

Към равнопоставеност на половете в градските открити спортни пространства

Изследователско проучване относно жените и спорта в пет европейски града

Vicky Dellas

Agnes Elling

Съфинансирано по програмата на Европейския Съюз - Еразмус+

"Подкрепата на Европейската комисия за изготвянето на тази публикация не представлява одобрение на съдържанието ѝ, което отразява само възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за каквото и да е използване на съдържащата се в нея информация".

© Mulier Институт

Утрехт, август 2018

Съдържание

Резюме	3
1. Въведение	8
2. Методика	10
2.1 Събиране на данни	10
2.2 Профил на отговорите	11
2.3 Анализи	12
3. Резултати	13
3.1 Да бъдеш активен физически и да спортуваш в свободното време	13
3.2 Да бъдеш активен на открито	14
3.3 Причини за липса на активно участие в SRPA	15
3.4 Мотивация за активност/или да станеш активен	16
3.5 Срещнати препятствия по отношение на открито в SRPA	17
3.6. Необходими условия за оставане или започване на активност в SRPA	20
3.7 Подобряване на равнопоставеността между половете в SRPA на открито: предложения и добри примери	22
4. Заключение и препоръки	26
Литература	
Приложение	

Резюме

Спортните и обществените пространства традиционно са обществени зони, изградени и доминирани от мъже. Въпреки големите промени, при които жените участват много по-активно както в публичните пространства, така и в модерните спортни занимания в повечето западни общества, включително и в европейските страни, равенство между половете все още не е постигнато. В почти всички държави - членки на Европейския съюз - мъжете все още и с по-голяма вероятност участват в спортни и развлекателни (рекреационни) физически дейности (SRPA), включително и в спортове на открито.

Въпреки че съществуват многобройни инициативи за застъпничество и информация за засилване на участието на жените в спорта в европейските страни, по-малко внимание се обръща на по-доброто улесняване на SRPA на открито за жени в градска среда. Проектът "Спорт за жени в градските места" (SW-UP) има за цел да събере доказателства за това защо и как да се създават и насочват по-благоприятни за жените външни SRPA пространства в градската среда. Проектът е в сътрудничество между няколко европейски партньори¹, координиран от ALDA - Европейската асоциация за местна демокрация. Извършването на проучване сред възрастното население в участващите градове е една от дейностите в проекта; тази дейност беше координирана от Института Mulier.

Методология: онлайн проучване

Целта на изследването беше да се хвърли повече светлина върху участието (на открито) на жените и техните мотиви, срещнати затруднения и необходими условия за започване/продължаване на участието им на открито в SRPA. Събирането на данни се осъществи чрез разпространението на онлайн въпросник в съответните държави и езици сред пълнолетни жители на пет града от Южна и Източна Европа². Партньорите от всеки град са отговорни за набирането на анкетираните, което се осъществява чрез социални медии, чрез електронна поща (например вътрешната поща на организацията партньор), клубни контакти, енорийски съвети, училища и лични контакти.

Въпросникът съдържаше главно затворени въпроси за социално-демографско положение (например: пол, възраст, образование), спортно участие (на открито), мотивация за участие в спортове (на открито) и причини за неучастие, срещнати препятствия и необходими условия за участие в SRPA на открито. Повечето въпроси съдържаха списък с елементи с няколко опции за отговор (да/не или 5-точкова скала на Likert). Освен това въпросникът съдържа два отворени въпроса, в които се изискват предложения как да се подобри участието на жените в SRPA на открито.

Общият брой на валидните отговори е 1,035 като мнозинството от анкетираните жени (84%) са относително добре разпределени между участващите градове, с изключение на София, в която има по-малко от 100 анкетиранни. Като цяло повечето анкетиранни жени са били на средна възраст (53%), докато по-възрастните жени са били недостатъчно представени; в Ръмнику Сърат (Рум) мнозинството бяха млади жени (65%).

¹ Институт за социални изследвания, Милано Италия. Кметство на Гимараеш, Португалия. Свободно време, Гимараеш, Португалия. Община Корбета, Италия. Асоциация La Margherita Blu, Корбета, Италия. Град Гранолер, Испания. Институт "Mulier", Утрехт, Холандия. Ръмнику Сърат, Румъния. София - Европейска столица на спорта, София, България.

² Корбета (Ит), Гранолер (Исп), Гимараеш (Пор), Ръмнику Сърат (Рум) и София (Бъл). Въпросникът за Гранолер е преведен на испански и каталунски език.

Освен това почти всички анкетирани – и мъже и жени - не са имигранти, а мнозинството от тях са с висше образование (колеж/университет) и следователно не са представителни за (женското) население в съответните градове.

Извършените анализи са предимно бивариативни и разликите, свързани с град или възраст, са контролирани за възможни взаимодействиящи ефекти. При избора на необходимите условия по приоритет бяха проведени линейни регресионни анализи. Текстовите данни на отворените въпроси бяха анализирани чрез провеждане на тематичен анализ на съдържанието.

Резултати

Мъжете са по-склонни от жените да се занимават активно в SRPA поне веднъж седмично (69% срещу 57%), а при дейности на открито в SRPA (78% срещу 66%). Анкетираните жени от Гранолер най-често са практикували спортове седмично (72%) и са били най-често активни в дейности на открито (79%). Жените от Корбета (49%) са най-малко активни в спорта седмично, а жените от Гимараеш (58%) са най-малко активни в дейности на открито. По-възрастните жени са били по-малко активни в SRPA като цяло в сравнение с по-младите жени, но младите жени са били в най-малка степен активни на открито.

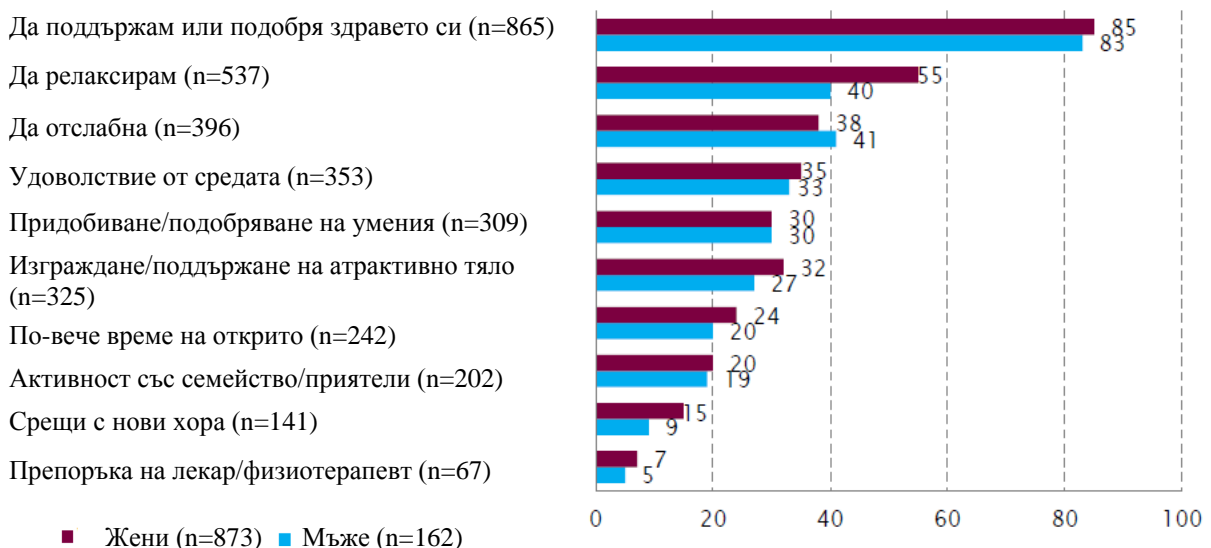
Мотивация за участие в спорта и причини, поради за липса на активност

Основните причини, които жените посочват, за липса на ежемесечна активност, са липсата на време поради работа/учене (47%) и семейни задължения (42%), последвани от това, че липсват съучастници в активността (23%). Никоя от жените не се възприема като твърде възрастна, за да участва в SRPA.

Най-важната мотивация за това да бъдат или да станат по-активни бе подобряване на здравето както за мъжете (83%), така и за жените (85%), следвани от "релаксиране" (жени 55%, мъже 40%) и отслабване жени (38%, мъже 41%) (виж фигура I).

"Удоволствие от околната среда" е четвъртият най-споменаван мотив при една от всеки три анкетиранни жени, а една на всеки четири жени (също) посочва "да бъде (повече) навън" като мотив за активност в SRPA.

Фигура I Мотивация на мъжете и жените за активност или желание да станат по-активни (на открито) (в проценти, n = 1,035, възможни са повече отговори)



В Гранолер и София най-често се споменават удоволствие то околната среда (съответно 44% и 47%) и пребиваването на открито (респ. 38% и 43%) като и двете се нареждат в първите пет мотивации. Единствено в Ръмнику Сърат, където да бъде (повече) навън (27% пето място), се класира по-високо, отколкото да се наслаждава на околната среда. Мотивациите, свързани с това, че са навън и се радват на околната среда, се споменават по-често от по-възрастните жени; по-младите жени по-често потвърждават мотивите, свързани с външния вид, като например загуба на тегло и изграждане на привлекателно тяло като (допълнителни) мотиви за участие в (на открито) SRPA.

