

# GEZONDHEIDSMONITOR VOLWASSENEN EN OUDEREN 2020

PROVINCIALE RAPPORTAGE LIMBURG



# INHOUD



## LEES EERST:

**VOORWOORD**

**5 BELANGRIJKE PIJLERS**

**LEESWIJZER**

**VERANTWOORDING  
THEMA'S**

## OF GA DIRECT NAAR THEMA'S

**ROKEN**

**ALCOHOLGEBRUIK**

**OVERGEWICHT**

**BEWEGEN**

**EENZAAMHEID**

**GEVOLGEN  
CORONACRISIS**

**HOE NU VERDER?**

**BIJLAGEN**



# VOORWOORD



**FONS BOVENS**  
**DIRECTEUR**  
**GGD ZUID LIMBURG**

“Door de coronacrisis staat gezondheid volop in de belangstelling. Mensen met een goede gezondheid lopen minder risico om ernstig en langdurig ziek te worden. Meer dan voorheen krijgen preventie en een gezonde leefstijl daarom aandacht, want dat is dé manier om onze gezondheid te beschermen en te bevorderen. Tegelijkertijd beïnvloedden de maatregelen ons leven en onze leefstijl sterk. Wat zijn de indirecte gevolgen van de coronacrisis op onze gezondheid? Hoe staat het met de onderwerpen uit het Preventieakkoord: roken, alcoholgebruik, overgewicht en bewegen? Zijn er al resultaten te zien van de aanpak van eenzaamheid? Het zijn deze belangrijke thema’s die centraal staan in deze provinciale rapportage.

Met de resultaten van de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen krijgen we een nieuwe schat aan informatie. Het laat ons duidelijk zien waar we staan en waar extra inspanning om onze gezondheid te versterken nodig is.”



**NATASJA VAN MONTFOORT**  
**ADJUNCT DIRECTEUR**  
**PUBLIEKE GEZONDHEID**  
**GGD LIMBURG-NOORD**

“Hoe gaat het met u? Midden in de coronacrisis hebben wij deze vraag voorgelegd aan meer dan 100.000 Limburgers. Het is inmiddels de derde keer dat alle GGD’en in Nederland dit grootschalig onderzoek gezamenlijk uitvoeren. Met de gezondheidsmonitor kijken we breder dan alleen het lichamelijke aspect van gezondheid. Met de uitkomsten van deze brede blik op gezondheid gaan we nu aan de slag. Waar moeten we op inzetten om op het gebied van sociaal en mentaal welzijn én leefstijl sterker uit de crisis te komen? Voor deze opgave staan de GGD’en natuurlijk niet alleen. Samen met gemeenten, ketenpartners én de burgers in onze provincie gaan we voor een gezonde en veerkrachtige toekomst!”



# 5 BELANGRIJKE PIJLERS



De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is een grootschalig vragenlijstonderzoek onder de algemene bevolking van 18 jaar en ouder. Vijf belangrijke pijlers vormen de basis voor betrouwbare en bruikbare data:

1

## MEERJARIGE TRENDS

- Iedere 4 jaar afgenomen
- Trends vanaf 2008
- Laatste afname najaar 2020

2

## LANDELIJKE AFSTEMMING

- Landelijk geharmoniseerd door GGD'en, CBS en RIVM sinds 2012
- Landelijke referentiecijfers met regio-specifieke aanvullingen

3

## LOKAAL MAATWERK

- Ruimte voor provinciale thema's
- Wijkcijfers
- Input voor gezondheidsbeleid

4

## GOEDE RESPONS

- 30.000 volwassenen (18 - 64 jaar)
- 26.000 ouderen (65 jaar en ouder)
- De deelname bij volwassenen is 33%, bij ouderen 53%
- De totale respons is 40% (Nederland 39%)

5

## REPRESENTATIEVE CIJFERS

- Steekproef door CBS
- Gewogen naar geslacht, leeftijd, burgerlijke staat, huishoudgrootte, inkomen en gemeente

## MEER WETEN?

Meer informatie over de afname van het onderzoek en de gebruikte vragenlijst vindt u op de website van de [GGD Limburg-Noord](#) en de [GGD Zuid Limburg](#).



## Vergelijking tussen regio's

Deze provinciale rapportage geeft een samenvatting van een aantal belangrijke gezondheidsthema's voor de provincie Limburg en maakt hierbij onderscheid tussen GGD regio's Limburg-Noord<sup>1</sup> en Zuid-Limburg<sup>2</sup> en landelijke resultaten.

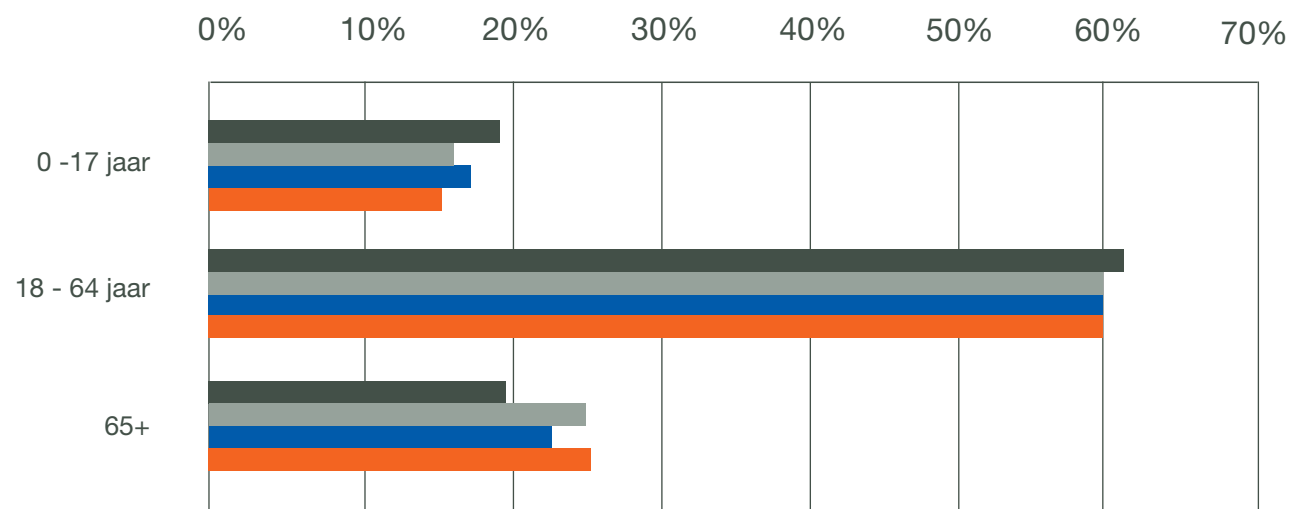
## Achtergrondkenmerken belangrijk bij het interpreteren van de resultaten

Achtergrondkenmerken zoals opleiding en inkomen van volwassenen en ouderen kunnen van invloed zijn op de resultaten. Wanneer een verschil zichtbaar is tussen de regio Limburg-Noord en de regio Zuid-Limburg kan dit mogelijk verklaard worden door een verschil in deze kenmerken.

