



## Rapportage Velsen

---

# Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022



Embargo t/m 28 maart 10 uur

HOE GAAT HET NU MET JE?

WAT IS JOUW

PANDEMENING?

# Inhoudsopgave

<b>Introductie</b>	3
<b>Leeswijzer</b>	4
<b>Achtergrondkenmerken</b>	5
<b>Wonen, werk, opleiding en financiën</b>	6
<b>Jongvolwassenen en de coronaperiode</b>	7
<b>Gezondheid</b>	8
<b>Lekker in je vel</b>	9
<b>Mentaal welbevinden</b>	10
<b>Sociale omgeving</b>	11
<b>Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen in de toekomst</b>	12
<b>Bewegen en sporten</b>	13
<b>Middelengebruik</b>	14
<b>Kernboodschappen</b>	16
<b>Contact</b>	17
<b>Tabellenboek</b>	18

# Hoe gaat het met de jongvolwassenen tijdens en na de coronaperiode?

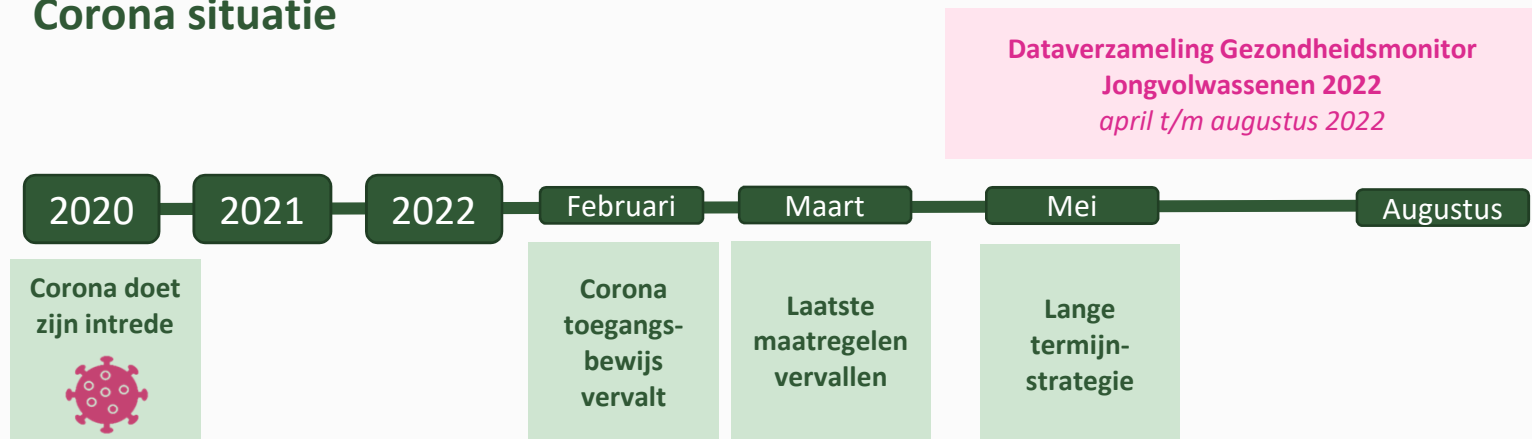
Gemeenten zijn vanuit de wet verplicht om de gezondheidssituatie van hun inwoners in kaart te brengen, ook na rampen en crisissen. De coronacrisis is daar één van. Gemeenten laten deze wettelijke taak uitvoeren door GGD'en. Met dit onderzoek geven GGD'en inzicht in de gezondheid, leefstijl en welzijn van jongvolwassenen (16 t/m 25 jaar) tijdens en na de coronaperiode op landelijk, regionaal en gemeentelijk niveau. Het is de eerste keer dat GGD Kennemerland een onderzoek doet naar deze specifieke doelgroep. Er kan dus nog geen vergelijking worden gemaakt met voorgaande jaren. De resultaten van het onderzoek vormen een belangrijke basis voor de ontwikkeling en invulling van lokaal jeugd- en gezondheidsbeleid. Uit de resultaten kan bijvoorbeeld blijken dat het nodig is om meer hulp te bieden aan bepaalde groepen jongvolwassenen of extra voorzieningen op te zetten in de regio of in een gemeente.

## Netwerk GOR (Gezondheidsonderzoek bij Rampen)

De GGD'en voeren de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022 uit in het kader van de Integrale (populatie-brede) Gezondheidsmonitor COVID-19. Hierbij wordt samengewerkt met GGD GHOR Nederland, het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum, die samen het netwerk GOR vormen. Het onderzoek is bedoeld om de fysieke en mentale gezondheidseffecten als gevolg van de coronacrisis onder de Nederlandse bevolking inzichtelijk te maken. ZonMw is namens het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) opdrachtgever van de monitor en faciliteert verbinding tussen lopende onderzoeken.



## Corona situatie



## Onderzoeksgroep

De landelijke vastgestelde doelgroep van de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022 betreft jongvolwassenen van 16 t/m 25 jaar. Deze doelgroep wordt ook deels gevangen bij de Gezondheidsmonitor Volwassenen & Ouderen (18+), maar hier zien we vaak een onderrepresentatie van de jongvolwassenen.

## Procedure

De jongvolwassenen zijn geworven via een online social media campagne aangevuld met een offline campagne (flyers/posters etc.). Jongvolwassenen hadden in het voorjaar en zomer van 2022 de mogelijkheid om de digitale vragenlijst in te vullen. Deelname aan het onderzoek was vrijwillig. Na het invullen van de vragenlijst kregen jongvolwassenen een pagina met betrouwbare websites, met tips en meer informatie over de onderwerpen uit de vragenlijst.

[Bekijk hier een inblikvoorbeeld van de vragenlijst.](#)

## Respons

In Velsen hebben 381 jongvolwassenen de vragenlijst ingevuld. In totaal hebben 3244 jongvolwassenen uit GGD-regio Kennemerland en 69750 jongvolwassenen uit heel Nederland de vragenlijst ingevuld.

## Privacy en kleine aantallen

Alle verzamelde gegevens zijn anoniem verwerkt. Vanwege de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten hanteren wij bij de rapportage een minimum van 50 respondenten die de vraag hebben ingevuld en een minimum van 5 respondenten per specifiek antwoord. Indien de aantallen lager liggen worden de cijfers niet weergegeven of 'x' gebruikt

## Representativiteit en standaardisatie

Voor de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022 is geen steekproef getrokken. De vragenlijst was in te vullen via een open link en respondenten zijn geworven via een online social media campagne aangevuld met een offline campagne. Het is onduidelijk of jongvolwassenen met een slechtere (mentale) gezondheid vaker hebben meegedaan. Om een zo representatief mogelijk beeld te geven van alle jongvolwassenen in Nederland, GGD-regio Kennemerland en de gemeenten zijn de cijfers die hier worden gepresenteerd gestandaardiseerd. Dit betekent dat als een bepaald type jongvolwassenen ondervertegenwoordigd is bij de respondenten, deze relatief een hoog gewicht krijgen en vice versa. De cijfers zijn gestandaardiseerd naar geografisch gebied (regio dan wel gemeente), leeftijd (16-17 jaar, 18-20 jaar, 21-25 jaar) en gender (mannen, vrouwen).

## Rapportage

Op de volgende pagina's zijn de belangrijkste resultaten van de jongvolwassenen die wonen in **Velsen** afgezet tegen het gemiddelde van alle jongvolwassenen die in **GGD-regio Kennemerland en Nederland** wonen. Deze percentages zijn *omvangschattingen* en niet exact, dat wil zeggen dat ze in werkelijkheid iets hoger of lager kunnen zijn.

Naast het vragenlijstonderzoek is er aanvullend kwalitatief onderzoek gedaan door Stichting Alexander. Middels focusgroepen en interviews is aan jongvolwassenen uit heel Nederland gevraagd hoe zij de coronaperiode hebben ervaren. In de rapportage hebben we, ter ondersteuning van de cijfers, enkele quotes uit de focusgroepen opgenomen. Het rapport met alle resultaten van het kwalitatief onderzoek volgt later in 2023.

De regio- en gemeenterapportages geven de mogelijkheid om vergelijkingen te maken\*:

- *Geografisch*: In de rapporten worden de resultaten vergeleken met het regionale en Nederlandse gemiddelde.
- *Naar subgroepen*: de rapporten bevatten eveneens de resultaten voor verschillende groepen jongvolwassenen naar gender (man; vrouw), leeftijd (16-17 jaar; 18-20 jaar; 21-25 jaar).

