



Gemeenteprofiel

Gemeente Bloemendaal

januari 2025



Over de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen / Deel 1

Achtergrond

In de periode april tot juli 2024 vond de **Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen** plaats. Dit is een groot onderzoek naar de (mentale) gezondheid, de leefstijl, het welzijn en digitale leefomgeving van jongvolwassenen tussen de 16 en 25 jaar.

Deelname aan het onderzoek was vrijwillig. Jongvolwassenen konden mee doen door een online vragenlijst in te vullen via een open link. Respondenten zijn geworven via een online sociale media campagne.

De vragenlijst is ingevuld door **252** jongvolwassenen uit de gemeente, 4.008 jongvolwassenen uit GGD-regio Kennemerland en 135.666 jongvolwassenen uit heel Nederland.

Het is de tweede keer dat dit onderzoek plaats vond in GGD-regio Kennemerland. De vorige keer was in 2022. Dat maakt het mogelijk om de resultaten over de tijd te vergelijken.

De resultaten kunnen helpen bij de invulling en ontwikkeling van het gezondheidsbeleid. Uit de resultaten kan bijvoorbeeld blijken dat het nodig is om meer hulp te bieden aan bepaalde groepen jongvolwassenen of extra voorzieningen op te zetten in de regio of in de gemeente.

De [Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen](#) 2024 is onderdeel van het [Gezondheidsonderzoek COVID-19](#) van Netwerk GOR. Daarin brengen het RIVM, GGD'en, GGD GHOR Nederland, het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum de gevolgen van de coronaperiode voor de gezondheid in kaart. Dit doen zij in opdracht van het ministerie van VWS en ZonMw.



Over de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen / Deel 2

Leeswijzer

Dit rapport beschrijft de belangrijkste resultaten van de jongvolwassenen in de gemeente (in **blauw**). Waar mogelijk en relevant wordt ook weergegeven:

- hoe de situatie zich heeft ontwikkeld sinds 2022;
- of er verschillen zijn tussen groepen jongvolwassenen;
- of er verschillen zijn met het gemiddelde van alle jongvolwassenen in GGD-regio Kennemerland (in **lichtgrijs**) en Nederland (in **donkergrijs**).

Alle resultaten zijn te vinden in het tabellenboek aan het einde van het rapport, en vanaf 21 januari 2025 in de [Gezondheidsatlas](#).

Vanwege de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten hanteren wij bij de rapportage een **minimum** van 50 respondenten die de vraag ingevuld hebben en een minimum van 5 respondenten per specifiek antwoord. Als de aantallen lager liggen, worden de cijfers niet weergegeven en staat er een *.

De cijfers in dit rapport zijn **gestandaardiseerd** om een zo representatief mogelijk beeld te geven van alle jongvolwassenen in de gemeente, GGD-regio Kennemerland en Nederland. De antwoorden van groepen jongvolwassenen die zijn ondervertegenwoordigd in het onderzoek, tellen dan zwaarder mee in de cijfers. En de antwoorden van groepen jongvolwassenen die zijn oververtegenwoordigd, tellen juist minder zwaar mee.

Inhoudsopgave



1. Achtergrondkenmerken



2. Wonen, werken en financiën



3. Gezondheid en geluk



4. Mentaal welbevinden



5. Stress en prestatiedruk



6. Veerkracht, weerbaarheid en vertrouwen



7. Bewegen en sporten



8. Alcohol



9. Roken en vaperen



10. Drugs



11. De coronaperiode



12. Digitale leefomgeving



13. Seksualiteit



Kernboodschappen



Contact



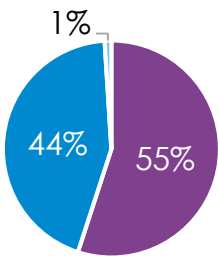
Bijlage: Tabellenboek

1. Achtergrondkenmerken

Gender

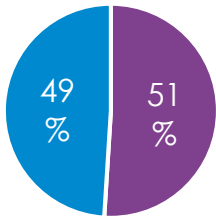
Van de deelnemers in Bloemendaal is **44%** vrouw en **55%** man. Daarnaast geeft **1%** aan zich anders dan man of vrouw te voelen.

Deelnemers gemeente



- Man
- Vrouw
- Non-binair / anders

Bevolking gemeente

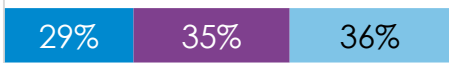


- Man
- Vrouw

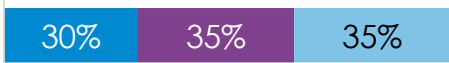
Leeftijd

Van de deelnemers is **29%** 16 of 17 jaar, **35%** tussen de 18 en 20 jaar en **36%** tussen de 21 en 25 jaar.

Deelnemers gemeente



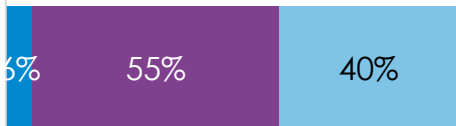
Bevolking gemeente



- 16-17 jarigen
- 18-20 jarigen
- 21-25 jarigen

Opleiding

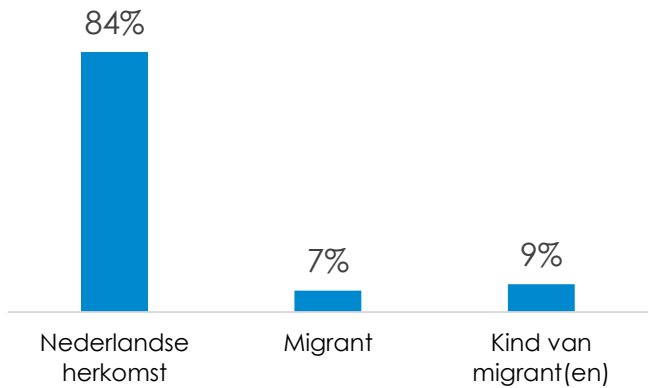
Van de deelnemers heeft **6%** geen opleiding, voortgezet speciaal onderwijs, praktijkonderwijs, vmbo of mbo 1 afgerond, **55%** heeft havo, vwo of mbo 2,3,4 afgerond en **40%** heeft hbo of wo afgerond.



- Geen opleiding, vso, pro, vmbo, mbo 1
- Havo, vwo, mbo2-4
- Hbo, wo

Herkomst

Van de deelnemers heeft **84%** een Nederlandse herkomst.



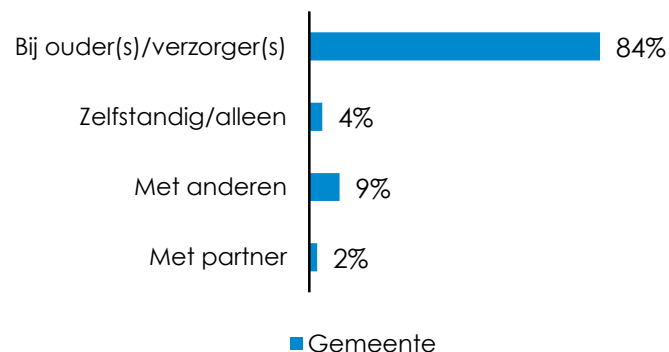
2. Wonen, werken en financiën / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

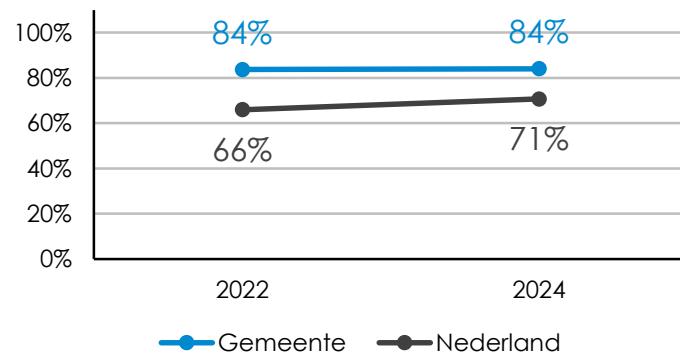


Wonen

De 5 meest voorkomende woonsituaties

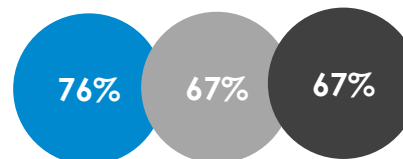


Woont bij ouders/verzorgers, over tijd

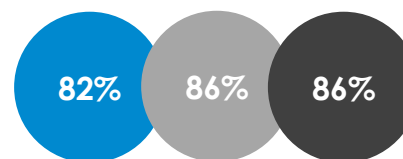


Werk en opleiding

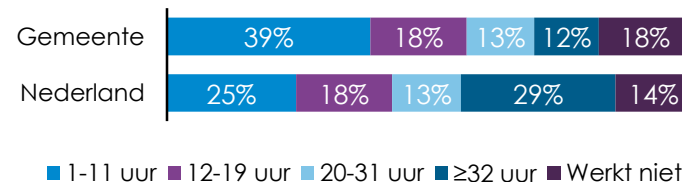
Volgt een opleiding



Heeft een betaalde baan



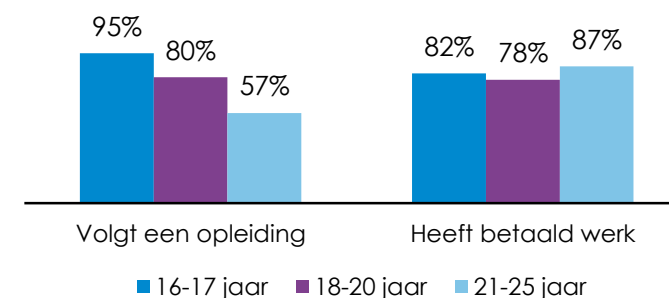
Aantal uur dat jongvolwassene per week werkt



62% van de jongvolwassenen in de gemeente combineert werk met een opleiding. **4%** volgt geen opleiding en heeft geen betaalde baan.

Van de jongvolwassenen in de gemeente is **10%** werkloos of werkzoekend, - is arbeidsongeschikt of langdurig ziek, en - heeft een bijstandsuitkering.

Verschillen tussen leeftijden



De woon-, werk- en financiële situatie kan veel invloed hebben op het welzijn en de mentale en fysieke gezondheid van jongvolwassenen. In een tijd waarin er sprake is van een woningcrisis, en waarin veel jongvolwassenen weinig financiële zekerheid hebben, is het van belang om deze aspecten goed te monitoren.

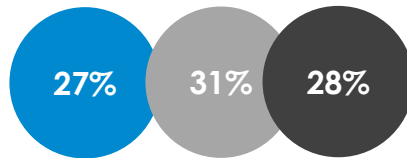
2. Wonen, werken en financiën / Deel 2

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

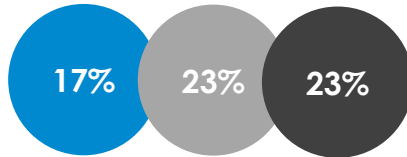


Financiën

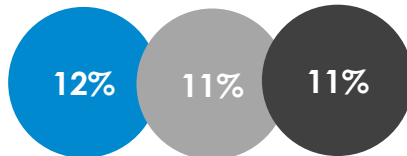
Heeft moeite om alles te betalen wat moet



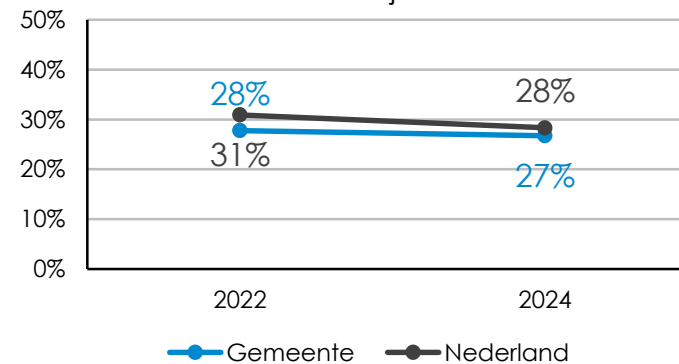
Voelt weinig controle over geldzaken



Heeft schulden
(exclusief studieschuld en hypotheek)

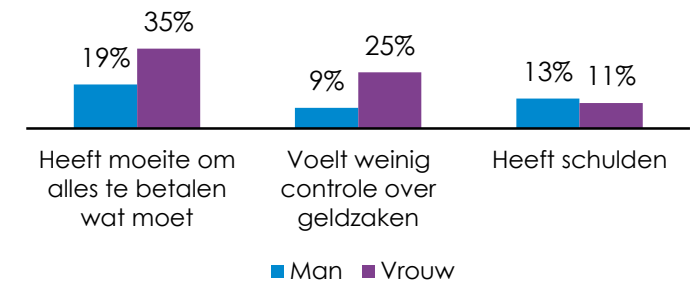


Heeft moeite om alles te betalen wat moet,
over tijd

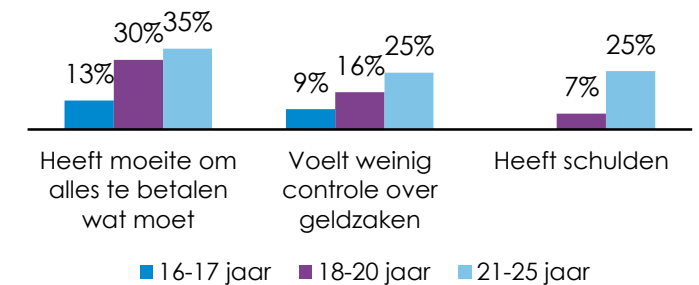


[Het Nibud](#) (Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting) geeft advies over onder andere rondkomen, sparen en geldproblemen.

Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



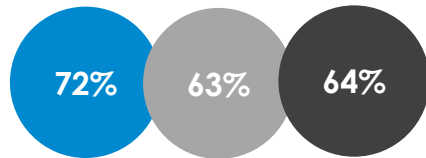
3. Gezondheid en geluk / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

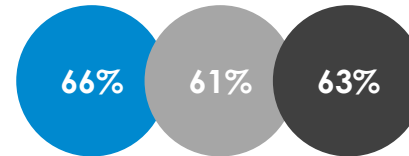


Ervaren gezondheid en geluk

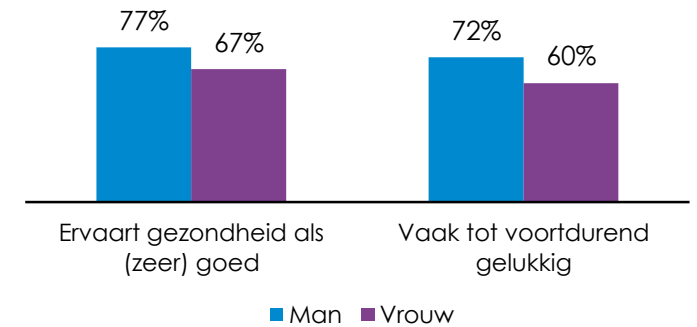
Ervaat gezondheid als (zeer) goed



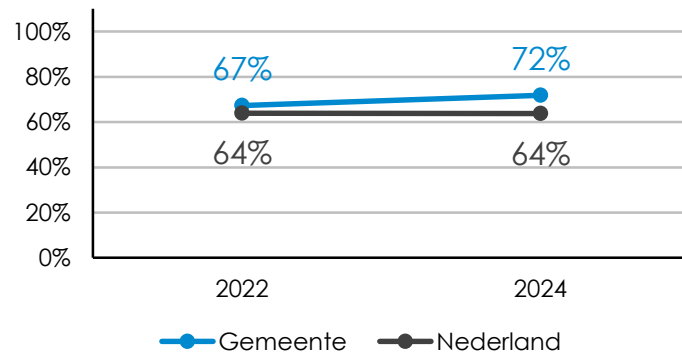
Voelde zich in de laatste 4 weken vaak tot voortdurend gelukkig



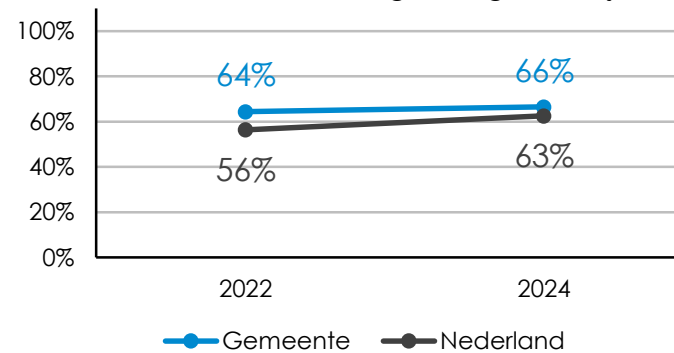
Verschillen tussen mannen en vrouwen



Ervaat gezondheid als (zeer) goed, over tijd



Voelde zich in de laatste 4 weken vaak tot voortdurend gelukkig, over tijd



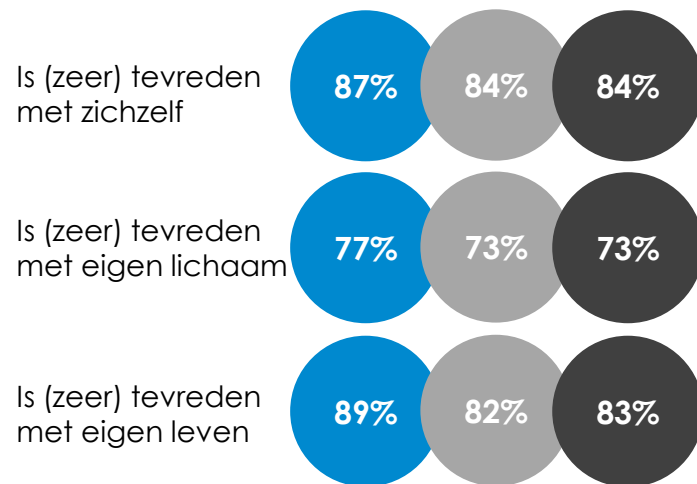
Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke en mentale klachten. Iedereen geeft zijn eigen betekenis aan gezondheid. Jongvolwassenen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun eigen gezondheid ervaren. Dit is een betrouwbare indicator voor de algehele gezondheidstoestand.

3. Gezondheid en geluk / Deel 2

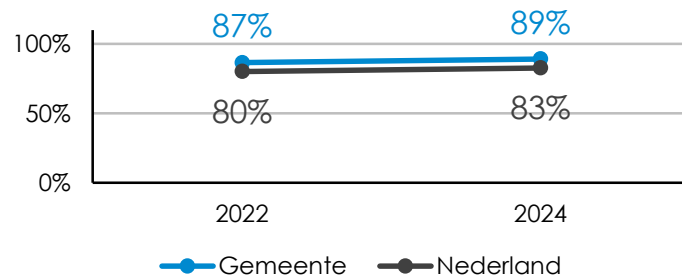
● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland



Tevredenheid

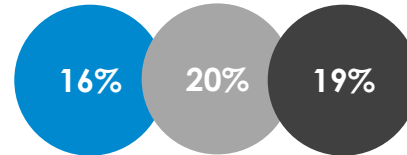


Is (zeer) tevreden met eigen leven, over tijd

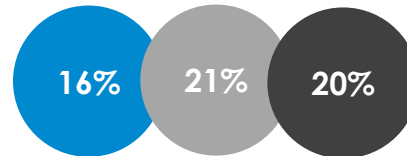


Slaap

Slaapt meestal (heel) slecht



Is (bijna) dagelijks overdag slaperig of moe vanwege niet goed slapen

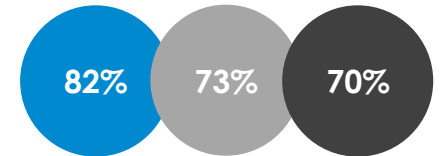


Slaap is belangrijk voor het 'schoonmaken' van de hersenen, het onthouden van belangrijke dingen en het verwerken van emoties. Slapen is daarom net zo belangrijk als voeding en beweging om gezond te blijven.

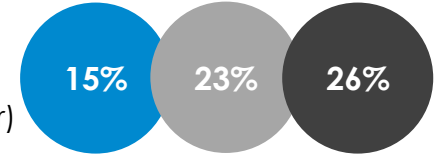


Overgewicht

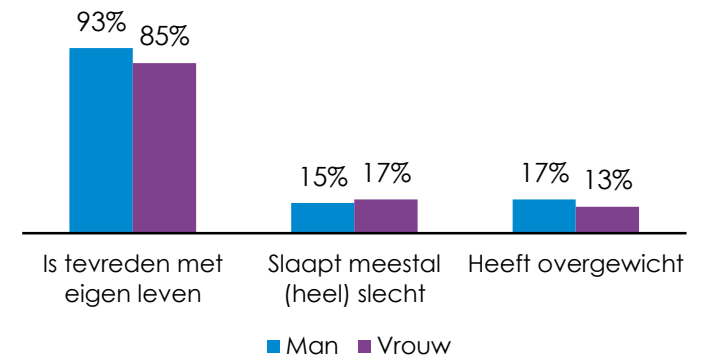
Heeft een gezond gewicht (BMI 18,5-25)



Heeft overgewicht (BMI 25 of hoger)



Verschillen tussen mannen en vrouwen



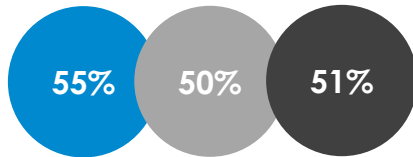
4. Mentaal welbevinden / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

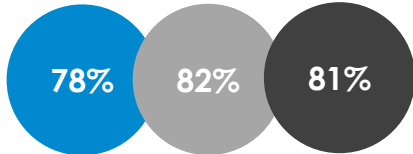


Mentale gezondheid

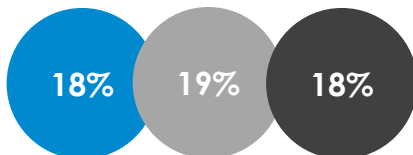
Beoordeelt de eigen mentale gezondheid als (zeer) goed



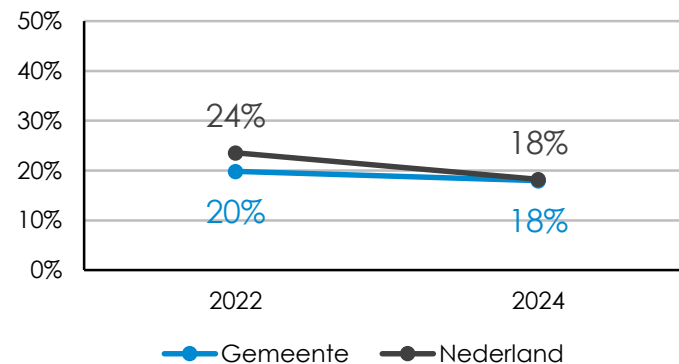
Had angst- of depressiegevoelens in de laatste 4 weken (MHI-5 score ≤ 76)



Voelt zich in het dagelijks leven vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten



Voelt zich in het dagelijks leven vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten, over tijd



Mentale gezondheid en weerbaarheid zijn belangrijke voorwaarden om gezond te leven en op te groeien. Bijna twee derde van de psychische aandoeningen begint voor de leeftijd van 25 jaar, met grote risico's op langdurige mentale gezondheidsproblemen ([Mentale gezondheid van de jeugd - Trimbos-instituut](#)).

De 'Mental Health Inventory 5' (MHI-5) is een korte vragenlijst met 5 vragen over mentale gezondheid. De score op deze vragen bepaalt in hoeverre iemand angst- of depressieve gevoelens had in de laatste 4 weken. In 2024 is een nieuwe [afkapwaarde](#) bepaald.

HappyPles is een klassieke interventie ter bevordering van welbevinden en geluk en ter preventie van depressieklachten bij jongvolwassenen.

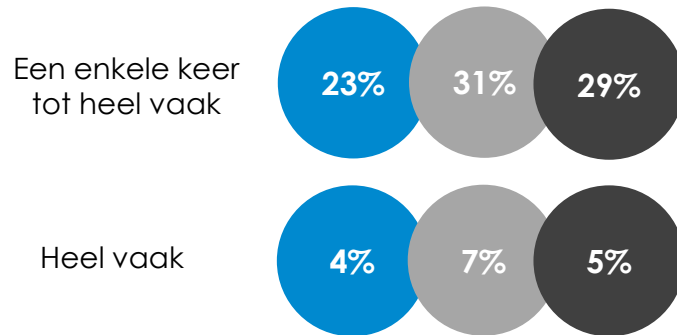
4. Mentaal welbevinden / Deel 2

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

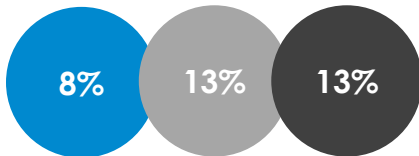


Suicidegedachten

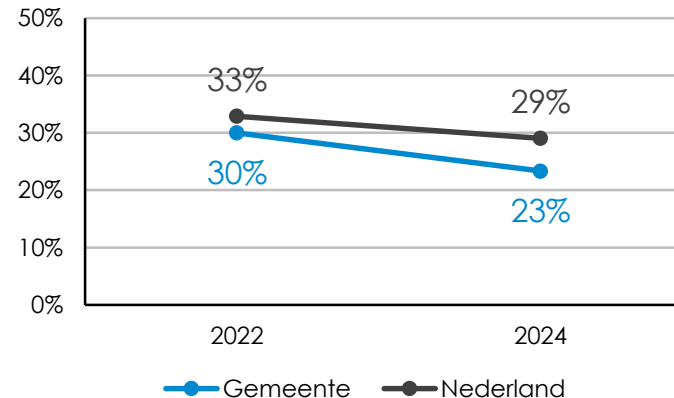
Hoe vaak dacht je er in de laatste 12 maanden serieus aan om een einde te maken aan je leven?



Heeft met iemand gepraat over de gedachte om een eind te maken aan het leven



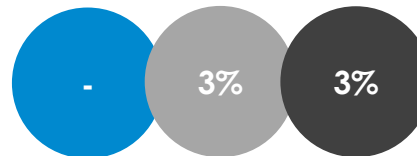
Een enkele keer tot heel vaak
suicidegedachten, over tijd



Als gevoelens zoals angst, paniek, somberheid, leegte, zelfverwijt, boosheid, schaamte, schuld of vernedering bezit van iemand nemen en gedachten gaan beheersen, kan de dood een oplossing lijken om van deze gedachten af te zijn. Het denken aan het beëindigen van het leven kan een manier van zelfbescherming zijn om de pijn en uitzichtloosheid iets te verzachten.

