

Datum **17 juni 2025**
Kenmerk **DOC-25011189**
Inlichtingen
Telefoon
Onderwerp **Resultaten GGD
Gezondheidsmonitor
Volwassenen & Ouderen 2024**

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

Geachte raadsleden,

U ontvangt deze brief, over de resultaten van de [Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2024](#), namens het algemeen bestuur van Regio Gooi en Vechtstreek.

Steeds meer inwoners in de regio Gooi en Vechtstreek hebben een gezonde leefstijl. Er wordt minder alcohol gedronken, minder gerookt en meer bewogen. Dat blijkt uit de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2024. Dit is een groot vragenlijstonderzoek onder inwoners van 18 jaar en ouder. Het onderzoek is in heel Nederland uitgevoerd door alle GGD'en, het RIVM en het CBS.

De meeste volwassenen (80%) en ouderen (69%) in onze regio voelen zich (heel) gezond. Vergeleken met het Nederlandse gemiddelde scoort Gooi en Vechtstreek hoger. Daarnaast voelt driekwart (76%) van de volwassenen en 82% van de ouderen zich vaak tot voortdurend gelukkig. Dit is gelijk aan de landelijke uitkomsten.

In twaalf jaar tijd leefstijl van Gooise inwoners (iets) gezonder

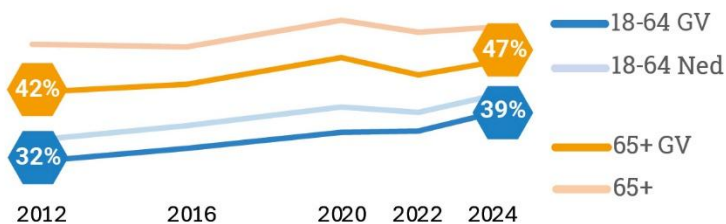
Inwoners van Gooi en Vechtstreek houden er vaker een (iets) gezondere leefstijl op na. In twaalf jaar tijd is het aantal mensen dat niet of met mate alcohol drinkt, gestegen. Een andere trend is dat het aantal overmatige drinkers gestaag daalt. 39% van de volwassenen en 47% van de ouderen drinkt niet of met mate; 16% van de volwassenen en 22% van de 65-plussers drinkt overmatig alcohol. Overigens ligt het alcoholgebruik in regio Gooi en Vechtstreek nog steeds iets boven het landelijk gemiddelde.

Ook het aantal rokers neemt door de jaren heen af. Dit is gelijk aan de landelijke trend. Wel is de daling sinds 2022 gestagneerd. Het percentage rokers in 2024 is hetzelfde als in 2022. 17% van de volwassenen rookt en 9% van de 65-plussers.

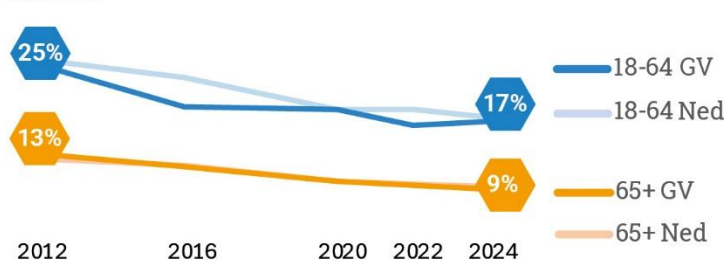
Iets meer dan de helft van de volwassenen (55%) en 44% van de ouderen *beweegt gezond*, zij voldoen aan de Nationale Beweegrichtlijn. Dit is hoger dan het landelijk gemiddelde. Door de jaren heen neemt het percentage ouderen dat goed in beweging is, toe. Bij volwassenen is dit percentage stabiel door de jaren heen.

Deze tekst in deze brief is met zorg samengesteld. Soms staan in de brief links naar externe websites. Regio Gooi en Vechtstreek is niet verantwoordelijk of aansprakelijk voor de inhoud van deze websites. Lees ook onze [privacyverklaring](#).

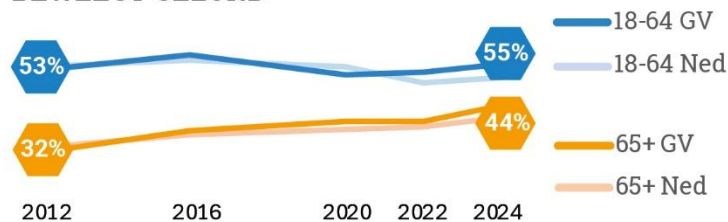
DRINKT NIET OF MET MATE



ROOKT



BEWEEGT GEZOND



Bron: GGD Gooi en Vechtstreek
Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2024

Aantal volwassenen met hoog risico op angststoornis of depressie groeit, evenals sterke eenzaamheid

