

Overzicht informatie GGD gezondheidsmonitors

Dit is een overzicht van de belangrijkste informatie uit de GGD gezondheidsmonitors voor gemeente Hoorn. Deze informatie is slechts een selectie, in de onderzoeksrapporten is meer informatie te vinden. Elk rapport heeft achterin een tabellenboek met daarin cijfers uitgesplitst naar geslacht, leeftijd en opleiding. De informatie uit de gezondheidsmonitors is voor kinderen en jongeren aangevuld met informatie die verzameld is tijdens de uitvoering van de taken van de afdeling Jeugdgezondheidszorg (JGZ) van de GGD.

Alle onderzoeksrapporten zijn te vinden op de [Gezondheidsatlas](#) van GGD Hollands Noorden onder publicaties of klik op onderstaande linken om direct de rapporten in te zien:

- [Rapport Kindermonitor 2021](#)
- [Rapport Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021](#)
- [Rapport Jongvolwassenmonitor 2021](#)
- [Rapport Gezondheidsmonitor Volwassenen 2020](#)
- [Rapport Gezondheidsmonitor Ouderen 2020](#)

Voor vragen of meer informatie: epi@ggdhn.nl

Gebruikte symbolen in de tabellen

- Geen (vergelijkbare) cijfers beschikbaar
- ↔ Geen significant verschil t.o.v. voorgaand onderzoek
- ↑ Het percentage is significant hoger en gunstiger t.o.v. voorgaand onderzoek
- ↓ Het percentage is significant lager en gunstiger t.o.v. voorgaand onderzoek
- ↑ Het percentage is significant hoger en ongunstiger t.o.v. voorgaand onderzoek
- ↓ Het percentage is significant lager en ongunstiger t.o.v. voorgaand onderzoek
- ↑ Het percentage is significant hoger t.o.v. voorgaand onderzoek
- ↓ Het percentage is significant lager t.o.v. voorgaand onderzoek

- Het percentage van de gemeente is significant gunstiger dan in de regio Noord-Holland Noord
- Het percentage van de gemeente is significant ongunstiger dan in de regio Noord-Holland Noord
- Het percentage van de gemeente wijkt significant af van de regio Noord-Holland Noord

Een significant verschil wil zeggen dat de kans dat een waargenomen verschil op toeval berust 5% of minder is (p-waarde <0,05).

Informatie doelgroep kinderen 0 t/m 11 jaar

Achtergrondinformatie, bron: Kindermonitor 2021

Hoorn	Aantal	%
Jongens	4.892	51,6
Meisjes	4.596	48,4
0 t/m 3 jaar	2.989	31,5
4 t/m 7 jaar	3.215	33,9
8 t/m 11 jaar	3.284	34,6
Opleidingsniveau ouders:		
• Laag	1.311	13,8
• Midden	3.244	34,2
• Hoog	4.933	51,0
Totaal	9.488	100,0

Noord-Holland Noord	Aantal	%
Jongens	41.057	51,5
Meisjes	38.719	48,5
0 t/m 3 jaar	24.707	31,0
4 t/m 7 jaar	26.729	33,5
8 t/m 11 jaar	28.341	35,5
Opleidingsniveau ouders:		
• Laag	9.445	11,8
• Midden	29.058	36,4
• Hoog	41.273	51,7
Totaal	79.776	100,0

Toelichting opleidingsniveau ouders:

Laag: basisonderwijs, vmbo en mbo-1

Midden: havo, vwo, mbo-2, mbo-3 en mbo-4

Hoog: hbo of wo

Informatie doelgroep kinderen 0 t/m 11 jaar

Kerncijfers (%), bron: Kindermonitor 2021

Ouders van kinderen 0 t/m 11 jaar	Hoorn 2016 (n=9.130)	Hoorn 2021 versus 2016	Hoorn 2021 (n=9.488)	Hoorn versus NHN 2021	NHN 2021 (n=79.776)
Gezin					
Eenoudergezin	8,0	↑	10,6	■	7,8
Moeite met rondkomen	15,6	↔	15,0	■	13,1
Ingrijpende gebeurtenis	43,4	↑	50,4	■	49,1
• Conflicten binnen gezin	16,2	↑	23,6	■	23,1
• Psychosociale problemen van de ouder(s)	12,3	↑	17,1	■	16,2
• Echtscheiding	9,9	↑	15,6	■	12,4
Welzijn					
Verhoogd risico op psychosociale problemen (4 t/m 11 jaar)	22,5	↔	24,6	■	25,5
Slaapproblemen (4 t/m 11 jaar)	22,8	↔	23,8	■	23,4
Voeding, water drinken en beweging					
Dagelijks groente	38,3	↑	41,7	■	43,8
Dagelijks fruit	58,7	↑	70,9	■	68,9
Water drinken op school (4 t/m 11 jaar)	13,7	↑	47,7	■	49,8
Water drinken als tussendoortje (1 t/m 3 jaar)	34,2	↑	61,6	■	64,2
Beweegt voldoende (NNGB) (4 t/m 11 jaar)	74,0	↔	75,3	■	76,5
Lid sportvereniging (4 t/m 11 jaar)	77,4	↔	76,9	■	77,3
Speelt veel buiten (2 t/m 11 jaar)	9,8	↔	11,7	■	13,7
Roken en alcohol					
Passief roken in huis	2,6	↔	2,3	■	1,7
Ouder vindt het goed dat kind <18 slokje alcohol drinkt	54,1	↑	64,1	■	70,8
Ouder vindt het goed dat kind <18 glas alcohol drinkt	33,3	↓	30,0	■	38,4
Roken tijdens zwangerschap	9,3	↓	6,2	■	6,4
Alcohol tijdens zwangerschap	3,1	↓	0,3	■	0,4
Beeldscherm en sociale media					
Kijkt > 2 uur per dag naar beeldscherm	17,2	↑	20,5	■	18,7

Informatie doelgroep kinderen 0 t/m 11 jaar

Cijfers overgewicht 2017-2021 (%), bron: JGZ registratie GGD Hollands Noorden

2017	2 jaar	3/4 jaar	5/6 jaar	10/11 jaar
Hoorn	5,7	5,7	8,7	20,6
NHN	4,7	5,2	9,0	19,8
2018				
Hoorn	5,8	5,4	8,8	17,8
NHN	4,6	4,9	8,6	18,9
2019				
Hoorn	4,8	5,3	9,8	23,0
NHN	4,6	5,2	9,0	19,8
2020				
Hoorn	5,3	5,3	9,8	23,2
NHN	4,6	5,1	9,0	19,7
2021				
Hoorn	4,7	5,9	14,5	25,1
NHN	4,7	5,7	12,2	22,2

Wat valt op bij de doelgroep kinderen 0 t/m 11 jaar

Achtergrondinformatie

De doelgroep 0 t/m 11 jarigen bestaat uit ongeveer 10.00 kinderen, dit is bijna 14% van het totaal aantal inwoners van de gemeente Hoorn.

