

A photograph of a person from the waist down, standing on a concrete sidewalk. They are wearing blue denim jeans with the cuffs rolled up, grey sneakers with white laces, and a large black backpack. The backpack has a circular logo on the top left that says 'UNSALE' and 'EDIT'. The person is standing in front of a brick wall with a concrete base.

Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Resultaten gemeente Mook en Middelaar

ACHTERGROND

De Gezondheidsmonitor Jeugd

Najaar 2019 heeft de GGD Limburg-Noord, net als alle andere GGD'en in Nederland, de Gezondheidsmonitor Jeugd uitgevoerd. Bijna alle scholen voor Regulier Voortgezet Onderwijs in onze regio hebben deelgenomen aan dit onderzoek. Op de scholen die hebben deelgenomen, hebben alle leerlingen in leerjaar 2 (13-14 jarigen) en leerjaar 4 (15-16 jarigen) een vragenlijst ingevuld. Het onderzoek wordt gekenmerkt door 5 belangrijke pijlers:

- **Landelijke afstemming en lokaal maatwerk**: Door de landelijk harmonisatie door GGD'en en RIVM zijn sinds 2015 landelijke referentiecijfers beschikbaar voor een aantal indicatoren. Daarnaast is er ruimte voor aanvullende thema's op regionaal niveau.
- **Meerjarige trends**: Doordat de monitor elke 4 jaar herhaald wordt, worden trends zichtbaar. De regionale cijfers gaan terug tot 2005, de cijfers van Mook en Middelaar gaan terug tot 2015 (omdat het vanaf toen mogelijk werd om gegevens uit te wisselen met buurregio GGD Gelderland-Zuid).
- **Anonieme uitvraag**: Doordat jongeren een digitale, anonieme vragenlijst op school invullen, zonder dat deze kan worden ingezien door docenten, ouders, of de jeugdverpleegkundige, worden sociaal wenselijke antwoorden voorkómen.
- **Hoge respons**: In uw gemeente hebben in totaal 134 jongeren meegedaan aan het onderzoek, dit is circa 67% van de totale populatie 2^{de} en 4^{de} klassers.
- **Representatieve cijfers**: De cijfers worden gewogen naar achtergrondkenmerken (geslacht, leerjaar, onderwijsniveau en stedelijkheid van de gemeente waar de jongere woont). Hierdoor zijn de cijfers altijd een goede afspiegeling van de werkelijke populatie jongeren in uw gemeente.

Gemeente Mook en Middelaar: een bijzondere positie binnen de regio

De gemeente Mook en Middelaar ligt in het uiterste noordelijke puntje van Limburg. Een groot deel van de middelbare scholieren gaat niet in de regio Limburg-Noord naar school, maar in de regio Gelderland-Zuid (Nijmegen). In deze rapportage worden de landelijke thema's gerapporteerd die door beide GGD'en exact hetzelfde zijn uitgevraagd, de respondenten van beide GGD'en zijn hiervoor samengevoegd. Deze rapportage is derhalve gebaseerd op 134 respondenten die allen in Mook en Middelaar wonen; hiervan gaan er 119 in de regio Gelderland-Zuid (Nijmegen) naar school en 15 in de regio Limburg-Noord. Er zijn ook jongeren die in Mook en Middelaar wonen en in de GGD-regio Hart voor Brabant naar school gaan (bijvoorbeeld Cuijk). Doordat de GGD Hart voor Brabant echter geen scholen in Cuijk geïnccludeerd heeft voor deelname aan de Gezondheidsmonitor Jeugd, zijn deze jongeren niet in het onderzoek meegenomen.

ACHTERGROND

Positieve gezondheid

Deze rapportage is gestoeld op het gedachtegoed van positieve gezondheid. We definiëren gezondheid niet slechts als de afwezigheid van ziekte. Het gaat juist om de manier waarop mensen, en dus ook jongeren, kunnen omgaan met de uitdagingen die het leven met zich meebrengt. Ook de inrichting van de fysieke en sociale omgeving kan een grote rol spelen bij het bereiken van gezondheidswinst: samen maken we de gezonde keuze de gemakkelijke keuze!

