



De Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022

Zoetermeer

GGD
Haaglanden

De Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022

De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is een landelijk vragenlijstonderzoek naar de gezondheid, het welzijn en de leefgewoonten onder inwoners van 18 jaar en ouder in Nederland. GGD'en voeren dit onderzoek elke vier jaar uit, samen met het RIVM, CBS en GGD GHOR Nederland. Dat doen zij in opdracht van de gemeente. Gemeenten zijn verplicht iedere vier jaar de gezondheidssituatie van inwoners in kaart te brengen.

Bij rampen en crises is het extra belangrijk om de gezondheidssituatie te volgen. De coronapandemie is daar een voorbeeld van. In het najaar van 2022 is er een extra meting uitgevoerd: de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. Deze meting volgde twee jaar na de laatste meting in 2020 en vier maanden na afschaffing van de laatste coronamaatregel.

In heel Haaglanden werden ruim zestigduizend mensen uitgenodigd om een vragenlijst in te vullen; 30% van hen deed mee. De resultaten van het onderzoek vormen een belangrijke basis voor de invulling en ontwikkeling van het lokale gezondheidsbeleid. Zo kan bijvoorbeeld blijken dat er meer hulp nodig is voor bepaalde groepen inwoners of dat er extra voorzieningen nodig zijn in een bepaald gebied.

Netwerk GOR (Gezondheidsonderzoek bij Rampen)

De GGD'en voeren de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022 uit in het kader van de Integrale Gezondheidsmonitor COVID-19. Hierbij wordt samengewerkt met GGD GHOR Nederland, het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum, samen met [Netwerk GOR](#).

Het onderzoek is bedoeld om de fysieke en mentale gezondheidseffecten tijdens en na de coronapandemie onder de Nederlandse bevolking inzichtelijk te maken.

ZonMw is namens het ministerie van VWS de opdrachtgever van de monitor.



Belangrijkste bevindingen

In de tekst wordt met 'inwoners' – tenzij anders beschreven – overal bedoeld: volwassenen van 18 jaar en ouder.

In de gemeente Zoetermeer **ervaart** 66% van de inwoners **de eigen gezondheid** als goed of zeer goed. Dit is een afname ten opzichte van twee jaar geleden. Toen gold dit nog voor 77% van de inwoners.

Er is een verband tussen een slechtere ervaren gezondheid en het **moeite hebben met rondkomen**. In de gemeente Zoetermeer heeft 22% van de inwoners enige tot grote moeite met rondkomen. Moeite met rondkomen komt vaker voor onder volwassenen tot 64 jaar, en het percentage inwoners dat moeite heeft met rondkomen is sinds 2020 toegenomen.

Ook zijn er belangrijke bevindingen op het gebied van **mentale gezondheid**. In 2022 voelden meer inwoners zich **(zeer sterk) eenzaam** dan in 2020. Dertien procent van de inwoners heeft een **hoog risico op een angststoornis of depressie**. Problemen met de mentale gezondheid komen vaker voor bij vrouwen en jongvolwassenen (18-34 jaar). Het percentage inwoners dat zich **sociaal eenzaam** voelt is ten opzichte van 2020 toegenomen.

Iets meer dan de helft (52%) van de inwoners van 18 jaar en ouder gaf aan vier maanden na het afschaffen van de coronamaatregelen nog **negatieve gevolgen van de coronaperiode** te ervaren. Zo hebben inwoners nog steeds minder contact met familie en vrienden, bewegen ze minder en geven ze aan minder goed in hun vel te zitten.

Het percentage inwoners van 18 jaar en ouder met **overgewicht** is sinds 2020 niet veranderd en blijft rond de 55%. De gemeente Zoetermeer heeft meer inwoners met overgewicht in vergelijking met de regio. Hoogopgeleiden, vrouwen en inwoners in de leeftijdsgroep van 18-34 jaar hebben het minst vaak overgewicht. Het percentage inwoners dat **voldoende beweegt** is ten opzichte van 2020 afgenomen.

Het percentage **rokers** is gelijk gebleven ten opzichte van 2020. Vrouwen, 35-plussers en hoogopgeleiden roken minder vaak.

Iets meer dan de helft (52%) van de inwoners van 18 jaar en ouder voldoet aan de **alcoholrichtlijn** (drinkt niet of minder dan één glas per dag). Vrouwen, 35-plussers en laagopgeleiden voldoen vaker aan de alcoholrichtlijn.

Er is een toename in het percentage **zwaarbelaste mantelzorgers** (percentage mantelzorgers blijft vrijwel gelijk).

Inhoudsopgave

De Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022	2
Belangrijkste bevindingen.....	3
Inhoudsopgave	4
Leeswijzer	5
Algemene gezondheid.....	6
Gezondheidsklachten tijdens de coronapandemie	7
Gevolgen coronaperiode	8
Overgewicht, bewegen en sporten	9
Alcoholgebruik en roken.....	10
Mentale gezondheid.....	11
Stress en veerkracht.....	13
Eenzaamheid en emotionele steun.....	14
Mantelzorg of vrijwilligerswerk	15
Inkomen en rondkomen.....	16
Achtergrond-kenmerken	17

Leeswijzer

Dit rapport beschrijft de belangrijkste resultaten van de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022 voor Zoetermeer. Het rapport is opgedeeld in verschillende thema's. Per thema wordt beschreven hoe de situatie in 2022 was in de gemeente. Waar mogelijk en relevant wordt ook beschreven:

- hoe de situatie zich heeft ontwikkeld over de tijd;
- of er verschillen zijn tussen groepen inwoners;
- of er verschillen zijn met heel de regio Haaglanden en met heel Nederland.

- Alle resultaten in deze rapportage zijn afgerond op hele percentages. Daardoor kan het voorkomen dat percentages niet optellen tot het totaal.
- Verschillen over de tijd (in jaren), tussen groepen en gebieden worden aangemerkt als 'verschil' als de tijd, groepen en gebieden meer dan **3** procentpunten van elkaar verschillen.

Meer informatie over hoe het onderzoek is uitgevoerd, is te vinden op de website van [Monitorgezondheid](https://monitorgezondheid.nl).