De Kindermonitor is uitgevoerd in 2016 en 2021; de vergelijking van de meest recente cijfers met eerdere cijfers omvat daarmee een periode van 5 jaar.

Wat opvalt in positieve zin

Trends:

- Het dagelijks gebruik van groente en fruit en het drinken van water is toegenomen ten opzichte van 2016.
- Ouders zijn minder tolerant ten opzichte van het drinken van een glas alcohol onder de leeftijd van 18 jaar dan in 2016; wel vinden zij het vaker acceptabel dat een kind onder de 18 een slokje alcohol drinkt.
- Aanstaande moeders roken en drinken minder vaak tijdens de zwangerschap dan in 2016.

Hoorn ten opzichte van de regio Noord-Holland Noord (NHN):

- Ouders in Hoorn vinden het minder vaak goed dat hun minderjarige kind alcohol drinkt (een glas of een slokje) dan ouders in NHN.

Aandachtsgebieden

Gezin:

Het percentage eenoudergezinnen in Hoorn is hoger dan in 2016 en momenteel ook hoger dan in de regio NHN. Ruim 1 op de 10 kinderen (11%) groeit op in een eenoudergezin. Kinderen uit eenoudergezinnen hebben een groter risico op een minder goede gezondheid en welzijn dan kinderen die opgroeien in gezinnen met twee ouders.

15% van de kinderen woont in een gezin dat enige of grote moeite heeft met rondkomen; dit percentage is afgelopen jaren gelijk gebleven en wijkt niet af van de regio.

Tussen 2016 en 2021 is het aantal kinderen in Hoorn dat een echtscheiding heeft meegemaakt, opgroeit in een gezin waarin conflicten spelen, of ouders heeft met psychosociale problemen fors toegenomen. Kinderen in Hoorn hebben vaker een echtscheiding meegemaakt dan kinderen in de regio NHN gemiddeld.

Welzijn:

1 op de 4 kinderen tussen 4 en 12 jaar (25%) heeft een verhoogd risico op psychosociale problemen. Jongens hebben vaker een verhoogd risico op deze problemen dan meisjes. Ook slaapproblemen komen bij bijna 1 op de 4 kinderen (24%) voor. Beide problemen komen ongeveer even vaak voor als in 2016 en zijn vergelijkbaar met de cijfers in de regio NHN.

Voeding, water drinken en bewegen

De mate waarin kinderen voldoende bewegen, lid zijn van een sportvereniging en veel buiten spelen is vergelijkbaar met 2016 en wijkt niet af van de regio. 1 op de 4 kinderen (25%) in Hoorn tussen 4 en 12 jaar beweegt echter onvoldoende en is geen lid van een sportvereniging. Slechts 1 op de 8 kinderen (12%) tussen 2 en 12 jaar speelt veel buiten.

Overgewicht

Het percentage kinderen met overgewicht is in Hoorn hoger dan in de regio NHN. De cijfers laten zien dat vooral het overgewicht vanaf 5/6 jarige leeftijd toeneemt. Van de 5/6 jarigen heeft 1 op de 7 kinderen overgewicht (15%) en van de 10/11 jarigen is dit zelfs 1 op de 4 (25%). Ook regionaal en landelijk is dit beeld waarneembaar.

Roken en alcohol

Slechts 2% van de kinderen tot 12 jaar groeit op in een huis waar wordt gerookt; dit percentage is vergelijkbaar met 2016 en met de regio. Dit betekent dat in Hoorn nog bijna 220 kinderen dagelijks worden blootgesteld aan tabaksrook.

Beeldscherm

Het percentage kinderen dat dagelijks langdurig naar een beeldscherm kijkt is de afgelopen 5 jaar toegenomen; 1 op de 5 kinderen (21%) kijkt minstens 2 uur per dag. Dit is vergelijkbaar met de regio NHN. Veel ouders geven aan dat het beeldschermgebruik is toegenomen sinds de coronacrisis. Het beeldschermgebruik neemt toe met de leeftijd.

Gezondheidsverschillen

In Hoorn zijn er groepen kinderen die meer risico lopen op een minder goede gezondheid en welzijn. Over het algemeen speelt opleidingsniveau bij alle onderwerpen een grote rol. Hoe lager het opleidingsniveau van de ouders, hoe groter de kans op gezondheidsproblemen en een verminderd welzijn van de kinderen.

Informatie doelgroep jeugdigen 12 tot 16 jaar

Achtergrondinformatie, bron: Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021

De informatie uit de Corona Gezondheidsmonitor 2021 heeft betrekking op de 2^e en 4^e klassers van het voortgezet onderwijs

Hoorn	Aantal	%
Jongens	779	48,4
Meisjes	829	51,6
Klas 2	789	47,7
Klas 4	865	52,3
Vmbo	827	50,0
Havo/vwo	727	50,0
Totaal	1.654	100,0

Noord-Holland Noord	Aantal	%
Jongens	7.340	50,2
Meisjes	7.272	49,8
Klas 2	6.900	47,6
Klas 4	8.042	52,4
Vmbo	7.701	53,1
Havo/vwo	7.241	46,9
Totaal	14.492	100,0

Informatie doelgroep jeugdigen 12 tot 16 jaar

Kerncijfers (%), bron: [Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021](#)