\*De lengte van de staafjes in de staafgrafieken zijn gebaseerd op het niet-afgeronde percentage.

Achterin de rapportage vindt u een tabellenboek met een uitgebreid overzicht van de resultaten van Beverwijk en enkele resultaten van regio Kennemerland en Nederland. Ook in de Gezondheidsatlas zijn resultaten van deze Gezondheidsmonitor.

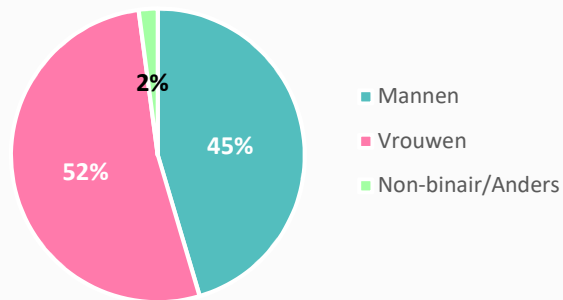
In verband met verschillende afrondingstechnieken kunnen de cijfers in de rapportage, het tabellenboek en de gezondheidsatlas licht afwijken van elkaar.



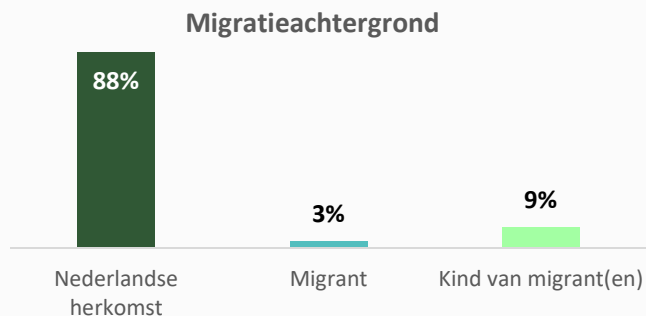
# Achtergrondkenmerken

Van de respondenten is 52% vrouw en 45% man. Daarnaast geeft 2% aan zich non-binair of anders dan vrouw, man of non-binair te voelen. De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 20 jaar. 19% van de respondenten is 16 of 17 jaar, 39% is tussen de 18 en 20 jaar en 43% is tussen de 21 en 25 jaar. Van de respondenten is 12% laag opgeleid, 49% middelbaar opgeleid en 38% hoog opgeleid. Verder heeft 88% een Nederlandse herkomst. 15% identificeert zichzelf als LHBTQ+.

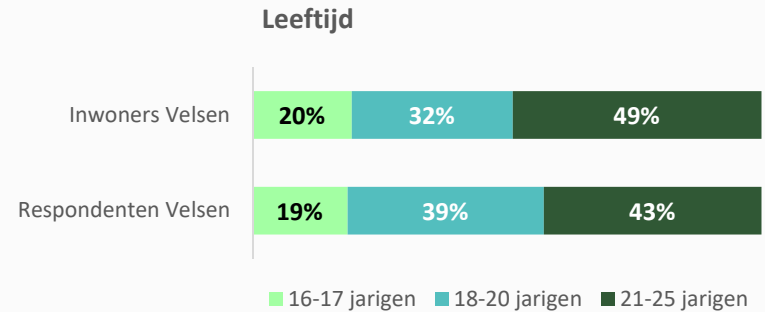
**Gender**  
Deelnemers Velsen



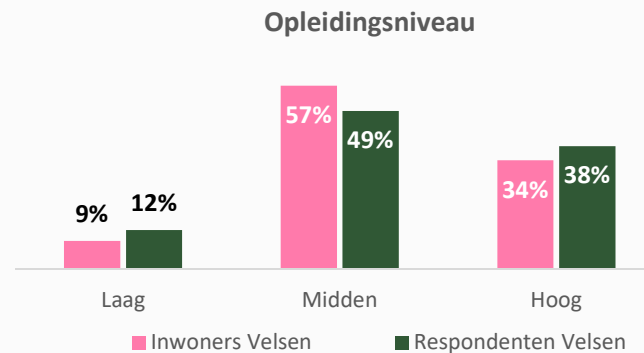
## Meeste respondenten hebben Nederlandse herkomst



## De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 20 jaar



## Meerderheid respondenten is midden of hoog opgeleid



# Wonen, werk, opleiding en financiën

De woon-, werk- en financiële situatie van jongvolwassenen kan veel invloed hebben op hun welzijn en hun mentale en fysieke gezondheid en kan daarnaast een bron van stress zijn.

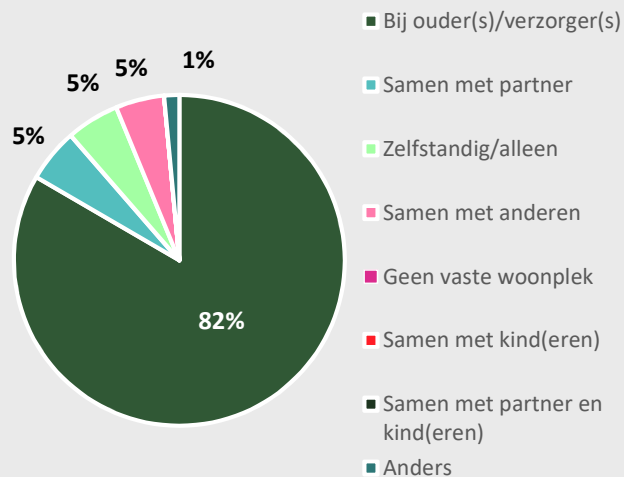
## Meerderheid jongvolwassenen woont bij ouders



Door de huidige woningcrisis wonen veel jongvolwassenen langer thuis of langer in een studentenkamer dan zij zelf willen. De woonsituatie van jongvolwassenen kan invloed hebben op hun welzijn.

De meeste respondenten uit gemeente Velsen wonen bij hun ouder(s) of verzorger(s). Dit geldt met name voor de jongere groep jongvolwassenen (16-17 & 18-20 jarigen). Een deel van de jongvolwassenen wont samen met partner, zelfstandig/alleen, anderen (5%) en samen met partner en kind(eren) (1%).

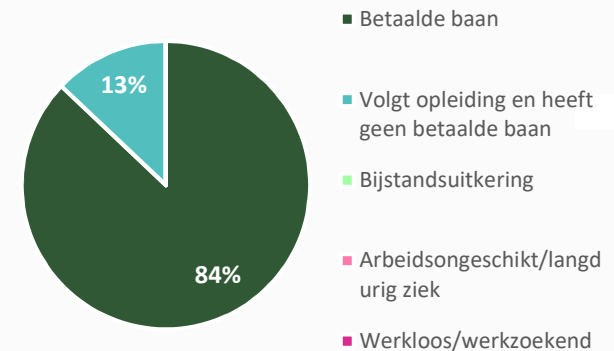
### Woonsituatie



## Meerderheid volgt een opleiding en heeft betaald werk

70% van de jongvolwassenen in Velsen volgt een opleiding: 68% van de mannen en 71% van de vrouwen. 84% heeft betaald werk. De oudere groep jongvolwassenen (21-25 jaar) werkt meer uren.

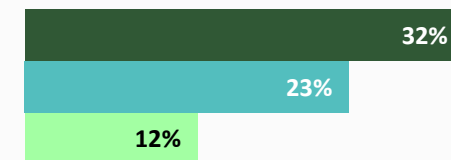
### Werksituatie



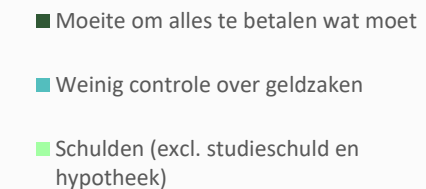
## 1 op de 3 heeft moeite met rondkomen



Van de jongvolwassenen in Velsen heeft 32% moeite met rondkomen. 23% heeft het idee weinig controle over geldzaken te hebben en 12% heeft een schuld (studieschuld en hypotheek niet meegerekend).



Financiële problemen in Velsen komen vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.