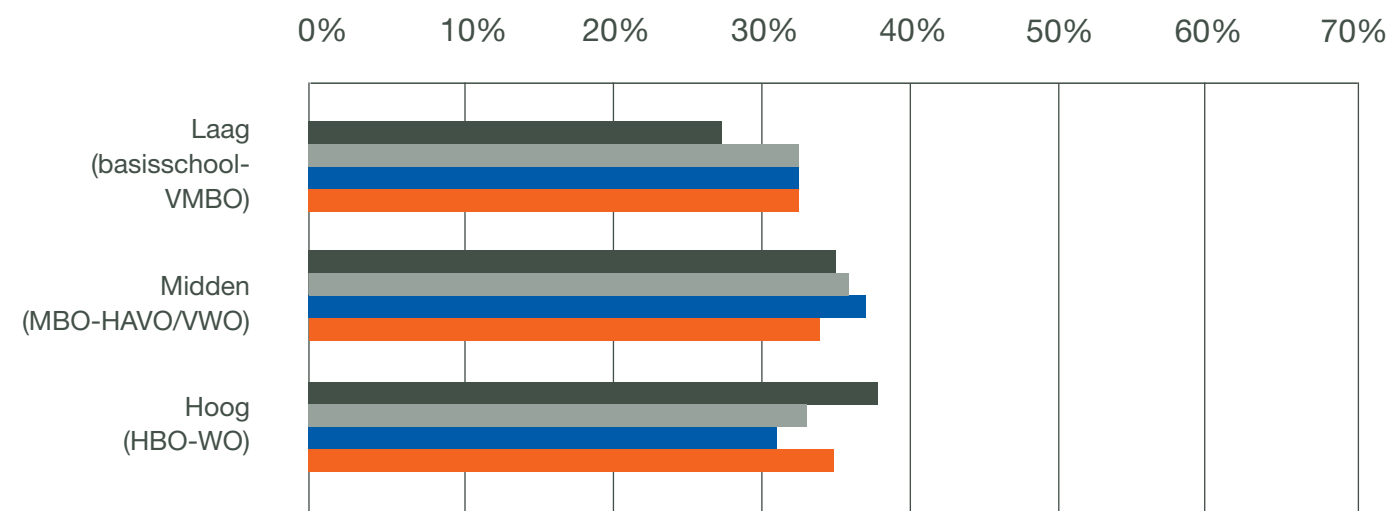
## Uitsplitsing naar doelgroepen, trends en overige thema's

Bent u geïnteresseerd in de overige thema's die niet in deze rapportage zijn opgenomen? Raadpleeg dan onze dashboards via het [Kennisplein](#) van de GGD Limburg-Noord en de [Gezondheidsatlas](#) van de GGD Zuid Limburg. Hier vindt u eveneens vele uitsplitsingen en trends. Vanaf september 2021 worden de cijfers op gemeentelijk, en waar mogelijk op wijkniveau openbaar gemaakt.

## Verdeling naar leeftijd



## Verdeling naar opleiding



■ NEDERLAND ■ PROVINCIE LIMBURG ■ LIMBURG-NOORD ■ ZUID-LIMBURG

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

<sup>2</sup> Bij de regio Zuid-Limburg horen de gemeenten Beek, Beekdaelen, Brunssum, Eijsden-Margraten, Gulpen-Wittern, Heerlen, Kerkrade, Landgraaf, Maastricht, Meerssen, Simpelveld, Sittard-Geleen, Stein, Vaals, Valkenburg aan de Geul, Voerendaal.

## Rekenhulp: van percentages naar absolute aantallen

De resultaten in deze rapportage worden weergegeven in percentages. Onderstaande tabellen kunt u gebruiken als rekenhulp om een indicatie te krijgen om hoeveel volwassenen en ouderen het in absolute zin gaat.

<b>18+</b>	Inwoners op 01-01-2021	1%	5%	10%	25%	50%
Nederland	14.164.193	141.642	708.210	1.416.419	3.541.048	7.082.097
Provincie Limburg	939.979	9.400	46.999	93.998	234.995	469.990
Regio Limburg-Noord	434.205	4.342	21.710	43.421	108.551	217.103
Regio Zuid-Limburg	505.774	5.058	25.289	50.577	126.444	252.887



<b>Volwassenen (18-64 jaar)</b>	Inwoners op 01-01-2021	1%	5%	10%	25%	50%
Nederland	10.706.658	107.067	535.333	1.070.666	2.676.665	5.353.329
Provincie Limburg	668.671	6.687	33.434	66.867	167.168	334.336
Regio Limburg-Noord	311.308	3.113	15.565	31.131	77.827	155.654
Regio Zuid-Limburg	357.363	3.574	17.868	35.736	89.341	178.682

<b>Ouderen (65+)</b>	Inwoners op 01-01-2021	1%	5%	10%	25%	50%
Nederland	3.457.535	34.575	172.877	345.754	864.384	1.728.768
Provincie Limburg	271.308	2.713	13.565	27.131	67.827	135.654
Regio Limburg-Noord	122.897	1.229	6.145	12.290	30.724	61.449
Regio Zuid-Limburg	148.411	1.484	7.421	14.841	37.103	74.206

# VERANTWOORDING THEMA'S



In deze rapportage is gekozen voor zes thema's uit de landelijke gezondheidsmonitor (Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020, GGD'en, CBS en RIVM). Deze thema's hebben zowel landelijk als provinciaal en lokaal hoge prioriteit. Het zijn de thema's uit het preventieakkoord, eenzaamheid en de (indirecte) gevolgen van coronacrisis.

## Thema's nationaal preventieakkoord

Roken, problematisch alcoholgebruik en overgewicht zijn verreweg de grootste oorzaak voor ziektelast in Nederland, met 35.000 doden en 9 miljard euro aan zorguitgaven per jaar. Daarnaast is bewegen van belang o.a. door invloed op overgewicht. Daarom zijn deze vier onderwerpen (roken, alcoholgebruik, overgewicht en bewegen) opgenomen in het [Nationaal Preventieakkoord](#) dat de Rijksoverheid samen met meer dan 70 maatschappelijke organisaties heeft gesloten waarin meer dan 200 [afspraken](#) staan. Het doel is een gezonder Nederland.