Jeugdigen 12 tot 16 jaar (2e/4e klassers VO)	Hoorn 2019 (n=1.732)	Hoorn 2021 versus 2019	Hoorn 2021 (n=1.654)	Hoorn versus NHN 2021	NHN 2021 (n=14.492)
Gezin					
Eenoudergezin	15,4	↓	10,5	■	8,8
Ouders enige of grote moeite met rondkomen	6,5	↔	5,5	■	4,2
Echtscheiding ouders meegemaakt	31,3	↔	28,7	■	24,6
Psychische gezondheid					
Risico op psychische ongezondheid (MHI-5 matig/hoog)	27,0	↑	31,8	■	27,2
Afgelopen jaar behandeld voor psychische klachten	20,9	↔	18,2	■	16,1
(Zeer) vaak last van stress	50,6	↔	49,3	■	46,9
Afgelopen jaar serieus nagedacht over zelfdoding	19,2	↑	23,9	■	21,3
Welzijn					
Matig tot ernstig eenzaam	49,5	↑	62,7	■	55,8
Vertrouwen in de toekomst (rapportcijfer ≥8)	-	-	51,0	■	54,5
Weerbaarheid en veerkracht					
Onvoldoende weerbaar	10,2	↔	11,5	■	11,8
Herstelt snel na een moeilijke periode	-	-	60,4	■	66,2
Lichamelijke gezondheid en bewegen					
Ervaren gezondheid goed of zeer goed	78,9	↔	77,3	■	80,9
Slaapt (helemaal) niet goed	25,9	↔	27,2	■	24,7
Beweegt dagelijks minimaal 1 uur	13,9	↔	15,1	■	17,1
Beweegt minimaal 5 dagen per week 1 uur	39,1	↔	37,1	■	43,3
Sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool	69,1	↑	74,3	■	76,4
Roken, alcohol en drugs					
Rookt regelmatig (minstens 1 keer per week)	4,0	↔	3,9	■	5,0
Ooit alcohol gedronken	30,7	↔	34,2	■	37,7
Afgelopen maand alcohol gedronken	24,1	↑	30,2	■	34,4
Binge drinker	15,8	↑	20,7	■	23,5
Afgelopen maand aangeschoten/dronken	9,8	↑	15,1	■	18,0
Ooit softdrugs gebruikt	9,9	↔	8,3	■	9,4
Afgelopen maand softdrugs gebruikt	3,6	↔	4,4	■	5,1
Ooit lachgas gebruikt	7,0	↔	5,0	■	4,3
Ooit partydrugs/harddrugs gebruikt	1,4	↑	2,3	■	2,6
Mediawijsheid					
Besteedt ≥3 uur per dag aan sociale media	51,7	↑	66,8	■	65,1
Vindt zichzelf erg verslaafd aan sociale media	5,9	↔	7,1	■	6,3
Problematisch gamegedrag	3,7	↑	5,7	■	5,1
Afgelopen jaar naaktfoto/seksfilmpje verstuurd	3,7	↔	4,4	■	3,9

Informatie doelgroep jeugdigen 12 tot 16 jaar

Cijfers overgewicht 2017-2021 (%), bron: JGZ registratie GGD Hollands Noorden

2017	2e klassers (13/14 jaar)
Hoorn	19,7
NHN	16,7
2018	
Hoorn	22,4
NHN	17,9
2019	
Hoorn	19,4
NHN	16,6
2020	
Hoorn	19,4
NHN	16,6
2021	
Hoorn	23,3
NHN	18,9

Cijfers afvallen en aankomen 2017-2021 (%), bron: GLCE, JGZ registratie GGD Hollands Noorden

	2e klassers			4e klassers		
	Tevreden met gewicht	Wil afvallen	Wil aankomen	Tevreden met gewicht	Wil afvallen	Wil aankomen
2018/2019						
West-Friesland	60	33	8	59	30	10
NHN	61	31	8	58	32	10
2019/2020						
West-Friesland	64	27	9	58	31	11
NHN	63	29	9	58	31	11
2020/2021						
West-Friesland	60	32	7	-	-	-
NHN	61	32	8	-	-	-
2021/2022						
West-Friesland	56	33	10	59	28	13
NHN	58	33	9	59	29	12

Toelichting gegevens Gezond Leven, Check het Even (GLCE):

Onderdeel van de uitvoering van JGZ in het voortgezet onderwijs: niet anoniem klassikaal uitgevraagd met een digitale vragenlijst.

Gegevens gaan over een schooljaar en hebben betrekking op leerlingen die zitten op scholen in West-Friesland/Noord-Holland Noord.

Geen gegevens beschikbaar op gemeenteniveau.

Wat valt op bij de doelgroep jeugdigen 12 tot 16 jaar

Achtergrondinformatie

De doelgroep van de Gezondheidsmonitor Jeugd bestaat uit leerlingen van de 2^e en 4^e klas van het voortgezet onderwijs; in totaal zijn dit bijna 1.700 leerlingen. De resultaten van de Gezondheidsmonitor Jeugd geven inzicht in de gezondheidssituatie van jongeren in de leeftijd van 12 tot ongeveer 16 jaar. In totaal wonen in Hoorn bijna 3.300 jongeren van 12 t/m 15 jaar; dit is bijna 5% van het totaal aantal inwoners van de gemeente Hoorn.

De reguliere Gezondheidsmonitor Jeugd is voor het laatst uitgevoerd in 2019. In 2021 is een extra Corona Gezondheidsmonitor Jeugd uitgevoerd. De vergelijking van de meest recente cijfers met eerdere cijfers omvat daarmee een periode van 2 jaar.

Wat opvalt in positieve zin

Trends:

- In 2021 woonden minder Hoornse jongeren in een eenoudergezin dan in 2019; 1 op de 9 jongeren (11%) uit de 2^e en 4^e klas woont momenteel op in een eenoudergezin.
- Ondanks de coronacrisis sporten meer jongeren dan in 2019 wekelijks bij een club, vereniging, sportschool; 3 van de 4 jongeren (74%) sporten elke week in georganiseerd verband.

Hoorn ten opzichte van de regio Noord-Holland Noord (NHN):

- In Hoorn hebben minder jongeren dan in de regio NHN afgelopen maand alcohol gedronken; toch dronk 30% van de (minderjarige) jongeren uit klas 2 en klas 4 afgelopen maand alcohol.

Aandachtsgebieden

Gezin:

In Hoorn zijn meer jongeren die een scheiding van hun ouders hebben meegemaakt dan gemiddeld in de regio NHN. Meer dan 1 op de 4 jongeren (29%) heeft een scheiding meegemaakt. 1 op de 16 jongeren (6%) geeft aan dat zijn of haar ouder enige of grote moeite hebben met rondkomen; dit percentage wijkt niet af van 2019 of van de regio.

Psychische gezondheid en welzijn:

Veel jongeren in Hoorn lopen risico op psychische problemen. Bijna 1 op de 3 jongeren (32%) scoort ongunstig op de MHI-5. Dit percentage is toegenomen sinds 2019 en is hoger dan gemiddeld in de regio. Het percentage jongeren in Hoorn dat gedachten heeft over zelfdoding is tussen 2019 en 2021 toegenomen. Bijna een kwart van de jongeren (24%) heeft het afgelopen jaar serieus gedacht over zelfdoding. De helft van de jongeren (49%) heeft (zeer) vaak last van stress en 18% is het afgelopen jaar behandeld voor psychische klachten; deze percentages zijn vergelijkbaar met 2019 en met de regio NHN. Eenzaamheid onder jongeren in Hoorn is toegenomen en is hoger dan in de regio. Bijna twee derde van de jongeren (63%) is matig tot ernstig eenzaam. Jongeren in Hoorn geven minder vaak aan dan regionaal dat zij snel herstellen na een moeilijke periode.