# Jongvolwassenen en de coronaperiode

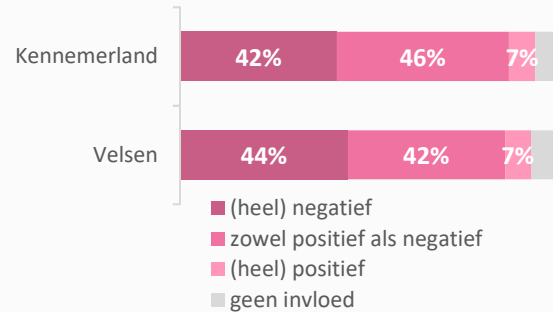
## Corona heeft zowel positieve als negatieve invloed gehad

**Coronamaatregelen** zoals lockdowns, sluiting van scholen, digitale lessen, verplicht thuiswerken en 1,5 meter afstand houden, grijpen diep in op het dagelijks leven van jongvolwassenen.

De coronaperiode heeft het leven van jongvolwassenen zowel positief als negatief beïnvloed. 42% van de jongvolwassenen in Velsen geeft aan zowel positieve als negatieve gevolgen te hebben ervaren.



### Invloed coronaperiode op leven



### Top 5 positieve gevolgen zijn:

- 34% Minder geld uitgeven
- 30% Minder reistijd ivm thuiswerken
- 29% Meer rust
- 26% Meer tijd voor familie/vrienden
- 22% Thuisonderwijs/thuiswerken



### Top 5 negatieve gevolgen zijn:

- 54% Afwezigheid evenementen of vakantie elders
- 42% Minder goed in zijn/haar vel zitten
- 40% Minder sociale contacten
- 40% Niet naar (sport)clubs of verenigingen kunnen
- 35% Minder nieuwe mensen leren kennen

## Meesten konden bij iemand terecht met een probleem

De meeste jongvolwassenen in Velsen (90%) geven aan dat zij bij iemand terecht kunnen als ze met een probleem zitten. Door de coronaperiode had 60% van de jongvolwassenen soms extra hulp of steun nodig. Wanneer jongvolwassenen behoefte hadden aan extra hulp/steun ging het met name om:

- Hulp omdat hij/zij niet lekker in zijn/haar vel zit
- Hulp bij balans tussen privé en werk/studie
- Begeleiding bij opleiding

Sommige persoonlijke corona gerelateerde gebeurtenissen kunnen leiden tot **traumatische stressklachten**.

Het vaakst werd gebeurtenis 'Angst dat hij/zij zelf of naaste corona kreeg' genoemd als meest heftige gebeurtenis voor jongvolwassenen. 5% van de jongvolwassenen heeft een verhoogd risico (volgens de DSM-V classificatie) op PTSS door de meegemaakte traumatische gebeurtenis.

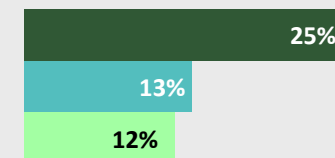
*“Ik heb mijn vrienden niet kunnen steunen tijdens heftige gebeurtenissen.”*

## 1 op 4 had uitgestelde zorg

De coronaperiode heeft ook invloed gehad op het wel of niet **ontvangen van zorg**, bijvoorbeeld van huisarts, fysiotherapeut, tandarts of psycholoog.

Een deel van de jongvolwassenen in Velsen (25%) heeft de zorg die gepland was niet ontvangen. Dit percentage ligt bij vrouwen hoger dan bij mannen. 9% van de jongvolwassenen heeft zelf zorg uitgesteld of afgezegd. Van de jongvolwassenen die zelf een afspraak heeft afgezegd geeft 3% aan dat dit door een reden kwam die niet te maken had met corona. 13% van de jongvolwassenen ervaart nu nog last van de uitgestelde zorg. 12% van de jongvolwassenen heeft de uitgestelde zorg nog steeds niet ontvangen, terwijl die nog wel nodig is.

### Uitgestelde zorg



- Heeft te maken gehad met uitgestelde zorg
- Ervaart negatieve gevolgen van uitgestelde zorg
- Heeft nog niet alle zorg ontvangen, maar wel nodig

*“Weinig mensen die hulp kunnen geven (werknemers tekort, lange wachttijden voor veel psychologen).”*

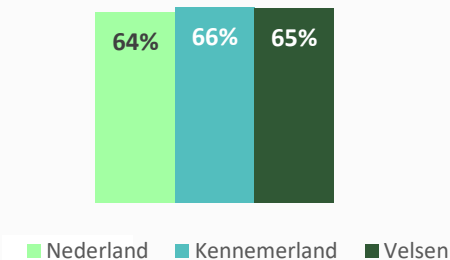


## Hoe gezond voelen jongvolwassenen zich?

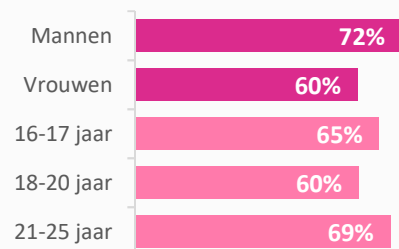
Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. Jongvolwassenen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun **eigen gezondheid ervaren**, dit is een betrouwbare indicator voor de algehele gezondheid.

Uit de resultaten blijkt dat 66% van de jongvolwassenen in Velsen de eigen gezondheid als (zeer) goed ervaart. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland.

### Ervaart een (zeer) goede gezondheid



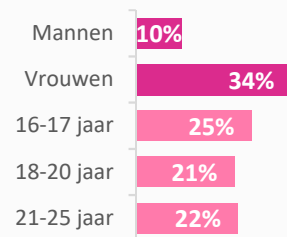
Mannen ervaren vaker een (zeer) goede gezondheid dan vrouwen. 21-25 jarigen ervaren het vaakst een (zeer) goede gezondheid, gevolgd door de 16-17 jarigen en 18-20 jarigen.



**Gezondheidsklachten** zoals buikpijn, hoofdpijn, hartkloppingen, maar ook moeheid, prikkelbaarheid, slaap- of concentratieproblemen kunnen onder andere het gevolg zijn van stressvolle of traumatische gebeurtenissen. Het aantal klachten is een goede indicator van welzijn/functioneren van de jongvolwassenen.

22% van de jongvolwassenen in Velsen ervaart (zeer) vaak 5 of meer gezondheidsklachten. Vrouwen veel meer dan mannen. 16-17 jarigen ervaren dit vaker dan 18-25 jarigen.

### Ervaart (zeer) vaak 5 of meer gezondheidsklachten



### De drie meest voorkomende klachten zijn:

- Moe (52%)
- Prikkelbaar/geïrriteerd (36%)
- Slaapproblemen (33%)

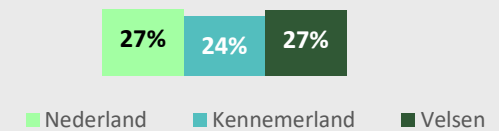
16% heeft in de afgelopen vier weken de huisarts bezocht voor één of meerdere klachten.



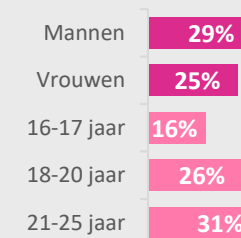
## 1 op de 3 heeft overgewicht

27% van de jongvolwassenen in Velsen heeft overgewicht (BMI > 25), waarvan 7% obesitas (BMI > 30). \* Dat is meer dan in regio Kennemerland hetzelfde als in Nederland.

### Overgewicht (BMI >25)



Meer vrouwen dan mannen hebben overgewicht. Het percentage jongvolwassenen met overgewicht neemt toe met de leeftijd.



*“Sommige mensen konden juist hun mentale ziektes overkomen. Ik ken iemand die door de lockdown van haar anorexia af kwam.”*

*“Ik heb behoefte aan hulp bij gezond leven / dagritme in stand houden.”*

\* BMI is berekend o.b.v. zelfgerapporteerde lengte en gewicht



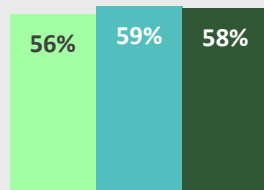
# Lekker in je vel

## Slechts 58% voelt zich vaak tot voortdurend gelukkig

Een belangrijke indicator voor het welzijn van jongvolwassenen is hoe **gelukkig** zij zich voelen.

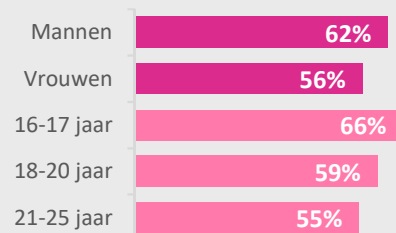
58% van de jongvolwassenen in Velsen voelde zich in de afgelopen vier weken vaak tot voortdurend gelukkig. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland.

