

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 'LINSIA' and 'EDIT'. The person is standing in front of a brick wall with a concrete base.

Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Resultaten gemeente Bergen

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 aan dit onderzoek, hebben alle leerlingen in leerjaar 2 (13-14 jarigen) en leerjaar 4 (15-16 jarigen) een vragenlijst ingevuld. 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. 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. Doordat de monitor elke 4 jaar herhaald wordt, worden trends op regionaal niveau zichtbaar (cijfers gaan terug tot 2005). Voor de gemeente Bergen zijn er vanwege het lage aantal respondenten echter geen trends beschikbaar.

Respons gemeente Bergen

In uw gemeente hebben in totaal 140 jongeren meegedaan aan het onderzoek, dit is circa 52% van de totale populatie 2^{de} en 4^{de} klassers in uw gemeente. Omdat het aantal respondenten in de gemeenten Bergen te laag was voor het aanmaken van een weegfactor ¹, zijn de respondenten van de gemeenten Bergen en Gennep samengevoegd en alsnog gewogen naar achtergrondkenmerken (geslacht, leerjaar, onderwijsniveau). De gecombineerde, gewogen cijfers zijn een goede afspiegeling van de werkelijke populatie jongeren in de gemeente Bergen. De cijfers voor de gemeenten Bergen en Gennep zijn hierdoor na weging identiek.

¹ De cijfers worden gewogen naar achtergrondkenmerken (geslacht, leerjaar, onderwijsniveau). Hierdoor zijn de cijfers een goede afspiegeling van de werkelijke populatie jongeren in een bepaalde gemeente.

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 regionale gemiddelde.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.

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, waaronder een aantal aanvullende indicatoren, uitsplitsingen naar doelgroep (geslacht, leeftijd, onderwijstype) en eventueel trends t.o.v. voorgaande jaren. Ook vindt u op het kennisplein de samenvattende rapportage op regionaal niveau, waarin meer duiding gegeven wordt aan de belangrijkste resultaten.

² 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.



Samenvatting Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Gemeente Bergen

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



Dagelijks leven

	Gemeente	Regio
1. Eenoudergezin	7%	9%
2. Ziek gezinslid (jonge mantelzorger)	18%	12%
3. Moeite met rondkomen (gezin)	5%	4%
4. Geld tekort (jongere zelf)	32%	30%
5. Alcohol (afgelopen 4 weken)	33%	31%
6. Rookt	6%	5%
7. E-sigaret (ooit)	24%	22%
8. Softdrugs (ooit)	6%	6%
9. Harddrugs (ooit, inclusief lachgas)	3%	3%
10. Lachgas (ooit)	2%	3%
11. Gamers (problematisch)	2%	2%



Meedoen

	Gemeente	Regio
1. Sociale steun vriend(inn)en	61%	62%
2. Eenzaamheid (vaak)	5%	4%
3. Slachtoffer pesten	8%	8%
4. Slachtoffer cyberpesten	5%	5%
5. Sexting	4%	3%
6. Sociale media (problematisch)	6%	6%
7. Afstand tot homoseksuelen	39%	31%
8. Lid sportvereniging	63%	69%
9. Lid andere vereniging	18%	25%



Lekker in je vel zitten

	Gemeente	Regio
1. Geluk	88%	85%
2. Scheiding ouders	27%	23%
3. Onveiligheid (overdag)	8%	5%
4. Omgeving (hangplekken)	57%	58%



Nu en later

	Gemeente	Regio
1. Ziekteverzuim (≥ 3 dagen)	9%	7%
2. Spijbelen (≥ 1 dag)	8%	9%



Mijn lichaam

	Gemeente	Regio
1. Ervaren gezondheid (goed)	88%	86%
2. Lichamelijke en/of psychische ziekte	12%	13%
3. Slapen (niet goed)	18%	18%
4. Ontbijten (≥ 5 dagen per week)	75%	78%
5. Fruit (elke dag)	27%	30%
6. Groente (elke dag)	34%	47%
7. Water (elke dag)	71%	73%
8. Frisdrank (glazen per week)	12,7	11,2
9. Energiedrankjes (blikjes per week)	7,5	4,7
10. Bewegen (voldoet aan NNGB)	35%	19%
11. Beeldschermtijd (≥ 3 uur per dag)	52%	50%
12. BMI (o.b.v. zelfrapportage)	76%	78%
13. Gehoorschade	26%	23%
14. Seksualiteit (heeft ooit seks gehad)	12%	9%



Mijn gevoelens en gedachten

	Gemeente	Regio
1. Psychosociale problemen (SDQ)	4%	4%
2. Weerbaarheid (onvoldoende)	10%	8%
3. Stress	39%	41%