[113 Zelfmoordpreventie](#) is de nationale organisatie voor preventie van suïcide.

Deed in de laatste 12 maanden een poging om een eind te maken aan het leven



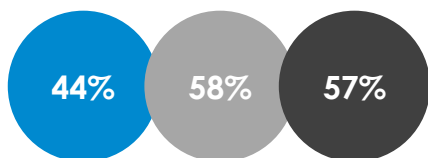
4. Mentaal welbevinden / Deel 3

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

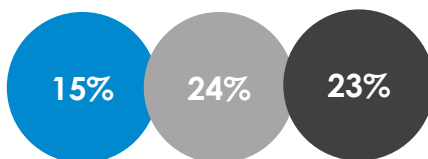


Eenzaamheid

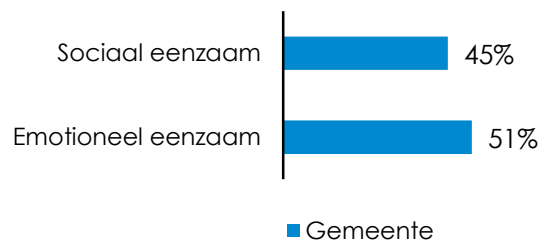
Is enigszins tot sterk eenzaam



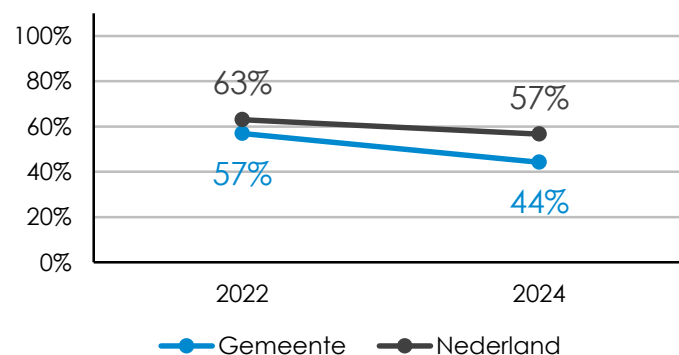
Is sterk eenzaam



Soorten eenzaamheid



Is enigszins tot sterk eenzaam, over tijd

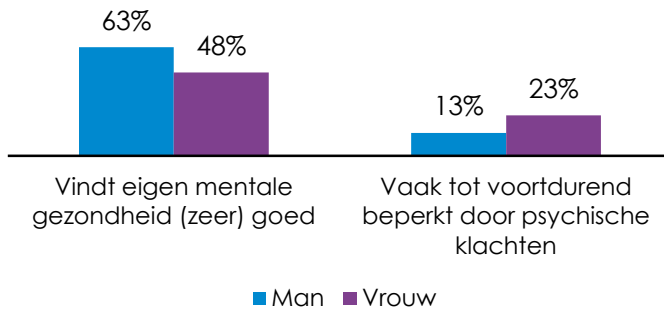


Eenzaamheid is één van de belangrijkste risicofactoren voor het ontwikkelen van mentale klachten. Daarnaast kan eenzaamheid zorgen voor gedragsproblemen (middelengebruik), lichamelijke problemen (stress) of maatschappelijke problemen (vroegtijdig schoolverlaten).

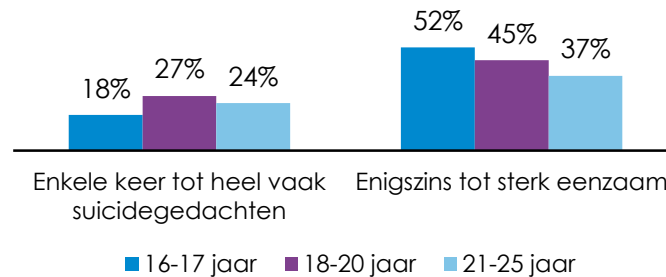
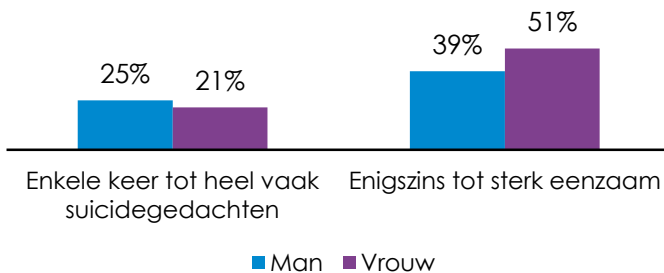
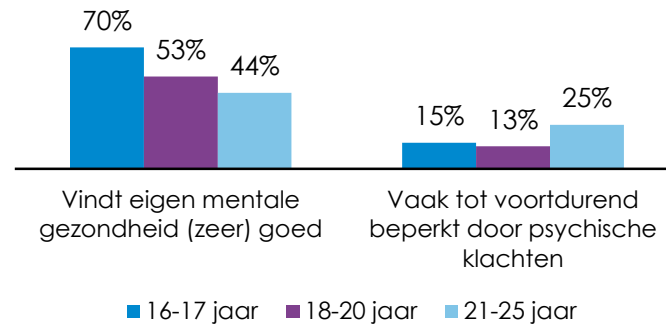


4. Mentaal welbevinden / Deel 4

Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



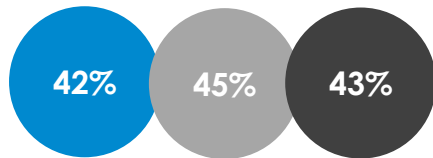
5. Stress en prestatiedruk / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

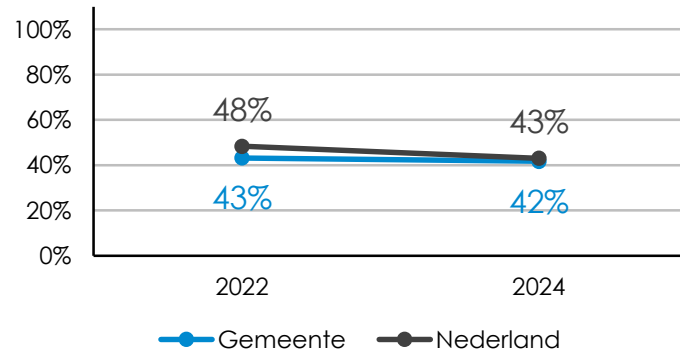


Stress

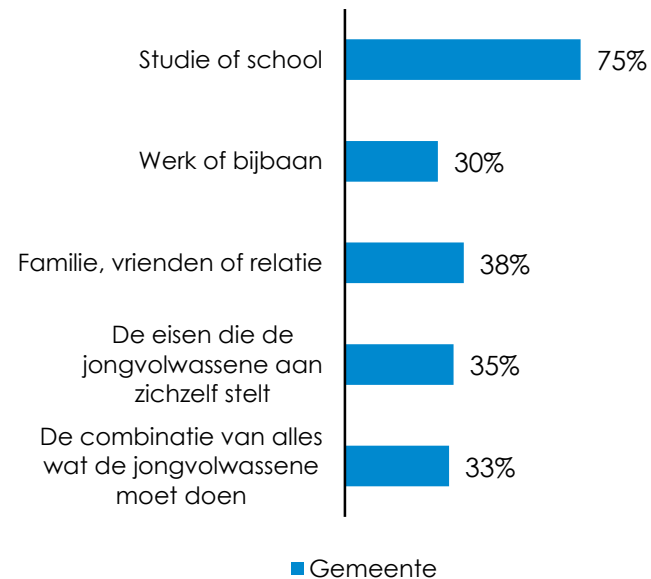
Voelt zich (heel) vaak gestrest



Voelt zich (heel) vaak gestrest, over tijd

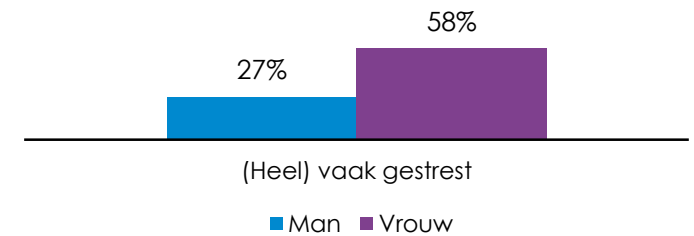


De 5 meest genoemde bronnen van stress

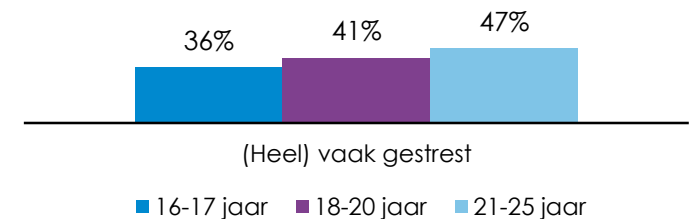


Wanneer (ongezonde) stress te lang duurt is er meer tijd nodig om te herstellen. Bij te veel stress is er te weinig tijd om tussendoor te herstellen en kan dit leiden tot spanningsklachten en een burn-out.

Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



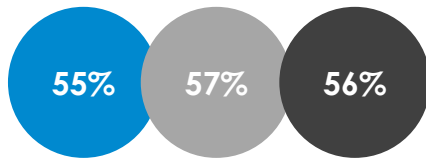
5. Stress en prestatiedruk / Deel 2

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

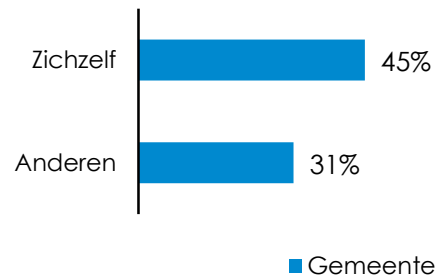


Prestatiedruk

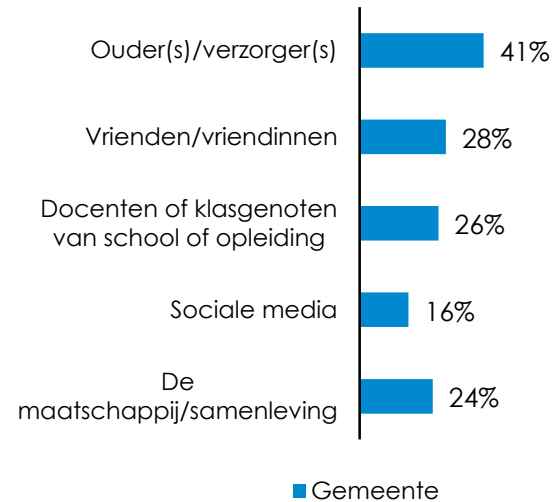
Ervaart regelmatig/vaak prestatiedruk



Ervaart regelmatig/vaak prestatiedruk vanuit:

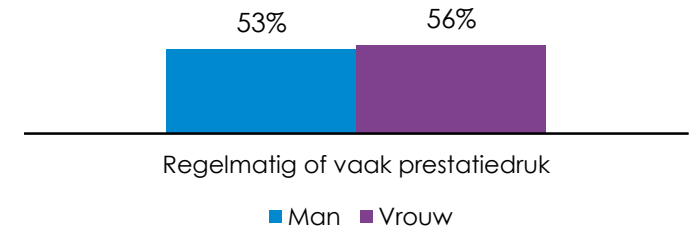


De 5 meest genoemde anderen vanuit wie of wat prestatiedruk wordt ervaren

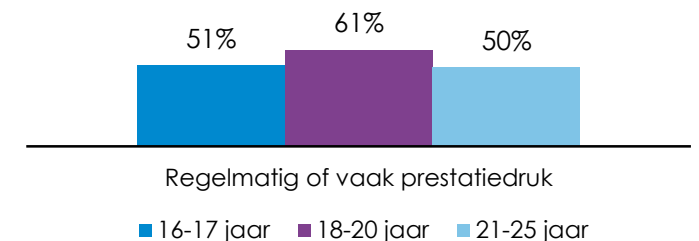


Sommige jongvolwassenen voelen druk om aan verwachtingen te voldoen. Ze hebben vaak het gevoel dat ze iets goed of beter moeten doen. Ze willen hoge cijfers halen, een goede baan hebben of voldoen aan het perfecte plaatje.

Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



6. Veerkracht, weerbaarheid en vertrouwen / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland



Veerkracht

Vindt het niet moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan

43%

38%

39%

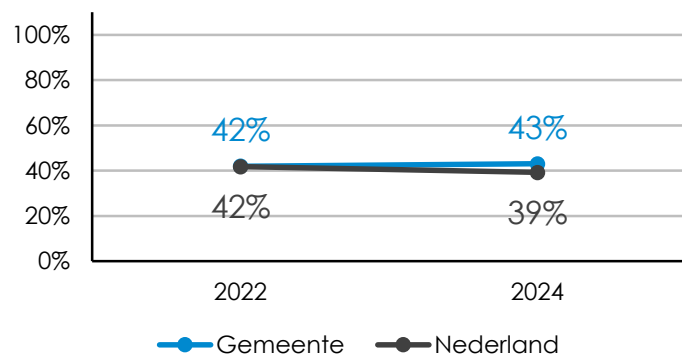
Herstelt na een moeilijke periode meestal weer snel

66%

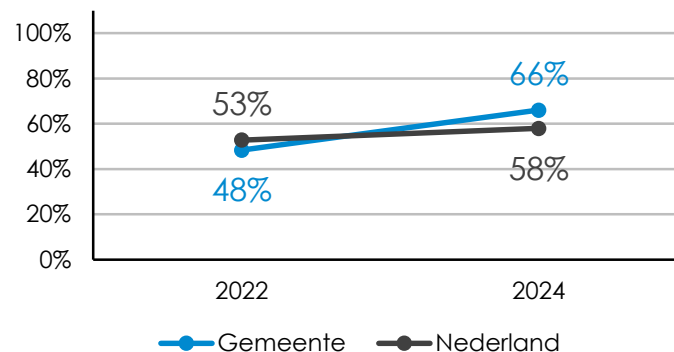
57%

58%

Vindt het niet moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan, over tijd



Herstelt na een moeilijke periode meestal weer snel, over tijd



Hoe jongvolwassenen met de uitdagingen van het leven omgaan wordt mede bepaald door hun veerkracht en weerbaarheid.

