

# Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020

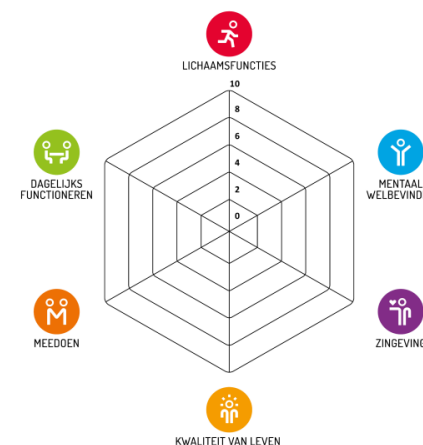
## Gemeente rapportage Peel en Maas



Deze lokale rapportage is een korte samenvatting van de belangrijkste resultaten uit de Gezondheidsmonitor 2020 op gemeenteniveau. Dit onderzoek wordt eenmaal per vier jaar landelijk uitgevoerd met alle 25 GGD'en, RIVM en CBS. De volgende pagina's geven een beeld van de lokale gezondheidssituatie. Tegelijkertijd is het een uitnodiging om het [kennisplein](#) van de GGD Limburg-Noord te bezoeken voor een volledig beeld. Alle resultaten worden gepresenteerd binnen de pijlers van positieve gezondheid. Een belangrijk uitgangspunt, want gezondheid is meer dan de afwezigheid van ziekten. In de rapportage wordt regelmatig een vergelijking gemaakt met de regio. Onder de regio Limburg-Noord (LN) verstaan we de 15 gemeenten in Noord- en Midden-Limburg<sup>1</sup>. Een volledige beschrijving van de achtergrond van het onderzoek is [hier](#) te vinden.

### Demografie

|               | Inkomen (tot 120% van het sociaal minimum) | Laag opgeleiden | Laaggeletterden | 18-25 jaar | 85+ jaar |
|---------------|--|-----------------|-----------------|------------|----------|
| Peel en Maas  | 5%   | 32%             | 9%              | 9%         | 2%       |
| Limburg-Noord | 8%   | 32%             | 13%             | 9%         | 3%       |



### Rekenhulp



| Peel en Maas        | Inwoneraantal | 1%  | 5%    | 10%   | 25%   | 50%    | 75%    |
|---------------------|---------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------|
| Volwassenen (18-64) | 26.034        | 260 | 1.302 | 2.603 | 6.508 | 13.017 | 19.526 |
| Ouderen (65+)       | 10.061        | 101 | 503   | 1.006 | 2.515 | 5.030  | 7.546  |

<sup>1</sup>Beesel, Bergen, Gennep, Echt-Susteren, Horst aan de Maas, Leudal, Maasgouw, Mook en Middelaar, Nederweert, Peel en Maas, Roerdalen, Roermond, Venlo, Venray, Weert.



## LICHAAMSFUNCTIES

Een gezonde geest in een gezond lichaam. Bij deze pijler hoort je gezond voelen, fitheid, klachten en pijn, slapen, eten, conditie en bewegen. [Meer cijfers](#)

Thema's:

- ❖ Ervaren gezondheid
- ❖ Chronische aandoeningen
- ❖ Lichamelijke beperkingen
- ❖ Bewegen
- ❖ Voeding
- ❖ Gewicht
- ❖ Slapen
- ❖ Kwetsbaarheid
- ❖ Fysieke veiligheid (valrisico)



**2,5 uur per week**  
matig intensief bewegen

Verspreid het bewegen  
over meerdere dagen.



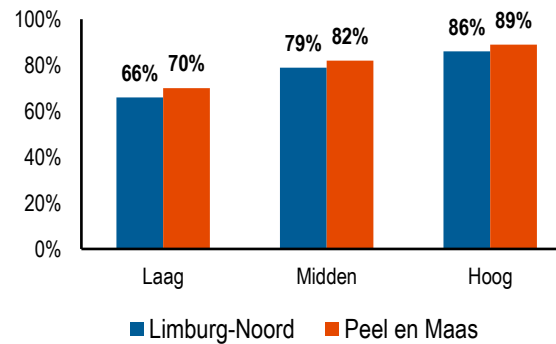
**2x per week**  
spier- en botversterkende  
activiteiten

Voor ouderen in combinatie  
met balansoefeningen.