Leeswijzer

Op de volgende pagina staan de belangrijkste resultaten van uw gemeente afgezet tegen het regiogemiddelde van Limburg-Noord.¹ Waar mogelijk wordt ook het regionale gemiddelde vermeld van Gelderland-Zuid.² De definitie van de indicatoren vindt u op pagina 4. Vanwege de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten, hanteren wij bij de rapportage een minimum van 30 respondenten die de vraag ingevuld hebben en minimaal 5 respondenten per cel. Indien de aantallen lager liggen, worden de cijfers niet weergegeven.

¹ Onder de regio Limburg-Noord vallen de gemeenten: Beesel, Bergen, Gennep, Echt-Susteren, Horst aan de Maas, Leudal, Maasgouw, Mook en Middelaar, Nederweert, Peel en Maas, Roerdalen, Roermond, Venlo, Venray en Weert.

² Onder de regio Gelderland-Zuid vallen de gemeenten: Berg en Dal, Beuningen, Buren, Culemborg, Druten, Heumen, Maasdriel, Neder-Betuwe, Nijmegen, Tiel, West Betuwe, West Maas en Waal, Wijchen en Zaltbommel.

Meer weten? Bezoek het kennisplein!

Op www.ggdlimburgnoord.nl/kennisplein kunt u inloggen op ons digitale dashboard. Hier kunt u uitgebreidere resultaten van uw gemeente bekijken, zoals alle uitsplitsingen naar doelgroep (geslacht, leeftijd, onderwijstype) en eventuele trends t.o.v. voorgaande jaren. Ook vindt u op het kennisplein de regionale cijfers over enkele aanvullende thema's en een samenvattende rapportage op regionaal niveau, waarin meer duiding gegeven wordt aan de belangrijkste resultaten.



Samenvatting Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Gemeente Mook en Middelaar

Afwijkingen van $\geq 3\%$ t.o.v. het regionale gemiddelde Limburg-Noord worden in **groen (gunstig)** en **rood (ongunstig)** weergegeven.
Indien geen cijferbeschikbaar is, wordt een streepje (-) weergegeven.



Dagelijks leven

1. Eenoudergezin
2. Ziek gezinslid
3. Moeite met rondkomen (gezin)
4. Alcohol (afgelopen 4 weken)
5. Alcohol (binge drinken)
6. Alcohol (dronken geweest)
7. Rookt
8. E-sigaret (ooit)
9. Softdrugs (ooit)
10. Gamers (problematisch)

Gemeente	Regio LN	Regio GZ
10%	9%	9%
6%	12%	11%
-	4%	3%
24%	31%	29%
15%	23%	21%
8%	15%	14%
11%	5%	7%
20%	22%	24%
6%	6%	9%
-	2%	2%



Meedoen

1. Slachtoffer pesten
2. Slachtoffer cyberpesten
3. Sexting
4. Sociale media (problematisch)

Gemeente	Regio LN	Regio GZ
3%	8%	-
5%	5%	-
-	3%	3%
11%	6%	7%



Lekker in je vel zitten

1. Geluk
2. Scheiding ouders

Gemeente	Regio LN	Regio GZ
82%	85%	87%
-	23%	-



Nu en later

Er zijn in de landelijke verplichte basisset geen vragen opgenomen die betrekking hebben op het domein "nu en later".



Mijn lichaam

1. Ervaren gezondheid (goed)
2. Water (elke dag)
3. Frisdrank (elke dag)
4. Energiedrankjes (>1 blikje per dag)
5. Bewegen (actief transport school)
6. Bewegen (in clubverband)
7. Bewegen (buiten clubverband)
8. Bewegen (voldoet aan NNGB)
9. Seksualiteit (heeft ooit seks gehad)

Gemeente	Regio LN	Regio GZ
89%	86%	86%
79%	73%	70%
32%	32%	32%
2%	5%	6%
90%	92%	86%
82%	79%	75%
65%	70%	66%
38%	19%	17%
9%	9%	10%