### Voelt zich vaak tot voortdurend gelukkig



■ Nederland ■ Kennemerland ■ Velsen

Mannen voelen zich vaker gelukkig dan vrouwen. De jongere jongvolwassenen voelen zich gelukkiger dan de oudere jongvolwassenen."



## Tevredenheid met jezelf, je lichaam en je leven

Het thema tevredenheid met jezelf, je lichaam en je leven speelt sterk onder jongvolwassenen. Vergelijkingen met de perfect-lijkende plaatjes op sociale media kunnen de "tevredenheid" beïnvloeden. Daarnaast kan de coronapandemie en de bijbehorende maatregelen effect hebben op de tevredenheid met je leven.

Daarom is aan de jongvolwassenen in Velsen gevraagd hoe tevreden ze zijn met zichzelf, zijn/haar eigen lichaam en met het leven.

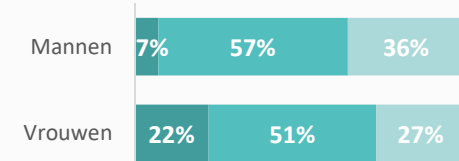
*"Je tijd nemen voor dingen waar je eerst nooit tijd voor had."*

*"Hoe kom ik fatsoenlijk terug in de samenleving? Hoe bouw ik mijn leven weer op?"*

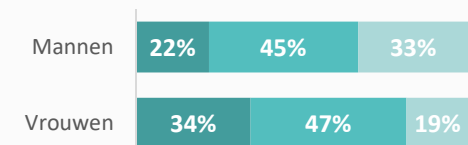
85% van de jongvolwassenen in Velsen is redelijk tot zeer tevreden met zichzelf, 71% met zijn/haar eigen lichaam en 82% met zijn/haar leven.

Mannen zijn vaker tevreden met zichzelf, hun lichaam en het leven dan vrouwen.

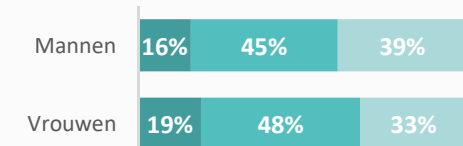
### zichzelf



### eigen lichaam



### eigen leven



■ Ontevreden (cijfer 5 of lager)  
■ Redelijk tevreden (cijfer 6 of 7)  
■ (Zeer) tevreden (cijfer 8 of hoger)

# Mentaal welbevinden

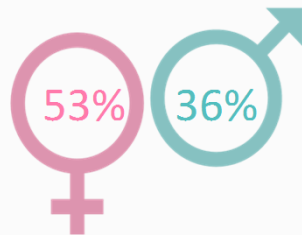
## Veel jongvolwassenen ervaren (zeer) vaak stress

45% van de jongvolwassenen Velsen geeft aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door één of meerdere factoren. Jongvolwassenen ervaren de meeste stress van studie of school, de combinatie van alles wat zij moeten doen en de eisen die ze aan zichzelf stellen.

Dat is vrijwel hetzelfde als regio Kennemerland en meer dan in Nederland. Meer vrouwen dan mannen voelen zich (heel) vaak gestrest.



### Voelt zich (heel) vaak gestrest



### Top 5 bronnen van stress:

- 30% Studie of school
- 25% De eisen die hij/zij aan zichzelf stelt
- 24% Familie, vrienden of relatie
- 23% Alles wat hij/zij moet doen
- 23% Werk of bijbaan

## 1 op de 3 jongvolwassenen denkt wel eens serieus aan suïcide

34% van de jongvolwassenen in Velsen heeft er in de afgelopen 12 maanden serieus aan gedacht een einde te maken aan zijn/haar leven, waarvan 5% hier zelfs (heel) vaak aan dacht. Vrouwen dachten hier vaker aan dan mannen. Jongvolwassenen in de leeftijd van 16-17 jaar dachten hier vaker aan dan 18-25 jarigen.

### Suïcidale gedachten



■ Een enkele keer t/m af en toe ■ (Heel) vaak

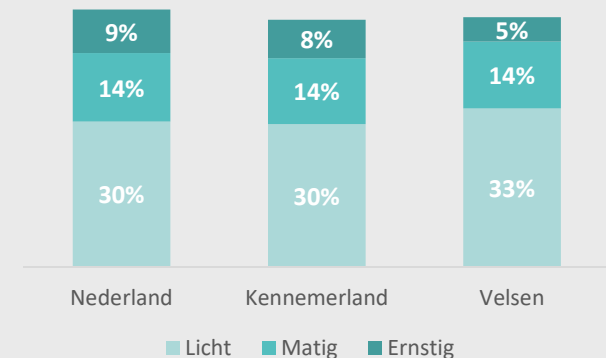
*“Depressed, gestrest en gestopt met de opleiding.”*

## ...en psychische klachten

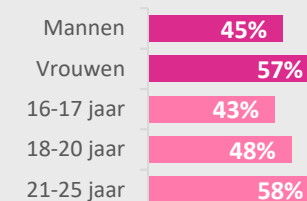
**Psychische klachten** worden gemeten met de ‘Mental Health Inventory 5’ (MHI-5). Het geeft een indicatie van de psychische gezondheid, waaronder zich somber voelen en zenuwachtig zijn.

52% van de jongvolwassenen in Velsen heeft lichte tot ernstige psychische klachten. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland.

### Psychische klachten



Veel meer vrouwen dan mannen in Haarlemmermeer ervaren psychische klachten. Het percentage jongvolwassenen met psychische klachten neemt toe naar leeftijd.



**22%** Voelt zich in het dagelijks leven ook vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten

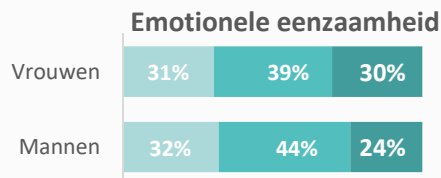
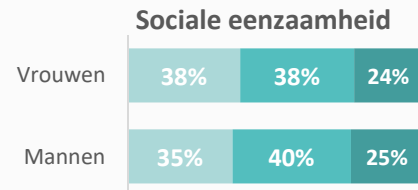
# Sociale omgeving

## Veel eenzaamheid onder jongvolwassenen

63% van de jongvolwassenen in Velsen is eenzaam, waarvan 28% sterk eenzaam.

Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland.

Langdurige eenzaamheid kan gevolgen hebben voor de ontwikkeling van jongvolwassenen. Naast dat het voor mentale problemen (laag zelfvertrouwen, depressieve klachten en suïcidale gedachten) zorgt, kan eenzaamheid ook zorgen voor gedragsproblemen (middelengebruik), lichamelijke problemen (stress) of maatschappelijke problemen (vroegtijdig schoolverlaten). Vrouwen en mannen in Velsen voelen zich vrijwel even vaak emotioneel eenzaam (iemand die een intieme, hechte band mist) en sociaal eenzaam (het ontbreken van vriendschappen).



■ Niet eenzaam ■ Enigszins eenzaam ■ Sterk eenzaam

## De meesten zijn wél tevreden met de relatie en vriendschappen

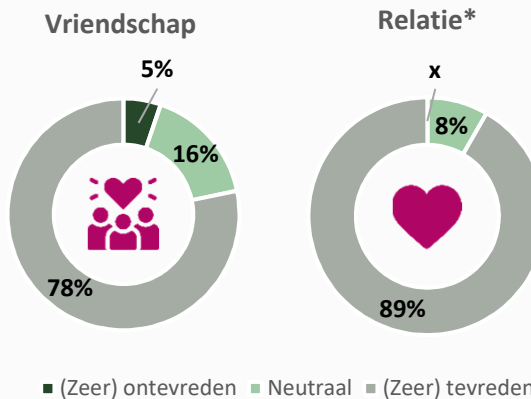
### Vriendschap

Het hebben van een goed sociaal netwerk en goede vriendschappen kan onder andere het gevoel van eenzaamheid verminderen. Aan jongvolwassenen is gevraagd hoe tevreden zij zijn met de vriendschap met hun beste vriend(inn)en.

### Relaties

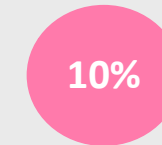
40% van de jongvolwassenen Velsen heeft op dit moment een vaste relatie. Aan deze groep is ook gevraagd hoe tevreden zij zijn met deze relatie.