Забелязани/срещнати ограничения за активност на открито и необходими условия

Въпреки че една на три жени не са активни на открито, повечето от тях се интересуват от дейности на открито. Повече от половината от жените обаче, са изправени пред определени ограничения, особено сред тези, които не са активни седмично в SRPA или са активни само на закрито (вж. фигура II).

Фигура II Ограничения, наблюдавани от жените и мъжете, по отношение участие на открито в SRPA (в проценти, n = 1,035, възможни са повече отговори)



Като цяло, жените възприемат повече ограничения, за активността си на открито в SRPA в сравнение с мъжете. Най-голямото срещнато ограничение за анкетираните при жените е, че нямат друг човек, с когото да отидат (30%), последвани от чувство за несигурност (13%) и никога не са участвали преди в спортове на открито (12%).

Липсата на придружител най-често се възприема като ограничение за жените на възраст 18-35 години (43%), съответно за жените от Ръмнику Сърат (47%) и Гимараш (36%). Жените от Гранолер (16%), Гимараш (14%) и Ръмнику Сърат (15%) най-често посочват, че чувство за липса на безопасност като ограничение. Страхувайки се от досадни поведения като агресия или обидни епитети, се споменават най-често жените от Гранолер (11%) и Ръмнику Сърат (10%).

Резултатите показват, че жените, които вече са били активни на открито в SRPA, възприемат по-малко, но подобни ограничения като тези, които не са били активни или активни само на закрито.

Също бе поискано от участниците в проучването да посочат на списък с важни условия за участие на открито. По-голямата част от жените и мъжете класифицират условията по подобен начин, но жените като цяло фаворизират определени условия по-силно, като например безопасността (жените 87%, мъжете 76%), доброто провеждане на заниманията (жени 64%, мъжете 50%) и дневно обучение/насочване (жени 54%, мъже 39%), които отразяват срещнатите ограничения. Фигура III показва приоритетното класиране на различните условия за анкетираните от женската група.

Фигура III Значение на необходимите условия за запазване или повишаване на активността при SRPA на открито, жени (в проценти, n = 873)



Участващите градове, отбелязаха приблизително същото, като се появиха и няколко различия. Жените от София (средно 3.8) отдават по-нисък приоритет на безопасността на откритите пространства и съоръжения в сравнение с жените от другите градове (средно 4.4 - 4.6). Жените от Гранолер и Гимараеш по-често посочват, че разполагат със съоръжения, близки до дома/офиса им като (силно) важен фактор, отколкото жените от другите градове. И жените от Ръмнику Сърат посочиха, че само дейности за жени (средно 3.7) и други специфични програми са по-важни фактори в сравнение с жените от други градове (средно 1.9 - 2.5). Що се отнася до възрастта, особено младите жени искат да бъдат придружавани и съоръжения, адекватни както на нуждите на мъжете, така и на жените. По-възрастните жени придават по-голямо значение на дейностите без/с ниски разходи.

Предложения и добри примери

Предложенията, предложени от анкетиранияте относно начините за подобряване на участието на жените в дейности на открито в SRPA, са свързани главно с натоварения работен график и отговорностите за отглеждане на деца, като разходки за обяд или тренировки след работно време (дейности на спортни групи след 19 часа) и дейности, съпроводени с паралелни детски дейности ("Предложете дейности в същото време и място, където децата извършват дейности"). Това важи особено за жените от Корбета, Гранолер и Гимараеш. Жените от Ръмнику Сърат предлагат, наред с другите неща, да се създаде по-голяма информираност сред жените: "Да се обясни колко важен е спортът за нашето здраве" и да се интегрират фитнес (дейности) в общественото пространство: "Да се достави различно оборудване в парка като: велосипеди, степове и т.н. ".

Въз основа на тези констатации са разработени препоръки. Едно от основните бе организирането на голямо разнообразие от дейности на открито с акцент върху здравето и отдиха, което включва дейности за групи, както в, така и извън работното време, така и предоставяне на грижи за децата или дейности за семейства. Освен това е важно на база опит да се увеличи безопасността на откритите спортни съоръжения и дейности, чрез създаване на повече/по-добро ръководство, наблюдение и осветление, и/или пространства/дейности само за жени. И накрая, са необходими повече наблюдения и информация за желанието на по-младите, по-възрастните и ниско образованите жени по отношение на дейностите на открито и техните изисквания.

1. Въведение

В тази уводна глава описваме подбудите и целите на това изследване. Освен това се предоставя насока за четене относно съдържанието на доклада.

Както спортните, така и публичните пространства традиционно са обществени зони, изградени за и доминирани от мъжете³. След осъществен значителен напредък и много по-активно участие на жените в публичните пространства и в основните спортове в повечето западни общества, включително в европейските страни, все пак равенство между половете все още не е постигнато⁴. В почти всички държави-членки на Европейския съюз, вероятността за участие на мъжете в спортни и възстановителни физически дейности (SRPA), включително спортове на открито все още е по-голяма от тази при жените.

Въпреки че съществуват многобройни инициативи за застъпничество и комуникация за засилване на участието на жените в спорта в европейските страни, по-малко внимание се отделя на по-доброто улесняване на SRPA на открито за жени в градска среда. Проектът "Спорт за жени в градски места" (SW-UP) бе призван да събере доказателства за това защо и как да се формулират по-добре женските прилежащи SRPA пространства в градовете. Проектът е сътрудничество между различни европейски партньори⁵, координиран от ALDA - Европейската асоциация за местна демокрация. Институтът "Mulier" направи проучване сред възрастното население в участващите градове като една от дейностите в проекта.

Цели

Като част от този проект Институтът "Mulier" наблюдаваше (спортното) участие на жените и техните мотиви, появили се ограничения и необходимите условия за участие в (на открито) SRPA. Това се направи чрез онлайн допитване, което се проведе в пет града от Южна и Източна Европа⁶. Основните цели бяха следните:

- Установяване на спортно участие (на открито) на жените;
- Да се предоставят повече знания за мотивацията, ограниченията и необходимите условия за жените да практикуват на открито в SRPA.

Ръководство за четене

Този документ представя резултатите от разпространения въпросник. В следващата глава описваме методологията и представяме профил на отговорите. В трета глава са представени резултатите от проучването, включително диференциация за всеки град. Накрая, в глава четвърта формулираме основните изводи и препоръки за бъдещето.

³ Виж например Aitchison (2003), Hargreaves (1994) and Massey (1994).

⁴ Виж Европейската комисия (2014a, 2014b), Европейския институт за равенство между половете (2017), Fenster (2005), Green & Singleton (2006) и методологичната рамка за анализ на проекта SW-UP.

⁵ Институт за социални изследвания, Милано Италия. Кметство на Гимараеш, Португалия. Свободно време, Гимараеш, Португалия. Община Корбета, Италия. Асоциация La Margherita Blu, Корбета, Италия. Град Гранолер, Испания. Институт "Mulier", Утрехт, Холандия. Ръмнику Сърат, Румъния. Европейска столица на спорта, София, България.

⁶ Корбета (Ит), Гранолер (Исп), Гимараеш (Пор), Ръмнику Сърат (Рум) и София (Бъл).

2. Методика

В тази глава са описани процесът на събиране на данни, съдържанието на въпросника и са представени основните характеристики на групата отговори.

2.1 Събиране на данни

Събирането на данни се осъществява чрез онлайн допитване, което се провежда сред пълнолетни жители на участващите градове.

Въпросникът (вж. Приложение А) е изграден на английски език от Института „Mulier“, след консултации с партньорите, и е преведен от партньорите на различните езици⁷. Това беше направено от двама преводачи на един и същи език, за да се гарантира вътрешна съгласуваност.

Анкетата съдържаше въпроси за социално-демографското положение, спортното участие, спортните нагласи, мотивите, ограниченията и необходимите условия. Социално-демографското положение бе определено с уточняване на възраст, пол, положение в домакинството, най-високо ниво на завършено образование и социално положение. Не са включени въпроси за етнически произход или религиозни връзки на анкетираните след консултация с партньорите.

За уточнение на участието в спорта, попитахме за участието като цяло и дали анкетираните са активни в SRPA главно на закрито, на открито или и при двете. Анкетираните, посочили, че не са участвали или рядко са активни в SRPA, са попитани за причините с няколко опции за отговор, свързани с физическите компетенции (напр. "Не мога да се възползвам поради лошо здраве/увреждане"), социална подкрепа (напр. „Партньорът ми не ме подкрепя“) и/или физическа среда (напр. "Няма достатъчно подходящи места близо до мястото, където живея").