## Samen tegen eenzaamheid

Met het actieprogramma [Eén tegen eenzaamheid](#) wil de Rijksoverheid de trend van eenzaamheid onder ouderen doorbreken. Provincies en gemeenten haken aan bij dit initiatief. De Provincie Limburg is gestart met de campagne Samen tegen eenzaamheid en werkt hierbij samen met provinciale organisaties zoals KBO Limburg en de gemeenten. In veel Limburgse gemeenten zijn de afgelopen paar jaar lokale initiatieven gestart. Hierbij richten gemeenten zich ook op jongeren en volwassenen.

## Gevolgen coronacrisis

Welke invloed de coronacrisis precies heeft op de lange termijn, moet nog blijken. Duidelijk is al wel dat de crisis harder toeslaat bij lager opgeleiden die vaker met een gezondheidsachterstand te maken hebben en moeten rondkomen met een kleiner inkomen uit een onzekere baan<sup>3</sup>. De maatschappelijke opgaven voor gezondheid zijn nog urgenter geworden. Weerbaarheid en veerkracht van zowel lichaam als geest, blijken van grote invloed tijdens een crisis zoals deze. Het kabinet stelt in ieder geval 200 miljoen euro extra beschikbaar voor een [maatschappelijk steunpakket](#) gericht op sociaal en mentaal welzijn en leefstijl. Voor het steunpakket wordt samengewerkt in een brede coalitie van Rijksoverheid, gemeenten, landelijke en lokale organisaties, vrijwilligers en professionals.



<sup>3</sup> Corona-inclusieve Volksgezondheid Toekomst verkenning ([c-VTV](#)) en [rapporten](#) van het Sociaal Cultureel Planbureau.



# **THEMA'S GEZONDHEIDSMONITOR VOLWASSENEN EN OUDEREN 2020**





# ROKEN



De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020 laat zien dat in Limburg gemiddeld meer gerookt wordt dan over het algemeen in Nederland. Dit geldt voor alle opleidingsniveaus. Dit hoge provinciale gemiddelde komt vooral door het percentage rokers in Zuid-Limburg.

## DOELSTELLING IN NATIONAAL PREVENTIEAKKOORD VOOR 2040:

- Minder dan 5% van de volwassenen rookt
- 0% van de jongeren en zwangere vrouwen roken

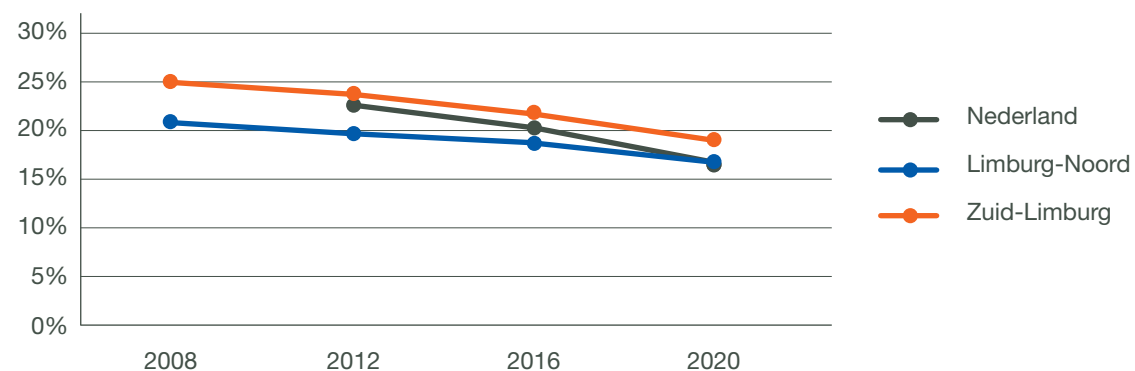
## VOOR HET EERST MINDER DAN 20% ROKERS

Sinds 2008 neemt het percentage rokers langzaam maar gestaag af. Voor het eerst geldt voor heel Limburg en voor beide Limburgse regio's apart, dat minder dan 20% van de volwassenen rookt.

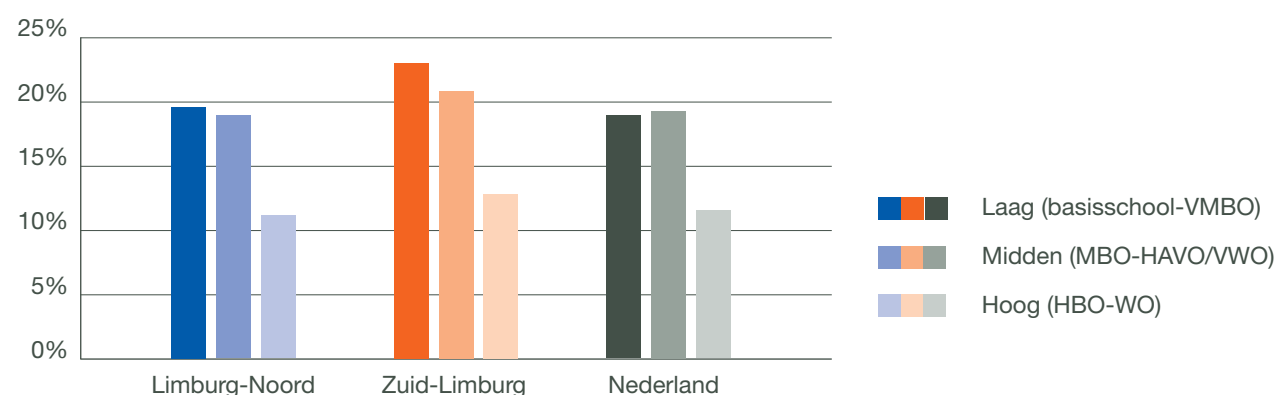
Uit deze Gezondheidsmonitor blijkt dat de coronacrisis weinig invloed heeft op roken en dat het percentage dat meer is gaan roken gelijk is aan het percentage dat minder is gaan roken.

Wilt u aan de slag met een goed onderbouwd en effectief gemeentelijk tabaksbeleid? Op het [loket gezond leven](#) vindt u tips voor een aanpak, interventies en inspiratie.

