

# Volwassenen in Drenthe

Basisrapport van het volwassenenonderzoek 2013





# Volwassenen in Drenthe

## Basisrapport van het volwassenenonderzoek 2013

Over de gezondheid en leefgewoonten van Drentse volwassenen

December 2014

Versie 1.0

**Colofon:**

Uitgave:

GGD Drenthe

Epidemiologie, Cluster GIO

Epidemiologie@ggddrenthe.nl

Auteurs:

Marjan Kuilman

Jeannette Rosbach

Willem Jan van der Veen

Nynke van Zanden

Esther Huisman

Overname van gegevens is alleen toegestaan, mits voorzien van de volgende bronvermelding: GGD Drenthe. *Volwassenen in Drenthe, Basisrapport van het volwassenenonderzoek 2013, Over de gezondheid en leefgewoonten van de Drentse volwassenen.* Assen, December 2014.



# Inhoudsopgave

<b>SAMENVATTING</b> .....	<b>3</b>
<b>1 INLEIDING</b> .....	<b>5</b>
1.1. POSITIONERING VAN ONDERZOEK DOOR DE GGD.....	5
1.2. LEESWIJZER.....	5
<b>2 ONDERZOEKSOPZET</b> .....	<b>7</b>
2.1. DE VRAGENLIJST.....	7
2.2. STEEKPROEF.....	7
2.3. ANALYSE VAN DE RESULTATEN.....	8
2.4. PATRONEN EN RELATIES.....	9
2.5. VERGELIJKINGEN EN TRENDS.....	9
<b>3 ONDERZOEKSGROEP</b> .....	<b>11</b>
3.1. RESPONS.....	11
3.2. KENMERKEN VAN DE ONDERZOEKSGROEP.....	12
<b>4 GEZONDHEID</b> .....	<b>15</b>
4.1. ERVAREN GEZONDHEID.....	15
4.2. LICHAMELIJKE BEPERKINGEN.....	16
4.3. ZIEKTEN EN AANDOENINGEN.....	19
4.4. PSYCHISCHE GEZONDHEID.....	21
4.5. CONTACT MET ZORGVERLENERS.....	24
<b>5 GEVEN VAN MANTELZORG</b> .....	<b>29</b>
5.1. GEVEN VAN MANTELZORG.....	29
<b>6 VOEDING, GEWICHT EN LICHAAMSBEWEGING</b> .....	<b>33</b>
6.1. VOEDING.....	33
6.2. LICHAAMSGEWICHT.....	36
6.3. LICHAAMSBEWEGING.....	38
<b>7 MIDDELENGEBRUIK</b> .....	<b>41</b>
7.1. ROKEN.....	41
7.2. ALCOHOL.....	43
7.3. DRUGSGBEGRUIK.....	48
<b>8 EENZAAMHEID</b> .....	<b>51</b>
8.1. EENZAAMHEID.....	51
<b>9 VRIJWILLIGERSWERK</b> .....	<b>55</b>
9.1. VRIJWILLIGERSWERK.....	55
<b>10 HUISELIJK GEWELD</b> .....	<b>57</b>
10.1. HUISELIJK GEWELD.....	57
10.2. BEKENDHEID MET HET STEUNPUNT HUISELIJK GEWELD.....	59
<b>11 GELUIDS- EN GEURHINDER</b> .....	<b>61</b>
11.1. GELUIDSHINDER.....	61
11.2. GEURHINDER.....	62
<b>12 RONDKOMEN EN BEZUINIGINGEN</b> .....	<b>63</b>
12.1. RONDKOMEN.....	63
12.2. BEZUINIGINGEN.....	64

<b>13</b>	<b>ADVIES- EN MELDPUNT OGGZ.....</b>	<b>65</b>
13.1.	ADVIES EN MELDPUNT OGGZ .....	65
<b>14</b>	<b>GERAADPLEEGDE BRONNEN .....</b>	<b>67</b>
14.1.	DIGITALE DATABASES.....	67
14.2.	OVERIGE BRONNEN .....	67
<b>BIJLAGE 1</b>	<b>VRAGENLIJST .....</b>	<b>69</b>
<b>BIJLAGE 2</b>	<b>INDELING VAN DE ALCOHOLSCHAAL VAN GARRETSSEN.....</b>	<b>87</b>

## Samenvatting

In 2013 heeft de GGD Drenthe een onderzoek uitgevoerd onder volwassenen van 19 tot en met 64 jaar in alle Drentse gemeenten. De resultaten vindt u in dit rapport. Volwassenen vormen een belangrijke groep in de samenleving als het gaat om gezondheidsgedrag, preventie en leefstijlverandering. Zo is het gezondheidsgedrag van ouders bepalend voor hun kinderen om gezond op te groeien, en vormt een ongezonde leefstijl van volwassenen een bedreiging voor het gezond ouder worden. Leefstijlverandering loont niet alleen vanwege deze effecten, maar ook omdat volwassenen zelf minder gebruik zullen maken van zorgvoorzieningen en de arbeidsproductiviteit minder wordt belast door uitval wegens ziekte.

Goede gezondheid is niet gelijk verdeeld in de Drentse bevolking. Leeftijd bijvoorbeeld is een belangrijke factor die de gezondheid beïnvloedt. Oudere volwassenen geven vaker dan jongere volwassenen aan dat ze een minder goede gezondheid ervaren, zich vaker belemmerd voelen bij dagelijkse bezigheden vanwege een ziekte of aandoening en vaker de medisch specialist bezoeken. Ook hebben zij veel vaker overgewicht. Zoals ook al in het vorige volwassenenonderzoek van 2009 bleek, komt ook nu weer naar voren dat jongere volwassenen zich weliswaar gezond voelen maar dat hun leefstijl vaker ongezond te noemen is. Zij eten duidelijk minder gezond, roken vaker en bewegen minder.

Naast leeftijd is ook geslacht een belangrijke factor. Vrouwen hebben in vergelijking met mannen een minder goede gezondheid, ondervinden meer belemmeringen vanwege een ziekte of aandoening, hebben vaker een verhoogd risico op een angststoornis of depressie en hebben vaker contact met een eerstelijns of specialistisch zorgverlener. De leefstijl van vrouwen is wel gezonder dan die van mannen, wat tot uiting komt in een gezonder voedingspatroon, minder roken en een geringer alcoholgebruik.

Een belangrijk aangrijpingspunt voor gezondheidsbeleid en preventie vormt het gegeven dat verschillen in gezondheid en in leefstijl onverminderd groot zijn tussen de opleidingsniveaus. Laag opgeleide volwassenen zijn beduidend minder gezond dan hoger opgeleide volwassenen, wat blijkt uit de bevindingen rond ervaren gezondheid, moeite met horen, zien of mobiliteit, belemmeringen vanwege een ziekte of aandoening, psychische gezondheid, verhoogd risico op een angststoornis of depressie, overgewicht, eenzaamheid en contact met zorgverleners. Ook de leefstijl van laag opgeleide volwassenen is vaker ongezond te noemen. Zo rapporteert deze groep een ongezonder patroon op het gebied van voeding, sporten, roken en excessief drinken. Volwassenen met een lage opleiding geven beduidend vaker aan met grote moeite rond te komen van het inkomen van hun huishouden.

Zijn er ook trends waar te nemen in de afgelopen vijf jaren? Over het algemeen zijn de bevindingen van dit onderzoek niet heel anders dan die van het volwassenenonderzoek van 2009, maar er zijn kleine uitzonderingen. Mantelzorg bijvoorbeeld wordt meer gegeven dan vijf jaar geleden, en de jongvolwassenen die mantelzorg geven voelen zich vaker belast. Eenzaamheid lijkt wat vaker voor te komen en het percentage volwassenen met een matig risico op een angststoornis of depressie is een beetje gestegen. De leefstijl van volwassenen in Drenthe lijkt gezonder te worden: ze bewegen meer, zijn vaker niet-roker en drinken minder vaak zeer excessief dan vijf jaar geleden.





# 1 Inleiding

Hoe gezond voelen de Drentse volwassenen (19 tot en met 64 jaar) zich? Welk percentage van hen rookt, hoe staat het met het gebruik van alcohol? Hoeveel volwassenen eten dagelijks fruit of bewegen voldoende? En hoeveel mensen hebben moeite om rond te komen van hun inkomen? Dit rapport geeft antwoord op deze en andere vragen.

## 1.1. Positionering van onderzoek door de GGD

Gemeenten hebben de verplichting om elke vier jaar de Nota Lokaal Gezondheidsbeleid te schrijven, waarin zij hun voornemens met betrekking tot het gezondheidsbeleid opnemen. Om gemeenten te ondersteunen bij het vormgeven van hun gemeentelijk gezondheidsbeleid voert de GGD elke vier jaar een grootschalig onderzoek uit onder de inwoners van de provincie Drenthe. Dit onderzoek leidt tot cijfers die de gezondheidstoestand van de bevolking en factoren die daarop van invloed zijn beschrijven.

Gedurende verschillende fases van het onderzoek werkt de GGD nauw samen met de 12 gemeenten. Zo wordt er geïnventariseerd of er specifieke onderwerpen zijn waarover de gemeenten meer informatie willen hebben. Gemeenten hebben ook de mogelijkheid om aan te geven dat zij een vergrote streekproef willen hebben, om resultaten op meer detailniveau gepresenteerd te krijgen. Behalve dit provinciale rapport wordt ook per gemeente een rapport opgesteld, waarbij de cijfers van die specifieke gemeente worden geplaatst naast de provinciale cijfers. Deze cijfers worden uitgebreid met de betreffende ambtenaren en wethouders besproken.

Het vorige onderzoek onder volwassenen vond plaats in 2009. In het voorjaar van 2013 is opnieuw een onderzoek gedaan onder de volwassen bevolking (19 tot en met 64 jaar), om zo een actueel beeld te krijgen van de gezondheid en leefgewoontes. Aan het onderzoek hebben in totaal ruim 3800 volwassenen deelgenomen.

## 1.2. Leeswijzer

Na het eerste hoofdstuk over de wijze waarop het onderzoek is uitgevoerd en met een beschrijving van de steekproef, wordt in de volgende hoofdstukken elke keer één gezondheidsthema gepresenteerd. Deze hoofdstukken kennen een gelijke opbouw: eerst worden de belangrijkste uitkomsten samengevat, vervolgens worden de specifieke onderdelen (vraagstellingen) van het thema besproken. De gedetailleerde resultaten zijn terug te vinden in de verschillende tabellen. Daaruit worden ook patronen en relaties afgeleid voor de determinanten leeftijd, geslacht en opleidingsniveau. Waar mogelijk worden de resultaten vergeleken met de resultaten uit het onderzoek van 2009 en met landelijke cijfers.

In tegenstelling tot eerdere jaren is er voor gekozen om geen beschouwend hoofdstuk toe te voegen aan dit rapport. In plaats daarvan zullen de resultaten van dit gezondheidsonderzoek worden gebruikt voor één of meerdere themarapporten.

Gemeentelijke cijfers worden in dit rapport niet gepresenteerd, per gemeente zal een apart tabellenboek worden vormgegeven. Deze resultaten per gemeente zullen digitaal beschikbaar worden gesteld op [www.GezondheidsGegevensDrenthe.nl](http://www.GezondheidsGegevensDrenthe.nl). Daar zijn ook digitale versies van dit rapport en afzonderlijke provinciale tabellen te vinden.



## 2 Onderzoeksopzet

Om een beeld te krijgen van de gezondheid en leefgewoonten van volwassenen, zijn in het voorjaar van 2013 8554 Drentse inwoners van 19 tot en met 64 jaar benaderd met de vraag of zij mee wilden doen aan het onderzoek. Het onderzoek is uitgevoerd met behulp van een vragenlijst. In die vragenlijst zijn vragen over gezondheid, leefstijl en de woonomgeving opgenomen. Ruim 3800 volwassenen hebben de vragenlijst volledig ingevuld, een respons van 45%. In 2009, 2003 en 1998 zijn soortgelijke onderzoeken uitgevoerd.

### 2.1. De vragenlijst

De vragenlijst is tot stand gekomen in overleg met gemeenten. Onderwerpen die aan bod komen zijn: lichamelijke en geestelijke gezondheid, mantelzorg, voeding en gewicht, lichaamsbeweging, roken, alcohol- en drugsgebruik, sociale en fysieke omgeving en mishandeling. Er is zoveel mogelijk gebruik gemaakt van de landelijke standaardvraagstellingen van de Lokale en Nationale Monitor Volwassenen. In de vragenlijst zijn ook vragen opgenomen over eigen houdingen rond een gezonde leefstijl en de motivaties om gezonder te gaan leven. Dit onderwerp vraagt een meer specifieke analyse en uitgebreide beschrijving en zal daarom in een aparte thematische rapportage worden gepresenteerd.

De volwassenen in de steekproef hebben in het voorjaar van 2013 een uitnodiging voor deelname aan het onderzoek en tegelijk de vragenlijst thuisgestuurd gekregen. Alle volwassenen kregen ook de mogelijkheid om de vragenlijst via internet in te vullen met behulp van een unieke inlogcode. Na drie weken is een herinneringsbrief gestuurd naar de mensen die de vragenlijst nog niet hadden ingevuld. Vijf weken na de uitnodiging is een tweede herinnering met een nieuwe vragenlijst gestuurd naar de mensen die nog niet hadden gereageerd.

Voor de gemeenten Noordenveld, Meppel en De Wolden zijn op verzoek extra vragen opgenomen. De resultaten van deze vragen zijn niet opgenomen in dit provinciale rapport, maar zullen wel worden opgenomen in de betreffende gemeentelijke rapportages.

In bijlage 1 is de volledige basisvragenlijst te vinden.

### 2.2. Steekproef

In Drenthe wonen bijna 289.000 inwoners van 19 tot en met 64 jaar. Om voldoende vragenlijsten terug te krijgen is per gemeente een steekproef getrokken van minimaal 600 personen, waarbij rekening is gehouden met de daadwerkelijke verdeling van leeftijd en geslacht onder de inwoners. Hierdoor wijkt de verdeling naar gemeenten in de steekproef af van de werkelijke verdeling in de provincie. Gemeenten met relatief veel inwoners, zoals Assen, Emmen en Hoogeveen, zijn ondervertegenwoordigd en kleinere gemeenten zoals De Wolden en Westerveld zijn oververtegenwoordigd in de steekproef. Daarnaast weten we dat jongvolwassenen verhoudingsgewijs minder vaak deelnemen aan enquêtes. Ook hiermee is rekening gehouden bij het trekken van de steekproef door relatief meer mensen uit deze leeftijdsgroep te selecteren dan er in de bevolking zijn (zie ook tabel 2.1). In totaal zijn 8554 mensen in Drenthe benaderd voor deelname aan het onderzoek.

Twee gemeenten hebben de GGD gevraagd om de steekproef te verhogen. Voor de gemeente Midden-Drenthe zijn er meer volwassenen benaderd, zodat het mogelijk is om de resultaten per gemeentelijke kern te presenteren. De gemeente De Wolden heeft gevraagd om extra volwassenen te benaderen in de leeftijdsgroep 35-55 jaar, omdat deze volwassenen tot de doelgroep van de Centra voor Jeugd en Gezin horen (waarover aanvullende vragen zijn opgenomen).

**Tabel 2.1 Verdeling naar leeftijd, geslacht en gemeente van de bevolking en de steekproef**

		Bevolking aantal	Bevolking %	Steekproef aantal	Steekproef %
Totaal		285319	100	8554	100
Geslacht en leeftijd	Man, 19-34 jaar	38626	13,5	1671	19,5
	Man, 35-49 jaar	51315	18,0	1599	18,7
	Man, 50-64 jaar	53785	18,9	1102	12,9
	Vrouw, 19-34 jaar	36115	12,7	1480	17,3
	Vrouw, 35-49 jaar	51713	18,1	1590	18,6
	Vrouw, 50-64 jaar	53765	18,8	1112	13,0
Gemeente	Aa en Hunze	14724	5,2	650	7,6
	Assen	40188	14,1	703	8,2
	Borger-Odoorn	14943	5,2	650	7,6
	Coevorden	20692	7,3	650	7,6
	De Wolden	13507	37,4	1001	11,7
	Emmen	64564	22,6	650	7,6
	Hoogeveen	31901	59,3	650	7,6
	Meppel	19605	6,9	650	7,6
	Midden-Drenthe	19487	6,8	1000	11,7
	Noordenveld	17170	6,0	650	7,6
	Tynaarlo	17943	6,3	650	7,6
	Westerveld	10595	3,7	650	7,6

### 2.3. Analyse van de resultaten

Ondanks dat er in de steekproeftrekking rekening wordt gehouden met verschillen in respons tussen mannen en vrouwen en tussen de leeftijdsgroepen, kan niet worden voorkomen dat in de uiteindelijke onderzoekspopulatie de verdeling naar geslacht en leeftijd van de onderzoekspopulatie afwijkt van de werkelijke verdeling in de bevolking (zie ook tabel 2.1 en 3.1). In de analyses is hier rekening mee gehouden door gebruik te maken van weging. De percentages in dit rapport zijn daardoor representatief voor de werkelijke bevolking in Drenthe wat betreft leeftijd en geslacht. In de meeste tabellen is zowel het totaalpercentage voor de volwassenen opgenomen, als ook een onderverdeling van resultaten naar geslacht, leeftijd (3 categorieën) en opleidingsniveau (3 categorieën). Deze percentages zijn statistisch getoetst op onderlinge verschillen. Statistisch significante verschillen worden in de tabellen aangegeven met een \* achter de betreffende groep. Hiermee wordt aangeduid dat de geconstateerde verschillen niet op toeval berusten. Statistische significantie heeft zowel te maken met de grootte van het geconstateerde verschil als ook met de aantallen respondenten waarop de analyse betrekking heeft. Soms lijkt er sprake te zijn van een duidelijk verschil maar zijn de aantallen te klein om uit te sluiten dat dit verschil op toeval berust. In de vragenlijst komt het bij enkele onderwerpen voor dat niet iedereen alle vragen over dat onderwerp hoeft te beantwoorden. Volwassenen die bijvoorbeeld aangeven geen alcohol te drinken, kunnen alle vervolgvragen over alcoholgebruik overslaan. In de analyse van de vervolgvragen worden de volwassenen die geen alcohol drinken, niet meer meegenomen. De percentages hebben dan niet langer betrekking op de totale groep volwassenen, maar op de beperkte groep drinkers. In de tekst en de tabellen zal duidelijk worden aangegeven wanneer de percentages betrekking hebben op een subgroep.

## **2.4. Patronen en relaties**

Er bestaan verschillen in gezondheidssituatie en (on)gezonde leefstijl tussen de bevolkingsgroepen. In dit onderzoek worden de verschillen tussen mannen en vrouwen, tussen de drie leeftijdsgroepen en tussen de opleidingsniveaus onderzocht en beschreven.

## **2.5. Vergelijkingen en trends**

Waar mogelijk, zijn de resultaten van dit onderzoek ook vergeleken met recente landelijke cijfers. Hiervoor is gebruik gemaakt van verschillende bronnen, zoals het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), het Trimbos-instituut en het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS).

De Drentse cijfers zijn, waar dat mogelijk was, vergeleken met voorgaande onderzoeken. Echter, niet alle onderwerpen die deze keer zijn nagevraagd, zijn ook in vorige jaren nagevraagd. Dit geldt bijvoorbeeld voor de vragen over zicht, gehoor en mobiliteit en de vragen over geurhinder uit de buitenomgeving.

