Regio Gooi en Vechtstreek

INFORMATIEBRIEF

Datum	**28 mei 2024**
Kenmerk	**DOC-24005723**
Inlichtingen	**Joek Boomsma**
Telefoon	**(06) 22737564**
Onderwerp	**Resultaten Gezondheidsmonitor Jeugd 2023-2024**

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

Geachte raadsleden,

U ontvangt deze brief, over de resultaten van de Gezondheidsmonitor Jeugd 2023-2024, namens het algemeen bestuur van de Regio Gooi en Vechtstreek.

Ruim driekwart van de jongeren in Gooi en Vechtstreek voelt zich gezond en gelukkig. Toch zijn minder tweede- en vierdeklassers positief over hun eigen gezondheid dan voorgaande jaren. Ook hun mentale gezondheid laat na de coronapandemie nog geen herstel zien. Daarnaast is er een toename van ongezond gedrag, zoals vapen en problematisch gebruik van sociale media. Dit blijkt uit de Gezondheidsmonitor Jeugd 2023, een onderzoek onder ruim 2800 jongeren uit de regio. Zestien van de achttien middelbare scholen deden mee. Het onderzoek is uitgevoerd door GGD Gooi en Vechtstreek en het RIVM in het najaar van 2023. Deze resultaten komen overeen met de landelijke trend en laten zien dat er stevige maatregelen nodig zijn om de kwetsbaarheid van jongeren aan te pakken.

Resultaten

Mentale gezondheid niet hersteld

De ervaren gezondheid van jongeren neemt af. In 2015 gaven ruim acht op de tien (84%) aan hun gezondheid als (zeer) goed te ervaren. Bij de laatste meting in 2023 is dit gedaald naar 77%, landelijk is dit 80%. Bij de vorige meting, in 2021 in coronatijd, gaven leerlingen aan dat ze zich minder gelukkig voelden. In de meting van 2023 is dit gestabiliseerd (78%, landelijk is dit 77%). Ten opzichte van vóór de coronaperiode in 2019, ervaren jongeren evenveel stress. De belangrijkste oorzaak van stress onder jongeren is school of huiswerk (35%). Ook krijgen jongeren vaak stress door de combinatie van alles wat ze moeten doen (32%). De vorige meting vond midden in de coronaperiode plaats, toen er veel maatregelen waren die invloed hadden op het welbevinden van jongeren. Het is zorgwekkend dat de resultaten sindsdien niet zijn hersteld of verbeterd. Overigens geeft 96% van de jongeren wel aan bij iemand terecht te kunnen als zij ergens mee zitten. Zij vallen meestal terug op hun ouders en vrienden.

Aandacht voor sociale veiligheid

Het aantal leerlingen dat aangeeft in de laatste drie maanden te zijn gepest, is gestegen van acht procent in 2019 (voor corona) naar zeventien procent. Ook het percentage jongeren dat aangeeft dat er zonder hun toestemming (tegen hun wil) vervelende foto's of filmpjes zijn verspreid (via internet of sociale media) is gestegen van dertien naar twintig procent. Daarnaast is het aantal leerlingen dat zegt eerlijk te kunnen zijn over LHBTQ+ in dezelfde periode gedaald van zevenentwintig naar veertien procent.

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.

Regio Gooi en Vechtstreek | Postbus 251, 1400 AG Bussum
Burgemeester de Bordesstraat 80, 1404 GZ Bussum | T: (035) 692 64 44 | info@regiogv.nl
KvK 32170415 | IBAN NL40 BNGH 0285 0321 94 | BIC BNGHNL2G

Toename ongezond gedrag
Alarmerend is de toename van het aandeel jongeren dat vapet (e-sigaret rookt): dit aantal is de laatste vier jaar fors toegenomen. In 2019 vapete één procent van de jongeren wekelijks, in 2023 is dat elf procent; deze stijging is ook landelijk te zien. Ook roken meer jongeren wekelijks sigaretten of shag (van zes procent in 2019 naar negen procent in 2023). Samen met de toename van vapen, betekent dit dat het rookgedrag van jongeren sterk is gestegen: Veertien procent van de jongeren rookt en/of vapet nu wekelijks (ten opzichte van zeven procent in 2019). Ook het risico op problematisch gebruik van sociale media neemt toe. Inmiddels loopt vijftien procent van de jongeren hierop risico, in 2019 was dat nog negen procent. Deze jongeren geven slaaptekort en het afraffelen van hun huiswerk aan als gevolg van hun sociale media gebruik.

Positief is dat alcoholgebruik ongeveer op het niveau is van vóór corona en dat veel jongeren elke dag lopend of fietsend naar school gaan. Ruim driekwart van de jongeren sport wekelijks bij een club of sportschool en bijna de helft beweegt vijf of meer dagen één uur per week.

“Pak de gezondheid van jongeren als geheel aan”