Mijn gevoelens en gedachten

1. Psychosociale problemen (SDQ)
2. Weerbaarheid (onvoldoende)
3. Stress

Gemeente	Regio LN	Regio GZ
3%	4%	-
12%	8%	10%
43%	41%	41%



Dagelijks leven

1. Eenoudergezin: woont in een eenoudergezin
2. Ziekgezinlid: heeft thuis een ziek gezinslid (lichamelijk/psychische ziekte of verslaving)
3. Moeite met rondkomen: ervaart thuis enige / grote moeite met rondkomen (gezin)
4. Alcohol: heeft de laatste 4 weken alcohol gedronken
5. Alcohol: heeft de laatste 4 weken aan binge drinken gedaan (5 of meer drankjes op 1 gelegenheid)
6. Alcohol: is de laatste 4 weken dronken / aangeschoten geweest
7. Roken: rookt nu
8. E-sigaret: heeft ooit e-sigaret gebruikt
9. Softdrugs: heeft ooit wiet of hasj gebruikt
10. Gamen: heeft verhoogd risico op problematisch gamen



Meedoen

1. Pesten: is de laatste 3 maanden gepest op school
(de GGD Gelderland-Zuid maakt geen onderscheid tussen pesten op school en cyberpesten)
2. Cyberpesten: is de laatste 3 maanden online gepest
(de GGD Gelderland-Zuid maakt geen onderscheid tussen pesten op school en cyberpesten)
3. Sexting: heeft laatste 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf verstuurd
4. Sociale media: heeft verhoogd risico op problematisch gebruik sociale media



Lekker in je vel zitten

1. Geluk: voelt zich meestal (zeer) gelukkig
2. Scheiding ouders: heeft scheiding van ouders meegemaakt
(De GGD Gelderland-Zuid rapporteert deze indicator niet)



Mijn lichaam

1. Ervaren gezondheid: ervaart eigen gezondheid als (zeer) goed
2. Water: drinkt elke dag water
3. Frisdrank: drinkt elke dag suikerhoudende drankjes
4. Energiedrankjes: drinkt meer dan 1 blikje energiedrank per dag
5. Bewegen: gaat elke dag lopend / fietsend naar school
6. Bewegen: sport wekelijks bij een sportvereniging / club / sportschool
7. Bewegen: sport / beweegt wekelijks buiten clubverband
8. Bewegen (NNGB): voldoet aan beweegnorm (minimaal 1 uur per dag actief)
9. Seksualiteit: heeft ooit seks gehad



Mijn gevoelens en gedachten

1. Psychosociale problemen: heeft verhoogd risico op psychosociale problemen (SDQ)
(de GGD Limburg-Noord hanteert daarbij andere afkapwaarden dan de GGD Gelderland-Zuid)
2. Weerbaarheid: is onvoldoende weerbaar
3. Stress: voelt zich (zeer) vaak gestrest door één of meer factoren



Nu en later

Geen landelijk indicatoren

Uitsplitsingen naar geslacht, leeftijd en onderwijstype beschikbaar op
www.ggdlimburgnoord.nl/kennisplein

BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Mijn lichaam

De meerderheid (90%) van de jongeren in Mook en Middelaar ervaart de eigen gezondheid als (zeer) goed. Bovendien is dit percentage gestegen t.o.v. 2015 en komt daarmee boven het regionale gemiddelde van 86% uit. Wel zijn er grote verschillen zichtbaar tussen subgroepen; zo voelen meisjes, jongeren in leerjaar 4 en jongeren op het VMBO zich minder gezond dan jongens, jongeren in leerjaar 2 en jongeren op HAVO-VWO.

Het percentage jongeren dat elke dag water drinkt, ligt in Mook en Middelaar met 76% iets hoger dan regionaal (73%). Slechts een minderheid van 4% van de jongeren in Mook en Middelaar geeft aan (bijna) nooit water te drinken. Van de jongeren geeft 32% aan elke dag suikerhoudende drankjes te nuttigen, dit is vergelijkbaar met regionaal. Een meerderheid van 87% geeft aan (bijna) nooit energiedrank te drinken en slechts 2% geeft aan daarvan meer dan 1 blikje per dag te drinken. Uit de regionale resultaten blijkt dat de meerderheid (78%) van de jongeren minimaal 5 dagen per week ontbijt, bijna de helft (47%) elke dag groente eet, maar dat slechts 3 op de 10 (30%) elke dag fruit eet.