Wanneer een vergelijking met landelijke cijfers of met resultaten uit eerdere Drentse onderzoeken niet mogelijk was, is de betreffende paragraaf niet in het hoofdstuk opgenomen.



### 3 Onderzoeksgroep

Wat is de respons geweest op onze uitnodiging(en) om mee te doen aan het onderzoek? En hoe ziet de onderzoeksgroep er precies uit? In dit hoofdstuk beschrijven we de algemene kenmerken van de onderzoeksgroep, zoals de verdeling naar geslacht, leeftijd en opleidingsniveau. Bovendien worden cijfers met betrekking tot de etniciteit, burgerlijke staat en samenstelling van het huishouden van de respondenten beschreven.

#### 3.1. Respons

Deze eerste paragraaf beschrijft hoeveel mensen uit de steekproef uiteindelijk de vragenlijst hebben ingevuld. Hierbij worden de gegevens uitgesplitst per gemeente en naar geslacht en leeftijd.

##### 3.1.1. Belangrijkste uitkomsten

In totaal deden 3886 Drentse volwassenen mee aan het onderzoek, een respons van 45%. Een kwart (25%) van de respondenten vulde op internet de vragenlijst in, de overige 74% van de volwassenen repondeerde schriftelijk. Vrouwen zijn meer geneigd om de vragenlijst in te vullen dan mannen. Ook is er verschil te zien in leeftijd: hoe hoger de leeftijd, hoe meer volwassenen de vragenlijst hebben ingevuld. De respons per gemeente varieert van 41% in Hoogeveen tot 51% in Westerveld.

##### 3.1.2. Resultaten in detail

Tabel 3.1 Beschrijving van de respons

		Steekproef aantal	Respons aantal	Respons %
Totaal		8554	3886	45,4
Geslacht en leeftijd	Man, 19-34 jaar	1671	458	27,4
	Man, 35-49 jaar	1599	634	39,6
	Man, 50-64 jaar	1102	674	61,2
	Vrouw, 19-34 jaar	1480	621	42,0
	Vrouw, 35-49 jaar	1590	743	46,7
	Vrouw, 50-64 jaar	1112	756	68,0
Gemeente	Aa en Hunze	650	294	45,2
	Assen	703	297	42,2
	Borger-Odoorn	650	295	45,4
	Coevorden	650	283	43,5
	De Wolden	1001	498	49,8
	Emmen	650	284	43,7
	Hoogeveen	650	268	41,2
	Meppel	650	302	46,5
	Midden-Drenthe	1000	443	44,3
	Noordenveld	650	293	45,1
Tynaarlo	650	301	46,3	
Westerveld	650	328	50,5	

## 3.2. Kenmerken van de onderzoeksgroep

Behalve naar geslacht, leeftijd en opleidingsniveau is er ook gevraagd naar andere demografische kenmerken. Deze worden hieronder gepresenteerd om zo een beter beeld te krijgen van de deelnemers aan dit onderzoek.

### 3.2.1. Belangrijkste uitkomsten

Meer vrouwen (55%) dan mannen (45%) deden mee aan het onderzoek. Het aandeel volwassenen tussen de 35 en 49 jaar is vrijwel gelijk aan het aandeel volwassenen van 50 tot 64 jaar. Beide leeftijdsgroepen zijn sterker vertegenwoordigd dan de jongste groep (respectievelijk 35%, 36% en 28%). In de onderzoeksgroep is de groep volwassenen met een opleiding op HAVO, VWO of MBO niveau het grootst (42%). Bijna drie kwart van de respondenten (74%) heeft een betaalde baan, 6% studeert, 4% is werkloos, 4% arbeidsongeschikt en 3% is gepensioneerd. Het merendeel van de volwassenen die aan het onderzoek heeft meegedaan hebben een Nederlandse etniciteit (94%). Ruim driekwart van de volwassenen is getrouwd, 17% is ongehuwd en nooit getrouwd geweest. Iets meer dan de helft van de huishoudens heeft thuiswonende kinderen.

### 3.2.2. Meting van kenmerken van de onderzoeksgroep

Er is naar geslacht gevraagd en op basis van het geboortjaar is de leeftijd berekend. Daarnaast is gevraagd naar de hoogst voltooide opleiding, de burgerlijke staat, de gezinssamenstelling en de werksituatie. De etniciteit is vastgesteld door te vragen naar het geboorteland van de vader, moeder en de persoon zelf.



### 3.2.3. Resultaten in detail

**Tabel 3.2 Kenmerken van de onderzoeksgroep**

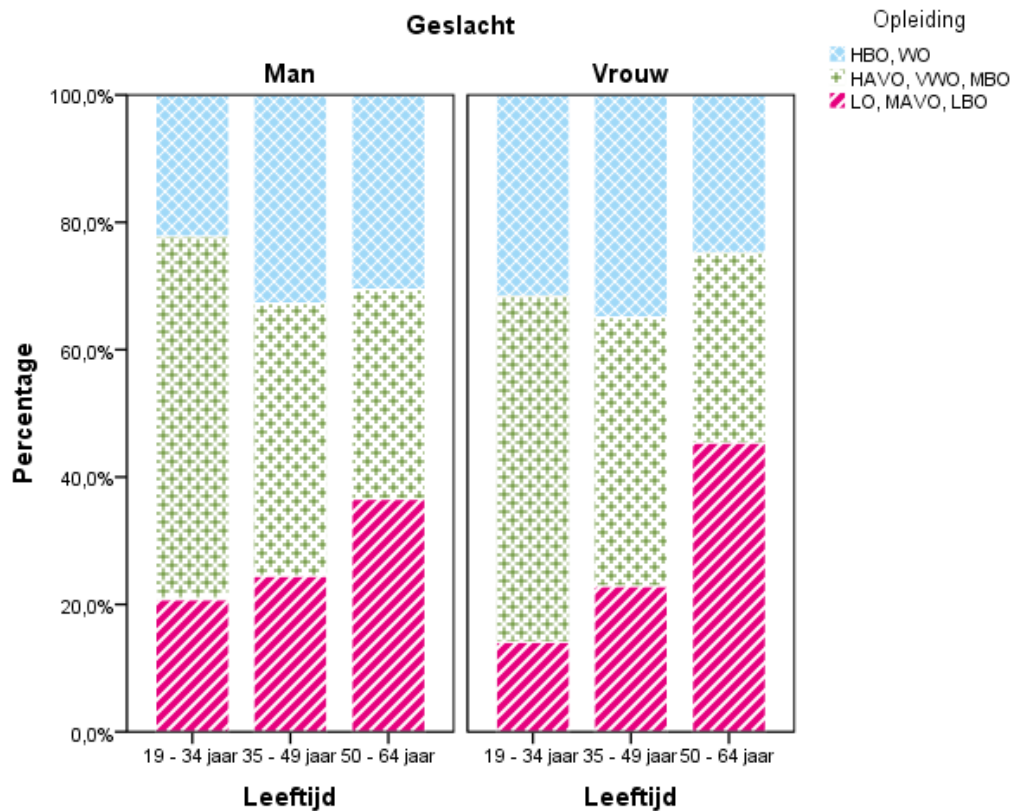
		Aantal	%
Totaal		3886	100,0
Geslacht	Man	1766	45,4
	Vrouw	2120	54,6
Leeftijd	19 - 34 jaar	1079	27,8
	35 - 49 jaar	1377	35,4
	50 - 64 jaar	1430	36,8
Opleiding	LO, MAVO, LBO	1077	28,2
	HAVO, VWO, MBO	1607	42,0
	HBO, WO	1141	29,8
Werksituatie	Betaalde werkring <sup>1</sup>	2804	73,5
	Gepensioneerd	112	2,9
	Volledig werkloos	166	4,3
	Volledig arbeidsongeschikt	163	4,3
	Fulltime huisvrouw / -man	258	6,8
	Student <sup>2</sup>	227	5,9
	Overig	87	2,3
Etniciteit	Nederlands	3613	93,8
	Indisch / Indonesisch	56	1,5
	Surinaams	8	0,2
	Antilliaans / Arubaans	3	0,1
	Turks	2	0,1
	Marokkaans	7	0,2
	Overig westers	114	3,0
Burgerlijke staat	Gehuwd, samenwonend	2968	76,7
	Ongehuwd, nooit gehuwd geweest	652	16,9
	Gescheiden	206	5,3
	Weduwe, weduwnaar	42	1,1
Eenoudergezin	Eenoudergezin	222	5,7
	Overige samenstellingen	3657	94,3
Huishouden met of zonder kinderen	Huishouden zonder thuiswonende kinderen	2084	53,7
	Huishouden met thuiswonende kinderen	1795	46,3

<sup>1</sup> Alle volwassenen met werk, ongeacht het aantal uren (niet meegenomen zijn: studenten met <20 uur p.w. werk, gepensioneerden met een baan, gedeeltelijk werklozen en gedeeltelijk arbeidsongeschikten)

<sup>2</sup> Maximaal 20 uur per week aan werk (bijbaan)

### 3.2.4. Patronen en relaties

Meer vrouwen (55%) dan mannen (45%) deden mee aan dit onderzoek. Ook zijn er verschillen tussen de leeftijdsgroepen, waarbij het aandeel volwassenen in de leeftijd 19-34 jaar lager is dan dat van oudere volwassenen. Hetzelfde geldt voor opleidingsniveau: de meeste respondenten (42%) hebben een opleiding op HAVO, VWO of MBO niveau.



**Figuur 3.1** Verdeling van opleidingsniveau per leeftijdscategorie, naar geslacht

Figuur 3.1 laat zien welke opleiding mannen en vrouwen hebben genoten, waarbij ook de verschillende leeftijdsgroepen in beeld worden gebracht. Zowel voor mannen als vrouwen blijkt dat van een laag opleidingsniveau vaker sprake is op oudere leeftijd. In de leeftijdsgroep 19-34 jaar zijn mannen vaker laag opgeleid dan vrouwen, terwijl deze verhoudingen in de leeftijdsgroep 50-64 jaar andersom liggen.

## 4 Gezondheid

Wat is gezondheid en hoe kan je het meten? Tot enkele jaren geleden werd gezondheid gedefinieerd als een staat van volledig lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk welbevinden. Sinds 2011 is er een nieuwe definitie van gezondheid in ontwikkeling, waarbij men uitgaat van 'gezondheid als het vermogen van mensen om zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven' (Huber et al., 2013). In dit onderzoek sluiten we aan bij dit ruimere begrip van gezondheid door inzicht te geven in drie verschillende dimensies, met behulp van de vragen over de ervaren gezondheid, het lichamelijk functioneren en het psychisch welbevinden van volwassenen.

### 4.1. Ervaren gezondheid

Ervaren gezondheid, ook wel subjectieve gezondheid of gezondheidsbeleving genoemd, weerspiegelt het oordeel over de eigen gezondheid. Ervaren gezondheid is een samenvattende gezondheidsmaat van alle gezondheidsaspecten die relevant zijn voor de persoon in kwestie. De onderliggende gezondheidsaspecten variëren per persoon, maar hebben vaak betrekking op zowel de lichamelijke als de geestelijke gezondheid (Deeg, 2009).

#### 4.1.1. Belangrijkste uitkomsten

De meeste volwassenen (84%) ervaren de gezondheid als goed of zeer goed, 14% van de volwassenen antwoordt 'gaat wel' en 2% van de volwassenen vindt de eigen gezondheid slecht tot zeer slecht.

#### 4.1.2. Meting van gezondheid

De ervaren gezondheid wordt gemeten door te vragen hoe men de eigen gezondheid beoordeelt: zeer goed, goed, gaat wel, slecht of zeer slecht.

#### 4.1.3. Resultaten in detail

Tabel 4.1 Ervaren gezondheid

		Ervaren gezondheid			
		Zeer goed	Goed	Gaat wel	Slecht tot zeer slecht
		%	%	%	%
Totaal		21	63	14	2
Geslacht*	Man	22	62	13	2
	Vrouw	19	64	15	2
Leeftijd*	19 - 34 jaar	26	65	8	1
	35 - 49 jaar	21	66	11	2
	50 - 64 jaar	16	60	21	3
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	14	61	22	3
	HAVO, VWO, MBO	20	66	12	1
	HBO, WO	29	62	8	1

\* significant verschil

#### 4.1.4. Patronen en relaties

Mannen beoordelen hun gezondheid vaker als 'zeer goed' dan vrouwen. Volwassenen in de oudste leeftijdscategorie ervaren vaker een matige gezondheid in vergelijking met volwassenen in de andere leeftijdscategorieën. Hoe hoger het opleidingsniveau, hoe beter de gezondheid wordt ervaren.

#### 4.1.5. Vergelijking

In 2012 beoordeelde 81% van de Nederlandse volwassenen tussen 19 en 65 jaar hun gezondheid als goed tot zeer goed (Gezondheidsmonitor 2012). Het percentage Drentse volwassenen is vergelijkbaar met dit landelijke cijfer.

#### 4.1.6. Trends

In 2009 is ook gevraagd naar de ervaren gezondheid van volwassenen. De vraagstelling uit 2009 komt niet helemaal overeen met de vraagstelling die nu is gebruikt. In 2009 gaf 14% een oordeel 'uitstekend' over de eigen gezondheid, 76% vond de eigen gezondheid (zeer) goed en 9% van de volwassenen beoordeelde de gezondheid als matig en 1% als slecht.

## 4.2. Lichamelijke beperkingen

Door een verminderd zicht, gehoor of beperkingen in de mobiliteit, kan men beperkt worden in het ondernemen van dagelijkse activiteiten. De mate waarin men beperkt is, hangt af van verschillende factoren zoals ernst, verloop en de duur (tijdelijk of langdurig). Ook andere factoren zoals afhankelijkheid van zorg of hulpmiddelen hebben hun invloed op het menselijk functioneren, evenals de leeftijd waarop de beperkingen ontstaan. Als beperkingen met behulp van hulpmiddelen niet afdoende verholpen kunnen worden, kan dit leiden tot suboptimale deelname aan het maatschappelijk leven.

### 4.2.1. Belangrijkste uitkomsten

Ongeveer een tiende van de volwassenen heeft moeite met horen, zien en/of mobiliteit. Mobiliteitsbeperkingen (5%) worden iets vaker gerapporteerd dan beperkingen met het gehoor of het zicht (beide 3%). Voor alle beperkingen geldt dat de oudere volwassenen en volwassenen met een lager opleidingsniveau vaker beperkingen rapporteren.

### 4.2.2. Meting van lichamelijke beperkingen

De beperkingen zijn nagevraagd door concrete handelingen en situaties te beschrijven en daarbij de volwassene te laten aangeven of ze met of zonder moeite, of helemaal niet, de handeling kunnen uitvoeren. Voor gehoorproblemen gaat het om een gesprek volgen in een groep en/of het volgen van een gesprek met één persoon (beide zo nodig met hoorapparaat). Bij gezichtsproblemen gaat het om het lezen van de krant of het herkennen van iemands gezicht op enige afstand. Bij mobiliteit gaat het om het dragen van een volle boodschappentas over een korte afstand, het buigen en iets van de grond pakken wanneer men staat en het lopen van een afstand van 400m zonder tussendoor stil te staan.

### 4.2.3. Resultaten in detail

**Tabel 4.2 Moeite met horen, zien en/of mobiliteit**

		Moeite met horen, zien en / of mobiliteit	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		9	91
Geslacht*	Man	7	93
	Vrouw	10	90
Leeftijd*	19 - 34 jaar	3	97
	35 - 49 jaar	7	93
	50 - 64 jaar	15	85
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	16	84
	HAVO, VWO, MBO	7	93
	HBO, WO	4	96

\* significant verschil

**Tabel 4.3 Gehoorbeperkingen**

		Gehoorbeperkingen	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		3	97
Geslacht	Man	2	98
	Vrouw	3	97
Leeftijd*	19 - 34 jaar	2	98
	35 - 49 jaar	2	98
	50 - 64 jaar	4	96
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	4	96
	HAVO, VWO, MBO	3	97
	HBO, WO	1	99

\* significant verschil

**Tabel 4.4 Gezichtsbeperkingen**

		Gezichtsbeperkingen	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		3	97
Geslacht	Man	3	97
	Vrouw	4	96
Leeftijd*	19 - 34 jaar	1	99
	35 - 49 jaar	2	98
	50 - 64 jaar	6	94
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	7	93
	HAVO, VWO, MBO	1	99
	HBO, WO	2	98

\* significant verschil

**Tabel 4.5 Mobiliteitsbeperkingen**

		Mobiliteitsbeperkingen	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		5	95
Geslacht*	Man	3	97
	Vrouw	7	93
Leeftijd*	19 - 34 jaar	1	99
	35 - 49 jaar	3	97
	50 - 64 jaar	9	91
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	10	90
	HAVO, VWO, MBO	3	97
	HBO, WO	2	98

\* significant verschil

#### 4.2.4. Patronen en relaties

Vrouwen en lager opgeleiden rapporteren vaker problemen bij het horen, zien of de mobiliteit. Met oplopende leeftijd worden ook vaker beperkingen gerapporteerd. Wanneer onderscheid wordt gemaakt naar het type beperking, blijven de verschillen tussen de leeftijdscategorieën en het opleidingsniveau bestaan. Het verschil tussen mannen en vrouwen is echter alleen zichtbaar bij de beperkingen in mobiliteit.

#### 4.2.5. Vergelijking

De Drentse volwassenen kijken wat betreft lichamelijke beperkingen niet af van de Nederlandse bevolking. In 2012 had 11% van de Nederlandse bevolking één of meer beperkingen, 3% had een beperking in het horen, 5% was beperkt in het zien en 6% van de Nederlanders tussen de 19 en 65 jaar was beperkt in het bewegen (Gezondheidsmonitor 2012).

### 4.3. Ziekten en aandoeningen

Ziekten en (chronische) aandoeningen hebben vaak een sterke invloed op de gezondheid, het welbevinden en het functioneren van mensen. In deze paragraaf presenteren we gegevens over ziekten en aandoeningen en laten we ook zien in welke mate men hierdoor belemmeringen ervaart in het dagelijks leven.

#### 4.3.1. Belangrijkste uitkomsten

De meest genoemde aandoening is migraine of ernstige hoofdpijn. Dit komt bij 13% van de volwassenen voor (zowel niet als wel door een arts vastgesteld). Onder de door een arts vastgestelde aandoeningen is hoge bloeddruk de aandoening met het hoogste percentage (11%). Als derde wordt gewrichtsslijtage genoemd, door 10% van de volwassenen.

Bijna een derde (31%) van de volwassenen wordt in de dagelijkse bezigheden door hun aandoening(en) belemmerd.

#### 4.3.2. Meting van ziekten en aandoeningen

Voor de meting van ziekten en aandoeningen is gebruikt gemaakt van een lijst met 18 aandoeningen. Aan volwassenen is gevraagd of ze deze ziekte of aandoening in de afgelopen 12 maanden hebben gehad en zo ja, of deze wel of niet is vastgesteld door een arts. Daarnaast konden ze aangeven in welke mate ze door hun aandoening of ziekte worden belemmerd bij het uitvoeren van dagelijkse bezigheden.