Lichamelijke gezondheid en bewegen

Minder jongeren ervaren hun gezondheid als goed of zeer goed in vergelijking met de regio; ruim driekwart (77%) vindt zijn of haar eigen gezondheid goed of zeer goed ten opzichte van 81% regionaal. In Hoorn bewegen jongeren ongeveer even vaak als in de regio; er is weinig verschil tussen 2019 en 2021. Slechts 15% beweegt voldoende (elke dag minstens 1 uur) en 1 op de 3 (37%) beweegt minstens 1 uur op 5 dagen per week.

Overgewicht, afvallen en aankomen

Het percentage jongeren van 13/14 jaar (2^e klas) in Hoorn met overgewicht is het afgelopen jaar toegenomen; 23% van deze groep jongeren heeft overgewicht. In Hoorn hebben meer jongeren overgewicht dan regionaal.

Veel jongeren willen afvallen; van de 2e klassers in West-Friesland wil 33% afvallen en van de 4e klassers is dit 28%; iets meer dan de helft van de jongeren is tevreden met zijn of haar gewicht.

Roken, alcohol en drugs

Een klein deel van de jongeren rookt; op elke 25 jongeren rookt er 1 minstens 1 keer per week (4%). Dit percentage is tussen 2019 en 2021 vrijwel gelijk gebleven en wijkt niet af van de regio. Het alcoholgebruik is de afgelopen twee jaar toegenomen; 30% dronk afgelopen maand alcohol, 21% is een bingedrinker (minstens 5 drankjes bij één gelegenheid in de afgelopen maand) en 15% was afgelopen maand dronken. De meeste indicatoren voor alcoholgebruik in Hoorn wijken niet af van de regio. Het gebruik van softdrugs en lachgas door Hoornse jongeren is tussen 2019 en 2021 vrijwel gelijk gebleven en wijkt niet af van de regio; 8% gebruikte ooit softdrugs en 5% ooit lachgas. Het gebruik van partydrugs/harddrugs in Hoorn is iets toegenomen; 2% heeft ooit gebruikt; dit is vergelijkbaar met het gebruik in de regio NHN.

Wat valt op bij de doelgroep jongeren 12 tot 16 jaar

Mediawijsheid

Meer jongeren in Hoorn dan in 2019 besteden minstens 3 uur per dag aan sociale media. 2 op de 3 jongeren besteedt dagelijks veel tijd aan sociale media; dit is vergelijkbaar met de regio. 7% vindt zichzelf erg verslaafd aan sociale media. Het problematisch gamen is tussen 2019 en 2021 toegenomen tot bijna 6%. Het versturen van een naaktfoto of filmpje van zichzelf is geen gemeen goed en is vrijwel gelijk gebleven tussen 2019 en 2021; 4% heeft dit het afgelopen jaar gedaan.

Gezondheidsverschillen

In Hoorn zijn er groepen jongeren die meer risico lopen op een minder goede gezondheid en welzijn. Over het algemeen speelt opleidingsniveau bij veel onderwerpen een rol; dit is vooral duidelijk bij het gebruik van genotmiddelen. Jongeren op het vmbo gebruiken vaker alcohol en drugs en roken vaker dan jongeren op het havo/vwo.

Met name op het gebied van mentale gezondheid zijn de verschillen tussen jongens en meisjes groot. Meisjes voelen zich minder gelukkig, slapen slechter, voelen zich vaker gestrest of eenzaam en hebben (veel) vaker psychische klachten dan jongens. Jongens zijn weerbaarder dan meisjes, hebben meer vertrouwen in de toekomst, kunnen makkelijker met stress omgaan en herstellen snel na een moeilijke periode.

Ook leeftijd speelt een belangrijke rol; het gebruik van genotmiddelen is onder 4^e klassers veel hoger dan onder 2^e klassers. De mentale gezondheid van jongeren uit de 4^e klas is over het algemeen minder goed dan van jongeren uit de 2^e klas.

Informatie doelgroep jongvolwassenen 16 t/m 25 jaar

Achtergrondinformatie, bron: Jongvolwassenenmonitor 2021

Hoorn	Aantal	%
Mannen	4.412	51,4
Vrouwen	4.170	48,6
Minderjarig (16/17 jaar)	1.767	20,6
Meerderjarig (18 t/m 25 jaar)	6.815	79,4
Opleidingsniveau:		
• Praktijkonderwijs/vmbo/mbo	3.653	44,1
• Havo/hbo	3.128	37,7
• Vwo/wo	1.510	18,2
Totaal	8.582	100,0

Noord-Holland Noord	Aantal	%
Mannen	39.401	52,0
Vrouwen	36.337	48,0
Minderjarig (16/17 jaar)	16.279	21,5
Meerderjarig (18 t/m 25 jaar)	59.459	78,5
Opleidingsniveau:		
• Praktijkonderwijs/vmbo/mbo	31.047	42,2
• Havo/hbo	28.714	39,0
• Vwo/wo	13.839	18,8
Totaal	75.738	100,0

Toelichting opleidingsniveau:

Indien jongvolwassene opleiding volgt: huidig opleidingsniveau

Indien jongvolwassene geen opleiding volgt: hoogst voltooide opleiding

Informatie doelgroep jongvolwassenen 16 t/m 25 jaar

Kerncijfers (%), bron: [Jongvolwassenenmonitor 2021](#)

