



Gemeenteprofiel

Gemeente Overbetuwe

**GEZONDHEIDS
MONITOR
JEUGD 2023**



Gelderland-Midden



Afname Gezondheidsmonitor Jeugd 2023

De Gezondheidsmonitor Jeugd is in het najaar van 2023 afgenomen onder jongeren in leerjaar 2 en 4 van het Regulier Voortgezet Onderwijs. De vragenlijst is tijdens een lesuur op school digitaal afgenomen.

Op de volgende pagina's zijn de belangrijkste resultaten van uw gemeente weergegeven en soms afgezet tegen het gemiddelde van regio Gelderland-Midden.

Bij de gemeenterapportage hoort een uitgebreid tabellenboek waarin alle resultaten vermeld worden. Hierin staan alle uitkomsten uitgesplitst naar geslacht, leerjaar en onderwijssoort. Daarnaast worden de totaalcijfers weergegeven voor de regio Gelderland-Midden en Nederland. Op de website incijfers.ggdgm.nl vindt u meer resultaten van de Gezondheidsmonitors.

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 een minimum van 5 respondenten per specifiek antwoord. Indien de aantallen lager liggen, worden de cijfers niet weergegeven.

Deelnemers Gezondheidsmonitor Jeugd 2023

Aantal ingevulde vragenlijsten	Gemeente Overbetuwe	Regio Gelderland-Midden
Jongen	263	3.790
Meisje	275	3.914
Klas 2	260	4.013
Klas 4	288	3.844
Vmbo	249	3.561
Havo/Vwo	292	4.165
Totaal	548	7.857

De resultaten van de Gezondheidsmonitor Jeugd 2023 geven inzicht in de gezondheid, het welzijn en de leefstijl van jongeren. De belangrijkste resultaten voor uw gemeente vindt u hieronder.

De gezondheid en het welzijn van de jeugd verdient onze aandacht

De meeste jongeren (77%) ervaren hun gezondheid als (zeer) goed, maar dit percentage daalt de laatste jaren. Voldoende beweging draagt positief bij aan de gezondheid van jongeren. Driekwart van de jongeren (79%) sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool. 13% geeft aan in een normale week dagelijks minstens een uur te bewegen of te sporten.

Ongeveer een kwart (27%) heeft psychische klachten. Ongeveer de helft van de jongeren (54%) heeft vertrouwen in zijn/haar eigen toekomst. De helft van de jongeren voelt zich (zeer) vaak gestrest door één of meerdere factoren. Vooral school/huiswerk, maar ook de combinatie van alles wat ze moeten doen zijn belangrijke bronnen van stress. Een derde van de jongeren (37%) ervaart regelmatig tot vaak druk om te presteren. Ze leggen zichzelf vaak deze druk op, maar ook anderen, zoals ouders, school/docenten en vrienden/vriendinnen doen dit. Ongeveer 1 op de 8 jongeren (13%) loopt een risico op problematisch social mediagebruik. Deze jongeren geven onder andere aan slaap tekort te komen of hun huiswerk af te raffelen door het gebruik van sociale media.

Ondanks het verbod op alcohol onder de 18 jaar heeft 26% van de jongeren in de 4 weken voor het onderzoek alcohol gedronken en 16% is dronken of aangeschoten geweest. 6% van de jongeren rookt minimaal wekelijks sigaretten, een hoger percentage (8%) vapet en ruim 1 op de 10 jongeren (10%) rookt en/of vapet minimaal wekelijks. Dit zijn zorgwekkende percentages.

Wat kan een gemeente doen?

Het stimuleren van een gezonde leefstijl en aandacht voor positieve gezondheid is essentieel om de gezondheid van de jongeren blijvend te versterken. Het creëren van een gezonde leefomgeving hoort daar natuurlijk bij.

- Op www.loketgezondleven.nl vindt u erkende interventies die beschikbaar zijn om in te zetten voor een gezonde(re) jeugd in uw gemeente.
- De Gezonde School helpt scholen om te werken aan een gezonde leefstijl ([Gezonde School aanpak](#)). Het sluit aan bij wat de school al doet aan gezondheidsbevordering en versterkt wat goed gaat. Deze aanpak maakt van losse activiteiten één geheel en zorgt dat er structureel en planmatig gewerkt wordt aan een gezondheidsthema. De Gezonde School-adviseur van GGD Gelderland-Midden kan scholen adviseren en begeleiden. Neem contact op met GezondeSchool@vggm.nl voor meer informatie.
- GGD Gelderland-Midden heeft een menukaart beschikbaar die inzichtelijk maakt hoe de gemeenten zich kunnen inzetten voor een rookvrije generatie ([Rookvrije generatie](#)).
- [Iriszorg Preventie](#) is de expert in onze regio voor het voorkomen van middelengebruik en verslaving en biedt advies en handvatten.
- Het Nederlands Jeugdinstituut helpt scholen, gemeenten en jeugdhulp bij de aanpak, bijvoorbeeld met de preventiematrix ([handreiking](#)).

Door samenwerking op verschillende beleidsgebieden (gezondheid, jeugd en onderwijs) wordt de gezondheidswinst groter.

1. Gezin

2. School

3. Gezondheid en geluk

4. Alcohol

5. Roken, vaperen, snus en drugs

6. Beschermende factoren en
vertrouwen

7. Psychische klachten en stress

8. Prestatiedruk en eenzaamheid

9. Mediawijsheid

10. Bewegen en Sport

11. Vrije tijd

12. Ronselen

Contact

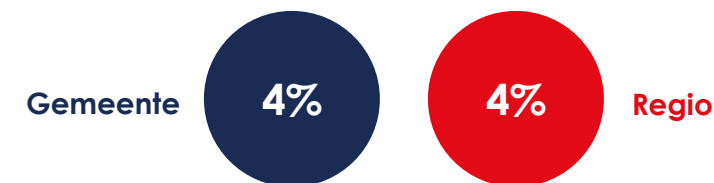
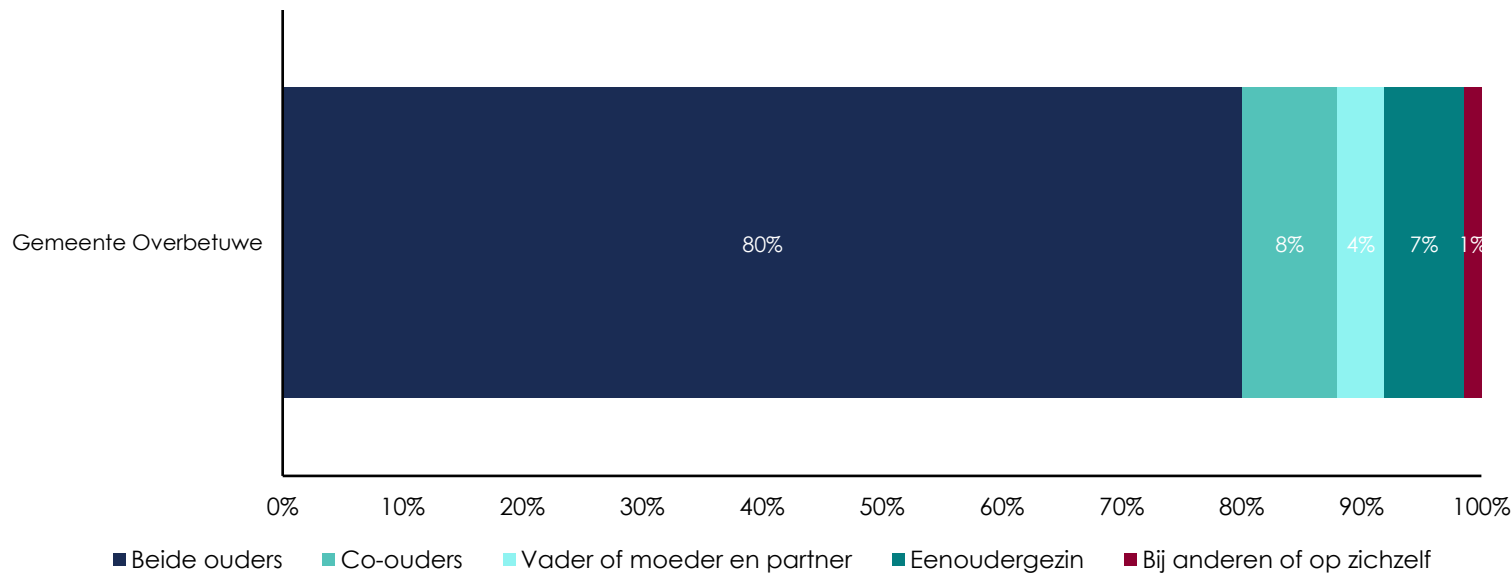
1. Gezin (1/2)

De gezinssituatie waarin een jongere opgroeit heeft invloed op de gezondheid en het welzijn van de jongere. Jongeren die een goede band hebben met hun ouders hebben over het algemeen minder psychosociale problemen.

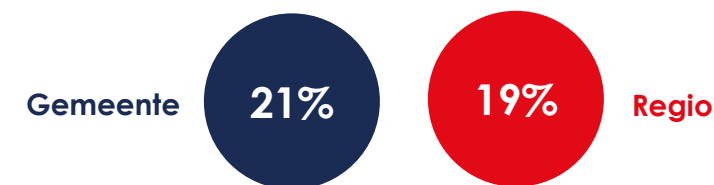
Van eenoudergezinnen en gezinnen die moeite hebben met rondkomen wordt veel veerkracht en improvisatie verwacht.

