



Gemeente Dinkelland

Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen

1. Gezond van lijf en leden

- 1.1 Ervaren gezondheid
- 1.2 Lichaamsgewicht
- 1.3 Langdurige ziekte of aandoening
- 1.4 Beperkt in dagelijks leven vanwege gezondheidsproblemen
- 1.5 Zorgen over vergeetachtigheid
- 1.6 Corona

2. Beweeg je fit!

- 2.1. Voldoet aan de beweegerichtlijn
- 2.2. Wekelijkse sporter
- 2.3. Lid sportvereniging

3. Weet wat je eet

- 3.1. Schijf van Vijf
- 3.2. Gezonde en gevarieerde voeding
- 3.3. Minimaal 1,5 liter vocht

4. Genieten of gewoonte

- 4.1. Alcohol
- 4.2. Roken
- 4.3. Drugs
- 4.4. Gehoorbescherming

5. Tijd om op te laden

- 5.1. Slapen
- 5.2. Ontspanning

6. Vaardigheden voor gezondheid

- 6.1. Risico laaggeletterdheid
- 6.2. Gezondheidsvaardigheden
- 6.3. Digitale vaardigheden

7. Levenskracht

- 7.1. Gelukkig voelen
- 7.2. Zinvol leven
- 7.3. Regie over eigen leven
- 7.4. Veerkracht en mentale weerbaarheid
- 7.5. Risico op angststoornis of depressie
- 7.6. Stress
- 7.7. Oordeel homoseksualiteit en genderidentiteit

8. Zelf doen

- 8.1. Functionele beperkingen
- 8.2. Huishoudelijke activiteiten
- 8.3. Vallen
- 8.4. Slaap- of kalmeringsmiddelen

9. Samen ben je niet alleen

- 9.1. Noaberschap
- 9.2. Vrijwilligerswerk
- 9.3. Eenzaamheid
- 9.4. Mantelzorg
- 9.5. Wet maatschappelijke ondersteuning

10. Oost west, thuis best?

- 10.1. Oordeel woning
- 10.2. Levensloopbestendig wonen
- 10.3. Groen in de buurt
- 10.4. Geluidshinder, slaaphinder en geurhinder
- 10.5. Gezondheidsklachten door de hitte

11. Gezond rondkomen

- 11.1 Moeite met rondkomen
- 11.2. Financiële problemen
- 11.3. Noodzakelijke uitgaven

12. Ingrijpende gebeurtenissen

- 12.1 Ingrijpende gebeurtenissen
- 12.2. Huiselijk geweld
- 12.3. Seksuele handelingen tegen zin in
- 12.4. Ouderenmishandeling

13. Gevolgen corona

- 13.1 Corona gehad
- 13.2. Ziek gevoeld door corona
- 13.3. Zelfgerapporteerde invloed coronacrisis

Over het onderzoek

Bronnenlijst

1. Gezond van lijf en leden

Fysieke gezondheid

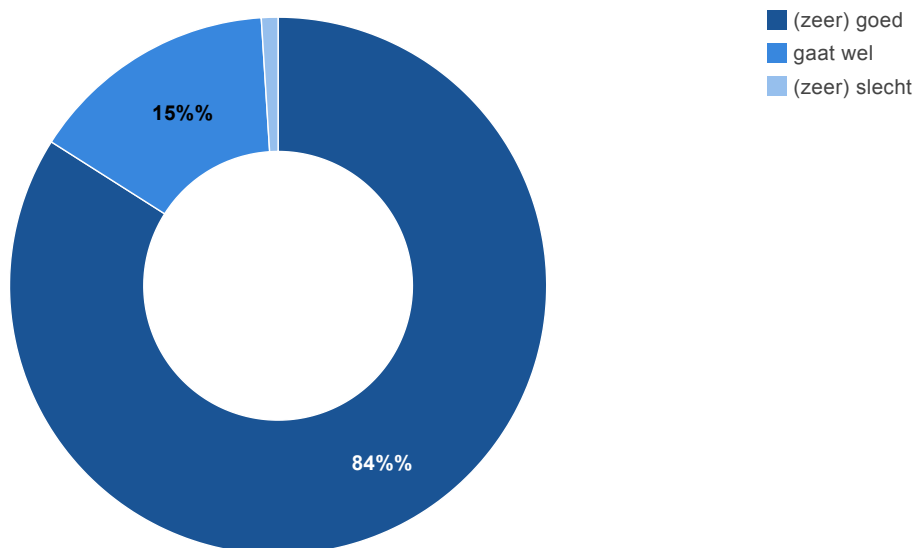
Het functioneren van ons lichaam is onderdeel van onze gezondheid. Dit hoofdstuk geeft inzicht in fysieke aspecten als lichaamsgewicht, langdurige ziekte en vergeetachtigheid. Ook is er aandacht voor hoe inwoners van Dinkelland hun gezondheid zelf ervaren en of ouderen zich zorgen maken over vergeetachtigheid. Daarnaast is uitgevraagd of mensen corona hebben gehad.

1.1 Ervaren gezondheid

De ervaren gezondheid, ook wel subjectieve gezondheid of gezondheidsbeleving genoemd, weerspiegelt het eigen oordeel over de gezondheid.

84% ervaart gezondheid als (zeer) goed

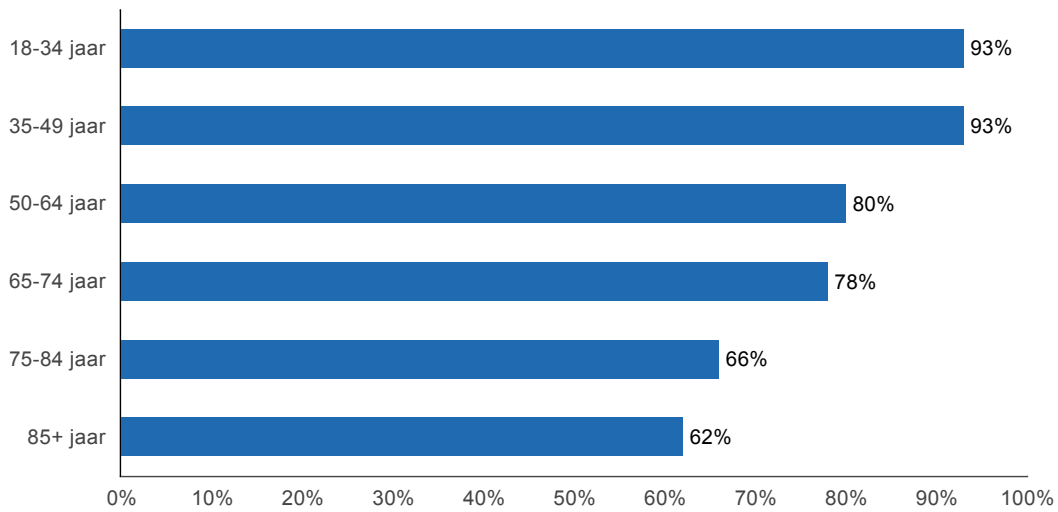
Het percentage mensen in Dinkelland dat de gezondheid als (zeer) goed ervaart is gelijk gebleven in vergelijking met vier jaar geleden: (2016: 85%). 84% van de mensen beoordeelt de eigen gezondheid als (zeer) goed, zie figuur 1.1. Dit is vergelijkbaar met Twente (80%).



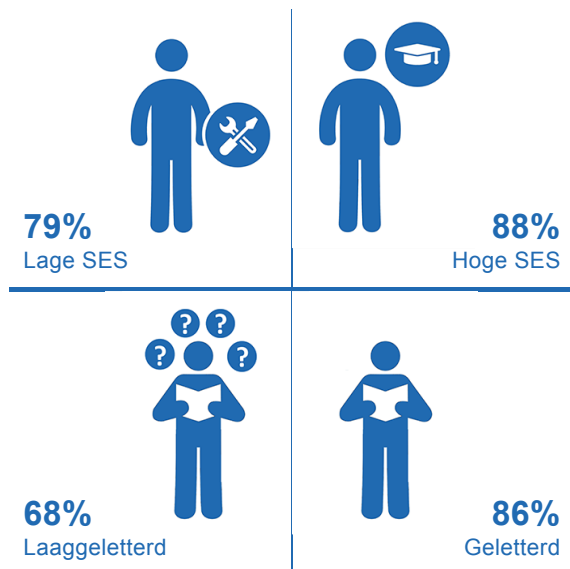
Figuur 1.1 Ervaren gezondheid 18 jaar en ouder - Dinkelland totaal.

Goed ervaren gezondheid lager bij ouderen

Het percentage mannen (85%) dat zijn gezondheid als (zeer) goed ervaart is hoger dan de ervaren gezondheid van vrouwen (82%). Meer volwassenen (88%) dan ouderen (72%) beoordelen de eigen gezondheid als (zeer) goed. De ervaren gezondheid naar leeftijdscategorie is weergegeven in figuur 1.2.



Figuur 1.2 (Zeer) goed ervaren gezondheid - naar leeftijd



Figuur 1.3 (Zeer) goed ervaren gezondheid - naar SES en mate geletterdheid

1.2 Lichaamsgewicht

In de gezondheidsmonitor zijn lichaamslengte en gewicht uitgevraagd. Op basis hiervan is de Body Mass Index (BMI) berekend. De BMI laat zien of je een gezond gewicht hebt in verhouding tot je lengte. Het dient als maat voor het al dan niet voorkomen van overgewicht. Een waarde tussen 18,5 en 25 geeft een gezond gewicht weer. De zelfrapportage in de gezondheidsmonitor kan een vertekening geven van de werkelijkheid.

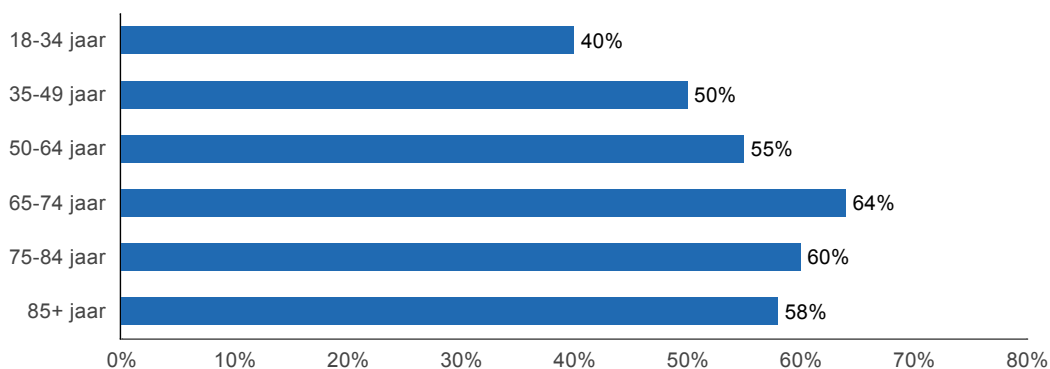
Evenveel overgewicht in Dinkelland in vergelijking met Twente

52% van de mensen in Dinkelland heeft overgewicht. Dit is vergelijkbaar met 4 jaar geleden (2016: 48%) en gelijk aan Twente (53%).

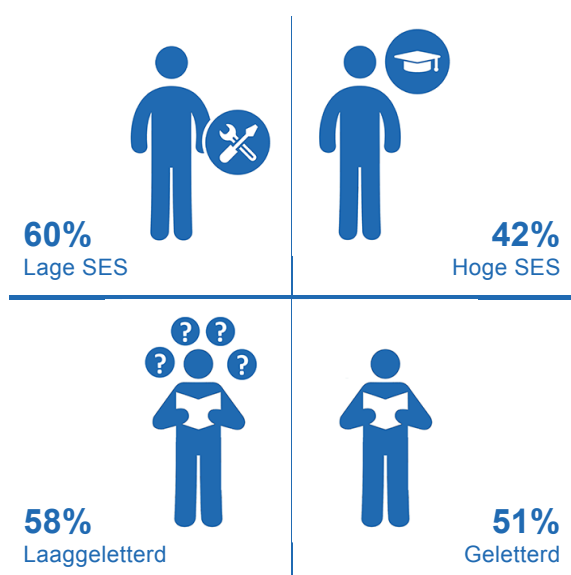


Mannen hebben vaker overgewicht

58% van de mannen heeft overgewicht, vergeleken met 46% van de vrouwen. Ouderen (62%) hebben vaker overgewicht dan volwassenen (49%). Overgewicht naar leeftijdscategorie is weergegeven in figuur 1.4.