[Institute for positive health](#) zet in op positieve gezondheid. Door in gesprek te gaan met jongvolwassenen wordt duidelijk waar hun kracht zit en wat hen helpt om sterker uit een stressvolle of moeilijke periode te komen. Het concept van positieve gezondheid biedt daarvoor aanknopingspunten.



Weerbaarheid

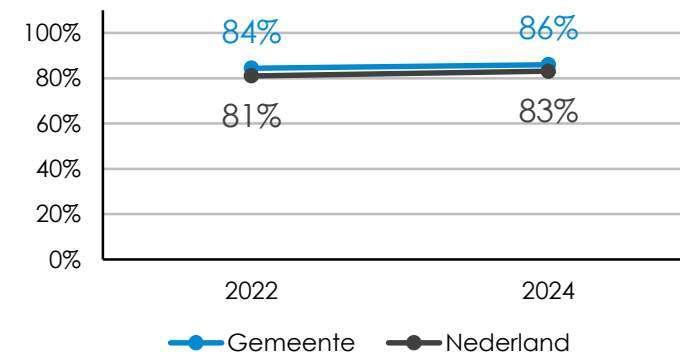
Is voldoende weerbaar

86%

84%

83%

Is voldoende weerbaar, over tijd



Weerbare jongvolwassenen hebben zelfvertrouwen en kunnen goed voor zichzelf opkomen, met respect voor anderen. Zij kunnen ook, al dan niet na een periode van experimenteren, gezonde keuzes maken ten aanzien van hun leefstijl.

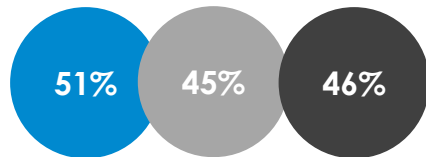
6. Veerkracht, weerbaarheid en vertrouwen / Deel 2

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

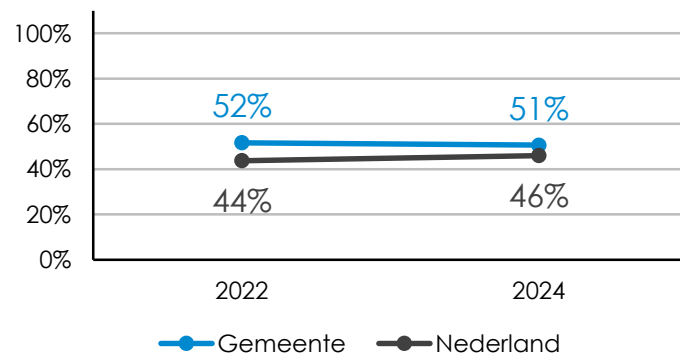


Vertrouwen in de toekomst

Heeft (heel) veel vertrouwen in de eigen toekomst

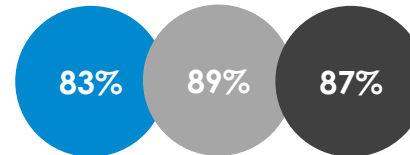


Heeft (heel) veel vertrouwen in de eigen toekomst, over tijd

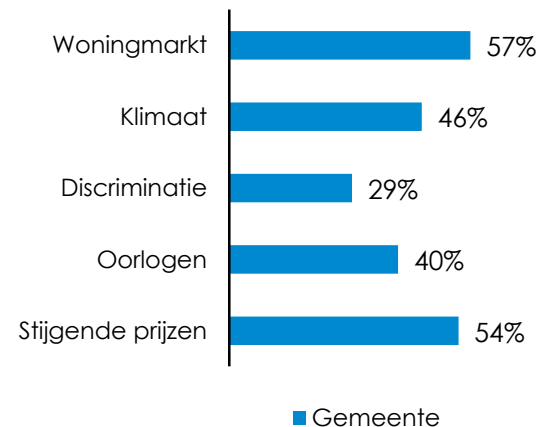


Maatschappelijke zorgen

Maakt zich (heel) veel zorgen over één of meer maatschappelijke thema's

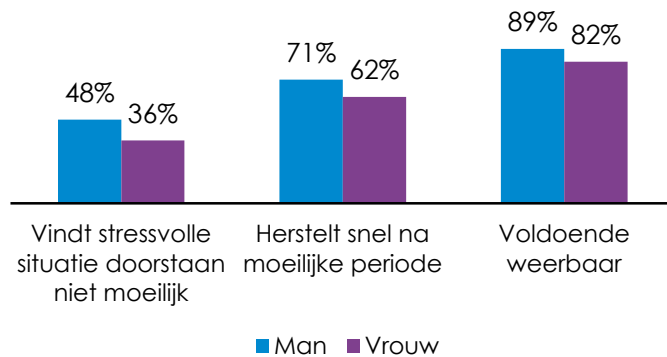


De 5 meest genoemde thema's waar (heel) veel zorgen over zijn

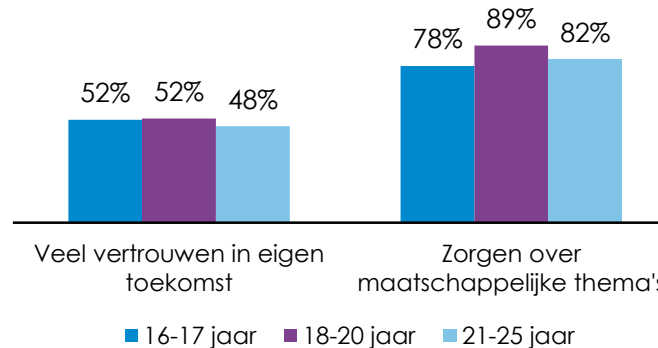
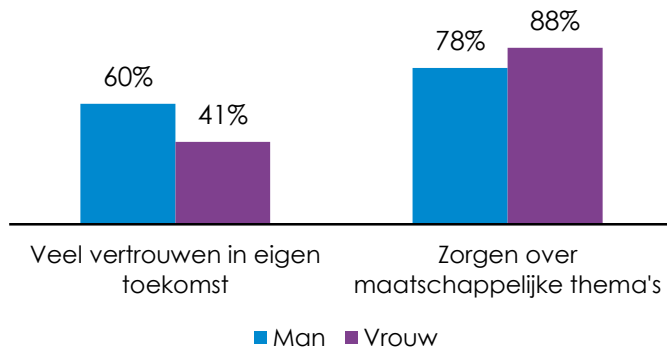
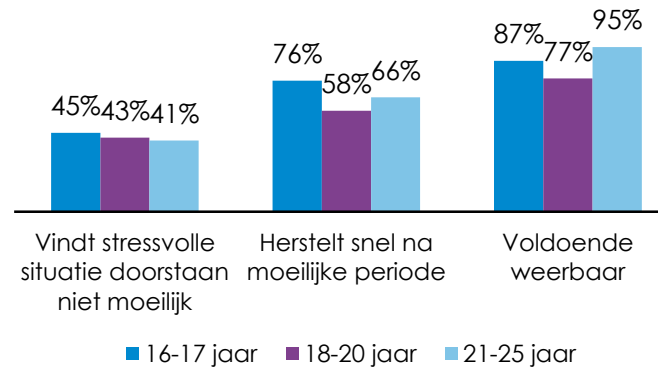


6. Veerkracht, weerbaarheid en vertrouwen / Deel 3

Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



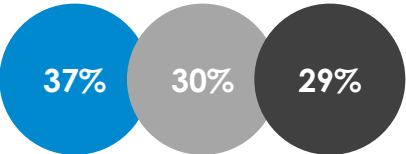
7. Bewegen en sporten

Gemeente Kennemerland Nederland

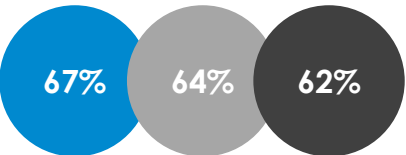


Bewegen en sporten

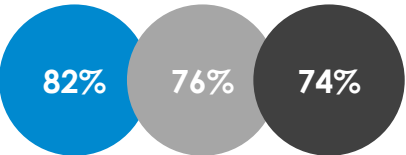
Beweegt elke dag minimaal een half uur



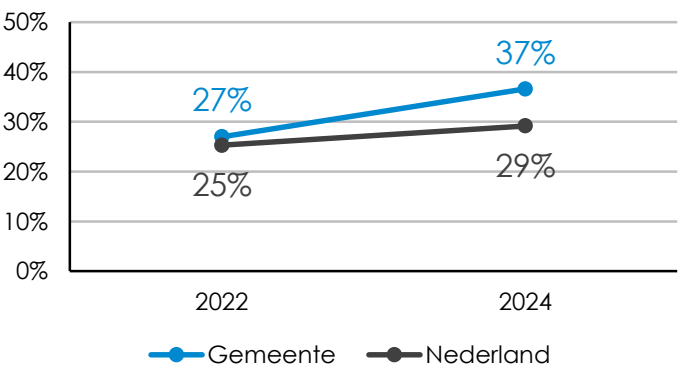
Is lid van een sportclub, sportschool of heeft een (online) sportabonnement



Sport minstens één keer per week

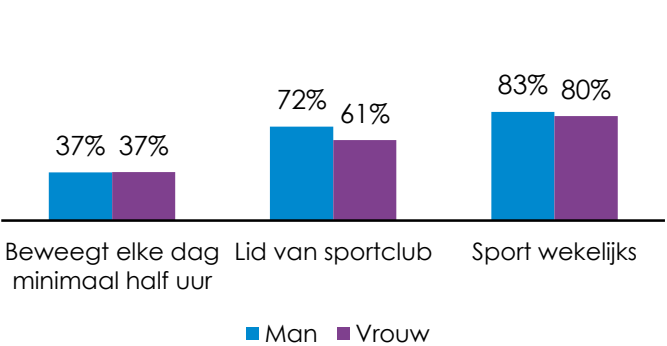


Beweegt elke dag minimaal half uur, over tijd

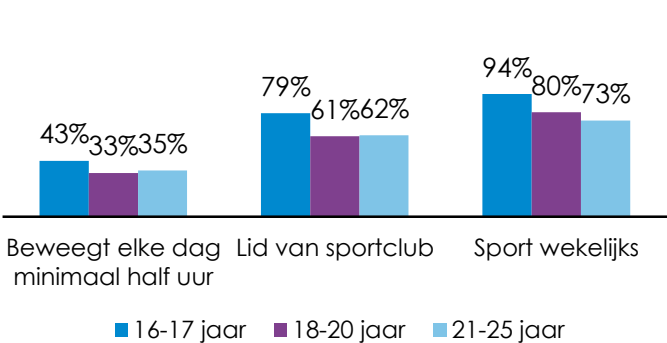


Sporten en bewegen is goed voor zowel fysieke als mentale gezondheid. Het vermindert de kans op een aantal chronische aandoeningen. Daarnaast kan bewegen mensen helpen beter in hun vel te zitten en sociale interactie bevorderen ([Kenniscentrum Sport & Bewegen](#)).

