0

20.3 Hvor ofte ser du dine venner og bekendte?

	Antal	Procent
Dagligt eller næsten dagligt	399	20,0
1 eller 2 gange om ugen	933	46,7
1 eller 2 gange om måneden	541	27,1
Sjældnere	100	5,0
Aldrig	5	,3
Ved ikke / ikke relevant	22	1,1
Total	2000	100,0

21.1 Hvis vi ser på det sidste halve år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af dine forældres aktivitet i fritiden?

	Antal	Procent
De træner generelt hårdt og dyrker konkurrenceidræt...	17	,9
De dyrker generelt motion/idræt	215	10,8
De er generelt aktive ved at spadserer, cykle etc...	668	33,4
De har generelt stillesiddende beskæftigelse	471	23,6
Ved ikke / ikke relevant	629	31,5
Total	2000	100,0

21.2 Hvis vi ser på det sidste halve år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af din nærmeste øvrige families aktivitet i fritiden?

	Antal	Procent
De træner generelt hårdt og dyrker konkurrenceidræt...	84	4,2
De dyrker generelt motion/idræt	592	29,6
De er generelt aktive ved at spadserer, cykle etc...	801	40,1
De har generelt stillesiddende beskæftigelse	324	16,2
Ved ikke / ikke relevant	199	10,0
Total	2000	100,0

21.3 Hvis vi ser på det sidste halve år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af dine nærmeste venner/bekendtes aktivitet i fritiden?

	Antal	Procent
De træner generelt hårdt og dyrker konkurrenceidræt...	64	3,2
De dyrker generelt motion/idræt	566	28,3
De er generelt aktive ved at spadserer, cykle etc...	895	44,8
De har generelt stillesiddende beskæftigelse	297	14,9
Ved ikke / ikke relevant	178	8,9
Total	2000	100,0

22. Har du nogen langvarig sygdom, langvarig eftervirkning af skade, handicap eller anden langvarig lidelse?

	Antal	Procent
Ja	559	28,0
Nej	1441	72,1
Total	2000	100,0

23. I hvor høj grad er du begrænset heraf i dit arbejde eller daglige gøremål?

	Antal	Procent
I meget høj grad	72	12,9
I høj grad	88	15,7
I nogen grad	125	22,4
I ringe grad	128	22,9
Slet ikke	146	26,1
Total	559	100,0
Ubesvaret	1441	72,05

24. Hvordan synes du, at dit helbred er, alt i alt?

	Antal	Procent
Dårligt	30	1,5
Mindre godt	101	5,1
Godt	797	39,9
Vældigt godt	705	35,3
Fremragende	364	18,2
Ved ikke	3	,2
Total	2000	100,0

25. Hvordan opfatter du din fysiske form?

	Antal	Procent
Meget dårlig	27	1,4
Dårlig	217	10,9
Nogenlunde	775	38,8
God	818	40,9
Virkelig god	163	8,2
Total	2000	100,0

26. Hvor mange personer på 16 år eller derover bor i din husstand?

	Antal	Procent
1 person	508	25,4
2 personer	1201	60,1
3 personer	226	11,3
4 personer	51	2,6
5 personer	12	,6
6 personer eller derover	2	,1
Total	2000	100,0

27. Hvad er din civilstatus?

	Antal	Procent
Jeg bor alene	537	26,9
Jeg bor sammen med samlever/ægtefælle	1318	65,9
Jeg bor i anden form for bofællesskab	28	1,4
Jeg bor hos mine forældre	117	5,9
Total	2000	100,0

28. I hvilke aldersgrupper er der hjemmeboende børn i husstanden?

	Antal	Procent
Ingen børn	1343	67,2
Børn, 0-1 år	119	6,0
Børn, 2-5 år	265	13,3
Børn, 6-15 år	454	22,7
Total	2000	100,0

29. Hvilken form for bolig bor du i?

	Antal	Procent
Værelse / kollegium	10	,5
Andelslejlighed	120	6,0
Ejerlejlighed	112	5,6
Lejlejlighed	394	19,7
Eget parcelhus, villa, rækkehus eller lignende	1164	58,2
Lejet parcelhus, villa, rækkehus eller lignende	111	5,6
Landejendom (eget)	79	4,0
Landejendom (lejet eller forpagtet)	10	,5
Total	2000	100,0