Jongvolwassenen 16 t/m 25 jaar	Hoorn 2019 (n=8.578)	Hoorn 2021 versus 2019	Hoorn 2021 (n=8.582)	Hoorn versus NHN 2021	NHN 2021 (n=75.738)
Gezin					
Woont bij zijn/haar ouders	77,9	↔	79,7	■	79,9
Heeft meer dan €500 schuld	7,6	↔	7,3	■	7,8
Psychische gezondheid					
Risico op psychische ongezondheid (MHI-5 matig/hoog)	35,9	↑	46,6	■	45,1
Afgelopen jaar psychische aandoening	23,6	↔	26,2	■	24,6
• Depressie	18,3	↔	18,8	■	16,4
• Angststoornis	11,3	↔	8,7	■	9,7
• Burn-out	6,6	↔	4,6	■	5,9
Afgelopen jaar behandeld voor psychische klachten	14,6	↑	19,8	■	18,7
(Zeer) vaak last van stress	34,4	↔	35,3	■	35,9
Afgelopen jaar serieus nagedacht over zelfdoding	21,8	↔	23,1	■	24,5
Welzijn					
Matig tot ernstig eenzaam	46,0	↑	61,3	■	56,6
Tevredenheid met het leven (rapportcijfer ≥8)	47,8	↔	48,9	■	45,7
Vertrouwen in de toekomst (rapportcijfer ≥8)	50,7	↑	56,3	■	55,4
Weerbaarheid en veerkracht					
Onvoldoende weerbaar	6,1	↑	11,3	■	10,5
Herstelt snel na een moeilijke periode	-	-	64,2	■	62,9
Lichamelijke gezondheid en bewegen					
Ervaren gezondheid goed of zeer goed	76,4	↔	76,6	■	76,2
Slaapt (redelijk) goed	-	-	73,1	■	75,4
Beweegt dagelijks minimaal 1 uur	27,0	↔	27,5	■	25,9
Beweegt minimaal 5 dagen per week 1 uur	67,6	↓	59,1	■	59,6
Lid van een sportvereniging	61,6	↔	60,7	■	57,8
Sport minstens 2 keer per week	59,4	↔	63,3	■	66,4
Roken, alcohol en drugs					
Rookt regelmatig (minstens 1 keer per week)	23,5	↓	16,1	■	19,0
Drinkt weleens alcohol	84,5	↓	76,0	■	81,1
Afgelopen maand alcohol gedronken	79,1	↓	72,3	■	78,7
Binge drinker	62,9	↓	52,7	■	59,6
Afgelopen maand aangeschoten/dronken	62,0	↓	47,3	■	55,0
Ooit softdrugs gebruikt	48,5	↓	43,9	■	42,3
Afgelopen maand softdrugs gebruikt	17,8	↔	15,3	■	13,8
Ooit lachgas gebruikt	31,7	↓	24,8	■	23,7
Ooit partydrugs/harddrugs gebruikt	21,6	↔	24,1	■	23,5
Afgelopen maand partydrugs/harddrugs gebruikt	7,9	↔	6,9	■	7,3
Sociale media en beeldscherm					
Besteedt ≥3 uur per dag aan zijn/haar telefoon	50,9	↑	66,2	■	64,2
Vindt zichzelf verslaafd aan zijn/haar telefoon	56,7	↑	64,5	■	64,8
Afgelopen jaar naaktfoto/seksfilmpje verstuurd	18,9	↔	18,5	■	18,9

Wat valt op bij de doelgroep Jongvolwassenen 16 t/m 25 jaar

Achtergrondinformatie

De doelgroep van de Jongvolwassenenmonitor bestaat uit jongvolwassenen in de leeftijd van 16 t/m 25 jaar; in totaal wonen in Hoorn bijna 8.500 jongvolwassenen. Deze groep vormt bijna 12% van alle inwoners van de gemeente Hoorn.

De Jongvolwassenenmonitor is 3 keer uitgevoerd en is tot nu toe gefinancierd vanuit het project In Control of Alcohol en Drugs.

De laatste Jongvolwassenenmonitor is uitgevoerd in 2021; daarvoor is de Jongvolwassenenmonitor uitgevoerd in 2019. De vergelijking tussen de twee Jongvolwassenenmonitors omvat daarmee een periode van 2 jaar.

Wat opvalt in positieve zin

Trends:

- Het percentage regelmatig rokers in Hoorn is gedaald van ongeveer 1 op de 4 (24%) naar 1 op de 6 (16%).
- Het alcoholgebruik onder Hoornse jongvolwassenen is gedaald ten opzichte van 2019; minder jongvolwassenen drinken weleens alcohol, hebben afgelopen maand alcohol gedronken, zijn bingedrinker en zijn afgelopen maand dronken geweest.
- Minder jongvolwassenen hebben weleens softdrugs of lachgas gebruikt.
- Jongvolwassenen hebben meer vertrouwen in de toekomst dan in 2019; een meerderheid geeft een rapportcijfer 8 of hoger voor vertrouwen in de toekomst (56%).

Hoorn ten opzichte van de regio Noord-Holland Noord (NHN):

- Het alcoholgebruik onder jongvolwassenen in Hoorn is lager dan in de regio NHN; dit geldt voor weleens alcohol drinken, afgelopen maand alcohol drinken, binge drinken en afgelopen maand dronken zijn.

Aandachtsgebieden

Gezin

Bijna 8 van de 10 jongvolwassenen van 16 t/m 25 jaar in Hoorn (79%) wonen bij zijn of haar ouders; dit is net zo veel als in 2019 en als regionaal. Ongeveer 1 op de 14 jongvolwassenen (7%) heeft een schuld van € 500 of meer; dit is uitgezonderd studieschuld. Het aantal jongvolwassenen in Hoorn met schulden is vergelijkbaar met 2019 en met de regio.

Psychische gezondheid

Het percentage jongvolwassenen met een matig/hoog risico op psychische ongezondheid is fors gestegen tussen 2019 en 2021. Bijna de helft (47%) heeft een verhoogd risico op psychische problemen; deze stijging is ook zichtbaar in de regio NHN. Ook het percentage jongvolwassenen in Hoorn dat afgelopen jaar behandeld is voor psychische problemen is gestegen tot bijna 1 op de 5 (20%). Van alle jongvolwassenen had in het afgelopen jaar 26% een depressie, 9% een angststoornis en 5% een burnout. Ruim een derde van de jongvolwassenen in Hoorn (35%) had (zeer) vaak last van stress en bijna een kwart (23%) dacht het afgelopen jaar serieus aan zelfdoding; dit wijkt niet af van 2019 of van de regio NHN.

Welzijn

Het aantal jongvolwassenen dat eenzaam is, is fors toegenomen tot 61%; eenzaamheid onder jongvolwassenen komt in Hoorn vaker voor dan regionaal. Toch geeft bijna de helft (49%) zijn of haar leven een rapportcijfer 8 of hoger; dit is vergelijkbaar met 2019 en met de regio.

Weerbaarheid en veerkracht

De weerbaarheid onder jongvolwassenen neemt af: 1 op de 9 jongvolwassenen (11%) is onvoldoende weerbaar; dit was 6% in 2019. De weerbaarheid wijkt niet af van de regio. Twee derde (64%) herstelt snel na een moeilijke periode.

Lichamelijke gezondheid en bewegen

Een goed ervaren gezondheid (77%) is gelijk gebleven t.o.v. 2019 en vergelijkbaar met de regio. Het aantal jongvolwassenen in Hoorn dat op minstens 5 dagen per week 1 uur beweegt is afgenomen van 68% naar 59%; er is geen verschil met de regio. Het lidmaatschap van een sportvereniging (61%) en het minstens 2 keer per week sporten (63%) is niet veranderd in vergelijking met 2019 of met de regio.

Roken, alcohol en drugs

Zie hierboven.