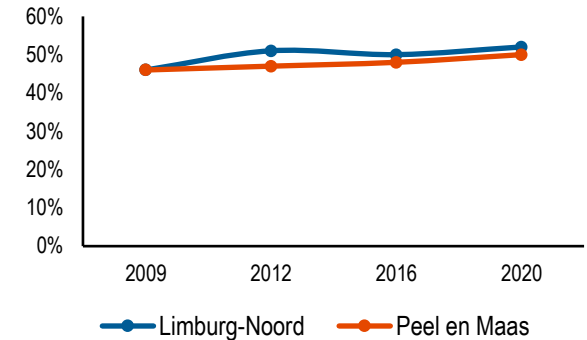
Ervaart eigen gezondheid  
als (zeer) goed

80%

Goed ervaren gezondheid  
naar opleidingsniveau



Heeft overgewicht of obesitas



Heeft (nogal tot heel veel)  
slaapproblemen

24%

Voldoet aan beweegrichtlijn

57%

Volwassenen (18-64 jaar)

48%

Ouderen (65+)

Is (enigszins) kwetsbaar (65+)

22%

Man

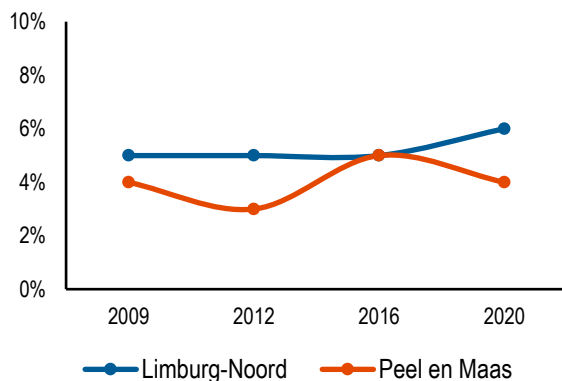
39%

Vrouw

**Gemeten aan de hand van 10  
verschillende vragen waaronder:**

- Hoe vaak voelde u zich hopeloos?
- Hoe vaak voelde u zich zenuwachtig?
- Hoe vaak voelde u zich zo somber dat niets hielp om u op te vrolijken?

**Heeft hoog risico op  
angststoornis of depressie**



**Heeft (heel) veel stress**



Volwassenen  
(18-64 jaar)



Ouderen  
(65+)



## MENTAAL WELBEVINDEN

Fitheid van de geest. 'Symptomen' van mentale fitheid zijn: een leeg hoofd, rust, balans, zeker zijn over jezelf en positief denken. Bij deze pijler hoort je concentreren, onthouden, communiceren, vrolijk zijn, jezelf accepteren, omgaan met veranderingen en gevoel van controle. [Meer cijfers](#)

**Thema's:**

- ❖ Regie over eigen leven
- ❖ Risico op angststoornis of depressie
- ❖ Stress
- ❖ Veerkracht