- De doelgroep van het onderzoek zijn personen van 18 jaar en ouder die in Nederland wonen. Het CBS selecteert willekeurig personen uit de Basisregistratie Personen (BRP) die worden uitgenodigd voor deelname aan de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. Dit noemen we een steekproef. De geselecteerde personen vormen samen een doorsnee van de Nederlandse bevolking.
- Om de resultaten zo representatief mogelijk te laten zijn voor de inwoners van de gemeente, zijn de resultaten gewogen. Dit houdt in dat meer gewicht is gegeven aan de antwoorden van groepen inwoners die verhoudingsgewijs weinig meededen aan het onderzoek. Er is minder gewicht gegeven aan de antwoorden van groepen inwoners die verhoudingsgewijs vaker meededen aan het onderzoek.
- Om de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten te waarborgen, worden resultaten alleen getoond als een minimum van **50** respondenten de vraag heeft ingevuld en een minimum van **10** respondenten een specifiek antwoord.

Algemene gezondheid

Ervaren gezondheid

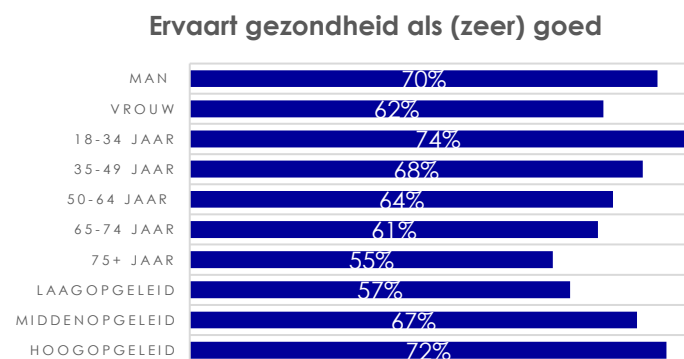
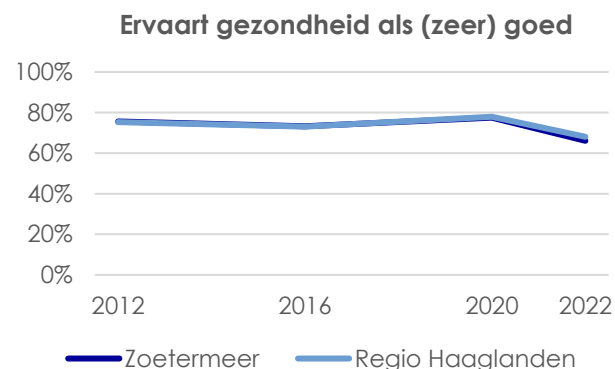
Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. De ervaren gezondheid is daarom een belangrijke maat om de algemene gezondheid te meten onder de bevolking. Mensen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun eigen gezondheid ervaren.

Langdurige ziekten en aandoeningen

Met name op latere leeftijd krijgen mensen vaker te maken met langdurige ziekten of aandoeningen. Denk hierbij aan hart- en vaatziekten, diabetes, kanker en artrose. Met de toenemende vergrijzing neemt ook het aantal mensen met een langdurige ziekte of aandoening toe. Voorkomen van ziekten en aandoeningen is van belang voor een goede kwaliteit van leven en het verminderen van het zorggebruik.

Ervaren gezondheid

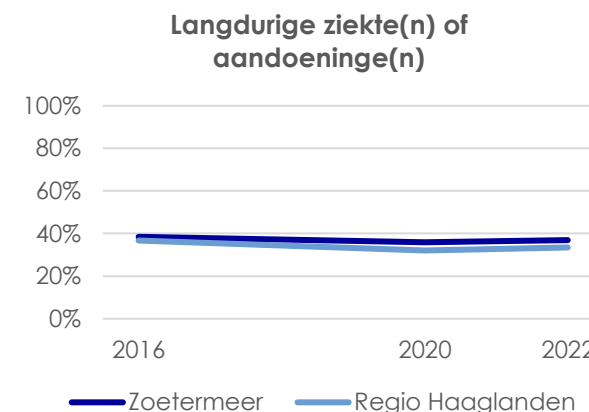
In de gemeente ervaart **66%** van de inwoners van 18 jaar en ouder de eigen gezondheid als (zeer) goed. Dat is gelijk aan de regio (**68%**) en minder dan in Nederland (**70%**). De ervaren gezondheid is gedaald ten opzichte van 2020. Het is belangrijk te benoemen dat in het eerste coronajaar de gezondheid juist vaker als (zeer) goed ervaren werd dan in de jaren ervoor. Hoogopgeleiden en 18-34-jarigen ervaren hun gezondheid het vaakst als (zeer) goed.



Langdurige ziekten en aandoeningen



Het percentage met een langdurige ziekte of aandoening is ten opzichte van 2020 gelijk gebleven.



Niet iedereen met een langdurige ziekte of aandoening heeft hier ook daadwerkelijk last van. Het is belangrijk om te kijken naar het aandeel mensen dat beperkt is in het dagelijks leven door de gezondheid. In de gemeente is **34%** (ernstig) beperkt in het dagelijks leven vanwege problemen met hun gezondheid. Dat is meer dan in de regio (**30%**) en meer dan in Nederland (**30%**).

Gezondheidsklachten tijdens de coronapandemie

Let op: wanneer op deze pagina over 'nu' of 'nog' wordt gesproken, wordt de periode bedoeld waarin de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is afgenomen (najaar 2022). Bij 'meer dan drie maanden geleden' of 'in de laatste maand' gaat het om de genoemde periode voor het invullen van de vragenlijst.

Niet-specifieke gezondheidsklachten

Na ingrijpende gebeurtenissen kunnen mensen bepaalde gezondheidsklachten ontwikkelen die moeilijk te diagnosticeren zijn. Zo kan het zijn dat inwoners van de gemeente ingrijpende gebeurtenissen hebben meegemaakt tijdens de coronapandemie, die gezondheidsklachten veroorzaken. De klachten kunnen meerdere orgaansystemen betreffen, zoals het hart- en vaatstelsel of het zenuwstelsel. De oorzaak van de klachten is vaak onbekend of onduidelijk, ook na bezoek aan een arts. In de vragenlijst is gebruik gemaakt van de 'Symptoms and Perceptions' (SaP) questionnaire om tot de onderstaande resultaten te komen.

In de gemeente rapporteert **95%** van de inwoners in de gemeente één of meer gezondheidsklachten in de laatste maand. Twee-derde (**67%**) heeft chronisch last van klachten (langer dan zes maanden) en **59%** heeft in het laatste jaar de huisarts bezocht voor deze klachten.