Figuur 1.4 Overgewicht (BMI \geq 25) - naar leeftijd



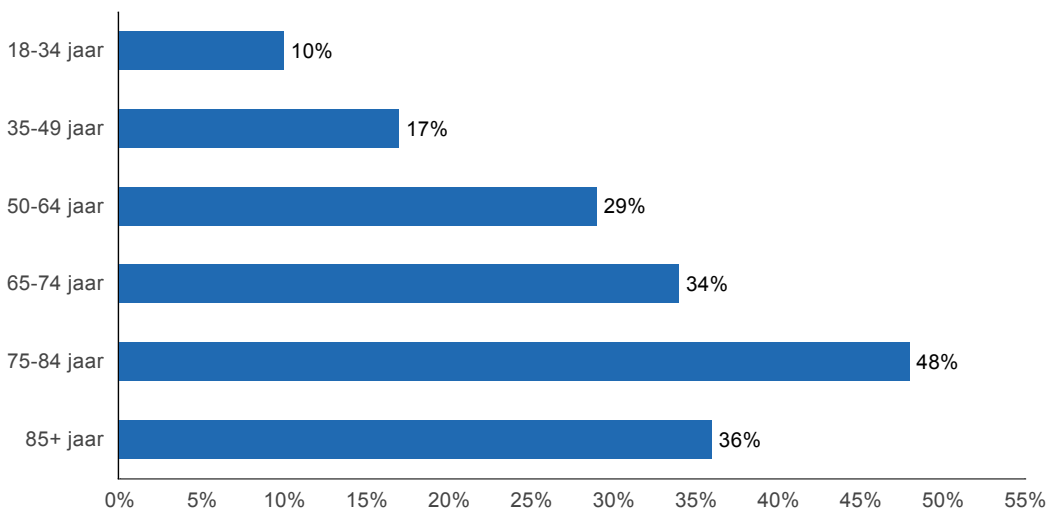
Figuur 1.5 Overgewicht (BMI \geq 25) - naar SES en mate geletterdheid

1.3 Langdurige ziekte of aandoening

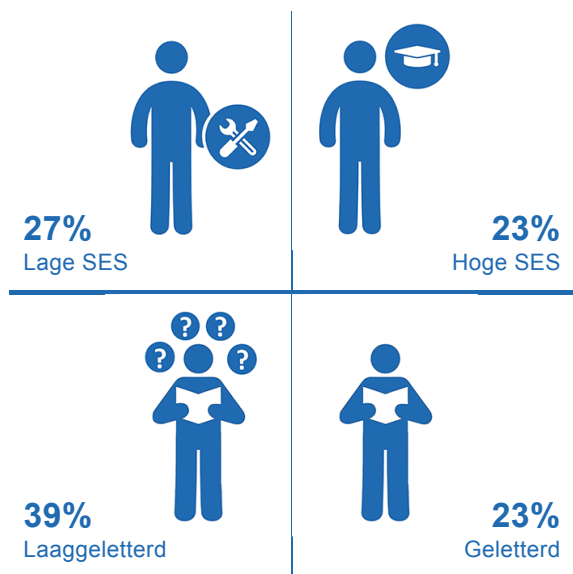
Een langdurige ziekte of aandoening duurt (naar verwachting) zes maanden of langer.

Langdurige ziekten gelijk gebleven

Het aantal mensen van 18 jaar en ouder in Dinkelland dat een langdurige ziekte of aandoening heeft (25%) is gelijk gebleven in vergelijking met vier jaar geleden (2016: 28%). Het percentage is lager dan in Twente (31%). Meer vrouwen (26%) dan mannen (24%) hebben een langdurige ziekte of aandoening. En meer ouderen (39%) dan volwassenen (20%). De aanwezigheid van langdurige ziekten naar leeftijdsgroep is weergegeven in figuur 1.6.



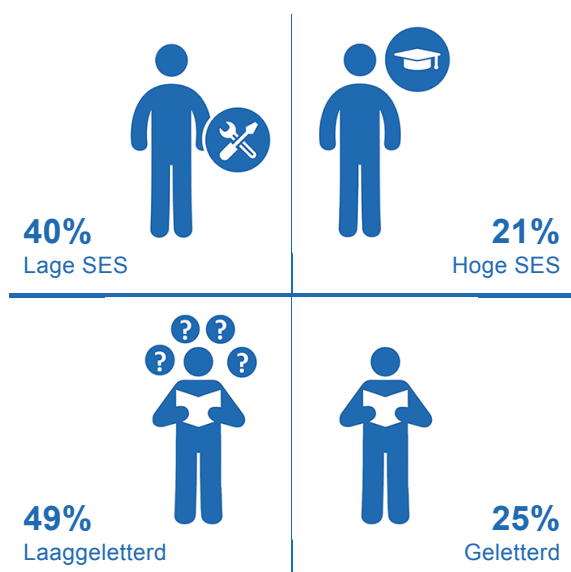
Figuur 1.6 Langdurige ziekten en aandoeningen - naar leeftijd



Figuur 1.7 Langdurige ziekten en aandoeningen - naar SES en mate geletterdheid

1.4 Beperkt in dagelijks leven vanwege gezondheidsproblemen

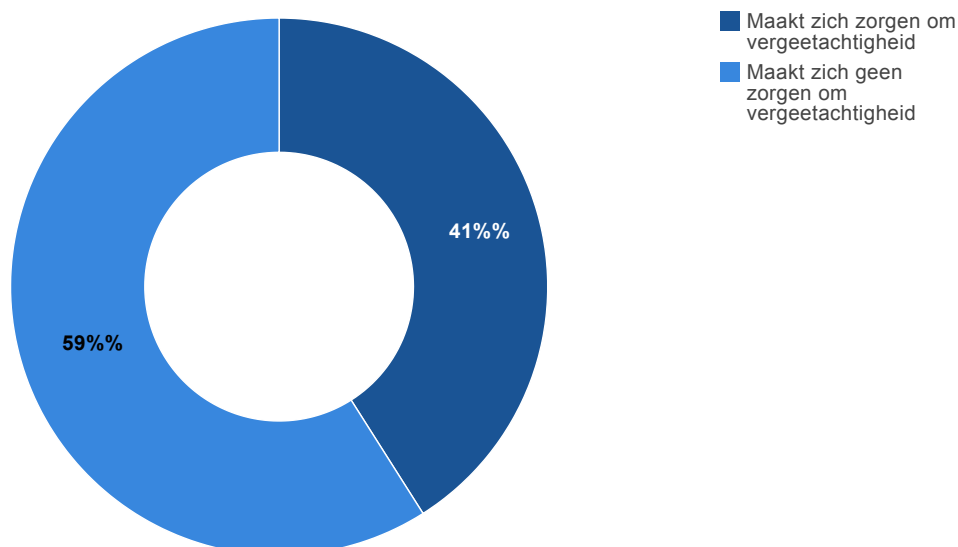
29% van de mensen in Dinkelland geeft aan (ernstig) beperkt te zijn in het dagelijks leven vanwege gezondheidsproblemen. Dit is vergelijkbaar met Twente (31%). Er is een verschil tussen mannen (26%) en vrouwen (32%). Ouderen (50%) zijn vaker beperkt in het dagelijks leven door gezondheidsproblemen dan volwassenen (21%).



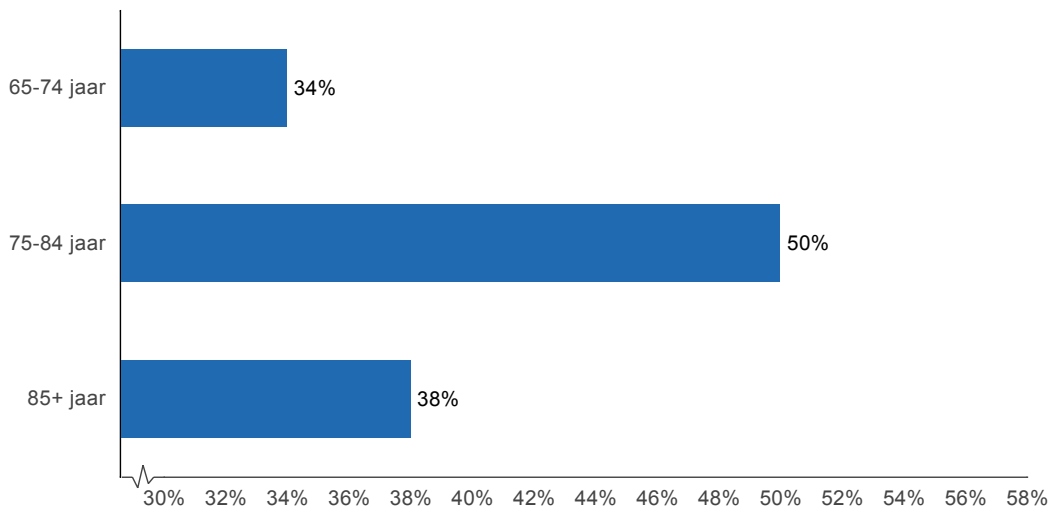
Figuur 1.8 (Ernstig) beperkt in dagelijks leven door gezondheidsproblemen - naar SES en mate geletterdheid

1.5 Zorgen over vergeetachtigheid

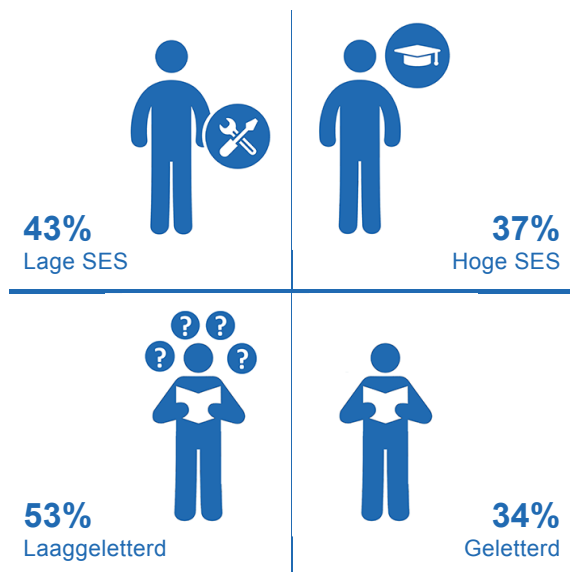
Onder de ouderen in Dinkelland geeft 41% aan zichzelf vergeetachtig te vinden. Het percentage ouderen dat aangeeft zich daar (een beetje tot veel) zorgen over te maken is 41%, zie figuur 1.9. Er zijn geen verschillen naar geslacht. Figuur 1.10 geeft per leeftijdsgroep de percentages weer van de ouderen die zichzelf vergeetachtig vinden en zich hier zorgen over maken.



Figuur 1.9 Zorgen om vergeetachtigheid bij ouderen



Figuur 1.10 Maakt zich zorgen over vergeetachtigheid - naar leeftijd



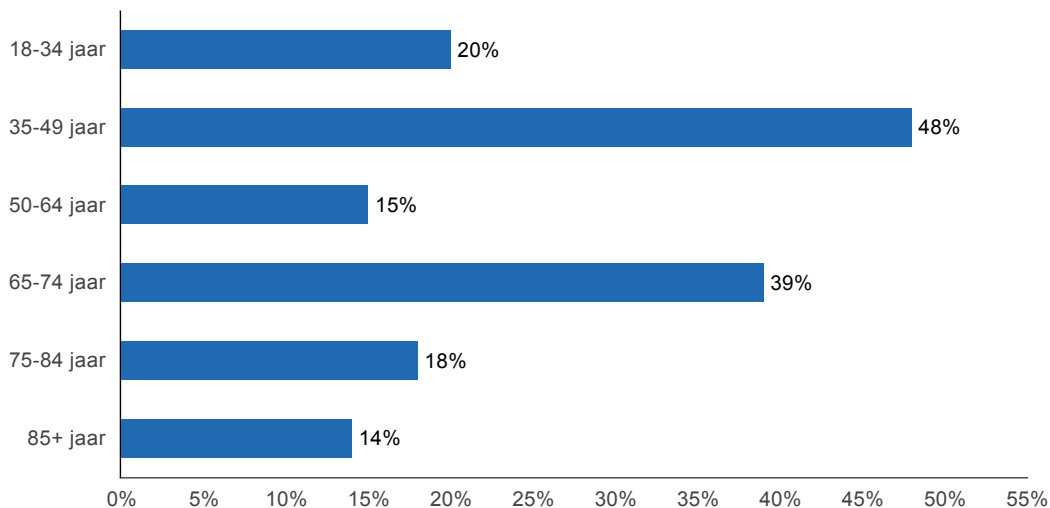
Figuur 1.11 Ouderen met zorgen over hun vergeetachtigheid - naar SES en mate geletterdheid

1.6 Corona

6% van de mensen in Dinkelland denkt het coronavirus te hebben gehad, maar dit is niet bevestigd met een test. Daarnaast geeft 2% aan het coronavirus te hebben gehad, waarbij dit is bevestigd met een test. Van de mensen die corona gehad hebben geeft 26% aan hier redelijk tot ernstig ziek van te zijn geweest. Dit is vergelijkbaar met Twente (35%).