**BELANGRIJKSTE  
BRONNEN VAN STRESS**



WERK



FAMILIE



GELD

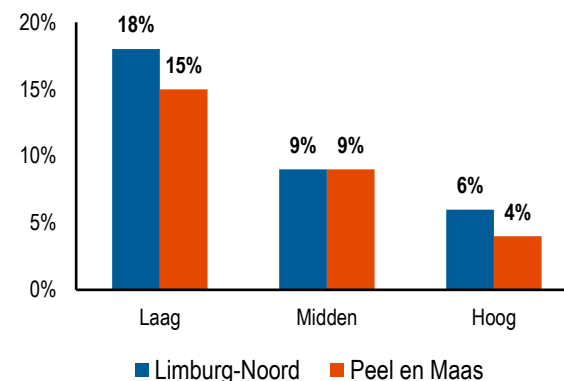


GEZONDHEID

**Heeft matig tot voldoende  
regie over eigen leven**

90%

**Heeft onvoldoende  
regie over eigen leven  
naar opleidingsniveau**



**Heeft een normale tot hoge veerkracht**



Man

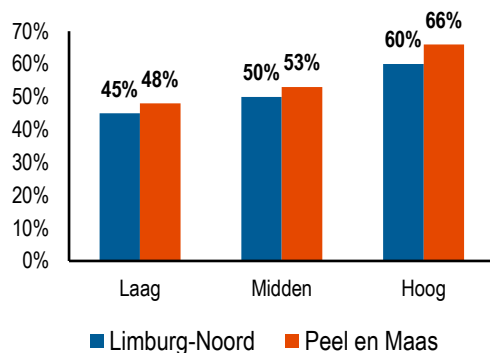


Vrouw

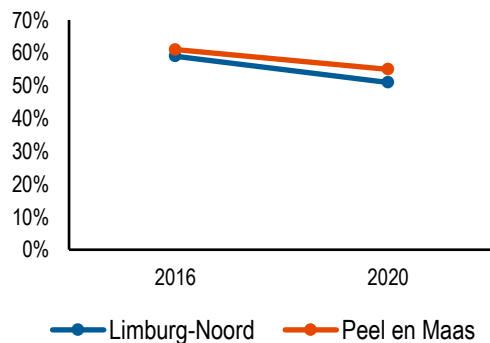
## Heeft een bovengemiddelde positieve psychische gezondheid

55%

### Positieve psychische gezondheid naar opleidingsniveau



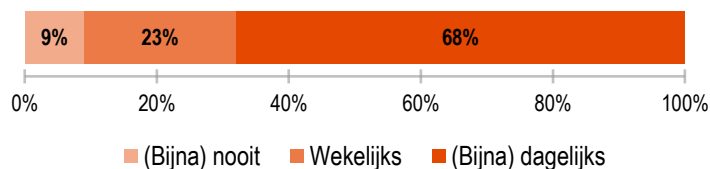
### Trend positieve psychische gezondheid



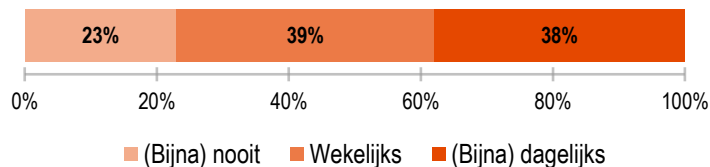
## Thema's zingeving positieve psychische gezondheid



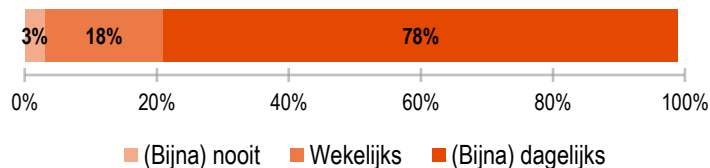
### Ervaart dat het leven zin heeft



### Wordt uitgedaagd om te groeien



### Is geïnteresseerd in het leven



## ZINGEVING

Iedereen heeft behoefte aan zingeving in het leven. Zingeving draait om wat je dagelijks energie geeft, waar je je volledig voor inzet en wat je leven écht de moeite waard maakt. Bij deze pijler hoort een zinvol leven, levenslust, idealen willen bereiken, vertrouwen hebben, accepteren, dankbaarheid en blijven leren. [Meer cijfers](#)

Thema's:

❖ Positieve Psychische Gezondheid

### Voorbeelden uit de vragenlijst:



Hoe vaak had u het gevoel ((bijna) nooit, wekelijks, (bijna) dagelijks):

- Dat u geïnteresseerd was in het leven?
- Dat u werd uitgedaagd om te groeien of een beter mens te worden?
- Dat uw leven een richting of zin had?



## KWALITEIT VAN LEVEN

Kwaliteit van leven is een perceptie van hoe men in het leven staat. Zaken als een groot tevredenheidsgevoel en een fijne en veilige leefomgeving dragen bij aan een prettig leven. Bij deze pijler hoort genieten, gelukkig zijn, lekker in je vel zitten, balans, je veilig voelen, hoe je woont en rondkomen met je geld.