De meest genoemde klachten die langer dan zes maanden duren zijn:

- Moeheid (**32%**)
- Rugklachten (**26%**)
- Klachten aan been/heup/knie/voet (**24%**)

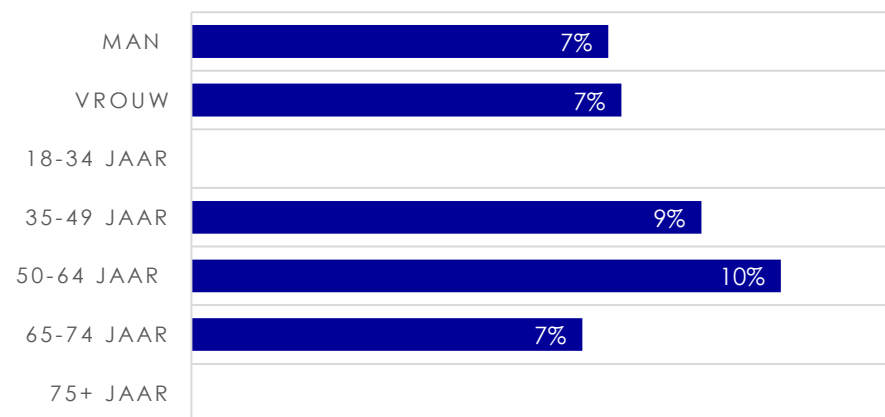
Langdurige klachten na coronabesmetting



Long covid of post-COVID refereren aan langdurige klachten nadat iemand besmet is geweest met het SARS CoV-2 virus ('coronavirus'). Als deze klachten minimaal drie maanden aanhouden, dan is er sprake van post-COVID. De klachten die mensen rapporteren zijn heel divers en gaan vaak gepaard met vermoeidheid en concentratie- en geheugenproblemen.

In de gemeente heeft **11%** van de inwoners van 18 jaar en ouder nog last van klachten ten gevolge van een besmetting met het coronavirus. Van de inwoners van 18 jaar en ouder heeft **7%** nog last van langdurige klachten (meer dan drie maanden) na een coronabesmetting.

Meer dan 3 maanden geleden besmet met het coronavirus en nu nog last van klachten



Inwoners in de leeftijdsgroep 50-64 jaar rapporteren vaker langdurige klachten. Er is geen verschil in het percentages langdurige klachten tussen mannen en vrouwen. Voor de overige leeftijdscategorieën is geen data beschikbaar (minder dan 10 antwoorden voor een specifieke vraag).

Gevolgen coronaperiode

Twee jaar lang was Nederland in de greep van het coronavirus. Om verspreiding van het virus tegen te gaan, werden van maart 2020 tot maart 2022 maatregelen genomen zoals lockdowns en anderhalve meter afstand. Ook waren er mensen die in quarantaine moesten, in het ziekenhuis belandden of overleden. Sommige gebeurtenissen zijn zo heftig dat ze kunnen leiden tot een posttraumatische stressstoornis ([PTSS](#)). Met de PTSS Checklist (PCL-5) is gekeken hoeveel mensen symptomen hebben van PTSS. In zulke gevallen kan hulp en ondersteuning nodig zijn. In de coronaperiode stond de zorg onder grote druk en werd sommige zorg uitgesteld. Een deel van deze zorg moet nog worden ingehaald.

Let op: wanneer hieronder over 'nu' of 'nog' wordt gesproken, wordt de periode bedoeld waarin de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is afgenomen (najaar 2022).

Positieve en negatieve gevolgen

In de gemeente ervaren inwoners van 18 jaar en ouder nog zowel positieve als negatieve gevolgen van de coronaperiode.

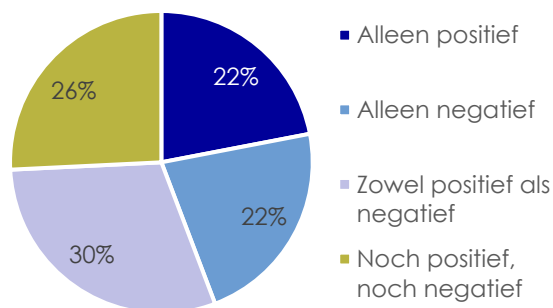
Top 3 **Positieve** gevolgen:

1. Thuiswerken of thuisonderwijs volgen (**17%**)
2. Meer rust (**15%**)
3. Ik beweeg meer (**15%**)

Top 3 **Negatieve** gevolgen:

1. Minder contact met familie of vrienden (**19%**)
2. Ik beweeg minder (**14%**)
3. Ik zit minder goed in mijn vel (**12%**)

Ervaren gevolgen van coronaperiode



Heftige gebeurtenissen

Tijdens de coronaperiode maakte bijna drie kwart (**73%**) van de inwoners een heftige gebeurtenis mee. Een derde (**34%**) van de inwoners heeft daar nog last van en **5%** van de inwoners heeft er nog zoveel last van dat ze een verhoogd risico hebben op PTSS.

Een deel van de heftige gebeurtenissen die men meemaakte in de coronaperiode, had specifiek te maken met het virus en de maatregelen. Van de inwoners maakte **62%** een heftige *coronagerelateerde* gebeurtenis mee. Een kwart (**23%**) heeft daar nog last van. Top drie heftige *coronagerelateerde* gebeurtenissen:

1. Angst voor zichzelf of naaste om corona te krijgen (**16%**)
2. Door de coronamaatregelen geen afscheid kunnen nemen van iemand die is overleden (**5%**)
3. In het werk veel mensen gezien die ernstig ziek waren of zijn overleden aan corona (**4%**)

In Zoetermeer heeft **2%** van de inwoners een verhoogd risico op PTSS door het meemaken van een heftige *coronagerelateerde* gebeurtenis.

Uitgestelde zorg

Tijdens de coronaperiode had **13%** van de inwoners zorg nodig van bijvoorbeeld de huisarts of psycholoog, maar ontving die zorg niet of pas later. In Zoetermeer heeft **4%** van de inwoners de zorg nog niet ontvangen, maar deze wel nodig. Dat is gelijk aan de regio (**3%**) en gelijk aan Nederland (**3%**). Tijdens de coronaperiode had **3%** van de inwoners te maken met uitgestelde zorg, en deze inwoners ervaren hier nu nog negatieve gevolgen van, zoals (meer) klachten of stress. Dat is gelijk aan de regio (**3%**) en gelijk aan Nederland (**3%**).