### 4.3.3. Resultaten in detail

**Tabel 4.6 Ziekten en aandoeningen in de afgelopen 12 maanden**

	Ja, door arts vastgesteld	Ja, niet door arts vastgesteld	Nee
	%	%	%
Suikerziekte, diabetes	3	0	97
Beroerte, hersenbloeding, herseninfarct, TIA	1	0	99
Hartinfarct	0	0	100
Andere ernstige hartaandoening	1	0	99
Een vorm van kanker	1	0	98
Migraine, ernstige hoofdpijn	4	9	87
Hoge bloeddruk	11	1	88
Vernauwing bloedvaten in buik of benen	1	1	98
Astma, chronische bronchitis, longemfyseem of COPD	8	1	91
Psoriasis	2	1	97
Chronisch eczeem	3	1	95
Ernstige darmstoornissen	3	1	96
Onvrijwillig urine verlies	1	3	96
Gewrichtsslijtage	8	3	90
Chronische gewrichtsontsteking	3	1	96
Ernstige of hardnekkige aandoening van de rug	6	3	91
Andere ernstige aandoening van nek of schouder	5	4	91
Andere ernstige aandoening van elleboog, pols of hand	4	2	95

**Tabel 4.7 Belemmering bij dagelijkse bezigheden vanwege ziekte of aandoening**

		Belemmerd bij uitvoeren bezigheden		
		Ja	Nee	N.v.t., heb geen aandoening gehad
		%	%	%
Totaal		31	19	51
Geslacht*	Man	27	17	56
	Vrouw	35	20	45
Leeftijd*	19 - 34 jaar	23	13	64
	35 - 49 jaar	29	19	52
	50 - 64 jaar	38	22	40
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	38	18	44
	HAVO, VWO, MBO	29	19	52
	HBO, WO	25	19	56

\* significant verschil



#### 4.3.4. Patronen en relaties

Vrouwen, respondenten in de oudste leeftijdscategorie en lager opgeleiden geven vaker aan dat ze minimaal één chronische aandoening hebben gehad in de laatste 12 maanden. Er zijn verschillen tussen de groepen als het gaat om aandoeningen die het meest worden gerapporteerd. Zo is de top-3 aandoeningen bij mannen: hoge bloeddruk (12%), aandoeningen aan de rug (10%) en gewrichtsslijtage (10%). Bij vrouwen is de top-3: migraine (18%), hoge bloeddruk (12%) en gewrichtsslijtage (11%). Voor negen aandoeningen is er geen verschil tussen mannen en vrouwen, zes aandoeningen komen vaker voor bij vrouwen en drie bij mannen. Tussen de verschillende leeftijdscategorieën zijn er veel verschillen. Het aantal volwassenen met minimaal één chronische aandoening loopt op met de leeftijd en veel van de aandoeningen komen vaker voor naarmate men ouder wordt. Opvallende leeftijdsverschillen zijn bijvoorbeeld waar te nemen bij hoge bloeddruk (19-34 jaar: 3%, 35-49 jaar: 8%, 50-64 jaar: 22%) en gewrichtsslijtage (19-34 jaar: 2%, 35-49 jaar: 6%, 50-64 jaar: 21%). De meeste aandoeningen komen vaker voor bij lager opgeleiden. In de meeste gevallen zijn de verschillen niet zo uitgesproken als de gegeven voorbeelden voor leeftijd. Grotere verschillen bestaan vooral bij de aandoeningen aan de wervelkolom en gewrichten, zoals bij gewrichtsslijtage (LO, MAVO, LBO: 16%, HAVO, VWO, MBO: 9%, HBO, WO: 6%). Lager opgeleiden, vrouwen en oudere volwassenen zijn ook vaker belemmerd vanwege de ziekte of aandoening bij de uitvoering van de dagelijkse bezigheden.

#### 4.3.5. Vergelijking

In Nederland heeft 55% van de volwassenen tussen de 19 en 65 jaar één of meerdere langdurige aandoeningen, in Drenthe is dat 53%. Het percentage volwassenen met diabetes of hoge bloeddruk is in Drenthe gelijk aan landelijke percentages. In Nederland heeft 4% van de volwassenen diabetes, het percentage volwassenen met hoge bloeddruk is in Nederland 13%. Ook voor de andere aandoeningen geldt dat er geen noemenswaardige verschillen bestaan tussen Drentse en landelijke percentages. Enige uitzondering hierop is migraine, wat door 13% van de Drentse volwassenen wordt gerapporteerd en waarvoor het landelijke percentage op 19% ligt (Gezondheidsmonitor 2012).

#### 4.3.6. Trends

In vergelijking met 2009 is de top-3 van meest genoemde aandoeningen hetzelfde. Het percentage volwassenen dat migraine rapporteert is ten opzichte van 2009 afgenomen van 17% naar 13%. Met een percentage van 11% is het aantal volwassenen waarbij door een arts hoge bloeddruk is vastgesteld gelijk gebleven ten opzichte van 2009. Ook het aantal volwassenen met aandoeningen aan de rug bleef ongeveer gelijk. Het percentage volwassenen dat zich in het dagelijks leven belemmerd voelt door een ziekte of aandoening is in 2013 gelijk aan dat in 2009 (respectievelijk 30% en 31%).

### 4.4. Psychische gezondheid

Volgens de Wereld GezondheidsOrganisatie (WHO) voelen psychisch gezonde personen zich goed, autonoom en competent. Bij een optimale psychische gezondheid is er sprake van succesvol functioneren: productieve activiteiten, bevredigende relaties met anderen en de mogelijkheid tot aanpassen en om met tegenslagen om te gaan. Mensen met een verminderde psychische gezondheid hebben bijvoorbeeld last van gevoelens van angst, neerslachtigheid en stress. Dit heeft een negatieve invloed op het functioneren.

#### 4.4.1. Belangrijkste uitkomsten

De meeste volwassenen in Drenthe zijn psychisch gezond, ongeveer één op de tien is psychisch licht ongezond en 2% van de volwassenen is psychisch ernstig ongezond. Hoger opgeleiden hebben vaker een goede psychische gezondheid dan volwassenen met een lagere opleiding. Bij twee derde van de Drentse volwassenen is het risico op het hebben van een angststoornis of depressie laag of afwezig, 28% heeft een matig risico en voor 3% van de volwassenen is het risico als hoog te classificeren.

#### 4.4.2. Meting van psychische gezondheid

Om een beeld te krijgen van de psychische gezondheid van de inwoners van Drenthe, is gebruik gemaakt van twee verschillende screenings-vragenlijsten. De eerste vragenlijst geeft een indicatie van de algehele psychische gezondheid, de tweede richt zich specifiek op het risico dat men heeft op een angststoornis of depressie. Doordat de twee vragenlijsten een overlap in thematiek hebben, geven ze gedeeltelijk hetzelfde beeld.

Voor het meten van de algemene psychische gezondheid is de MHI-5 (Mental Health Inventory) gebruikt. Deze vragenlijst bestaat uit 5 vragen, zoals 'hoe vaak was u gedurende de afgelopen 4 weken erg zenuwachtig?' en 'hoe vaak zat u zo in de put dat niets u kon opvrolijken?'. Uit de antwoorden op deze vragen wordt een score berekend. Op grond van deze score kunnen volwassenen worden ingedeeld in psychisch gezond, psychisch licht ongezond, psychisch matig ongezond of psychisch ernstig ongezond.

Voor de meting van angst en depressie is de K10 (Kessler psychological distress scale) voorgelegd. De nadruk van dit screeningsinstrument ligt vooral op depressie en in mindere mate op angst. De K10 bestaat uit 10 vragen over de mate van onder andere vermoeidheid, zenuwachtigheid, rusteloosheid en somberheid die men voelde in de afgelopen 4 weken. Op basis van de totale score op de K10 is bepaald of volwassenen een hoog, matig of laag risico op een angststoornis of een depressie hebben.

#### 4.4.3. Resultaten in detail

**Tabel 4.8** Indicatie van psychische gezondheid

		Indicatie van psychische gezondheid			
		Psychisch gezond	Psychisch licht ongezond	Psychisch matig ongezond	Psychisch ernstig ongezond
		%	%	%	%
Totaal		85	11	2	2
Geslacht	Man	85	11	3	1
	Vrouw	85	11	2	2
Leeftijd	19 - 34 jaar	85	12	2	1
	35 - 49 jaar	86	11	2	1
	50 - 64 jaar	85	10	3	2
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	79	15	4	2
	HAVO, VWO, MBO	86	10	2	1
	HBO, WO	91	7	1	1

\* significant verschil

**Tabel 4.9 Risico op een angststoornis of depressie**

		Risico op angststoornis of depressie		
		Laag of geen risico	Matig risico	Hoog risico
		%	%	%
Totaal		68	28	3
Geslacht*	Man	73	24	3
	Vrouw	64	33	3
Leeftijd*	19 - 34 jaar	65	32	3
	35 - 49 jaar	71	27	2
	50 - 64 jaar	69	27	4
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	61	34	6
	HAVO, VWO, MBO	68	29	2
	HBO, WO	78	21	1

\* significant verschil

#### 4.4.4. Patronen en relaties

Psychische gezondheid hangt samen met het opleidingsniveau: onder lager opgeleiden is vaker sprake van een indicatie op lichte en matige psychische ongezondheid en ook hebben zij een hoger risico op het hebben van een angststoornis of depressie. Vrouwen lopen vaker een matig risico op een angststoornis of depressie dan mannen. Ook volwassenen in de leeftijd 19-34 jaar lopen een hoger risico dan oudere volwassenen.

#### 4.4.5. Vergelijking

Het CBS concludeerde dat in 2013 11% van de Nederlandse bevolking van 12 jaar en ouder psychisch ongezond was (CBS StatLine, 2014).

Uit de Gezondheidsmonitor 2012 blijkt dat landelijk 40% van de volwassenen van 19 jaar en ouder een matig tot hoog risico heeft op een angststoornis of depressie. Dit percentage lijkt hoger dan het Drentse cijfer, maar dat wordt veroorzaakt doordat in het landelijke cijfer ook de volwassenen van 65 jaar en ouder zijn meegenomen. Het risico op een angststoornis of depressie voor deze groep is hoger dan onder volwassenen tussen 19 en 65.

#### 4.4.6. Trends

Beide vragenlijsten zijn ook in 2009 aan Drentse volwassenen voorgelegd. De scores op de MHI-5 (indicatie voor psychische gezondheid) zijn in 2013 niet wezenlijk anders dan in 2009. Toen scoorde 86% van de volwassenen op psychisch gezond (nu 85%) en 10% op licht ongezond (nu 11%). Het percentage volwassenen met een matig risico op een angststoornis of depressie is in 2013 iets hoger dan in 2009 (respectievelijk 28% en 26%).

## 4.5. Contact met zorgverleners

In het onderzoek is ook navraag gedaan naar contacten met verschillende zorgverleners uit de eerste lijn en met medisch specialisten.

### 4.5.1. Belangrijkste uitkomsten

Dertig procent van de volwassenen heeft de afgelopen twee maanden contact gehad met de huisarts, voor 39% van de volwassenen was het laatste contact met de huisarts langer dan twee maanden geleden, maar nog wel in de afgelopen 12 maanden. Dertig procent van de volwassenen had in het afgelopen jaar geen contact met de huisarts. Bij het merendeel van de volwassenen die in de laatste twee maanden contact hadden met de huisarts ging het om een incidenteel contact (1 of 2 keer).

In de afgelopen 12 maanden had 34% van de volwassenen contact met een medisch specialist, bezocht 80% de tandarts en maakte 23% van de volwassenen gebruik van diensten van een fysiotherapeut.

### 4.5.2. Meting van zorggebruik

Aan volwassenen is gevraagd wanneer ze voor het laatst contact hadden met de huisarts. Hierbij is het telefonisch contact voor het aanvragen van een herhalingsrecept niet inbegrepen. Volwassenen die in de afgelopen twee maanden nog contact hadden gehad, werd gevraagd aan te geven hoe vaak ze contact hadden. Tot slot werd gevraagd of men in de afgelopen 12 maanden contact had met een medisch specialist, de tandarts of een fysiotherapeut.

### 4.5.3. Resultaten in detail

Tabel 4.10 Contact met huisarts

		Huisartsbezoek			
		In de laatste 2 mnd.	Langer dan 2 mnd., maar minder dan 12 mnd. geleden	Langer dan 12 mnd. geleden	Nog nooit
		%	%	%	%
Totaal		30	39	30	1
Geslacht*	Man	25	37	36	1
	Vrouw	35	41	23	0
Leeftijd*	19 - 34 jaar	31	36	32	1
	35 - 49 jaar	28	41	31	0
	50 - 64 jaar	32	40	28	1
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	32	40	27	1
	HAVO, VWO, MBO	30	39	30	1
	HBO, WO	27	40	32	1

\* significant verschil

**Tabel 4.11 Frequentie van huisartsbezoek (alleen volwassenen die in de afgelopen 2 maanden contact met huisarts hadden)**

		Frequentie huisartsbezoek		
		1-2 keer	3-4 keer	5 keer of meer
		%	%	%
Totaal		83	12	4
Geslacht*	Man	87	10	3
	Vrouw	81	14	5
Leeftijd	19 - 34 jaar	85	10	5
	35 - 49 jaar	85	11	4
	50 - 64 jaar	81	16	4
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	77	19	5
	HAVO, VWO, MBO	86	9	5
	HBO, WO	87	11	3

\* significant verschil

**Tabel 4.12 Contact met medisch specialist in de afgelopen 12 maanden**

		Medisch specialist	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		34	66
Geslacht*	Man	31	69
	Vrouw	37	63
Leeftijd*	19 - 34 jaar	29	71
	35 - 49 jaar	30	70
	50 - 64 jaar	42	58
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	40	60
	HAVO, VWO, MBO	33	67
	HBO, WO	30	70

\* significant verschil

**Tabel 4.13 Contact met tandarts/mondhygiënist in de afgelopen 12 maanden**

		Tandarts / mondhygiënist	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		80	20
Geslacht*	Man	78	22
	Vrouw	82	18
Leeftijd*	19 - 34 jaar	82	18
	35 - 49 jaar	85	15
	50 - 64 jaar	73	27
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	72	28
	HAVO, VWO, MBO	82	18
	HBO, WO	86	14

\* significant verschil

**Tabel 4.14 Contact met fysiotherapeut in de afgelopen 12 maanden**

		Fysiotherapeut	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		23	77
Geslacht*	Man	19	81
	Vrouw	26	74
Leeftijd*	19 - 34 jaar	20	80
	35 - 49 jaar	22	78
	50 - 64 jaar	25	75
Opleiding	LO, MAVO, LBO	24	76
	HAVO, VWO, MBO	23	77
	HBO, WO	20	80

\* significant verschil

#### 4.5.4. Patronen en relaties

Vrouwen en lager opgeleiden hebben vaker recentelijk de huisarts bezocht dan mannen en hoger opgeleiden. Volwassenen in de leeftijd van 35-49 jaar bezochten minder vaak de huisarts in de afgelopen 2 maanden dan de volwassenen uit de andere leeftijdscategorieën. Van de volwassenen die de afgelopen twee maanden de huisarts bezochten, gingen vrouwen en lager opgeleiden vaker. Meer vrouwen dan mannen bezochten een medisch specialist, tandarts of fysiotherapeut in het afgelopen jaar. Bij toenemende leeftijd bezocht men vaker de medisch specialist en de fysiotherapeut. Echter, hoe jonger, hoe vaker men in het afgelopen jaar bij de tandarts is geweest. Voor lager opgeleiden geldt dat zij vaker een medisch specialist, maar minder vaak de tandarts bezochten dan volwassenen met een hogere opleiding.

#### 4.5.5. Vergelijking

Het CBS heeft in 2013 het zorggebruik in de afgelopen 12 maanden van de Nederlandse bevolking (van 12 jaar en ouder) in kaart gebracht. In 2013 had 72% van de Nederlanders contact met de huisarts (Drenthe: 69%), 38% had contact met een medisch specialist (Drenthe: 34%), 79% bezocht de tandarts (Drenthe: 80%) en 22% had contact met een fysiotherapeut (Drenthe: 23%) (CBS StatLine, 2014).

#### 4.5.6. Trends

Ook in 2009 zijn er vragen gesteld over het contact met zorgverleners. De resultaten van toen zijn min of meer gelijk aan wat we in 2013 vinden. Zo had in 2009 31% van de volwassenen in de laatste 2 maanden contact met de huisarts (2013: 30%) en had 84% van die volwassenen 1 of 2 keer contact (2013: 83%). Net als in 2013 had in 2009 34% van de volwassenen in het laatste jaar contact gehad met een medisch specialist, bezocht 79% de tandarts (2013: 80%) en was 21% onder behandeling van een fysiotherapeut (2013: 23%).





## 5 Geven van mantelzorg

Mantelzorg is de zorg die men langdurig en onbetaald verleent aan een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende partner, ouder, kind of ander familielid, vriend of kennis. Een mantelzorger is geen beroepsmatige zorgverlener, maar geeft zorg omdat hij of zij een persoonlijke band heeft met degene voor wie hij of zij zorgt. Het takenpakket van mantelzorg is divers; vaak gaat het om huishoudelijke hulp, maar ook hulp bij persoonlijke verzorging en psychosociale begeleiding komen regelmatig voor.

### 5.1. Geven van mantelzorg

#### 5.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Twintig procent van de volwassenen heeft in de afgelopen 12 maanden mantelzorg gegeven, 14% deed dat ook op het moment van het onderzoek. Het aantal uren dat men mantelzorg geeft varieert: 27% geeft 1-2 uur per week mantelzorg, 30% doet dit 3 tot 5 uur per week, 20% besteedt 6 tot 10 uur per week aan mantelzorg en de overige 23% geeft 11 uur per week of meer mantelzorg. Mantelzorg wordt vaak langdurig gegeven, 90% van de mantelzorgers geeft aan dat ze drie maanden of langer mantelzorg geven. Het overgrote deel van de volwassenen (86%) geeft aan dat ze zich niet of nauwelijks belast voelen.

#### 5.1.2. Meting van mantelzorg geven

Aan de volwassenen werd gevraagd of ze momenteel mantelzorg geven of in de afgelopen twaalf maanden mantelzorg gaven. Daarnaast is gevraagd naar het aantal uur per week dat men mantelzorg geeft, de duur van de mantelzorg en de ervaren belasting daarvan.