От всички анкетираните бе поискано да посочат общите си мотиви относно това да бъдат или да станат физически по-активни, включително причини, свързани с дейностите на SRPA на открито. Имаше възможност за въпроси с няколко отговора, свързани например със здравето, социалните фактори (напр. "да се срещнат с нови хора"), физическа компетентност (например "да се научиш/подобриш уменията си") и външния вид (например "да отслабнеш"). Възприеманите ограничения по отношение на спортуването на открито включват множество варианти за отговор по отношение на социализацията (напр. "Никога не съм участвала във физически дейности на открито/спорт преди"), самосъзнание ("Не се чувствам сигурно за това какво мислят другите за тялото ми" напр. "Не се чувствам в безопасност (по пътя към) в местата, където бих искал да бъда активен". Изискваните условия бяха изследвани чрез 5-точкова скала на Likert от 1 (най-ниско) до 5 (най-голямо значение). Опциите за реакция включват условията на съоръженията, като например "добре поддържани съоръжения", включването към жените, като например "обучителни групи/дейности само за жени" и социални фактори, например "да има придружител".

Освен това въпросникът съдържаше два отворени въпроса относно предложения за подобряване на участието на жените в SRPA на открито и добри примери за инициативи, насочени към насърчаване на участието на жените в SRPA на открито. Отговорите на тези въпроси бяха преведени на английски от партньорите.

⁷ Единият за Гранолер (Исп) е преведен на испански и каталунски език.

Беше написано придружаващо писмо за покана (вж. Приложение Б), за да се информират анкетираните за изследването и въпросника и се поканиха да го попълнят, включително отворена уеб-връзка към онлайн въпросника. Това писмо е преведено и от партньорите. Въпреки че основният фокус беше върху жените, мъжете също бяха добре дошли да попълнят въпросника. Партньорите от всеки град отговаряха за набирането на анкетираните. Въпросникът беше разпространен чрез социалните медии чрез електронна поща като вътрешната поща на организациите на партньорите, клубните контакти, енорийските съвети, училищата и личните контакти. Въпросникът беше отворен за шест седмици, а партньорите по проекта редовно получаваха актуализации за разработването на отговор.

2.2 Профил на отговорите

Данните, събрани от петте града, бяха обединени и доведоха до обща извадка от 1 426 анкетиранни. Въпреки това, 391 от въпросниците бяха непълни и невалидни и следователно бяха изключени от анализа. Анализът е извършен на общо 1,035 анкетиранни.

По-голямата част от анкетираните са жени (84%), виж Таблица 2.1. Без да се отчита относително малката бройка отговори на мъжете, другите социално-демографски характеристики сред отговорилите групи при мъжете и жените са относително сходни.

Таблица 2.1 Съотношение на отговорили мъже и жени и социално-географски характеристики (цели числа и проценти)

		Мъже	Жени
Общо	1,035	162 (16%)	873 (84%)
Възрастови групи			
18-35	399 (39%)	66 (41%)	333 (38%)
36-55	541 (52%)	76 (47%)	465 (53%)
56-75+	95 (9%)	20 (12%)	75 (9%)
Ниво на образование			
Начално	242 (23%)	49 (30%)	193 (22%)
Средно	186 (18%)	34 (21%)	152 (17%)
Висше	607 (59%)	79 (49%)	528 (60%)
Семейно положение			
Без деца	523 (50%)	83 (51%)	441 (50%)
С деца	512 (49%)	79 (49%)	433 (50%)
Социално положение			
Учащ	162 (16%)	36 (22%)	126 (14%)
Работещ	794 (59%)	116 (72%)	678 (78%)
Безработен	79 (7%)	10 (6%)	69 (8%)

Повечето анкетиранни са на средна възраст, на възраст 36-55 години (52%). Ниската степен на отговор при най-възрастната възрастова група, 56-75+ може да се дължи на факта, че набирането на анкетиранни чрез социални медии е обща стратегия.

Почти половината (49%) от анкетираните от мъжки пол и дори 60% от анкетираните от женски пол са били с висше образование (колеж/университет) (Таблица 2.1). Предполагаме, че тази група е надценена, и не е истинско отражение на женската популация в съответните градове. Големият брой високообразовани анкетиранни може да е свързан с факта, че това е онлайн въпросник, който е широко разпространен в мрежата на партньорите. По-голямата част от анкетираните са имали платена работа, а около половината от анкетираните са живели с едно или повече (малолетни) деца (50%). Това вероятно е свързано с факта, че повечето от анкетираните са на средна възраст и са с висше образование.

Анкетираните жени са доста добре разпределени в градовете - Корбета (23%), Гранолер (22%), Гимараеш (33%), Ръмнику Сърат (16%) – като само в София процентът е по-нисък (6%).

Таблица 2.2 Съотношение на отговорили жени по градове и социално-географски характеристики (цели числа и проценти)

		Корбета	Гранолер	Гимараеш	Ръмнику Сърат	София
Общо	873	202 (23%)	196 (22%)	284 (33%)	142 (16%)	49 (6%)
Възрастови групи						
18-35	333 (38%)	36 (18%)	60 (31%)	119 (42%)	93 (65%)	25 (51%)
36-55	465 (53%)	140 (69%)	115 (59%)	141 (50%)	47 (33%)	22 (45%)
56-75+	75 (9%)	26 (13%)	21 (11%)	24 (8%)	2 (1%)	2 (4%)
Ниво на образование						
Начално	193 (22%)	30 (15%)	28 (14%)	74 (26%)	43 (30%)	18 (37%)
Средно	152 (17%)	97 (48%)	31 (16%)	18 (6%)	4 (3%)	2 (4%)
Висше	528 (60%)	75 (37%)	137 (70%)	192 (68%)	95 (67%)	29 (59%)
Семейно положение						
Без деца	440 (50%)	79 (39%)	81 (41%)	155 (54%)	90 (63%)	35 (71%)
С деца	433 (50%)	123 (61%)	115 (59%)	129 (45%)	52 (37%)	14 (29%)
Социално положение						
Учаш	126 (14%)	3 (1%)	22 (11%)	40 (14%)	46 (32%)	15 (31%)
Работещ	678 (78%)	175 (87%)	159 (81%)	225 (79%)	90 (63%)	29 (59%)
Безработен	69 (8%)	24 (12%)	15 (8%)	19 (7%)	6 (4%)	5 (10%)

Докато мнозинството от анкетираните от Корбета (69%), Гранолер (59%) и Гимараеш (50%) са на средна възраст, мнозинството от Ръмнику Сърат (65%) и София (51%) се състоят от млади жени. При тълкуването на резултатите в следващата глава това разпределение трябва да бъде взето под внимание и в частност не може да се направи категоричен извод за София.

2.3 Анализи

Бяха проведени предимно бивариативни анализи. От отговорите на общата група анкетиранни ($n = 1,035$) бяха направени сравнения по пол, като групите отговори на мъже и жени показаха относително сходни социално-демографски характеристики. Сред групата жени ($n = 873$) бяха направени по-подробни анализи и сравнения на различните резултати по град и възраст, като същевременно се контролират ефектите на взаимодействие. Възможни влияния на други социални демографски фактори също бяха разгледани и отчетени, когато бе уместно. От резултатите, свързани с необходимите условия, бяха проведени мултивариативни анализи. Текстовите данни на отворените въпроси бяха анализирани чрез провеждане на тематичен анализ на съдържанието.

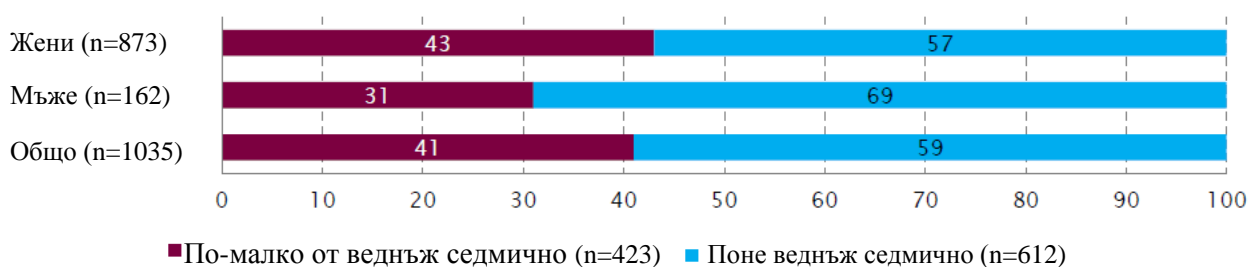
3. Резултати

В тази глава са представени резултатите от анкетата. В началото на всеки раздел са посочени възможни различия и прилики между мъжете и жените. Впоследствие се представят резултатите на базата на анализи на групата отговори на жените, както на ниво град, така и във връзка с възрастта и други възможни аспекти.