Meer cijfers

Thema's:

- ❖ Geluk
- ❖ Tevredenheid met het leven
- ❖ Sociale veiligheid
- ❖ Leefomgeving

### BELANGRIJKSTE BRONNEN

#### GELUIDHINDER



**BROMMERS**



**VERKEER IN  
BEBOUWDE KOM**

#### GEURHINDER

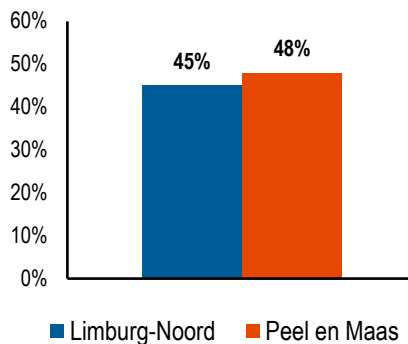


**STOKEN**

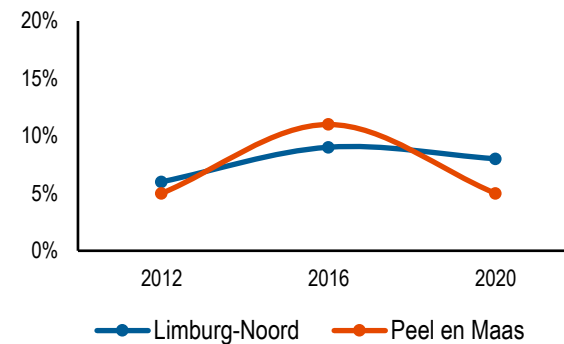


**AGRARISCHE  
SECTOR**

### Voelt zich (zeer) gelukkig



### Was (ooit) slachtoffer van huiselijk geweld (18-64 jaar)



### Tevredenheid met het leven



### Ervaart geluid- of geurhinder (18-64 jaar)

|               | Geluidhinder | Geurhinder |
|---------------|--------------|------------|
| Peel en Maas  | 52%          | 31%        |
| Limburg-Noord | 60%          | 31%        |

### Uitspraken over de omgeving (18-64 jaar)





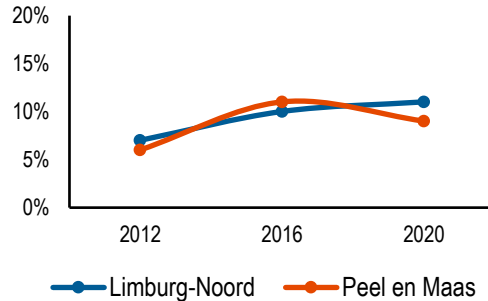
## MEEDOEN

Het gevoel dat je er toe doet. Sociaal maatschappelijk participeren oftewel meedoen aan het maatschappelijk leven door het hebben van activiteiten en contacten levert een positieve bijdrage aan de gezondheid. Bij deze pijler hoort sociale contacten, serieus genomen worden, samen leuke dingen doen, steun van anderen, erbij horen, zinvolle dingen doen en interesse in de maatschappij. [Meer cijfers](#)

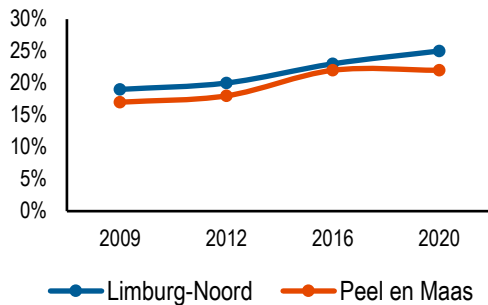
Thema's:

- ❖ Werk
- ❖ Vrijwilligerswerk
- ❖ Mantelzorg geven
- ❖ Welzijnsondersteuning
- ❖ Eenzaamheid
- ❖ Sociaal netwerk en contacten
- ❖ Sociale uitsluiting
- ❖ Discriminatie
- ❖ Lidmaatschap verenigingen