#### 5.1.3. Resultaten in detail

Tabel 5.1 Geven van mantelzorg in de afgelopen 12 maanden

		Mantelzorg geven in afgelopen 12 maanden		
		Ja, ik geef die mantelzorg nu nog	Ja, maar ik geef die mantelzorg nu niet meer	Nee
		%	%	%
Totaal		14	6	80
Geslacht*	Man	10	5	85
	Vrouw	18	8	75
Leeftijd*	19 - 34 jaar	6	6	88
	35 - 49 jaar	12	6	82
	50 - 64 jaar	21	7	72
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	14	5	81
	HAVO, VWO, MBO	13	6	81
	HBO, WO	15	8	78

\* significant verschil

**Tabel 5.2 Geven van mantelzorg in uren per week (alleen volwassenen die mantelzorg gaven)**

		Aantal uur mantelzorg geven per week			
		1-2 uur p.w.	3-5 uur p.w.	6-10 uur p.w.	11 uur of meer p.w.
		%	%	%	%
Totaal		27	30	20	23
Geslacht	Man	27	30	19	24
	Vrouw	26	30	21	23
Leeftijd*	19 - 34 jaar	37	16	20	26
	35 - 49 jaar	25	27	20	27
	50 - 64 jaar	25	35	20	20
Opleiding	LO, MAVO, LBO	23	25	23	29
	HAVO, VWO, MBO	25	33	18	23
	HBO, WO	32	31	19	19

\* significant verschil

**Tabel 5.3 Duur van het geven van mantelzorg (alleen volwassenen die mantelzorg gaven)**

		Hoelang mantelzorg geven	
		Korter dan 3 maanden	Drie maanden of langer
		%	%
Totaal		10	90
Geslacht	Man	12	88
	Vrouw	10	90
Leeftijd*	19 - 34 jaar	11	89
	35 - 49 jaar	17	83
	50 - 64 jaar	7	93
Opleiding	LO, MAVO, LBO	11	89
	HAVO, VWO, MBO	10	90
	HBO, WO	10	90

\* significant verschil

**Tabel 5.4 Ervaren belasting van het geven van mantelzorg (alleen volwassenen die mantelzorg gaven)**

		Ervaren belasting mantelzorg	
		Niet of nauwelijks belast	Tamelijk (zwaar) of overbelast
		%	%
Totaal		86	14
Geslacht	Man	88	12
	Vrouw	85	15
Leeftijd	19 - 34 jaar	87	13
	35 - 49 jaar	80	20
	50 - 64 jaar	88	12
Opleiding	LO, MAVO, LBO	83	17
	HAVO, VWO, MBO	88	12
	HBO, WO	85	15

#### 5.1.4. Patronen en relaties

Van de volwassen vrouwen geeft 18% mantelzorg, van de mannen geeft 10% mantelzorg. Naarmate de leeftijd stijgt, wordt vaker mantelzorg gegeven en geeft men ook vaker langdurig mantelzorg. Hoger opgeleiden verlenen iets vaker mantelzorg, maar daar staat tegenover dat lager opgeleide mantelzorgers meer uren per week mantelzorg geven. Er zijn geen verschillen tussen de groepen als het gaat om de ervaren belasting van het geven van mantelzorg.

#### 5.1.5. Vergelijking

Bij het in kaart brengen van het aantal mantelzorgers in Nederland, worden diverse definities gehanteerd, waarbij gekeken wordt naar (combinaties van) de duur of de omvang van de verleende mantelzorg. De Gezondheidsmonitor 2012 hanteert als definitie voor een mantelzorger 'Iemand die langer dan drie maanden of meer dan 8 uur per week mantelzorg verleent'. Volgens deze omschrijving is 12% van de Nederlandse volwassenen tussen de 19 en 65 jaar een mantelzorger. In Drenthe is het percentage mantelzorgers volgens dezelfde definitie 13%. Het percentage zwaar belaste mantelzorgers is zowel onder de Drentse als de Nederlandse mantelzorgers 14%.

#### 5.1.6. Trends

Het percentage volwassenen dat in 2013 mantelzorg gaf is ten opzichte van 2009 gestegen van 10% naar 14%. De verschillen tussen mannen en vrouwen, leeftijdsgroepen en opleidingsniveaus waren in 2009 niet anders dan in 2013. Ten opzichte van 2009 voelen meer mantelzorgers zich tamelijk belast, zwaarbelast of overbelast door het geven van mantelzorg. Opvallend hierin is vooral de stijging onder de jongvolwassenen: in 2009 voelde niemand in deze leeftijdsgroep zich tamelijk (zwaar) of overbelast, in 2013 was dit 13%.



## 6 Voeding, gewicht en lichaamsbeweging

Een ongezonde leefstijl wordt vaak gekenmerkt door een ongezond voedingspatroon en/of onvoldoende lichaamsbeweging. Dit heeft nadelige gevolgen voor de gezondheid. Een ongezond voedings- en bewegingspatroon kan niet alleen overgewicht tot gevolg hebben maar is ook een belangrijke risicofactor voor onder andere hart- en vaatziekten en diabetes type 2.

### 6.1. Voeding

Een gezond voedingspatroon bestaat onder andere uit het dagelijks groente en fruit eten en de dag beginnen met een ontbijt.

#### 6.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Slechts een enkele volwassene geeft aan (bijna) nooit groente te eten, bijna twee derde van de volwassenen eet groente op 5 of meer dagen van de week. Eén op de tien volwassenen eet (bijna) nooit rauwkost, het merendeel (75%) van de volwassenen eet dit 1 tot 4 dagen per week. Een derde van de volwassenen eet dagelijks fruit, 8% van de volwassenen eet (bijna) nooit fruit. Vruchtensap wordt door 17% van de volwassenen dagelijks gedronken, 62% drinkt enkele dagen per week vruchtensap en een vijfde van de volwassenen doet dit (bijna) nooit. Ruim drie kwart van de volwassenen ontbijt elke dag, 5% van de volwassenen doet dit (bijna) nooit. In totaal voldoet 87% van de volwassenen aan de ontbijtnorm van minimaal 5 dagen per week ontbijten.

#### 6.1.2. Meting van voeding

In dit onderzoek is gevraagd naar het aantal dagen dat men groente, rauwkost of fruit eet, vruchtensap drinkt en ontbijt.

#### 6.1.3. Resultaten in detail

Tabel 6.1 Aantal dagen per week gekookte of gebakken groente eten

		Groente			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		1	38	48	14
Geslacht*	Man	1	41	47	12
	Vrouw	1	34	49	16
Leeftijd*	19 - 34 jaar	1	44	46	8
	35 - 49 jaar	1	38	49	12
	50 - 64 jaar	0	32	49	19
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	1	41	47	11
	HAVO, VWO, MBO	0	42	48	10
	HBO, WO	1	28	49	22

\* significant verschil

**Tabel 6.2 Aantal dagen per week sla of rauwkost eten**

		Sla en rauwkost			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		11	75	10	4
Geslacht*	Man	12	75	9	4
	Vrouw	10	75	11	5
Leeftijd*	19 - 34 jaar	17	74	7	2
	35 - 49 jaar	10	78	8	3
	50 - 64 jaar	8	73	13	7
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	13	73	10	4
	HAVO, VWO, MBO	12	76	10	2
	HBO, WO	8	76	9	7

\* significant verschil

**Tabel 6.3 Aantal dagen per week fruit eten**

		Fruit			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		8	32	28	32
Geslacht*	Man	10	35	29	26
	Vrouw	6	29	26	39
Leeftijd*	19 - 34 jaar	11	41	24	23
	35 - 49 jaar	8	34	31	27
	50 - 64 jaar	5	24	26	44
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	8	32	28	31
	HAVO, VWO, MBO	10	35	27	28
	HBO, WO	5	28	29	39

\* significant verschil

**Tabel 6.4 Aantal dagen per week vruchtensap drinken**

		Vruchtensap			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		21	47	15	17
Geslacht	Man	21	48	15	16
	Vrouw	21	47	14	18
Leeftijd*	19 - 34 jaar	17	50	16	17
	35 - 49 jaar	23	47	14	15
	50 - 64 jaar	22	45	14	19
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	23	44	16	16
	HAVO, VWO, MBO	20	49	15	17
	HBO, WO	21	48	12	19

\* significant verschil

**Tabel 6.5 Aantal dagen per week ontbijten**

		Ontbijten			
		(Bijna) nooit	1-4 dagen	5-6 dagen	Elke dag
		%	%	%	%
Totaal		5	7	10	77
Geslacht*	Man	8	9	12	70
	Vrouw	3	5	8	84
Leeftijd*	19 - 34 jaar	6	12	17	65
	35 - 49 jaar	6	6	7	81
	50 - 64 jaar	5	5	8	82
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	9	8	11	72
	HAVO, VWO, MBO	5	8	11	75
	HBO, WO	3	5	6	86

\* significant verschil

**Tabel 6.6 Ontbijten, in relatie tot de aanbevolen norm**

		Voldoet aan voedingsnorm ontbijten	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		87	13
Geslacht*	Man	83	17
	Vrouw	92	8
Leeftijd*	19 - 34 jaar	82	18
	35 - 49 jaar	88	12
	50 - 64 jaar	90	10
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	83	17
	HAVO, VWO, MBO	87	13
	HBO, WO	92	8

\* significant verschil

#### 6.1.4. Patronen en relaties

In vergelijking met mannen eten vrouwen vaker dagelijks groente en minder vaak slechts enkele dagen per week. Oudere volwassenen eten frequenter groente dan jongere volwassenen. Meer hoger opgeleiden eten iedere dag groente dan lager opgeleiden. Vergelijkbare patronen bestaan als het gaat om het eten van sla en rauwkost.

39% van de vrouwen eet dagelijks fruit, bij de mannen is dit 26%. Dagelijks fruit eten hangt samen met de leeftijd: 44% van de volwassenen in de groep 50-64 jaar eet dagelijks fruit. In de jongste groep is dit de helft: 23% eet dagelijks fruit. Er is een relatie tussen opleidingsniveau en fruitconsumptie, maar deze is minder uitgesproken dan bij het eten van groente. Volwassenen met een opleiding op HAVO, VWO of MBO niveau eten minder frequent fruit.

Hoewel het merendeel van de volwassenen dagelijks ontbijt, zijn er wel verschillen waarneembaar tussen de groepen. Vrouwen ontbijten vaker dagelijks dan mannen, hoger opgeleiden vaker dan lager opgeleiden. Het grootste verschil zit echter tussen de jongste en de oudste volwassenen: 65% en 82%. Vergelijkbare verschillen bestaan ook als het gaat om het voldoen aan de ontbijtnorm.

#### 6.1.5. Trends

Het eten van groente en rauwkost is sinds 2009 weinig veranderd: het percentage volwassenen dat dagelijks groente eet is iets gestegen van 12% naar 14%. Ook het aantal volwassenen dat dagelijks fruit eet is vergelijkbaar met 2009, net als het drinken van vruchtensap. Ten opzichte van 2009 is het percentage volwassenen dat elke dag ontbijt gestegen van 73% naar 77%. Hierdoor is ook het percentage volwassenen dat voldoet aan de ontbijtnorm gestegen: in 2009 nam 83% van de volwassenen minimaal 5 dagen per week ontbijt, in 2013 is dit gestegen tot 87%.

## 6.2. Lichaamsgewicht

De belangrijkste oorzaak van overgewicht is dat er geen goede balans is tussen energie-inname en energie-verbruik. Een geringe energiedisbalans kan het lichaamsgewicht al behoorlijk veranderen. In enkele gevallen is de oorzaak van overgewicht genetisch van aard of is het een bijwerking van medicijngebruik. Overgewicht kan gezondheidsrisico's met zich mee brengen, zoals een groter risico op hart- en vaatziekten en diabetes mellitus type 2 (suikerziekte).



### 6.2.1. Belangrijkste uitkomsten

De helft van de volwassenen heeft op basis van de eigen rapportage van lengte en gewicht een gezond gewicht, ruime een derde (37%) heeft overgewicht en 13% van de volwassenen is obees.

### 6.2.2. Meting van lichaamsgewicht

Aan volwassenen werd gevraagd zelf hun lengte en gewicht op te geven. Op basis van de lengte en het lichaamsgewicht van een persoon kan de Body Mass Index (BMI) berekend worden. Hierbij kan een indeling worden gemaakt in ondergewicht, normaal gewicht, overgewicht en ernstig overgewicht of obesitas. Volwassenen hebben overgewicht bij een BMI van 25 kg/m<sup>2</sup> of meer en obesitas bij een BMI van 30 kg/m<sup>2</sup> of meer. Van ondergewicht wordt gesproken bij een BMI lager dan 18,5 kg/m<sup>2</sup>.

### 6.2.3. Resultaten in detail

Tabel 6.7 Lichaamsgewicht in relatie tot lengte: BMI

		Body Mass Index			
		BMI<18,5	18,5≤BMI<25	25≤BMI<30	BMI≥30
		%	%	%	%
Totaal		1	49	37	13
Geslacht*	Man	1	45	42	12
	Vrouw	1	53	31	15
Leeftijd*	19 - 34 jaar	3	62	27	9
	35 - 49 jaar	1	46	38	15
	50 - 64 jaar	1	42	42	16
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	1	40	40	20
	HAVO, VWO, MBO	2	50	37	12
	HBO, WO	1	58	32	9

\* significant verschil

### 6.2.4. Patronen en relaties

Mannen hebben vaker dan vrouwen een BMI tussen de 25 en 30, vrouwen hebben vaker een gezond gewicht en vaker obesitas. Naarmate de volwassenen ouder zijn, neemt het percentage volwassenen met een te hoog gewicht toe. Voor opleidingsniveau geldt dat er sprake is van een negatieve samenhang tussen opleiding en BMI: hoe lager het opleidingsniveau, hoe vaker er sprake is van zowel overgewicht als obesitas.

### 6.2.5. Vergelijking

Recente cijfers over overgewicht onder volwassenen kunnen gevonden worden bij het CBS en in de Gezondheidsmonitor 2012. Volgens het CBS had in 2013 48% van de Nederlanders ouder dan 20 jaar overgewicht (BMI≥25), waarvan 12% obesitas (CBS StatLine, 2014). Uit de Gezondheidsmonitor 2012 blijkt dat 46% van de volwassenen tussen de 19 en 65 jaar overgewicht had, waarvan 12% obesitas.

### 6.2.6. Trends

In vergelijking met het onderzoek uit 2009 is er weinig veranderd. Het percentage volwassenen met een BMI tussen de 25 en 30 was in 2009 37%, net als in 2013. Het percentage volwassenen met obesitas was in 2009 14% en in 2013 13%.

## 6.3. Lichaamsbeweging

Regelmatig bewegen heeft een gunstig effect op zowel de lichamelijke als psychische gezondheid. Je blijft niet alleen fit, maar het beperkt ook de kans op overgewicht of obesitas.

### 6.3.1. Belangrijkste uitkomsten

De helft van de volwassenen is normactief volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB). Een derde van de volwassenen sport niet, de rest van de volwassenen sport bij een vereniging (11%), op individuele basis (30%) of zowel binnen als buiten verenigingsverband (27%). Zowel het sporten bij een vereniging als het zelfstandig sporten wordt door het merendeel van de sporters minstens één keer per week gedaan (respectievelijk 33% en 42%). Als belangrijkste reden om niet te sporten wordt 'geen tijd' genoemd (13%), gevolgd door 'geen zin' (11%) en 'andere verplichtingen' (10%).

### 6.3.2. Meting van lichaamsbeweging

Voor de meting van lichaamsbeweging werd volwassenen gevraagd aan te geven op hoeveel dagen per week ze in de zomer en in de winter ten minste 30 minuten per dag bewegen. Op basis van deze twee vragen kan de NNGB berekend worden. Volwassenen voldoen aan de NNGB als ze in de zomer en in de winter op ten minste 5 dagen per week gedurende een half uur matig intensief bewegen. Daarnaast is gevraagd of en hoe vaak men in club- of verenigingsverband sport. Dezelfde vraag is ook gesteld over sporten buiten een club of vereniging om. Tenslotte is nagevraagd wat de belangrijkste reden is om niet regelmatig te bewegen of te sporten.

### 6.3.3. Resultaten in detail

Tabel 6.8 Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)

		NNGB	
		Normactief	Niet normactief
		%	%
Totaal		49	51
Geslacht*	Man	51	49
	Vrouw	47	53
Leeftijd*	19 - 34 jaar	46	54
	35 - 49 jaar	46	54
	50 - 64 jaar	54	46
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	52	48
	HAVO, VWO, MBO	51	49
	HBO, WO	42	58

\* significant verschil

**Tabel 6.9 Sporten in georganiseerd verband of buiten een vereniging of club om**

		Sporten in verenigingsverband			
		Sport bij vereniging en er buiten om	Sport alleen bij vereniging	Sport alleen buiten vereniging om	Sport niet
		%	%	%	%
Totaal		27	11	30	32
Geslacht	Man	26	11	31	33
	Vrouw	27	11	30	32
Leeftijd*	19 - 34 jaar	35	12	31	22
	35 - 49 jaar	26	12	33	30
	50 - 64 jaar	22	9	28	42
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	19	10	25	46
	HAVO, VWO, MBO	27	12	31	30
	HBO, WO	35	10	35	20

\* significant verschil

**Tabel 6.10 Frequentie van sporten bij een vereniging**

		Aantal keer per week sport bij vereniging		
		1 keer p.w. of meer	Minder dan 1 keer p.w.	Nooit
		%	%	%
Totaal		33	4	63
Geslacht*	Man	31	5	63
	Vrouw	34	4	62
Leeftijd*	19 - 34 jaar	42	5	53
	35 - 49 jaar	33	4	63
	50 - 64 jaar	27	4	69
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	27	2	71
	HAVO, VWO, MBO	33	5	62
	HBO, WO	39	6	55

\* significant verschil

**Tabel 6.11 Frequentie van sporten buiten een vereniging om**

		Aantal keer per week sport buiten vereniging		
		1 keer p.w. of meer	Minder dan 1 keer p.w.	Nooit
		%	%	%
Totaal		42	15	43
Geslacht	Man	42	15	43
	Vrouw	43	14	43
Leeftijd*	19 - 34 jaar	46	20	34
	35 - 49 jaar	41	17	42
	50 - 64 jaar	41	9	51
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	34	9	56
	HAVO, VWO, MBO	42	16	42
	HBO, WO	52	18	30

\* significant verschil

**Tabel 6.12 Belangrijkste reden om niet te sporten**

		%
Belangrijkste reden om niet te sporten	Ik heb geen tijd	13
	Het is te duur	6
	Ik ben lichamelijk niet in staat om te sporten	7
	Er zijn geen mogelijkheden in de buurt	0
	Ik houd niet van sport	9
	Ik heb geen zin	11
	Ik heb andere verplichtingen	10
	N.v.t., ik sport regelmatig	43

#### 6.3.4. Patronen en relaties

Mannen voldoen vaker aan de beweegnorm dan vrouwen. De groep 50-64 jarigen voldoet vaker dan de jongere volwassenen aan de NNGB. Volwassenen met een HBO of WO opleiding voldoen naar verhouding minder vaak aan de NNGB dan mensen met een lager opleidingsniveau.

Sporten in verenigingsverband of op individuele basis kent geen verschillen tussen mannen en vrouwen. Volwassenen in de jongste leeftijdscategorie en hoger opgeleide volwassenen sporten vaker bij een vereniging of club. Hetzelfde geldt voor het sporten buiten een vereniging om. Lager opgeleiden en volwassenen tussen 50 en 64 jaar sporten vaker niet. Vrouwen, 19-34 jarigen en hoger opgeleiden sporten vaker meerdere keren per week bij een club of vereniging, de 19 tot 34 jarigen en hoger opgeleiden sporten ook vaker buiten een vereniging om.

#### 6.3.5. Trends

In vergelijking met 2009 zijn er meer Drentse volwassenen die voldoen aan de NNGB. In 2009 was dit 41%, in 2013 steeg dit tot 49%. Het percentage volwassenen dat aangaf geen tijd te hebben om te sporten daalde van 16% in 2009 naar 13% in 2013.

## 7 Middelengebruik

Het is algemeen bekend dat roken slecht is voor de gezondheid. Hoewel het met mate drinken van alcohol sociaal geaccepteerd is, geldt ook voor dit genotmiddel dat overmatig gebruik een schadelijk effect op de gezondheid kan hebben. Drugsgebruik gaat vaak samen met ander middelengebruik of ander risicogedrag.