3.1 Да бъдеш активен физически и да спортуваш в свободното време

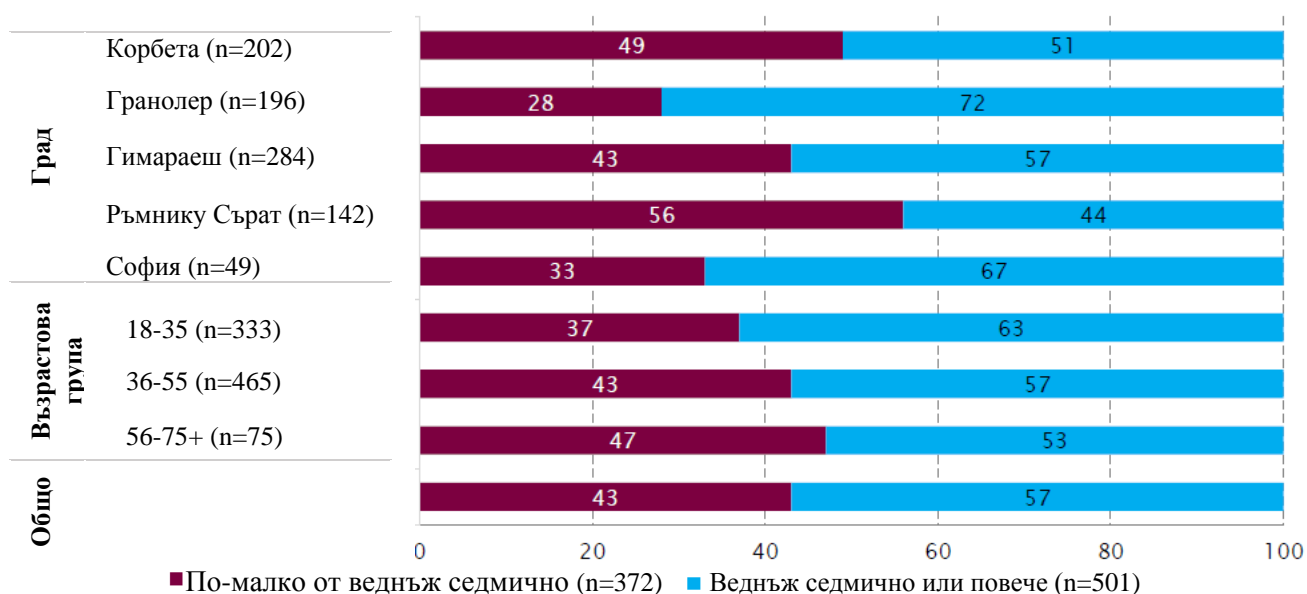
Малко мнозинство от мъжете и жените са били активни в SRPA поне веднъж седмично (59%). Мъжете (69%) са по-активни от жените (57%) (Фигура 3.1).

Фигура 3.1 Седмично участие в SRPA по пол (в проценти, n = 1,035)



Най-активните жени са от Гранолер (72%) и София (67%). Жените на Корбета (49%) и Ръмнику Сърат (56%) са били най-малко активни в SRPA на седмична база (Фигура 3.2). Що се отнася до възрастта, колкото по-възрастните са жените, толкова по-малко активни са. По отношение на образователното равнище, жените с висше и средно образование са значително по-активни (62% и 58%) в сравнение с по-ниско образование жени (45%) (липсва във фигурата). По отношение на семейната ситуация жените с деца (50%) са значително по-малко активни седмично, отколкото жените без деца (64%) (липсва във фигурата).

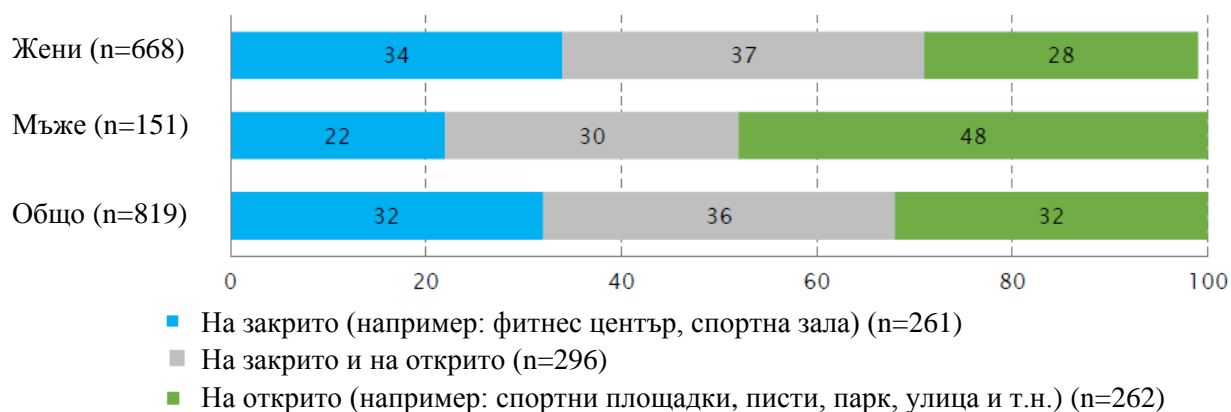
Фигура 3.2 Ежеседмично участие в SRPA на анкетираните жени по град и възраст (в проценти, n = 873)



3.2 Да бъдеш активен на открито

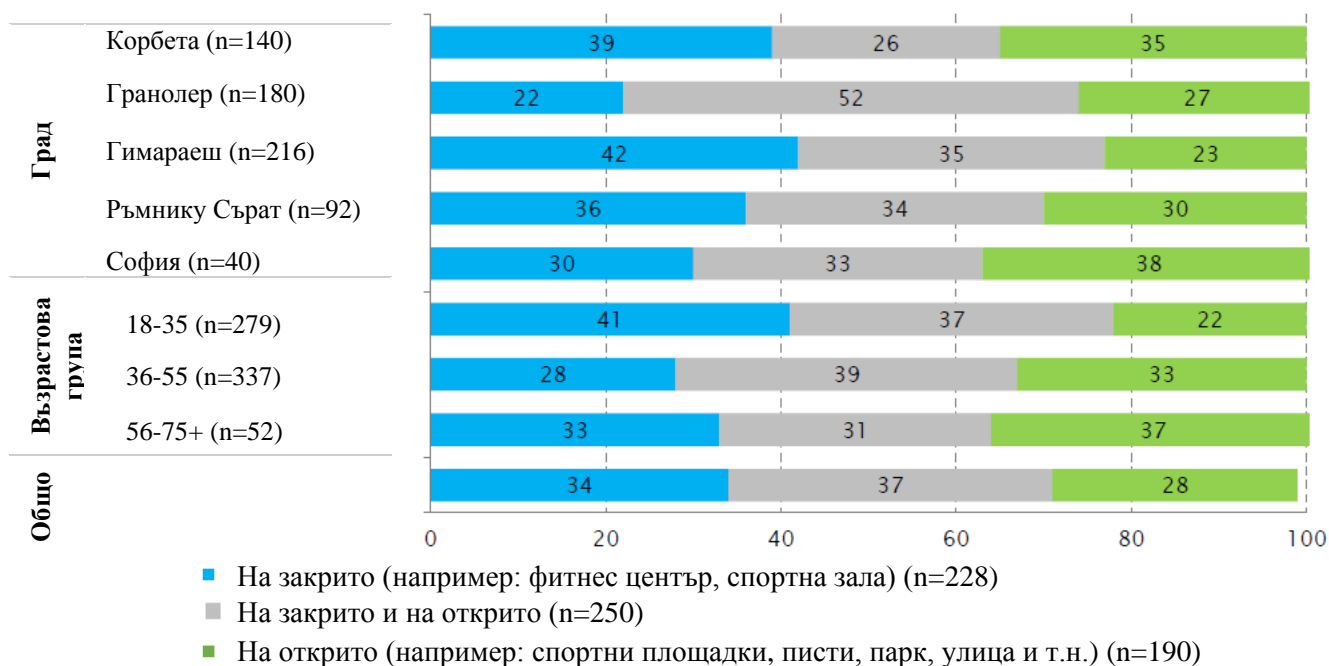
В рамките на цялата отговорила група, която е физически активна, един на всеки три не е бил активен на открито. Жените (66%) са били значително по-рядко активни на открито от мъжете (78%) (Фигура 3.3).

Фигура 3.3 Участие на закрито/открито в SRPA по пол (в проценти, n = 819)



Имаше някои различия между градовете по отношение на това до каква степен жените също бяха активни на открито. Жените от Гранолер (79%) най-често са участвали в дейностите на SRPA на открито и най-често, а жените от Гимараеш най-рядко (58%) (Фигура 3.4).

Фигура 3.4 Участие на закрито/открито на анкетираните жени по градове и възрасти (в проценти, n = 668)



По отношение на възрастта, младите жени най-често са активни само на закрито (41%) в сравнение със средна възраст (28%) и по-възрастни жени (33%) (Фигура 3.4). Когато разгледахме конкретно членството във фитнес центрове или спортни клубове,

резултатите показват, че младите жени обикновено са по-често само членове на фитнес-център, въпреки че различията сред жените от различни възрастови групи са малки⁸ (липсва във фигурата).

3.3 Причини за липса на активно участие в SRPA

Анкетираните, които са посочили, че никога или твърде рядко са били активни в SRPA (n=205 жени и n=11 мъже), са били попитани за причините, поради които не са активни (вече). Тъй като броят на мъжете е много малък, показваме само резултатите от жените.

Наличието на ограничено време поради учене/работа (47%) или семейни задължения (42%), надвишава всички останали опции (Фигура 3.5). Твърдението е от жените от всички градове и има смисъл, като се има предвид, че групата за отговор на средна възраст е най-голямата. Третата най-често срещана причина, която анкетираните жени посочват е, че нямат придружител (23%) (Фигура 3.5). Тези три фактора най-често се избират от всички възрастови групи. Въпреки малката група възрастни жени в извадката, е забележително, че никоя от анкетираните не е посочила, че е твърде възрастна, за да бъде активна в SRPA.