*“Je echte vrienden kwamen meer naar voren, omdat je actief sociaal contact moet zoeken en niet alles via school gaat bijvoorbeeld.”*



\* van de jongvolwassenen met een relatie

## Mantelzorg



Heeft **afgelopen 12 maanden** mantelzorg gegeven

## Mishandeling

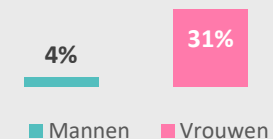
42% van de jongvolwassenen in Velsen is ooit geestelijk mishandeld (bijv. vaak gepest, vernederd of uitgescholden). 10% wordt nog steeds wel eens geestelijk mishandeld.

18% van de jongvolwassenen in Velsen is ooit lichamelijk mishandeld (bijv. geschopt, geslagen of vastgeboden). 3% wordt nog steeds wel eens lichamelijk mishandeld.

## Ongewenste seksuele ervaring

17% van de jongvolwassenen in Velsen heeft ooit een seksuele ervaring (alles van zoenen, intiem aanraken tot seks) gehad met iemand zonder dat hij/zij het wilde. Veel meer vrouwen dan mannen hebben dit ervaren.

### Ooit seksueel ongewenste ervaring gehad



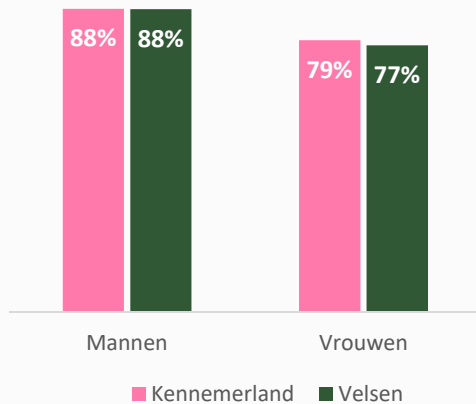
# Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen in de toekomst

## Weerbaarheid is hoog

**Weerbaarheid** is de basis voor een goede psychische gezondheid. Weerbare jongvolwassenen hebben zelfvertrouwen en kunnen goed voor zichzelf opkomen, met respect voor anderen. Zij kunnen ook, al dan niet na een periode van experimenteren, gezonde keuzes maken over de eigen leefstijl.

83% van de jongvolwassenen in Velsen is voldoende weerbaar. Mannen meer dan vrouwen. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland. Mannen zijn weerbaarder dan vrouwen.

### Is voldoende weerbaar



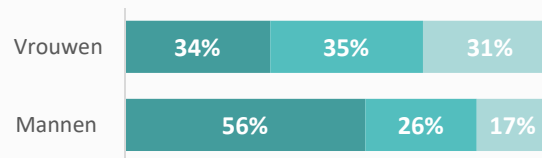
*“Mentaal een dieptepunt, maar veel tijd om aan mezelf te kunnen werken.”*

## Mannen zijn veerkrachtiger

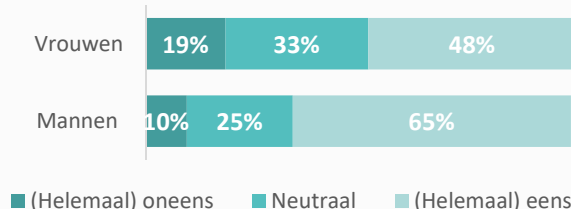
Naast de aandacht voor mogelijke (mentale) gezondheidsproblemen die jongvolwassenen kunnen ervaren door de coronacrisis, is het belangrijk om samen met hen te kijken naar mogelijke oplossingen. Het concept van positieve gezondheid biedt daarvoor aanknopingspunten. Door met jongvolwassenen hierover in gesprek te gaan, wordt duidelijk waar hun kracht zit en wat hen helpt om sterker uit een stressvolle of moeilijke periode te komen. Het is belangrijk om de **veerkracht** van jongvolwassenen te vergroten door maatwerk te bieden aan jongvolwassenen in verschillende levensfasen.

25% van de jongvolwassenen in Velsen vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan. 56% herstelt wél snel na een moeilijke periode. Mannen zijn veerkrachtiger dan vrouwen.

### Vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan



### Herstelt snel na een moeilijke periode

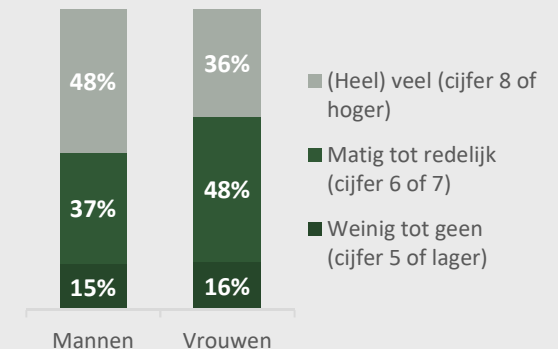


## Vertrouwen in de toekomst

Ondanks de coronacrisis hebben jongvolwassenen matig tot (heel) veel **vertrouwen in hun toekomst**.

Een klein percentage (16%) van de jongvolwassenen in Velsen heeft weinig tot geen vertrouwen in zijn/haar toekomst. Van de rest heeft 42% matig/redelijk veel vertrouwen in de toekomst en 42% heel veel vertrouwen in de toekomst. Mannen hebben meer vertrouwen in de toekomst dan vrouwen.

### Vertrouwen in de toekomst



*“Vertrouwen in de maatschappij flink gedaald door verdeeldheid over corona.”*

### Jongvolwassenen maken zich het meest zorgen om:

- Woningmarkt (76%)
- Klimaat (45%)
- Discriminatie van groepen in de samenleving (34%)

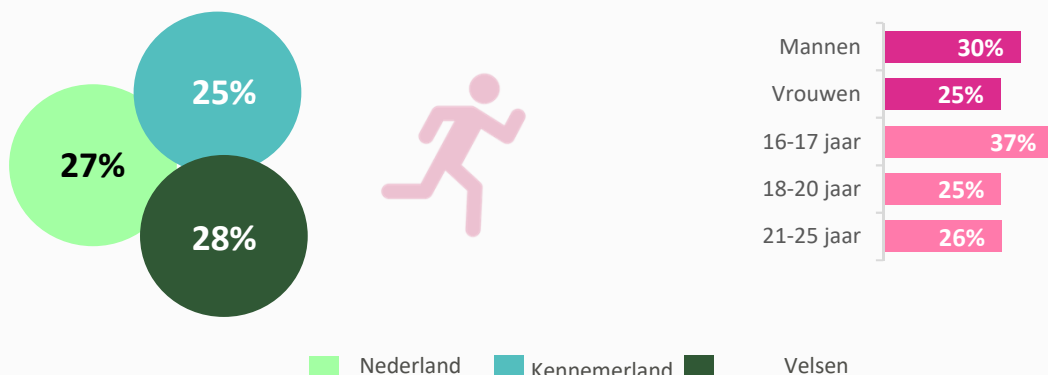


# Bewegen en sporten

## Jongvolwassenen bewegen te weinig...

Het advies voor (jong)volwassenen (18+) is minimaal 150 minuten per week matig intensief inspanssen, verspreid over verschillende dagen en minimaal twee keer per week bot- en spierversterkende activiteiten te doen. De norm voor jongeren onder de 18 jaar is om nog meer te **bewegen**. Slechts 28% komt dagelijks aan minimaal een half uur beweging toe. Ongeveer de helft van de jongvolwassenen beweegt 5 of meer dagen per week minimaal een half uur. Mannen en 16-17 jarigen bewegen vaker dan vrouwen en 18-25 jarigen.

### Beweegt minstens 30 minuten per dag



## ...maar de meerderheid sport wel wekelijks

70% van de jongvolwassenen in Velsen sport minimaal één keer per week, 65% heeft een (online) lidmaatschap bij een sportvereniging of sportclub. Mannen sporten vaker bij een club of vereniging dan vrouwen. Daarnaast neemt het percentage jongvolwassenen dat sport af met de leeftijd.

### Sport wekelijks bij club, vereniging of sportschool



## Sporten in de buurt

Gedurende de coronacrisis werd het voor sommige jongvolwassenen moeilijker om te voldoen aan de beweegnorm, omdat sportscholen werden gesloten en er minder verplaatsingen plaatsvonden door thuiswerken en digitaal onderwijs. Het werd daardoor belangrijker om op eigen initiatief en in de eigen buurt mogelijkheden te vinden om te bewegen. Niet naar de sportschool of -vereniging kunnen werd door 40% van de jongvolwassene in Velsen ook aangegeven als één van de negatieve gevolgen van de coronacrisis.

Jongvolwassenen in Velsen vinden het minder prettig om in hun buurt te bewegen dan jongvolwassenen in regio Kennemerland en Nederland.