Een jonge mantelzorger is een kind of jongere die thuis woont met iemand die langdurig ziek is, een handicap heeft, verslaafd is of een psychische ziekte heeft. Zij hoeven niet per se zelf te helpen in de verzorging. Zorgen om de 'zieke' kan al invloed hebben op diverse aspecten van de gezondheid en het welzijn van de jongere, zoals een minder goede ervaren gezondheid, meer psychische problemen, meer genotmiddelengebruik of spijbelgedrag.

Woonsituatie



ervaart thuis enige of grote moeite met rondkomen



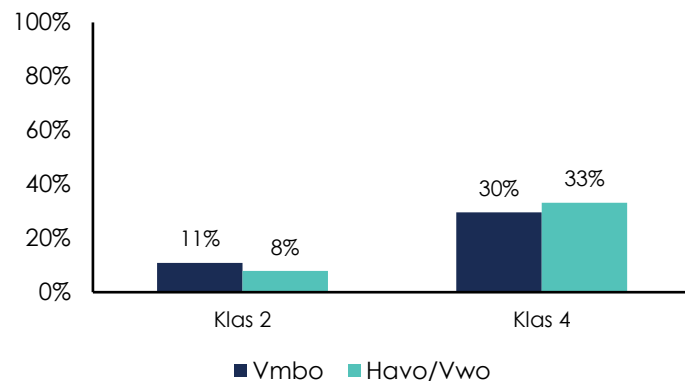
is jonge mantelzorger

1. Gezin (2/2)

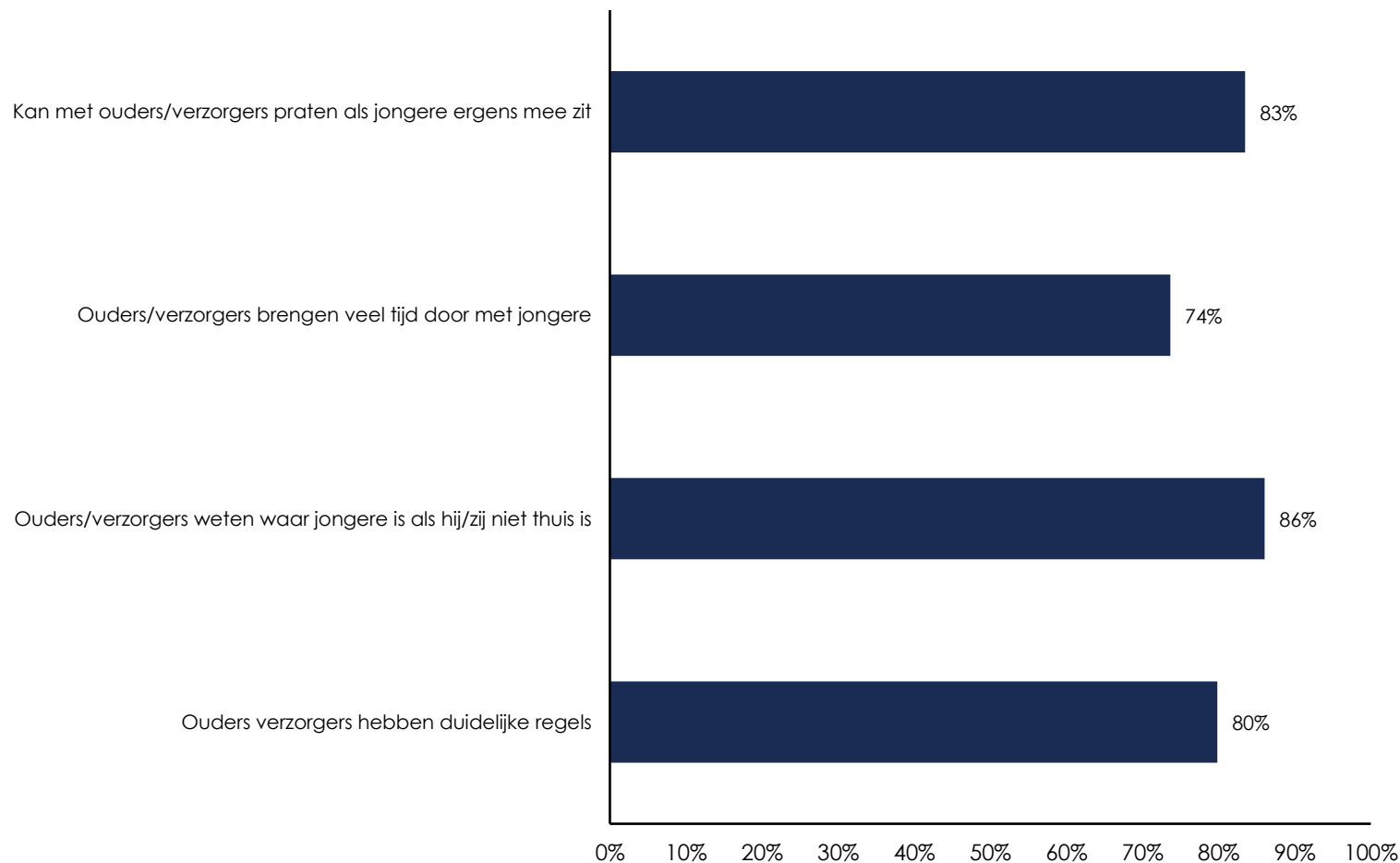
Steun, opvattingen en betrokkenheid van ouders zijn van belang voor een positieve ontwikkeling van jeugdigen en hebben invloed op het gedrag van de jongere.

Er is gevraagd in hoeverre de jongere 's avonds van huis is en naar de relatie die jongeren met hun ouders/verzorgers hebben.

Was in de afgelopen week 3 of meer dagen na 22 uur niet thuis



Ouderbetrokkenheid



2. School

Jongeren brengen een groot deel van hun tijd door op school. Op school doen jongeren kennis en vaardigheden op die belangrijk zijn voor hun ontwikkeling. Daarnaast doen ze sociale contacten op en maken ze vrienden.

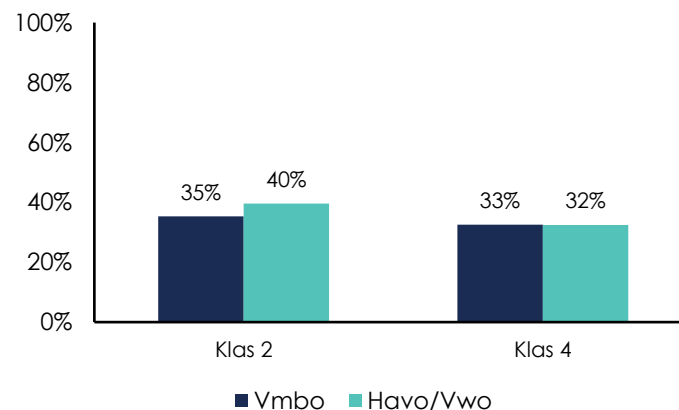
Wanneer jongeren worden gepest, kan dit negatieve gevolgen hebben voor hun sociaal-emotionele gezondheid.

In de monitor is gevraagd naar de schoolbeleving, het ziekteverzuim, spijbelen en pesten.

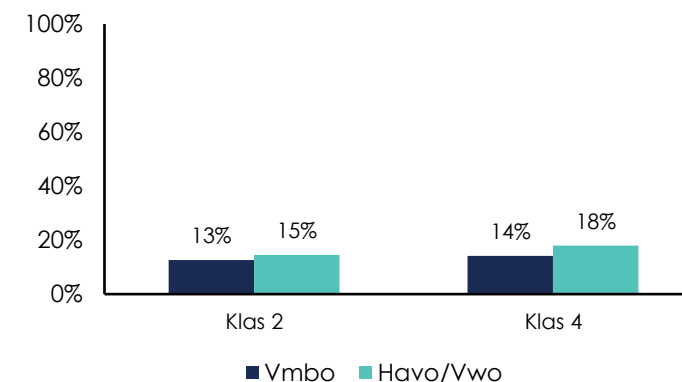
35% van de jongeren in uw gemeente vindt school (hartstikke) leuk. 15% is in de afgelopen drie maanden gepest op school. 15% is vanwege ziekte 3 dagen of meer niet naar school geweest en 13% heeft gespijbeld in de afgelopen 4 schoolweken. 72% voelt zich veilig op school.

In de regio Gelderland-Midden vindt 39% school (hartstikke) leuk; 13% is in de afgelopen drie maanden gepest op school; 16% is vanwege ziekte 3 dagen of meer niet naar school geweest en 15% heeft gespijbeld in de afgelopen 4 schoolweken. En 76% voelt zich veilig op school in de regio Gelderland-Midden.