### Roken



### Roken naar opleiding



# ALCOHOLGEBRUIK



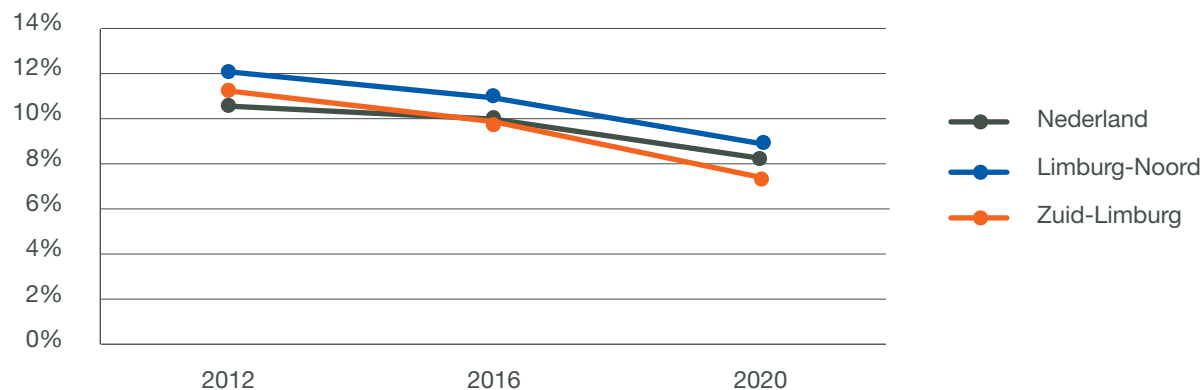
In 2020 ligt het percentage Limburgers dat overmatig alcohol<sup>4</sup> drinkt dicht bij het landelijk percentage: ongeveer 6%. Bij ouderen komt overmatig drinken wat minder vaak voor in Limburg.

Ook zwaar drinken<sup>5</sup> neemt langzaam af sinds 2012. De coronacrisis heeft waarschijnlijk gezorgd voor een extra afname omdat cafés dicht waren en feestjes thuis met veel mensen verboden waren. Er zijn meer mensen die minder zijn gaan drinken dan mensen die méér zijn gaan drinken door de coronacrisis.

## DOELSTELLING IN NATIONAAL PREVENTIEAKKOORD VOOR 2040:

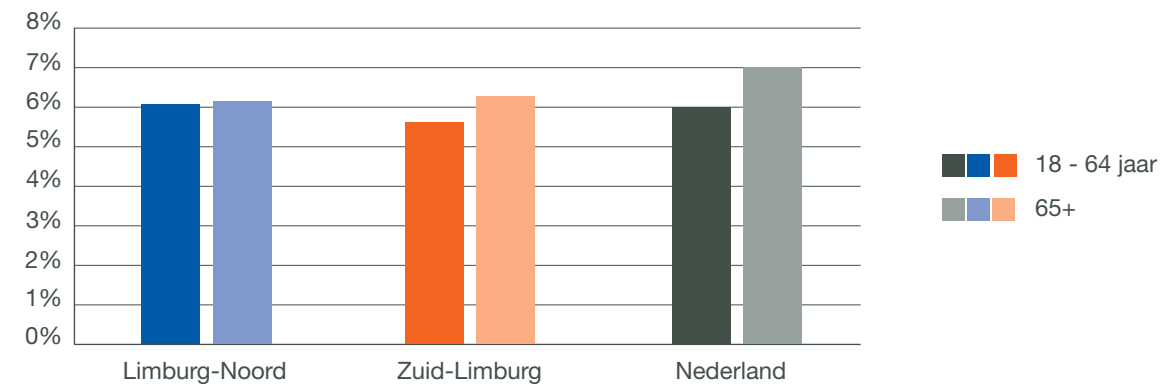
- Aantal volwassen Nederlanders dat teveel drinkt daalt naar maximaal 5%
- Jongeren en zwangere vrouwen drinken geen alcohol meer

## Zwaar drinken



Om [problematisch alcoholgebruik](#) verder terug te dringen is een brede inzet nodig, zoals maatregelen gericht op de fysieke of sociale omgeving, regelgeving en handhaving, voorlichting en educatie en signalering, advies en ondersteuning.

## Overmatig drinken naar leeftijd



<sup>4</sup> Overmatig alcoholgebruik is meer dan 21 glazen alcohol per week drinken (mannen) of meer dan 14 glazen per week (vrouwen).

<sup>5</sup> Zwaar drinken is minstens 1 keer per week 6 glazen of meer per dag (mannen) of minstens 1 keer per week 4 glazen of meer per dag (vrouwen).



# OVERGEWICHT



Steeds meer Nederlanders hebben overgewicht. In Limburg zijn zowel mannen als vrouwen over het algemeen zwaarder ten opzichte van het landelijke gemiddelde. Zuid-Limburgse mannen en vrouwen zijn zwaarder dan de mannen en vrouwen in Limburg-Noord.

Zowel in Nederland als in Limburg neemt overgewicht en obesitas nog steeds toe. Het is duidelijk dat hier sprake is van een ongunstige ontwikkeling.

Het is nog niet duidelijk of de coronapandemie effect heeft op overgewicht.

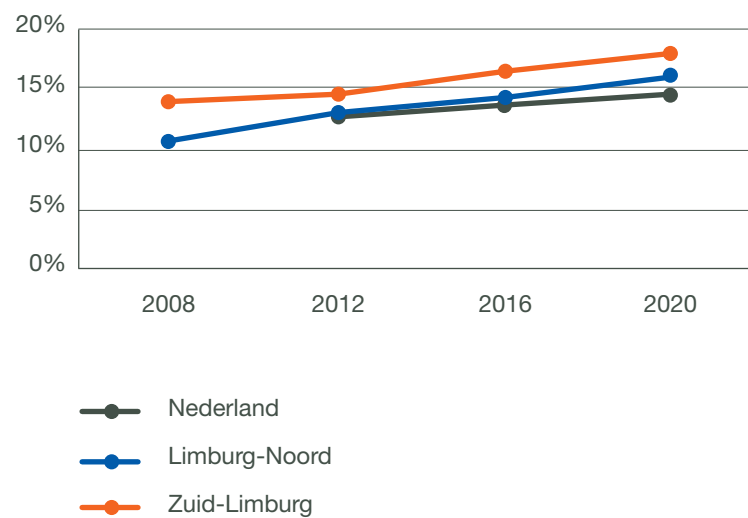
Mensen met overgewicht lopen meer risico op allerlei ziekten in vergelijking met mensen met een gezond gewicht.

Gezondheidsproblemen (en ook de ernst daarvan) komen vaker voor naarmate het overgewicht stijgt. Daarnaast is overgewicht een risicofactor voor een ernstiger beloop bij een corona-infectie.