Фигура 3.5 Причини, поради които не е/почти не е активен в SRPA (вече); анкетираните жени са били активни по-малко от веднъж на седмична база (в проценти, n=205, възможни са повече отговори)

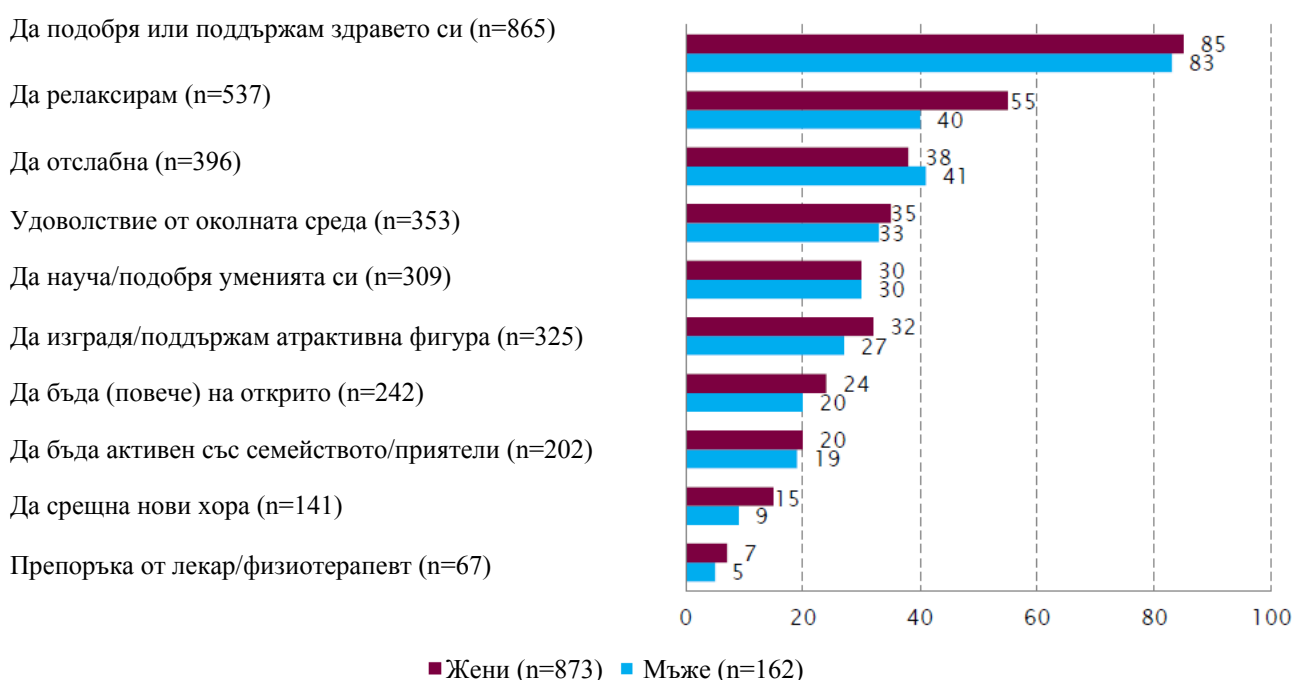


⁸ Сред 55+ жени, 37% и 10% са членове на фитнес-център, съответно фитнес-център и спортен клуб. Сред жените на средна възраст тези цифри са 37% и 7%, а при младите жени - съответно 44% и 6%.

3.4 Мотивация за активност/или да станеш активен

Всички анкетирани бяха запитани защо са активни или защо биха искали да станат по-активни. Подобряване на здравето очевидно е най-важната мотивация както за мъжете (83%), така и за жените (85%), последвана от релаксация, която се споменава по-често от жените (55%), отколкото от мъжете (40%). (Фигура 3.6). Като цяло не се наблюдават големи различия между половете по причини, поради които те са активни или биха искали да станат по-активни (на открито). Неочаквано, "отслабването" не се споменава по-често сред анкетираните жени като мотивация за активност/да станеш активен. Удоволствие от околната среда е на четвърто място като мотивация за това да си активен/да станеш активен, споменаван от една на три жени и мъже.

Фигура 3.6 Мотивация на мъжете и жените за активност или желание да станат по-активни (на открито) (в проценти, n = 1,035, възможни са повече отговори)



Подобряването на здравето очевидно е най-важният стимул за жените, независимо от тяхната възраст, град на пребиваване, социално положение и семейното положение. Като се имат предвид мотивациите, които следват, обаче наблюдаваме някои различия между жените в участващите градове.

Таблица 3.1 Топ пет мотивация на жените за това, че са/биха станали активни в (на открито) SRPA, по градове (в проценти, n=873, възможни са повече отговори)

Корбета (n=202)	Гранолер (n=196)	Гимараш (n=284)	Ръмнику Сърат (n=142)	София (n=49)
Да подобря или поддържам здравето си (81)	Да подобря или поддържам здравето си (88)	Да подобря или поддържам здравето си (86)	Да подобря или поддържам здравето си (82)	Да подобря или поддържам здравето си (84)
Да релаксирам (56)	Да релаксирам (61)	Да науча/подобря умения (56)	Да релаксирам (51)	Да отслабна (49)
Да отслабна (41)	Удоволствие от околна среда (44)	Да релаксирам (55)	Да отслабна (47)	Удоволствие от околна среда (47)
Удоволствие от околна среда (25)	Да бъда (повече) на открито (38)	Да изградя/поддържа м атрактивна фигура (42)	Да изградя/поддържам атрактивна фигура (32)	Да изградя/поддържам атрактивна фигура (45)
Да бъда (повече) на открито (26)	Да отслабна (33)	Удоволствие от околна среда (38)	Да бъда (повече) на открито (27)	Да бъда (повече) на открито (43)

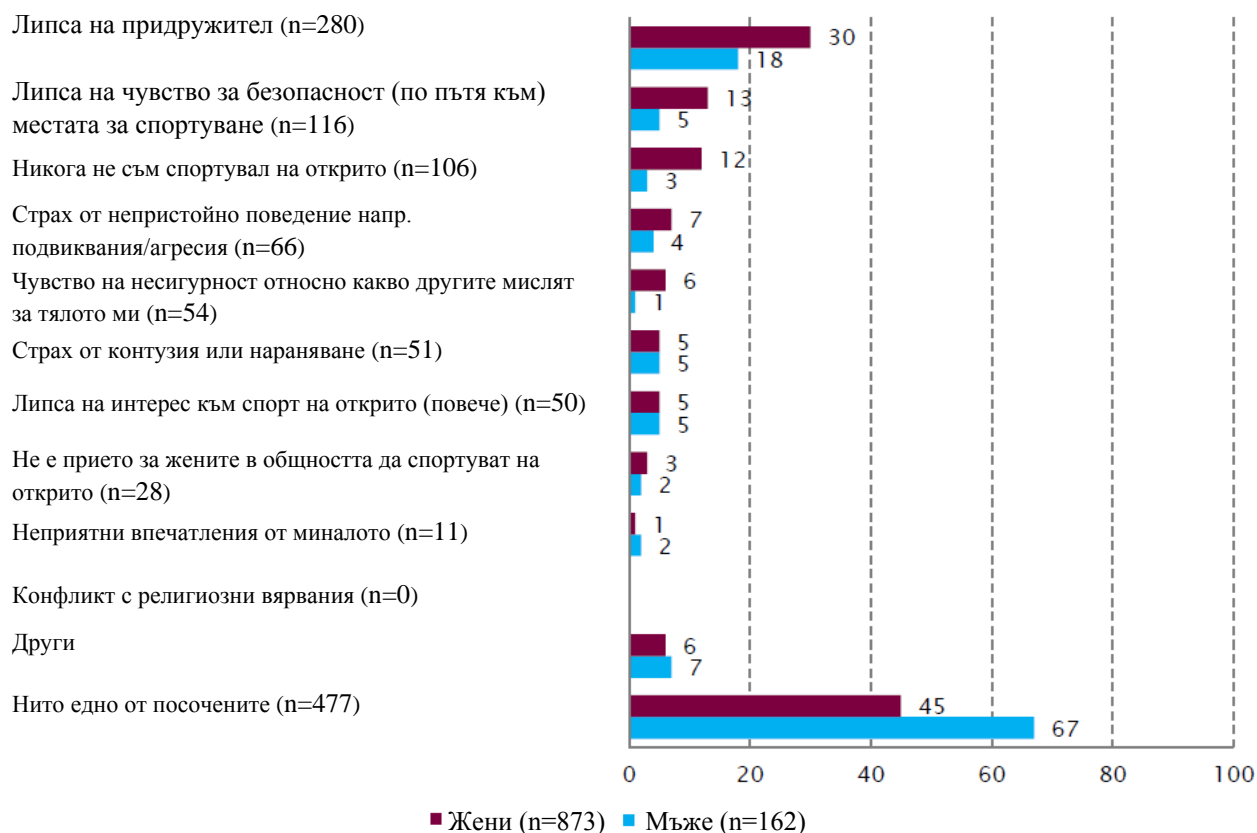
По-малко жени от София (35%) от останалите градове (между 51% и 61%) посочват, че са активни за да релаксират. От друга страна те посочват, че са мотивирани по-често да отслабват (49%). Жените от Корбета (15%) изразяват, че за изграждането/поддържането на атрактивно тяло е значително по-малка мотивация в сравнение с жените от други градове (между 32% и 45%). Като цяло, по отношение на физическия външен вид за отслабване (38%), по-често се споменава, отколкото за изграждането/поддържането на атрактивно тяло (32%). Умението за усвояване/усъвършенстване на умения също бе забележително често споменавано като стимул сред жените от Гимараш (56%). В сравнение с жените в други градове, те споменават социалната мотивация, че са активни със семейство/приятели или срещат нови хора значително по-рядко (липсва в таблицата). В "Корбета" Гранулер и София се радват на околната среда, а да бъдат (повече) на открито се нарежда в топ пет. Интересното е, че в Ръмнику Сърат само престоя на открито се споменава в първите пет мотивации и по-често се среща, отколкото удоволствие от околната среда.