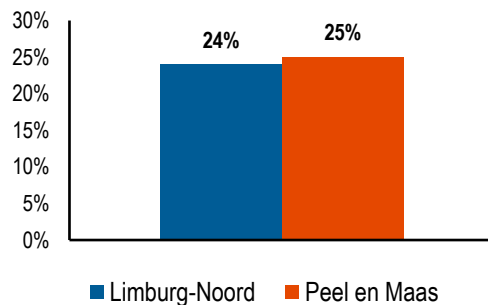
### Is (zeer) ernstig eenzaam



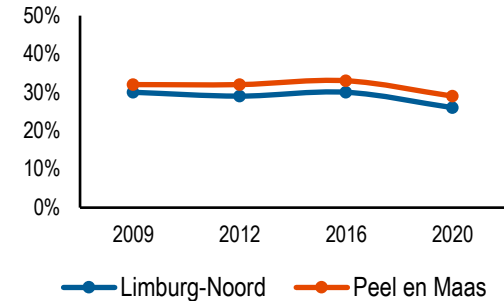
### Heeft minder dan 1 keer per week contact met de buren



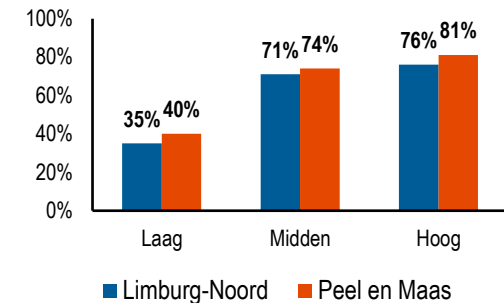
### Heeft mantelzorg gegeven in de afgelopen 12 maanden



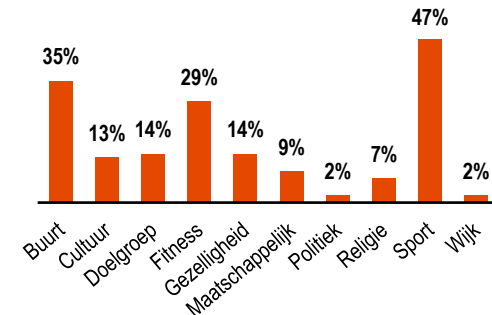
### Doet vrijwilligerswerk



### Werkt minimaal 1 uur



### Vormen van lidmaatschap vereniging





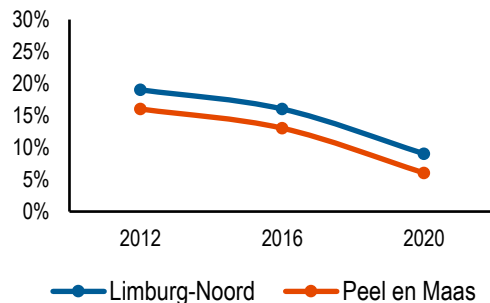
## DAGELIJKS FUNCTIONEREN

Hoe goed kun jij jezelf redden? Lukt het om hulp te vragen als de zelfredzaamheid afneemt of als je problemen ervaart met de opvoeding? Welke invloed had corona op het dagelijks leven? Bij deze pijler hoort zorgen voor jezelf, je grenzen kennen, kennis van gezondheid, omgaan met tijd, omgaan met geld, kunnen werken en hulp kunnen vragen. [Meer cijfers](#)

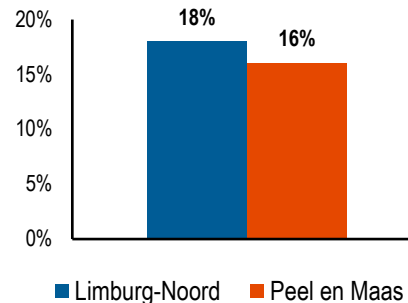
Thema's:

- ❖ Alcohol gebruik
- ❖ Roken
- ❖ Zelfredzaamheid
- ❖ Mantelzorg ontvangen
- ❖ Beschikbaarheid mantelzorg
- ❖ Zorggebruik
- ❖ Zorg mijden
- ❖ Rondkomen
- ❖ Opvoeding kinderen
- ❖ Gevolgen coronacrisis