*"Buiten sporten toen dat kon en veel gewandeld."*

*"Je sport niet meer kunnen uitvoeren door de regels en daardoor een belangrijke bezigheid moeten missen."*

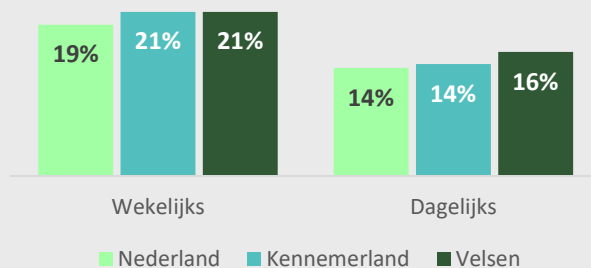
# Middelengebruik

## 1 op de 4 rookt wel eens

Roken is een belangrijke oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland. Hoe jonger iemand start met roken, hoe groter de kans is op een rookverslaving.

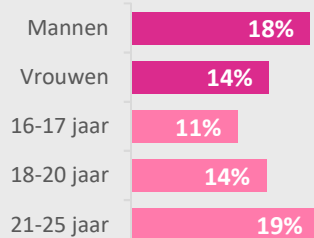
26% van de jongvolwassenen in Velsen rookt weleens tabak. 21% van de jongvolwassenen rookt wekelijks. 16% rookt dagelijks. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland.

Rookt tabak



Mannen en oudere jongvolwassenen roken vaker dagelijks tabak dan vrouwen en jongere jongvolwassenen.

Dagelijks tabak roken



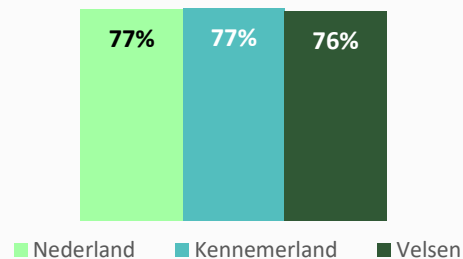
## Driekwart drinkt alcohol

De hersenen van jongvolwassenen zijn tot het 25e levensjaar volop in ontwikkeling. **Alcoholgebruik** onder jongvolwassenen is schadelijk voor de ontwikkeling van de structuur van de hersenen en verhoogt de kans op problematisch alcoholgebruik op latere leeftijd (Trimbos). Daarnaast kan het drinken van alcohol op langere termijn de kans op het krijgen van overgewicht, hart- en vaatziekten, leverziekten, hersenziekten en kanker verhogen.



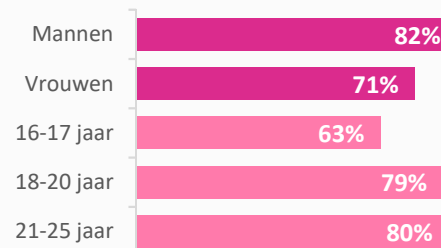
76% van de jongvolwassenen in Velsen heeft in de afgelopen 4 weken alcohol gedronken. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland.

Alcoholgebruik  
afgelopen 4 weken



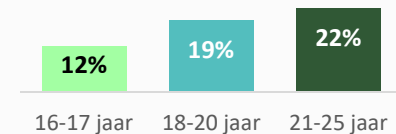
Dit wordt het meest gedaan door mannen en oudere jongvolwassenen (18 t/m 25 jaar).

Alcoholgebruik afgelopen 4 weken



19% van de jongvolwassenen in Velsen is een zware drinker (tenminste 1 dag in de week 6 of meer glazen (mannen) of 4 of meer glazen (vrouwen)).

Zware drinker



31% van de jongvolwassenen in Velsen geeft aan dat vrienden het normaal vinden om 10 glazen alcohol op één dag of avond te drinken. Boven de 18 jaar wordt dit vaker normaal gevonden dan bij 16/17-jarigen.

## Advies

Het advies van de Gezondheidsraad is: *drink geen alcohol of in ieder geval niet meer dan één glas per dag.*

39%

Voldoet aan dit advies

# Middelengebruik

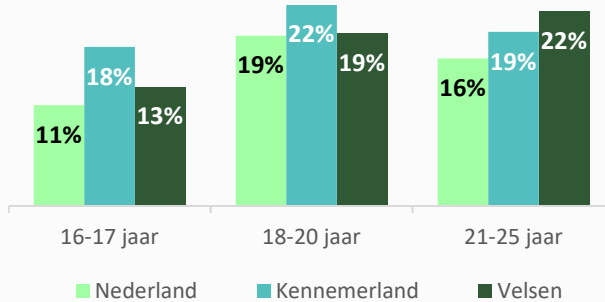
## 1 op de 5 gebruikt cannabis

Het gebruik van drugs leidt bij langdurig en regelmatig gebruik tot (geestelijke) afhankelijkheid, psychische stoornissen en andere gezondheidsrisico's.

19% van de jongvolwassenen in Velsen heeft in de afgelopen vier weken wiet/hasj gebruikt. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en meer dan in Nederland. Het softdrugs neemt toe met de leeftijd: oudere jongvolwassenen gebruiken vaker wiet/hasj dan jongere jongvolwassenen.



Cannabisgebruik  
afgelopen 4 weken

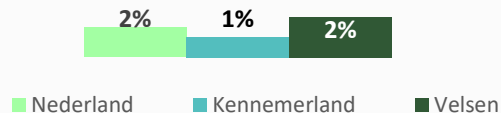


*“Er was geen uitlaatklep in de weekenden, daardoor ging ik uit verveling iets anders doen zoals wiet roken.”*

*“Lekker veel gesport, alleen wel meer geblowd.”*

## Weinig jongvolwassenen gebruiken lachgas

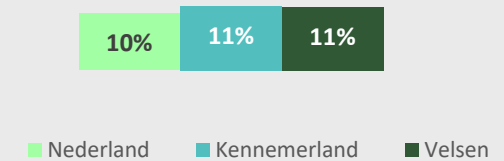
Lachgasgebruik  
afgelopen 4 weken



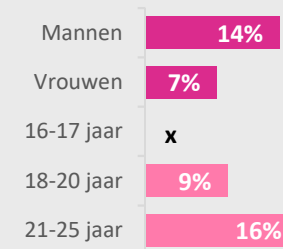
## 1 op de 10 gebruikt harddrugs

27% van de jongvolwassenen in Velsen heeft ooit harddrugs gebruikt. 11% heeft het in de afgelopen 4 weken gebruikt. Dat is vrijwel hetzelfde als in regio Kennemerland en Nederland.

Harddrugsgebruik  
afgelopen 4 weken



Mannen, ouderen jongvolwassenen (21-25 jaar) gebruiken vaker harddrugs dan vrouwen en jongere jongvolwassenen (18-20 jaar).



Harddrugs die in de afgelopen vier weken het vaakst door jongvolwassenen zijn gebruikt:

- XTC (7%)
- Cocaine (5%)



# Kernboodschappen

## Mentale gezondheid staat onder druk

Het aantal jongvolwassenen met serieuze suïcidale gedachten is schrikbarend hoog: 29% dacht hier 'een enkele keer' of 'af en toe' aan en 5% zelfs '(heel) vaak'. 52% heeft psychische klachten en 45% stress door één of meer factoren zoals school/studie en verwachtingen. Ook geven jongvolwassenen aan zich zorgen te maken om de woningmarkt, het klimaat en discriminatie.

In de sociale omgeving laten jongvolwassenen ook ongunstige cijfers zien. De meerderheid van de jongvolwassenen in Velsen voelt zich eenzaam (63%), waarvan 28% sterk eenzaam. Vrouwen hebben over het algemeen een slechtere mentale gezondheid dan mannen.



Wel minder dan in regio

## Alcohol, tabak en drugsgebruik is hoog

76% van de jongvolwassenen van 16 t/m 25 jaar drinkt alcohol en 19% is zware drinker. Daarnaast rookt 16% dagelijks en 21% wekelijks tabak. Ook heeft 19% in de afgelopen vier weken wiet of hasj gebruikt en 11% harddrugs.

Ondanks dat alcohol, tabak en cannabis verboden is voor personen onder de 18 jaar, wordt dit in Velsen toch veel gebruikt door de 16-17 jarigen.



Neemt toe met leeftijd

## Veel overgewicht en weinig beweging

27% van de jongvolwassenen in Velsen heeft overgewicht: 20% matig en 7% ernstig.