По отношение на възрастта виждаме малки разлики между възрастовите групи. Една от разликите е, че младите жени посочват отслабване и изграждане/поддържане на привлекателно тяло по-често като мотив. Освен това "релаксиране", което е вторият най-решителен стимул за жените от всички възрасти, е по-честа мотивация за SRPA сред учащи (53%) и работещите жени (56%), отколкото безработните жени (39%) (липсва във фигурата).

3.5 Срещнати препятствия по отношение на открито в SRPA

Като цяло жените се натъкват на повече препятствия при активността си на открито в SRPA в сравнение с мъжете (Фигура 3.7). Един от всеки трима мъже и повече от половината от жените се натъкват на едно или повече препятствия.

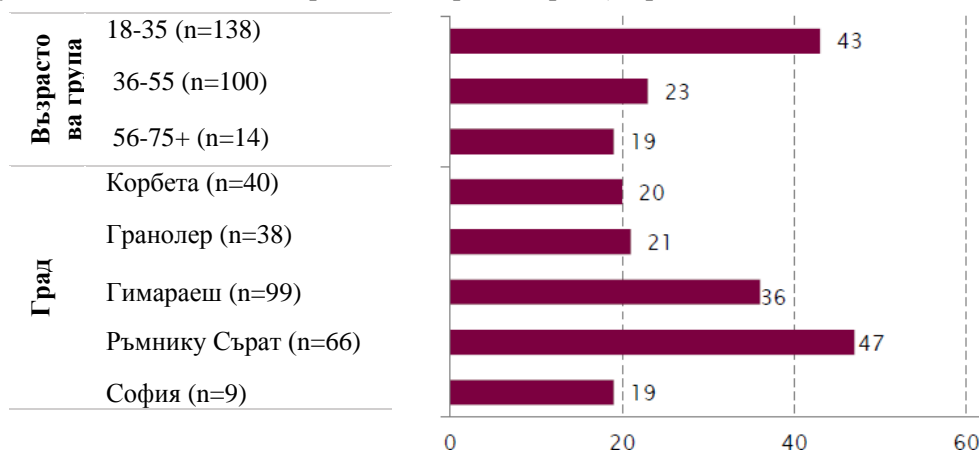
Фигура 3.7 Препятствия, срещнати от жените и мъжете, по отношение активност на открито в SRPA (в проценти, n=1,035, възможни са повече отговори)



За мъжете и жените най-голямото срещнато препятствие е, че не могат да намерят придружител. Това обаче е изразено значително повече от жените (30%), отколкото от мъжете (18%). Също така безопасността на местата (по пътя до) и липсата на предишно участие в дейности на открито са препятствия, които жените значително по-често срещат.

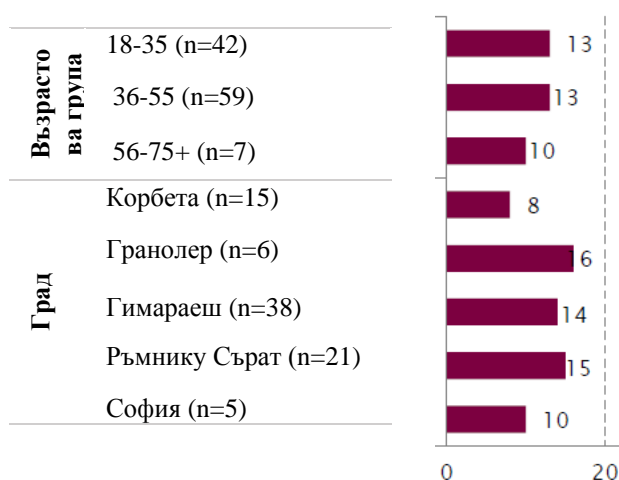
Фигура 3.8 показва, че "липсата на придружител" е особено сравнително често срещаното препятствие за младите жени и жените от Гимараш (36%) и Ръмнику Сърат (47%).

Фигура 3.8 "Липса на придружител" като срещнато препятствие сред жените във връзка с участието в SRPA на открито по възраст и град (в проценти, n=252)



Усещането за несигурност при местата (по пътя за) в SRPA (13%) - като втора най-често посочено препятствие сред жените като цяло - се отчита значително повече сред анкетираните от Гранолер, Гимараш и Ръмнику Сърат в сравнение с жените от София и Корбета (Фигура 3.9). Жените от Гранолер (11%) и Ръмнику Сърат (10%) също показват, че се страхуват от досадно поведение като агресия или подвиквания по-често (липсва във фигурата). Жените от всички възрасти, но особено жени на по-млада и средна възраст, със или без деца, изпитват несигурност и/или страх като пречка за това да бъдат (по-активни).

Фигура 3.9 "Усещане за опасност в местата, където те биха искали да бъдат активни" като срещната пречка сред жените по отношение на активност на открито в SRPA по възраст и град (в проценти, n=108)



Като цяло, резултатите показват, че жените, които вече са активни на открито в SRPA, възприемат по-малки, но подобни пречки като тези, които не са активни или са активни само на закрито (Фигура 3.10). Например, също сред жените, които са активни на открито, липсата на придружител е най-честата пречка, посочена от една на всеки четири жени.

Фигура 3.10 Пречки, които се наблюдават по отношение на активност на открито в SRPA, при местата, където жените са предимно активни (в проценти, n=873, възможни са повече отговори)



■ По-малко от веднъж седмично (n=372) ■ На закрито (n=228) ■ На закрито и открито (n=250) ■ На открито (n=190)

Констатациите показват също, че жените, които са предимно активни на закрито, възприемат бариерите за открито в SRPA в подобна степен като жените, които не са/почти не са активни в SRPA.

3.6. Необходими условия за оставане или започване на активност в SRPA

Резултатите относно приоритетите, които се отнасят до необходимите условия за оставане или за активно участие в SRPA, отчасти напомнят срещнатите пречки. Безопасните външни пространства и съоръжения (например подходящо осветление, аварийни съоръжения и т.н.) се считат за най-важното условие, както отбелязват девет от десет жени (Фигура 3.11).

Фигура 3.11 Значимост на необходимите условия да останат или да станат по-активни в SRPA на открито според анкетираните жени (в проценти, n=873)



Всички анкетиранни, мъже и жени подредиха важността на необходимите условия по сходни начини (Таблица 3.2). Мъжете също поставиха значителна тежест върху добре поддържаните съоръжения (77%) и безопасността (76%). Жените обаче отделяха значително по-голямо значение на безопасността, съоръжения близо до дома или работата, липса на такси или минимални такива, наличие на добро ръководство (напр. сертифицирани треньори), обучение през деня и възможности за консултации.

Таблица 3.2 Разлики в (силно) важните изисквани условия между мъжете и жените да останат или да станат по-активни на открито в SRPA (в проценти и средно, n=1,035)

	Жени (n=873)		Мъже (n=162)	
	%	Средно	%	Средно
Безопасност на откритите пространства и съоръжения	87%	4.5	76%	4.1
Добре поддържани съоръжения	79%	4.1	77%	4.0
Съоръжения в близост до дома/работата	75%	4.1	68%	3.8
Липса/или ниски такси	67%	3.9	60%	3.7
Съоръжения, подходящи както за мъже, така и за жени	65%	3.8	62%	3.3
Добро ръководство на дейностите	64%	3.8	50%	3.6
Естетични зони на открито спортни/физически дейности	61%	3.7	57%	3.7
Възможности за дневно обучение/консултация	54%	3.5	39%	3.1
Наличие на придружител	52%	3.4	41%	3.1
Други специфични програми	35%	2.8	19%	2.8
Специфични дейности за възрастни	31%	2.7	31%	2.8
Тренировъчни групи само за жени/дейности	26%	2.6	16%	2.2

Анкетираните от различни градове отбелязаха приблизително същия резултат при необходимите условия, като имаше някои малки разлики. Например по-малко от една трета от жените от София посочиха безопасността на откритите пространства и съоръжения като (силно) важно, в сравнение с 84% до 93% в други градове (Таблица 3.3). Жените от Гранолер (82%) и Гимараеш (81%) отчитат съоръжения, близки до дома/работата като (силно) важен фактор, по-често от жените от другите градове (61% до 75%). За Ръмнику Сърат виждаме няколко отклонения, които изглеждат частично свързани с факта, че най-нисък брой жени са активни в SRPA тук (Фигура 3.2). Удобствата в близост до дома/работното място са по-малко важни в сравнение с жените от другите градове, докато на наличието на придружител, само женски дейности/съоръжения и други специфични програми се придава по-голяма тежест.