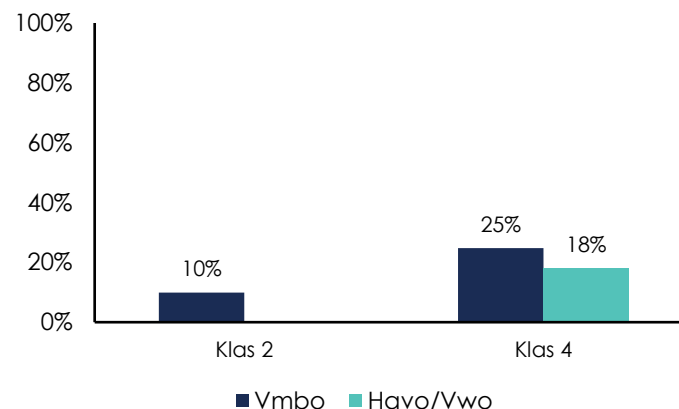
Vindt school (hartstikke) leuk



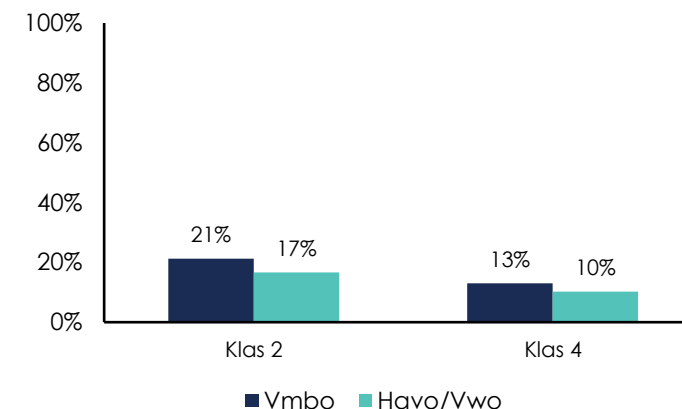
Was in de afgelopen 4 weken 3+ dagen ziek thuis



Heeft in de afgelopen 4 weken gespijbeld



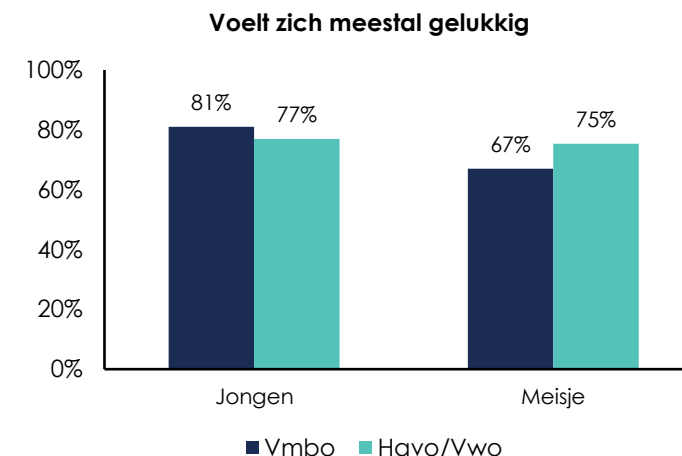
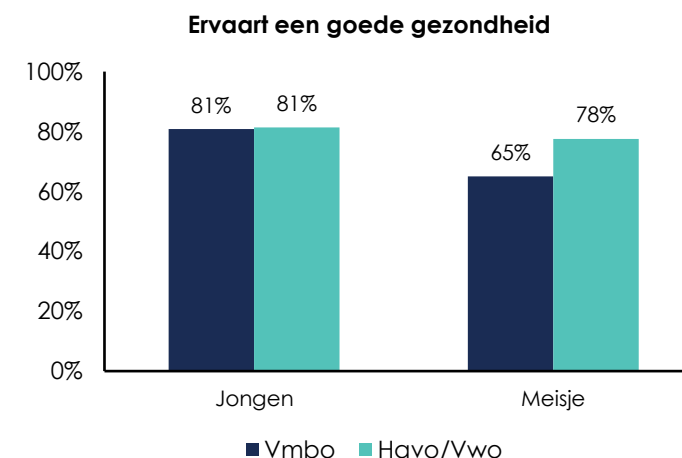
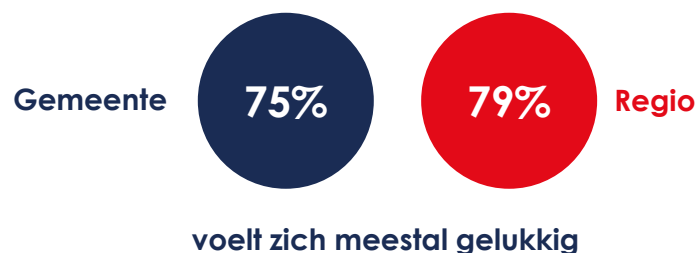
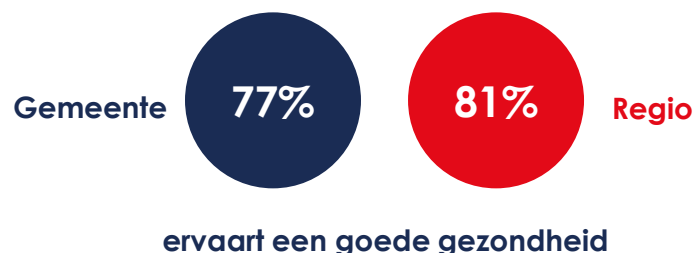
Is in de afgelopen 3 maanden gepest op school



3. Gezondheid en geluk

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. Jongeren kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun gezondheid ervaren. Dit is een betrouwbare indicator voor de algehele gezondheidstoestand van jongeren. Uit de resultaten van de monitor blijkt dat de meerderheid van de jongeren de eigen gezondheid als (zeer) goed ervaart. Maar we zien al langer dat de ervaren gezondheid van jongeren in het land afneemt. In 2015 gaf 88% aan hun gezondheid als (zeer) goed te ervaren. Bij de huidige meting is dit gedaald naar 80% in Nederland.

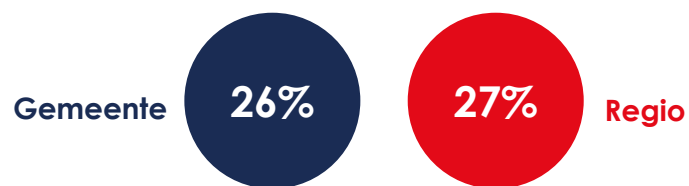
In de afgelopen monitors is ook onderzocht hoe gelukkig de jongeren zich voelen. In het algemeen voelden ze zich tijdens de coronaperiode(2021) minder gelukkig dan in 2019. In 2023 zien we een licht herstel, ze voelen zich weer iets gelukkiger dan in 2021.



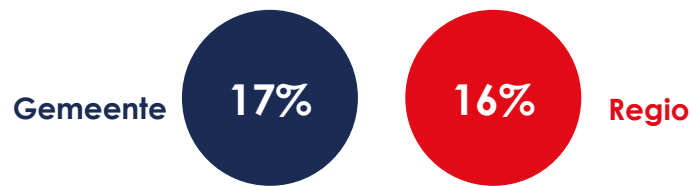
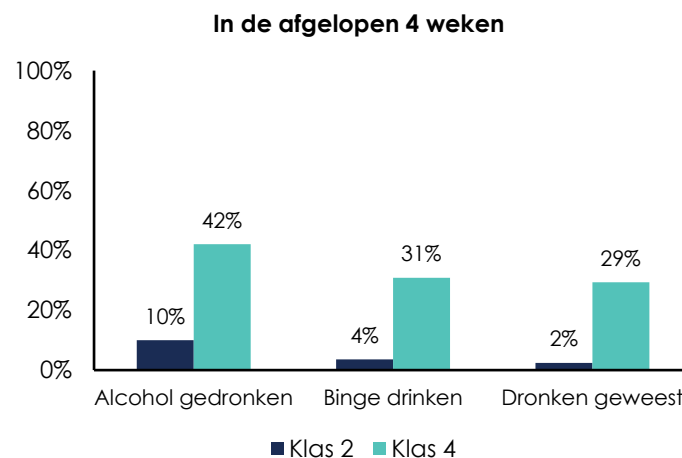
4. Alcohol (1/2)

Alcoholgebruik onder de 18 jaar wordt als ongewenst beschouwd. De hersenen van jongeren zijn nog volop in ontwikkeling en er zijn aanwijzingen dat deze ontwikkeling verstoord kan worden door alcoholgebruik. Daarnaast vertonen drinkende jongeren vaker ongeremd, agressief of asociaal gedrag en hebben zij een verhoogd risico op problematisch drinken op latere leeftijd.