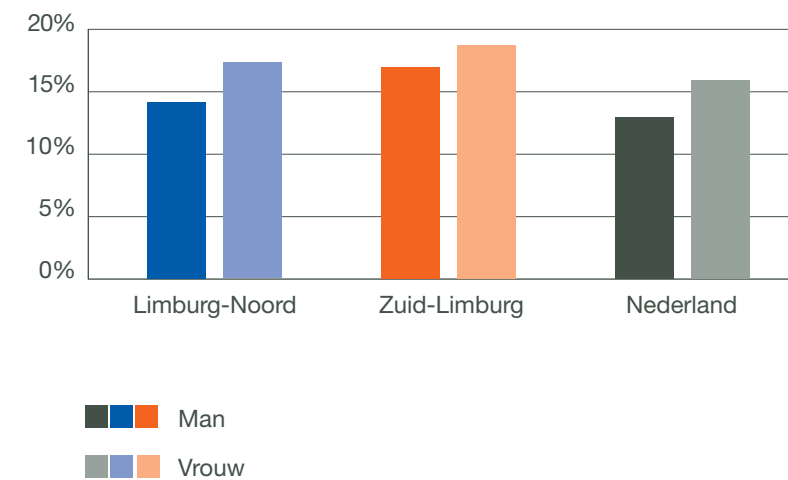
## DOELSTELLING IN NATIONAAL PREVENTIEAKKOORD VOOR 2040:

Maximaal 38% van de volwassen Nederlanders is te zwaar

### Obesitas



### Obesitas naar geslacht



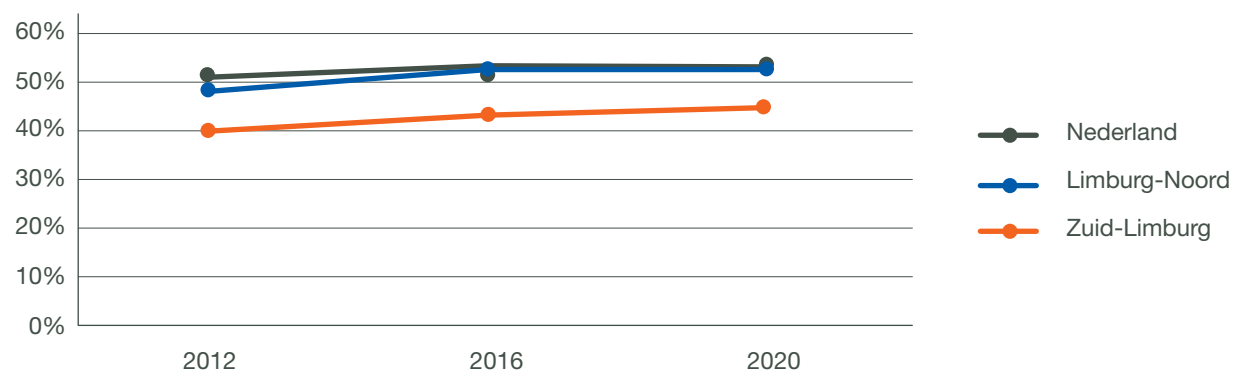
Tussen 2012 en 2020 neemt het aantal Limburgers dat voldoet aan de richtlijn voor bewegen licht toe<sup>6</sup>. Ongeveer de helft van de Limburgers voldoet aan de beweegrichtlijn<sup>7</sup>. Wat opvalt is dat in Limburg-Noord ouderen meer bewegen dan in Zuid-Limburg. De cijfers voor wekelijks sporten zijn voor volwassenen vergelijkbaar met de beweegrichtlijn, maar ouderen sporten wekelijks minder vaak.

Voor 2020 geldt dat mensen minder zijn gaan bewegen door de coronacrisis.

Tussen 2012 en 2020 neemt het deel van de inwoners dat voldoet aan de richtlijn licht toe. Voor 2020 geldt dat door de coronacrisis de resultaten voor bewegen negatief worden beïnvloed.

Beweging is voor iedereen belangrijk. Bij het terugdringen van overgewicht is bewegen een essentiële factor. Het advies van de Gezondheidsraad is ten minste twee en een half uur per week matig intensief bewegen

## Voldoende bewegen

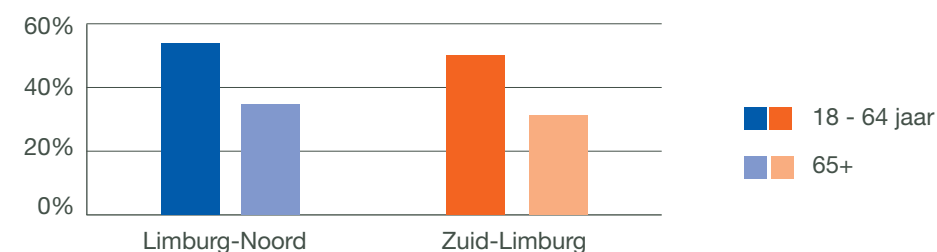


<sup>6</sup> Beweegrichtlijn: 150 minuten per week matig intensieve inspanning + bot- en spierversterkende activiteiten.

<sup>7</sup> Het landelijke cijfer voor de beweegrichtlijn is voor 2020 op dit moment nog niet bekend.

zoals wandelen of fietsen en spier- en botversterkende activiteiten. Langer, vaker en/of intensiever bewegen kan tot extra gezondheidswinst leiden. Het kenniscentrum voor sport & bewegen heeft de [beleidswijzer](#) geschreven voor gemeentelijke beleidsambtenaren die aan de slag willen met dit onderwerp.