Ouderen voelen zich minder vaak ziek door corona

De ouderen die corona hebben gehad, voelen zich minder vaak redelijk tot ernstig ziek door corona (28%) dan volwassenen (25%). Figuur 1.12 geeft dit weer per leeftijdscategorie. Mannen (17%) voelen zich minder vaak redelijk tot ernstig ziek dan vrouwen (38%). Bij mensen uit de risicogroep laaggeletterdheid is dit 29%, bij mensen zonder risico op laaggeletterdheid is dit 23%. Bij mensen met een lage SES is dit 16% en bij mensen met een hoge SES 22%.



Figuur 1.12 Redelijk tot ernstig ziek voelen door corona - naar leeftijd

2. Beweeg je fit!

Lichamelijke activiteit

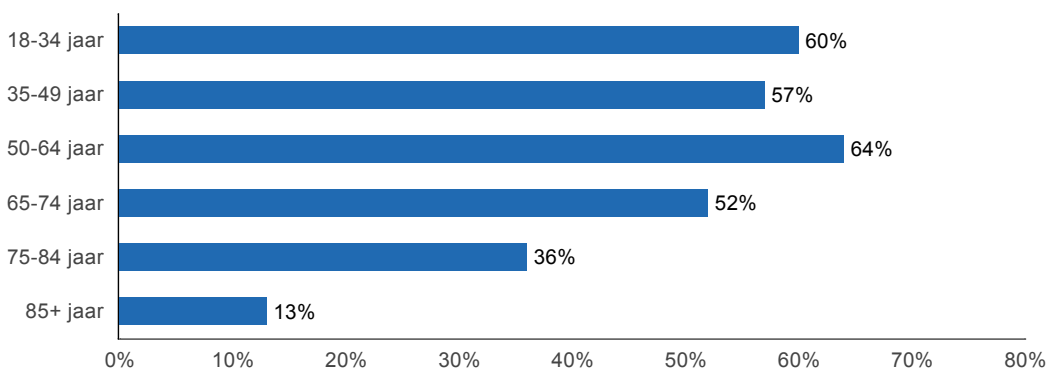
Lichaamsbeweging zorgt voor een goede lichamelijke en mentale gezondheid. Het heeft een positief effect op de conditie, het welzijn en de weerstand. Overdag bewegen kan helpen om 's nachts beter te slapen. Ook kan bewegen helpen om rust te krijgen in je hoofd. Regelmatig bewegen verkleint de kans op gezondheidsproblemen. Beweeg je fit gaat over lichamelijke activiteit naar en op werk, school en in het huishouden. Ook zijn activiteiten als wandelen, fietsen, tuinieren, sporten en zitgedrag uitgevraagd.

2.1 Voldoet aan de beweegrichtlijn

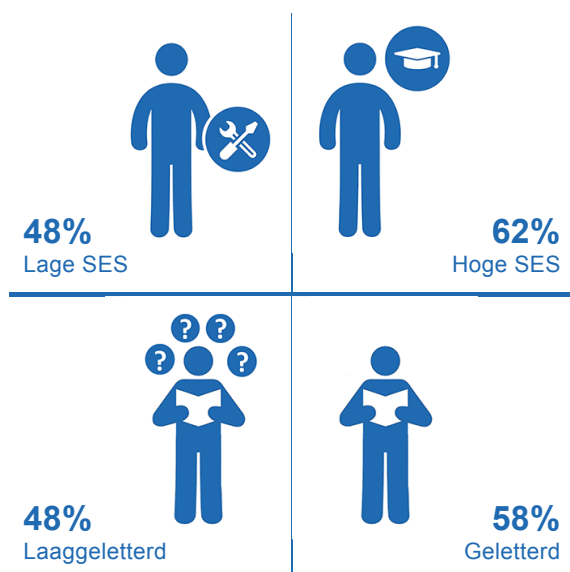
Het advies van de Gezondheidsraad aan volwassenen en ouderen is om tenminste 2,5 uur per week matig intensief te bewegen (bijvoorbeeld wandelen of fietsen). Aanbevolen wordt om niet te veel stil te zitten en minstens tweemaal per week spier- en botversterkende activiteiten te doen, voor ouderen gecombineerd met balansoefeningen. Dit staat omschreven in de Beweegrichtlijnen 2017. Voorheen kende Nederland drie normen voor gezond bewegen: de Nederlandse Norm Gezond Bewegen, de Fitnorm en de Combinorm. Deze normen waren al in gebruik sinds 1998 en toe aan een update. Wetenschappelijke inzichten van de afgelopen 20 jaar zijn verwerkt in de vernieuwde Beweegrichtlijnen 2017.

Volwassenen voldoen het vaakst aan beweegrichtlijn

Van de mensen in Dinkelland voldoet 56% aan de beweegrichtlijn. Dit is vergelijkbaar met 2016 (53%). Vergelijking met Nederland is niet mogelijk. Van de mannen voldoet 60% aan de beweegrichtlijn en 52% van de vrouwen. Volwassenen (61%) voldoen vaker aan de beweegrichtlijn dan ouderen (43%). Figuur 2.1 toont dit per leeftijdscategorie.



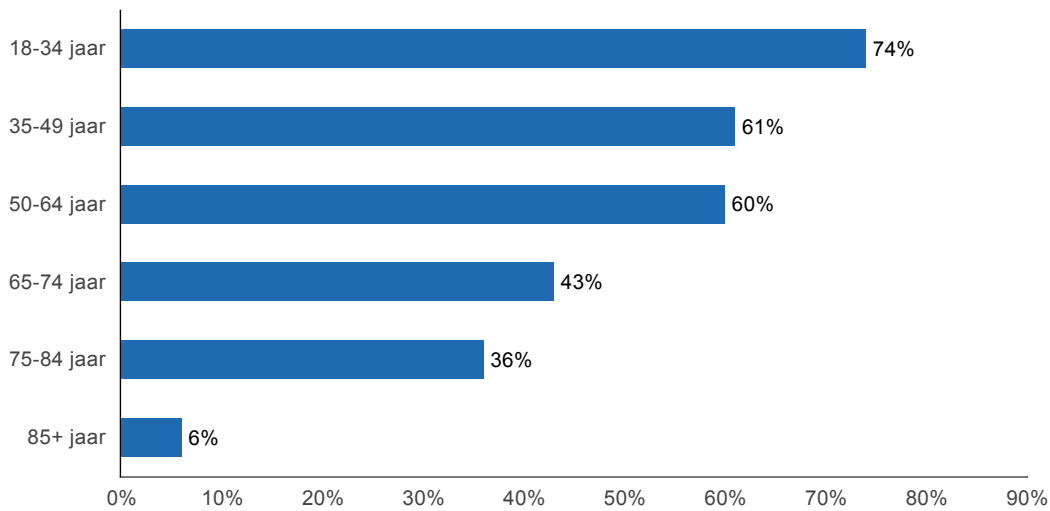
Figuur 2.1 Voldoen aan beweegrichtlijn - Dinkelland totaal



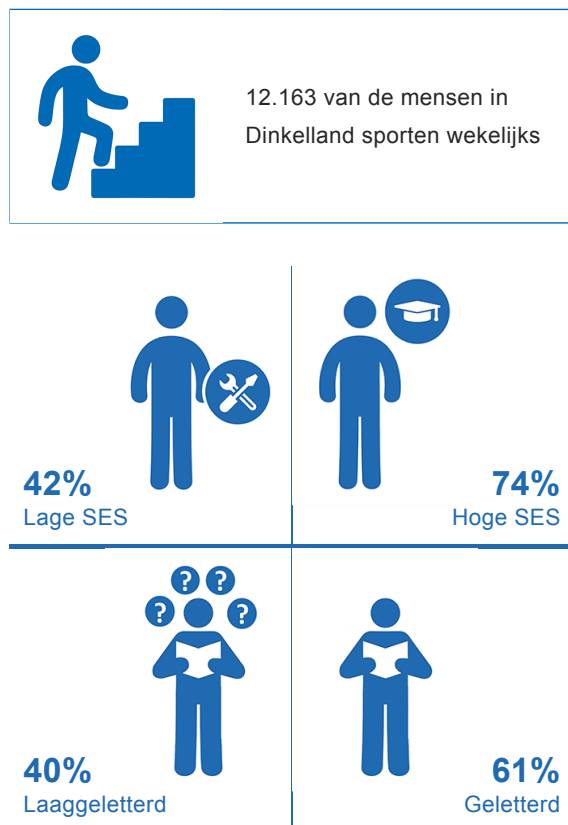
Figuur 2.2 Voldoen aan beweegrichtlijn - naar SES en mate geletterdheid

2.2 Wekelijkse sporter

Van de mensen in Dinkelland sport 58% wekelijks. Dit is vergelijkbaar met 2016, toen sportte 57% van de Twentenaren wekelijks. Van de mannen sport 57% wekelijks, bij de vrouwen is dit 59%. Volwassenen (65%) sporten vaker wekelijks dan ouderen (38%). Het lijkt er dan ook op dat mensen minder vaak wekelijks sporten naarmate zij ouder worden, zie figuur 2.3.



Figuur 2.3 Wekelijkse sporter - naar leeftijd



Figuur 2.4 Wekelijkse sporter - naar SES en mate geletterdheid

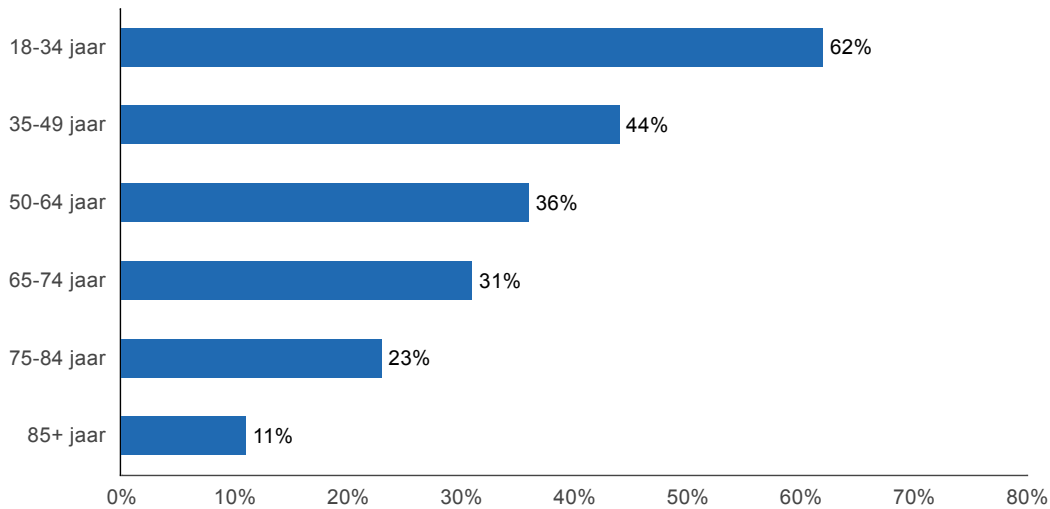
2.3 Lid sportvereniging

Deelname aan sport- en beweegactiviteiten is niet alleen goed voor de gezondheid, maar bevordert ook de maatschappelijke participatie en het welbevinden.