### 7.1. Roken

Van alle leefstijlfactoren is roken verantwoordelijk voor het meeste verlies van totale en gezonde levensverwachting (Hoeymans, Melse en Schoemaker, 2010). Roken kan gevolgen hebben op de korte termijn (bijvoorbeeld vanwege luchtwegklachten) en op langere termijn leiden tot vroegtijdige sterfte aan hart- en vaatziekten en longkanker.

#### 7.1.1. Belangrijkste uitkomsten

In Drenthe rookte ten tijde van het onderzoek 23% van de volwassenen. Bovendien heeft 33% van de volwassenen vroeger wel gerookt. Het percentage rokers dat gemiddeld een pakje per dag of meer rookt is 22%.

#### 7.1.2. Meting van roken

Volwassenen werden gevraagd of ze wel eens rookten of dat in het verleden hebben gedaan. Rokers kregen vervolgens de vragen 'Rookt u wel eens sigaretten uit een pakje of zelf gerolde sigaretten?' en 'Hoeveel sigaretten rookt u gemiddeld per dag?' voorgelegd. Uit het aantal sigaretten dat per dag wordt gerookt is vervolgens bepaald of men meer of minder dan een pakje per dag rookt (in een pakje zitten gemiddeld 20 sigaretten).

#### 7.1.3. Resultaten in detail

Tabel 7.1 Roken en gerookt hebben

		Roken		
		Ja %	Nee, vroeger wel %	Nee, nooit gerookt %
Totaal		23	33	44
Geslacht*	Man	27	31	42
	Vrouw	19	34	46
Leeftijd*	19 - 34 jaar	28	19	53
	35 - 49 jaar	21	29	50
	50 - 64 jaar	21	47	32
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	33	35	32
	HAVO, VWO, MBO	23	31	46
	HBO, WO	13	32	55

\* significant verschil

**Tabel 7.2 Aantal sigaretten per dag (alleen volwassenen die rookten)**

		Aantal sigaretten per dag	
		Minder dan een pakje per dag	Een pakje per dag of meer
		%	%
Totaal		78	22
Geslacht*	Man	74	26
	Vrouw	84	16
Leeftijd*	19 - 34 jaar	87	13
	35 - 49 jaar	80	20
	50 - 64 jaar	68	32
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	71	29
	HAVO, VWO, MBO	81	19
	HBO, WO	89	11

\* significant verschil

#### 7.1.4. Patronen en relaties

Het rookgedrag van mannen is niet gelijk aan dat van vrouwen. Mannen roken vaker en zijn minder vaak gestopt met roken. Bovendien roken mannen vaker dan vrouwen meer dan één pakje per dag. Ook tussen de leeftijdscategorieën zijn er verschillen als het gaat om roken. Het percentage volwassenen dat rookt is het hoogst in de leeftijdsgroep 19-34 jaar, terwijl in deze leeftijdsgroep ook het hoogste percentage 'nooit gerookt' te vinden is. Van de volwassenen in de leeftijdsgroep 50-64 jaar heeft een derde nooit gerookt, bijna de helft van de volwassenen in deze groep is ondertussen gestopt met roken. Hoewel de volwassenen in de jongste leeftijdsgroep vaker roken, roken ze het minst vaak meer dan een pakje per dag. Bijna een derde van de rokers uit de leeftijdsgroep 50-64 jaar rookt een pakje sigaretten per dag of meer. Voor het opleidingsniveau geldt dat lager opgeleiden vaker roken en vaker hebben gerookt. Ook rookt deze groep vaker een pakje of meer per dag.

#### 7.1.5. Vergelijking

In 2012 rookte 26% van de Nederlanders tussen de 19 en 65 jaar, dat is iets meer dan in Drenthe (23%). Het percentage zware rokers (meer dan een pakje per dag) in de Nederlandse bevolking was 5% (Gezondheidsmonitor 2012). Wanneer het percentage zware rokers in Drenthe ook wordt berekend op basis van alle volwassenen, blijkt dat 4% van de Drenten een zware roker is.

#### 7.1.6. Trends

Het percentage rokers onder de Drentse volwassenen is ten opzichte van 2009 gedaald van 28% naar 23%. Het aantal volwassenen dat nooit heeft gerookt is gestegen van 40% naar 44%. In tegenstelling tot 2009 (toen het percentage rokers ten opzichte van 2003 alleen daalde onder vrouwen) is nu de daling in rookgedrag zowel bij mannen als bij vrouwen zichtbaar. Van de mannen rookte in 2009 32% (2013: 27%), bij vrouwen was dat in 2009 24% (2013: 19%). Het aantal volwassenen dat een pakje sigaretten per dag of meer rookt is ten opzichte van 2009 aanzienlijk gestegen. In 2009 was dit 10% van de rokende volwassenen, in 2013 verdubbelde dit percentage naar 22%.

## 7.2. Alcohol

Anders dan bij roken is de schade die alcohol toebrengt aan de gezondheid minder zichtbaar in de gezondheids- en sterftcijfers. Bovendien heeft matig gebruik van alcohol niet per se een ongunstig effect op de gezondheid. Excessief alcoholgebruik is niet alleen schadelijk voor de drinker, maar kan ook schade opleveren aan de omgeving: te veel drinken kan leiden tot agressief gedrag, vandalisme en criminaliteit en brengt risico's mee bij deelname aan het verkeer.

### 7.2.1. Belangrijkste uitkomsten

De overgrote meerderheid van de volwassenen geeft aan wel eens alcohol te drinken (86%). Van de volwassenen die doordeweeks alcohol drinken (61%), drinkt het merendeel gemiddeld 1 of 2 glazen per keer (77%). Bijna alle volwassenen die alcohol drinken, doen dit (ook) in het weekend: slechts 3% van de volwassenen drinkt niet in het weekend. Ruim een vijfde van de drinkende volwassenen drinkt in het weekend elke dag. In vergelijking met het doordeweekse drinkpatroon wordt er in het weekend aanzienlijk meer per dag gedronken: 21% van de volwassenen drinkt gemiddeld op een dag in het weekend 5 glazen of meer. Acht procent van de vrouwen drinkt 1 keer per week of vaker 4 glazen of meer op één dag. Het percentage mannen dat één keer per week of vaker meer dan 6 glazen per dag drinkt is 19%. Op basis van de Garretsen-alcoholschaal kan 52% van de volwassenen worden geclassificeerd als lichte drinker, 24% is een matige drinker en 10% is een (zeer) excessieve drinker.

### 7.2.2. Meting van alcohol

Om het alcoholgebruik te kunnen meten wordt een aantal vragen gesteld over het alcoholgebruik gedurende het afgelopen jaar, de frequentie en hoeveelheid van gebruik op doordeweekse en weekenddagen en de frequentie van consumptie van grotere hoeveelheden gedurende de laatste 6 maanden. Op grond van de eerste vraag over alcohol ('Wilt u aangeven welke soorten alcoholhoudende drank u in de afgelopen 12 maanden wel eens heeft gedronken?') worden de respondenten ingedeeld als 'alcoholgebruiker' of 'niet alcoholgebruiker'. Volwassenen die aangeven geen alcohol te hebben gedronken, hoefden de vervolgvragen over alcoholgebruik niet in te vullen. Op basis van de gegevens over de frequentie en hoeveelheid van alcoholgebruik is een indeling gemaakt naar niet-drinkers, lichte, matige, excessieve en zeer excessieve-drinkers, gebruik makend van de schaal van Garretsen zoals toegepast en herberekend in de Longitudinal Aging Study Amsterdam. De indeling die hierbij wordt gehanteerd is opgenomen in bijlage 2.

### 7.2.3. Resultaten in detail

**Tabel 7.3 Drinken van alcohol**

		Alcoholgebruik		
		Drinkt alcohol	Drinkt niet meer	Nooit gedronken
		%	%	%
Totaal		86	5	8
Geslacht*	Man	92	4	5
	Vrouw	81	7	12
Leeftijd*	19 - 34 jaar	89	4	6
	35 - 49 jaar	86	6	8
	50 - 64 jaar	85	6	9
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	81	9	11
	HAVO, VWO, MBO	88	4	8
	HBO, WO	90	3	6

\* significant verschil

**Tabel 7.4 Aantal dagen dat men doordeweeks (maandag-donderdag) alcohol drinkt (alleen volwassenen die alcohol dronken)**

		Aantal dagen alcohol door de week					
		Drinkt niet doordeweeks	Minder dan 1 dag	1 dag	2 dagen	3 dagen	4 dagen
		%	%	%	%	%	%
Totaal		41	19	13	9	6	12
Geslacht*	Man	33	21	14	11	7	14
	Vrouw	50	17	10	7	6	10
Leeftijd*	19 - 34 jaar	52	23	12	6	2	4
	35 - 49 jaar	43	20	13	9	6	10
	50 - 64 jaar	31	16	12	11	10	20
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	45	13	12	8	6	16
	HAVO, VWO, MBO	43	21	13	8	6	10
	HBO, WO	34	23	13	11	7	12

\* significant verschil



**Tabel 7.5 Aantal glazen dat men per dag op doordeweekse dagen drinkt (alleen volwassenen die doordeweeks alcohol dronken)**

		Aantal glazen op doordeweekse dagen			
		1	2	3 of 4	5 of meer
		%	%	%	%
Totaal		39	38	17	6
Geslacht*	Man	29	39	23	9
	Vrouw	54	36	8	1
Leeftijd*	19 - 34 jaar	37	36	17	11
	35 - 49 jaar	42	37	15	6
	50 - 64 jaar	37	41	19	4
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	32	36	23	9
	HAVO, VWO, MBO	38	38	17	8
	HBO, WO	46	41	11	2

\* significant verschil

**Tabel 7.6 Aantal dagen dat men in het weekend (vrijdag-zondag) alcohol drinkt (alleen volwassenen die alcohol dronken)**

		Aantal dagen alcohol weekend				
		Drinkt niet in weekend	Minder dan 1 dag	1 dag	2 dagen	3 dagen
		%	%	%	%	%
Totaal		3	24	22	29	22
Geslacht*	Man	2	19	21	33	26
	Vrouw	4	31	23	24	17
Leeftijd*	19 - 34 jaar	3	27	30	29	10
	35 - 49 jaar	3	28	23	27	19
	50 - 64 jaar	2	19	14	31	34
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	3	26	17	31	23
	HAVO, VWO, MBO	4	24	24	29	19
	HBO, WO	2	23	23	27	25

\* significant verschil

**Tabel 7.7 Aantal glazen dat men per dag in het weekend drinkt (alleen volwassenen die in het weekend alcohol dronken)**

		Aantal glazen in weekend			
		1	2	3 of 4	5 of meer
		%	%	%	%
Totaal		18	32	28	21
Geslacht*	Man	11	25	31	33
	Vrouw	27	41	24	8
Leeftijd*	19 - 34 jaar	14	23	26	38
	35 - 49 jaar	20	36	27	17
	50 - 64 jaar	21	36	29	14
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	17	30	26	27
	HAVO, VWO, MBO	17	30	28	24
	HBO, WO	22	37	28	12

\* significant verschil

**Tabel 7.8 Aantal keren dat men 4 of meer glazen alcohol per keer dronk (alleen VROUWEN die alcohol dronken)**

		4 glazen of meer per dag gedronken			
		1 keer per wk. of vaker	1 keer per mnd. of vaker	Minder dan 1 keer per mnd.	Nooit
		%	%	%	%
Totaal		8	9	34	49
Leeftijd*	19 - 34 jaar	11	11	45	33
	35 - 49 jaar	5	9	34	52
	50 - 64 jaar	9	7	26	59
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	10	11	25	53
	HAVO, VWO, MBO	7	10	39	44
	HBO, WO	6	6	34	53

\* significant verschil

**Tabel 7.9 Aantal keren dat men 6 of meer glazen alcohol per keer dronk (alleen MANNEN die alcohol dronken)**

	6 glazen of meer per dag gedronken				
	1 keer per wk. of vaker	1 keer per mnd. of vaker	Minder dan 1 keer per mnd.	Nooit	
	%	%	%	%	
Totaal	19	14	31	36	
Leeftijd*	19 - 34 jaar	28	19	33	19
	35 - 49 jaar	17	16	29	38
	50 - 64 jaar	14	8	31	47
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	24	13	28	35
	HAVO, VWO, MBO	20	16	31	33
	HBO, WO	10	11	34	44

\* significant verschil

**Tabel 7.10 Mate van alcoholgebruik (alcoholschaal van Garretsen)**

	Alcoholschaal					
	Niet-drinker	Lichte drinker	Matige drinker	Excessieve drinker	Zeer excessieve drinker	
	%	%	%	%	%	
Totaal	14	52	24	9	1	
Geslacht*	Man	9	43*	29	16	2
	Vrouw	19	61	18	2	0
Leeftijd*	19 - 34 jaar	11	53	20	14	1
	35 - 49 jaar	15	57	19	9	1
	50 - 64 jaar	15	45	31	7	2
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	20	45	21	12	2
	HAVO, VWO, MBO	12	54	23	10	1
	HBO, WO	10	57	27	5	0

\* significant verschil

#### 7.2.4. Patronen en relaties

Mannen drinken vaker dan vrouwen alcohol, zowel op doordeweekse dagen als in het weekend. Ook drinken ze, zowel doordeweeks als in het weekend, meer glazen dan vrouwen. Mannen zijn bovendien vaker dan vrouwen een matige of excessieve drinker.

Binnen de leeftijdscategorieën zijn er verschillen tussen de jongere en oudere volwassenen. Er zijn in de jongste leeftijdsgroep meer alcoholdrinkers. De oudere volwassenen drinken vaker doordeweeks en met een hogere frequentie. Daar staat tegenover dat per keer, de jongere volwassenen meer glazen drinken. Hetzelfde geldt voor drinken in het weekend: met de leeftijd stijgt het aantal dagen dat in het weekend wordt gedronken, maar de jongste groep drinkt per keer een grotere hoeveelheid alcohol. Zo is het percentage 19-34 jarigen dat 5 of meer glazen per keer drinkt in het weekend 38%, terwijl dat 14% is in de groep 50-64 jaar. Volwassenen in de leeftijdscategorie 19-34 jaar zijn dan ook vaker excessieve drinkers. Zowel bij mannen als vrouwen is het percentage dat op één dag grote hoeveelheden alcohol drinkt hoger in de jongste leeftijdscategorie.

Het percentage drinkers stijgt met het opleidingsniveau. Hoger opgeleiden drinken vaker door-de-weeks, maar dan vaker slechts een enkele dag per week. De hoeveelheid alcohol die per keer wordt gedronken is hoger onder lager opgeleiden, zowel doordeweeks als in het weekend. Bovendien komt het bij de lager opgeleiden vaker voor dat men op één dag grote hoeveelheden alcohol drinkt. Op de alcoholschaal van Garretsen zijn de hoogste percentages zowel bij de niet-drinkers en de lichte drinkers als ook bij de excessieve drinkers voor de groep laagopgeleiden.

### 7.2.5. Vergelijking

Net als in Drenthe, drinkt het merendeel (84%) van de Nederlandse volwassenen alcohol. Het aantal zware drinkers wordt bepaald volgens de volgende definitie: "personen in de bevolking die minstens 1 keer per week 6 of meer (voor mannen) of 4 of meer (voor vrouwen) glazen alcohol op één dag drinken". Landelijk gezien valt 12% van de volwassenen in de categorie zware drinker, in Drenthe is dit 11%.

### 7.2.6. Trends

Vergeleken met 2009 zijn veel van de resultaten over het drinken van alcohol ongeveer gelijk gebleven. Het percentage volwassenen dat op doordeweekse dagen 5 of meer glazen per dag drinkt daalde licht van 9% naar 6%. Het aantal volwassenen dat op 2 van de 3 dagen in het weekend drinkt steeg van 25% naar 29%. Ook daalde het aantal volwassenen dat in het weekend per dag 5 glazen of meer drinkt, van 24% in 2009 naar 21% in 2013. In 2009 waren de vragen over het aantal glazen dat wordt gedronken op een andere manier geformuleerd. Daarom is de berekening van de alcoholschaal van Garretsen aangepast en zijn de resultaten mogelijk niet helemaal vergelijkbaar. Wanneer de percentages van de alcoholschaal van Garretsen toch naast elkaar worden gelegd, blijkt dat er een toename is van lichte drinkers (2009: 48%, 2013: 52%), maar een afname van zeer excessieve drinkers (2009: 3%, 2013: 1%).

## 7.3. Drugsgebruik

Het gebruik van drugs is schadelijk voor de gezondheid. Bovendien is onder drugsgebruikers vaak sprake van clustering van risicogedrag, waarbij naast het gebruik van drugs ook alcohol wordt gedronken en/of wordt gerookt.

### 7.3.1. Belangrijkste uitkomsten

Volwassenen die ooit in het leven cannabis hebben gebruikt, vormen 18% van de populatie. Een klein deel van de volwassenen (4%) heeft het afgelopen jaar cannabis gebruikt. Het gebruik van harddrugs (over het gehele leven) varieert van 1% voor GHB en LSD tot 4% voor XTC.

### 7.3.2. Meting van drugsgebruik

De invullers van de vragenlijst konden voor cannabis en zes verschillende type harddrugs aangeven of ze die in de afgelopen 4 weken, het afgelopen jaar, langer dan een jaar geleden of nooit hadden gebruikt.

### 7.3.3. Resultaten in detail

**Tabel 7.11 Gebruik van cannabis**

	Cannabis (hasj, marihuana of wiet)			
	Ja, in de afg. 4 wkn.	Ja, in de afg. 12 mnd. maar niet in afg. 4 wkn.	Ja, langer dan 12 mnd. geleden	Nee, nooit gebruikt
	%	%	%	%
Totaal	2	2	14	82
Geslacht*				
Man	3	2	17	78
Vrouw	1	1	12	86
Leeftijd*				
19 - 34 jaar	4	5	24	67
35 - 49 jaar	1	1	15	83
50 - 64 jaar	1	0	7	92
Opleiding*				
LO, MAVO, LBO	2	2	8	88
HAVO, VWO, MBO	2	2	16	80
HBO, WO	1	1	19	80

\* significant verschil

**Tabel 7.12 Gebruik van harddrugs (hele leven)**

	Ja	Nee
	%	%
Amfetamine (pep, speed, e.d.)	3	97
XTC (ecstasy, MDMA)	4	96
GHB	1	99
LSD	1	99
Hallucinogene paddenstoeltjes (paddo's of magic mushrooms)	3	97
Cocaïne (ook crack / gekookte coke / Freebase)	3	97

### 7.3.4. Patronen en relaties

Mannen hebben vaker cannabis gebruikt dan vrouwen, zowel in het hele leven, als ook in het afgelopen jaar. Het gebruik van cannabis neemt af met de leeftijd. De oudere generatie heeft minder vaak cannabis gebruikt en de recente gebruikers van cannabis zijn vooral te vinden in de groep 19-34 jaar. Het percentage volwassenen dat nooit cannabis heeft gebruikt is het hoogst in de groep laagopgeleiden. Tegelijkertijd zitten in deze groep ook meer volwassenen die recentelijk cannabis hebben gebruikt.