## Wekelijks sporten naar leeftijd



## DOELSTELLING IN NATIONAAL PREVENTIEAKKOORD VOOR 2040:

75% van de Nederlanders voldoet aan de richtlijn bewegen



# EENZAAMHEID

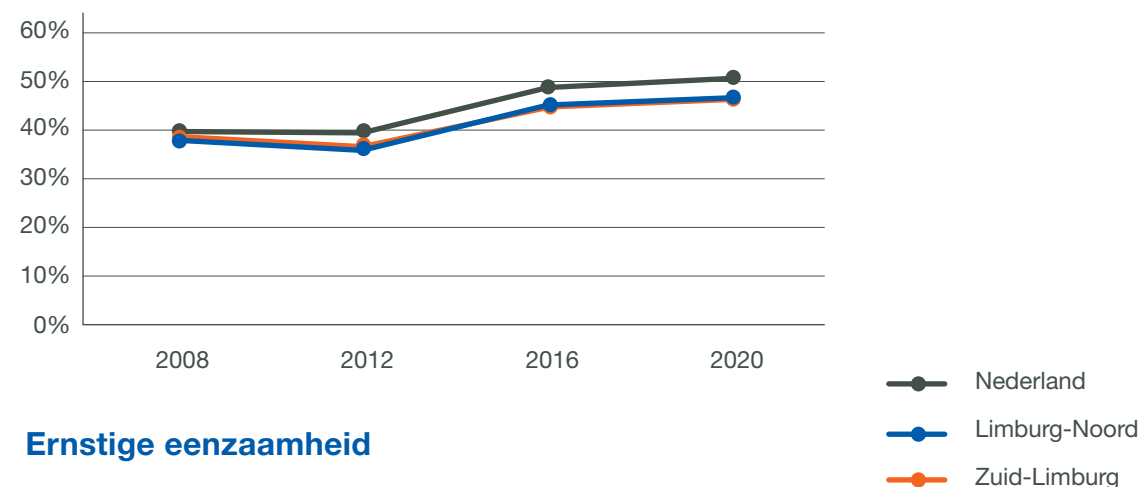


De GGD'en constateren een geleidelijke toename in eenzaamheid. In 2020 geeft bijna de helft van de Limburgers aan zich (weleens) eenzaam te voelen. Ernstige eenzaamheid steeg tussen 2016 en 2020 tot 13% in onze provincie. De focus bij eenzaamheid ligt vaak op de doelgroep ouderen. Hoewel bij de alleroudsten (85+) ernstige eenzaamheid het meest voorkomt, geldt dat bij volwassenen in de leeftijd 18-64 jaar ernstige eenzaamheid net wat vaker voorkomt dan bij de groep 65+'ers.

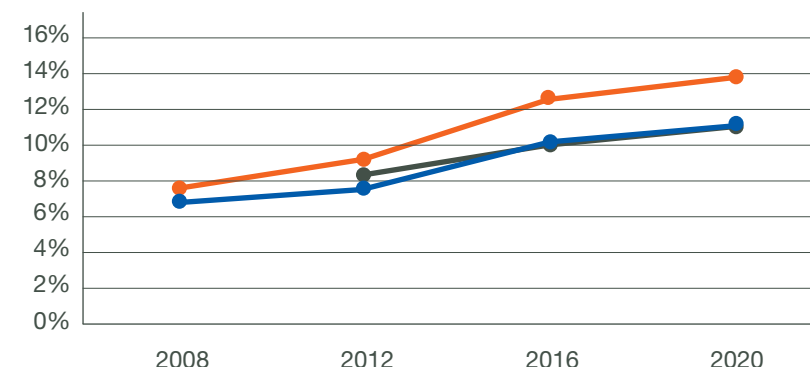
Bijna een op de vijf mensen gaf aan dat ze zich door de coronacrisis eenzamer zijn gaan voelen. Slechts 3% gaf aan zich minder eenzaam te voelen door de coronacrisis.

Het feit dat steeds meer mensen zich eenzaam voelen, heeft er toe geleid dat hier landelijk, provinciaal en lokaal steeds meer aandacht voor is en gezocht wordt naar manieren om eenzaamheid tegen te gaan. Alle initiatieven worden gebundeld op de website [Eén tegen eenzaamheid](#).