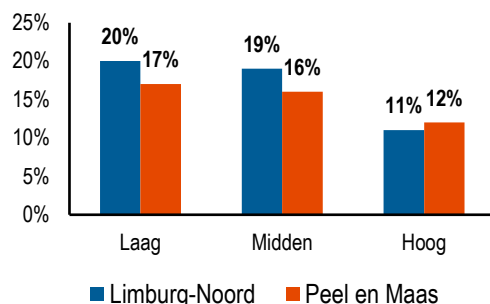
### Heeft moeite met rondkomen



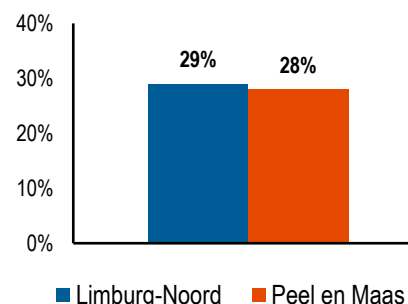
### Voelde zich eenzamer tijdens de coronacrisis



### Rokers naar opleidingsniveau



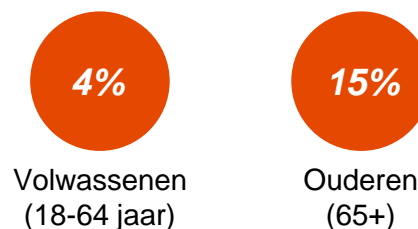
### Is minder gaan bewegen tijdens de coronacrisis



### Drinkt overmatig alcohol



### Beschikt niet over een potentiële mantelzorger



## Aanknopingspunten voor beleid:

- ❖ In het [Nationaal Preventieakkoord](#) en de daaruit afgeleiden lokale akkoorden wordt ingezet op de leefstijlthema's roken, alcohol, bewegen en overgewicht. Uit de cijfers blijkt dat er nog veel winst nodig is om de gewenste streefcijfers te behalen in 2040.
- ❖ Gezondheidsverschillen tussen hoog- en laagopgeleiden blijven groot, het stimuleringsprogramma [Gezondln](#) heeft veel kennis en voorbeelden over de (lokale) aanpak van gezondheidsverschillen.
- ❖ Inzetten op een gezonde leefomgeving is een effectieve manier om te werken aan preventieve gezondheid en een belangrijk onderdeel van het regionale manifest 'Naar gelijke kansen op gezondheid!'. Kijk [hier](#) voor alles wat (landelijk) op het gebied van een gezonde leefomgeving is samengebracht.
- ❖ Mentale gezondheid, druk op het dagelijks leven en eenzaamheid waren al langer belangrijke thema's in gezondheidsbeleid. De coronacrisis heeft het belang om hier extra aandacht voor te hebben extra duidelijk gemaakt. O.a. op het [loket gezond leven](#) is meer (praktische) informatie over dit onderwerp te vinden.
- ❖ De thema's uit de GGD Gezondheidsmonitor vormen een goede basis om breed binnen het sociaal domein te kijken naar de samenhang volgens de dimensies van [positieve gezondheid](#).



**Advies of hulp nodig bij de duiding van de cijfers of hoe de cijfers gebruikt kunnen worden in beleid of uitvoeringsplannen?**

Mail naar: [onderzoek@vrln.nl](mailto:onderzoek@vrln.nl)



### Wijkcijfers

In het dashboard zijn voor Peel en Maas voor de volgende wijken cijfers beschikbaar:

- |                                   |             |
|-----------------------------------|-------------|
| 1. Grashoek-Koningslust en Egchel | 4. Maasbree |
| 2. Panningen                      | 5. Baarlo   |
| 3. Kessel en Kessel-Eik           | 6. Meijel   |

Buurtcijfers voor Beringe + Groeze en Helden + Keup zijn op aanvraag beschikbaar.

**Kijk voor alle cijfers op:**

**[WWW.GGDLIMBURGNOORD.NL/KENNISPLEIN](http://WWW.GGDLIMBURGNOORD.NL/KENNISPLEIN)**