Verschillen tussen mannen en vrouwen



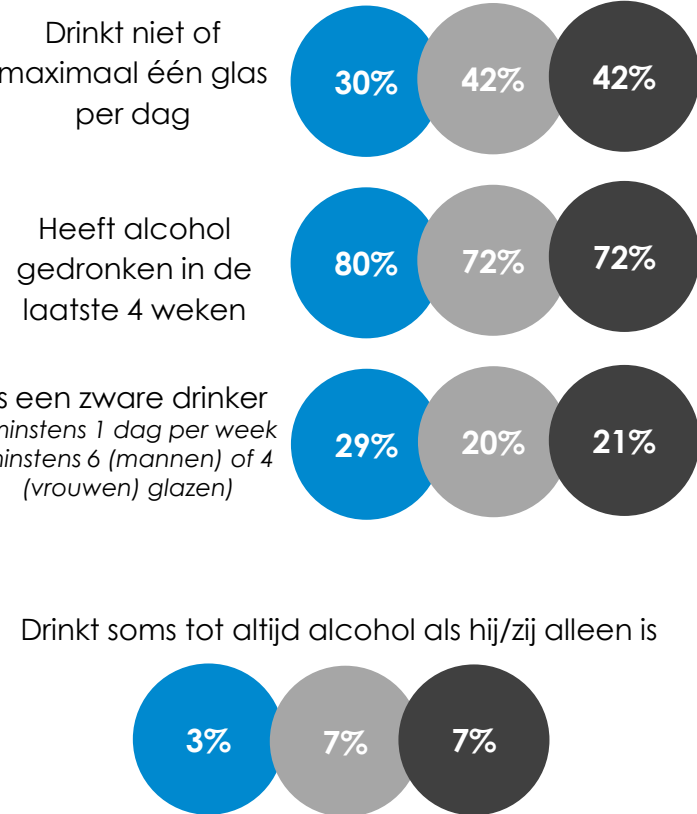
Verschillen tussen leeftijden



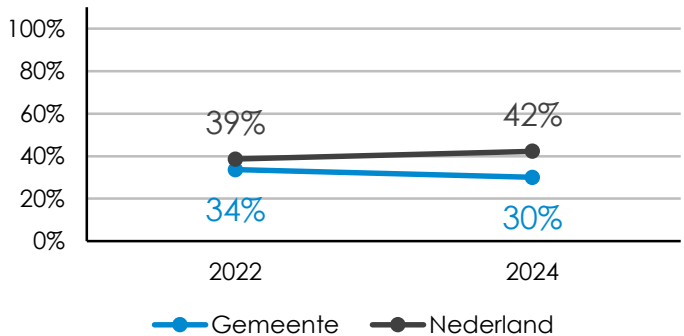
8. Alcohol / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

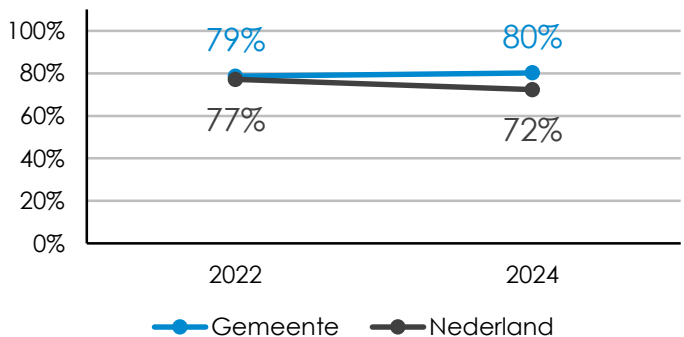
Alcoholgebruik



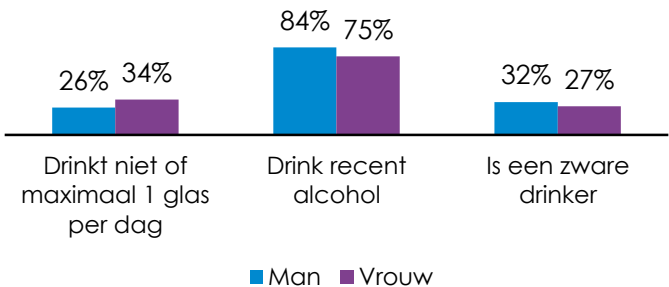
Drinkt niet of maximaal 1 glas per dag, over tijd



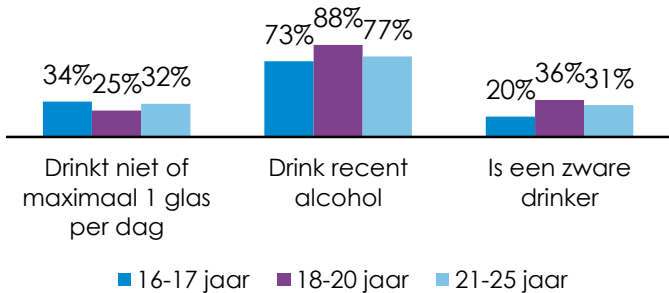
Dronk alcohol in de laatste 4 weken, over tijd



Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



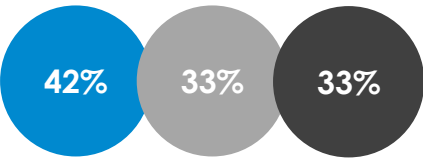
8. Alcohol / Deel 2

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

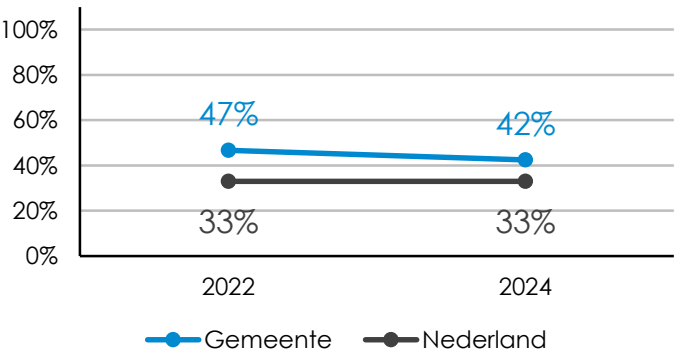


Mening alcoholgebruik

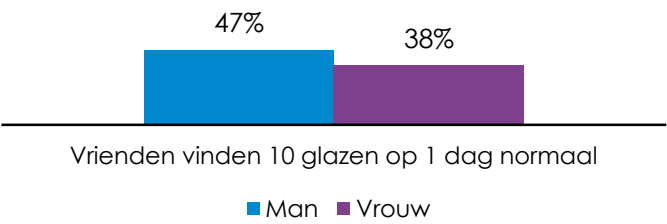
Vrienden vinden het normaal om 10 glazen alcohol op één dag of avond te drinken



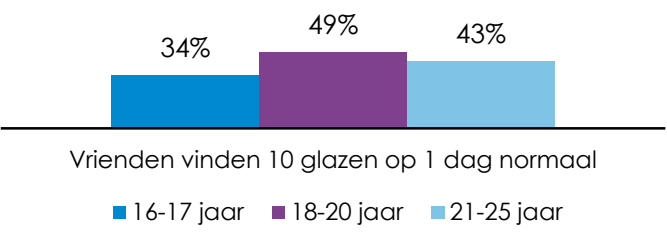
Vrienden vinden het normaal om 10 glazen alcohol op één dag of avond te drinken, over tijd



Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



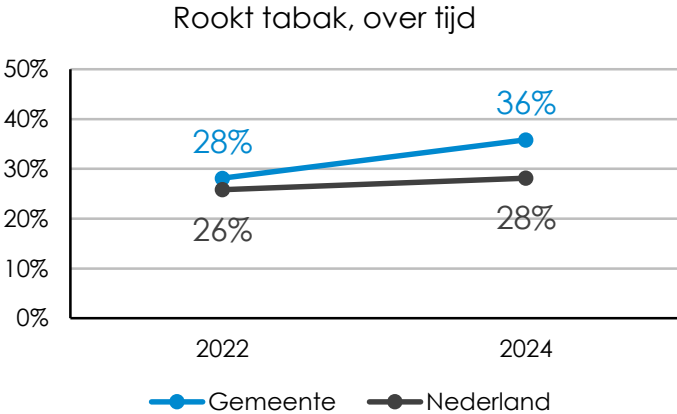
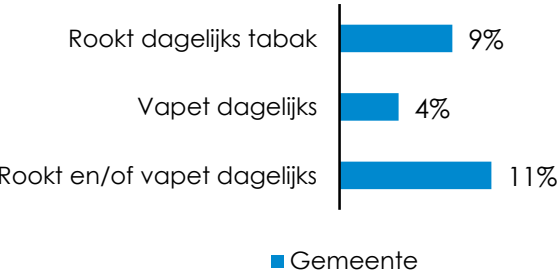
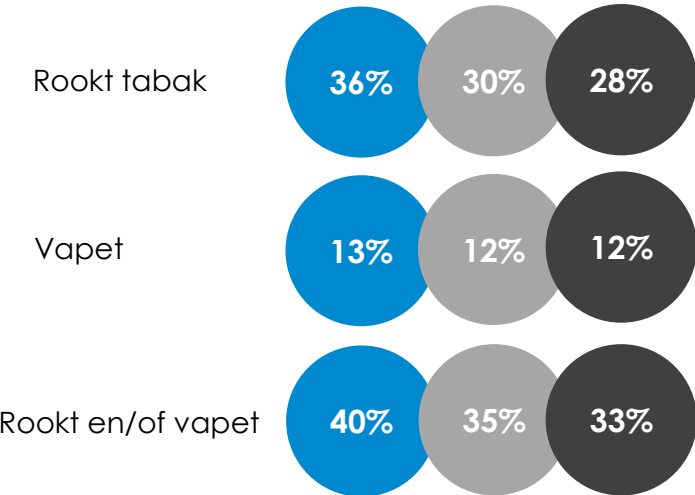
De hersenen zijn tot het 25^e levensjaar volop in ontwikkeling. Alcoholgebruik kan op langere termijn de kans verhogen op het krijgen van overgewicht, hart- en vaatziekten, leverziekten, hersenziektes en kanker. Het advies van de Gezondheidsraad: Drink geen alcohol of in ieder geval niet meer dan één glas per dag.



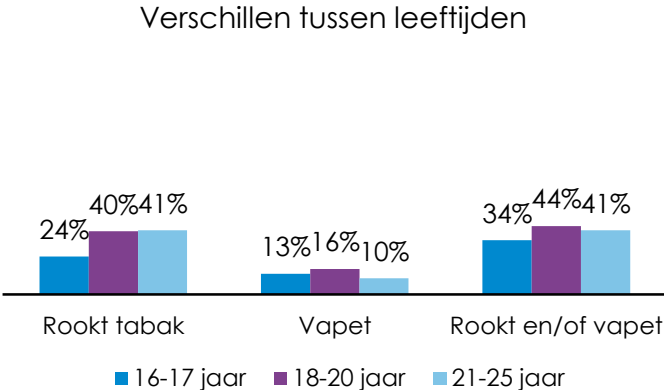
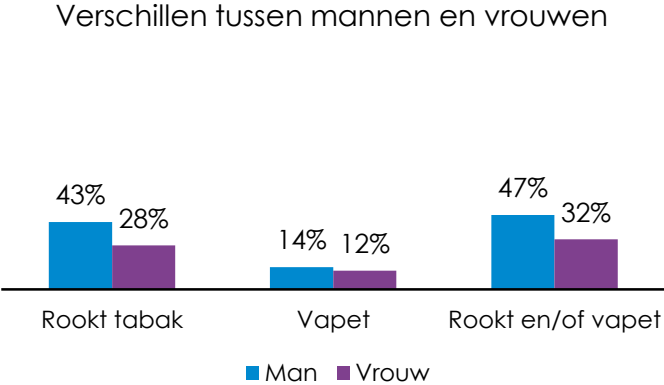
9. Roken en vaperen

Gemeente Kennemerland Nederland

Roken en vaperen



Roken is een belangrijke oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland. Hoe jonger iemand start met roken, hoe groter de kans is op een rookverslaving. Vapen is een vorm van roken, waarbij vloeistof opgewarmd wordt en niet verbrand. Net als bij roken, zitten in vapes veel stoffen die slecht zijn voor de gezondheid. De nicotinezouten die in sommige vapes zitten, zijn vele malen sterker dan nicotine in een sigaret.

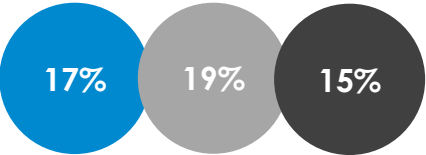


10. Drugs

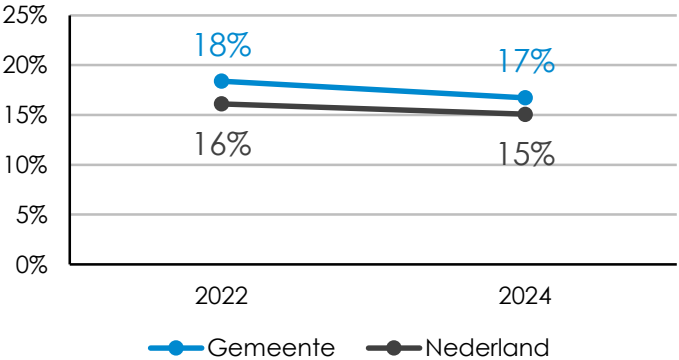
● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

Cannabis

Heeft cannabis gebruikt in de laatste 4 weken



Heeft cannabis gebruikt in de laatste 4 weken, over tijd

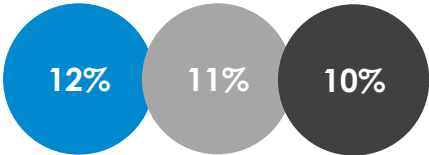


Langdurig en regelmatig drugsgebruik leidt tot (geestelijke) afhankelijkheid, psychische stoornissen en andere gezondheidsrisico's.