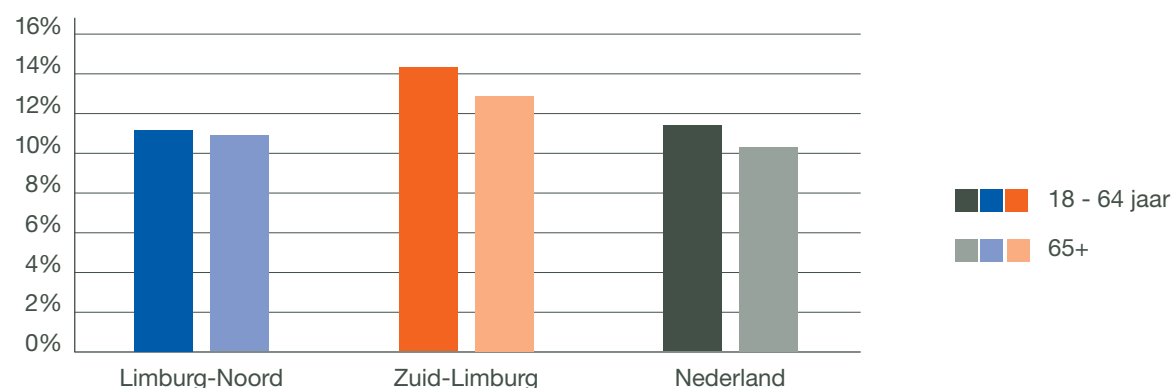
## Eenzaamheid



## Ernstige eenzaamheid



## Ernstige eenzaamheid naar leeftijd



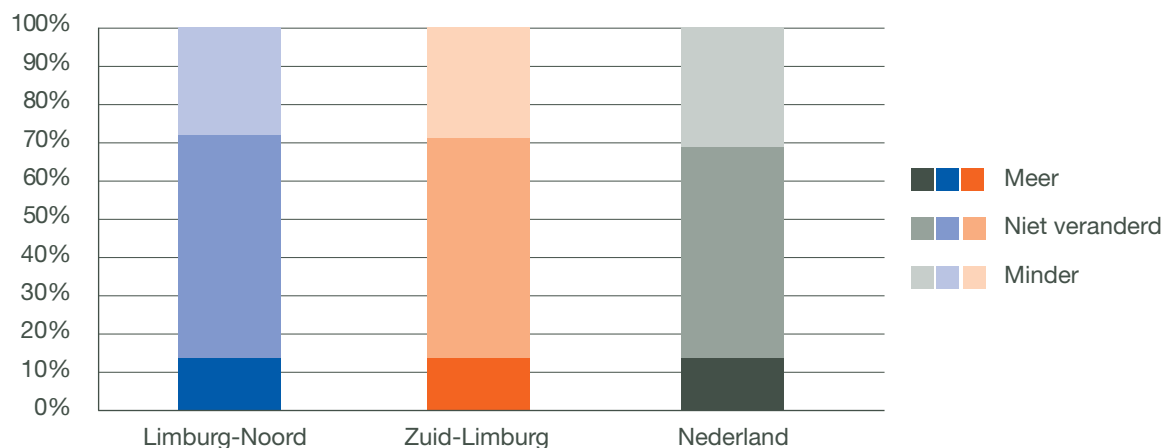
# GEVOLGEN CORONACRISIS



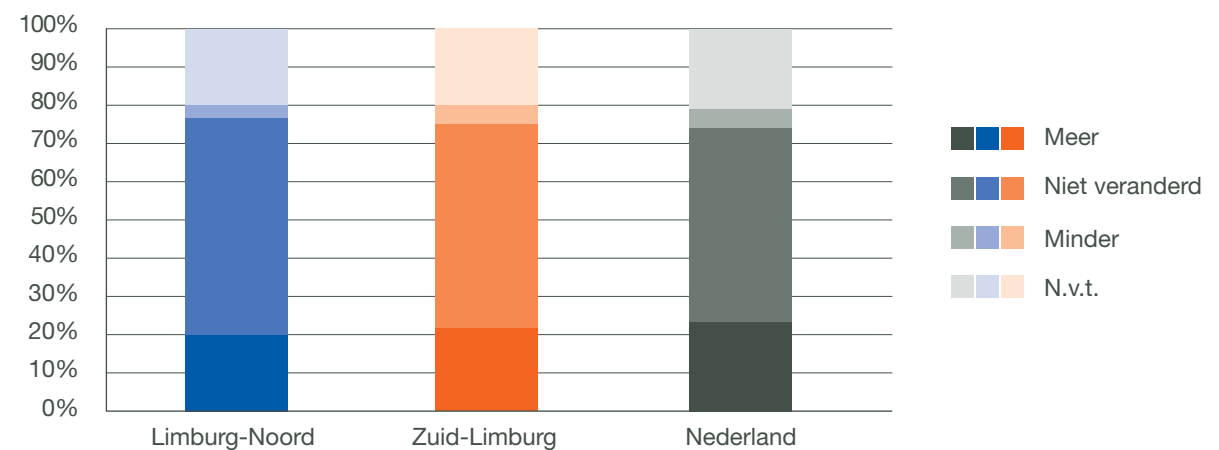
Sinds maart 2020 beheerst corona ons leven. Gelukkig zijn vanaf juni 2021 de beperkende maatregelen in snel tempo versoepeld. Toch zijn de gevolgen op de lange termijn waarschijnlijk nog lang voelbaar en zijn kwetsbaarheden in de maatschappij blootgelegd.

Uit de monitor blijkt dat Limburgers vooral minder zijn gaan bewegen, zo'n 30% minder tegenover zo'n 14% die dat meer is gaan doen. Hierbij zijn er nauwelijks verschillen tussen de regio's en landelijk. In Limburg-Noord is er door de crisis iets minder stress ervaren dan in Zuid-Limburg en landelijk, toch heeft 1 op de 5 mensen extra stress ervaren. Vergelijkbare percentages gelden ook voor de thema's eenzaam, angstig en depressief voelen, en controle over het leven ervaren. Het geven van mantelzorg is netto bijna gelijk gebleven. Verder hebben mensen minder vrijwilligerswerk gedaan, maar het verschil tussen minder en meer is klein. Ook hier valt op dat de verschillen tussen de regio's en vergeleken met landelijk klein zijn.

## Verandering in sporten/bewegen



## Stress door coronacrisis



Omdat er nog veel onduidelijk is over de volgen van de coronacrisis brengt het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu [cyclische rapportages](#) uit waarin resultaten van corona-gerelateerde onderzoeken op het terrein van preventie en zorg en brede maatschappelijke vraagstukken worden samengevat en waar mogelijk geduid.



# HOE NU VERDER?



**Op basis van de resultaten in deze rapportage kunnen we vaststellen dat:**

- Een aantal positieve trends zichtbaar zijn, zo is het percentage roken bij volwassenen gedaald tot onder de 20%. Ook (problematisch) alcoholgebruik laat een dalende trend zien. Als het gaat om overgewicht en bewegen valt nog veel winst te behalen.
- Eenzaamheid nog steeds stijgt, maar ondanks de coronacrisis wel een afvlakking te zien is.
- De gevolgen van de coronacrisis vooral waarneembaar zijn op het gebied van bewegen en mentaal welbevinden, maar dat nu nog lastig te voorspellen is wat de lange termijn gevolgen zijn.

Tijdens de crisis groeide de aandacht voor een gezonde leefstijl. Onder andere het stimuleren van een gezond gewicht blijft ook na de crisis belangrijk. De kunst is om breed te blijven kijken naar gezondheid en bijvoorbeeld rekening te houden met de sociale en financiële omstandigheden van mensen. Vaak moeten eerst achterliggende sociale problemen worden opgelost, zoals schulden en stress, voordat er ruimte ontstaat om aan een gezonde leefstijl te werken. Sinds 2014 is het stimuleringsprogramma [GezondIn](#) gestart om gemeenten hierbij te ondersteunen. Ook het concept [positieve gezondheid](#) kan hierbij helpen. Want gezondheid betekent: de dingen kunnen doen die je wilt doen, samen met anderen kunnen genieten en grip op je leven hebben.

Het gaat over vertrouwen hebben in jezelf en de toekomst, en je goed voelen. Kortom zelf de regie over je leven kunnen voeren.

De cijfers laten zien dat een gerichte aanpak met een breed draagvlak kan bijdragen aan gezondheidswinst. De GGD helpt graag bij de interpretatie van de cijfers en als u verder wilt werken aan een gezonder Limburg.





# BIJLAGEN





# BIJLAGE 1A: OVERZICHT TRENDCIJFERS TOTAAL (18+)



	NEDERLAND				PROVINCIE LIMBURG				REGIO LIMBURG-NOORD				REGIO ZUID-LIMBURG			
Onderzoeksjaar	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020
<b>LEEFSTIJLTHEMA'S</b>																
Roken	nvt	23	20	17	23	22	20	18	21	20	19	17	25	24	22	19
Drinkt alcohol	nvt	82	82	79	81	83	83	79	81	84	84	80	81	82	82	79
Drinkt overmatig alcohol	nvt	8	7	6	9	8	7	6	9	8	6	6	8	8	7	6
Drinkt zwaar	nvt	10	10	8	nvt	11	10	8	nvt	12	11	9	nvt	11	10	7
Overgewicht	nvt	48	49	49	48	51	52	53	46	50	51	52	49	52	52	54
Obesitas	nvt	13	14	15	12	14	15	17	11	13	14	16	14	14	16	18
Beweegrichtlijn	nvt	50	52	-*	nvt	43	47	48	nvt	47	52	52	nvt	39	43	44
Sport wekelijks	nvt	52	51	-*	nvt	49	46	47	nvt	51	48	49	nvt	47	45	45
<b>EENZAAMHEID</b>																
Eenzaam (matig-ernstig)	nvt	38	43	47	38	38	46	48	37	36	45	46	39	39	48	50
Eenzaam (ernstig)	nvt	8	10	11	7	9	11	13	7	7	10	11	7	9	13	14

\* Nvt = niet beschikbaar. Ontbreekt nog in de landelijke data.