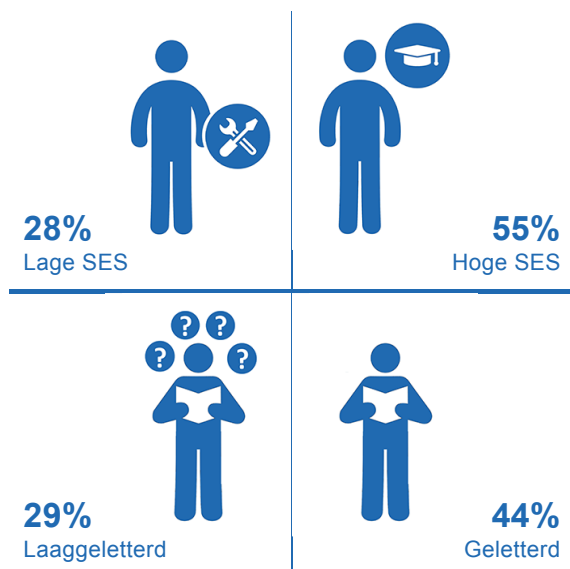
42% lid sportvereniging

Van de mensen in Dinkelland is 42% lid van een sportvereniging, wat vergelijkbaar is met het percentage in 2016 (43%). Er is een verschil tussen mannen (47%) en vrouwen (36%). Volwassenen (47%) zijn vaker lid van een sportvereniging dan ouderen (27%).

Lidmaatschap per leeftijdscategorie is weergegeven in figuur 2.5.



Figuur 2.5 Lidmaatschap sportvereniging - naar leeftijd



Figuur 2.6 Lidmaatschap sportvereniging - naar SES en mate geletterdheid

3. Weet wat je eet

Voeding en vocht

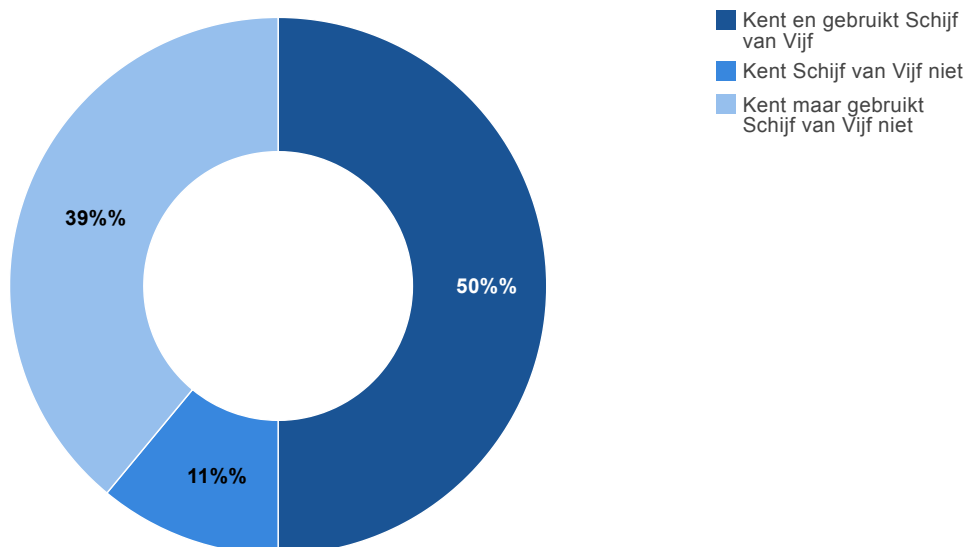
Je lichaam haalt bouwstoffen uit voeding. Als je gezond eet en drinkt, krijg je voedingsstoffen binnen die je nodig hebt om goed te functioneren en je fit te voelen. Gezonde voedingsstoffen dragen bij aan je weerstand, zorgen ervoor dat je lekkerder in je vel zit en voorkomen dat je bepaalde ziektes krijgt. Daarnaast kan gezonde voeding bijdragen aan een gezond gewicht. Een hulpmiddel om gezond te eten is de Schijf van Vijf¹. Dit hoofdstuk gaat in op hoeveel mensen de Schijf van Vijf kennen en hoe het Twentse voedingspatroon eruitziet. Voor ouderen is daarnaast het vochtgebruik inzichtelijk gemaakt.

3.1 Schijf van Vijf

De Schijf van Vijf is een wetenschappelijk onderbouwd voorlichtingsmodel dat laat zien wat de essentie van gezond eten is. Als je eet volgens de Schijf van Vijf, nuttig je vooral producten die gezondheidswinst opleveren en krijg je alle voedingsstoffen binnen die je nodig hebt.

50% probeert volgens Schijf van Vijf te eten

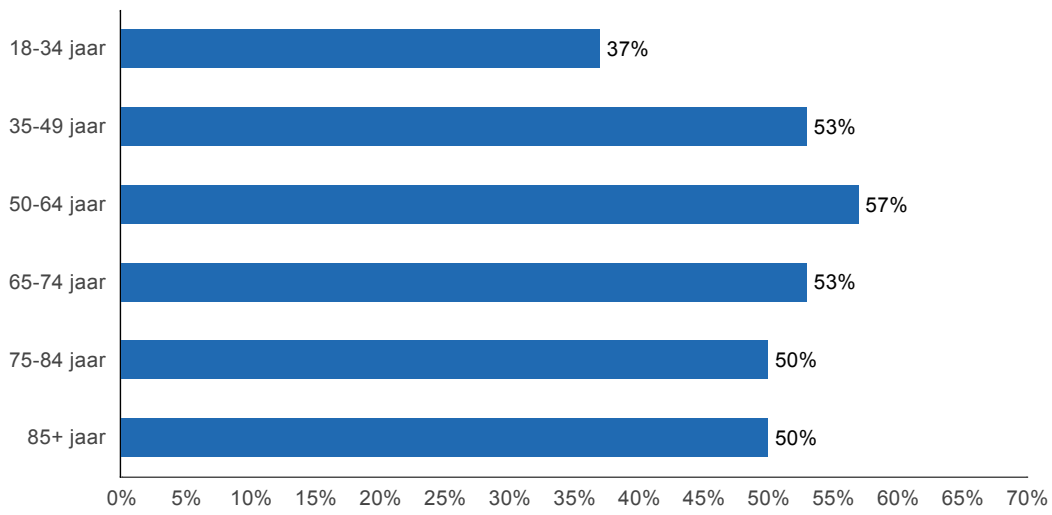
Van de mensen in Dinkelland geeft 11% aan de Schijf van Vijf niet te kennen, 39% kent de Schijf van Vijf wel, maar gebruikt deze niet en 50% probeert volgens de Schijf van Vijf te eten (zie figuur 3.1).



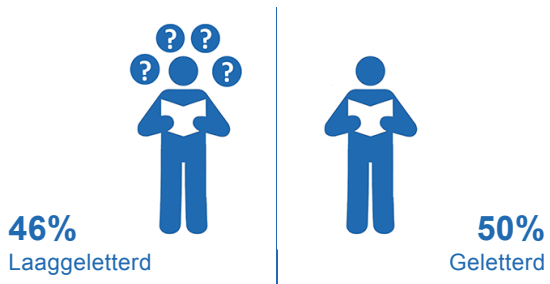
Figuur 3.1 Kennis en gebruik Schijf van Vijf - Dinkelland totaal

Vrouwen proberen vaker volgens de Schijf van Vijf te eten

Het kennen van de Schijf van Vijf kan helpen om gezond te eten. Hierin zijn er verschillen tussen mannen en vrouwen. 36% van de mannen en 64% van de vrouwen probeert volgens de Schijf van Vijf te eten. Er is geen verschil tussen volwassenen (49%) en ouderen (51%). Voor een overzicht naar leeftijd zie figuur 3.2. Er zijn geen verschillen in het proberen te eten volgens de Schijf van Vijf naar SES.



Figuur 3.2 Proberen te eten volgens Schijf van Vijf - naar leeftijd



Figuur 3.3 Schijf van Vijf - naar mate geletterdheid

3.2 Gezonde en gevarieerde voeding

Gezond, gevarieerd en regelmatig eten zorgt ervoor dat je alle voedingsstoffen binnenkrijgt die je lichaam nodig heeft. Onder deze norm vallen volgens het Voedingscentrum onder andere veel groente en fruit, volkoren producten, minder vlees en meer plantaardig voedsel². Het advies is om te variëren met vis, peulvruchten, noten en vegetarische producten, en genoeg zuivel te eten, zoals melk, yoghurt en kaas³.

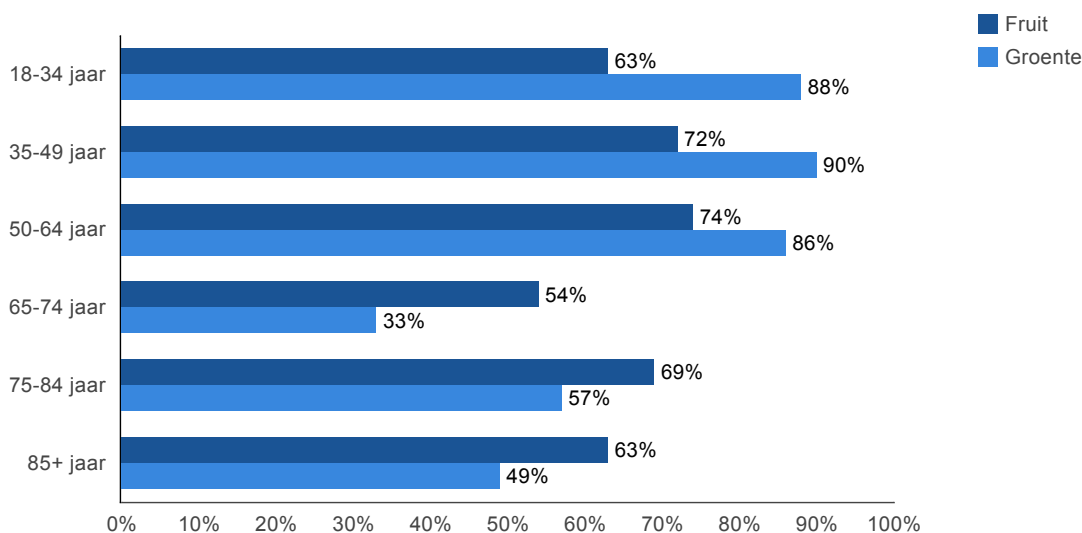
Groot deel van de mensen in Dinkelland voldoet niet aan de dagelijkse voedingsnorm

Een groot deel van de mensen in Dinkelland voldoet geen zeven dagen per week aan de hierboven genoemde voedingsnormen. Wanneer gekeken wordt hoeveel mensen minimaal 5 dagen per week wel voldoen aan de individuele normen, liggen de percentages aanzienlijk hoger. Zo eet 76% minimaal 5 dagen in de week volkorenproducten (tegenover 55% dagelijks) en 89% zuivelproducten (tegenover 70% dagelijks). Voor een uitgebreid overzicht zie tabel 3.1.



Vrouwen en ouderen eten op verschillende onderdelen vaker gezond

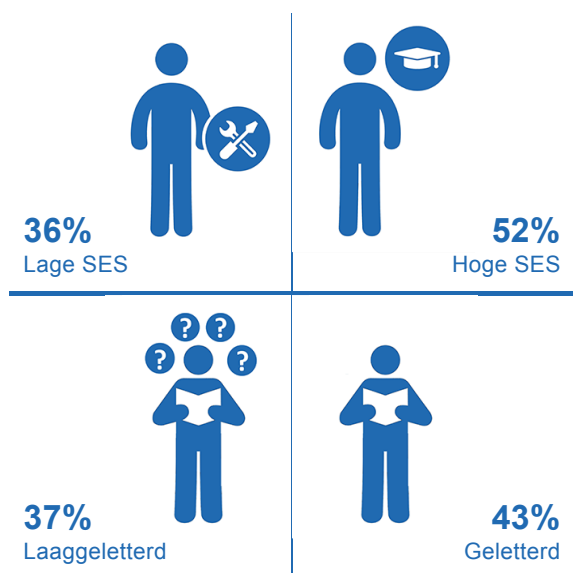
Uit tabel 3.1 komt naar voren dat vrouwen, in vergelijking met mannen, vaker fruit en groente eten, minder vaak vlees eten en vaker dagelijks volkoren producten en vaker dagelijks zuivel eten. Ook zijn er een aantal verschillen tussen volwassenen en ouderen. Het valt op dat ouderen in vergelijking met volwassenen vaker fruit eten, vaker minimaal vijf dagen groente eten, vaker minimaal twee keer per week vis eten, minder vaak vlees eten, vaker volkoren producten eten en vaker zuivel eten. Er zijn verschillen naar SES. Minimaal vijf dagen per week fruit eten, dagelijks groente en minimaal vijf dagen groente eten wordt vaker gedaan door hoge SES dan door lage SES, zie tabel 3.1.