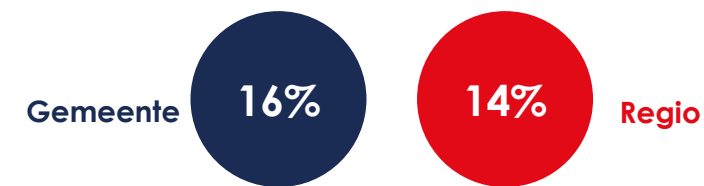
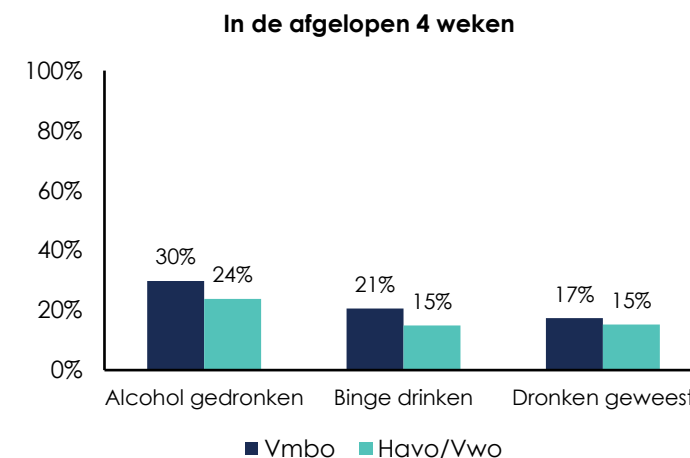
Hoewel alcoholgebruik vooral voorkomt in klas 4 zien we ook al alcoholgebruik in klas 2. De verschillen in alcoholgebruik tussen jongens en meisjes zijn kleiner dan die tussen klas en onderwijssoort.



heeft in de afgelopen 4 weken wel eens alcohol gedronken



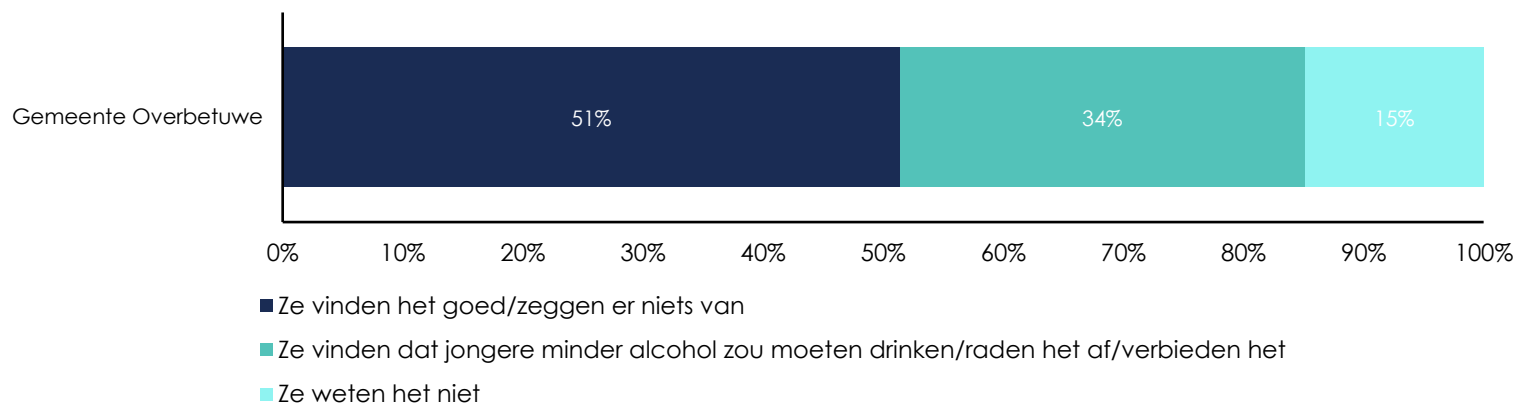
heeft in de afgelopen 4 weken wel eens 5 of meer glazen alcohol gedronken (binge drinken)



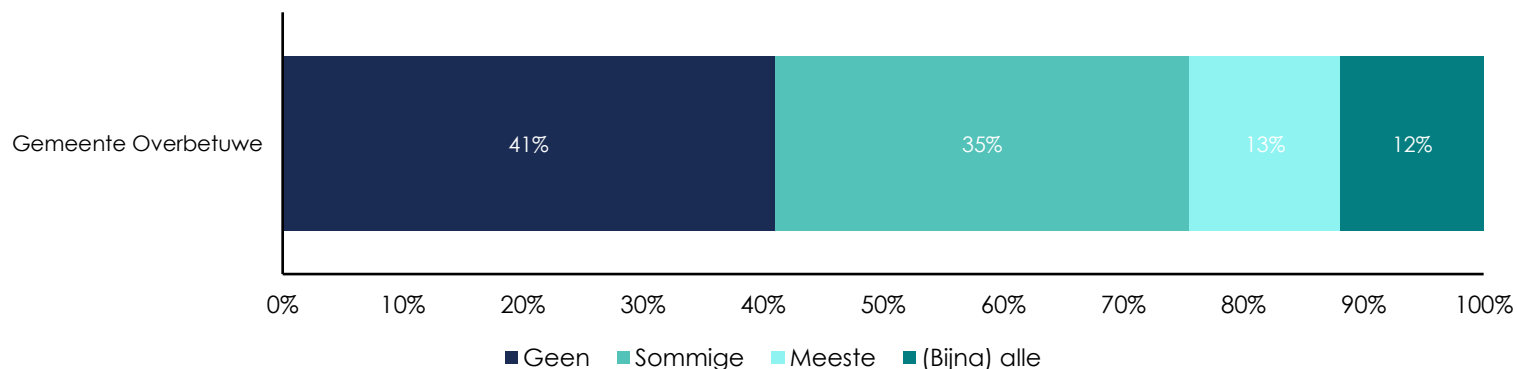
is in de afgelopen 4 weken wel eens dronken geweest

4. Alcohol (2/2)

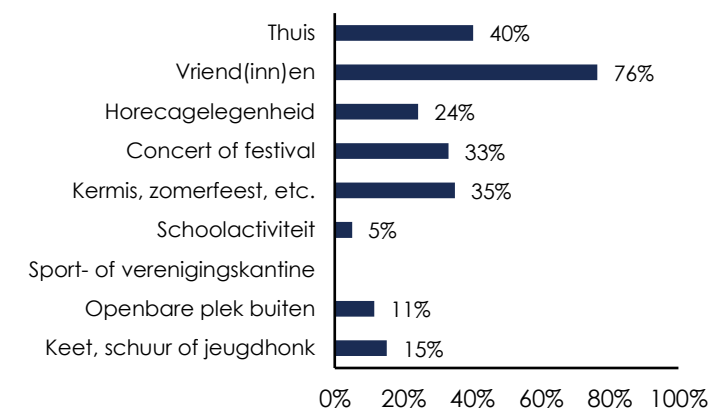
Wat vinden ouders ervan als de jongere alcohol drinkt?



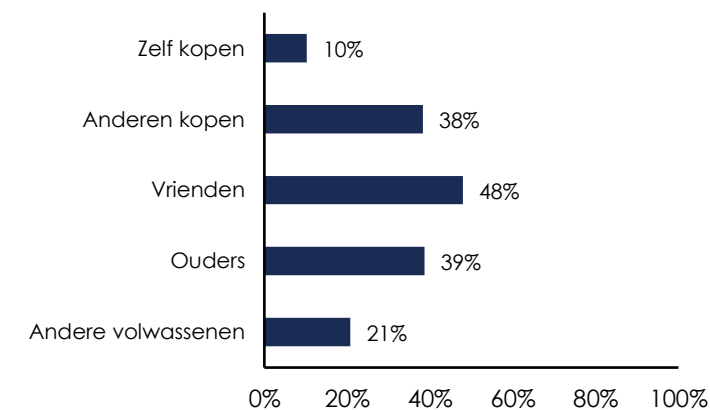
Hoeveel vrienden en vriendinnen drinken ook alcohol als de jongere alcohol drinkt?



Als de jongere alcohol drinkt is dat meestal:



Hoe komt de jongere aan alcohol?