Wat betreft lichamelijke activiteit steken de resultaten van Mook en Middelaar gunstig af t.o.v. regionaal: in Mook en Middelaar schat 28% van de jongeren in dat zij voldoen aan de Nederlandse

Norm gezond bewegen (minimaal 1 uur per dag actief), t.o.v. 19% regionaal. Opvallend daarbij is dat jongeren in Mook en Middelaar relatief vaak in clubverband sporten, maar juist minder vaak buiten clubverband bewegen. Toch geldt ook voor Mook en Middelaar dat de meerderheid van de jongeren (72%) *niet* voldoet aan de NNGB en dus minder beweegt dan goed is voor hun gezondheid. Uit de regionale resultaten blijkt dat jongeren steeds meer tijd doorbrengen achter een beeldscherm.



BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Mijn gevoelens en gedachten

Een minderheid van 3% van de jongeren in Mook en Middelaar heeft een verhoogde score op de SDQ (een maat voor psychosociale problematiek), dit is vergelijkbaar met regionaal. De meeste jongeren (88%) schatten zelf in dat zij voldoende weerbaar zijn, al ligt het percentage jongeren dat onvoldoende weerbaar is met 12% wel hoger dan regionaal (8%). Er is hierin een opvallende verslechtering zichtbaar voor Mook en Middelaar t.o.v. 2015, toen slechts 4% van de jongeren als onvoldoende weerbaar geclassificeerd werd.

Het percentage jongeren dat zich (zeer) vaak gestrest voelt, ligt in Mook en Middelaar met 43% in lijn met het regionaal gemiddelde van 41%. Meisjes (57%) ervaren aanzienlijk vaker stress dan jongens (29%). De meest genoemde stressfactoren zijn school / huiswerk en “alles” wat jongeren moeten doen (bijvoorbeeld sociale media, bijbaantje, sporten etc.).

Nu en later

Jongeren brengen een groot deel van hun week op school door en ontlenen hieraan toekomstperspectief. Uit de regionale resultaten blijkt dat circa 1 op de 3 jongeren de laatste 4 weken van school verzuimde vanwege ziekte, dit percentage is al jaren min of meer stabiel in onze regio. Wel valt op dat jongeren op het VMBO vaker vanwege ziekte verzuimen. Het percentage jongeren dat spijbelt, is regionaal gestegen

van 6% in 2005 naar 9% in 2019. ook hier ligt het percentage hoger onder jongeren op het VMBO. Over deze thema's zijn geen gemeentelijke cijfers voor Mook en Middelaar beschikbaar.

Lekker in je vel zitten

De meerderheid (92%) van de jongeren in Mook en Middelaar voelt zich meestal (zeer) gelukkig, dit percentage ligt hoger dan regionaal (85%). Vooral het verschil tussen jongeren in leerjaar 2 (96%) en leerjaar 4 (88%) valt daarbij op. Regionaal geeft 23% van de jongeren aan een (echt)scheiding van de ouders te hebben meegemaakt, voor de gemeente Mook en Middelaar zijn hierover geen cijfers bekend.

Meedoen

Het percentage jongeren dat op school gepest wordt is in Mook en Middelaar gehalveerd van 10% in 2015 naar 5% in 2019 en komt daarmee onder het regiogemiddelde van 8% te liggen. Ook het percentage jongeren dat slachtoffer is van cyberpesten ligt met 4% iets lager dan regionaal (6%). Het percentage jongeren waarbij het gebruik van sociale media problemen geeft, is in Mook en Middelaar gestegen van 5% in 2015 naar 11% in 2019, terwijl dit regionaal stabiel is gebleven op 6%. Uit de regionale resultaten blijkt verder dat de acceptatie van homoseksuele leeftijdgenoten het afgelopen decennium is toegenomen.



BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Dagelijks leven

Eén op de 10 jongeren in Mook en Middelaar groeit op in een eenoudergezin (VMBO 14%, HAVO-VWO 7%) dit percentage is vergelijkbaar met regionaal en is stabiel gebleven t.o.v. 2015. Slechts 6% van de jongeren in Mook en Middelaar geeft aan dat zij thuis een ziek gezinslid hebben (en dus mogelijk jonge mantelzorger zijn), regionaal is dit dubbel zo veel (12%). Er zijn in Mook en Middelaar relatief weinig jongeren die aangeven dat er thuis moeite is met rondkomen.

Het alcoholgebruik onder jongeren laat een dalende trend zien, zowel in Mook en Middelaar als regionaal. Waar in 2015 nog 32% van de jongeren aangaf de afgelopen 4 weken alcohol te hebben gedronken, is dit in 2019 gedaald naar 24%. Het percentage van Mook en Middelaar ligt daarbij onder het regiogemiddelde van 31%. Eenzelfde patroon is zichtbaar voor het percentage jongeren dat aan binge drinken doet (5 of meer drankjes op 1 gelegenheid), of aangeschoten of dronken geweest is.

Uit de regionale resultaten blijkt dat het percentage rokende jongeren vanaf 2005 een gestage daling laat zien. Voor Mook en Middelaar geldt daarentegen dat in 2019 11% aangeeft te roken. Dit is een stijging ten opzichte van 2015 en twee keer zo hoog als de regio. Ook blijkt dat 1 op de 5 jongeren in Mook en Middelaar experimenteert

met het gebruik van e-sigaretten: 20% geeft aan ooit een e-sigaret gebruikt te hebben, t.o.v. 22% regionaal.

Het percentage jongeren dat in de afgelopen 4 weken wiet/hasj gebruikt heeft, is in Mook en Middelaar gedaald van 14% in 2015, naar 6% in 2019, en komt daarmee gelijk te liggen met het regionale gemiddelde. Uit de regionale resultaten blijkt dat jongeren wiet/hasj vooral buiten op straat of bij vrienden gebruiken. Het aantal jongeren dat ooit een andere soort drugs gebruikt heeft, ligt onder jongeren in deze leeftijdsgroep laag en beperkt zich voornamelijk tot het gebruik van lachgas en XTC. Voor alle genotmiddelen (alcohol, tabak en softdrugs) geldt dat jongeren dit vooral via-via verkrijgen, i.p.v. het zelf te kopen.

Gamen tenslotte is vooral populair onder jongens, blijkt uit de regionale resultaten: 31% van de jongens geeft aan elke dag te gamen, t.o.v. 6% van de meisjes. Van de jongeren die gamen, geeft 1 op de 5 aan 3 uur per dag of langer te gamen, slechts een minderheid van 2% vindt echter dat het gamen tot problematische situaties leidt.

BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Samen verder met positieve gezondheid

Een positief gezonde ontwikkeling van jongeren is ons gemeenschappelijk doel. Jongeren die stevig in hun schoenen staan, maken gezondere keuzes. Sociale steun kan helpen om vaardigheden te ontwikkelen, die jongeren in staat stellen om eigen regie te voeren binnen de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven. Jongeren die opgroeien in een omgeving waarin de gezonde keuze vanzelfsprekend is, leggen de basis voor een gezonde leefstijl voor de rest van hun leven. Aandacht voor de uitkomsten beschreven in deze rapportage, kan leiden tot nog meer gezondheidswinst. De GGD medewerkers denken graag met u mee over de mogelijkheden in uw gemeente.





CONTACT

Heeft u naar aanleiding van deze factsheet nog vragen?

Neem dan contact op met team onderzoek via:

onderzoek@vrln.nl

GGD Limburg-Noord

Postbus 1150

5900 BD Venlo

T 088 1191200

onderzoek@vrln.nl

www.ggdlimburgnoord.nl/kennisplein

Illustraties: Margret Reijnders | Creatieve Communicatie