Figuur 3.4 Dagelijkse groente- en fruitconsumptie - naar leeftijd

Tabel 3.1 Voedingspatroon Dinkelland

	Mannen%	Vrouwen%	Volwassenen%	Ouderen%	Lage SES%	Hoge SES%	Totaal%
Eet dagelijks fruit	33	55	38	60	49	45	44
Eet minimaal 5 dagen per week fruit	66	81	70	83	75	75	73
Eet dagelijks groente	35	49	41	42	36	52	42
Eet minimaal 5 dagen per week groente	84	92	88	89	83	93	88
Eet minimaal 2x per week vis	26	27	25	31	28	28	27
Eet dagelijks vlees	23	11	19	10	15	15	17
Eet maximaal 5 dagen per week vlees	53	67	57	67	59	63	60
Eet minimaal 2x per week peulvruchten	37	34	34	40	32	36	35
Eet dagelijks volkoren producten	53	57	52	63	57	50	55
Eet minimaal 5 dagen per week volkoren producten	75	77	73	84	78	72	76
Eet dagelijks zuivel	64	76	67	77	71	68	70
Eet minimaal 5 dagen per week zuivel	88	90	88	93	89	90	89



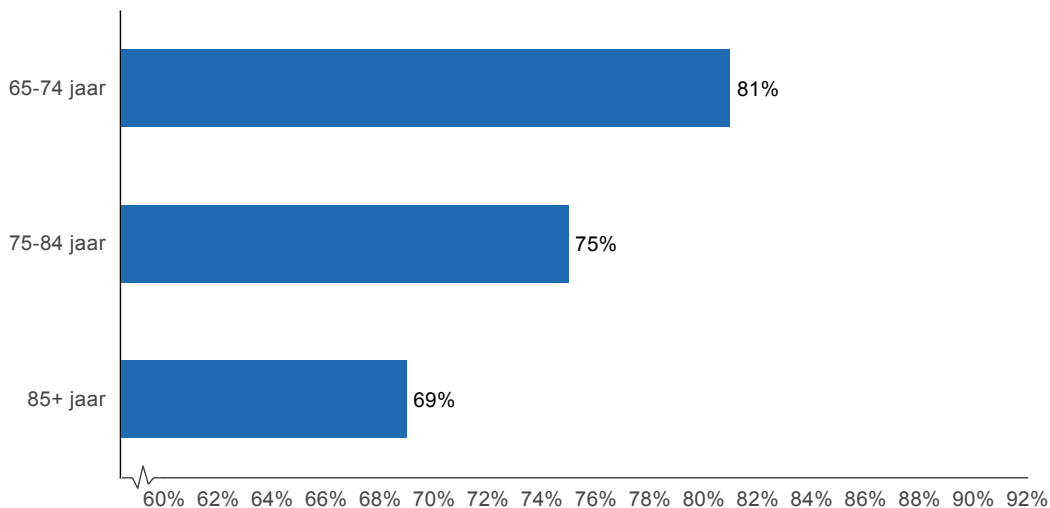
Figuur 3.5 Dagelijks groente eten - naar SES en mate geletterdheid

3.3 Minimaal 1,5 liter vocht

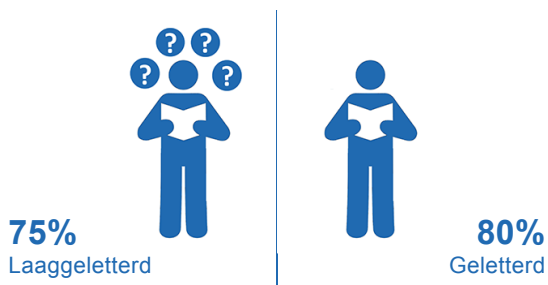
De Gezondheidsraad volgt in haar richtlijnen voor goede voeding, het advies van het Voedingscentrum om per dag minstens 1,5 liter vocht te drinken. Voldoende vocht is voor ouderen extra van belang. Op hogere leeftijd (> 70 jaar) kan de vochtbalans verstoord raken door een verminderd functioneren van de nieren en een afnemend dorstgevoel. Ook kan de eetlust afnemen, waardoor men via de voeding niet voldoende vocht meer binnenkrijgt. Daarom is bij ouderen gevraagd naar vochtinname.

78% van de ouderen drinkt minimaal 1,5 liter vocht per dag

Het percentage ouderen dat aangeeft dagelijks minimaal 1,5 liter vocht te drinken is 78%. Van de mannen drinkt 80% 1,5 liter vocht per dag. Bij de vrouwen is dit 76%. Voldoende vocht drinken lijkt af te nemen bij ouderen met de leeftijd, zie figuur 3.6. Er is geen verschil bij ouderen in dagelijks minimaal 1,5 liter vocht drinken naar SES.



Figuur 3.6 Dagelijks minimaal 1,5 liter vocht drinken - naar leeftijd bij ouderen



Figuur 3.7 Dagelijks minimaal 1,5 liter vocht drinken - naar mate geletterdheid bij ouderen

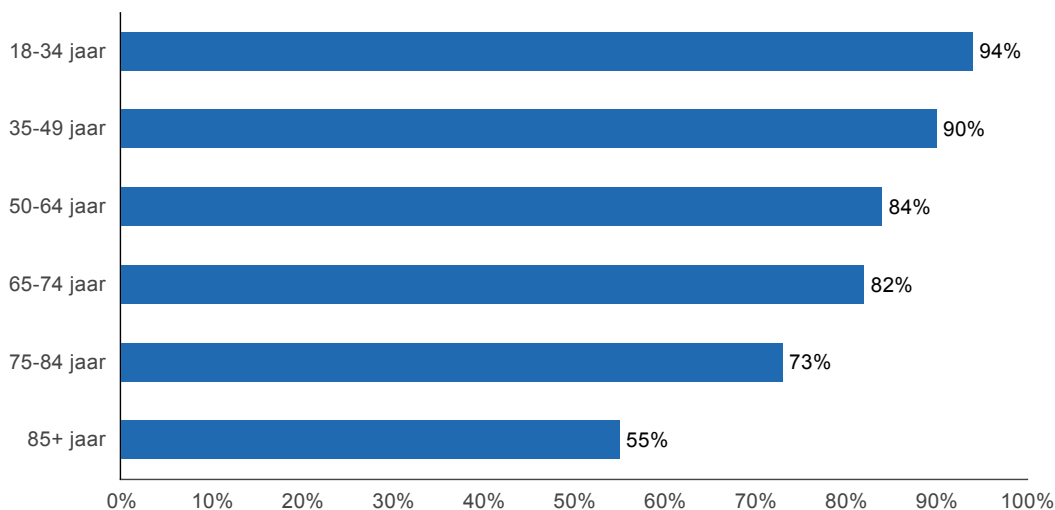
4. Genieten of gewoonte

Alcohol, roken, drugs en gehoorbescherming

Alcohol, roken, drugs... Een genot of een gewoonte van mensen uit Dinkelland? Alcohol, roken en drugs kunnen gezondheidsrisico's met zich meebrengen. Genieten van een glaasje wijn of bier bij het eten, of tijdens een avondje uit. Blijft het bij een enkel glas of zijn we ons niet altijd bewust van de gewoonte om bij steeds meer gelegenheden alcohol te drinken? En als je dan een avondje uit bent of een ander moment waar hard geluid is, ben je er bewust van dat gehoorschade blijvend is en tref je daar maatregelen voor? Het hoofdstuk "Genieten of gewoonte?" bespreekt alcoholgebruik en roken onder mensen in Dinkelland. Bij volwassenen is daarnaast het gebruik van drugs en gehoorbescherming uitgevraagd.

4.1 Alcohol

Aan volwassenen en ouderen is gevraagd of zij wel eens alcohol drinken. 86% van de mensen in Dinkelland heeft in de afgelopen twaalf maanden wel eens alcohol gedronken, zoals bier, wijn of sterke drank. Het alcoholgebruik naar leeftijdscategorie is weergegeven in figuur 4.1.



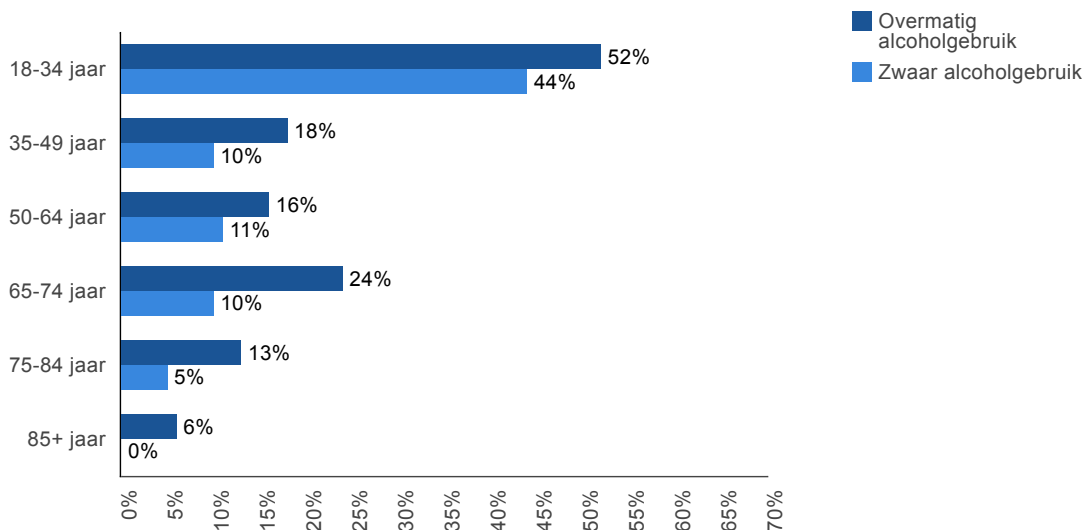
Figuur 4.1 Afgelopen 12 maanden alcohol gedronken - naar leeftijd

Hoewel veel mensen een glaasje alcohol op zijn tijd kunnen waarderen, adviseert de Gezondheidsraad om geen alcohol te drinken, of in ieder geval niet meer dan één glas per dag⁴. 31% van de mensen uit Dinkelland geeft aan dat ze niet drinken, of maximaal één glas alcohol per dag. Vier jaar geleden was dit percentage vergelijkbaar; 30% van de mensen uit Dinkelland gaf aan niet te drinken of maximaal één glas per dag. In Twente houden mensen zich minder vaak aan het advies van de Gezondheidsraad, daar drinkt 40% niet of maximaal één glas per dag. Er is een groot verschil tussen mannen en vrouwen. Vrouwen (47%) houden zich vaker aan het advies dan mannen (16%). Volwassenen (25%) drinken minder vaak niet of maximaal één glas per dag dan ouderen (47%).

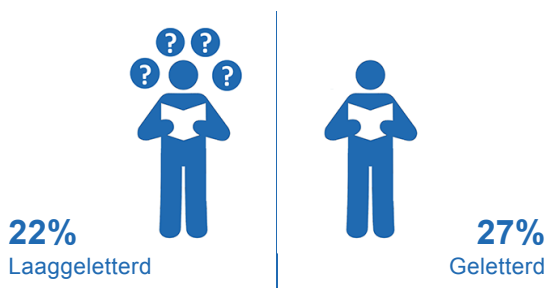
Meer overmatig en zwaar alcoholgebruik bij mannen

Van overmatig alcoholgebruik is sprake wanneer meer dan veertien glazen per week gedronken worden door mannen en meer dan zeven glazen per week door vrouwen⁵. In Dinkelland is 26% van de bevolking een overmatige drinker van alcohol. Dit is vergelijkbaar met 2016 (26%) en meer dan gemiddeld in Twente (19%).

Een man die zes glazen alcohol of een vrouw die vier glazen alcohol bij één gelegenheid drinkt, behoort tot de categorie zware drinkers⁶. 18% van de mensen in Dinkelland is een zware drinker, dit is vergelijkbaar met 2016 (18%). Er zijn meer zware drinkers in Dinkelland dan in Twente (10%). Mannen drinken vaker overmatig (35%) en zwaar (29%) dan vrouwen (overmatig 17%; zwaar 6%). Meer volwassenen (22%) dan ouderen (7%) zijn zware drinkers. Zware en overmatige drinkers naar leeftijdscategorie zijn weergegeven in figuur 4.2.