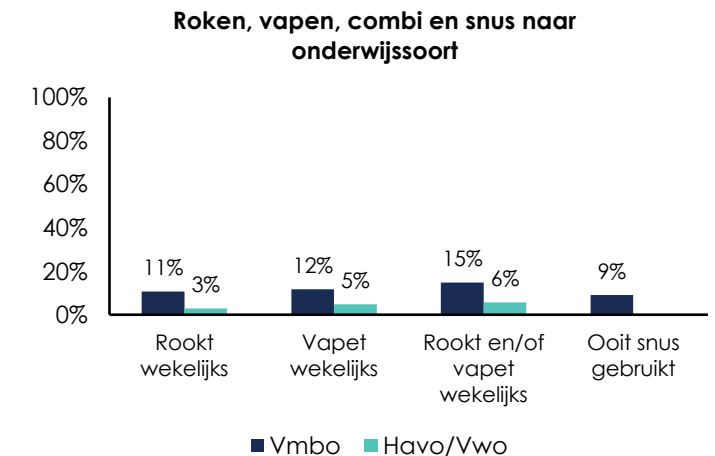
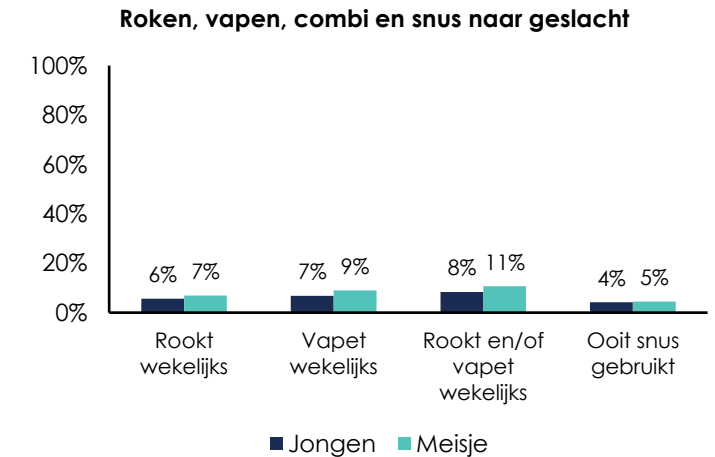
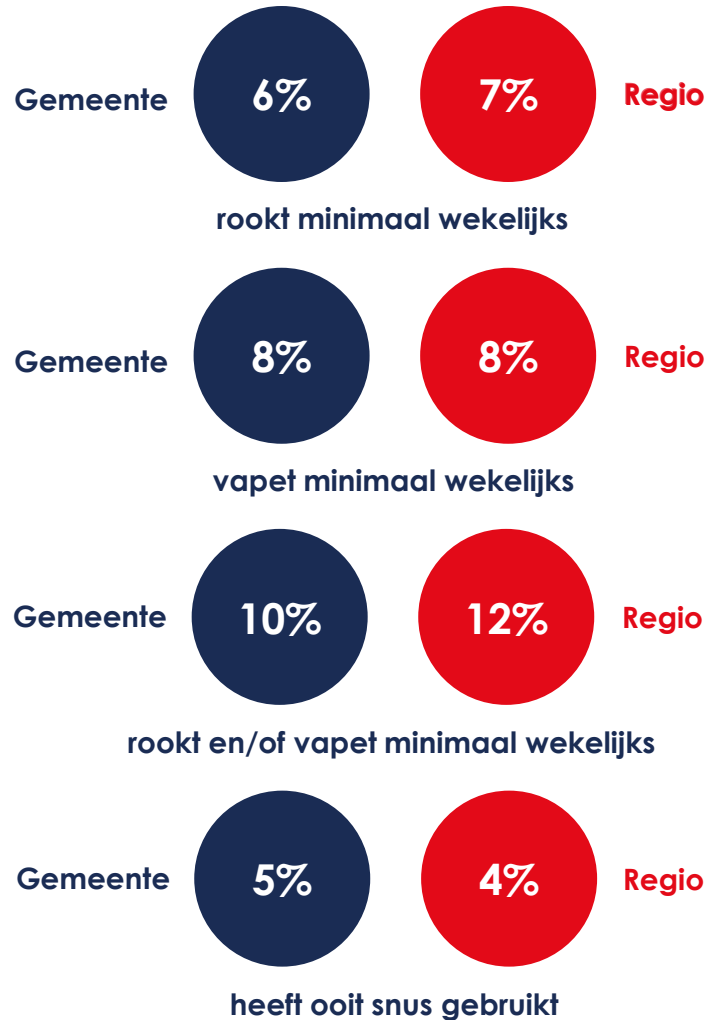
5. Roken, vaperen, snus en drugs

Roken is veruit de belangrijkste leefstijlfactor waardoor mensen ziek worden of komen te overlijden ([RIVM](#)). Als je op jonge leeftijd begint met roken, is de verslaving vaak sterker en is de kans op succesvol stoppen kleiner dan wanneer je op latere leeftijd begint met roken. Daarom is het belangrijk om samen te werken aan een rookvrije generatie.

Een vape (e-sigaret) is minstens zo ongezond en verslavend. Deze nieuwe vorm van roken is sterk in opkomst en vaperen komt onder jongeren inmiddels vaker voor dan het roken van sigaretten.

Snus is een ander opkomend fenomeen. Het is een soort theezakje dat onder de bovenlip wordt gestopt. Er komt nicotine binnen zonder te roken. Het effect van snus lijkt op dat van het roken van een sigaret.

10% van de jongeren in uw gemeente heeft ooit wiet of hasj gebruikt. Het percentage dat in de laatste 4 weken wiet of hasj gebruikt heeft is 5%. In regio Gelderland-Midden is dit respectievelijk 8% en 4%. 2% heeft ooit andere drugs gebruikt, zoals XTC, paddo's, cocaïne of lachgas. In regio Gelderland-Midden is dit 2%.

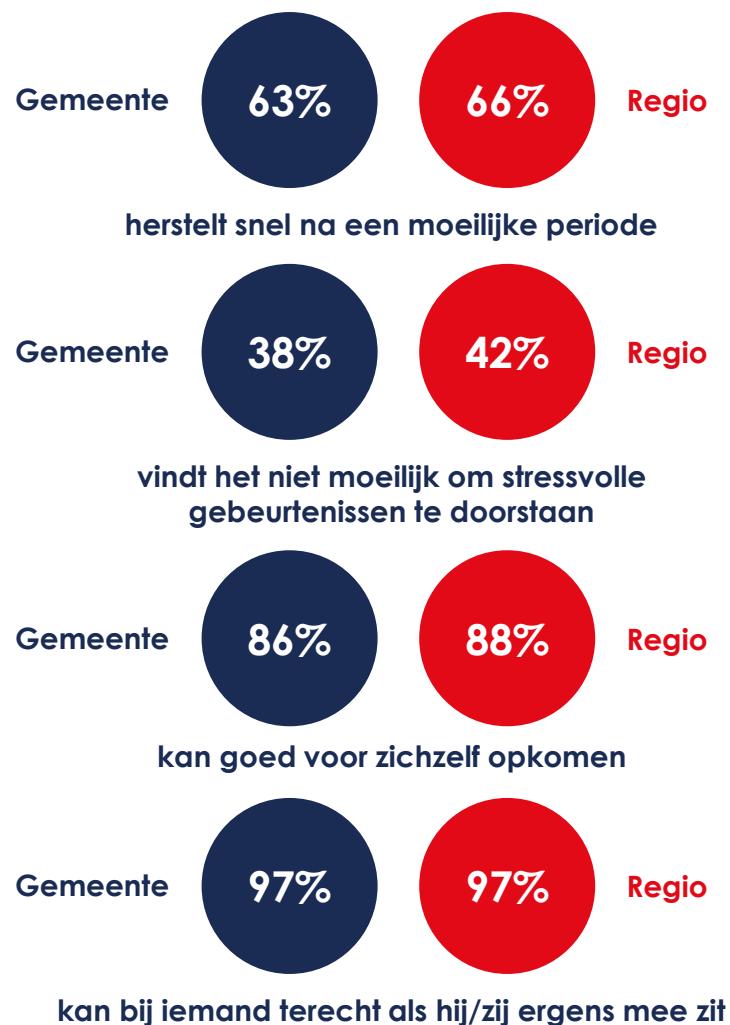
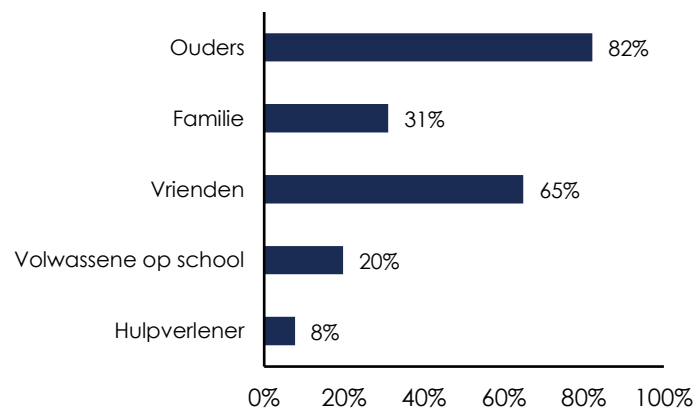


6. Beschermende factoren en vertrouwen

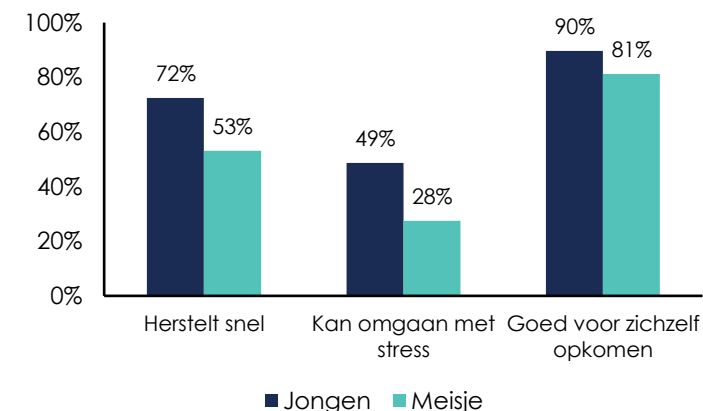
Hoe jongeren met uitdagingen als stress, ingrijpende gebeurtenissen en groepsdruk omgaan wordt mede bepaald door hun veerkracht en weerbaarheid. Jongens rapporteren over het algemeen vaker dat zij sneller herstellen, makkelijker stressvolle gebeurtenissen doorstaan en beter voor zichzelf kunnen opkomen dan meisjes.

In uw gemeente kan 3% van de jongeren bij niemand terecht bij problemen. Deze groep is extra kwetsbaar. Ondanks de uitdagingen die zij in hun leven tegenkomen heeft 54% van de jongeren (heel) veel vertrouwen in de toekomst.