Таблица 3.3 Значителни различия при градовете сред анкетираните жени при необходимите условия, за да останат или да станат по-активни в SRPA на открито (в проценти и средна, n=873)

		Корбета	Гранолер	Гимараеш	Ръмнику	София
		(n=202)	(n=196)	(n=284)	Сърат (n=142)	(n=49)
Безопасност на откритите пространства и съоръжения	(твърде) важно	84%	91%	93%	85%	61%
	средна	4.4	4.5	4.6	4.5	3.8
Съоръжения в близост до дома/работата	(твърде) важно	66%	82%	81%	61%	75%
	средна	3.8	4.4	4.2	3.8	4.1
Други специфични програми	(твърде) важно	35%	29%	37%	49%	12%
	средна	2.8	2.7	2.9	3.1	2.2
Тренировъчни групи/активности само за жени	(твърде) важно	21%	15%	20%	60%	12%
	средна	2.5	2.1	2.4	3.7	1.9
Наличие на придружител	(твърде) важно	38%	42%	66%	69%	42%
	средна	2.9	3.1	3.8	3.9	3.1

По отношение на възрастта, по-висок процент от по-възрастните жени (80%) посочват, че липсата (или много ниски) такси е приоритет в сравнение с две трети от жените и младежите на средна възраст (Таблица 3.4). По-младите жени на свой ред придават повече тежест на съоръженията, отговарящи както на нуждите на мъжете, така и на жените, и на наличието на придружител.

Таблица 3.4. Значителни възрастови различия сред анкетираните жени за необходимите условия, за да останат/ да станат активни на открито в SRPA (в проценти и средна, n=873)

		18-35 (n=399)	36-55 (n=541)	56-75+ (n=95)
Липса/или ниски такси	(твърде) важно	66%	66%	80%
	средна	3.9	3.8	4.1
Съоръжения, подходящи както за мъже, така и за жени	(твърде) важно	75%	60%	58%
	средна	4.0	3.6	3.6
Наличие на придружител	(твърде) важно	80%	46%	50%
	средна	3.7	3.1	3.3

При всички възможни за избор условия ние извършихме мултивариативен анализ (линейна регресия) сред анкетираните жени, за да видим кои фактори (напр. социално-географски характеристики, спортно участие) повлияха на дадените приоритети, контролирани за други фактори (виж таблица A1 в приложението)⁹. Резултатите показват, че освен няколкото различия между градовете по отношение на фаворизирането на няколко условия, социално-демографските променливи - възраст, образователно равнище, пълно работно време и живот с деца оказват влияние върху значението на някои от изброените условия. Например, жените с висше образование дават по-голям приоритет на съоръженията на открито/дейности, които са близо до дома/работата. Някои от споменатите по-горе различия по отношение на възрастта, вече не са били значими в регресионния анализ, губейки обяснителната си сила. Например, в регресионния анализ възрастта не показва никакъв ефект на "липса /или ниски такси" и "наличие на придружител". Като цяло общата обяснителна сила на включените фактори (R²) се оказа относително ниска при повечето условия. Само за "наличие на придружител" и "само групи за жени/дейности", моделът обяснява повече от 10% от общата вариация, като най-силен е ефектът от разликите между градовете и участието в спорта. Тези резултати показват, че тези условия за участие на открито в SRPA са по-важни за жените, които не са активни участници в спорта.

3.7 Подобряване на равнопоставеността между половете в SRPA на открито: предложения и добри примери.

От анкетираните бе поискано да дадат предложения за това как да се подобри участието на жените в SRPA на открито и дали познават добри примери за тези инициативи. По-долу ще обсъдим резултатите за всеки град. По отношение на добрите

⁹ Например, когато анкетираните от определен град реагират по различен начин, това може да е свързано с факта, че конкретната градска извадка е по-млада и поради това директният ефект е възрастта, а не (също) местоположението.

примери се споменават само конкретни/съществуващи инициативи. Други добри примери, като група за туризъм за жени, зумба и т.н., са включени като предложения.

Корбета

Жените от Корбета са много заети и затова е важно да се нагодят активностите на открито в SRPA в дневния им ред. Това може да бъде постигнато чрез организиране на нещата в подходящо време: "Спорт по време на обедната почивка в близост до работа" и "Спортни групи след 19 часа".

Голяма част от всекидневието на жените обаче е заето от родителски задължения. Затова анкетираните препоръчват отговорностите, свързани с децата да бъдат покрити с: "Да имаме възможна подкрепа за децата" и "Практикуваме спорта успоредно с детските дейности". Освен това според анкетираните е желателно организираните дейности и курсове да включват малки или никакви разходи.

Що се отнася до добрите примери, не бяха споменати конкретни съществуващи инициативи. Има обаче примери за дейности, за които анкетираните смятат, че ще допринесат за участието на жените в спорта на открито, а именно курсове за млади майки, скандинавско ходене, йога, крос+фитнес и дейности за Деня на жената.

Гранолер

За да направят дейностите подходящи за всички, голяма група от анкетираните предложиха да се създадат дейности, които отговарят на различни нива и дневен ред: "Създаване на дейности в различни графици (сутрин, обед, вечер и уикенда)" и "Създаване на дейности за специфични групи жени, които се нуждаят от умерена физическа активност и които няма да участват в извършването на физическа активност с по-подготвени хора".

Необходимо е обаче повече. А именно подобряването на пространствата, където могат да се практикуват активностите на открито в SRPA. Това може да стане чрез по-добро осветление: "За да се подобри осветлението на парка около реката", наблюдение: "охранители": по-зелени площи и съоръжения: "Повече водоизточници" и "Велосипедна алея".

За да стане активността в SRPA на открито привлекателна за жените с деца, е важно да се създадат подходи, които са подходящи за семейни. Според анкетираните това може да стане чрез: "Услуги за гледане на деца - център за игри" или "Спорт с деца". Освен това е полезно: "Предложете дейности едновременно и място, където децата извършват дейности".

Освен това, според анкетираните, това би помогнало, ако има организирани групови дейности. Тогава SRPA може да се разглежда като социална дейност. Например, може да се създадат групи за йога или ходене. Освен че е по-социално, обучението в група също е безопасно: "Да се насърчават групи от жени със сходни интереси в спортната практика, тъй като ако спортът стане и социална дейност, практиката на спорта се съобразява с времето и работата в групи ни кара да се чувстваме по-безопасни".

Накрая бяха изброени много добри примери. Такива примери са от самия Гранолер, например "Да започнеш да правиш половината" програма за тренировки, за да проведеш половин маратон, дейности "Мама фитнес" за бременни, майсторски клас, проведен от различни спортни инструктори, примери от други градове са "кариерата на жените в Барселона" и "Unirun", което е университетско състезание.

Гимараеш

От отговорите на анкетираните от Гимараеш изпъкнаха три вида мнения. Първият съвет може да не е толкова лесен за прилагане, но изглежда, че е речка, когато става въпрос за дейност (на открито) в SRPA. Това се отнася до намаляването/увеличаването на гъвкавостта на ежедневното натоварване: "Намалете ежедневните задачи (работа + домашни задължения + деца + ...), които трябва да постигнете чрез улесняване на социалните/политическите мерки", "Намаляване на работата у дома" може да насърчава един час в работното време за физически упражнения "и" по-голяма гъвкавост в работното време и подкрепа на семейството ". Ето защо е важно работещите жени да бъдат взети предвид при изготвянето на графици за организирани дейности: "Да се вземе предвид компромисът на семейния и професионалния живот при определяне на графици".

Второ, често се споменава, че организирани дейности трябва да бъдат подходящи за цялото семейство или да позволяват на жените да вземат децата си с тях: "Семейни дейности", "Дейности, които могат да се правят с деца, включително бебета" и "възможност за взимане на децата с вас".

На трето място, повтарящата се бележка от анкетираните е за безопасността в и около помещенията, които е възможно да се използват на открито в SRPA: "Сигурността е от съществено значение", "Повече публичност, повече осветление в някои от градските зони и паркове за отдих, наблюдение (особено в края на деня и ранната вечер) и "Повече сигурност в градските паркове".

По отношение на видовете дейности, за които съветват анкетираните, възникват различни отговори. Например ходене, джогинг, зумба, колоездене, йога и пилатес. Освен това според анкетираните е добре дейностите да се съчетават с различни възрастови групи и да се насочват от инструктори: "Насърчаване на груповите спортни дейности, които са по-подходящи за различни възрастови групи", "Групови уроци, подходящи за всички възрасти" и "Групово-ръководени пешеходни преходи" от учители". Подготовката на груповите дейности също изисква: "Класове за майки" и "Пешеходни групи".

Добри примери, които бяха споменати, са "Guimarães corre corre", което е организирано събитие за физическа активност с цел насърчаване на населението да практикува в SRPA. На второ място бяха посочени "Спортни недели", координирани от енорийския съвет на Selho S. Jorge и гимназията Viba Mais, през месеците май и юни.