Dagelijks leven

1. Eenoudergezin: woont in een eenoudergezin
2. Mantelzorg: heeft ziek gezinslid (lichamelijke / psychische ziekte of verslaving)
3. Moeite met rondkomen: ervaart thuis enige / grote moeite met rondkomen (gezin)
4. Geld tekort: komt zelf soms / vaak geld tekort
5. Alcohol: heeft de laatste 4 weken alcohol gedronken
6. Roken: rookt nu
7. E-sigaret: heeft ooit e-sigaret gebruikt
8. Softdrugs: heeft ooit wiet of hasj gebruikt
9. Harddrugs: heeft ooit harddrugs gebruikt (inclusief lachgas)
10. Lachgas: heeft ooit lachgas gebruikt
11. Gamen: heeft verhoogd risico op problematisch gamen



Meedoen

1. Vriend(inn)en: ervaart veel sociale steun van vriend(inn)en
2. Eenzaamheid: voelt zich vaak eenzaam
3. Pesten: is de laatste 3 maanden gepest op school
4. Cyberpesten: is de laatste 3 maanden online gepest
5. Sexting: heeft laatste 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf verstuurd
6. Sociale media: heeft verhoogd risico op problematisch gebruik sociale media
7. Homoacceptatie: ervaart grote sociale afstand tot homoseksuelen
8. Sportvereniging: is lid van een sportvereniging
9. Andere vereniging: is lid van een andere vereniging



Lekker in je vel zitten

1. Geluk: voelt zich meestal (zeer) gelukkig
2. Scheiding ouders: heeft scheiding van ouders meegemaakt
3. Onveiligheid: voelt zich overdag soms / vaak onveilig
4. Omgeving: is tevreden met hangplekken



Mijn lichaam

1. Ervaren gezondheid: ervaart eigen gezondheid als (zeer) goed
2. Lichamelijke en/of psychische ziekte: heeft een ernstige lichamelijke en/of psychische ziekte of beperking
3. Slapen: slaapt over het algemeen niet zo / helemaal niet goed
4. Ontbijten: ontbijt 5 dagen per week of meer
5. Fruit: eet elke dag fruit
6. Groente: eet elke dag groente
7. Water: drinkt elke dag water
8. Frisdrank: gemiddeld aantal glazen drankjes met suiker per week
9. Energiedrankjes: gemiddeld aantal blikjes energiedrank per week
10. Bewegen (NNGB): voldoet aan beweegnorm (minimaal 1 uur per dag actief)
11. Beeldschermtijd: kijkt 3 uur per dag of langer naar een beeldscherm (buiten schooltijd)
12. BMI: heeft een gezond gewicht (Body Mass Index op basis van zelf gerapporteerde lengte en gewicht)
13. Gehoorschade: heeft soms / vaak last van gehoor na muziek luisteren met oordopjes / koptelefoon
14. Seksualiteit: heeft ooit seks gehad



Mijn gevoelens en gedachten

1. Psychosociale problemen heeft verhoogd risico op psychosociale problemen (SDQ)
2. Weerbaarheid: is onvoldoende weerbaar
3. Stress: voelt zich (zeer) vaak gestrest door één of meer factoren



Nu en later

1. Ziekteverzuim: was laatste 4 schoolweken meer dan 3 dagen ziek thuis
2. Spijbelen: heeft laatste 4 schoolweken gespijbeld

BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Mijn lichaam

De meerderheid (88%) van de jongeren in Bergen ervaart de eigen gezondheid als (zeer) goed, al ligt dit percentage hoger onder jongens (93%) dan onder meisjes (82%). Opvallend is ook het verschil in ervaren gezondheid tussen jongeren op het VMBO (84% ervaart eigen gezondheid als goed) en jongeren op het HAVO-VWO (94% ervaart eigen gezondheid als goed). Een minderheid (12%) geeft aan een ernstige lichamelijke en/of psychische ziekte of beperking te hebben. Vooral meisjes (21%) geven aan niet goed te slapen, 64% van de meisjes is overdag dan ook vaak slaperig of moe.



Ongeveer drie kwart (76%) van de jongeren ontbijt minimaal 5 dagen per week. Een minderheid eet elke dag fruit (27%) en groente (34%), en deze percentages liggen lager dan regionaal. Ongeveer 7 op de 10 jongeren (71%) geven aan elke dag water te drinken. Toch drinken zij gemiddeld ook 12 glazen suikerhoudende drank en 7 blikjes energiedrank per week, dit is hoger dan het regionaal gemiddelde. De voedingsgewoonten van jongeren op het HAVO-VWO zijn over het algemeen beter dan van de jongeren op het VMBO (m.u.v. groenteconsumptie).