Daarnaast komt slechts 28% dagelijks aan minimaal een half uur beweging toe. Wél is de meerderheid (70%) lid van een sportvereniging.

De toenemende leeftijd (en de bijbehorende levensfase) lijkt een negatieve invloed te hebben op het gewicht en beweeg gedrag van jongvolwassenen. Met leeftijd neemt het aandeel overgewicht namelijk toe, terwijl het beweeg gedrag juist afneemt. Naast bewegen zijn er nog andere factoren, zoals voeding, slaap en stress, die bij kunnen dragen aan het ontstaan van overgewicht.



Vooral bij oudere jongvolwassenen

## Negatieve, en enkele positieve gevolgen coronaperiode

De coronamaatregelen zoals lockdowns, sluiting van scholen, digitale lessen, verplicht thuiswerken en 1,5 meter afstand houden hebben invloed gehad op het dagelijks leven van jongvolwassenen. 44% van de jongvolwassenen in Velsen heeft enkel negatieve gevolgen ervaren van de coronaperiode. Afwezigheid van evenementen en buitenland vakanties, minder goed in je vel zitten en minder sociale contacten werden het vaakst als reden genoemd. Dat de coronaperiode impact had op een groot deel blijkt ook uit het aantal jongvolwassenen (60%) dat extra hulp of steun nodig had tijdens de coronaperiode.

Toch had de coronaperiode voor jongvolwassenen ook een positieve invloed. Zo gaven ze aan minder geld uit te geven, hadden ze meer rust en minder reistijd door thuisonderwijs of thuiswerken.



# Contact

Heeft u nog vragen over het onderzoek of over het gezondheidsbeleid? Neem dan contact op met team onderzoek via [epi@ggdkennemerland.nl](mailto:epi@ggdkennemerland.nl) of met uw Adviseur Publieke Gezondheid Emmy Jaspers [emmy.jaspers@ggdkennemerland.nl](mailto:emmy.jaspers@ggdkennemerland.nl).

## Meer weten?

In ons digitale dashboard [www.gezondheidsatlaskennemerland.nl](http://www.gezondheidsatlaskennemerland.nl) vindt u meer cijfers over de gezondheid van inwoners in de regio.

## Colofon

### Team Advies & Onderzoek

Amber Berlijn  
Dirk Hoevenaars

GGD Kennemerland, maart 2023

*Iconen afkomstig van flaticon.com*



# Tabellenboek gezondheidsmonitor Jongvolwassenen Velsen

© GGD Kennemerland, periode 2022



## Toelichting

De eerste acht kolommen tonen de resultaten van de gemeente Velsen; uitgesplitst naar geslacht, leeftijdsgroep en onderwijsniveau, en totaal.

De laatste kolommen zijn bedoeld om de resultaten van de gemeente Velsen te kunnen vergelijken met de resultaten van Regio Kennemerland (KL) en Nederland (NL)

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

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

Een \* in de tabel betekent dat er onvoldoende respondenten zijn (minder dan 50) om betrouwbare resultaten te tonen of dat er minder dan 5 respondenten dit antwoord hebben aangekruist.

Voor meer informatie, zie de Gezondheidsatlas van Kennemerland ([www.gezondheidsatlaskennemerland.nl](http://www.gezondheidsatlaskennemerland.nl)). Heeft u vragen, stuur dan een mail naar [epi@ggdkennemerland.nl](mailto:epi@ggdkennemerland.nl).

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	Totaal Velsen 2022	Totaal KL 2022	Totaal NL 2022
	173	200	71	147	163	381	3244	69750

## Wonen, werken, opleiding en financiën

### Woonsituatie

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	Totaal Velsen 2022	Totaal KL 2022	Totaal NL 2022
	%	%	%	%	%	%	%	%
Ik woon bij mijn ouder(s)/verzorger(s)	82	82	96	90	71	82	78	66
Ik woon zelfstandig/alleen	7	3	*	*	9	5	7	9
Ik woon in een huis samen met anderen (bijvoorbeeld een studentenhuis)	5	4	*	6	5	5	6	14
Ik woon samen met mijn partner	3	7	*	*	10	5	7	9
Ik woon samen met mijn partner en kind(eren)	*	*	*	*	*	*	0	1
Ik woon alleen met mijn kind(eren)	*	*	*	*	*	*	*	0
Ik heb geen vaste woon-/verblijfplek	*	*	*	*	*	*	0	0
Anders	*	*	*	*	*	1	0	1

### Werk en opleiding

Heeft een betaalde baan	89	81	78	79	90	84	86	84
Is werkloos/werkzoekend	*	*	*	*	*	*	1	1
Is arbeidsongeschikt/langdurig ziek	*	*	*	*	*	*	1	1
Heeft een bijstandsuitkering	*	*	*	*	*	*	0	1
Volgt een opleiding	68	71	95	81	53	70	73	72

### Financiën

Heeft schulden	13	12	*	12	18	12	15	16
Heeft moeite om alles te betalen wat moet	28	36	15	36	36	32	31	31
Heeft het gevoel weinig controle te hebben over geldzaken	19	27	15	25	26	23	23	24

## Corona

### Hoe heeft de coronaperiode jouw leven beïnvloed?

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	Totaal Velsen 2022	Totaal KL 2022	Totaal NL 2022
	%	%	%	%	%	%	%	%
Heel positief	*	*	*	*	*	*	1	1
Positief	7	5	*	12	5	7	6	5
Zowel positief als negatief	38	45	40	37	45	42	46	46
Negatief	22	34	31	32	24	28	26	26
Heel negatief	21	13	13	12	21	17	16	16
Geen invloed	9	3	9	8	4	6	5	5

### Meest positieve gevolgen van coronaperiode

Beter in zijn/haar vel zitten	7	7	*	8	6	7	6	6
Meer rust	30	26	36	29	27	29	34	36
Betere balans studie/werk en privé	10	9	13	10	9	10	11	11
Meer tijd voor familie/vrienden	31	20	20	36	21	26	26	26
Minder reistijd door thuis onderwijs volgen/thuis werken	26	35	14	41	29	30	33	33
Thuis onderwijs volgen / thuis werken	18	24	25	27	17	22	22	24
Gezonder eten	10	7	11	7	11	9	9	9
Meer bewegen	20	16	26	17	16	18	18	18
Beter slapen	4	4	*	9	*	4	6	6
Minder geld uitgegeven	36	30	44	35	29	34	37	39
Een ander positief gevolg	9	13	14	*	13	10	7	7

### Meest negatieve gevolgen van coronaperiode

Langdurig herstel na coronabesmetting	7	10	11	7	9	9	10	10
Uitstel van zorg die hij/zij nodig had	5	11	9	12	6	8	7	8
Overlijden/ernstig ziek zijn door corona van naaste	9	9	17	9	7	9	7	7
Minder goed in zijn/haar vel zitten	36	48	44	41	41	42	40	42
Afwezigheid festivals, sportwedstrijden, buitenland vakantie	60	49	56	52	54	54	55	53
Belangrijke gebeurtenissen missen (bijv. diploma-uitreiking of begrafenissen)	22	28	12	27	29	25	25	26
Niet naar (sport)clubs of (andere) verenigingen kunnen	48	31	39	40	40	40	39	37
Familie of vrienden minder vaak zien of geen bezoek aan kwetsbare ouderen	34	46	44	38	39	40	43	43
Minder nieuwe mensen leren kennen	41	29	20	45	35	35	39	37
Minder kunnen daten	17	6	*	12	15	12	10	9
Ruzie of spanningen thuis	21	29	36	26	22	26	24	22
Thuis onderwijs volgen / thuis werken	32	34	46	36	25	32	29	30
Gestopt zijn met studie / studievertraging opgelopen	12	14	*	16	14	13	15	16
Het door elkaar lopen van privé en studie/werk	11	15	*	11	16	13	14	17
Zorgen om baan/inkomen	11	11	10	7	14	11	11	12
Gebrek aan beweging	22	17	19	16	23	20	19	19
Een ander negatief gevolg	*	5	9	*	4	4	3	3



## Gezondheid

### Ervaren gezondheid

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	Totaal Velsen 2022	Totaal KL 2022	Totaal NL 2022
	%	%	%	%	%	%	%	%
(Zeer) goed	72	60	65	60	69	65	66	64
Gaat wel	24	33	29	34	26	29	27	29
(Zeer) slecht	4	7	*	6	5	6	7	7