Ръмнику Сърат

На първо място, важно е жените да знаят какви възможности съществуват по отношение на SRPA на открито. Поради това анкетираните съветват да се създаде по-голяма информираност на възможностите, които съществуват в града или на дейностите, които се организират: "Брошури, използване на Facebook за популяризиране на дейности" и "Покани, срещи, насърчавани по различни начини". За да се даде допълнителен тласък на жените, могат да се използват знакови фигури (като реклама) като Роксана Ванчеа, Симона Халеп или женския футболен отбор "АС ONIX", Ръмнику Сърат: "Женските примери/модели в спорта трябва да бъдат предавани по телевизията и на публични прояви".

Въз основа на отговорите на анкетираните става ясно, че фитнес и танци са популярни дейности, които биха били от полза за жените от Ръмнику Сърат. Често се препоръчва да се поставя фитнес екипировка в обществени пространства: "Да се

изграждат различни съоръжения в парка като: велосипеди, степове и т.н.", "Да се организират от време на време фитнес прояви, кизомба (танц) и др., за да се промени нагласата към упражнения и танците на открито. В предложенията редовно се споменава и бягането. Това обикновено е свързано с организирането на състезание: "Цветно бягане", "Маратон/ходене с розови или цветни тениски".

Освен това според анкетираните е препоръчително да се създават специални места или дейности за жени. Наличието на сертифицирани инструктори на тези места би насърчило участието им според тях: "оборудвани с различни съоръжения, включително инструктори/треньори за практикуване на различни спортове" и "специално подготвени хора, като се има предвид, че в нашия град имаме хора с здравословни проблеми. Мненията са разделени по въпроса дали тези места трябва да са само за жени или за двата пола: "Добре проектирано място за жени", "Да се проектират функционални места, с концепция за разнообразие" и "Не само за жените". Освен това трябва да се има предвид, че някои жени имат деца: "Възможността да се вземат деца с мен" и "Специално място без опасност, където майките могат да идват заедно с децата си без страх".

Въпреки това, за да се улесни действителното използване на наличните възможности от жените, маршрутите до и от съответните места трябва да бъдат ремонтирани според анкетираните: "Да се възстанови пешеходната пътека до стадиона" и "Да се велоалея до града ". Важно е обаче тези пътища или места да са безопасни и без автомобили и кучета: "Ако искате да правите малко джогинг, ще се натъкнете най-малко на пет или десет бездомни кучета". Накрая се посочва, че е наложително да се подобри комуникацията относно необходимостта от SRPA към жените, "Да се гарантира значението за жените" и "Да се обясни колко важен е спортът за нашето здраве".

Като добър пример се споменава "#ICAN". Този хаштаг насърчава всякакъв вид движение и идеята да надхвърлите личните си граници.

София

За съжаление бройката отговори на тези конкретни въпроси беше доста ниска. Беше споменато следното: "Да се осигурят грижи за малки деца и деца на възраст под две години. Аз лично смятам, че това е най-голямата пречка за мен. Ако повече спортни зали предлагат гъвкаво работно време, бих се включил активно в много спортни дейности и в "По-чисти, красиви, модерни и достъпни съоръжения в планините. Жените обичат планината! "Не бяха дадени конкретни добри примери.

4. Заключение и препоръки

В тази глава, въз основа на резултатите, представени в предишната глава, ще извлечем заключения и ще дадем препоръки.

Заключения

Констатациите показват, че половината от анкетираниите от градските училища са били активни по-малко от веднъж седмично при спортни или рекреационни физически дейности. Освен това сред активните жени една на всеки три е активна само на закрито. В сравнение с мъжете, жените са по-малко активни в SRPA като цяло и са по-малко активни в SRPA на открито, потвърждавайки по-рано установените разлики между половете в спортното участие и отдиха на открито в много европейски страни. В действителност това е дори още по-ниско с оглед на недостатъчната представителност на групата отговори в това проучване (вж. Например Европейската комисия, 2014а; Европейски институт за равенство между половете, 2017 г.).

Като цяло по-възрастните жени (55+) се оказаха по-малко активни в SRPA, но сред участниците в SRPA по-младите жени (18-35 години) са били най-малко активни на открито. Анкетираниите от Гранолер (Исп) са били най-активни както цяло, така и на открито. Жените от Ръмнику Сърат (Рум) са били най-малко активни в SRPA като цяло, а сред участниците в SRPA, жените от Гимараеш са били най-малко активни.

Основната мотивация както за мъжете, така и за жените за това дали са или искат да са активни в SRPA е да подобрят/поддържат здравето си и да релаксират. Стимулирането за релаксация се споменава по-често от жените. Тази мотивация отчасти отразява основните причини, поради които вече липсва активност в SRPA, липса на време заради учебни/трудова и/или семейни задължения (например грижи за децата). Тъй като по-голямата част от анкетираниите жени работят на пълно работно време и съчетават работата си с отговорностите за грижа за семейството – все още е обичайно жените да прекарват повече време в тази област от мъжете – но това "двойно натоварване" изглежда е едновременно и основна пречка (липсата на време) и мотивация (удобен начин да избягаме от ежедневните главоболия) за участие в SRPA. Факторите, свързани с външния вид, като отслабване и изграждане на привлекателно тяло, са по-често (допълнителни) мотиви за младите жени, докато по-възрастните жени по-често споменават, че са навън и се радват на околната среда като важни мотиви. Като цяло един или и двата от тези мотиви на открито се нареждат сред първите пет от това, че са/ ще станат активни в SRPA.

Повечето от жените, без да се съобразяват с участието в SRPA, се интересуват от дейности на открито, но много от тях са изправени пред пречки дори и сред онези, които вече са били на открито. Около четири на десет от жените, които вече са активни на открито в SRPA, са имали пречки, а резултатът за онези, които не са активни на открито е две от три. Най-често срещаните или възприемани пречки се отнасят до това, че ли, до че липсва придружител, чувство на несигурност и липса на участие в дейности на открито в SRPA преди това, като всички фактори се споменават по-често от жените, отколкото от мъжете. Тези резултати потвърждават, че обществените (спортните) пространства и дейности (на открито) на SRPA са полово детерминирани, а жените изпитват повече пречки пред участието си.

Необходимите условия за това, че са/ще стават активни в дейностите на SRPA на открито сред жените отразяват частично срещнати пречки. Безопасните помещения и добре поддържаните съоръжения са най-важни. Освен това, сред две трети от анкетираните жени се отчита, че близостта на съоръженията до дома или работата има най-голямо значение, също ниски или липса на такси, съоръжения, подходящи за нуждите на жените и с добър мениджмънт. Тренировки през деня и наличието на придружител са означени с (най-голямо) значение от половината от жените, които са активни или се интересуват от дейности на открито в SRPA. Като цяло класирането на тези условия беше доста сходно, въпреки че отново имаше няколко различия между градовете, моментното участие в SRPA на открито и социално-демографските характеристики като възраст, образование, работа на пълен работен ден и наличието на деца.

Жените от всички градове се застъпват за създаването на по-безопасни места и маршрути (например добро осветление, треньори и малко трафик и бездомни кучета) и предлагат да се създадат по-подходящи възможности относно натоварените работни програми и отговорностите за грижите за децата, за да се подобри участието на жените в SRPA на открито.

Заключения

Констатациите ясно показват, как социалните аспекти и тези на безопасността са важен опит и възприемани пречки, които са посочени като най-важни условия за да останат/или да станат активни в SRPA. Ето защо е важно да се повиши безопасността на откритите спортни съоръжения и дейности, чрез създаване на повече/по-добро ръководство, наблюдение и осветление и/или само пространства/дейности за жени.

Освен това е важно да се организира голямо разнообразие от дейности на открито с фокус върху здравето и отмора, които да бъдат индивидуални и групови, с възможности за тренировка извън работното време и дейности, осигуряващи грижи за деца или семейни дейности.

И накрая, тъй като групата на жените не е представителна (предимно жени с висше образование на средна възраст), са необходими повече наблюдения както за участието (на открито) в SRPA, така и за специфичните нужди и изисквания на младите жени, възрастните жени и по-ниско образованите жени, за да останат/или да станат активни. За да се изготви въпросникът достъпен както за нискообразовани, така и за млади жени с висше образование, е важно да се популяризира на различни платформи. Например редовно посещавана местна (Facebook) страница, в която се обявяват дейности в града или постери/брошури в местни кафенета и барове, могат да служат като възможни точки за контакт. За да се достигне до (по-ниско образованите) по-възрастни жени, препоръчително е да се изпратят доброволци/студенти в търговски центрове и супермаркети, за да попълнят въпросника заедно с тези жени. Това също е удобен метод за достигане до жените имигранти. Необходими са обаче добри инструкции за пълноценно попълване на въпросника. Освен това достигането до конкретни групи като възрастни и/или имигранти може да бъде постигнато най-добре от ключови фигури и организации. Например, чрез имигрантски организации или такива посветени на възрастни хора. И накрая, ще бъде принос, ако градовете обменят най-добри практики по отношение на пътищата за достигането до тези жени.