In vergelijking met regionaal gaan de jongeren in Bergen minder vaak lopend of fietsend naar school (75% in Bergen t.o.v. 92% regionaal), maar voldoen zij met 25% wel vaker aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (regionaal is dat 19%). Meer dan de helft van de jongeren (52%) geeft aan 3 uur per dag of langer naar een beeldscherm te kijken, regionaal is daarin ook een stijging zichtbaar t.o.v. 2015.

Meer dan een kwart (26%) van de jongeren geeft aan last te hebben van het gehoor na het luisteren van muziek met oordopjes / koptelefoon. Meer dan de helft (59%) heeft last van het gehoor na het bezoeken van een plek met harde muziek en ook dit percentage is hoger dan regionaal.

Bergense jongeren beginnen gemiddeld eerder met seks dan hun regionale leeftijdsgenoten en het percentage van de seksueel actieven dat altijd een condoom gebruik ligt lager dan regionaal (34% Bergen t.o.v. 44% regionaal).

BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Mijn gevoelens en gedachten

Net als regionaal heeft slechts 4% van de Bergense jongeren een verhoogde score op de SDQ, een maat voor psychosociale problematiek. De meeste jongeren (90%) schatten zelf in dat zij voldoende weerbaar zijn, al wordt 4% van de jongens en 16% van de meisjes op basis van het onderzoek als onvoldoende weerbaar geclassificeerd. Het percentage jongeren dat zich (zeer) vaak gestrest voelt, is in Bergen met 39% vergelijkbaar met het regionaal gemiddelde van 41%. Meisjes (52%) ervaren aanzienlijk vaker stress dan jongens (27%). 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 ontleneren hieraan toekomstperspectief. Het ziekteverzuim onder Bergense jongeren ligt hoger dan regionaal. Met name op het VMBO verzuimen veel jongeren vanwege ziekte: 45% van de VMBO-ers geeft aan minimaal 1 dag ziek geweest te zijn in de laatste 4 schoolweken, 12% rapporteert een ziekteverzuim van minimaal 3 dagen in de afgelopen 4 weken (regionaal is dit 38% en 8% respectievelijk).

Het aantal jongeren dat spijbelt is de afgelopen jaren op regionaal niveau gestegen, in Bergen ligt dit percentage in 2019 op 8%, dit is vergelijkbaar met regionaal (9%). De belangrijkste redenen die jongeren opgeven om te spijbelen zijn “geen zin in school” en “anders”.



BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Lekker in je vel zitten

De meerderheid (88%) van de jongeren in Bergen voelt zich meestal (zeer) gelukkig, dit is hoger dan regionaal (85%). Vooral jongens (91%), jongeren in leerjaar 4 (91%) en jongeren op het HAVO-VWO (94%) voelen zich vaak gelukkig. Meer dan een kwart van de Bergense jongeren (27%) heeft een scheiding van de ouders meegemaakt, regionaal is dit 23%.

Circa 8% van de jongeren voelt zich overdag soms/ vaak onveilig, regionaal is dat 5%. Ongeveer een vijfde (18%) van de jongeren voelt zich 's avonds of 's nachts soms/ vaak onveilig, t.o.v. 20% regionaal. Meisjes voelen zich veel vaker onveilig dan jongens, zowel overdag als 's avonds of 's nachts. De locatie waar jongeren zich het vaakst onveilig voelen, is op straat buiten de eigen woonbuurt.

Jongeren zijn over het algemeen tevreden met de verschillende aspecten van hun leefomgeving: meer dan 80% geeft aan tevreden te zijn met voet- en fietspaden, de route van huis naar school, openbaar groen, contact met buurtgenoten, de sportmogelijkheden buiten en sportmogelijkheden zoals sportclubs en –verenigingen. Over het openbaar vervoer is 74 % van de Bergense jongeren tevreden. Iets meer dan de helft van de jongeren (57%) geeft aan tevreden te zijn met hangplekken buiten, en 51% is tevreden met ontmoetingsruimten zoals jeugdhonk, buurthuis of keet.

Meedoen

Het percentage jongeren dat veel sociale steun ervaart van vriend(inn)en ligt in Bergen op 61% en in de regio is hiervoor een daling zichtbaar t.o.v. 2015. Met 74% ervaren meisjes vaker sociale steun dan jongens (51%). Van de jongeren geeft 12% aan zich soms eenzaam te voelen, nog eens 5% is zelfs vaak eenzaam (regionaal is dat 16% en 4% respectievelijk). Ook hier zien we een verschil op basis van geslacht: 13% van de jongens geeft aan zich soms/ vaak eenzaam te voelen, t.o.v. 22% van de meisjes.