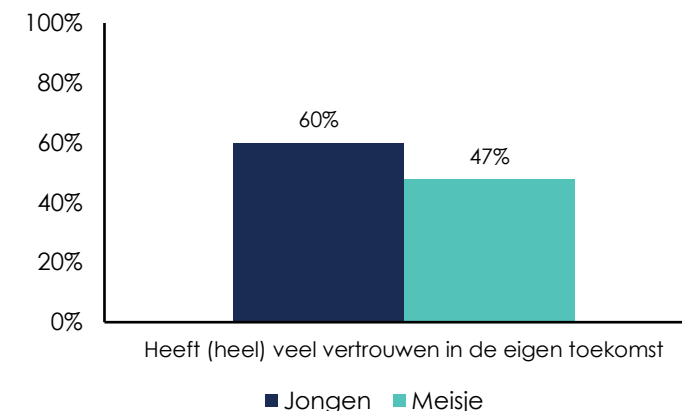
Kan met een probleem terecht bij



Veerkracht



Vertrouwen in de toekomst



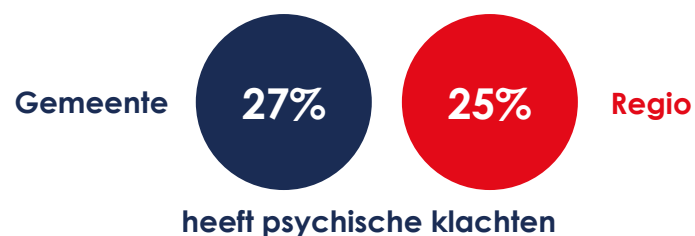
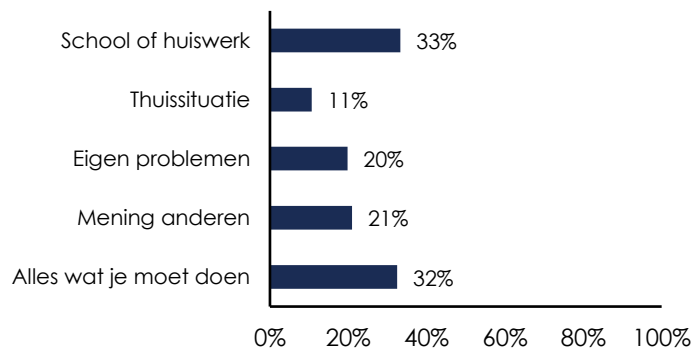
7. Psychische klachten en stress

Psychische klachten worden gemeten met de 'Mental Health Inventory 5' (MHI-5). Het geeft een indicatie van de psychische gezondheid, waaronder bijvoorbeeld depressieve klachten. Uit de landelijke gegevens blijkt dat de psychische gezondheid van jongeren grotendeels stabiel is gebleven vergeleken met 2021.

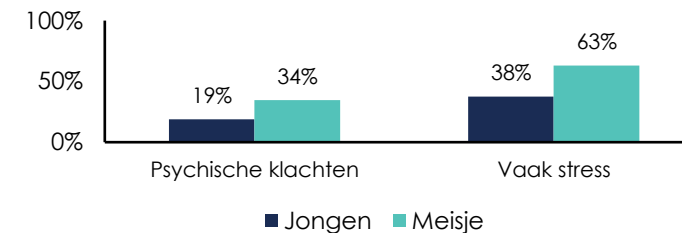
Stress is een belangrijke risicofactor voor psychische klachten. Vooral meisjes hebben vaker psychische klachten en ervaren vaker stress dan jongens.

4% van de jongeren uit regio Gelderland-Midden heeft er in de laatste 12 maanden vaak of heel vaak serieus over gedacht een eind te maken aan zijn/haar leven.

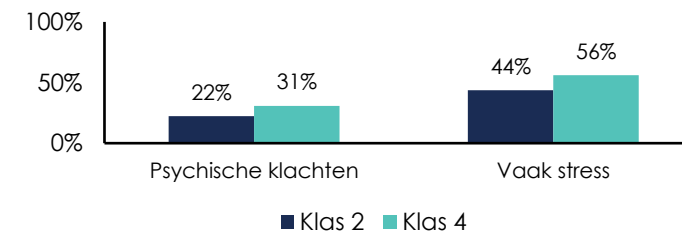
Bronnen van stress



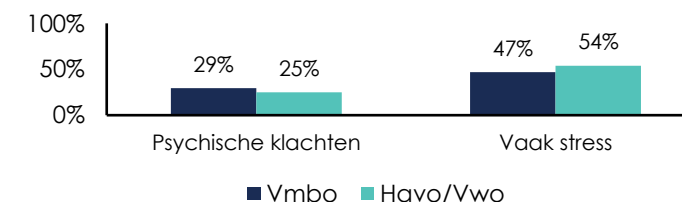
Psychische klachten en stress naar geslacht



Psychische klachten en stress naar klas



Psychische klachten en stress naar onderwijssoort



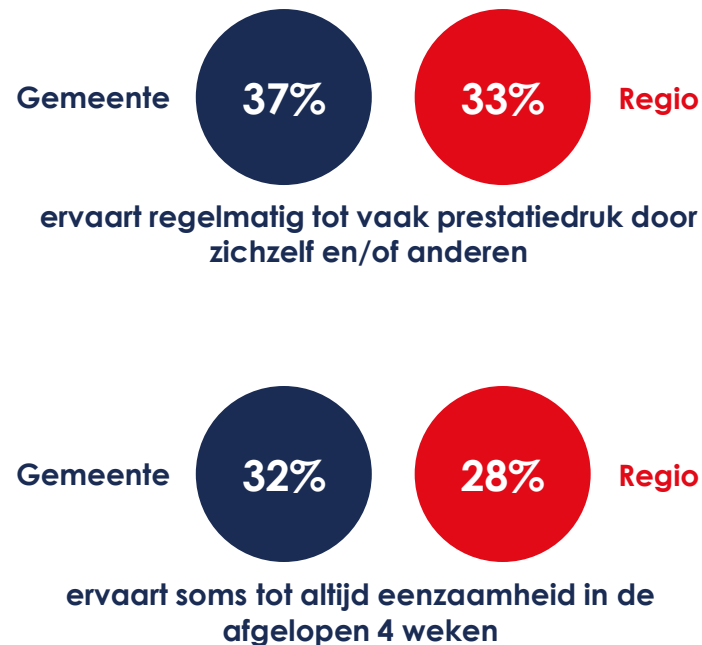
8. Prestatiedruk en eenzaamheid

Jongeren ervaren steeds meer druk om te presteren. Deze druk kunnen ze zichzelf opleggen, maar kan ook door anderen opgelegd worden.

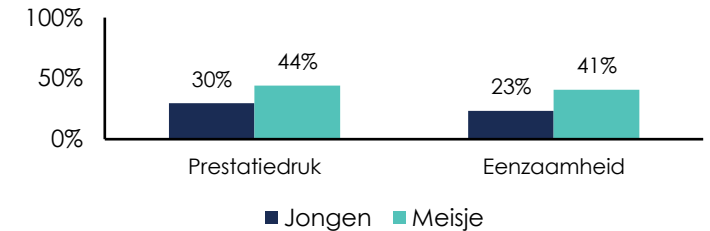
In uw gemeente ervaart 31% regelmatig/vaak prestatiedruk vanuit zichzelf, 21% vanuit anderen en 37% vanuit zichzelf en/of anderen.

Ouders/verzorgers (13%), school/leraren (12%) en vrienden/vriendinnen (8%) zijn de grootste bronnen van de prestatiedruk door anderen veroorzaakt.

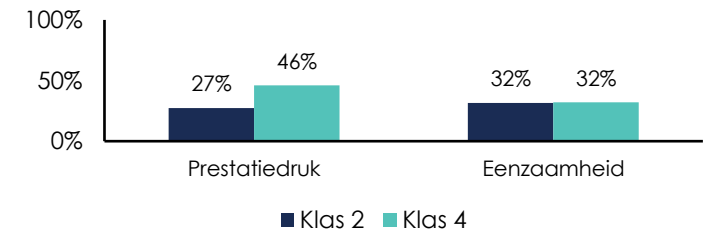
Daarnaast voelen steeds meer jongeren zich eenzaam. Jongeren kunnen zich eenzaam voelen, ondanks een groot sociaal netwerk. Gevoelens van eenzaamheid kunnen onder andere voortkomen uit een negatief zelfbeeld, onbegrepen voelen, weinig sociale vaardigheden of een moeizame thuissituatie.



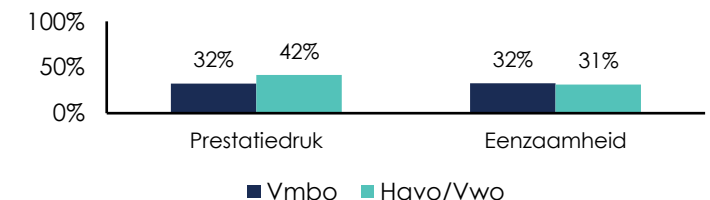
Prestatiedruk en eenzaamheid naar geslacht



Prestatiedruk en eenzaamheid naar klas

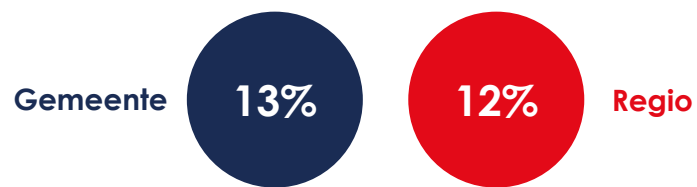


Prestatiedruk en eenzaamheid naar onderwijssoort

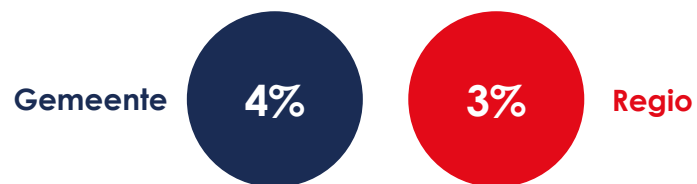


9. Mediawijsheid

Als jongeren het gebruik van social media niet meer onder controle hebben, kunnen er problemen ontstaan in het dagelijks functioneren. Er is dan sprake van problematisch gebruik van social media. Ook langdurig gamen en hier niet mee kunnen stoppen, kan problematisch worden. Dit kan negatieve effecten hebben op verschillende aspecten van gezondheid, zoals mentaal welbevinden, eenzaamheid en slaap.