Figuur 4.2 Zware en overmatige drinkers - naar leeftijd

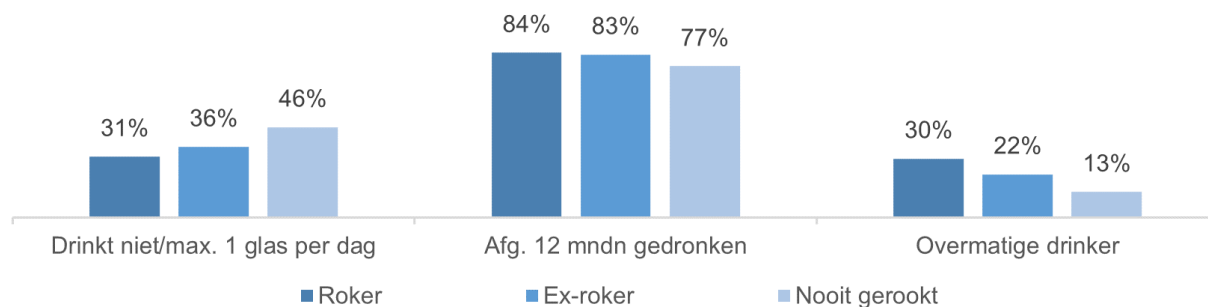


Figuur 4.3 Overmatig drinken - naar mate geletterdheid

Verdieping Twentse cijfers

Twentse rokers zijn vaker overmatige drinkers

Uit een verdiepend onderzoek met de Twentse data blijkt dat er een relatie is tussen mensen die alcohol drinken en roken. Twentenaren die roken hebben vaker gedronken in de afgelopen twaalf maanden. Van de rokers heeft 84% in de afgelopen twaalf maanden alcohol gedronken. Voor de mensen die nog nooit gerookt hebben is dit 77%. Van de Twentenaren die aangeven te roken, is 30% een overmatige drinker. Voor mensen die nog nooit gerookt hebben is dit 13%. Van de mensen die aangeven gestopt te zijn met roken, drinkt 36% niet of maximaal één glas per dag. Voor rokers is dit 31%, en mensen die nooit gerookt hebben 46%. Zie figuur 4.4.



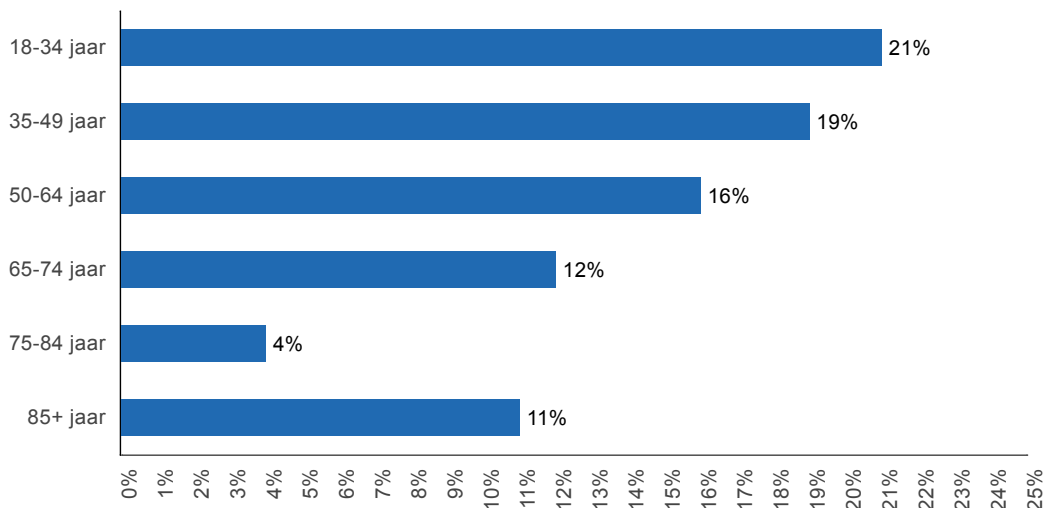
Figuur 4.4 Alcoholgebruik afgelopen 12 maanden - naar roker of niet

4.2 Roken

Roken is ongezond. En niet alleen voor de roker zelf, maar ook voor degenen die meeroken. Roken gaat gepaard met een lagere kwaliteit van leven en levert, vergeleken met andere risicofactoren, een hoge bijdrage aan de ziektelast. De sterftkans van rokers is aanzienlijk hoger dan van niet-rokers.

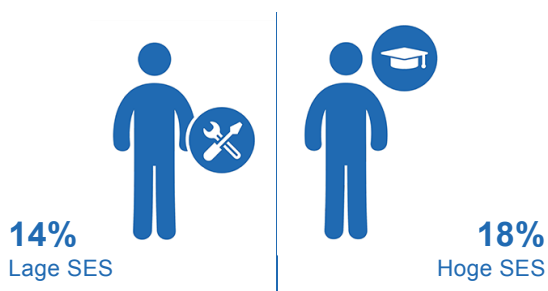
16% van de mensen in Dinkelland rookt (wel eens)

16% van de mensen in Dinkelland rookt (wel eens). Het aantal rokers is gelijk gebleven (2016: 17%) en is gelijk aan het percentage rokers in Twente (17%). Mannen (20%) roken vaker dan vrouwen (12%), en volwassenen (18%) vaker dan ouderen (9%). Per leeftijdscategorie is dit weergegeven in figuur 4.5. Van de rokers geeft 1% aan wel eens een elektronische sigaret (e-smoker, sisha-pen) te gebruiken. Dit is lager dan in Twente (2%).



Figuur 4.5 Rookt (wel eens) - naar leeftijd

Ook is er gevraagd aan de niet-rokende mensen in Dinkelland of zij vroeger wél hebben gerookt. Het stoppen met roken zorgt ervoor dat je conditie beter wordt, je hebt weer minder kans op hart- en vaatziekten en na het stoppen gaat je levensverwachting omhoog. In Dinkelland geeft 33% aan vroeger gerookt te hebben.

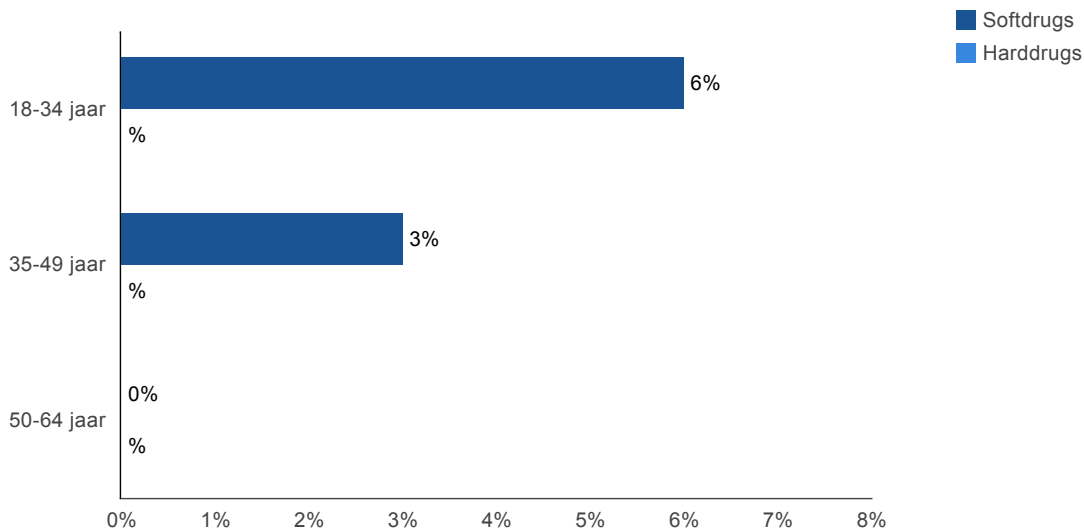


Figuur 4.6 (Wel eens) roken - naar SES

4.3 Drugs

Hoewel de meeste mensen de gevaren van drugs kennen, worden er toch verschillende drugs gebruikt. 4% van de volwassenen in Dinkelland geeft aan één of meerdere soorten drugs te hebben gebruikt in de afgelopen twaalf maanden. 3% geeft aan softdrugs te hebben gebruikt en 2% harddrugs in de afgelopen twaalf maanden.

Van de mannen heeft 5% drugs gebruikt in de afgelopen 12 maanden. Bij de vrouwen is dit 3%. 4% van de mannen en 1% van de vrouwen gebruikt softdrugs. Voor harddrugs liggen deze percentages op 2% (mannen) en 2% (vrouwen). Figuur 4.7 toont het drugsgebruik per leeftijdscategorie. SES en risico op laaggeletterdheid hebben geen invloed op drugsgebruik. Deze vraag over drugs is niet aan ouderen (65+) gesteld.



Figuur 4.7 Drugsgebruik volwassenen - naar leeftijd

4.4 Gehoorbescherming

Schade aan het gehoor kan geleidelijk maar ook acuut ontstaan. Gehoorschade is onherstelbaar. Het dragen van oordoppen kan dit voorkomen. Aan volwassenen is gevraagd of ze gehoorbescherming gebruiken op plekken waar op dat moment hard geluid is.

16% van de volwassenen in Dinkelland gebruikt nooit gehoorbescherming

16% van de volwassenen in Dinkelland zegt nooit gehoorbescherming (zoals oordoppen) te gebruiken op plekken waar op dat moment hard geluid is. Vrouwen gebruiken vaker nooit gehoorbescherming (21%) dan mannen (12%). De plekken waar het meest gehoorbescherming wordt gebruikt is op festivals/concerten of ander grote evenementen (22%), werk (27%) en discotheken of cafébezoek (9%).

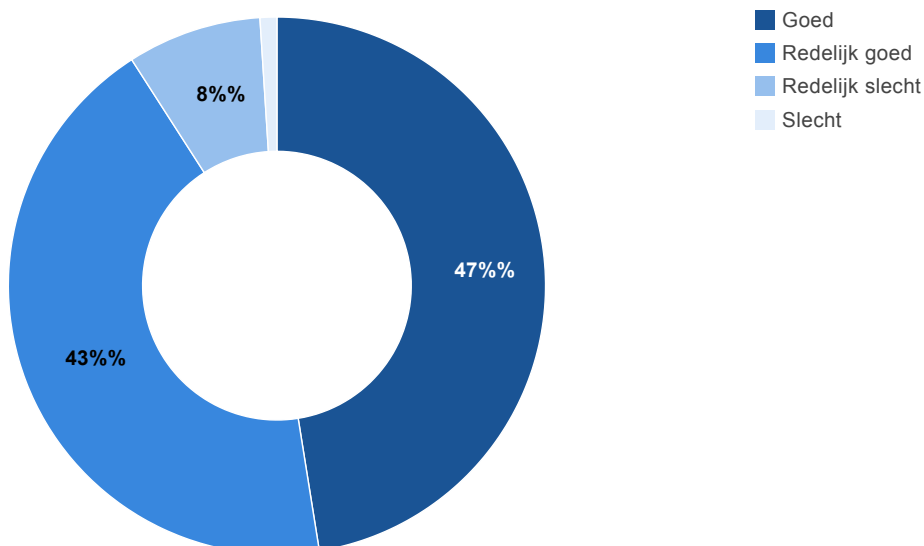
5. Tijd om op te laden

Slaap en ontspanning

Goed slapen en ontspannen hebben net als gezond eten en voldoende bewegen een positieve invloed op onze gezondheid. Gedurende slaap herstelt je lichaam zich, zowel lichamelijk als geestelijk. Wie goed en lekker slaapt, wordt uitgerust wakker, voelt zich fitter, en is productiever⁷. Slecht slapen kan het risico verhogen op ziektes als obesitas, diabetes, depressie en beroerte. Daarnaast kan het je dagelijks functioneren belemmeren⁸. Wat betreft ontspanning is af en toe wat stress of spanning goed en nuttig voor je lichaam, want dit zorgt voor energie en focus. Maar te lang, te veel stress zorgt ervoor dat je hersenen minder functioneren. Wat te voorkomen is door je hersenen voldoende rustmomenten te geven⁹. Dit hoofdstuk gaat in op hoe goed inwoners van Dinkelland over het algemeen slapen en of zij voldoende ontspanning en vrije tijd ervaren. Bij volwassenen is ook gevraagd of slecht slapen invloed heeft op het dagelijks leven.