Overgewicht, bewegen en sporten

Overgewicht (BMI van 25 of hoger) is na roken de belangrijkste oorzaak van ziekten in Nederland volgens het [Nationaal Preventieakkoord](#). Het terugdringen van overgewicht is niet voor niets een van de speerpunten van dit akkoord. Het streven is dat het percentage volwassenen met overgewicht in 2040 is gedaald van 49% naar 38%. Om dat te bereiken wordt onder meer ingezet op het stimuleren van sporten en bewegen. In 2040 moet 75% van de Nederlanders voldoen aan de Beweegrichtlijn (t.o.v. 47% in 2017). Deze richtlijn geeft aan hoeveel beweging nodig is voor een goede gezondheid.

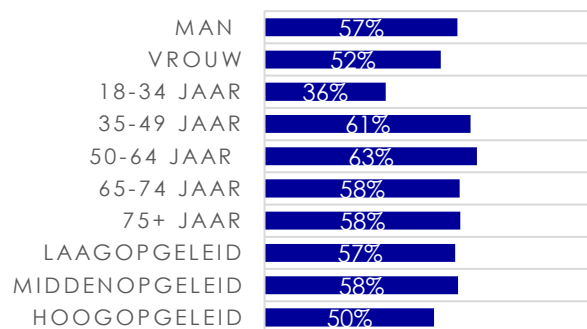
Nederlandse Beweegrichtlijn

- Beweeg minstens 150 minuten per week matig intensief;
- Doe minstens twee keer per week spier- en botversterkende oefeningen;
- Voor ouderen: combineer dit met balansoefeningen.

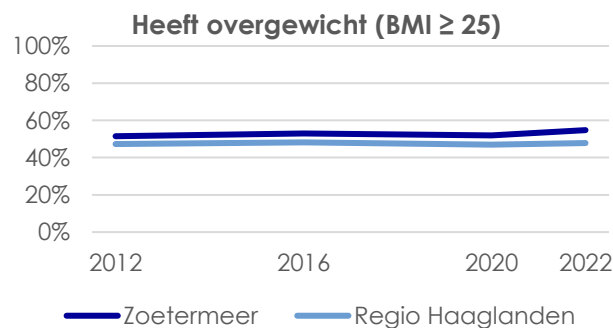
Overgewicht

In de gemeente heeft **55%** van de inwoners van 18 jaar en ouder overgewicht: **36%** matig overgewicht en **18%** ernstig overgewicht. Dit is meer dan in de regio (**48%**) en meer dan in Nederland (**50%**).

Heeft Overgewicht (BMI ≥ 25)



Overgewicht komt vaker voor bij mannen, 35-plussers, laag- en midden opgeleide inwoners. Sinds 2020 is het percentage inwoners met overgewicht gelijk gebleven.

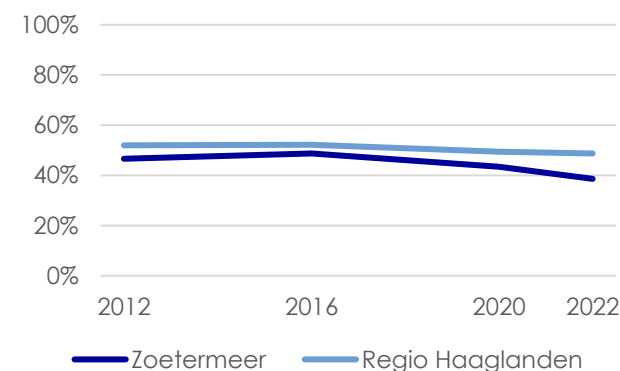


Bewegen



Het beweeggedrag is gemeten met de SQUASH-vragenlijst. Een-derde (**39%**) van de inwoners voldoet aan de Nederlandse Beweegrichtlijn. Dit is minder dan in de regio (**49%**) en minder dan in Nederland (**47%**). Hoog- en midden opgeleiden en 18- t/m 64-jarigen voldoen vaker aan de beweegrichtlijn. Het percentage inwoners dat voldoende beweegt, is ten opzichte van 2020 gedaald.

Voldoet aan beweegrichtlijn



Sporten

Van de inwoners sport **51%** minstens één keer per week. Dat is minder dan in de regio (**56%**) en minder dan in Nederland (**54%**).

Alcoholgebruik en roken

Speerpunten

Samen met overgewicht zijn problematisch alcoholgebruik en roken de speerpunten van het Nationaal Preventieakkoord. Het doel is om in 2040 een rookvrije generatie te hebben en overmatig alcoholgebruik te hebben verminderd van 9% naar 5%.

Alcoholrichtlijn Gezondheidsraad 2015

De Gezondheidsraad adviseert volwassenen van 18 jaar en ouder om geen alcohol te drinken of in ieder geval niet meer dan één glas per dag. Dit advies richt zich op het voorkomen van chronische ziekten.

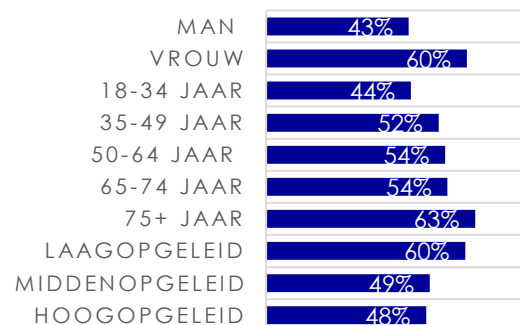
Naast deze richtlijn zijn er ook definities van 'overmatig alcoholgebruik' [meer dan 14 glazen (vrouwen) of 21 glazen (mannen) alcohol per week] en 'zwaar drinken', [minstens één keer per week ten minste 4 glazen (vrouwen) of 6 glazen (mannen) alcohol op een dag].

Alcoholgebruik



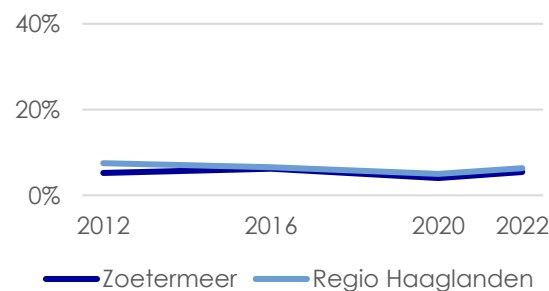
De helft (**52%**) van de inwoners van 18 jaar en ouder drinkt niet meer dan één glas alcohol per dag en voldoet hiermee aan de huidige richtlijn.