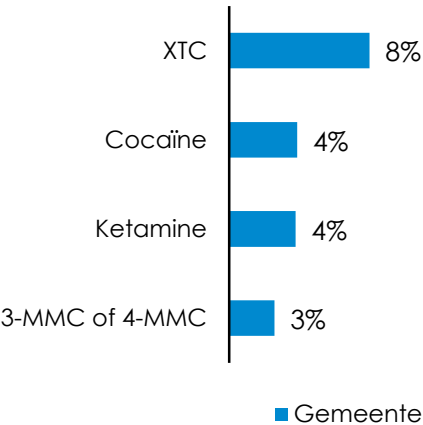


Andere drugs

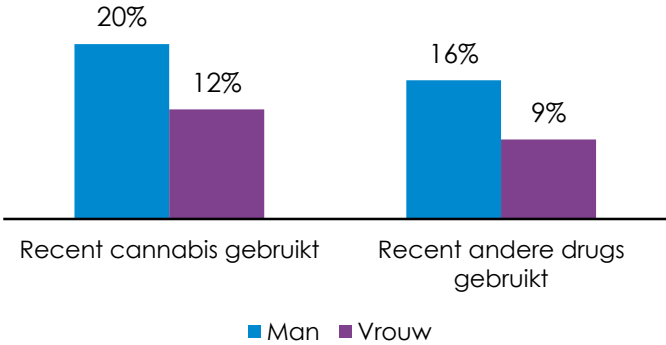
Heeft andere drugs dan cannabis gebruikt in de laatste 4 weken



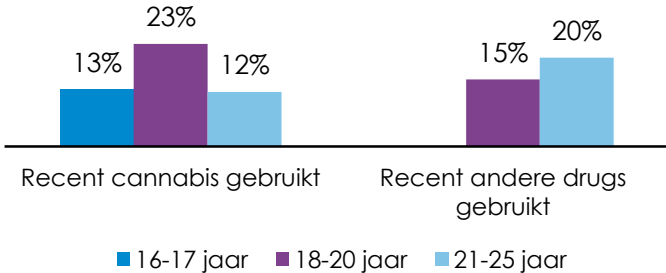
De 5 meest gebruikte drugs anders dan cannabis



Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



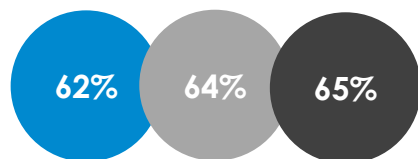
11. De coronaperiode

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

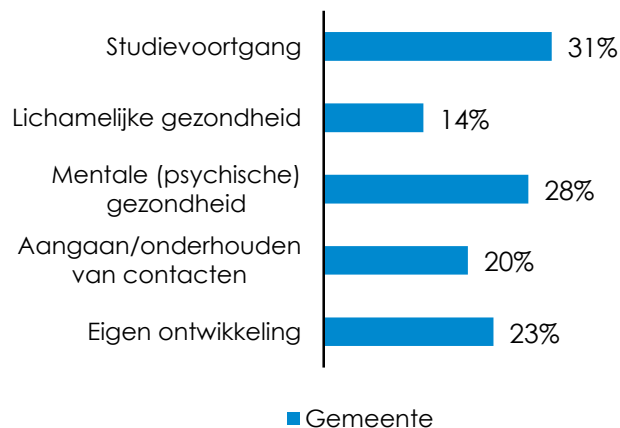


De coronaperiode

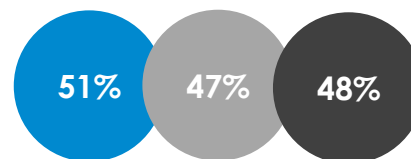
Ervaart op dit moment nog negatieve gevolgen van de coronaperiode



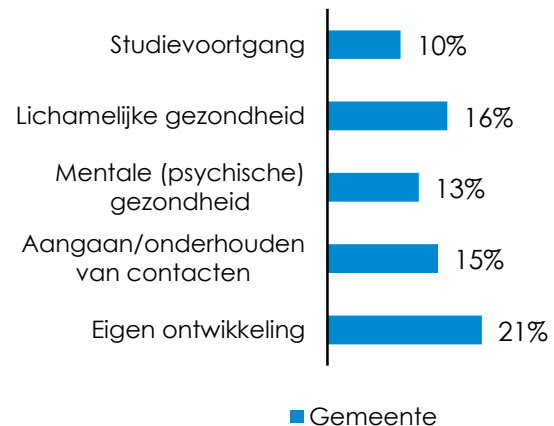
De 5 meest genoemde negatieve gevolgen



Ervaart op dit moment nog positieve gevolgen van de coronaperiode



De 5 meest genoemde positieve gevolgen

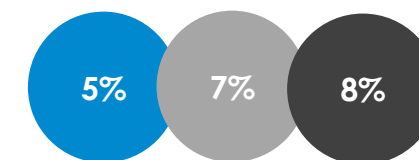


De coronaperiode ligt achter ons, maar de gevolgen kunnen nog wel merkbaar zijn.

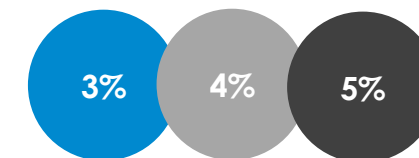


Post-COVID

Heeft 3 maanden of langer gezondheidsklachten die (mogelijk) door het coronavirus komen



Is (ernstig) beperkt in het dagelijks leven vanwege (mogelijke) post-COVID



Meer informatie over post-covid en (financiële) hulp bij post-covid is te vinden op de website van de [rijksoverheid](#).

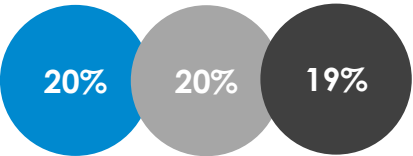
12. Digitale leefomgeving / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

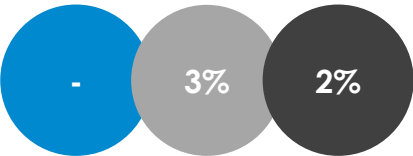


Online gokken en beleggen

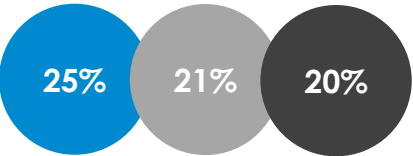
Heeft online gegokt voor geld in de laatste 12 maanden



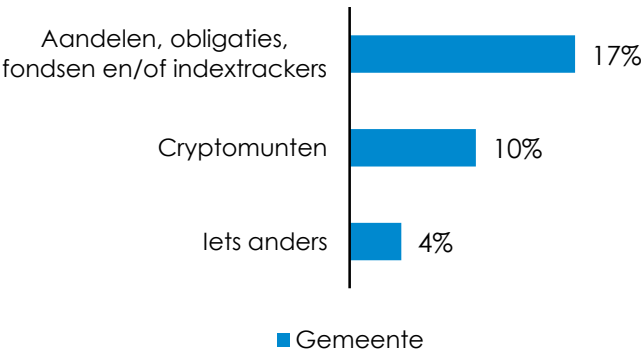
Heeft in de laatste 12 maanden geldproblemen gekregen door online gokken



Doet aan beleggen

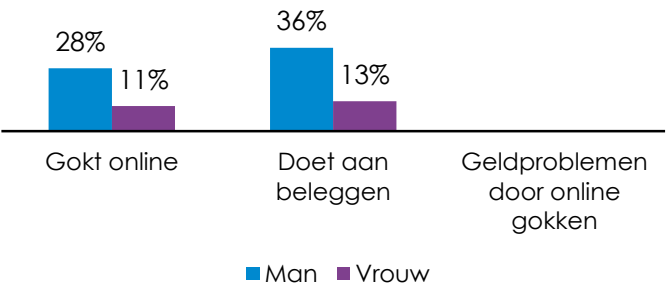


Waar jongvolwassenen in beleggen

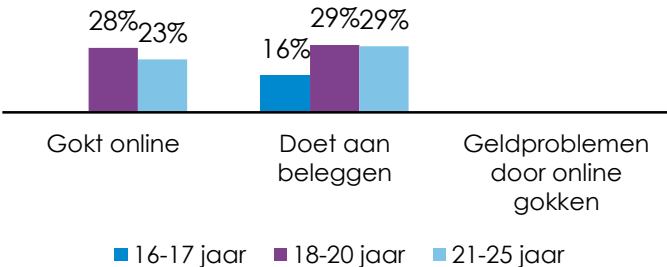


Online gokken gaat over het spelen van online gokspellen (bijvoorbeeld fruitautomaat/slots, sportwedenschappen zoals Toto of casino-games zoals roulette, kaartspellen of Rad van Fortuin).

Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



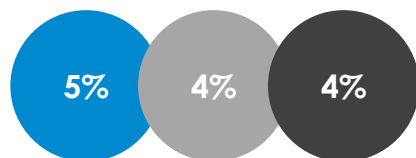
12. Digitale leefomgeving / Deel 2

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

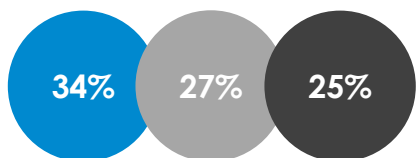


Sociale media en gamen

Risicovol gamegedrag

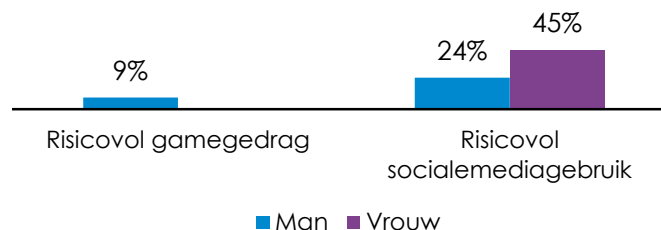


Risicovol socialemediagebruik

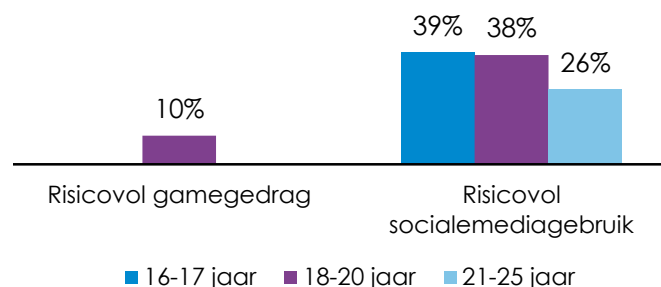


Als jongvolwassenen het gebruik van sociale media en/of gamen niet meer onder controle hebben, kunnen er problemen ontstaan in het dagelijks functioneren (bijvoorbeeld sociale conflicten, onthoudingsverschijnselen en vluchtgedrag). Dit kan negatieve effecten hebben op onder meer hun mentaal welbevinden, eenzaamheid en slaap.

Verschillen tussen mannen en vrouwen



Verschillen tussen leeftijden



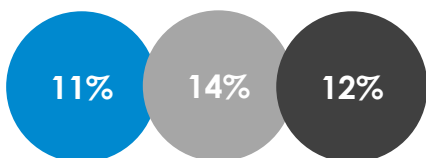
13. Seksualiteit / Deel 1

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

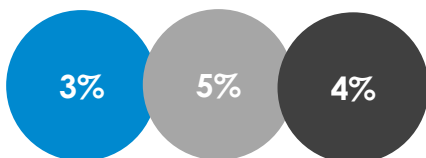


LHBTQIA+

Ziet zichzelf als LHBTQIA+



Heeft nooit of soms het gevoel zichzelf te mogen zijn als LHBTQIA+er

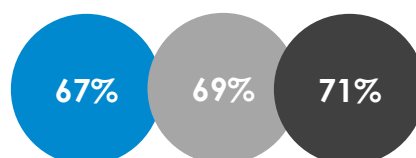


LHBTQIA+ staat voor lesbisch, homoseksueel, biseksueel, transgender, queer, interseks en asexueel. De + staat voor alle andere vormen die niet heteroseksueel en cisgender zijn ([NJI](#)). Uit de [Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022](#) bleek dat jongvolwassenen die zich identificeren als LHBTQIA+ vaker een slechtere gezondheid ervaren.

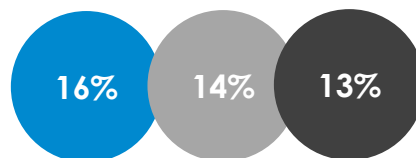


Seksualiteit

Heeft ooit seks gehad

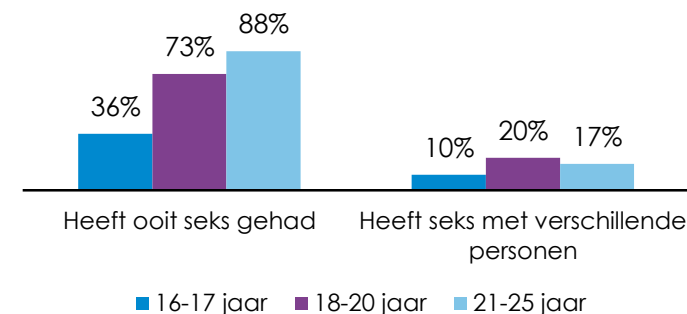


Had seks met verschillende personen in het laatste halfjaar



Seksualiteit is een onderdeel van gezondheid, net zoals gezond eten, bewegen, slapen en hoe je je mentaal voelt. Onder seksualiteit verstaan we diversiteit in gender, sekse en seksuele oriëntatie, maar ook veilige seks en seksueel risicogedrag.