Wat betreft pesten zijn de resultaten van Bergen gelijk aan het regionale gemiddelde: 8% van de jongeren wordt op school gepest en 5% van de jongeren krijgt te maken met cyberpesten. Regionaal is er een daling in het pesten op school zichtbaar t.o.v. 2009, terwijl het cyberpesten stabiel gebleven is t.o.v. 2015. Een minderheid van 4% van de jongeren geeft aan de afgelopen 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf verstuurd te hebben (sexting). Bijna 3 op de 10 (28%) jongeren geeft aan (bijna) altijd bereikbaar te zijn op de smartphone, 13% geeft aan hierdoor stress te ervaren en bij 6% is er sprake van problematisch gebruik van sociale media. Meisjes ervaren vaker problemen door het gebruik van smartphone en sociale media.

BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Het percentage jongeren dat het normaal vindt als jongeren van hetzelfde geslacht verliefd op elkaar zijn, is het afgelopen decennium gestegen in onze regio. In Bergen vindt 67% homoseksuele verliefdheid normaal (regionaal is dat 68%). Opvallend is het verschil hierin tussen jongens (57%) en meisjes (80%). Het percentage jongeren dat een grote sociale afstand ervaart tot homoseksuele leeftijdsgenoten is regionaal gedaald naar 31%, terwijl dit in Bergen 39% bedraagt. Ook hier scoren jongens met 52% beduidend slechter dan meisjes (22%).



Van de Bergense jongeren is 63% lid van een sportvereniging, 7% is lid van een andere vereniging en 62% is geen lid van een vereniging. Het lidmaatschap van een sportvereniging ligt iets onder het regionaal gemiddelde, terwijl relatief gezien juist meer jongeren lid zijn van een andere vereniging. Gemiddeld besteden jongeren hun vrijetijd het meest aan vrienden, verenigingen, huiswerk en bijbaantjes. Minder tijd wordt besteed aan huishoudelijke taken en vrijwilligerswerk.

Dagelijks leven

Ongeveer 8% van de jongeren in Bergen groeit op in een eenoudergezin. Van de jongeren geeft 17% aan dat zij thuis een ziek gezinslid hebben (regionaal is dat 12%) en 8% geeft aan ook mantelzorg te verlenen (regionaal is dat 5%). Uit de regionale resultaten blijkt dat het dan met name gaat om het bieden van gezelschap, troost of afleiding, huishoudelijke taken en meegaan naar kapper, arts of familie. Een minderheid van 5% van de Bergense jongeren geeft aan dat zij thuis enige tot grote moeite hebben met rondkomen. Ook geeft circa 1 op de 3 (32%) jongeren aan zelf soms/vaak geld tekort te komen. Het aantal jongeren dat geld tekort komt, evenals het percentage jongeren dat daarvoor een niet-constructieve oplossing zoekt (zoals lenen of rood staan), is regionaal wel gedaald t.o.v. 2015. Meisjes en jongeren op het VMBO geven vaker aan dat zij moeite hebben om met geld om te gaan.

BELANGRIJKSTE RESULTATEN

Het alcoholgebruik onder jongeren laat regionaal een dalende trend zien. Het percentage jongeren dat de afgelopen 4 weken alcohol gedronken heeft (33%), dat aan binge drinken doet (5 of meer drankjes op 1 gelegenheid: 23%) of aangeschoten of dronken geweest is (15%), is in Bergen redelijk vergelijkbaar met regionaal. De startleeftijd voor het drinken van alcohol is regionaal gezien toegenomen. Bijna 4 op de 10 Bergense jongeren (38%) heeft met de ouders een afspraak om tot een bepaalde leeftijd geen alcohol te drinken, slechts 1 op de 5 (20%) heeft echter afgesproken om tot de 18^{de} verjaardag niet te drinken. Wat betreft afspraken met ouders doen Bergense jongeren het wel iets beter dan regionale leeftijdsgenoten.

Het percentage rokende jongeren daalt regionaal gezien al jaren, bovendien is de gemiddelde startleeftijd van de jongeren die roken gestegen. In Bergen ligt het percentage rokers op 6% (regionaal is dat 5%). Ongeveer een kwart van de Bergense jongeren experimenteert wel eens met het gebruik van e-sigaretten: 24% geeft aan ooit een e-sigaret gebruikt te hebben (VMBO: 28%, HAVO-VWO: 16%). Het percentage jongeren dat wekelijks e-sigaretten gebruikt is met 3% echter laag.

Het percentage jongeren dat in de afgelopen 4 weken wiet/hasj gebruikt heeft, is in Bergen laag (2%). Het aantal jongeren dat ooit een andere soort drugs gebruikt heeft, is met 3% vergelijkbaar met regionaal, en beperkt zich voornamelijk tot het gebruik van lachgas (2%) en XTC

(2%). 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: 26% van de jongens geeft aan elke dag te gamen, t.o.v. 7% van de meisjes. Van de jongeren die gamen, geeft 25% aan 3 uur per dag of langer te gamen, t.o.v. 20% regionaal. Slechts 2% van de jongeren vindt echter dat het gamen tot problematische situaties leidt.

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