Drinkt niet of max 1 glas per dag



In de gemeente is **5%** van de inwoners een 'overmatige drinker' en **8%** een 'zware drinker'.

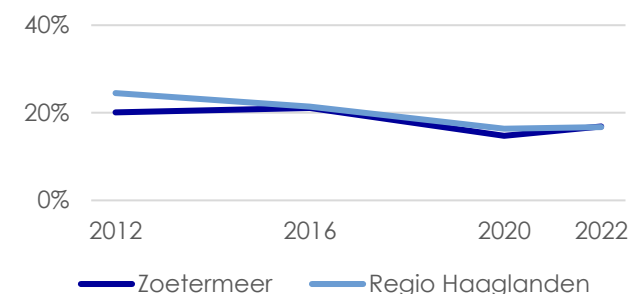
Overmatige drinker



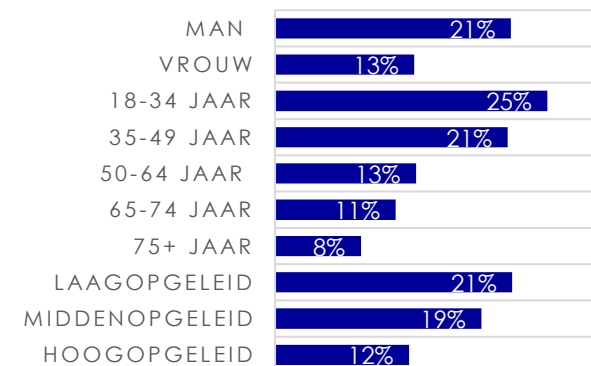
Roken

Van de inwoners van Zoetermeer rookt **17%** tabak. Dit is gelijk gebleven ten opzichte van 2020. Over het algemeen roken er meer mannen. Ook roken er meer mensen met een lage of middenopleiding.

Rookt



Rokers



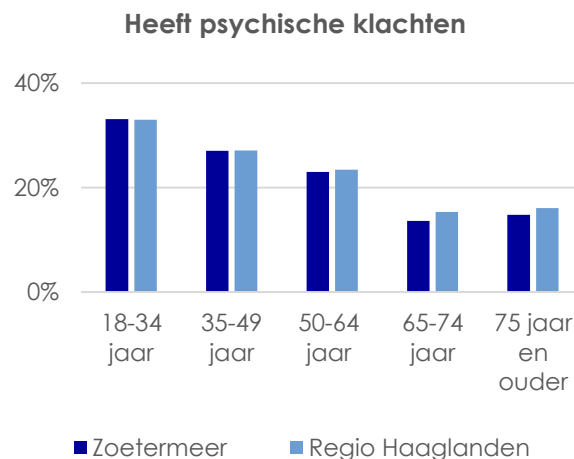
Mentale gezondheid

In de landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 is extra aandacht gekomen voor de mentale gezondheid van jongeren en jongvolwassenen. Al eerder is in 2017 begonnen met het [Meerjarenprogramma Depressiepreventie](#). Onze regering wil ook het Preventieakkoord uitbreiden met '[mentale weerbaarheid](#)'. Mentale gezondheid is een van de thema's in Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA). Aan het begin van de coronaperiode werd duidelijk dat de pandemie invloed heeft op de mentale gezondheid van mensen. Hieronder wordt ingegaan op enkele specifieke aspecten hiervan.

Let op: wanneer hier over 'de laatste vier weken' of 'laatste twaalf maanden' wordt gesproken, wordt de periode bedoeld waarin de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is afgenomen (najaar 2022).

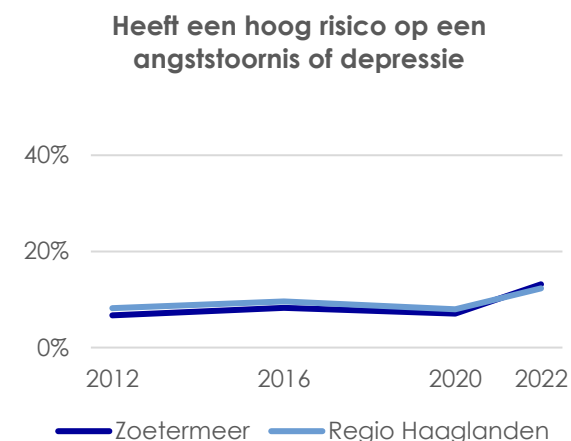
Psychische klachten

Psychische klachten zijn gemeten met de Mental Health Inventory 5 (MHI-5). In de gemeente heeft **24%** van de inwoners van 18 jaar en ouder psychische klachten ervaren in de laatste vier weken. Dit is gelijk aan de regio (**25%**) en gelijk aan Nederland (**21%**). Vooral volwassenen tot 35 jaar hebben psychische klachten. Vrouwen hebben vaker psychische klachten dan mannen.



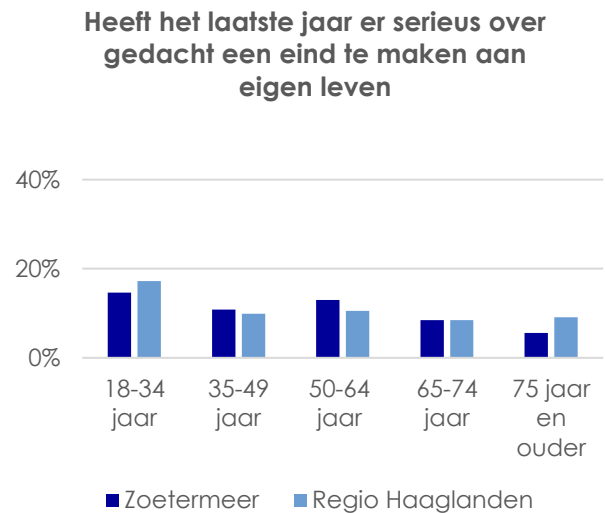
Angst en depressie

Voor screening op angst en depressie is gebruik gemaakt van de Kessler-10 vragenlijst. Dertien procent van de inwoners van Zoetermeer heeft de laatste vier weken een hoog risico op een angststoornis of depressie. Dit is gelijk aan de regio (**12%**) en meer dan in Nederland (**10%**). In 2022 is dit percentage gestegen ten opzichte van 2020.