Waar het GGD Gooi en Vechtstreek (GGD GV) om gaat, is dat de kwetsbare gezondheid van jongeren wordt aangepakt. Daarvoor moet er overkoepelend gekeken worden naar het creëren van een gezonde leefomgeving. Pak de gezondheid van jongeren als geheel aan met een integrale aanpak die thema-overstijgend is. Want er is niet één oorzaak voor de problemen die de jeugd ervaren. Het is een wisselwerking van de fysieke- en sociale omgeving en individuele factoren.
Het gaat niet alleen om het beperken van aanbod in de fysieke omgeving (zoals een uitbreiding van Rookvrije zones bij ov-haltes en terrassen waar veel kinderen komen of een strengere handhaving op de verkoop van vapes met smaakjes/alcohol), maar ook de sociale omgeving. Hieronder valt het goede voorbeeld geven, zoals de sociale norm die je als volwassenen neerzet voor jongeren. Daarnaast is het belangrijk dat volwassenen jongeren leren om open in gesprek te gaan en te blijven praten over uitdagingen en moeilijkheden. Naast de ouderlijke rol hebben ook de school- en sportomgeving hierop invloed. Die invloed gaat over aandacht besteden aan respect voor elkaar en het bevorderen van sociaal gedrag. Iedere jongere moet zichzelf kunnen en durven zijn en zich veilig voelen. Daarvoor is het nodig dat ze zich kwetsbaar kunnen opstellen, dat ze zich gezien en geaccepteerd voelen en dat ze het gevoel hebben erbij te horen.
GGD GV vindt dat jongeren het verdienen om zich in een gezonde leefomgeving te ontwikkelen. Daarom moeten we in samenwerking met gemeenten en andere partners stevige maatregelen treffen om de kwetsbare gezondheid van jongeren gezamenlijk aan te pakken.

Integrale en thema-overstijgende aanpak

Gezondheidsbevordering en preventieprogramma’s
De drie meest urgente thema’s waarop GGD GV wil inzetten, zijn: rookvrij en daarmee ook vapevrij, het verbeteren van de mentale gezondheid van jongeren en aandacht voor sociale veiligheid. Het uitbreiden van inzet op preventie is essentieel. Interventies en programma’s voor deze thema's moeten aandacht krijgen en geborgd worden. Preventie is een kwestie van de lange adem.

Deze drie thema’s zijn niet nieuw. Diverse artsen sloegen al massaal alarm over de gevaren van vapen voor jongeren. *“We willen dat alle ouders deze 4 alarmerende feiten over vapen kennen”*, aldus de artsen (Artsen Slaan Alarm, april 2024[1]). GGD GV wil met scholen in gesprek gaan om het lesprogramma Helder op School integraal te borgen. Helder op School is een integrale, preventieve en planmatige aanpak die ingaat op middelengebruik, waaronder roken en vapen. Deze aanpak is een erkende en daarmee effectief bewezen interventie (Helder op School, Trimbos Instituut[2]). Scholen kunnen het lesmateriaal van Helder op School aanschaffen en GGD GV biedt vervolgens kosteloos de bijbehorende docententraining aan.

Investeren in een goede mentale gezondheid bij jeugdigen kan de kans op het ontstaan van latere problemen verkleinen. Dit is nodig aangezien internationaal onderzoek laat zien dat 62,5% van de psychische aandoeningen begint voor de leeftijd van 25 jaar en 34,6% zelfs al voor de leeftijd van 14 jaar. Het hebben van psychische problemen in de jeugd leidt vaak tot lichamelijke en psychische problemen op latere leeftijd, waaronder middelengebruik, slaapproblemen, depressieve stoornissen en suïcidaliteit (Mentale gezondheid van de jeugd, Trimbos Instituut[3]).

Sociale veiligheid is een belangrijke factor om de gezondheid van kwetsbare jongeren te verbeteren. Dit zijn bijvoorbeeld jongeren die worden gepest. Deze groep met zeer ongunstige gezondheidsuitkomsten voelt zich ongelukkiger, ervaart meer eenzaamheid en rookt wekelijks meer dan het gemiddelde van hun leeftijdsgenoten. Door preventief voorspellers van ongunstige gezondheidsgroepen aan te pakken, kan de gezondheid van grote groepen jongeren worden verbeterd. Waar preventie niet volstaat, dient extra ondersteuning en (individuele) zorg beschikbaar te zijn (Grote gezondheidsverschillen tussen groepen jongeren, GGD GHOR NL[4]).

Voor zowel mentale gezondheid als sociale veiligheid biedt GGD GV via de programma's Gezonde School en Bescherming & Opvang aandacht aan deze thema's. Het programma Bescherming & Opvang richt zich onder meer op de Week van de Mentale Gezondheid en trainingen van jeugdprofessionals. Vanuit het programma Gezonde School is er een regionaal aanbod beschikbaar voor het thema Welbevinden zodat iedere school in onze regio hiermee aan de slag kan.

Gezondheidsmonitor Jeugd 2023
In het najaar van 2023 voerden alle GGD'en, in samenwerking met het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, de Gezondheidsmonitor Jeugd uit onder middelbare scholieren in de tweede en vierde klas in heel Nederland. In totaal vulden ruim 188.000 leerlingen van 885 scholen van het regulier voortgezet onderwijs een vragenlijst in over gezondheid, leefstijl en welzijn. In 2015 en 2019 vonden eerdere metingen van de reguliere Gezondheidsmonitors Jeugd plaats. In 2021 was er een extra meting in het kader van corona. Door de resultaten van verschillende jaren naast elkaar te leggen, zijn brede ontwikkelingen te zien. Meer resultaten van de Gezondheidsmonitor Jeugd staan beschreven op de website van de GGD, Gezondheidsmonitor Jeugd 2023 en VZinfo. Lokale en regionale beleidsmakers kunnen de resultaten van de monitor gebruiken om beleid te maken en onderbouwen.

[1] Home 2024 - Artsen slaan alarm
[2] Over Helder op School - Trimbos-instituut (onder 'Grondig onderzocht en getest')
[3] Mentale gezondheid van de jeugd - Trimbos-instituut
[4] Grote gezondheidsverschillen tussen groepen jongeren – GGD GHOR NL

Mocht u meer willen weten, dan verwijs ik u graag naar Joek 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

Voor een overzicht van wat GGD Gooi en Vechtstreek momenteel doet op het gebied van roken/vapen, mentale gezondheid en sociale veiligheid van de jeugd, verwijs ik door naar de bijlage. Hierin staan voorbeelden van welke uitbreiding van programma's er mogelijk en gewenst zijn.