30. Hvilken type kvarter eller boligområde bor du i?

	Antal	Procent
Centrum i en større by	203	10,2
Boligkvarter i større by med gader og (bag)gårde	200	10,0
(Forstads)boligkvarter med veje og grønne arealer	663	33,2
Mindre eller mellemstor by	553	27,7
Landsby	233	11,7
På landet	148	7,4
Total	2000	100,0

31. Er du flygtning eller indvandrer - eller tilhører du en etnisk minoritet?

	Antal	Procent
Ja	46	2,3
Nej	1954	97,7
Total	2000	100,0

32. Hvilket land er du flygtet eller indvandret fra?

	Antal	Procent
Ex Jugoslavien	2	4,3
Irak	1	2,2
Iran	2	4,3
Libanon	2	4,3
Pakistan	1	2,2
Somalia	1	2,2
Tyrkiet	2	4,3
USA	3	6,5
Østeuropa	3	6,5
Øvrige Europa	26	56,5
Andet	3	6,5
Total	46	100,0
Ubesvaret	1954	97,70

33. Hvad er din sidst afsluttede uddannelse?

	Antal	Procent
Ingen	13	,7
Folkeskole, 7 - 9 år eller derunder	199	10,0
Folkeskole, 10 år	133	6,7
Realeksamen	19	1,0
Studentereksamen, HF	131	6,6
Anden gymnasial uddannelse	59	3,0
Grundlæggende (EFG eller lignende)	99	5,0
Afsluttende (lærlinge, assistent eller lignende)	533	26,7
Kort videregående uddannelse (under 3 år)	213	10,7
Mellemlang videregående uddannelse (3-4 år)	358	17,9
Lang videregående uddannelse (over 4 år)	233	11,7
Ønsker ikke at oplyse	10	,5
Total	2000	100,0

34. Hvad er husstandens samlede årlige indkomst, brutto?

	Antal	Procent
Under 200.000 kr.	272	13,6
200.000 - 399.999 kr.	508	25,4
400.000 - 599.999 kr.	559	28,0
600.000 - 799.999 kr.	247	12,4
800.000 kr. eller derover	92	4,6
Ved ikke	235	11,8
Ønsker ikke at oplyse	87	4,4
Total	2000	100,0

35. Ryger du?

	Antal	Procent
Ja, hver dag	611	30,6
Ja, mindst en gang om ugen	44	2,2
Ja, men sjældnere end hver uge	50	2,5
Nej, jeg ryger ikke	1295	64,8
Total	2000	100,0

36. Hvor høj er du?

	Antal	Procent
Højde i cm	1983	99,2
Ved ikke	13	,7
Ønsker ikke at oplyse	4	,2
Total	2000	100,0

37. Hvor meget vejer du?

	Antal	Procent
Vægt i kg	1919	96,0
Ved ikke	50	2,5
Ønsker ikke at oplyse	31	1,6
Total	2000	100,0

Højde, vægt og Body Mass Index

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Højde i cm (Angives som helt tal i centimeter)	1983	130,00	203,00	173,6064	9,39411
Vægt i kg (Angives som helt tal i kilo)	1919	40,00	172,00	73,8703	14,40198
Body Mass Index (BMI)	1916	15,63	63,69	24,3810	4,03496
Valid N (listwise)	1916				

Body Mass Index (BMI)

	Antal	Procent
Undervægtig (BMI < 20)	180	9,4
Normal vægt (20 <= BMI < 25)	1031	53,8
Overvægtig (25 <= BMI < 30)	570	29,7
Svær overvægtig (30 <= BMI)	135	7,0
Total	1916	100,0
Ubesvaret	84	4,20

38. Må vi kontakte dig igen, hvis vi skulle få brug for det?

	Antal	Procent
Ja	1364	68,2
Nej	636	31,8
Total	2000	100,0