Suicidegedachten

Suicide is het opzettelijk een einde maken aan het eigen leven. Suicide wordt ook wel zelfdoding genoemd. In de laatste twaalf maanden heeft **11%** van de inwoners van de gemeente een enkele keer tot vaak, serieus nagedacht over suicide. Bij 18-34-jarigen komen deze gedachten vaker voor dan bij 65-plussers. Suicidegedachten leiden niet altijd tot suicidepogingen. Bij mannen komt zelfdoding vaker voor dan bij vrouwen.



Stress en veerkracht

Stress

Iedereen ervaart weleens stress. Acute stress zorgt ervoor dat we zo goed mogelijk kunnen functioneren in een spannende situatie. Als men langdurig stress heeft kan dit echter leiden tot psychische klachten of een burn-out.

Veerkracht

Veerkracht laat zien hoe iemand zich aanpast aan de uitdagingen van het leven. Veerkracht is een nieuw speerpunt in beleid en sluit aan bij het concept Positieve Gezondheid. Om dit te meten is gebruik gemaakt van de Vita-16. Iemands veerkracht kan laag zijn, gemiddeld of hoog. Veerkrachtige mensen vinden het minder moeilijk om zich door stressvolle gebeurtenissen heen te slaan en veren na een moeilijke periode meestal snel en gemakkelijk weer terug.

Stress



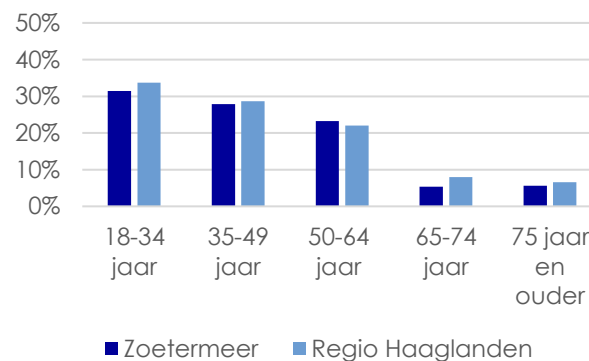
In de gemeente ervaart **22%** van de inwoners van 18 jaar en ouder (heel) veel stress op één of meerdere gebieden. Van de inwoners ervaart **18%** stress op twee of meer gebieden. Dit is gelijk aan de regio (**19%**) en gelijk aan Nederland (**16%**).

Top 5 bronnen van stress in de gemeente:

1. Werk (**15%**)
2. Gezondheid (**10%**)
3. Geldzaken (**10%**)
4. Familie of vrienden (**9%**)
5. Wonen (**7%**)

Er is een duidelijk verband met leeftijd: volwassenen in de leeftijd 18-34 jaar ervaren het meest stress.

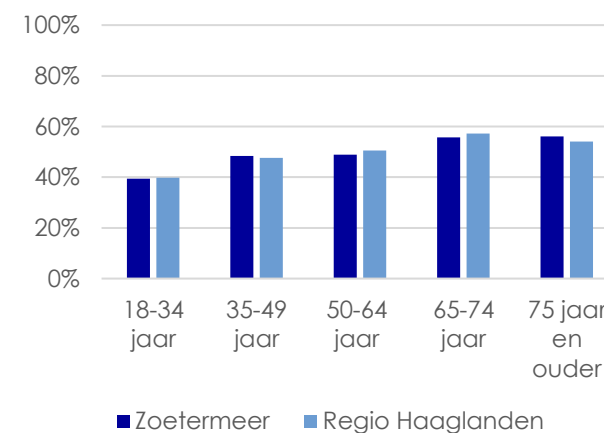
Heeft de afgelopen 4 weken (heel) veel stress ervaren



Veerkracht

Van de inwoners heeft **18%** een lage veerkracht. Dat is gelijk aan de regio (**19%**) en gelijk aan Nederland (**17%**). Bijna de helft (**48%**) heeft een hoge veerkracht. Dit is gelijk aan de regio (**48%**) en gelijk aan Nederland (**50%**). Een lage veerkracht komt vaker voor bij 18-34-jarigen.

(Zeer) hoge veerkracht



Eenzaamheid en emotionele steun

Eenzaamheid

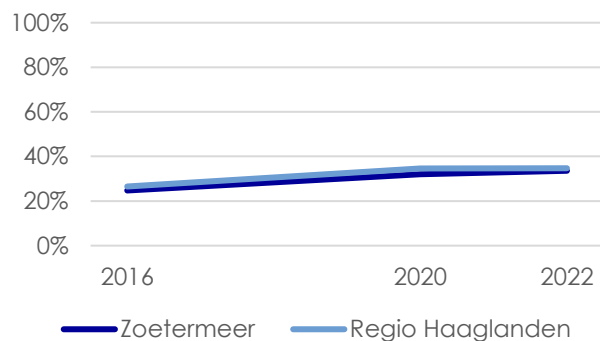


Sinds enkele jaren is 'Eén tegen eenzaamheid' een landelijke coalitie om eenzaamheid te verminderen. Vaak wordt dit ook opgepakt op lokaal niveau en het is ook een van de thema's binnen GALA.

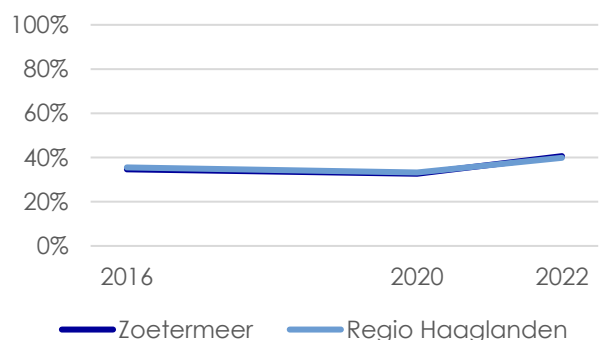
De 11-itemschaal van De Jong-Gierveld wordt gebruikt voor het bepalen van eenzaamheid. Eenzaamheid komt veel voor. In de gemeente voelt **54%** van de inwoners van 18 jaar en ouder zich matig tot (zeer) sterk eenzaam. Dat is gelijk aan de regio (**54%**) en meer dan in Nederland (**49%**). Eenzaamheid verschilt niet veel naar leeftijd maar komt bij 18-49-jarigen het vaakst voor. In 2022 is (zeer) sterke eenzaamheid gestegen ten opzichte van 2020.