### 7.3.5. Vergelijking

Landelijke cijfers over het drugsgebruik komen uit de Nationale Drug Monitor van het Trimbos – instituut (2013). Het gebruik van cannabis is in 2009 gemeten onder Nederlanders van 15 tot 64 jaar. Dit heeft als gevolg dat de landelijke cijfers wat hoger uitpakken dan de Drentse cijfers, omdat juist op jonge leeftijd er meer cannabis wordt gebruikt. Zo stelt het Trimbos-instituut zelf dat recent gebruik in de leeftijdsgroep 15-24 jaar bijna twee keer hoger is dan bij 25-44 jarigen en achter keer hoger dan mensen van 45-64 jaar oud. In 2009 had 26% ooit cannabis gebruikt, 7% in het afgelopen jaar en 4% in de afgelopen maand.

Het ooit gebruikt hebben van cocaïne door mensen van 15 tot 65 jaar was in 2009 5%, iets hoger dan in Drenthe. Echter, er is een verschil tussen gebruik in stedelijke en landelijke gebieden: in zeer stedelijke gebieden had 9% van de bevolking ooit gebruikt, in landelijke gebieden was dat 4%. Dit komt meer overeen met het percentage gebruikers in Drenthe.

Ook voor XTC geldt dat er een verschil is in gebruik tussen landelijke en stedelijke gebieden. Over heel Nederland gezien had in 2009 6% ooit XTC gebruikt, 10% van de inwoners in zeer stedelijke gebieden en 4% in de weinig en niet stedelijke gebieden.

Drie procent van de Nederlanders tussen de 15 en 65 jaar had in 2009 ooit eens amfetaminen gebruikt en 1% had ooit GHB gebruikt.

### 7.3.6. Trends

In vergelijking met 2009 zijn er weinig veranderingen in het drugsgebruik onder volwassenen. Het aantal volwassenen dat ooit cannabis heeft gebruikt steeg licht van 15% naar 18%. De percentages bij de harddrugs veranderden niet of nauwelijks ten opzichte van 2009.

## 8 Eenzaamheid

Uit onderzoek van de Vrije Universiteit (Van Tilburg en De Jong Gierveld, 2007) blijkt dat ongeveer een derde van de Nederlanders zich eenzaam voelt. Eenzaamheid kan voorkomen bij ingrijpende veranderingen, zoals verhuizen naar een andere plaats, of na het verbreken van een relatie.

### 8.1. Eenzaamheid

Eenzaamheid wordt wel omschreven als het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan bepaalde sociale relaties of aan de kwaliteit daarvan. Een andere definitie van eenzaamheid is dat er sprake is van een verschil tussen de gewenste (kwaliteit van) sociale relaties en de daadwerkelijk gerealiseerde sociale relaties.

#### 8.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Meer dan de helft van de volwassenen (61%) voelt zich niet eenzaam, 31% van de volwassenen is matig eenzaam en 8% van de volwassenen is ernstig tot zeer ernstig eenzaam te noemen. Eenzaamheid als kwalitatief probleem (emotionele eenzaamheid; het gevoel iemand te missen om mee te delen) komt bij 13% van de volwassenen voor. Sociale eenzaamheid komt vaker voor: ruim een kwart van de volwassenen (27%) heeft het gevoel weinig relaties te hebben (sociale eenzaamheid als kwantitatief aspect van eenzaamheid).

#### 8.1.2. Meting van eenzaamheid

In de vragenlijst wordt aansluiting gezocht bij een onderscheid tussen sociale en emotionele eenzaamheid dat al in 1973 werd gemaakt (Weiss, 1973). Bij *sociale eenzaamheid* hebben mensen het gevoel dat ze te weinig sociale relaties hebben. Dit is een kwantitatief probleem. *Emotionele eenzaamheid* duidt op een kwalitatief probleem, namelijk het gevoel iemand te missen met wie je intieme zaken of momenten kan delen. Vaak gaat het hier om een liefdesrelatie, maar dat is niet altijd het geval. Aan de hand van elf vragen worden deze twee aspecten van eenzaamheid gemeten. Deze elf vragen vormen samen de eenzaamheidsschaal, een veel gebruikt instrument om de mate van eenzaamheid in kaart te brengen. Antwoord moet bijvoorbeeld gegeven worden op de vraag in hoeverre de respondent een leegte om zich heen ervaart of mensen mist bij wie hij of zij met dagelijkse problemen terecht kan. Het woord *eenzaamheid* komt overigens niet voor in de vragen. Behalve een indicatie van de mate van eenzaamheid van volwassenen worden ook scores berekend op de subschalen emotionele en sociale eenzaamheid. Het is daarbij goed om op te merken dat volwassenen die vallen in de categorie 'matig eenzaam' vaak naar voren komen als 'emotioneel eenzaam' of 'sociaal eenzaam'.

### 8.1.3. Resultaten in detail

**Tabel 8.1 Indicatie voor eenzaamheid (eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld)**

		Indicatie voor eenzaamheid			
		Niet %	Matig %	Ernstig %	Zeer ernstig %
Totaal		61	31	5	3
Geslacht*	Man	58	33	5	3
	Vrouw	64	28	5	3
Leeftijd*	19 - 34 jaar	66	28	4	2
	35 - 49 jaar	60	32	5	3
	50 - 64 jaar	60	30	6	4
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	55	34	7	5
	HAVO, VWO, MBO	60	32	4	3
	HBO, WO	70	25	4	2

\* significant verschil

**Tabel 8.2 Indicatie voor emotionele eenzaamheid**

		Indicatie voor emotionele eenzaamheid	
		Emotioneel eenzaam %	Niet emotioneel eenzaam %
Totaal		13	87
Geslacht	Man	12	88
	Vrouw	13	87
Leeftijd	19 - 34 jaar	12	88
	35 - 49 jaar	12	88
	50 - 64 jaar	13	87
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	17	83
	HAVO, VWO, MBO	12	88
	HBO, WO	9	91

\* significant verschil



**Tabel 8.3 Indicatie voor sociale eenzaamheid**

		Indicatie voor sociale eenzaamheid	
		Sociaal eenzaam	Niet sociaal eenzaam
		%	%
Totaal		27	73
Geslacht*	Man	31	69
	Vrouw	24	76
Leeftijd*	19 - 34 jaar	19	81
	35 - 49 jaar	29	71
	50 - 64 jaar	31	69
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	35	65
	HAVO, VWO, MBO	27	73
	HBO, WO	19	81

\* significant verschil

#### 8.1.4. Patronen en relaties

Vrouwen zijn vaker matig eenzaam dan mannen. Volwassenen tussen de 19 en 34 jaar zijn het minst vaak eenzaam. Het percentage matig eenzame volwassenen is het hoogst in de groep 35-49 jaar. Laagopgeleiden zijn vaker eenzaam, zowel matig als ernstig en zeer ernstig. Deze groep is bovendien ook vaker emotioneel eenzaam. Bij de sociale eenzaamheid zijn er behalve verschillen tussen de opleidingsniveaus (lager opgeleiden zijn vaker sociaal eenzaam) ook verschillen tussen mannen en vrouwen en tussen de leeftijdsgroepen. Mannen zijn vaker sociaal eenzaam en naarmate volwassenen ouder zijn, zijn ze vaker sociaal eenzaam.

#### 8.1.5. Vergelijking

Landelijke cijfers over eenzaamheid zijn afkomstig uit de Gezondheidsmonitor 2012. Hieruit blijkt dat 39% van de volwassenen van 19 jaar of ouder eenzaam was, en 8% van de volwassen bevolking was (zeer) ernstig eenzaam. Deze landelijke cijfers zijn niet anders dan in Drenthe.

Voor het onderscheiden van emotionele eenzaamheid en sociale eenzaamheid zijn in de Gezondheidsmonitor andere normen gebruikt. Het percentage emotioneel eenzame volwassenen is 27%, 40% is sociaal eenzaam. Wanneer dezelfde normen ook worden toegepast op de gegevens uit ons onderzoek vinden we dezelfde percentages emotioneel eenzame volwassenen en sociaal eenzamen.

#### 8.1.6. Trends

In 2009 kon voor 64% van de volwassenen worden gesteld dat er geen indicatie was voor eenzaamheid, in 2013 was dit 61%. Het aantal emotioneel eenzame volwassenen steeg ten opzichte van 2009 van 11% naar 13%. Voor sociale eenzaamheid was er geen verschil ten opzichte van 2009.



## 9 Vrijwilligerswerk

Vrijwilligerswerk is werk dat onbetaald in georganiseerd verband wordt uitgevoerd. Het is een vorm van participatie in de maatschappij waarbij het accent ligt op het helpen van anderen. Bekende domeinen waarin vrijwilligerswerk wordt uitgevoerd zijn sportverenigingen, religieuze instellingen en de lokale politiek. Uit onderzoek is gebleken dat het doen van vrijwilligerswerk een gunstig effect heeft op vooral de psychische gezondheid van mensen. Zo lijkt er bewijs te zijn dat mensen die vrijwilligerswerk doen langer leven. Ook zijn mensen die vrijwilligerswerk doen minder vaak depressief en rapporteren ze een hogere mate van welbevinden (Jenkinson et al., 2013).

### 9.1. Vrijwilligerswerk

#### 9.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Bijna een derde van alle volwassenen (31%) doet vrijwilligerswerk. De tijdsinvestering per week wisselt sterk: 36% van de volwassenen besteedt 1 uur per week of minder aan het vrijwilligerswerk, 45% 2-4 uur per week, 14% 5-10 uur per week en 4% van de volwassenen is 11 uur per week of meer als vrijwilliger actief.

#### 9.1.2. Meting van vrijwilligerswerk

Aan de volwassenen is gevraagd of ze vrijwilligerswerk doen en vervolgens is gevraagd of zij een indicatie wilden geven van het aantal uur per week dat ze gemiddeld besteden aan hun vrijwilligerswerk.

#### 9.1.3. Resultaten in detail

Tabel 9.1 Doen van vrijwilligerswerk

		Vrijwilligerswerk	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		31	69
Geslacht	Man	32	68
	Vrouw	30	70
Leeftijd*	19 - 34 jaar	25	75
	35 - 49 jaar	33	67
	50 - 64 jaar	33	67
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	23	77
	HAVO, VWO, MBO	32	68
	HBO, WO	39	61

\* significant verschil

**Tabel 9.2 Gemiddeld aantal uur dat per week aan vrijwilligerswerk wordt besteed (alleen volwassenen die vrijwilligerswerk deden)**

		Aantal uur vrijwilligerswerk per week			
		1 uur p.w. of minder	2-4 uur p.w.	5-10 uur p.w.	11 uur of meer p.w.
		%	%	%	%
Totaal		36	45	14	4
Geslacht	Man	35	45	14	6
	Vrouw	37	46	14	2
Leeftijd*	19 - 34 jaar	46	39	13	2
	35 - 49 jaar	40	47	11	3
	50 - 64 jaar	27	48	19	6
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	28	46	22	4
	HAVO, VWO, MBO	37	46	13	4
	HBO, WO	40	45	12	3

\* significant verschil

#### 9.1.4. Patronen en relaties

Er is geen verschil tussen het percentage mannen en vrouwen dat vrijwilligerswerk doet, en ook het aantal uur dat zij in vrijwilligerswerk investeren is vergelijkbaar. Een kwart van de volwassenen in de leeftijdsgroep 19-34 doet vrijwilligerswerk, dat is minder dan de volwassenen in de andere twee leeftijdscategorieën (beide 33%). Naarmate volwassenen ouder zijn besteden ze ook meer uren per week aan het vrijwilligerswerk. Volwassenen met een HBO of WO opleiding doen het vaakst vrijwilligerswerk.

## 10 Huiselijk geweld

Onder huiselijk geweld valt Nederland een aantal verschillende uitingsvormen (fysiek, verbaal, geestelijk en seksueel geweld) waarbij de dader iemand uit de huiselijke kring is.

### 10.1. Huiselijk geweld

#### 10.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Zeven procent van de volwassenen geeft aan ooit slachtoffer te zijn geweest van huiselijk geweld. Vaak gaat het om psychisch of emotioneel geweld (74%) of lichamelijk geweld (54%). Ongewenste seksuele toenadering en seksueel misbruik worden allebei door 20% van de slachtoffers genoemd. Als dader worden de ex-partner (34%) en ouders/stiefouders (34%) het vaakst genoemd. Maar ook de huidige partner (12%) en broers/zussen (15%) zijn verantwoordelijk voor de mishandeling. Het geweld heeft veelal langer dan 5 jaar geleden plaatsgevonden (73%), 10% van de volwassenen werd in het afgelopen jaar mishandeld.

#### 10.1.2. Meting van huiselijk geweld

In de vragenlijst is nagevraagd of men ooit slachtoffer is geweest van huiselijk geweld. Vervolgens kon men aangeven om welke vorm(en) van geweld het ging, wie de dader was en hoelang geleden het geweld heeft plaatsgevonden.

Wegens de gevoeligheid van het onderwerp, kan er sprake zijn van een onderschatting van het aantal volwassenen dat slachtoffer is geweest van huiselijk geweld.

#### 10.1.3. Resultaten in detail

Tabel 10.1 Slachtoffer van huiselijk geweld (hele leven)

		Ooit slachtoffer geweest van huiselijk geweld	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		7	93
Geslacht*	Man	3	97
	Vrouw	11	89
Leeftijd	19 - 34 jaar	8	92
	35 - 49 jaar	7	93
	50 - 64 jaar	7	93
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	6	94
	HAVO, VWO, MBO	8	92
	HBO, WO	7	93

\* significant verschil

**Tabel 10.2 Vorm van huiselijk geweld (alleen volwassenen die ooit slachtoffer zijn geweest)**

	Ja	Nee
	%	%
Psychisch of emotioneel geweld	74	26
Lichamelijk geweld	54	46
Ongewenste seksuele toenadering	20	80
Seksueel misbruik	20	80

**Tabel 10.3 Dader van huiselijk geweld (alleen volwassenen die ooit slachtoffer zijn geweest)**

	Ja	Nee
	%	%
Partner	12	88
Ex-partner	34	66
(Stief)kind	3	97
(Stief)ouder(s)	34	66
(Stief)broer(s)/zus(sen)	15	85
Ander familielid	10	90
Huisvriend	2	98
Andere dader	13	87

**Tabel 10.4 Hoelang is het geleden (alleen volwassenen die ooit slachtoffer zijn geweest)**

	%
Hoelang geleden	
1 jaar geleden of korter	10
Tussen 1 en 5 jaar geleden	17
Langer dan 5 jaar geleden	73

#### 10.1.4. Patronen en relaties

Vrouwen zijn vaker slachtoffer van huiselijk geweld dan mannen. Volwassenen met een opleiding op HAVO, VWO of MBO niveau geven vaker dan volwassenen met een ander opleidingsniveau aan dat ze slachtoffer zijn (geweest) van huiselijk geweld.

#### 10.1.5. Trends

In 2013 gaf 7% van de volwassenen aan ooit slachtoffer te zijn geweest van huiselijk geweld. Dit is min of meer gelijk aan het percentage in 2009 (6%).

## 10.2. Bekendheid met het steunpunt huiselijk geweld

Het steunpunt huiselijk geweld is er voor iedereen die direct of indirect te maken heeft met huiselijk geweld en daarvoor steun of advies zoekt. In Drenthe is het steunpunt huiselijk geweld ondergebracht bij GGD Drenthe.

### 10.2.1. Belangrijkste uitkomsten

De helft van de volwassenen is bekend met het steunpunt huiselijk geweld.

### 10.2.2. Meting van bekendheid met het steunpunt huiselijk geweld

Aan alle volwassenen is gevraagd of zij bekend zijn met het steunpunt huiselijk geweld.

### 10.2.3. Resultaten in detail

Tabel 10.5 Bekendheid met steunpunt huiselijk geweld

		Bekend met steunpunt huiselijk geweld	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		51	49
Geslacht*	Man	47	53
	Vrouw	54	46
Leeftijd*	19 - 34 jaar	54	46
	35 - 49 jaar	53	47
	50 - 64 jaar	46	54
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	35	65
	HAVO, VWO, MBO	53	47
	HBO, WO	64	36

\* significant verschil

### 10.2.4. Patronen en relaties

Vrouwen, volwassenen tussen de 19 en 49 jaar en hoger opgeleiden zijn vaker bekend met het steunpunt huiselijk geweld.

### 10.2.5. Trends

Het steunpunt huiselijk geweld is sinds 2009 bij de Drentse volwassenen bekender geworden. In 2009 kende 40% het steunpunt, in 2013 is dit gestegen naar 51%.





## 11 Geluids- en geurhinder

Hinder uit de omgeving van de woning kan op verschillende manieren van invloed zijn op de gezondheid. Zo kan geluidsoverlast leiden tot welzijnsproblemen als hinder en slaapverstoring en fysieke klachten als hart- en vaatziekten (Van Kempen, 2014). Ook van stankoverlast (geurhinder) is bekend dat het een effect kan hebben op de gezondheid. Er kan zowel sprake zijn van psychosomatische klachten (bijv. hinder en stress gerelateerde klachten) als somatische klachten (bijv. geïrriteerde luchtwegen en misselijkheid) (Fast, Van den Hazel en Van de Weert, 2012).

### 11.1. Geluidshinder

Onder geluidshinder wordt verstaan het vaak of soms last hebben van geluid van wegverkeer (auto's, brommers, motoren), railverkeer (treinen, trams, metro's), vliegtuigen, burens, industrie en andere bedrijven en geluid van laden/lossen en spelende kinderen.

#### 11.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Geluid van wegverkeer wordt door 57% van de respondenten in huis gehoord, het merendeel daarvan ervaart echter geen of weinig hinder van dit geluid. Eén procent van de respondenten ervaart ernstige hinder ten gevolge van wegverkeer. Trein- en vliegverkeer wordt door respectievelijk 15% en 19% van de volwassenen in huis gehoord, maar ook dat levert bij weinig mensen hinder op. Tien procent van de respondenten hoort thuis geluid van bedrijven of industrie, 3% van de Drentse volwassenen ervaart hiervan hinder. Geluidshinder van windturbines wordt door 1% van de bevolking gerapporteerd.

#### 11.1.2. Meting van geluidshinder

Voor vijf verschillende bronnen kon men aangeven of deze in huis hoorbaar waren. Wanneer het geluid thuis hoorbaar was, kon men vervolgens aangeven in welke mate men hinder van het geluid ervoer.

#### 11.1.3. Resultaten in detail

Tabel 11.1 Geluidshinder in de eigen woning

	Thuis niet hoorbaar	Weinig of geen hinder	Hinder	Ernstige hinder
	%	%	%	%
Wegverkeer	43	41	15	1
Treinverkeer	85	12	3	0
Vliegverkeer	81	16	3	0
Bedrijven / industrie	90	7	3	0
Windturbines	97	2	1	0

#### 11.1.4. Vergelijking

In 2011 is onder de Nederlandse bevolking onderzoek gedaan naar de beleving van milieuhinder. Respondenten konden aangeven of men in de woonomgeving wel/soms/nooit last had van verschillende bronnen. Voor het vaststellen van het aantal volwassenen van 18 jaar en ouder met hinder zijn de antwoordcategorieën 'ja' en 'soms' samengenomen. Uit dit onderzoek bleek dat 14% van de volwassenen last had van vliegverkeer, 7% van railverkeer, 30% van wegverkeer en 3% van industrie (CBS StatLine, 2014).

## 11.2. Geurhinder

Overmatige belasting van geur wordt vaak omschreven als stank en kan leiden tot hinder. Geurhinder is een belangrijke hinderfactor in de leefomgeving. De landbouw, industrie en verkeer zijn belangrijke bronnen voor geurhinder.