Sociale media en beeldschermgebruik

Jongvolwassenen gebruiken vaker dan in 2019 langdurig hun telefoon en vinden zich ook vaker verslaafd aan de telefoon. Twee derde (66%) besteedt minstens 3 uur per dag aan zijn of haar telefoon en een zelfde groep (65%) vindt zichzelf verslaafd. Er is geen verschil met de regio. Het versturen van naaktfoto's of filmpjes doet bijna 1 op de 5 jongvolwassenen (19%); dit is vergelijkbaar met eerdere metingen en met de regio.

Gezondheidsverschillen

De cijfers uit de Jongvolwassenenmonitor zijn niet op gemeenteniveau uitgesplitst naar leeftijd, geslacht en opleiding. Wel is er informatie op regionaal niveau beschikbaar over de verschillende subgroepen. Jonge vrouwen scoren vergeleken met jonge mannen (veel) ongunstiger op het gebied van psychische gezondheid. Net als bij de jongeren op het voortgezet onderwijs hebben jongvolwassen vrouwen vaker een matig/hoog risico op psychische ongezondheid (MHI-5), zijn ze vaker behandeld voor psychische aandoeningen en hebben ze veel vaker last van stress. Bij jongvolwassenen zijn de verschillen tussen de opleidingsniveaus minder duidelijk dan bij jongeren op het voortgezet onderwijs. Bij roken is er wel een duidelijke relatie met opleidingsniveau; jongvolwassenen met een vwo/wo-opleiding roken minder dan jongvolwassenen met een havo/hbo en praktijk/vmbo/mbo-opleiding.

Informatie doelgroep volwassenen 18 t/m 64 jaar

Achtergrondinformatie, bron: Gezondheidsmonitor Volwassenen 2020

Hoorn	Aantal (x100)	%
Mannen	214,5	48,7
Vrouwen	225,8	51,3
18-35 jaar	154,5	35,1
35-50 jaar	133,6	30,3
50-65 jaar	152,2	34,6
Opleidingsniveau:		
• lo/lbo/vmbo	74,0	16,8
• mbo/havo/vwo	201,2	45,7
• hbo/wo	165,1	37,5
Totaal	440,3	100,0

Noord-Holland Noord	Aantal (x1.000)	%
Mannen	194,9	50,3
Vrouwen	192,6	49,7
18-35 jaar	124,6	32,2
35-50 jaar	119,0	30,7
50-65 jaar	143,9	37,1
Opleidingsniveau:		
• lo/lbo/vmbo	71,7	18,5
• mbo/havo/vwo	174,8	45,1
• hbo/wo	141,4	36,4
Totaal	387,5	100,0

Informatie doelgroep volwassenen 18 t/m 64 jaar

Kerncijfers (%), bron: [Gezondheidsmonitor Volwassenen 2020](#)

Volwassenen 18 t/m 64 jaar	Hoorn 2016 (n=43.075)	Hoorn 2020 versus 2016	Hoorn 2020 (n=44.028)	Hoorn versus NHN 2020	NHN 2020 (n=387.531)
Gezin					
Alleenwonend	17,9	↔	18,2	■	15,0
Eénoudergezin	8,5	↔	7,5	■	8,1
Moeite met rondkomen	19,4	↓	15,1	■	13,9
Heeft schulden of betalingsachterstanden	-	-	7,7	■	6,7
Gezondheid					
Ervaren gezondheid (zeer) goed	79,5	↔	80,5	■	83,6
Slaapt over het algemeen niet zo goed	-	-	20,4	■	16,5
Beperkt in dagelijks leven door gezondheid	26,9	↔	23,5	■	23,8
Langdurige ziekte of aandoening	28,1	↔	25,1	■	26,4
Psychische gezondheid					
Matig risico op angst en depressie	36,0	↑	41,2	■	38,9
Hoog risico op angst en depressie	5,9	↔	7,8	■	6,2
Afgelopen jaar serieus nagedacht over zelfdoding	7,7	↔	9,0	■	8,8
Welzijn					
Matig eenzaam	31,8	↑	37,0	■	33,6
(Zeer) ernstig eenzaam	9,3	↔	11,0	■	9,7
Veerkracht (zeer) hoog	-	-	48,5	■	52,4
Veel regie over eigen leven	21,3	↓	17,1	■	20,8
Ervaart (veel) zingeving	-	-	75,6	■	77,2
Voeding en beweging					
Overgewicht (incl. obesitas)	47,7	↔	47,5	■	46,4
Voldoet aan de beweegrichtlijn 2017	58,3	↔	54,2	■	57,8
Lid sportvereniging	38,1	↔	38,9	■	38,8
Sport wekelijks	58,0	↔	56,0	■	58,0
Genotmiddelen					
Roker	20,4	↔	19,1	■	17,5
Overmatig drinker	16,1	↔	15,3	■	17,4
Zware drinker	9,6	↔	7,5	■	10,8
Afgelopen maand cannabis gebruikt	4,4	↔	4,9	■	4,2
Afgelopen jaar harddrugs gebruikt	4,4	↔	5,4	■	4,5
Sociale omgeving en participatie					
Wekelijks contact met burens	61,4	↓	56,9	■	60,3
Matig tot sterk sociaal uitgesloten	3,4	↑	6,6	■	5,7

Wat valt op bij de doelgroep volwassenen 18 t/m 64 jaar

Achtergrondinformatie

De doelgroep van de Gezondheidsmonitor volwassenen bestaat uit inwoners in de leeftijd van 18 t/m 64 jaar; in totaal wonen in Hoorn ruim 44.000 volwassenen. Deze groep vormt 60% van alle inwoners van de gemeente Hoorn. De Gezondheidsmonitor onder volwassenen is uitgevoerd in 2016 en 2020. De vergelijking tussen de twee Gezondheidsmonitors omvat daarmee een periode van 4 jaar.

Wat opvalt in positieve zin

Trends:

- In 2020 waren er minder volwassenen dan in 2016 die moeite hadden met rondkomen; 1 op de 7 volwassenen (15%) heeft moeite om rond te komen.

Hoorn ten opzichte van de regio Noord-Holland Noord (NHN):

- In Hoorn zijn naar verhouding minder zware alcoholdrinkers dan regionaal; van alle volwassen inwoners is bijna 8% een zware drinker.

Aandachtsgebieden

Gezin

In Hoorn zijn meer alleenwonende volwassenen dan gemiddeld in de regio NHN; bijna 1 op de 5 volwassenen (18%) is alleenstaand. Daarnaast maakt nog eens 8% van de volwassenen deel uit van een eenoudergezin. 1 op de 12 volwassenen in Hoorn heeft schulden of betalingsachterstand(en); dit is vergelijkbaar met de regio NHN.