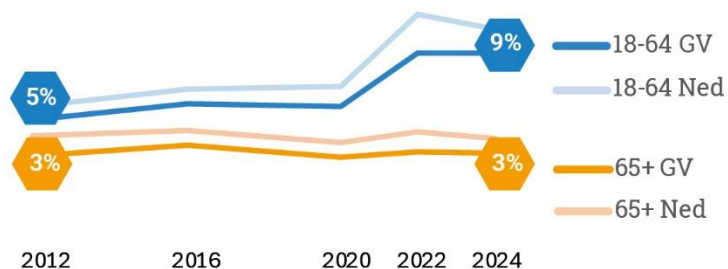
Veel inwoners hebben een goede mentale gezondheid. In vergelijking met het landelijke gemiddelde komen ernstige psychische klachten minder vaak voor: 9% van de volwassenen en 3% van de ouderen heeft een hoog risico op een angststoornis of depressie. In 2022 en 2024 ligt het percentage volwassenen met een hoog risico op angststoornis of depressie hoger dan daarvoor.

Er heerst een hoge tevredenheid over de woonomgeving en het groen in de buurt. Het aantal burens dat elkaar te hulp schiet, is licht afgenomen. In 2022 en 2024 voelen meer volwassenen zich (zeer) sterk eenzaam dan in de metingen daarvoor; 13% van de volwassenen en 10% van de ouderen voelt zich (zeer) sterk eenzaam.

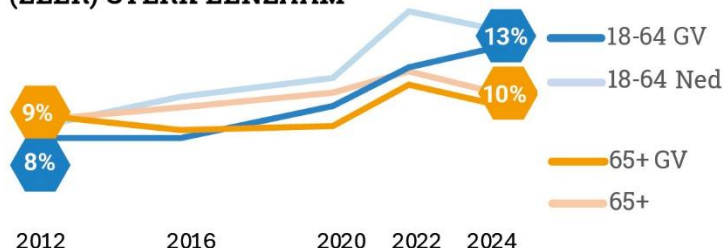
Meer mantelzorgers voelen zich zwaar belast of overbelast

Ruim een kwart van de volwassen mantelzorgers (27%) en ruim een op de vijf oudere mantelzorgers (21%) geeft aan tamelijk zwaar, zeer zwaar of overbelast te zijn. Dit is gelijk aan de landelijke uitkomsten. Hoewel het percentage mantelzorgers stabiel is door de jaren heen, geven na 2020 meer mantelzorgers aan (redelijk) zwaar of overbelast te zijn.

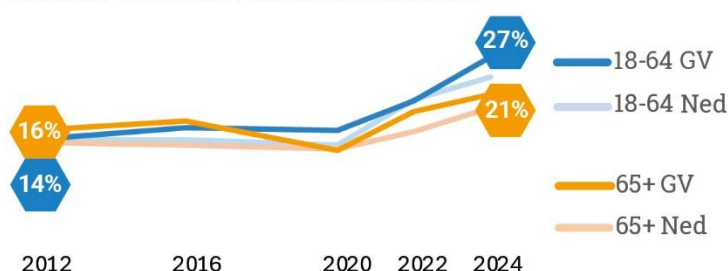
HOOG RISICO ANGSTSTOORNIS OF DEPRESSIE



(ZEER) STERK EENZAAM



ZWAAR BELASTE MANTELZORGER



Bron: GGD Gooi en Vechtstreek
Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2024

Over het onderzoek

De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen werd uitgevoerd tussen september en december 2024. Alle GGD'en en de gemeente Utrecht deden mee. Ook het RIVM, het CBS en GGD GHOR Nederland werkten mee. Bijna een half miljoen mensen in Nederland van 18 jaar en ouder vulden een vragenlijst in over hun gezondheid, welzijn, leefstijl en leefomgeving. In Gooi en Vechtstreek waren er dat bijna 9,5 duizend. Er zijn ook gegevens uit de Gezondheidsenquête en Leefstijlmonitor gebruikt. De resultaten helpen gemeenten en beleidsmakers om gericht te werken aan een betere gezondheid.

Bespreken van de resultaten

GGD Gooi en Vechtstreek nodigt ambtenaren (gezondheid en uit andere domeinen) uit om in gesprek te gaan over de resultaten van de Gezondheidsmonitor. Dit najaar worden gesprekken per gemeente georganiseerd voor verdiepende analyses op lokaal niveau. In het [tabellenboek](#) zijn de resultaten per gemeente te vinden. De GGD bespreekt de resultaten ook met diverse samenwerkingspartners.

Meer informatie kunt u verkrijgen via Joek Boomsma, directeur Publieke Gezondheid GGD Gooi en Vechtstreek via

Met vriendelijke groet,
namens het algemeen bestuur

Joke Lanphen
bestuurlijk trekker GGD Gooi en Vechtstreek