### 11.2.1. Belangrijkste uitkomsten

Geurhinder van allesbranders en open haarden wordt het vaakst gemeld: 44% van de volwassenen geeft aan dat dit in huis te ruiken is. Bovendien geeft 3% aan dat ze ernstige hinder hiervan ondervinden en 11% ervaart hinder. Ook geurhinder van landbouw en veeteelt en van het uitrijden van mest wordt vaak genoemd als bronnen die men in huis kan ruiken en waar respectievelijk 8% en 10% (ernstige) hinder van ondervindt.

### 11.2.2. Meting van geurhinder

Acht bronnen voor mogelijk geurhinder werden voorgelegd, met een tweeledige vraag: 'Is deze bron in huis te ruiken' en 'In welke mate ervaart u geurhinder van betreffende bron'.

### 11.2.3. Resultaten in detail

Tabel 11.2 Geurhinder in de eigen woning

	Thuis niet te ruiken	Weinig of geen hinder	Hinder	Ernstige hinder
	%	%	%	%
Riolering / zuivering	92	3	4	1
Open haard / allesbrander	56	30	11	3
Landbouw en veeteelt	63	29	7	1
Andere bedrijven / industrie	93	4	2	1
Stallen	86	10	3	0
Mest uitrijden	64	26	9	1
Opslag / productie veevoer	94	5	1	0
Vergister	98	2	1	0

### 11.2.4. Vergelijking

In het onderzoek over milieuhinder is ook gevraagd naar geurhinder. Van de Nederlandse bevolking van 18 jaar en ouder had in 2011 5% last van industrie, 9% van landbouw en 10% van open haarden en/of allesbranders (CBS StatLine, 2014).

## 12 Rondkomen en bezuinigingen

Financiële zorgen kunnen een effect hebben op met name de psychische gezondheid. Ook bestaat er een relatie tussen het inkomen van mensen en hun gezondheid, waarbij mensen met een lager inkomen vaker ongezond zijn.

### 12.1. Rondkomen

De recessie kan van invloed zijn op inkomen van mensen, bijvoorbeeld door het verlies van werk. Door een vermindering van het inkomen kan een situatie ontstaan waarbij mensen moeite hebben om rond te komen.

#### 12.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Tweeënveertig procent van de volwassenen gaf aan geen enkele moeite te hebben om rond te komen. Een derde van de volwassenen had het afgelopen jaar geen moeite om rond te komen, maar gaf aan wel te moeten opletten met de uitgaven, 19% gaf aan wel degelijk enige moeite te hebben gehad met rondkomen en 6% had zelfs grote moeite om rond te komen.

#### 12.1.2. Meting van rondkomen

Aan de volwassenen is gevraagd om aan te geven of en in welke mate men de afgelopen 12 maanden moeite had om rond te komen van het inkomen van het huishouden.

#### 12.1.3. Resultaten in detail

Tabel 12.1 Moeite om rond te komen van het inkomen van het huishouden

		Moeite om rond te komen			
		Nee, geen enkele moeite	Nee, wel opletten	Ja, enige moeite	Ja, grote moeite
		%	%	%	%
Totaal		42	33	19	6
Geslacht*	Man	45	31	18	6
	Vrouw	40	35	20	6
Leeftijd*	19 - 34 jaar	46	31	18	6
	35 - 49 jaar	36	36	23	6
	50 - 64 jaar	47	32	16	5
Opleiding*	LO, MAVO, LBO	35	33	21	11
	HAVO, VWO, MBO	39	35	21	4
	HBO, WO	54	30	13	3

\* significant verschil

#### 12.1.4. Patronen en relaties

Vrouwen geven vaker dan mannen aan dat ze met hun uitgaven moeten opletten of dat ze enige moeite hebben om rond te komen van het inkomen. Vooral de volwassenen in de leeftijdscategorie 35-49 jaar geven aan dat ze moeten opletten of enige moeite hebben om rond te komen. Er bestaan duidelijke verschillen tussen de opleidingsgroepen. Zo geeft 11% van de volwassenen met een opleiding op LO, MAVO of LBO niveau aan grote moeite te hebben om rond te komen van het inkomen, bij volwassenen met een hogere opleiding is dit respectievelijk 3% en 4%.

## 12.2. Bezuinigingen

Wanneer men moeite heeft om rond te komen van de inkomsten, is bezuinigen vaak een eerste stap. Bezuinigen kan tijdelijk noodzakelijk zijn, maar ook een structureel karakter hebben.

### 12.2.1. Belangrijkste uitkomsten

Wanneer er bezuinigd moet worden, zijn vrije tijdsbesteding (65%), vakantie (60%), kleding (60%) en abonnementen (53%) de terreinen die het meest genoemd worden om op te besparen.

### 12.2.2. Meting van bezuinigingen

Wanneer men aangaf moeite te hebben met rondkomen of dat men wel op de uitgaven moest letten, is gevraagd of en waarop men bezuinigde.

### 12.2.3. Resultaten in detail

**Tabel 12.2** Terreinen waarop men heeft bezuinigd als gevolg van onvoldoende inkomen (alleen volwassenen die aangaven te letten op de uitgaven of moeite hadden met rondkomen)

	Ja	Nee
	%	%
Auto / vervoer	31	69
Vrije tijdsbesteding	65	35
Abonnementen	53	47
Huisvesting	16	84
Medische voorzieningen	7	93
Cadeautjes	29	71
Stookkosten	25	75
Telefoneren	27	73
Kleding	60	40
Voeding	19	81
Vakantie	60	40
Tandarts	11	89

## 13 Advies- en meldpunt OGGz

De Openbare Geestelijke Gezondheidszorg (OGGz) betreft zorg aan mensen die zelf niet in staat zijn om hulp in te schakelen terwijl ze die wel nodig hebben. Om zorgwekkende situaties, sociaal kwetsbare personen of gezinnen te vinden en te ondersteunen maken alle Drentse gemeenten gebruik van het centrale Advies- en meldpunt OGGz. Het meldpunt is ondergebracht bij GGD Drenthe. Iedereen die bezorgd is over de gezondheid van een ander, die een zorgwekkende situatie signaleert of die van mening is dat eventuele bestaande hulp onvoldoende is, kan bij dit meldpunt terecht met vragen, voor advies of het aanmelden van iemand.

### 13.1. Advies en meldpunt OGGz

#### 13.1.1. Belangrijkste uitkomsten

Zeventien procent van de volwassenen is bekend met het Advies- en meldpunt OGGz.

#### 13.1.2. Meting van bekendheid met meldpunt OGGz

In de vragenlijst is gevraagd of volwassenen bekend zijn met het meldpunt OGGz. Bij deze vraag is uitgelegd dat er met het meldpunt contact opgenomen kan worden als men zich zorgen maakt over iemand die zichzelf verwaarloost of wanneer men ernstige overlast van een persoon in de woonomgeving ondervindt.

#### 13.1.3. Resultaten in detail

Tabel 13.1 Bekendheid met het advies- en meldpunt OGGz

		Bekend met advies- en meldpunt OGGz	
		Ja	Nee
		%	%
Totaal		17	83
Geslacht*	Man	15	85
	Vrouw	20	80
Leeftijd*	19 - 34 jaar	15	85
	35 - 49 jaar	15	85
	50 - 64 jaar	20	80
Opleiding	LO, MAVO, LBO	16	84
	HAVO, VWO, MBO	17	83
	HBO, WO	18	82

\* significant verschil

#### 13.1.4. Patronen en relaties

Vrouwen zijn vaker dan mannen bekend met het bestaan van het Advies- en meldpunt OGGz. Volwassenen tussen de 50 en 64 jaar zijn vaker dan de jongere volwassenen op de hoogte van het bestaan van het Advies- en meldpunt OGGz.

#### 13.1.5. Trends

Ten opzichte van 2009 zijn er meer volwassenen die het Advies- en meldpunt OGGz kennen. Het percentage steeg van 11% naar 17%.



## 14 Geraadpleegde bronnen

### 14.1. Digitale databases

CBS StatLine (Centraal Bureau voor de Statistiek, <http://statline.cbs.nl>)

Gezondheidsmonitor 2012 (GGD'en, Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) en Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM))

### 14.2. Overige bronnen

Deeg D.J.H. (2009). *Wat is ervaren gezondheid en hoe wordt het gemeten?* Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.

Fast, T., Hazel, P.J. van den, en Weerdt, D.H.J. van de (2012). *Gezondheidseffectscreening. Gezondheid en milieu in ruimtelijke planvorming. Handboek voor een gezonde inrichting van de leefomgeving*. Utrecht: GGD Nederland.

Hoeymans N., Melse J.M., en Schoemaker C.G., red. (2010). *Gezondheid en determinanten. Deelrapport van de Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2010. Van gezond naar beter*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Huber, M., Vliet, M. van, Giezenberg, M., en Knottnerus, A. (2013). *Aanzet operationalisering gezondheidsconcept 'Health as the ability to adapt and to self manage' tot 'Positieve gezondheid' (factsheet)*. Driebergen: Louis Bolk Instituut.

Jenkinson, C.E., Dickens, A.P., Jones, K., Thompson-Coon J. Taylor, R.S. Rogers, M., Bambra, C.L. Lang, I., and Richards, S.H. (2013). *Is volunteering a public health intervention? A systematic review and meta-analysis of the health and survival of volunteers*. BMC Public Health, 13:773.

Kempen, E.E.M. van (2014). *Wat zijn de gezondheidsgevolgen van geluid?* Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.

Longitudinal Aging Study Amsterdam, geraadpleegd op 13 januari 2014 via <http://www.lasa-vu.nl/themes/physical/alcoholgebruik.html>

Tilburg T. van, en De Jong Gierveld J., red. (2007). *Zicht op eenzaamheid: Achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen: Van Gorcum.

Trimbos-instituut (2013). *Nationale Drug Monitor. Jaarbericht 2012*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Weiss R.S. (1973). *Loneliness. The Experience of Emotional and Social Isolation*. MA, USA: MIT Press Classics Series.





**Bijlage 1 Vragenlijst**



## Inleiding

**1. Wat is uw geslacht?**

- Man  
 Vrouw

**2. Wat is uw geboortejaar?**

--	--	--	--

**3. Wat zijn de vier cijfers van uw postcode?**

--	--	--	--

**4. Wat is uw burgerlijke staat?**

- Gehuwd/geregistreerd partnerschap  
 Samenwonend  
 Ongehuwd, nooit gehuwd geweest  
 Gescheiden, gescheiden levend  
 Weduwe/weduwnaar

**5. Met welke personen woont u momenteel samen?**

*Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.*

- Met een partner/echtgenoot of echtgenote  
 Met kind(eren) jonger dan 18 jaar  
 Met kind(eren) van 18 jaar of ouder  
 Met mijn ouder(s)  
 Met een andere volwassene/andere volwassenen  
 Ik woon niet samen met een partner, maar heb wel een duurzame relatie  
 Ik woon alleen

## Gezondheid

**6. Hoe is over het algemeen uw gezondheid? Is deze:**

- Zeer goed  
 Goed  
 Gaat wel  
 Slecht  
 Zeer slecht

■

7. **Wanneer heeft u voor het laatst voor uzelf contact gehad met een huisarts?**

(Bezoek aan huisarts, huisbezoeken en telefonisch consult. Hiermee wordt niet bedoeld telefonisch contact voor het aanvragen van een herhaalrecept).

In de afgelopen 2 maanden → Hoe vaak hebt u in de afgelopen 2 maanden contact gehad?

--	--

 keer

- Langer dan 2 maanden maar minder dan 12 maanden geleden
- 12 maanden geleden of langer
- Nog nooit

8. **Heeft u in de afgelopen 12 maanden voor uzelf contact gehad met een van de volgende zorgverleners?** Geef op iedere regel uw antwoord.

	Ja	Nee
Medisch specialist	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tandarts of mondhygiënist	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bedrijfsarts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fysiotherapeut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. **Heeft u suikerziekte?**

- Ja
- Nee → **ga naar** vraag 10

**Zo ja,**

- a. Bent u hiervoor in de afgelopen 12 maanden onder behandeling of controle van de huisarts of specialist geweest?  Ja  Nee
- b. Gebruikt u hiervoor op dit moment insuline?  Ja  Nee
- c. Bent u insuline gaan gebruiken binnen 6 maanden nadat bij u suikerziekte was vastgesteld?  Ja  Nee

10. Wilt u bij de volgende ziekten en aandoeningen aankruisen of u die heeft of in de afgelopen 12 maanden heeft gehad? Geef op iedere regel uw antwoord.

	Nee	Ja, NIET door arts vastgesteld	Ja, door arts vastgesteld
Beroerte, hersenbloeding, herseninfarct of TIA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hartinfarct	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Een andere ernstige hartaandoening (zoals hartfalen of angina pectoris)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Een vorm van kanker (kwaadaardige aandoening)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Migraine of regelmatig ernstige hoofdpijn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoge bloeddruk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vernauwing van de bloedvaten in de buik of benen (geen spataderen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Astma, chronische bronchitis, longemfyseem of CARA/COPD	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernstige of hardnekkige darmstoornissen langer dan 3 maanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psoriasis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chronisch eczeem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onvrijwillig urineverlies (incontinentie)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernstige of hardnekkige aandoening van de rug (inclusief hernia)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gewrichtsslijtage (artrose, slijtagereuma) van heupen of knieën	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chronische gewrichtsontsteking (ontstekingsreuma, chronische reuma, reumatoïde artritis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ander ernstige of hardnekkige aandoening van de nek of schouder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ander ernstige of hardnekkige aandoening van elleboog, pols of hand	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ander langdurige ziekte of aandoening, nl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="text"/>			

11. In welke mate wordt u hierdoor belemmerd bij het uitvoeren van dagelijkse bezigheden thuis, op school of in uw werk, of in uw vrijetijdsbesteding?

- Sterk belemmerd
- Licht belemmerd
- Niet belemmerd
- N.v.t, ik heb in de afgelopen 12 maanden geen van bovenstaande aandoeningen gehad

12. Bij de volgende vragen gaat het erom wat u normaal kunt doen. Het gaat hier niet om tijdelijke problemen van voorbijgaande aard. Geef op iedere regel uw antwoord.

	Ja, zonder moeite	Ja, met enige moeite	Ja, met grote moeite	Nee, dat kan ik niet
a. Kunt u een gesprek volgen in een groep van 3 of meer personen (zo nodig met hoorapparaat)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Kunt u met één andere persoon een gesprek voeren (zo nodig met hoorapparaat)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Zijn uw ogen goed genoeg om de kleine letters in de krant te kunnen lezen (zo nodig met bril of contactlenzen)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Kunt u op een afstand van 4 meter het gezicht van iemand herkennen (zo nodig met bril of contactlenzen)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Kunt u een voorwerp van 5 kg (bijvoorbeeld een volle boodschappentas) 10 meter dragen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Kunt u als u staat, bukken en iets van de grond oppakken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Kunt u 400 meter aan een stuk lopen, zonder stil te staan (zo nodig met stok)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Welbevinden

13. De volgende vragen gaan over hoe u zich voelde in de afgelopen 4 weken. *Kruis op iedere regel het antwoord aan dat het beste omschrijft hoe vaak u dit gevoel hebt.*

	Altijd	Meestal	Soms	Af en toe	Nooit
a. Hoe vaak voelde u zich erg vermoeid zonder duidelijke reden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Hoe vaak voelde u zich zenuwachtig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Hoe vaak was u zo zenuwachtig dat u niet tot rust kon komen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Hoe vaak voelde u zich hopeloos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Hoe vaak voelde u zich rusteloos of ongedurig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Hoe vaak voelde u zich zo rusteloos dat u niet meer stil kon zitten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Hoe vaak voelde u zich somber of depressief?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Hoe vaak had u het gevoel dat alles veel moeite kostte?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. Hoe vaak voelde u zich zo somber dat niets hielp om u op te vrolijken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. Hoe vaak vond u zichzelf afkeurenswaardig, minderwaardig of waardeloos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Leefstijl

### 14. Rookt u wel eens?

- Ja → ga naar vraag 16  
 Nee

### 15. Heeft u vroeger wel gerookt?

- Ja → ga naar vraag 20  
 Nee → ga naar vraag 20

### 16. Rookt u wel eens sigaretten uit een pakje of zelf gerolde sigaretten?

- Ja  
 Nee → ga naar vraag 18

### 17. Hoeveel sigaretten rookt u gemiddeld per dag?

			sigaretten
--	--	--	------------

### 18. Stoppen met roken vind ik:

(denk bij het beantwoorden van de vragen aan uw eigen rookgedrag)

Slecht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Goed
Vervelend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fijn
Frustrerend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bevredigend
Onzin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Belangrijk
Onwenselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wenselijk
Moeilijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Makkelijk

### 19. Geef aan in hoeverre u het met de volgende uitspraken eens bent:

	Geheel mee oneens	Enigszins mee oneens	Niet eens / niet oneens	Enigszins mee eens	Geheel mee eens
Ik vind het een probleem dat ik rook	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mijn partner vindt dat ik moet stoppen met roken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
n.v.t., want ik heb geen partner → <input type="checkbox"/>					
Mijn familie vindt dat ik moet stoppen met roken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om minder te roken onder normale omstandigheden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om niet te roken in een omgeving waar gerookt wordt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben in staat om niet te roken ook al bieden anderen mij een sigaret / sigaar aan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben in staat om niet te roken onder stressvolle omstandigheden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben van plan om binnen nu en twee maanden te stoppen met roken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

■

**20. Wilt u aangeven welke soorten alcoholhoudende drank u in de afgelopen 12 maanden wel eens heeft gedronken?**

*Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.*

- Bier (geen alcoholvrij/malt bier)
- Wijn, sherry, port, vermouth
- Likeur, advocaat, bessenjenever, citroenjenever
- Jenever, brandewijn, vieux, rum, cognac, whisky, wodka of ander gedestilleerd
- Alcoholhoudende drank gemengd met frisdrank of met vruchtensap (bijv. breezers, shooters)
- Licht alcoholische dranken (bijv. alcoholarm bier)
- Ik dronk vroeger wel, maar ik heb de afgelopen 12 maanden geen alcoholhoudende dranken gedronken → **ga naar** vraag 29
- Ik heb nooit alcoholhoudende dranken gedronken → **ga naar** vraag 29

**21. Op hoeveel van de 4 door-de-weekse dagen (hiermee wordt bedoeld maandag t/m donderdag) drinkt u gemiddeld genomen alcoholhoudende drank?**

- 4 dagen
- 3 dagen
- 2 dagen
- 1 dag
- Minder dan 1 dag
- Ik drink nooit op door-de-weekse dagen → **ga naar** vraag 23

**22. Hoeveel glazen drinkt u dan gemiddeld op zo'n door-de-weekse dag?**

- 11 of meer glazen
- 7-10 glazen
- 6 glazen
- 5 glazen
- 4 glazen
- 3 glazen
- 2 glazen
- 1 glas

**23. Op hoeveel van de 3 weekend-dagen (hiermee wordt bedoeld vrijdag t/m zondag) drinkt u gemiddeld genomen alcoholhoudende drank?**

- 3 dagen
- 2 dagen
- 1 dag
- Minder dan 1 dag
- Ik drink nooit in het weekend → **ga naar** vraag 25

**24. Hoeveel glazen drinkt u dan gemiddeld op zo'n weekend-dag?**

- |  |                                   |
|--|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 11 of meer glazen | <input type="checkbox"/> 4 glazen |
| <input type="checkbox"/> 7-10 glazen       | <input type="checkbox"/> 3 glazen |
| <input type="checkbox"/> 6 glazen          | <input type="checkbox"/> 2 glazen |
| <input type="checkbox"/> 5 glazen          | <input type="checkbox"/> 1 glas   |



25. Hoe vaak heeft u de afgelopen 6 maanden 4 of meer glazen alcoholhoudende drank op één dag gedronken?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Elke dag          | <input type="checkbox"/> 1-3 keer per maand     |
| <input type="checkbox"/> 5-6 keer per week | <input type="checkbox"/> 3-5 keer per 6 maanden |
| <input type="checkbox"/> 3-4 keer per week | <input type="checkbox"/> 1-2 keer per 6 maanden |
| <input type="checkbox"/> 1-2 keer per week | <input type="checkbox"/> Nooit                  |

26. Hoe vaak heeft u de afgelopen 6 maanden 6 of meer glazen alcoholhoudende drank op één dag gedronken?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Elke dag          | <input type="checkbox"/> 1-3 keer per maand     |
| <input type="checkbox"/> 5-6 keer per week | <input type="checkbox"/> 3-5 keer per 6 maanden |
| <input type="checkbox"/> 3-4 keer per week | <input type="checkbox"/> 1-2 keer per 6 maanden |
| <input type="checkbox"/> 1-2 keer per week | <input type="checkbox"/> Nooit                  |

27. Minder alcohol drinken vind ik:

(denk bij het beantwoorden van de vragen aan uw eigen alcoholgebruik)

Slecht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Goed
Vervelend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fijn
Frustrerend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bevredigend
Onzin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Belangrijk
Onwenselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wenselijk
Moeilijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Makkelijk

28. Geef aan in hoeverre u het met de volgende uitspraken eens bent:

	Geheel mee oneens	Enigszins mee oneens	Niet eens / niet oneens	Enigszins mee eens	Geheel mee eens
Ik vind het een probleem dat ik alcohol drink	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mijn partner vindt dat ik minder alcohol moet drinken n.v.t., want ik heb geen partner → <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mijn familie vindt dat ik minder alcohol moet drinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om minder alcohol te drinken onder normale omstandigheden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om minder alcohol te drinken in een omgeving waar alcohol gedronken wordt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben in staat om minder alcohol te drinken ook al bieden anderen mij alcohol aan (bijvoorbeeld op verjaardagen en andere feestjes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben in staat om minder alcohol te drinken onder stressvolle omstandigheden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben van plan om binnen nu en twee maanden minder alcohol te drinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**29. Hebt u de volgende middelen wel eens gebruikt?**

Geef op iedere regel uw antwoord.