Verschillen tussen leeftijden



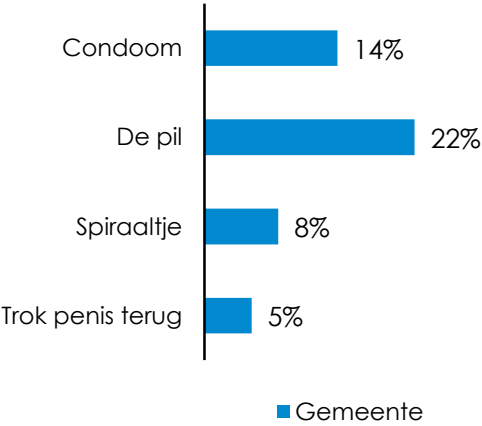
13. Seksualiteit / Deel 2

● Gemeente ● Kennemerland ● Nederland

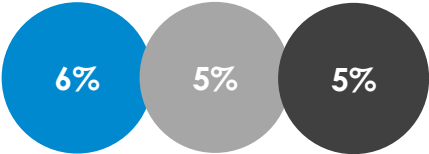


Anticonceptie

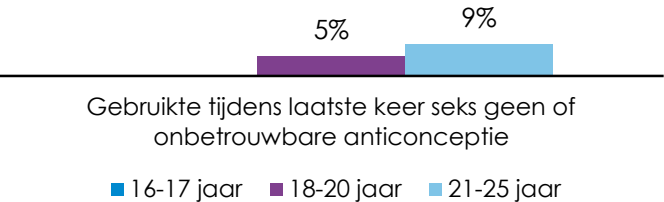
De 5 meest gebruikte anticonceptiemethode bij de laatste keer seks



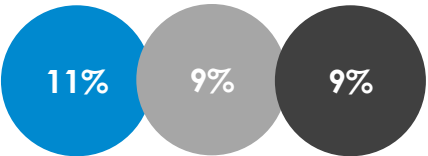
Gebruikte tijdens de laatste keer seks geen anticonceptie of alleen een onbetrouwbare methode (bijvoorbeeld voortijdig terugtrekken of het bijhouden van de cyclus)



Verschillen tussen leeftijden



Had in de laatste 6 maanden seks met verschillende partners en gebruikte soms of nooit een condoom of beflapje



[Sense](#) is een voorlichtingswebsite met betrouwbare informatie over relaties en seksualiteit voor jongvolwassenen. Jongvolwassenen kunnen via chat, Whatsapp, telefoon, etc. contact leggen met een hulpverlener of een afspraak maken voor een jongvolwassenensprekuur. Ook kunnen jongvolwassenen contact zoeken met de [regionale Sense afdeling](#)



Kernboodschappen

Mentale gezondheid blijft zorgelijk maar is wel verbeterd

- Meer dan de helft van de jongvolwassenen vindt hun **mentale gezondheid** (zeer) goed, één op de vijf voelt zich dagelijks **beperkt door psychische klachten** en 43% vindt het **niet moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan**. Deze uitkomsten zijn een stuk beter dan in de regio en Nederland.
- Opvallend is de toename in herstel na een moeilijke periode. In 2022 gaf iets minder dan de helft aan **snel te herstellen na een moeilijke periode**. In 2024 is dit sterk toegenomen naar 66%. Dit is ruim meer dan de regio en Nederland.
- Zeer positief is de afname in het aantal jongvolwassenen met **suïcidale gedachten**, van 30% in 2022 naar 23%. Dit ligt ook een stuk lager dan regionaal en landelijk.
- Veel minder jongvolwassenen zijn **eenzaam** (44%) dan in 2022 (57%). Dit geldt ook voor **sociale eenzaamheid** en **emotionele eenzaamheid**. Dit komt bij minder jongvolwassenen voor dan regionaal en landelijk.

→ **Mentale gezondheid slechter bij vrouwen**

Ongeveer de helft ervaart veel stress en prestatiedruk

- Minder jongvolwassenen (42%) voelen zich (heel) vaak **gestrest** dan de regio. Studie/school is veruit de grootste bron van stress, 75% ervaart hier stress door wat veel vaker is dan in de regio en Nederland. Opvallend is wel dat vergeleken met de regio en Nederland juist minder jongvolwassenen stress ervaren door zelfopgelegde eisen en een combinatie van wat ze moeten doen.
- 55% van de jongvolwassenen ervaart regelmatig tot vaak **prestatiedruk**. Dat is ongeveer gelijk aan de regio en Nederland. Ze ervaren vaker druk vanuit zichzelf dan vanuit anderen. Als zij druk vanuit anderen ervaren is dat vooral vanuit ouders of verzorgers, maar ook relatief vaker vanuit docenten of klasgenoten.
- Vergeleken met de regio en Nederland, hebben meer jongvolwassenen (heel) veel **vertrouwen in de toekomst** en maken ze zich minder **zorgen** over maatschappelijke thema's. Wel maken meer jongvolwassenen zich zorgen over het klimaat en oorlogen dan in de regio of Nederland.

→ **Vaak stress, prestatiedruk en zorgen bij 18-20 jarigen**

Jongvolwassenen bovengemiddeld gelukkig en tevreden

- Een toename is te zien in tevredenheid vergeleken met twee jaar geleden. Bijna 9 op de 10 jongvolwassenen is **tevreden met zichzelf en met hun leven**. Daarnaast is 77% **tevreden met hun eigen lichaam**.
- 72% ervaart de **eigen gezondheid als (zeer) goed** en twee derde voelde zich vaak tot voortdurend **gelukkig** in de laatste 4 weken.
- Op alle punten doet Bloemendaal het beter dan de regio en Nederland.

Meer gezond gewicht en beweging, maar ook veel alcohol en tabakgebruik

- Meer jongvolwassenen (82%) hebben een **gezond gewicht** dan in de regio en Nederland.
- Veel meer jongvolwassenen **bewegen** elke dag minimaal een half uur dan in 2022 (27%), alhoewel nog een beperkt aantal jongvolwassenen aan deze norm voldoet (37%).
- Opvallend is het **alcoholgebruik**. 80% heeft recent alcohol gedronken tegenover 72% in 2022. Van de minderjarige deelnemers tussen de 16-17 jaar heeft 73% recent gedronken, van de deelnemers tussen de 18-20 jaar is dit zelfs 88%. Het aantal zware drinkers blijft stabiel (29%), maar dit is nog wel hoger dan in de regio en Nederland.
- 42% geeft aan dat **vrienden het normaal vinden om 10 glazen alcohol op één dag of avond te drinken**. Dat is minder dan in 2022, maar meer dan in de regio en Nederland.
- Een grote toename is te zien in het roken van tabak. 36% rookt **tabak** tegenover 28% in 2022. Dit is ook meer dan in de regio en Nederland. 13% **vapet**.
- 17% heeft recent **cannabis** gebruikt. Dat is ongeveer gelijk aan de regio en Nederland.
- 10% van de 21-25 jarigen heeft recent ketamine gebruikt.

→ **Alcohol- en tabaksgebruik vaker door mannen dan vrouwen**

Veel jongvolwassenen vertonen risicovol (online) gedrag

- 20% heeft het afgelopen jaar **online gegokt** voor geld, dit geldt vooral voor mannen.
- 34% geeft aan de controle kwijt te zijn over hun **sociale media gebruik**, vooral jongvolwassen vrouwen. Dit is ook meer dan in de regio en Nederland.
- Minder jongvolwassenen gebruiken **anticonceptie** zoals het condoom (14%) en de pil (22%) dan in de regio en Nederland.

Contact

Heeft u vragen over

- **Het onderzoek?**
Neem dan contact op met team Onderzoek via onderzoek@ggdkennemerland.nl
- **Het gezondheidsbeleid in uw gemeente?**
Neem dan contact op met uw Adviseur Publieke Gezondheid.
- **De individuele zorg van middelbare scholieren?**
Neem dan contact op met de Jeugdgezondheidszorg via frontofficejgz@vrk.nl of 023 789 1777

Colofon

Uitgave: GGD Kennemerland

Auteurs: Monique van Egmond, Anke Woudstra en Daniëlle Kramer (Onderzoekers Publieke Gezondheid)

Iconen afkomstig van flaticon.com



Tabellenboek Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024

Gemeente Bloemendaal

© GGD Kennemerland, periode 2024

Toelichting

Dit tabellenboek toont de resultaten van de gemeente Bloemendaal.

- Kolom 1 t/m 5: resultaten gemeente Bloemendaal, uitgesplitst naar gender en leeftijdsgroep.
- Kolom 6: resultaten gemeente Bloemendaal, 2022
- Kolom 7: resultaten gemeente Bloemendaal, 2024
- Kolom 8: resultaten regio Kennemerland 2024
- Kolom 9: resultaten Nederland 2024

De cijfers zijn gewogen naar geslacht en leeftijdsgroep, zodat ze op deze kenmerken representatief zijn.

De percentages tellen niet altijd op tot 100% vanwege afronding of het kunnen geven van meerdere antwoorden.

Een ~ in de tabel betekent dat er minder dan 50 respondenten zijn per vraag wat onvoldoende is om betrouwbare resultaten te tonen.

Een * betekent dat er minder dan 5 respondenten een bepaald antwoord hebben gegeven wat onvoldoende is om betrouwbare resultaten te tonen.

Een - betekent dat er voor dat jaar geen cijfers beschikbaar zijn omdat het destijds niet of anders is uitgevraagd.

Heeft u vragen, stuur dan een mail naar onderzoek@ggdkennemerland.nl.

Onderzoeksgroep

Aantal deelnemers aan het onderzoek

Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	2022	2024 Bloemendaal	2024 Regio	2024 NL
117	133	79	101	72	185	252	4008	135666
%	%	%	%	%	%	%	%	%

Wonen, werken en financiën

Woonsituatie

Bij ouder(s)/verzorger(s)	85	83	100	91	64	84	84	81	71
Zelfstandig/alleen	7	*	*	*	11	3	4	5	7
Samen met anderen (bijv. een studentenhuys)	6	12	*	8	17	12	9	6	12
Samen met partner	*	*	*	*	*	*	2	6	7
Samen met partner en kind(eren)	*	*	*	*	*	*	*	1	1
Alleen met kind(eren)	*	*	*	*	*	*	*	0	0
Heeft geen vaste woon-/verblijfplek	*	*	*	*	*	*	*	0	0

Werksituatie

Heeft een betaalde baan	90	76	82	78	87	79	82	86	86
Werkt 1-11 uur per week	43	35	62	36	22	38	39	24	25
Werkt 12-19 uur per week	19	18	11	24	18	17	18	19	18
Werkt 20-31 uur per week	11	15	9	12	17	12	13	15	13
Werkt 32 uur of meer per week	17	8	*	6	29	13	12	28	29
Is werkloos/werkzoekend	6	15	11	13	7	0	10	9	8
Is arbeidsongeschikt/langdurig ziek	*	*	*	*	*	*	*	1	2
Heeft een bijstandsuitkering	*	*	*	*	*	*	*	1	1
Volgt een opleiding	76	77	95	80	57	82	76	67	67

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	2022	2024 Bloemendaal	2024 Regio	2024 NL
	%	%	%	%	%	%	%	%	%
Volgt een opleiding en heeft een betaalde baan	66	60	78	60	51	62	62	57	56
Volgt geen opleiding en heeft geen betaalde baan	*	7	*	*	7	*	4	4	4
Financiële situatie									
Heeft moeite om alles te betalen wat moet	19	35	13	30	35	28	27	31	28
Heeft het gevoel weinig controle te hebben over geldzaken	9	25	9	16	25	19	17	23	23
Heeft schulden	13	11	*	7	25	18	12	11	11
Heeft een studieschuld	25	22	*	12	55	—	23	26	30
Maakt zich zorgen over eigen studieschuld	8	14	*	5	26	—	11	14	17
Gezondheid en geluk									
Ervaren gezondheid en geluk									
Ervaart gezondheid als (zeer) goed	77	67	75	70	71	67	72	63	64
Voelde zich in de laatste 4 weken vaak tot voortdurend gelukkig	72	60	81	69	51	64	66	61	63
Slaap									
Slaapt meestal (heel slecht)	15	17	13	21	14	—	16	20	19
Is (bijna) dagelijks overdag slaperig of moe vanwege niet goed slapen	12	21	22	13	15	—	16	21	20
Tevredenheid met jezelf, je lichaam en je leven									
Is (zeer) tevreden met zichzelf	90	84	88	90	83	82	87	84	84
Is (zeer) tevreden met eigen lichaam	85	68	78	69	84	72	77	73	73
Is (zeer) tevreden met eigen leven	93	85	91	91	86	87	89	82	83

	% Man	% Vrouw	% 16-17 jaar	% 18-20 jaar	% 21-25 jaar	% 2022	% 2024 Bloemendaal	% 2024 Regio	% 2024 NL
Mentaal welbevinden									
Mentale gezondheid									
Beoordeelt de eigen mentale gezondheid als (zeer) goed	63	48	70	53	44	—	55	50	51
Heeft angst- of depressiegevoelens in de laatste 4 weken	69	89	76	77	82	80	78	82	81
Voelt zich in het dagelijks leven vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten	13	23	15	13	25	20	18	19	18
Suïcidegedachten									
Laatste 12 maanden een enkele keer tot heel vaak suïcidegedachten	25	21	18	27	24	30	23	31	29
Laatste 12 maanden (heel) vaak suïcidegedachten	*	6	*	*	*	8	4	7	5
Heeft met iemand gepraat over de gedachte om een eind te maken aan het leven	8	7	*	9	8	—	8	13	13
Deed in laatste 12 maanden suïcidepoging	*	*	*	*	*	—	*	3	3
Eenzaamheid									
Is enigszins tot sterk eenzaam	39	51	52	45	37	57	44	58	57
Is sterk eenzaam	8	24	14	13	18	20	15	24	23
Is enigszins tot sterk emotioneel eenzaam	44	60	52	55	47	69	51	65	63
Is sterk emotioneel eenzaam	5	27	14	14	18	20	16	24	23
Is enigszins tot sterk sociaal eenzaam	44	46	53	48	35	54	45	58	56
Is sterk sociaal eenzaam	9	21	8	17	17	19	14	22	21
Stress en prestatiedruk									
Stress									
Voelt zich soms tot heel vaak gestrest	67	92	77	81	79	81	79	81	80
Voelt zich (heel) vaak gestrest	27	58	36	41	47	43	42	45	43