Binnen eenzaamheid wordt onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid betreft onvoldoende contacten met andere personen in de naaste omgeving, emotionele eenzaamheid gaat over het gemis van een intieme band. In Zoetermeer is **41%** sociaal eenzaam en **34%** emotioneel eenzaam.

Emotioneel eenzaam



Sociaal eenzaam

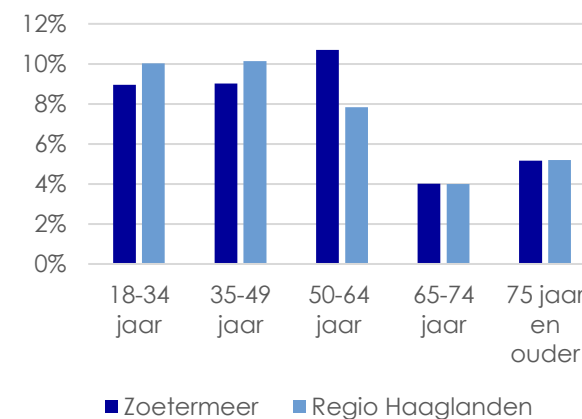


Emotionele steun

Bij emotionele steun gaat het onder meer om een steuntje in de rug krijgen of om goede raad of troost in geval van problemen. Of men emotionele steun mist, is bepaald met de acht vragen van de Sociale Steun Lijst (SSL-D).

Van de inwoners in de gemeente mist **8%** emotionele steun. Dat is gelijk aan de regio (**8%**) en gelijk aan Nederland (**6%**). Het valt op dat dit percentage bij 50-64-jarigen hoger ligt dan bij 65-plussers. Mannen en vrouwen missen emotionele steun in gelijke mate.

Mist emotionele steun



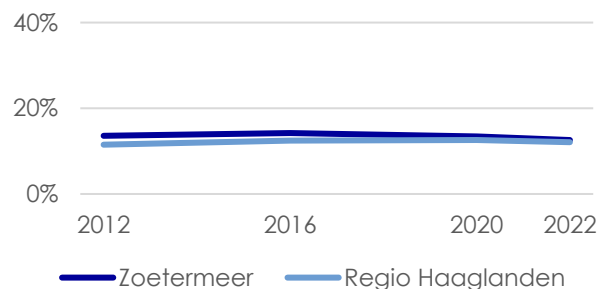
Mantelzorg of vrijwilligerswerk

In het GALA is het versterken van de sociale basis een thema. Hieronder valt het versterken van de informele zorg door middel van extra ondersteuning voor mantelzorgers. Mantelzorg is de zorg die iemand geeft aan een bekende uit zijn of haar omgeving die voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. Dit kan een partner, kind of vriend zijn. Iemand is mantelzorger als de zorg minimaal drie maanden duurt of als degene zorg biedt voor minimaal acht uur per week. Mantelzorg is niet betaald. Mantelzorg bestaat onder andere uit het doen van het huishouden, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer en het regelen van geldzaken.

Mantelzorg geven

In de gemeente is **13%** van de inwoners van 18 jaar en ouder mantelzorger. Dat is gelijk aan de regio (**12%**) en gelijk aan Nederland (**13%**). Mantelzorgers zijn vaker vrouwen. Ten opzichte van 2020 is het percentage mantelzorgers in de gemeente gelijk gebleven.

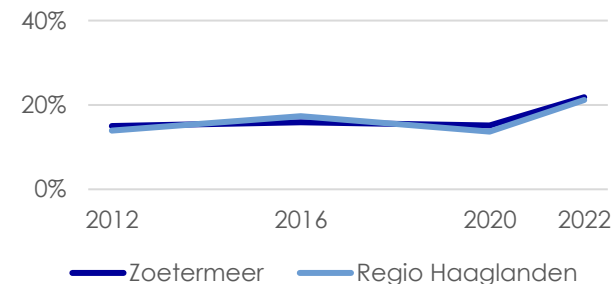
Mantelzorger (minimaal 3 maanden en/of minimaal 8 uur per week)



Zwaarbelaste mantelzorgers

Intensief en langdurig zorgen kan als zwaar worden ervaren. Van de mantelzorgers in de gemeente voelt **20%** zich zwaar tot overbelast. Dit is gelijk aan de regio (**21%**) en gelijk aan Nederland (**19%**). Meer 18-64-jarigen voelen zich zwaar belast tot overbelast.

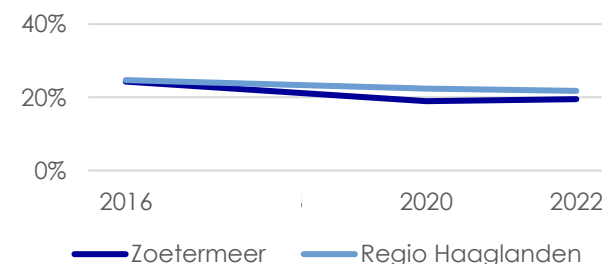
Tamelijk zwaar, zeer zwaar tot overbelast als mantelzorger (% van de mantelzorgers)



Vrijwilligerswerk

In de gemeente doet **20%** van de inwoners vrijwilligerswerk. Dat is gelijk aan de regio (**22%**) en minder dan in Nederland (**25%**). Er zijn geen verschillen tussen mannen, vrouwen of leeftijdsgroepen in het percentage vrijwilligerswerk dan wordt gedaan.

Doet vrijwilligerswerk



Inkomen en rondkomen

De inflatie in 2022 was de hoogste sinds 1975. In 2022 waren consumentengoederen en diensten gemiddeld 10,2% duurder dan een jaar eerder ([CBS](#)). Hoewel de inflatie in de loop van het jaar verbreedde naar producten zoals voeding, droeg vooral de snelle prijsstijging van energie bij aan de hoge inflatie in 2022. Steeds meer mensen hebben moeite met rondkomen.

Het sociaal minimum is het minimale bedrag dat iemand volgens de overheid nodig heeft om in het levensonderhoud te voorzien. Op 1 januari 2022 was dit bedrag € 1.091 per maand voor alleenstaanden en € 1.560 per maand voor gehuwden ([Rijksoverheid](#)).

