



Datum 20 januari 2025  
Kenmerk DOC-25009249  
Inlichtingen Joek Boomsma  
Telefoon (06) 22737564  
Onderwerp Resultaten GGD  
Gezondheidsmonitor  
Jongvolwassenen 2024

Gemeenteraden  
Blaricum, Gooise Meren, Hilversum, Huizen, Laren  
en Wijdemeren

*Onder embargo tot dinsdagochtend 21 januari  
07.00 uur*

Geachte raadsleden,

U ontvangt deze brief, over de resultaten van de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024, namens het algemeen bestuur van de Regio Gooi en Vechtstreek.

**Iets meer dan de helft van de jongvolwassenen beoordeelt de eigen mentale gezondheid als (zeer) goed. De mentale gezondheid van 16- tot en met 25-jarigen verdient dan ook nog steeds aandacht. Wel lijkt er in vergelijking met 2022 een lichte verbetering te zijn op een aantal vlakken van mentale gezondheid, zoals geluk, stress en eenzaamheid. Dit blijkt uit de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024, een grootschalig vragenlijstonderzoek uitgevoerd onder ruim tweeduizend jongvolwassenen uit regio Gooi en Vechtstreek.**

Iets meer dan de helft van de jongvolwassenen (54%) ervaart de eigen mentale gezondheid als (zeer) goed, terwijl 34% deze als matig en 12% als (zeer) slecht ervaart. Daarnaast voelt één op de zes (16%) zich vaak beperkt door psychische klachten in het dagelijks leven en een vijfde van de jongvolwassenen kampt met sterke eenzaamheid (21%).

### **Lichte verbetering mentale gezondheid ten opzichte van 2022**

Ondanks dat de resultaten van de monitor laten zien dat aandacht nodig blijft voor de mentale gezondheid, zijn de uitkomsten hoopgevend. Het aantal jongvolwassenen (16%) dat zich door psychische klachten vaak beperkt voelt, is ten opzichte van twee jaar terug verbeterd. Toen was dit 26%. Deze verbetering geldt ook voor het aantal jongvolwassenen dat zich sterk eenzaam voelt (21% t.o.v. 28% in 2022) en zich (heel) vaak gestrest voelt (41% tegenover 51% in 2022). Ook op andere vlakken van mentale gezondheid is vergeleken met 2022 voortuitgang te zien. Meer jongvolwassenen voelen zich gelukkig (65% tegenover 56% in 2022) en ze zijn vaker tevreden met zichzelf (87% tegenover 81% in 2022) en het leven (87% tegenover 80% in 2022).

### **Blijvende aandacht nodig voor mentale gezondheid**

Afgezien van de lichte verbetering is blijvende aandacht nodig voor de (mentale) gezondheid van jongvolwassenen. Met name de mentale gezondheid van vrouwen en 21- tot en met 25-jarigen is

kwetsbaar. Zij zijn relatief het minst vaak gelukkig, hebben meer moeite met rondkomen, ervaren hun mentale gezondheid vaker als (zeer) slecht en hebben vaker te maken (gehad) met mishandeling.

### **Hoog middelengebruik en risicovol gebruik van sociale media**

In Gooi en Vechtstreek wordt over het algemeen meer gedronken dan landelijk. Driekwart van de jongvolwassenen (76%) heeft in de laatste vier weken alcohol gedronken. Dit is hoger dan het landelijke gemiddelde. Wel drinken minder jongvolwassenen alcohol dan in 2022, toen was dit nog 82%. Daarnaast rookt 19% dagelijks en 20% heeft in de afgelopen vier weken hasj/wiet gebruikt. Ook dit is hoger dan het landelijk gemiddelde. Er wordt wel minder gevapet dan landelijk: 9% vapet wel eens en 3% vapet dagelijks.

Uit de gezondheidsmonitor komt ook naar voren dat een deel van de jongvolwassenen problemen ervaart door gebruik van sociale media. Ruim een derde (36%) van de jongvolwassenen geeft aan het (zeer) vaak moeilijk te vinden om met sociale media te stoppen. Bij ruim een kwart van de jongvolwassenen (27%) is sprake van risicovol gebruik van sociale media.

### **In gesprek over de resultaten**

De Gezondheidsmonitors van 2022 en 2024 zijn uitgevoerd in het kader van het Gezondheidsonderzoek COVID-19, met als doel uit te zoeken hoe het gaat met jongvolwassenen net na corona en twee jaar later. Joke Lanphen, bestuurlijk trekker van de GGD: "De resultaten van de monitor zijn hoopgevend, het gaat langzaam beter met de mentale gezondheid van jongvolwassenen. Toch lijkt het dat er landelijke én lokale (politieke) inzet nodig is om verdere verbetering te realiseren." De GGD gaat in gesprek met gemeenten en partners in het gezondheids-, welzijns- en onderwijsdomein over de resultaten van het onderzoek.

### **Over het onderzoek**

Van april tot en met juli 2024 hebben alle GGD'en, samen met het RIVM en GGD GHOR Nederland, een onderzoek uitgevoerd onder 16- tot en met 25-jarigen in Nederland: de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024. Ruim 2.000 jongvolwassenen in Gooi en Vechtstreek vulden de vragenlijst in over hun gezondheid, welzijn en leefstijl. Landelijk werd de vragenlijst door ruim 135.000 jongvolwassenen ingevuld. Respondenten zijn met name geworven via advertenties op sociale media. Alle regionale resultaten staan op de [GGD-website](#).

Ter verdieping en om resultaten van de vragenlijst beter te begrijpen, is landelijk aanvullend kwalitatief onderzoek uitgevoerd. De resultaten van dit aanvullende onderzoek worden over enkele weken gepubliceerd. Het onderzoek is onderdeel van het [Gezondheidsonderzoek COVID-19](#) van Netwerk Gezondheidsonderzoek bij Rampen (RIVM, GGD'en, GGD GHOR Nederland, het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum) in opdracht van het ministerie van VWS en ZonMw

Mocht u meer willen weten, dan verwijzen wij u graag naar Joke Boomsma, directeur publieke gezondheid van de GGD. Ook kunt u terecht op de [website](#) van de GGD.

Met vriendelijke groet,

namens het algemeen bestuur Regio Gooi en Vechtstreek

Joke Lanphen  
bestuurlijk trekker GGD Gooi en Vechtstreek