5.1 Slapen

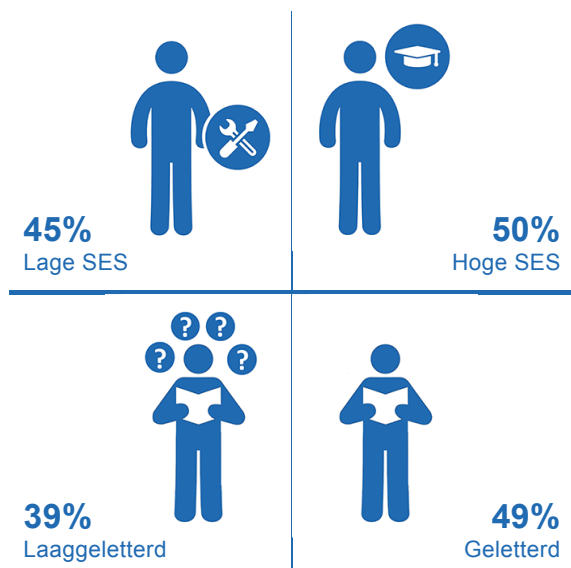
Van de mensen uit Dinkelland geeft 47% aan goed te slapen, 43% slaapt redelijk goed, 8% redelijk slecht en 1% geeft aan slecht te slapen (zie figuur 5.1). Er zijn verschillen tussen mannen en vrouwen in kwaliteit van slaap. 54% van de mannen uit Dinkelland en 41% van de vrouwen uit Dinkelland geeft aan goed te slapen. Bij volwassenen is dit 49% en bij ouderen 43%.



Figuur 5.1 Goed en slecht slapen - Dinkelland totaal

Slecht slapen en invloed op dagelijkse activiteiten

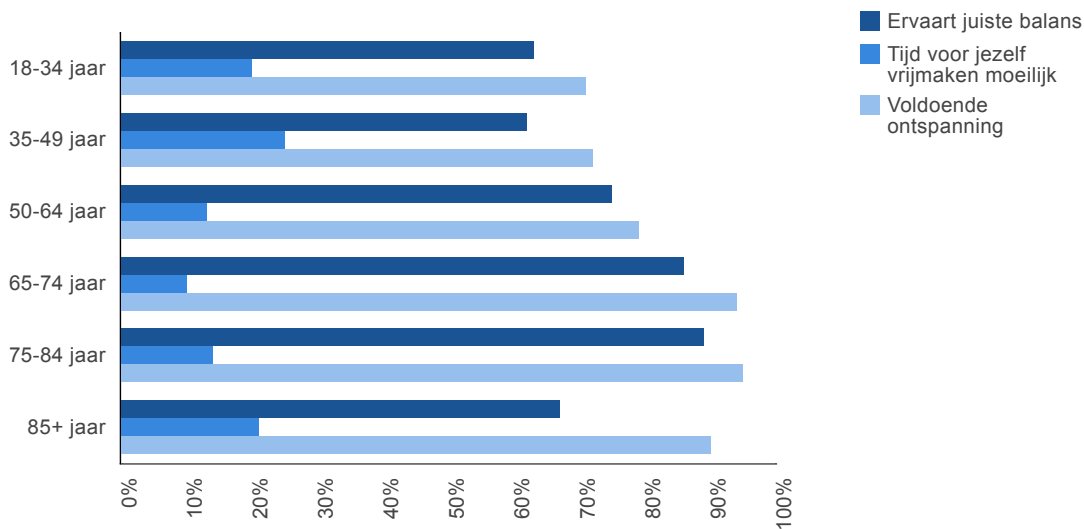
Van de volwassenen (18 t/m 64 jaar) geeft 2% aan dat slecht slapen meestal of altijd een negatieve invloed heeft op de dagelijkse activiteiten (als percentage van de gehele populatie).



Figuur 5.2 Goed slapen - naar SES en mate geletterdheid

5.2 Ontspanning

Van de mensen uit Dinkelland geeft 80% aan dat er in hun leven (meestal) voldoende tijd is voor ontspanning. Daarnaast geeft 17% van de mensen uit Dinkelland van 18 jaar en ouder aan dat zij het (meestal) moeilijk vinden om tijd voor zichzelf vrij te maken. 72% vindt dat er (meestal) een goede balans is tussen dagelijkse werkzaamheden en vrije tijd. Figuur 5.3 geeft een overzicht van de verschillende antwoorden - naar leeftijd - op de drie bovenstaande vragen.



Figuur 5.3 Ontspanning en vrije tijd - naar leeftijd

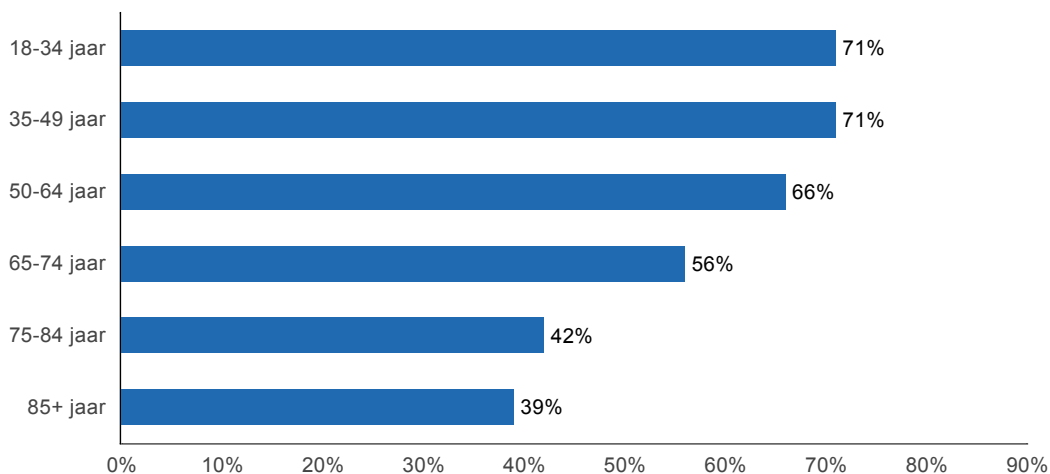


Willen mensen uit Dinkelland hun leefstijl aanpassen?

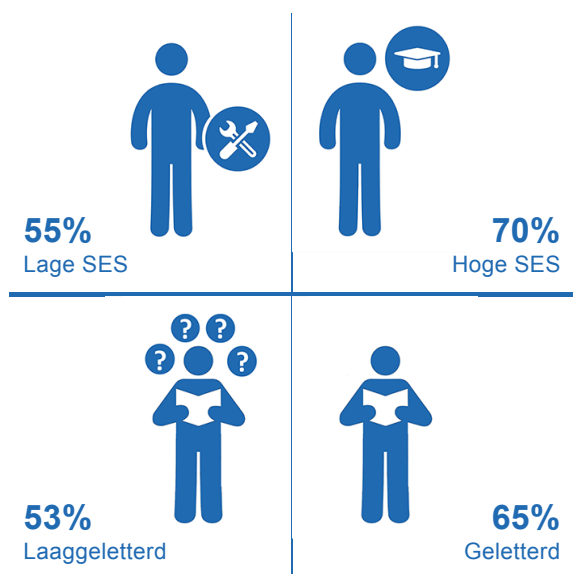
Als afsluiting van de voorgaande leefstijlhoofdstukken wordt ingegaan op de vraag of inwoners van Dinkelland van plan zijn om hun manier van leven aan te passen. En zo ja, op welke gebieden.

64% van de mensen uit Dinkelland wil leefstijl aanpassen

Het percentage mensen uit Dinkelland dat aangeeft op één of meer gebieden zijn of haar leefstijl aan te willen passen is 64%. Van de mannen geeft 64% aan iets te willen veranderen aan hun manier van leven, van de vrouwen is dit 63%. 69% van de volwassenen heeft de wens zijn of haar leefstijl aan te passen, van de ouderen is dit 50%. Het lijkt erop dat de wens om je leefstijl aan te passen afneemt naarmate de inwoners van Dinkelland ouder worden, zie figuur 5.4 voor een uitgebreid overzicht per leeftijdscategorie.



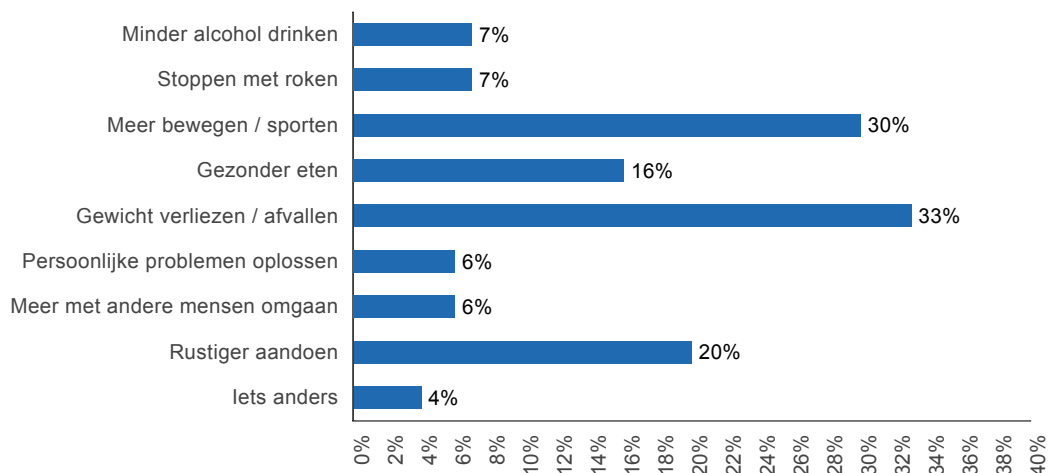
Figuur 5.4 Wil op één of meer gebieden de leefstijl aanpassen - naar leeftijd



Figuur 5.5 Wil op één of meer gebieden de leefstijl aanpassen - naar SES en mate geletterdheid

Afvallen en meer bewegen meest genoemde aanpassingen

33% van de mensen uit Dinkelland geeft aan te willen afvallen, 30% wil meer bewegen of sporten en 16% wil graag gezonder eten. Aanpassingen aan de leefstijl zijn weergegeven in figuur 5.6.



Figuur 5.6 Overzicht gebieden leefstijl aanpassen - Dinkelland totaal

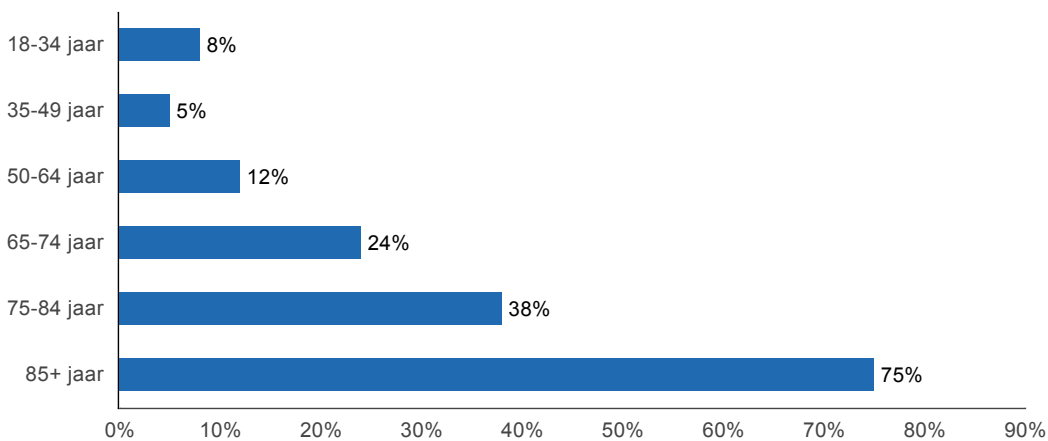
6. Vaardigheden voor gezondheid

Gezondheidsvaardigheden, risico op laaggeletterdheid en digitale vaardigheden

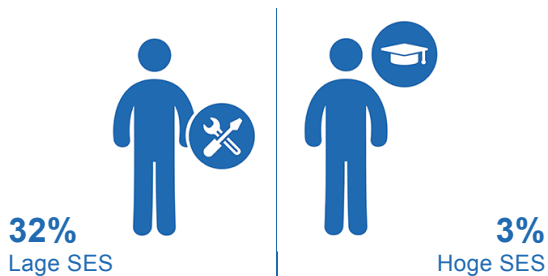
Gezondheid gaat over het vermogen om je aan te passen aan de uitdagingen die zich in je leven voordoen, en hier zoveel mogelijk eigen regie op te voeren. Om zoveel mogelijk regie te kunnen voeren, heb je gezondheidsvaardigheden nodig. Dit zijn onder andere vaardigheden om informatie over je gezondheid te vinden, te begrijpen, te beoordelen en te gebruiken bij het nemen van beslissingen over jouw gezondheid¹⁰. Deze vaardigheden hangen nauw samen met geletterdheid: kunnen lezen, schrijven en/of rekenen. Niet iedereen is even gezondheidsvaardig en een deel van deze groep mensen is daarnaast laaggeletterd. Vaak hebben zij daardoor ook moeite met het gebruik van een computer of smartphone. Uit onderzoek is bekend dat laaggeletterden of mensen met lage gezondheidsvaardigheden meer kans hebben op een slechtere gezondheid en vroegtijdig overlijden dan mensen die gezondheidsvaardig en geletterd zijn¹¹. Dit hoofdstuk geeft inzicht in het niveau van gezondheidsvaardigheden, hoeveel inwoners risico lopen op laaggeletterdheid, en hoe het is gesteld met de digitale bekwaamheid.