Gezondheid

8 op de 10 volwassenen (81%) ervaart zijn of haar eigen gezondheid als goed of zeer goed; dit percentage is niet veranderd sinds 2016 en wijkt niet af van de regio NHN. In Hoorn zijn meer volwassenen dan in de regio die over het algemeen niet zo goed slapen; 1 op de 5 volwassenen (20%) slaapt niet zo goed. Het aantal volwassenen dat door zijn of haar gezondheid beperkt wordt in het dagelijks leven (24%) of een langdurige ziekte of aandoening heeft (25%) is vergelijkbaar met 2016 en met de regio NHN.

Psychische gezondheid

Het aantal volwassenen met een matig risico op angst en depressie is toegenomen sinds 2016; het aantal volwassenen met een hoog risico hierop is niet significant veranderd. 41% van de volwassenen heeft een matig risico en 8% een hoog risico; in totaal loopt de helft van de volwassenen in Hoorn risico op angst en depressie. Deze cijfers zijn vergelijkbaar met de regio.

1 op de 11 volwassenen in Hoorn (9%) heeft afgelopen jaar serieus heeft gedacht over zelfdoding; dit is vergelijkbaar met 2016 en de regio NHN.

Welzijn

Meer volwassenen zijn matig eenzaam dan in 2016; ruim een derde van de volwassenen in Hoorn (37%) is matig eenzaam. Daarnaast is nog 11% van de volwassenen (zeer) ernstig eenzaam. In totaal heeft bijna de helft van de volwassenen in Hoorn gevoelens van eenzaamheid; dit wijkt niet af van de regio.

Het aantal volwassenen dat veel regie over zijn of haar eigen leven heeft is sinds 2016 afgenomen tot 17%; volwassenen in Hoorn hebben minder vaak veel regie over hun eigen leven dan volwassenen in de regio. Driekwart van de Hoornse volwassenen (76%) ervaart (veel) zingeving.

Voeding en beweging

Een groot deel van de volwassenen in Hoorn heeft overgewicht, namelijk 48%. Dit aantal is vrijwel gelijk gebleven sinds 2016 en wijkt niet af van de regio. Op het gebied van bewegen en sporten is er weinig veranderd tussen 2016 en 2020; Hoornse volwassen bewegen en sporten net zo vaak als regionaal. Iets meer dan de helft (54%) van de volwassenen voldoet aan de beweegrichtlijn, 39% is lid van een sportvereniging en een kleine meerderheid (56%) doet wekelijks aan sport.

Genotmiddelen

Roken, alcoholgebruik en drugsgebruik is nauwelijks veranderd tussen 2016 en 2020 en wijkt ook niet af van de regio (m.u.v. zwaar alcoholgebruik). Bijna 1 op de 5 volwassenen (19%) in Hoorn rookt, bijna 1 op de 6 (15%) is een overmatige drinker, 1 op de 12 (8%) is een zware drinker, 1 op de 20 (5%) heeft afgelopen maand cannabis gebruikt en eveneens 1 op de 20 (5%) heeft het afgelopen jaar harddrugs gebruikt.

Wat valt op bij de doelgroep volwassenen 18 t/m 64 jaar

Sociale omgeving en participatie

Het wekelijks contact met burens is verminderd tussen 2016 en 2020; iets meer dan de helft van de Hoornse volwassenen (57%) heeft wekelijks contact met burens. Dit percentage is vergelijkbaar met de regio.

Sociale uitsluiting onder volwassenen is afgelopen jaren toegenomen; 1 op elke 15 Hoornse volwassenen (7%) is matig tot sterk sociaal uitgesloten. Sociale uitsluiting in Hoorn wijkt niet af van de regio.

Gezondheidsverschillen

Mensen met een lage sociaaleconomische status leven gemiddeld 7 jaar korter en 18 jaar korter in goede gezondheid dan mensen met een hoge sociaaleconomische status. Ook in Hoorn zijn er groepen inwoners die meer risico lopen op een minder goede gezondheid. Over het algemeen ervaren vrouwen, oudere volwassenen en mensen met een lbo/vmbo opleiding een minder goede gezondheid en meer beperkingen. Psychosociale problemen komen vaker dan gemiddeld voor bij vrouwen, jongere volwassenen, alleenwonenden en mensen met een lbo/vmbo opleiding. Tot slot gebruiken mannen, jongere volwassenen en alleenwonenden vaker genotmiddelen, zoals alcohol en drugs.

Informatie doelgroep ouderen 65+ jaar

Achtergrondinformatie, bron: Gezondheidsmonitor Ouderen 2020

Hoorn	Aantal (x100)	%
Mannen	70,3	49,6
Vrouwen	71,4	50,4
65-75 jaar	90,4	63,8
≥75 jaar	51,3	36,2
Opleidingsniveau:		
• lo/lbo/vmbo	62,1	43,8
• mbo/havo/vwo	42,4	29,9
• hbo/wo	37,3	26,3
Totaal	141,7	100,0

Noord-Holland Noord	Aantal (x1.000)	%
Mannen	67,8	47,7
Vrouwen	74,4	52,3
65-75 jaar	84,4	59,4
≥75 jaar	57,7	40,6
Opleidingsniveau:		
• lo/lbo/vmbo	71,1	50,0
• mbo/havo/vwo	37,1	26,1
• hbo/wo	34,0	23,9
Totaal	142,2	100,0

Informatie doelgroep ouderen 65+ jaar

Kerncijfers (%), bron: [Gezondheidsmonitor Ouderen 2020](#)

Ouderen 65 jaar en ouder	Hoorn 2016 (n=12.343)	Hoorn 2020 versus 2016	Hoorn 2020 (n=14.170)	Hoorn versus NHN 2020	NHN 2020 (n=142.171)
Gezin					
Alleenwonend	35,4	↓	29,7	■	30,5
Moeite met rondkomen	14,1	↓	4,4	■	4,9
Heeft schulden of betalingsachterstanden	-	-	2,0	■	1,5
Gezondheid					
Ervaren gezondheid (zeer) goed	61,6	↑	68,6	■	69,8
Slaapt over het algemeen niet zo goed	-	-	18,0	■	16,5
Beperkt in dagelijks leven door gezondheid	46,5	↔	45,0	■	45,2
Langdurige ziekte of aandoening	50,9	↔	49,0	■	46,2
Psychische gezondheid					
Matig risico op angst en depressie	29,7	↔	29,3	■	28,7
Hoog risico op angst en depressie	4,7	↓	2,5	■	2,6
Afgelopen jaar serieus nagedacht over zelfdoding	5,5	↔	4,5	■	4,7
Welzijn					
Matig eenzaam	36,7	↔	40,3	■	38,4
(Zeer) ernstig eenzaam	12,3	↓	8,2	■	8,2
Veerkracht (zeer) hoog	-	-	53,5	■	53,6
Veel regie over eigen leven	19,6	↔	16,9	■	15,0
Ervaart (veel) zingeving	-	-	74,5	■	75,2
Voeding en beweging					
Overgewicht (incl. obesitas)	59,1	↔	56,4	■	55,4
Voldoet aan de beweegrichtlijn 2017	41,2	↔	39,2	■	43,3
Lid sportvereniging	25,0	↔	25,8	■	27,0
Sport wekelijks	38,4	↔	37,8	■	37,6
Genotmiddelen					
Roker	12,4	↔	9,9	■	8,7
Overmatig drinker	25,3	↓	18,2	■	18,8
Zware drinker	8,7	↓	5,3	■	4,8
Sociale omgeving en participatie					
Wekelijks contact met burens	73,0	↔	71,7	■	72,6
Matig tot sterk sociaal uitgesloten	3,4	↔	3,6	■	2,4