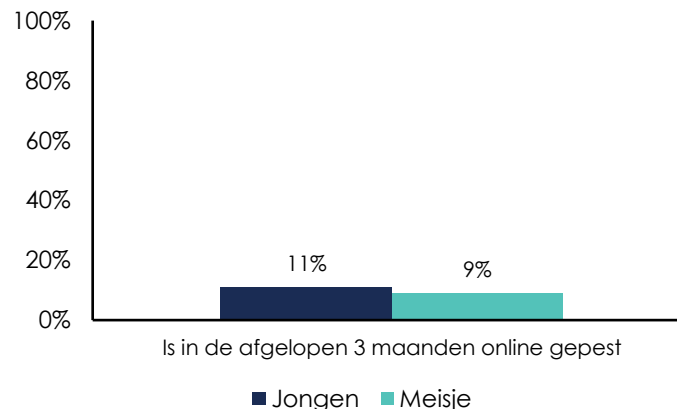


loopt risico op problematisch sociale
mediagebruik

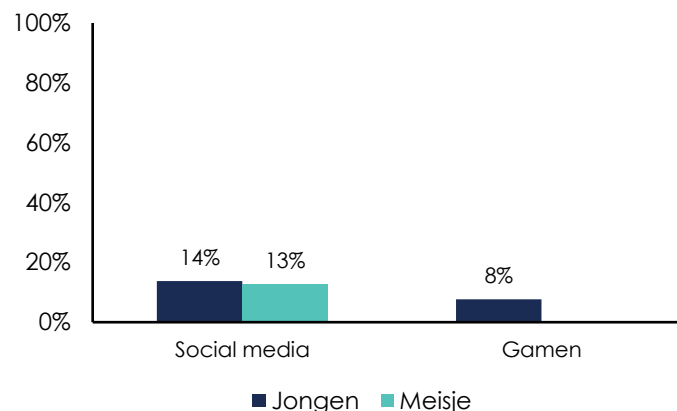


loopt risico op problematisch gamegedrag

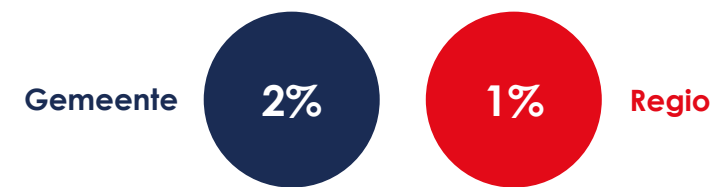
Is in de afgelopen 3 maanden online gepest



Problematisch gebruik van



Sexting is het hebben van een seksueel getint gesprek online. Sexting is voor de meeste jongeren een fijne ervaring maar kan ook nare gevolgen hebben die jongeren niet altijd kunnen overzien. Een voorbeeld hiervan is het ongewild verspreiden van intiem materiaal. Het is daarom belangrijk jongeren te leren hoe ze op veilige wijze online relaties aangaan ([Gezonde School.nl](https://www.gezondeschool.nl)).

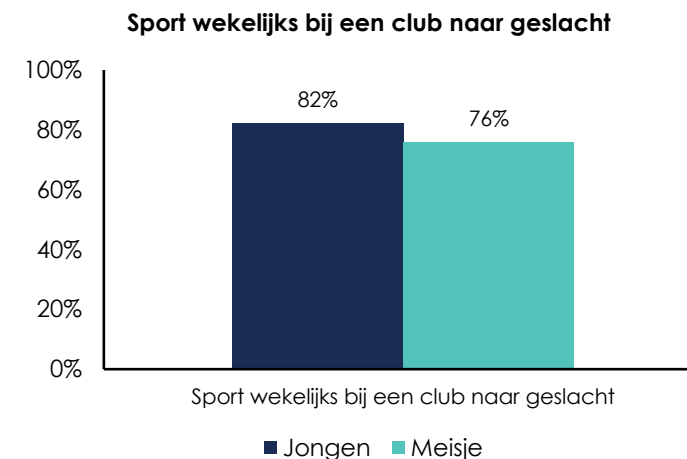
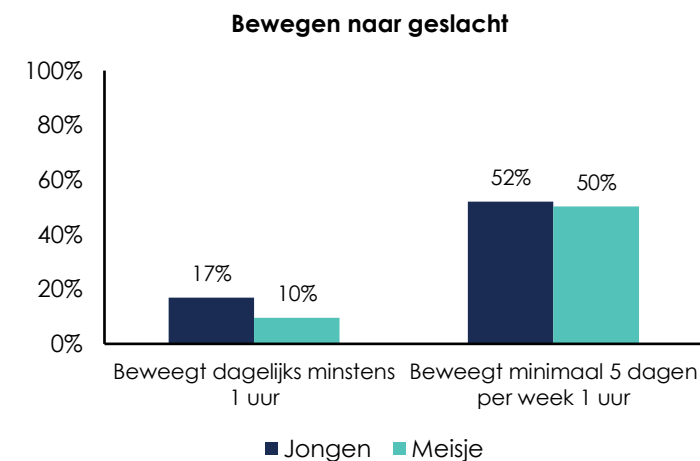
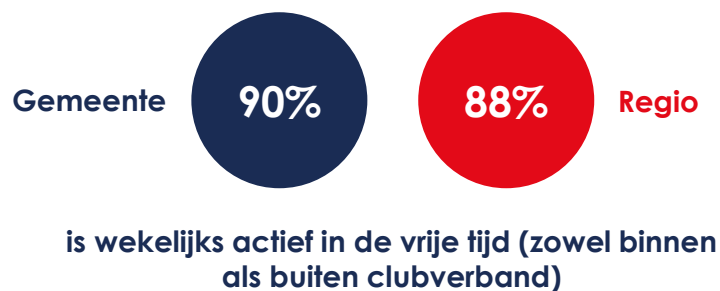


heeft meegemaakt dat iemand tegen de zin
een naaktfoto of seksfilmpje heeft verspreid

10. Bewegen en sport

Voldoende beweging draagt positief bij aan gezondheid van jongeren. Het advies voor jongeren is om elke dag minimaal een uur te bewegen. Niet alleen sporten bij een club, maar ook bewegen buiten clubverband, zoals skaten, kranten bezorgen of naar school fietsen, tellen mee.

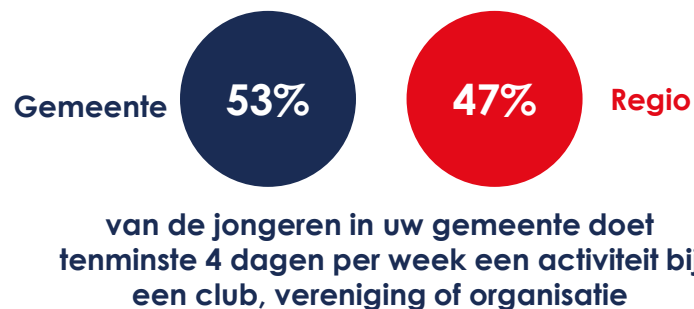
In uw gemeente loopt of fietst 88% elke dag naar school of stage. In regio Gelderland-Midden is dat 89%.



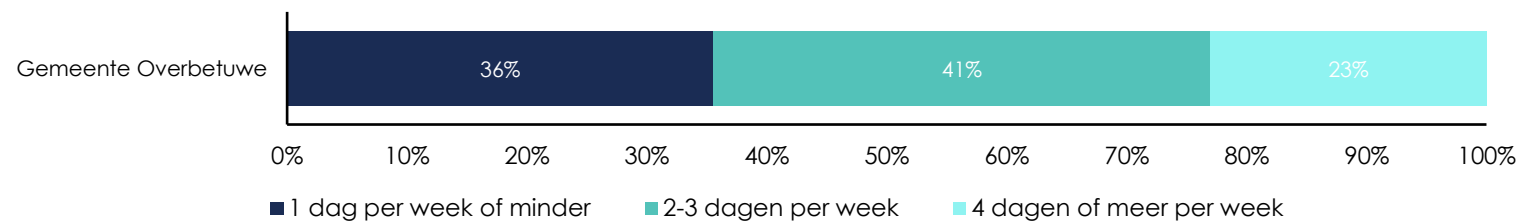
11. Vrije tijd

Een goede vrije tijdsbesteding is een beschermende factor waardoor jongeren minder kwetsbaar zijn voor psychische ongezondheid en het ontwikkelen van problematisch middelengebruik.