# BIJLAGE 1B: OVERZICHT TRENDCIJFERS VOLWASSENEN (18-64 JAAR)



	NEDERLAND				PROVINCIE LIMBURG				REGIO LIMBURG-NOORD				REGIO ZUID-LIMBURG			
Onderzoeksjaar	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020
<b>LEEFSTIJLTHEMA'S</b>																
Roken	nvt	26	23	19	25	25	23	21	23	23	22	20	27	27	25	22
Drinkt alcohol	nvt	83	83	81	85	85	85	82	85	86	86	83	84	85	84	81
Drinkt overmatig alcohol	nvt	8	7	6	9	8	7	6	9	8	6	6	10	8	7	6
Drinkt zwaar	nvt	12	11	9	nvt	13	12	9	nvt	14	12	10	nvt	12	11	8
Overgewicht	nvt	45	46	47	45	48	48	50	43	48	48	50	46	49	49	51
Obesitas	nvt	12	13	14	11	13	14	16	10	13	13	15	13	14	15	17
Beweegrichtlijn	nvt	54	56	-*	nvt	48	52	52	nvt	51	56	55	nvt	45	49	49
Sport wekelijks	nvt	57	56	-*	nvt	53	51	52	nvt	54	52	54	nvt	51	50	50
<b>EENZAAMHEID</b>																
Eenzaam (matig-ernstig)	nvt	37	42	46	37	36	44	46	36	34	42	44	37	37	46	49
Eenzaam (ernstig)	nvt	8	10	11	6	8	12	13	6	7	10	11	7	9	13	14

\* Nvt = niet beschikbaar. Ontbreekt nog in de landelijke data.



# BIJLAGE 1C: OVERZICHT TRENDCIJFERS OUDEREN (65+)



	NEDERLAND				PROVINCIE LIMBURG				REGIO LIMBURG-NOORD				REGIO ZUID-LIMBURG			
Onderzoeksjaar	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020	2008	2012	2016	2020
<b>LEEFSTIJLTHEMA'S</b>																
<b>Roken</b>	nvt	13	12	10	14	13	12	11	12	11	10	10	16	14	13	12
<b>Drinkt alcohol</b>	nvt	77	79	73	68	75	77	72	67	76	78	73	68	75	77	71
<b>Drinkt overmatig alcohol</b>	nvt	8	8	7	7	7	7	6	7	7	6	6	7	6	7	6
<b>Drinkt zwaar</b>	nvt	6	6	5	nvt	6	7	5	nvt	6	6	5	nvt	7	7	5
<b>Overgewicht</b>	nvt	60	59	59	59	61	62	61	59	60	61	60	59	62	62	62
<b>Obesitas</b>	nvt	16	17	17	15	17	18	19	13	15	17	17	16	18	19	19
<b>Beweegrichtlijn</b>	nvt	33	37	-*	nvt	27	35	39	nvt	32	42	45	nvt	22	29	33
<b>Sport wekelijks</b>	nvt	35	34	-*	nvt	36	33	33	nvt	39	36	35	nvt	33	30	31
<b>EENZAAMHEID</b>																
<b>Eenzaam (matig-ernstig)</b>	nvt	45	48	49	43	43	52	51	42	41	51	49	45	44	53	53
<b>Eenzaam (ernstig)</b>	nvt	9	10	10	9	9	11	12	9	9	10	11	10	10	12	13

\* Nvt = niet beschikbaar. Ontbreekt nog in de landelijke data.



# BIJLAGE 2: GEVOLGEN CORONACRISIS



	NEDERLAND	PROVINCIE LIMBURG	REGIO LIMBURG-NOORD	REGIO ZUID-LIMBURG
<b>ALGEMENE GEZONDHEID</b>				
Beter	6	4	4	4
Onveranderd	84	86	87	85
Slechter	10	9	9	10
<b>FINANCIËLE SITUATIE</b>				
Beter	6	5	5	5
Onveranderd	82	84	85	84
Slechter	12	10	9	11
<b>BEWEGEN/SPORT</b>				
Meer	14	14	13	14
Niet veranderd	55	57	58	57
Minder	31	29	29	29
<b>ROKEN</b>				
Meer	2	2	2	2
Niet veranderd	11	13	12	14
Minder	2	2	2	2
N.v.t.	84	82	83	81
<b>ALCOHOLGEBRUIK</b>				
Meer	5	4	4	4
Niet veranderd	61	62	63	62
Minder	12	12	13	11
N.v.t.	22	22	21	23
<b>CONTROLE OVER LEVEN</b>				
Meer	7	7	7	8
Niet veranderd	71	73	74	72
Minder	22	20	19	20



# BIJLAGE 2: GEVOLGEN CORONACRISIS



	NEDERLAND	PROVINCIE LIMBURG	REGIO LIMBURG-NOORD	REGIO ZUID-LIMBURG
<b>ANGSTIG VOELEN</b>				
Meer	18	20	19	21
Niet veranderd	42	45	46	44
Minder	3	3	3	3
N.v.t.	37	32	32	32
<b>DEPRESSIEF VOELEN</b>				
Meer	14	14	13	15
Niet veranderd	41	45	46	44
Minder	2	3	2	3
N.v.t.	43	39	39	38
<b>EENZAAM VOELEN</b>				
Meer	19	18	18	19
Niet veranderd	39	43	44	42
Minder	2	3	2	3
N.v.t.	40	36	36	36
<b>STRESS HEBBEN</b>				
Meer	23	21	20	22
Niet veranderd	52	55	56	53
Minder	4	4	4	5
N.v.t.	21	20	20	20
<b>MANTELZORG GEVEN</b>				
Meer	4	5	5	4
Niet veranderd	15	16	17	16
Minder	2	2	2	2
N.v.t.	79	77	76	78
<b>VRIJWILLIGERSWERK DOEN</b>				
Meer	2	2	2	2
Niet veranderd	15	14	16	12
Minder	10	9	10	8
N.v.t.	73	75	72	78



# COLOFON



## Productie

GGD Limburg-Noord, afdeling Strategie & Beleid

GGD Zuid Limburg, afdeling Kennis & Innovatie

## Eindredactie

Tanja Dorresteyn (GGD Limburg-Noord)

KlaasJan Hajema, Evelyne Linssen, Lea Janssen (GGD Zuid Limburg)

## Vormgeving

Margret Reijnders | Creatieve Communicatie

## GGD Limburg-Noord

Postbus 1150

5900 BD Venlo

T 088 1191200

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

[www.ggdlimburgnoord.nl/kennisplein](http://www.ggdlimburgnoord.nl/kennisplein)

## GGD Zuid Limburg

Afdeling Kennis & Innovatie

Postbus 33

6400 AA Heerlen

T 088 8805050

[gezondheidsatlaszl@ggdzl.nl](mailto:gezondheidsatlaszl@ggdzl.nl)

[www.ggdzl.nl](http://www.ggdzl.nl) | [www.gezondheidsatlaszl.nl](http://www.gezondheidsatlaszl.nl)