Wat valt op bij de doelgroep ouderen 65+

Achtergrondinformatie

De doelgroep van de Gezondheidsmonitor ouderen bestaat uit inwoners in de leeftijd van 65 jaar en ouder; in totaal wonen in Hoorn ongeveer 14.000 ouderen. Deze groep vormt 19% van alle inwoners van de gemeente Hoorn. De Gezondheidsmonitor onder ouderen is uitgevoerd in 2016 en 2020. De vergelijking tussen de twee Gezondheidsmonitors omvat daarmee een periode van 4 jaar.

Wat opvalt in positieve zin

Trends:

- In 2020 waren er minder Hoornse ouderen dan in 2016 die moeite hadden met rondkomen; 1 op de 25 ouderen (4%) heeft moeite om rond te komen.
- Het aantal ouderen dat zijn of haar gezondheid als (zeer) goed ervaart is toegenomen tussen 2016 en 2020. Ruim twee derde (69%) vindt zijn eigen gezondheid goed of zelfs zeer goed.
- Het aantal ouderen in Hoorn met een hoog risico op angst en depressie is afgenomen sinds 2016; 3% heeft een hoog risico.
- Ernstige eenzaamheid onder ouderen is afgenomen; 1 op de 12 ouderen in Hoorn (8%) is (zeer) ernstig eenzaam. Matige eenzaamheid is niet significant toe- of afgenomen sinds 2016.
- Er zijn minder ouderen veel alcohol gebruiken dan in 2016. In 2020 was 18% van de Hoornse ouderen een overmatige drinker en 5% een zware drinker.

Hoorn ten opzichte van de regio Noord-Holland Noord (NHN):

- Ouderen in Hoorn zijn op bijna alle indicatoren vergelijkbaar met ouderen in de regio NHN.

Aandachtsgebieden

Gezin

Het aantal alleenwonende ouderen in Hoorn is lager dan in 2016; van elke 10 ouderen wonen er in 2020 3 alleen (30%). Dit aantal is vergelijkbaar met de regio NHN. Van alle ouderen heeft 1 op de 50 (2%) schulden of betalingsachterstand(en). Dit percentage wijkt niet af van de regio.

Gezondheid

In Hoorn zijn ongeveer even veel ouderen als in de regio die over het algemeen niet zo goed slapen; bijna 1 op de 5 ouderen (18%) slaapt niet zo goed. Het aantal ouderen dat door zijn of haar gezondheid beperkt wordt in het dagelijks leven (45%) of een langdurige ziekte of aandoening heeft (49%) is vergelijkbaar met 2016 en met de regio NHN.

Psychische gezondheid

Het aantal ouderen met een matig risico op angst en depressie is vergelijkbaar met 2016. 29% van de volwassenen heeft een matig risico; dit is vergelijkbaar met de regio. Het aantal ouderen met een hoog risico op angst en depressie is afgenomen (zie hierboven). In totaal loopt een derde van de ouderen in Hoorn (32%) risico op angst en depressie. Deze cijfers zijn vergelijkbaar met de regio. 1 op de 20 ouderen in Hoorn (5%) heeft afgelopen jaar serieus heeft gedacht over zelfdoding; dit is vergelijkbaar met 2016 en de regio NHN.

Welzijn

Het aantal matig eenzame ouderen is vergelijkbaar met 2016; 4 van de 10 ouderen in Hoorn (40%) is matig eenzaam. Daarnaast is nog 8% van de ouderen (zeer) ernstig eenzaam (zie hierboven). In totaal heeft bijna de helft van de ouderen in Hoorn gevoelens van eenzaamheid; dit wijkt niet af van de regio. Het aantal ouderen dat veel regie over zijn of haar eigen leven heeft is sinds vergelijkbaar met 2016 en met de regio; 17% van de ouderen in Hoorn heeft veel regie over zijn of haar leven. Driekwart van de Hoornse ouderen (75%) ervaart (veel) zingeving.

Voeding en beweging

Een meerderheid van de ouderen in Hoorn heeft overgewicht, namelijk 56%. Dit aantal is vrijwel gelijk gebleven sinds 2016 en wijkt niet af van de regio. Op het gebied van bewegen en sporten is er weinig veranderd tussen 2016 en 2020; Hoornse ouderen bewegen en sporten net zo vaak als regionaal. Iets meer een derde (39%) van de ouderen voldoet aan de beweegrichtlijn, 26% is lid van een sportvereniging en 38% doet wekelijks aan sport.

Genotmiddelen

1 op de 10 Hoornse ouderen (10%) rookt. Het percentage rokers is niet significant veranderd ten opzichte van 2016 en is vergelijkbaar met de regio.

Wat valt op bij de doelgroep ouderen 65+

Sociale omgeving en participatie

Het wekelijks contact met burens is tussen 2016 en 2020 nauwelijks veranderd en vergelijkbaar met de regio. Bijna twee derde van de ouderen (72%) heeft wekelijks contact met burens.

Sociale uitsluiting onder ouderen is afgelopen jaren gelijk gebleven; 1 op elke 25 Hoornse ouderen (4%) is matig tot sterk sociaal uitgesloten. Sociale uitsluiting onder ouderen in Hoorn wijkt niet af van de regio.

Gezondheidsverschillen

Mensen met een lage sociaaleconomische status leven gemiddeld 7 jaar korter en 18 jaar korter in goede gezondheid dan mensen met een hoge sociaaleconomische status. Ook in Hoorn zijn er groepen inwoners die meer risico lopen op een minder goede gezondheid. Over het algemeen ervaren vrouwen, 75- plussers en mensen met een lbo/vmbo opleiding een minder goede gezondheid, meer beperkingen en psychosociale problemen dan anderen. Tot slot drinken inwoners van 65-75 jaar en hbo/wo opgeleiden vaker dan gemiddeld overmatig alcohol.