Voor toeslagen en gemeentelijke regelingen wordt vaak een grens gehanteerd van bijvoorbeeld 120% van het sociaal minimum. De gegevens over inkomen zijn niet uitgevraagd in de vragenlijst, maar aangeleverd door het CBS.

De indicator voor 'moeite met rondkomen' is een subjectieve maat. Aan respondenten is gevraagd om aan te geven in hoeverre zij goed kunnen rondkomen van het inkomen van hun huishouden.

Inkomen

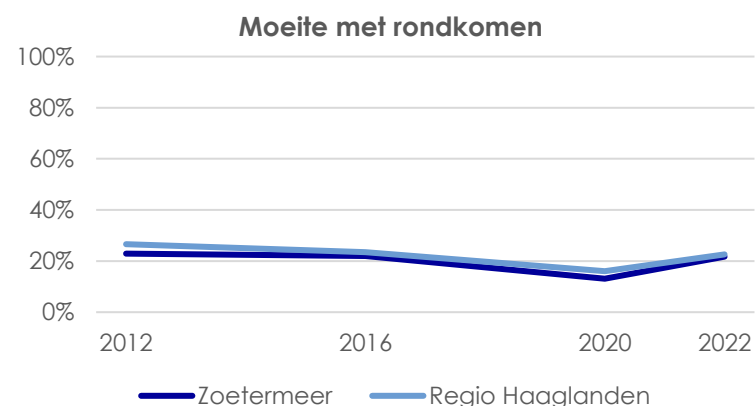
In de gemeente heeft **8%** van de inwoners van 18 jaar en ouder een inkomen tot 120% van het sociaal minimum. Dit is gelijk aan de regio (**10%**) en gelijk aan Nederland (**8%**). Ten opzichte van 2020 is het percentage inwoners met een inkomen tot 120% van het sociaal minimum gedaald (**12%** in 2020).

Moeite met rondkomen

Bijna een kwart (**22%**) van de inwoners van de gemeente heeft enige tot grote moeite met rondkomen. Dat is gelijk aan de regio (**23%**) en gelijk aan Nederland (**19%**). 18-64-jarigen en vrouwen hebben vaker moeite met rondkomen. Er is een verband tussen slechtere gezondheid en het moeite hebben met rondkomen.



Ten opzichte van 2020 is het percentage inwoners dat moeite heeft met rondkomen gestegen.



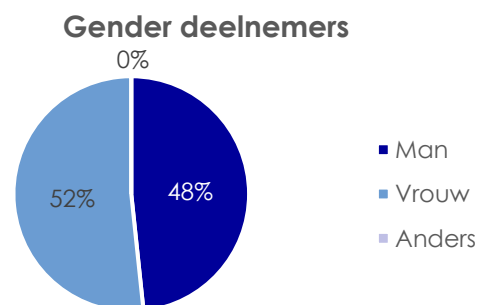
Achtergrond-kenmerken

Deelnemers

In de gemeente deden **1754** mensen mee aan de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. Dit is een respons van **32%**. Voor het begrip van de onderzoeksresultaten is het goed om te weten wie er hebben meegedaan aan het onderzoek.

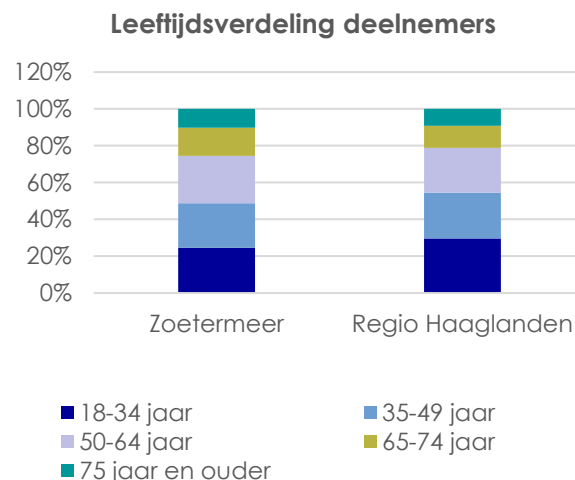
Gender

Na weging van de onderzoeksresultaten (een correctiemethode bij kwantitatief onderzoek) bestond bijna de helft van de deelnemers uit man en de helft uit vrouw. Een klein deel van de identificeert zich als non-binair of anders.

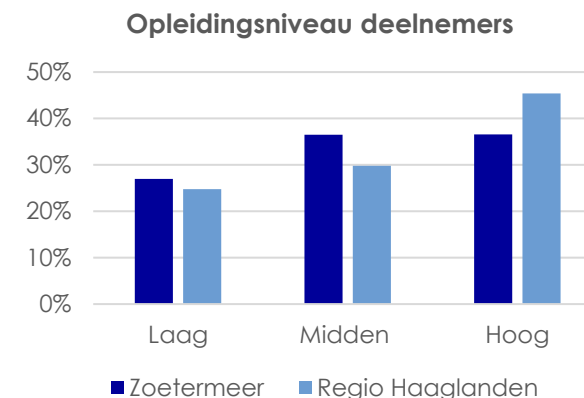


Leeftijdverdeling

Hieronder een overzicht van de leeftijdverdeling van de deelnemers.



Onder de gewogen deelnemers heeft **27%** geen opleiding, lager onderwijs, lbo of mavo ("Laag"), **37%** een mbo-, havo- of vwo-diploma ("Midden") en **37%** een hbo- of wo-diploma ("Hoog").



Opleidingsniveau

Een van de kenmerken die iets zegt over de sociaaleconomische positie van de respondenten, is het opleidingsniveau. Dit kenmerk laat regelmatig een verband zien met gezondheidsuitkomsten.

Het opleidingsniveau is gemeten door te vragen naar de hoogst afgeronde opleiding:

- Geen opleiding, lager onderwijs, lbo, mavo (Laag)
- Mbo, havo, vwo (Midden)
- Hbo, wo (Hoog)

Contact

Heeft u vragen over het onderzoek of hulp nodig bij de duiding van de cijfers? Neem dan contact op de onderzoekers van de Gezondheidsmonitor bij GGD Haaglanden via Gezondheidsmonitor@ggdhaaglanden.nl

GGD Haaglanden
Afdeling Epidemiologie
Juni 2023

Het overnemen van gegevens uit deze publicatie is toegestaan met bronvermelding. Meer cijfers en publicaties over de gezondheid van de inwoners zijn te vinden op:
<https://gezondheidsgids.ggdhaaglanden.nl>