### Gezondheidsklachten

Ervaarde (zeer) vaak 1 of meer klachten in de afgelopen 4 weken	71	84	75	80	77	77	76	77
Ervaarde (zeer) vaak 5 of meer klachten in de afgelopen 4 weken	10	34	25	21	22	22	25	26
Had in de afgelopen weken (zeer) vaak last van:								
Buik- of maagklachten	13	29	26	25	15	20	22	23
Hartkloppingen	4	13	9	10	8	9	9	10
Hoofdpijn	15	36	29	26	26	26	27	29
Duizelig/licht in het hoofd	14	25	32	19	18	21	20	21
Overgevoelig voor licht of geluid	9	22	18	15	17	17	17	18
Spier-/gewrichtsklachten	9	24	11	14	18	16	18	18
Hoest-/keelklachten	17	25	17	20	22	21	22	21
Prikkelbaar/geïrriteerd	27	43	35	40	34	36	35	35
Geheugen of concentratieproblemen	22	42	37	36	28	32	32	34
Slaapproblemen	27	39	34	30	35	33	31	31
Moe	42	63	45	51	56	52	52	53
Bezocht de huisarts voor 1 of meer klachten in de afgelopen 4 weken	10	22	20	16	14	16	17	17
Bezocht de huisarts voor 1 of meer klachten in de afgelopen 12 maanden	28	47	44	29	40	37	39	39

### Gewicht

Ondergewicht (BMI tot 18,5)	*	4	*	*	5	3	4	4
Gezond gewicht (BMI 18,5 - 20)	10	10	*	14	11	10	8	8
Gezond gewicht (BMI 20 - 25)	58	61	83	56	53	60	64	61
Overgewicht (BMI 25 - 30)	23	17	9	17	25	20	18	19
Obesitas (BMI > 30)	5	8	*	9	6	7	6	8

## Lekker in je vel

### Geluk

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	Totaal Velsen 2022	Totaal KL 2022	Totaal NL 2022
	%	%	%	%	%	%	%	%
Voelde zich in de afgelopen 4 weken vaak tot voortdurend gelukkig	62	56	66	59	55	58	59	56

### Tevredenheid met zichzelf

Niet tevreden (cijfer 5 of lager)	7	22	21	15	12	15	17	18
Tevreden (cijfer 6 of 7)	57	51	49	56	55	54	51	51
Zeer tevreden (cijfer 8 of hoger)	36	27	29	29	33	31	33	30

### Tevredenheid met zijn/haar lichaam

Niet tevreden (cijfer 5 of lager)	22	34	33	27	28	29	27	29
Tevreden (cijfer 6 of 7)	45	47	38	49	46	45	45	47
Zeer tevreden (cijfer 8 of hoger)	33	19	30	24	26	26	28	25

### Tevredenheid met zijn/haar leven

Niet tevreden (cijfer 5 of lager)	16	19	20	19	17	18	19	20
Tevreden (cijfer 6 of 7)	45	48	44	39	51	46	44	44
Zeer tevreden (cijfer 8 of hoger)	39	33	35	43	32	36	38	36

## Mentaal welbevinden

### Psychische klachten (MHI-5)

Geen psychische klachten	55	43	57	52	42	48	49	47
Lichte psychische klachten	33	33	24	32	37	33	30	30
Matige psychische klachten	11	16	10	13	16	14	14	14
Ernstige psychische klachten	*	8	8	3	5	5	8	9
Heeft psychische klachten (MHI-5)	45	57	43	48	58	52	51	53
Is in het dagelijks leven vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten	16	28	27	24	19	22	21	24

### Suicide

Had afgelopen 12 maanden suicidegedachten	27	38	37	29	35	34	31	33
Had afgelopen 12 maanden (heel vaak) suicidegedachten	*	6	10	4	3	5	7	7

### Stress

Voelt zich soms tot heel vaak gestrest	69	89	81	76	81	79	81	82
Voelt zich (heel) vaak gestrest	36	53	48	42	46	45	47	48
Voelt zich (heel) vaak gestrest op het gebied van:								
Studie of school	22	37	40	35	24	30	33	34
Werk of bijbaan	18	27	14	20	28	23	23	23
Eigen gezondheid	11	23	16	17	17	17	16	16





**Word je wel eens geestelijk mishandeld?**

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	Totaal Velsen 2022	Totaal KL 2022	Totaal NL 2022
	%	%	%	%	%	%	%	%
Ja	8	9	17	11	6	10	9	9
Nee, vroeger wel maar nu niet meer	26	39	25	26	38	32	32	34
Nee, nooit	64	51	52	62	55	57	58	55
Zeg ik liever niet	*	*	*	*	*	2	2	3

**Word je wel eens lichamelijk mishandeld?**

Ja	3	3	*	*	3	3	3	3
Nee, vroeger wel maar nu niet meer	14	14	20	14	13	15	12	13
Nee, nooit	81	82	76	82	82	81	83	82
Zeg ik liever niet	*	*	*	*	*	*	2	2

**Heb je wel eens een seksuele ervaring met iemand gehad zonder dat je dat wilde?**

Ja	4	30	13	15	19	17	23	24
Nee	93	68	80	84	78	80	74	73
Zeg ik liever niet	*	*	*	*	*	3	3	3

**Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen in de toekomst****Weerbaarheid**

Is voldoende weerbaar	88	77	75	86	84	83	83	81
-----------------------	----	----	----	----	----	----	----	----

**Veerkracht**

Vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan	19	31	19	24	29	25	30	31
Herstelt na een moeilijke periode meestal weer snel	65	48	65	49	57	56	55	53

**Vertrouwen in zijn/haar eigen toekomst**

Weinig tot geen vertrouwen in zijn/haar eigen toekomst (cijfer 5 of lager)	15	16	18	14	17	16	16	16
Matig tot redelijk vertrouwen in zijn/haar eigen toekomst (cijfer 6 of 7)	37	48	41	45	40	42	39	40
(Heel) veel vertrouwen in zijn/haar eigen toekomst (cijfer 8 of hoger)	48	36	41	41	43	42	46	44

Heeft (heel) veel zorgen over:

Werkgelegenheid	12	14	16	11	15	14	13	13
Woningmarkt	75	77	57	78	82	76	75	71
Klimaat	39	51	45	44	46	45	47	47
Discriminatie van groepen in de samenleving	24	41	39	34	31	34	38	37
Tegenstellingen tussen groepen in de samenleving	22	31	13	29	32	28	32	34
Oorlogen	18	45	24	31	34	31	31	32
Een of meer maatschappelijke thema's	85	91	79	88	91	88	88	86

## Bewegen en sporten

### Bewegen

	Man	Vrouw	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	Totaal Velsen 2022	Totaal KL 2022	Totaal NL 2022
	%	%	%	%	%	%	%	%
Beweegt dagelijks minimaal een half uur	30	25	37	25	26	28	27	25
Beweegt 5 of meer dagen per week minimaal een half uur	64	45	65	56	50	55	56	54
Vindt de buurt prettig om in te bewegen (zoals wandelen, hardlopen of fietsen)	55	51	51	51	55	53	60	59

### Sport

Is lid van een sportclub, sportvereniging of heeft een (online) sportabonnement	67	63	75	64	61	65	63	59
Sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool	74	65	76	70	67	70	73	69
Sport 2 of meer dagen per week bij club, vereniging of sportschool	66	54	64	62	58	60	61	57

## Middelengebruik

### Alcohol

Drinkt niet of maximaal 1 glas per dag (richtlijn RGV 2015)	31	46	59	33	35	39	37	39
Afgelopen 12 maanden alcohol gedronken	91	84	72	88	93	87	87	86
Laatste 4 weken alcohol gedronken	82	71	63	79	80	76	77	77
Zware drinker (dwz minstens 1x pw 6 (m) dan wel 4 (v) glazen of meer per dag)	21	18	12	19	22	19	20	21
Drinkt soms tot altijd alcohol als hij/zij alleen is	12	4	*	5	12	8	8	10
Vrienden vinden het normaal om 10 glazen op één dag of avond te drinken	36	26	14	36	34	31	33	33

### Roken

Rookt tabak	31	22	16	23	32	26	28	26
Rookt wekelijks tabak	24	18	14	17	26	21	21	19
Rookt dagelijks tabak	18	14	11	14	19	16	14	14

### Softdrugs

Laatste 4 weken cannabis gebruikt	23	15	13	19	22	19	20	16
-----------------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----

### Lachgas

Laatste 4 weken lachgas gebruikt	4	*	*	*	4	2	1	2
----------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---