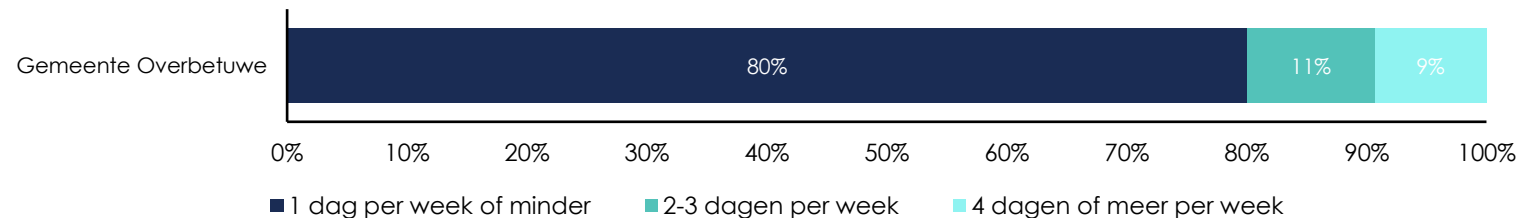
Constructieve activiteiten brengen jongeren in contact met volwassenen en andere jongeren die hen aanmoedigen en ondersteunen bij het ontwikkelen van hun talenten en vaardigheden. Een goed aanbod van constructieve georganiseerde tijdsbesteding van jongeren vergroot de kansen om in de vrije tijd (buiten schooltijd) deel te kunnen nemen aan bijvoorbeeld culturele of creatieve activiteiten, zoals muziek maken, theater of schilderen/tekenen of aan andere activiteiten, zoals bijvoorbeeld activiteiten van een kerk of moskee.



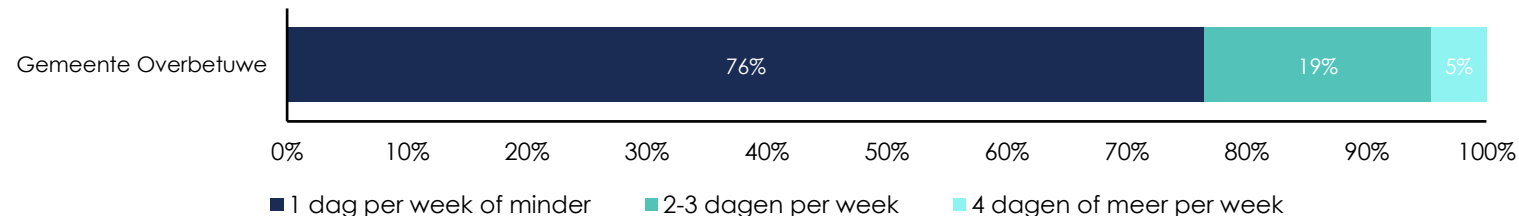
Actief bij een sportclub of sportschool



Creatieve en culturele activiteiten buiten schooltijd



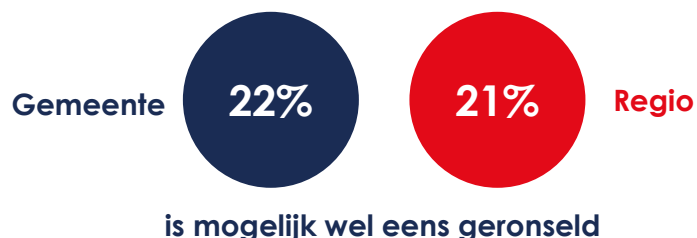
Activiteiten bij andere clubs of verenigingen buiten schooltijd



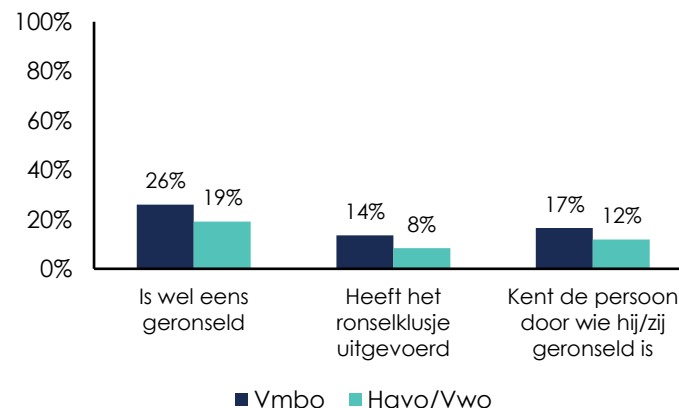
12. Ronselen

Jongeren worden steeds vaker geronseld voor het uitvoeren van (strafbare) klussen. Het begint vaak met kleine opdrachten zoals het bezorgen van een pakketje, het stelen van blikjes drinken of het tijdelijk afstaan van een bankpas. Voor deze klusjes krijgen de geronselde jongeren goed betaald. Ronselpraktijken gebeuren in en rondom school, maar ook in de wijk of via social media. Jongeren die meewerken worden steeds verder de illegaliteit ingetrokken. Jongeren die eruit willen stappen worden onder grote druk gezet. Er wordt bijvoorbeeld gedreigd dat familieleden gevaar lopen als ze niet langer doen wat er van hen wordt gevraagd.

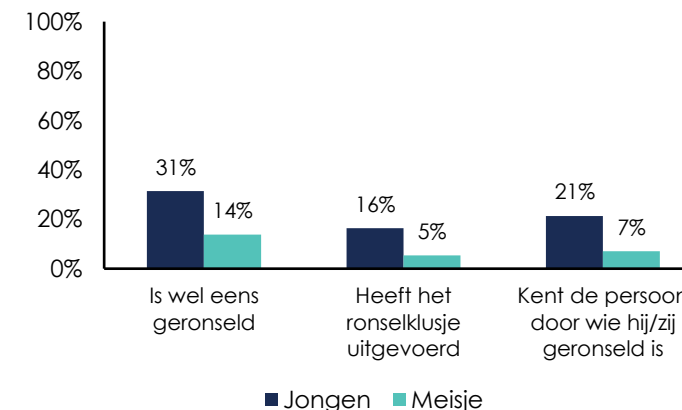
Inzetten op preventie en bewustwording van signalen van ronselen zijn belangrijk. Het is van belang om jongeren voor te lichten over de gevolgen van criminaliteit en daarbij te benadrukken dat het ontzettend moeilijk is om hier weer uit te stappen.



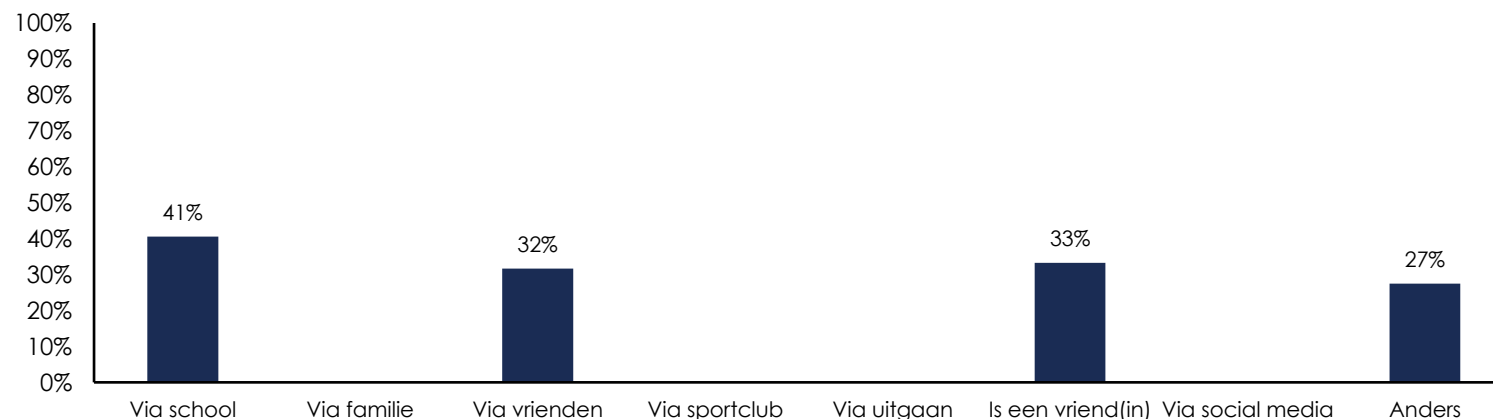
Ronselen naar onderwijssoort



Ronselen naar geslacht



Hoe kent de jongere de 'ronselenaar' door wie hij/zij geronseld is



Heeft u nog vragen over het onderzoek? Of hoe de cijfers gebruikt kunnen worden in beleid of uitvoeringsprogramma's? Neem dan contact op met **team onderzoek, informatie en advies** via onderzoek@vggm.nl.

Wilt u meer weten over welke stappen u kunt zetten om uw gemeente gezonder te maken? Uw **adviseur Publieke Gezondheid** adviseert u hier graag over en kan u handvatten bieden voor hoe u dit binnen de gemeente kunt oppakken. Neem contact op via adviseurpubliekegezondheid@vggm.nl.

In ons dashboard vindt u behalve deze cijfers over de jongeren, meer cijfers over de gezondheid van inwoners in de regio (incijfers.ggdgm.nl).

GGD Gelderland-Midden is onderdeel van de Veiligheids- en Gezondheidsregio Gelderland-Midden

GGD Gelderland-Midden
Postbus 5364
6802 EJ ARNHEM

T
E
I

0800 8446 000
ggd@vggm.nl
www.ggdgm.nl

Jaar van uitgave: 2024



Gelderland-Midden