Voelt zich gestrest door:

	Man %	Vrouw %	16-17 jaar %	18-20 jaar %	21-25 jaar %	2022 %	2024 Bloemendaal %	2024 Regio %	2024 NL %
studie of school	74	78	89	85	54	70	75	62	61
werk of bijbaan	23	38	12	33	41	25	30	43	45
eigen gezondheid	8	24	11	17	19	23	16	20	19
familie, vrienden of relatie	36	41	33	40	40	39	38	39	38
wat anderen van diegene vinden	18	35	27	25	26	33	26	28	29
wat anderen van diegene verwachten	19	36	16	33	32	29	28	31	32
eisen die de jongvolwassene aan zichzelf stelt	27	44	22	38	42	43	35	40	40
sociale media	9	16	12	12	12	12	12	13	11
combinatie van alles wat de jongvolwassene moet doen	24	43	25	34	40	44	33	36	37
eigen woonsituatie	9	14	*	*	26	9	11	18	16
geldzaken of schulden	15	22	*	15	32	15	18	27	27
door eigen identiteit, seksualiteit of gender	*	4	*	7	*	7	5	6	6
door FOMO	19	24	25	27	16	—	22	21	19
door iets anders	7	*	*	*	8	*	5	6	6
Voelt zich gestrest op 2 of meer gebieden	71	85	67	82	83	77	78	82	81

Prestatiedruk

Ervaart regelmatig/vaak prestatiedruk (vanuit zichzelf of anderen)	53	56	51	61	50	—	55	57	56
Ervaart regelmatig/vaak prestatiedruk vanuit zichzelf	41	50	39	48	48	—	45	46	44
Ervaart regelmatig/vaak prestatiedruk vanuit anderen	28	33	23	39	29	—	31	35	35

Ervaart prestatiedruk door:

	% Man	% Vrouw	% 16-17 jaar	% 18-20 jaar	% 21-25 jaar	% 2022	% 2024 Bloemendaal	% 2024 Regio	% 2024 NL
ouder(s)/verzorger(s)	36	47	41	52	29	—	41	43	41
andere familie	6	13	*	15	8	—	9	13	14
partner/relatie/verkering	6	18	11	14	12	—	12	15	15
vrienden/vriendinnen	22	35	24	36	24	—	28	26	27
docenten of klasgenoten van school of opleiding	25	27	41	27	12	—	26	23	23
trainer of docent van vereniging	8	12	21	8	*	—	10	5	5
leidinggevende of collega's op het werk	14	15	*	15	22	—	15	21	24
sociale media	14	18	9	15	23	—	16	12	11
maatschappij/samenleving	19	28	14	27	30	—	24	29	30
vanuit iets of iemand anders	4	7	*	*	*	—	5	6	6

Veerkracht, weerbaarheid en vertrouwen

Veerkracht

Vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan	21	35	20	25	37	25	28	29	29
Vindt het niet moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan	48	36	45	43	41	42	43	38	39
Herstelt na een moeilijke periode meestal weer snel	71	62	76	58	66	48	66	57	58

Weerbaarheid

Is voldoende weerbaar	89	82	87	77	95	84	86	84	83
-----------------------	----	----	----	----	----	----	-----------	----	----

Vertrouwen in de toekomst

Heeft (heel) veel vertrouwen in de eigen toekomst	60	41	52	52	48	52	51	45	46
Heeft weinig tot geen vertrouwen in de eigen toekomst	7	14	9	8	13	12	10	17	15

	Man %	Vrouw %	16-17 jaar %	18-20 jaar %	21-25 jaar %	2022 %	2024 Bloemendaal %	2024 Regio %	2024 NL %
Heeft (heel) veel zorgen over één of meer maatschappelijke thema's	78	88	78	89	82	83	83	89	87
Heeft (heel) veel zorgen over:									
werkgelegenheid	6	14	8	9	14	9	11	14	14
woningmarkt	50	63	41	61	66	61	57	72	66
klimaat	38	53	38	44	53	51	46	37	34
discriminatie	22	35	26	32	28	38	29	28	26
tegenstellingen tussen groepen in de samenleving	23	34	17	31	37	33	29	31	29
oorlogen	36	43	43	43	34	32	40	36	34
stijgende prijzen	47	63	49	54	59	—	54	66	64

Gewicht

Gewicht

Gezond gewicht, ofwel een BMI van 18,5 tot 25	82	82	90	85	71	79	82	73	70
Matig overgewicht, ofwel een BMI van 25 tot 30	16	10	10	11	18	14	13	17	19
Obesitas, ofwel een BMI van 30 of hoger	*	*	*	*	*	3	3	6	7

Bewegen en sporten

Bewegen en sporten

Beweegt dagelijks minimaal een half uur	37	37	43	33	35	27	37	30	29
Beweegt 5 of meer dagen per week minimaal een half uur	63	61	67	56	63	59	62	58	57
Sport minstens één keer per week	83	80	94	80	73	74	82	76	74
Is lid van een sportclub, sportschool of heeft een (online) sportabonnement	72	61	79	61	62	64	67	64	62

Alcohol

Alcoholgebruik

	% Man	% Vrouw	% 16-17 jaar	% 18-20 jaar	% 21-25 jaar	% 2022	% 2024 Bloemendaal	% 2024 Regio	% 2024 NL
Heeft in de laatste 12 maanden alcohol gedronken	92	92	84	96	93	87	92	83	83
Heeft in de laatste 4 weken alcohol gedronken	84	75	73	88	77	79	80	72	72
Drinkt niet of maximaal 1 glas per dag (richtlijn RGV 2015)	26	34	34	25	32	34	30	42	42
Is een zware drinker (minstens 1x pw 6 (m) dan wel 4 (v) glazen of meer per dag)	32	27	20	36	31	30	29	20	21
Drinkt soms tot altijd alcohol als hij/zij alleen is	5	*	*	*	*	10	3	7	7

Mening alcoholgebruik

Vrienden vinden het normaal om 10 glazen op één dag of avond te drinken	47	38	34	49	43	47	42	33	33
---	----	----	----	----	----	----	-----------	----	----

Roken en vaperen

Roken en vaperen

Rookt tabak	43	28	24	40	41	28	36	30	28
Ex-roker (tabak)	7	14	8	11	10	10	10	9	9
Rookt dagelijks tabak	13	*	*	11	*	10	9	15	14
Rookt wekelijks tabak	27	13	13	21	26	21	20	23	21
Vapet (gebruikt e-sigaret)	14	12	13	16	10	—	13	12	12
Ex-vaper	19	16	15	17	21	—	17	17	15
Vapet dagelijks	5	*	*	*	*	—	4	4	4
Vapet minimaal één keer per week	10	5	10	9	*	—	8	7	7
Rookt tabak en/of vapet	47	32	34	44	41	—	40	35	33

	% Man	% Vrouw	% 16-17 jaar	% 18-20 jaar	% 21-25 jaar	% 2022	% 2024 Bloemendaal	% 2024 Regio	% 2024 NL
De coronaperiode									
De coronaperiode									
Ervaart op dit moment nog negatieve gevolgen van de coronaperiode	56	69	50	69	66	—	62	64	65
Ervaarde negatieve gevolgen op:									
de financiële situatie	6	14	*	11	14	—	10	15	15
de studievoortgang	28	34	27	40	25	—	31	27	26
de lichamelijke gezondheid	11	16	13	13	16	—	14	17	17
de mentale (psychische) gezondheid	23	33	16	30	37	—	28	31	30
het aangaan en onderhouden van contacten	16	24	16	23	20	—	20	26	25
balans tussen werk/studie en privé	13	13	*	14	22	—	14	17	17
de eigen ontwikkeling	20	27	8	29	31	—	23	28	26
iets anders	*	*	*	*	*	—	3	4	4
Ervaart op dit moment nog positieve gevolgen van de coronaperiode	53	48	56	49	47	—	51	47	48
Ervaarde positieve gevolgen op:									
de financiële situatie	*	*	*	*	*	—	4	8	9
de studievoortgang	13	7	8	8	14	—	10	11	11
de lichamelijke gezondheid	20	11	16	17	16	—	16	10	9
de mentale (psychische) gezondheid	10	16	11	12	14	—	13	9	9
het aangaan en onderhouden van contacten	14	17	16	14	15	—	15	13	12
balans tussen werk/studie en privé	7	10	13	*	10	—	8	11	11

de eigen ontwikkeling	20	23	24	20	20	—	21	20	19
	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar		2024 Bloemendaal	2024 Regio	2024 NL
	%	%	%	%	%	%	%	%	%
iets anders	6	*	*	6	*	—	5	5	5

Post-COVID

Heeft 3 maanden of langer gezondheidsklachten die (mogelijk) door het coronavirus komen

Heeft post-COVID vastgesteld door een arts

Is (ernstig) beperkt in het dagelijks leven vanwege (mogelijke) post-COVID

Digitale leefomgeving

Sociale media en gamen

Risicovol socialemediagebruik

Risicovol gamegedrag

Online gokken en beleggen

Laatste 12 maanden online gegokt voor geld

Doet aan beleggen

Laatste 12 maanden geldproblemen gekregen door online gokken

Belegt in aandelen, obligaties, fondsen en/of indextrackers

Belegt in cryptomunten

Belegt in iets anders

Seksualiteit

LHBTQIA+

Ziet zichzelf als LHBTQIA+

Heeft nooit of soms het gevoel zichzelf te mogen zijn als LHBTQIA+er

Seks

Heeft ooit seks gehad

Had het laatste halfjaar seks met meerdere verschillende personen

Anticonceptie

Anticonceptievorm:

condoom

pil

spiraaltje

prikpil of pleisterpil

hormoonring of NuvaRing

hormoonstaafje

trok de penis terug voor het klaarkomen

hield de cyclus bij

ander soort anticonceptie

geen of alleen een onbetrouwbare methode van anticonceptie

Gebruikte het laatste halfjaar soms of nooit een condoom of beflapje tijdens seks

Had het laatste half jaar seks met verschillende partners en soms of nooit een condoom of beflapje gebruikt

	% Man	% Vrouw	% 16-17 jaar	% 18-20 jaar	% 21-25 jaar	% 2022	% 2024 Bloemendaal	% 2024 Regio	% 2024 NL
Heeft ooit seks gehad	69	65	36	73	88	—	67	69	71
Had het laatste halfjaar seks met meerdere verschillende personen	11	21	10	20	17	—	16	14	13
condoom	14	14	16	15	11	—	14	19	20
pil	22	23	13	22	31	—	22	28	27
spiraaltje	*	12	*	8	13	—	8	8	12
prikpil of pleisterpil	*	*	*	*	*	—	*	2	1
hormoonring of NuvaRing	*	*	*	*	*	—	*	*	0
hormoonstaafje	*	*	*	*	*	—	*	2	1
trok de penis terug voor het klaarkomen	*	8	*	*	*	—	5	4	4
hield de cyclus bij	*	*	*	*	*	—	*	1	1
ander soort anticonceptie	*	*	*	*	*	—	*	0	0
geen of alleen een onbetrouwbare methode van anticonceptie	*	7	*	5	9	—	6	5	5
Gebruikte het laatste halfjaar soms of nooit een condoom of beflapje tijdens seks	34	42	15	38	59	—	38	41	42
Had het laatste half jaar seks met verschillende partners en soms of nooit een condoom of beflapje gebruikt	7	16	*	13	15	—	11	9	9

Sociale omgeving

Mishandeling en ongewenste seksuele ervaring

	% Man	% Vrouw	% 16-17 jaar	% 18-20 jaar	% 21-25 jaar	% 2022	% 2024 Bloemendaal	% 2024 Regio	% 2024 NL
Ooit geestelijk mishandeld	11	24	8	20	22	—	17	28	26
Ooit lichamelijk mishandeld	6	*	*	6	*	—	5	12	11
Ooit ongewenste seksuele ervaring gehad	9	32	10	24	24	—	20	24	23
Heeft te maken gehad met mishandeling of ongewenste seksuele ervaring	19	44	16	37	37	—	31	41	38
Heeft thuis te maken gehad met mishandeling	4	15	*	14	8	—	9	15	15

Mantelzorg

Heeft in de laatste 12 maanden mantelzorg gegeven	8	17	10	5	20	8	12	12	13
Geeft nu mantelzorg	5	*	*	*	*	5	5	7	7
Vindt het geven van mantelzorg vaak zwaar	*	*	*	*	*	*	*	1	1
Voelt zich vaak beperkt in het doen van andere dingen door geven van mantelzorg	*	*	*	*	*	*	*	1	1