	Ja, in de afgelopen 4 weken	Ja, in de afgelopen 12 maanden, maar niet in de afgelopen 4 weken	Ja, langer dan 12 maanden geleden	Nee, nooit gebruikt
Cannabis (hasj, marihuana of wiet)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Amfetamine (pep, speed, e.d.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
XTC (ecstasy, MDMA)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
LSD	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hallucinogene paddestoeltjes (paddo's of magic mushrooms)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cocaïne (ook crack/ gekookte coke/Freebase)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
GHB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere drugs, namelijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Gewicht, voeding en lichaamsbeweging**

**30. Hoeveel kilo weegt u zonder kleren? (afronden op hele kilo's)**

Indien u zwanger bent hier graag uw gewicht van vóór de zwangerschap invullen.

			kilogram
--	--	--	----------

**31. Hoe lang bent u (zonder schoenen)?**

			centimeter
--	--	--	------------

**32. Hoeveel dagen in de week eet u gewoonlijk gekookte of gebakken groenten, sla of rauwkost? Groenten in eenpansgerechten (zoals stampotten) tellen ook mee, maar een blaadje sla of bijvoorbeeld een broodje gezond telt niet mee.**

Geef op iedere regel uw antwoord.

	Aantal dagen per week							
	Minder dan 1	1	2	3	4	5	6	7 dagen
Gekookte / gebakken groenten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sla / rauwkost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**33. Hoeveel dagen in de week eet u gewoonlijk fruit of drinkt u gewoonlijk vruchtensap?**

Geef op iedere regel uw antwoord.

	Aantal dagen per week							
	Minder dan 1	1	2	3	4	5	6	7 dagen
Fruit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vruchtensap (vers geperst of uit een pak)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

34. Hoeveel dagen in de week gebruikt u gewoonlijk een ontbijt? Drinkontbijt, ontbijtreep, muesli en dergelijke telt ook als ontbijt.

Aantal dagen per week							
Minder dan 1	1	2	3	4	5	6	7 dagen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

35. Gezonder eten vind ik:

(denk bij het beantwoorden van de vragen aan uw eigen voedingspatroon)

Slecht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Goed
Vervelend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fijn
Frustrerend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bevredigend
Onzin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Belangrijk
Onwenselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wenselijk
Moeilijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Makkelijk

36. Geef aan in hoeverre u het met de volgende uitspraken eens bent:

	Geheel mee oneens	Enigszins mee oneens	Niet eens / niet oneens	Enigszins mee eens	Geheel mee eens
Ik vind dat ik over het algemeen gezond eet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mijn partner vindt dat ik gezonder moet eten n.v.t., want ik heb geen partner → <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mijn familie vindt dat ik gezonder moet eten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om gezonder te eten onder normale omstandigheden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om gezonder te eten in een omgeving waar veel ongezonde voeding wordt aangeboden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben in staat om gezonder te eten ook al bieden anderen mij minder gezonde dingen aan (bijvoorbeeld op verjaardagen en andere feestjes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben in staat om gezonder te eten, ook als ik weinig tijd heb	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben van plan om binnen nu en twee maanden gezonder te eten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind gezond eten te duur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Elke dag gezond eten kost teveel tijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De volgende vragen gaan over lichaamsbeweging, zoals bijvoorbeeld wandelen of fietsen, tuinieren, sporten of beweging op het werk of op school. Het gaat om alle lichaamsbeweging die tenminste even inspannend is als stevig doorlopen of fietsen.

**37. Hoeveel dagen per week heeft u in de ZOMER tenminste 30 minuten per dag zulke lichaamsbeweging? Het gaat om het gemiddeld aantal dagen van een gewone week.**

±  dagen per week

**38. Hoeveel dagen per week heeft u in de WINTER tenminste 30 minuten per dag zulke lichaamsbeweging? Het gaat om het gemiddeld aantal dagen van een gewone week.**

±  dagen per week

**39. Hoeveel keer per week sport u bij een sportvereniging?**

- Nooit
- Minder dan 1 keer per week
- 1 keer per week of meer

**40. Hoeveel keer per week sport u buiten een sportvereniging om?**

- Nooit
- Minder dan 1 keer per week
- 1 keer per week of meer

**41. Wat is voor u de belangrijkste reden om niet te sporten?**

- Ik heb geen tijd
- Het is te duur
- Ik ben lichamelijk niet in staat om te sporten
- Er zijn geen mogelijkheden in de buurt
- Ik houd niet van sport
- Ik heb geen zin
- Ik heb andere verplichtingen
- N.v.t., ik sport regelmatig

**42. Meer bewegen vind ik:**

(denk bij het beantwoorden van de vragen aan uw eigen beweegpatroon)

Slecht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Goed
Vervelend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fijn
Frustrerend	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bevredigend
Onzin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Belangrijk
Onwenselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wenselijk
Moeilijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Makkelijk

43. Geef aan in hoeverre u het met de volgende uitspraken eens bent:

	Geheel mee oneens	Enigszins mee oneens	Niet eens / niet oneens	Enigszins mee eens	Geheel mee eens
Ik beweeg te weinig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mijn partner vindt dat ik meer moet bewegen n.v.t., want ik heb geen partner → <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mijn familie vindt dat ik meer moet bewegen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om meer te bewegen onder normale omstandigheden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om meer te bewegen als ik het druk heb	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben van plan om binnen nu en twee maanden meer te bewegen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al nemen anderen de lift, ik ga met de trap	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Als het regent ga ik niet lopen of fietsen maar met de auto of het openbaar vervoer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Welbevinden

44. De volgende vragen gaan over hoe u zich voelt en hoe het met u ging in de afgelopen 4 weken. Wilt u bij elke vraag het antwoord geven dat het best benadert hoe vaak u zich zo voelde. Geef op iedere regel uw antwoord

	Altijd	Meestal	Vaak	Soms	Zelden	Nooit
Hoe vaak was u gedurende de afgelopen 4 weken erg zenuwachtig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak zat u gedurende de afgelopen 4 weken zo in de put, dat niets u kon opvrolijken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak voelde u zich gedurende de afgelopen 4 weken kalm en rustig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak voelde u zich gedurende de afgelopen 4 weken somber en neerslachtig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe vaak was u gedurende de afgelopen 4 weken een gelukkig mens?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

45. **Er volgen nu enkele uitspraken. Wilt u van elk van de volgende uitspraken aangeven in hoeverre die op u, zoals u de laatste tijd bent, van toepassing is?**

*Geef op iedere regel uw antwoord.*

	Ja	Min of meer	Nee
Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik mis een echt goede vriend of vriendin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ervaar een leegte om mij heen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik mis gezelligheid om mij heen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik mis mensen om mij heen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vaak voel ik me in de steek gelaten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wanneer ik daar behoefte aan heb, kan ik altijd bij mijn vrienden terecht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*OGGZ – Openbare Geestelijke Gezondheidszorg – houdt in: zorg aan mensen die zelf niet in staat zijn om hulp in te schakelen, terwijl ze die wel nodig hebben.*

46. **Bent u bekend met het meldpunt OGGz?** Hiermee kunt u contact opnemen, bijvoorbeeld wanneer u zich zorgen maakt over iemand die zichzelf verwaarloost of wanneer u ernstige overlast in uw woonomgeving ondervindt.

- Ja  
 Nee

### Mantelzorg en vrijwilligerswerk

*Mantelzorg is de zorg die u geeft aan een bekende uit uw omgeving, zoals uw partner, ouders, kind, buren of vrienden, als deze persoon voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. Deze zorg kan bestaan uit het huishouden doen, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer, geldzaken regelen, enzovoorts. Mantelzorg wordt niet betaald. N.B. Een vrijwilliger vanuit een vrijwilligerscentrale is geen mantelzorger.*

47. **Heeft u in de afgelopen 12 maanden mantelzorg gegeven?**

- Ja  
 Nee → ga naar vraag 52

48. **Geeft u deze mantelzorg nu nog?**

- Ja  
 Nee → ga naar vraag 52

49. **Hoeveel uur mantelzorg geeft u momenteel gemiddeld per week, reistijd meegerekend?**

*Afronden op hele uren.*

Gemiddeld    uren per week

■

50. Hoe lang geeft u al mantelzorg?

- Korter dan drie maanden  
 Drie maanden of langer

51. Sommige mensen voelen zich erg belast door de verzorging van een ander. Zij vinden de zorg zwaar en moeilijk vol te houden. Voor andere mensen geldt dat minder. Alles bij elkaar genomen, hoe belast voelt u zich momenteel?

- Niet of nauwelijks belast  
 Enigszins belast  
 Tamelijk zwaar belast  
 Zeer zwaar belast  
 Overbelast

52. Doet u vrijwilligerswerk? Hieronder wordt verstaan: werk dat in georganiseerd verband (bijvoorbeeld sportvereniging, kerkbestuur, school) onbetaald wordt uitgevoerd.

- Ja  
 Nee → ga naar vraag 54

53. Hoeveel uur per week besteedt u (gemiddeld) in totaal aan vrijwilligerswerk bij een vereniging of organisatie (bijvoorbeeld bij sportvereniging, kerkbestuur, school)?

- 1 uur of minder per week  
 2-4 uur per week  
 5-10 uur per week  
 Meer dan 11 uur per week

## Huiselijk geweld

**De volgende vragen gaan over huiselijk geweld.**

Huiselijk geweld is geweld dat door iemand uit de huiselijke kring wordt gepleegd (gezinsleden, familieleden, (ex)partners, huisvrienden). Slachtoffers en daders van geweld kunnen zowel vrouwen, kinderen als mannen zijn. Het kan gaan om:

- Psychisch of emotioneel geweld (getreiterd, gekleineerd of uitgescholden worden, enz.);
- Lichamelijk geweld (mishandeld, geschopt en geslagen, enz.);
- Ongewenste seksuele toenadering (seksueel getinte opmerkingen, ongewenst aangeraakt, enz.);
- Seksueel misbruik (aangerand of verkracht).

54. Bent u ooit slachtoffer geweest van huiselijk geweld?

- Ja  
 Nee → ga naar vraag 58

55. Om welke vorm van huiselijk geweld ging het?

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- Psychisch of emotioneel geweld  
 Lichamelijk geweld  
 Ongewenste seksuele toenadering  
 Seksueel misbruik



56. **Wie was of waren de dader(s)?**

*Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.*

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Mijn partner         | <input type="checkbox"/> Mijn (stief)broer(s)/zus(sen) |
| <input type="checkbox"/> Mijn ex-partner      | <input type="checkbox"/> Een ander familielid          |
| <input type="checkbox"/> Mijn (stief)kind     | <input type="checkbox"/> Een huisvriend                |
| <input type="checkbox"/> Mijn (stief)ouder(s) | <input type="checkbox"/> Anders                        |

57. **Hoe lang is het geleden dat u slachtoffer was van huiselijk geweld?**

- 1 jaar geleden of korter  
 Tussen 1 en 5 jaar geleden  
 Langer dan 5 jaar geleden

58. **Bent u bekend met het meldpunt huiselijk geweld?**

- Ja  
 Nee

**Woonomgeving**

59. **Denk bij deze vraag aan de afgelopen 12 maanden. Welk getal van 0 tot 10 geeft het beste aan in welke mate geluid van de onderstaande bronnen u hindert, stoort of ergert wanneer u thuis bent?**

*Geef op iedere regel uw antwoord*

*Als een bron niet hoorbaar is bij u thuis, vul dan niet in hoeveel u gehinderd bent.*

Geluid van...	Bij mij thuis hoorbaar		Ik ben helemaal niet gehinderd										Ik ben extreem gehinderd	
	Nee	Ja	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Wegverkeer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Treinverkeer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Vliegverkeer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Bedrijven / industrie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Windturbines / windmolens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

60. Denk bij deze vraag aan de afgelopen 12 maanden. Welk getal van 0 tot 10 geeft het beste aan in welke mate geur van de onderstaande bronnen u hindert, stoort of ergert wanneer u thuis bent?

Geef op iedere regel uw antwoord.

Als een bron niet te ruiken is bij u thuis, vul dan niet in hoeveel u gehinderd bent.

Geur van...	Bij mij thuis te ruiken		Ik ben helemaal niet gehinderd								Ik ben extreem gehinderd		
	Nee	Ja	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Riolering / zuivering	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Open haard / allesbrander / andere houtkachel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Landbouw- en veeteeltactiviteiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere bedrijven / industrie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stallen met vee, pluimvee, enz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mest uitrijden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Opslag / productie van veevoer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vergister	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Overige, namelijk:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Nog enkele achtergrondvragen

61. Welke situatie is op u van toepassing?

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- Ik werk, betaald, 32 uur of meer per week
- Ik werk, betaald, 20 of meer maar minder dan 32 uur per week
- Ik werk, betaald, 12 of meer maar minder dan 20 uur per week
- Ik werk, betaald, minder dan 12 uur per week
- Ik ben (vervroegd) met pensioen (AOW, VUT, FPU)
- Ik ben werkloos/ werkzoekend (geregistreerd bij het UWV WERKbedrijf; voorheen CWI / arbeidsbureau)
- Ik ben arbeidsongeschikt (denk aan WAO, AAW, WAZ, WAJONG)
- Ik heb een bijstandsuitkering
- Ik ben huisvrouw/ huisman
- Ik volg onderwijs/ ik studeer



62. **Wat is uw hoogst voltooide opleiding? (een opleiding afgerond met diploma of voldoende getuigschrift)**

- Geen opleiding (lager onderwijs niet afgemaakt)
- Lager onderwijs (basisschool, speciaal basisonderwijs)
- Lager of voorbereidend beroepsonderwijs (zoals Ambachtsschool, Huishoudschool, LTS, LEAO, LHNO, VMBO)
- Middelbaar algemeen voortgezet onderwijs (zoals MAVO, (M)ULO, MBO-kort, VMBO-t)
- Middelbaar beroepsonderwijs en beroepsbegeleidend onderwijs (zoals vakopleidingen bakker of kapper, MBO-lang, MTS, UTS, MEAO, BOL, BBL, INAS)
- Hoger algemeen en voorbereidend wetenschappelijk onderwijs (zoals HAVO, VWO, Atheneum, Gymnasium, HBS, MMS)
- Hoger beroepsonderwijs (zoals kweekschool, HBO, HTS, HEAO, HBO-V, kandidaats wetenschappelijk onderwijs)
- Wetenschappelijk onderwijs (universiteit)
- Anders, namelijk:

63. **Heeft u de afgelopen 12 maanden moeite gehad om van het inkomen van uw huishouden rond te komen?**

- Nee, geen enkele moeite → **ga naar** vraag 65
- Nee, geen moeite, maar ik moet wel letten op mijn uitgaven
- Ja, enige moeite
- Ja, grote moeite

64. **Op welke terreinen bezuinigt u nu als gevolg van onvoldoende inkomen?**

*Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.*

- Auto of kosten voor vervoer
- Uitgaan/ vrije tijdsbesteding (sport, hobby's e.d.)
- Krant of andere abonnementen
- Huisvesting / reparaties aan woning
- Bezoek aan tandarts
- Andere medische voorzieningen
- Cadeautjes, verjaardagen
- Stookkosten
- Telefoneren
- Voeding
- Kleding
- Vakantie
- Op geen enkel terrein

65. Wat is uw geboorteland?

- Nederland
- Suriname
- Nederlandse Antillen
- Aruba
- Turkije
- Marokko
- Overig, namelijk:

66. Wat is het geboorteland van uw moeder?

- Nederland
- Suriname
- Nederlandse Antillen
- Aruba
- Turkije
- Marokko
- Overig, namelijk:

67. Wat is het geboorteland van uw vader?

- Nederland
- Suriname
- Nederlandse Antillen
- Aruba
- Turkije
- Marokko
- Overig, namelijk:

**WIJ DANKEN U HARTELIJK VOOR HET INVULLEN VAN DE VRAGENLIJST**

U kunt de ingevulde vragenlijst aan ons terugsturen in de bijgevoegde antwoordenvolp  
(een postzegel is *niet* nodig).

Heeft u nog opmerkingen over deze vragenlijst, dan kunt u deze hieronder kwijt.

Ruimte voor opmerkingen

## Bijlage 2 Indeling van de Alcoholschaal van Garretsen

Aantal dagen drinken van alcohol	Aantal alcoholische consumpties per keer dat men drinkt			
	6 of meer	4-5	2-3	0-1
5-7 dagen per week	Zeer excessief	Excessief	Matig	Licht
3-4 dagen per week	Excessief	Matig	Matig	Licht
1-2 dagen per week	Excessief	Matig	Licht	Licht
1-3 dagen per maand	Matig	Licht	Licht	Licht
< 1 dag per maand	Licht	Licht	Licht	Licht

(Bron: Longitudinal Aging Study Amsterdam)