6.1 Risico op laaggeletterdheid

Risico op laaggeletterdheid is in de vragenlijst gemeten met de Taalzelftest¹². Aan de hand van elf stellingen wordt bepaald of iemand risico loopt op laaggeletterdheid. Van de mensen uit Dinkelland loopt minstens 15% een risico op laaggeletterdheid. Mogelijk ligt dit percentage in de praktijk hoger, omdat de verwachting is dat een deel van de mensen die moeite hebben met lezen en schrijven de vragenlijst uit dit onderzoek niet hebben ingevuld. Vandaar het gebruik van de term "minstens". 15% van de vrouwen loopt een risico op laaggeletterdheid, voor mannen is dit 9%. 9% van de volwassenen en 33% van de ouderen heeft een risico op laaggeletterdheid.



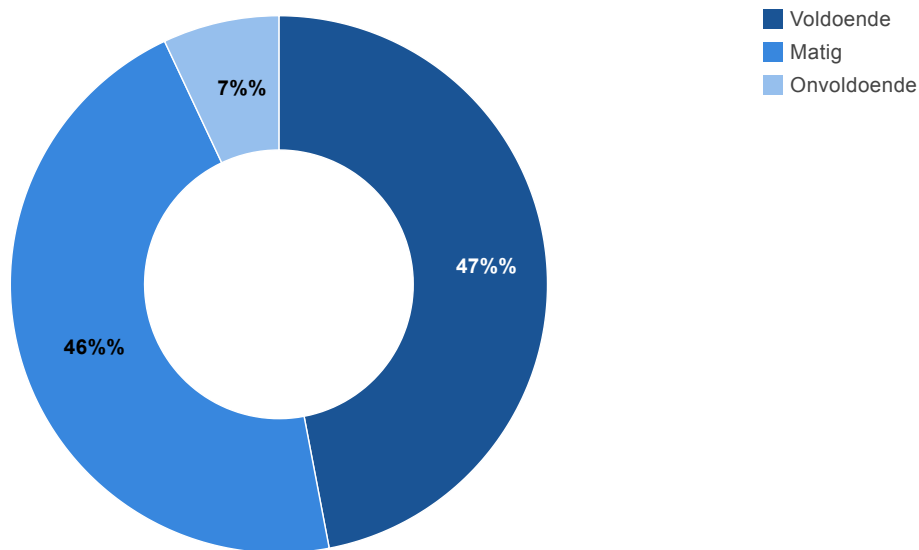
Figuur 6.1 Risico laaggeletterdheid - naar leeftijd



Figuur 6.2 Risico laaggeletterdheid - naar SES

6.2 Gezondheidsvaardigheden

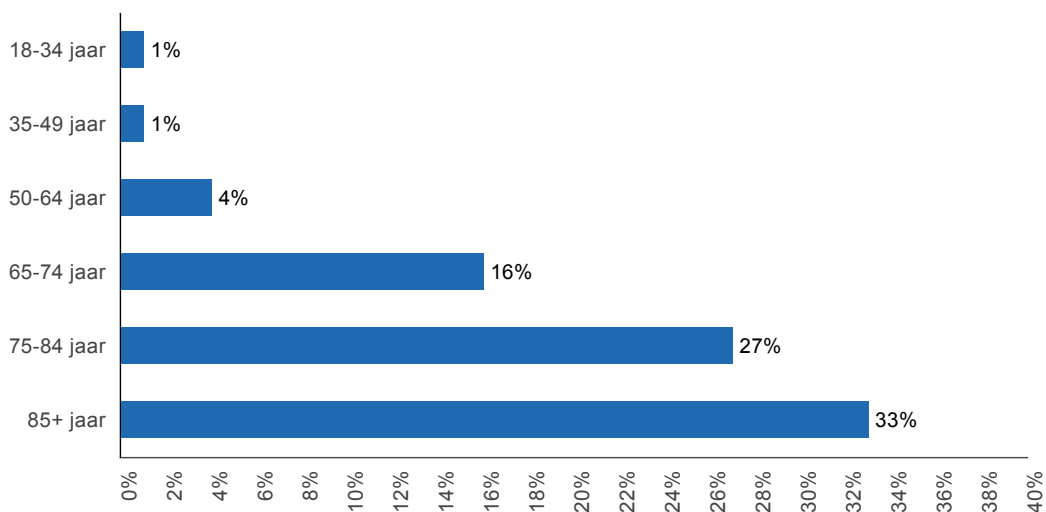
Het niveau van gezondheidsvaardigheden is gemeten aan de hand van zes items uit de European Health Literacy Survey (HLS-EU-Q6). Van de mensen uit Dinkelland is 7% onvoldoende gezondheidsvaardig, 46% is matig gezondheidsvaardig en 47% is voldoende gezondheidsvaardig (zie figuur 6.3).



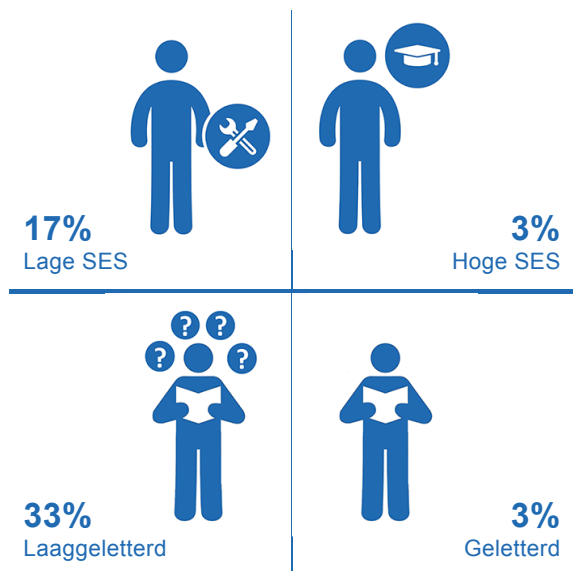
Figuur 6.3 Niveau van gezondheidsvaardigheden - Dinkelland

Ouderen vaker onvoldoende gezondheidsvaardig

6% van de mannen en 9% van de vrouwen is onvoldoende gezondheidsvaardig. 2% van de volwassenen en 21% van de ouderen is onvoldoende gezondheidsvaardig. De mate van gezondheidsvaardigheid lijkt af te nemen met toename van de leeftijd. Waar gemiddeld 2% van de 18 tot 64-jarigen nog onvoldoende scoort, scoort 27% van de 75 tot 84-jarigen onvoldoende, tot 33% bij de 85+'ers (zie figuur 6.4).



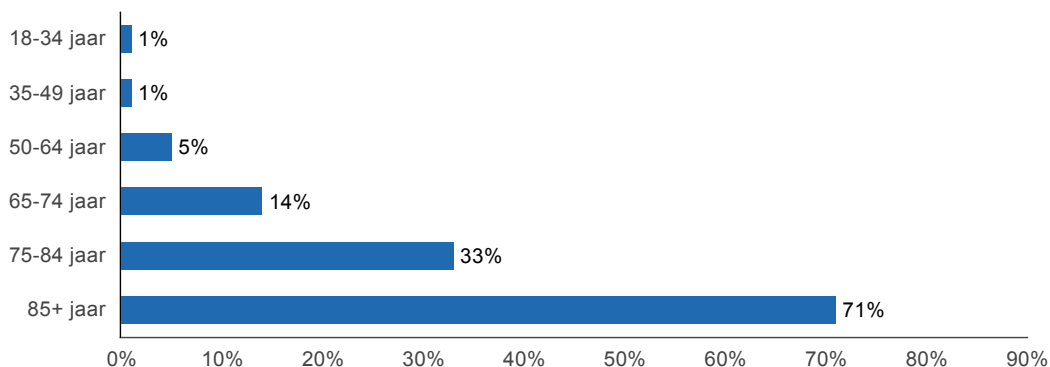
Figuur 6.4 Onvoldoende gezondheidsvaardig - naar leeftijd



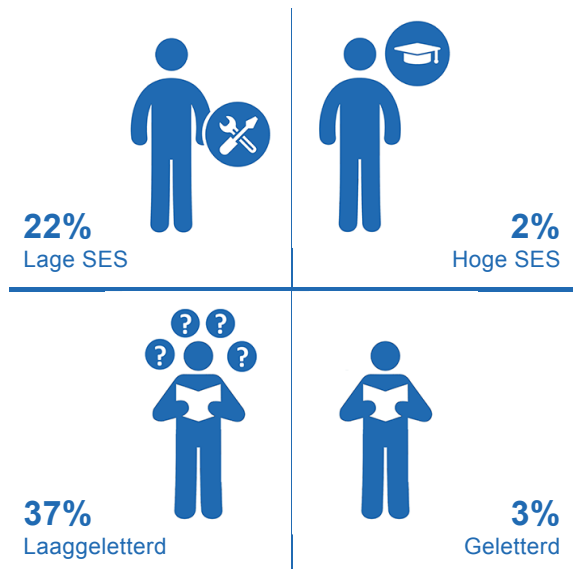
Figuur 6.5 Onvoldoende gezondheidsvaardig - naar SES en mate geletterdheid

6.3 Digitale vaardigheden

Het overgrote deel van de mensen uit Dinkelland is digitaal vaardig (92%). 8% van de mensen uit Dinkelland is niet voldoende digitaal vaardig. Bij mannen is dit 6% en bij vrouwen 9%. Leeftijd is eveneens van invloed op digitale vaardigheid. 3% van de volwassenen en 24% van de ouderen is onvoldoende digitaal vaardig. Voor een uitgebreid overzicht naar leeftijdscategorie, zie figuur 6.6.



Figuur 6.6 Onvoldoende digitaal vaardig - naar leeftijd



Figuur 6.7 Onvoldoende digitaal vaardig - naar SES en mate geletterdheid

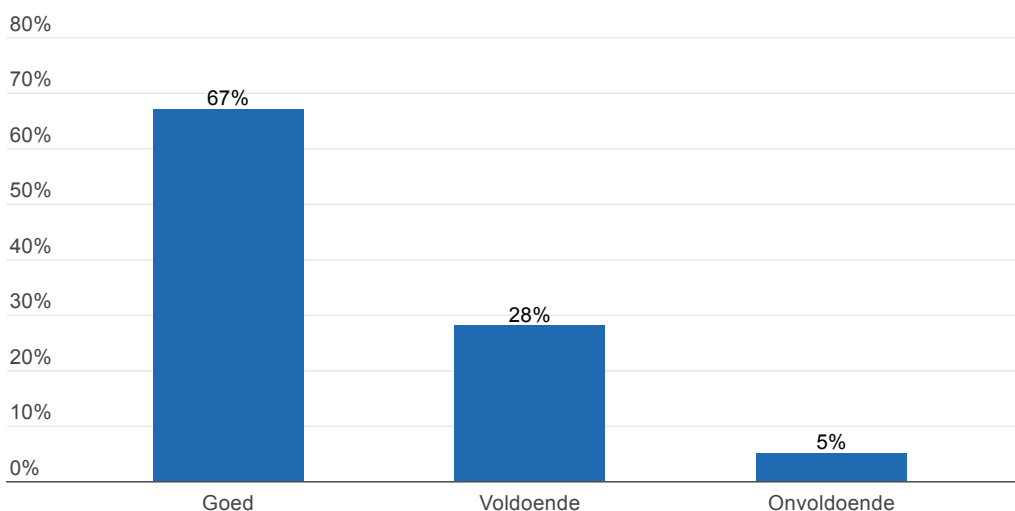
7. Levenskracht

Welbevinden en kijk op het leven

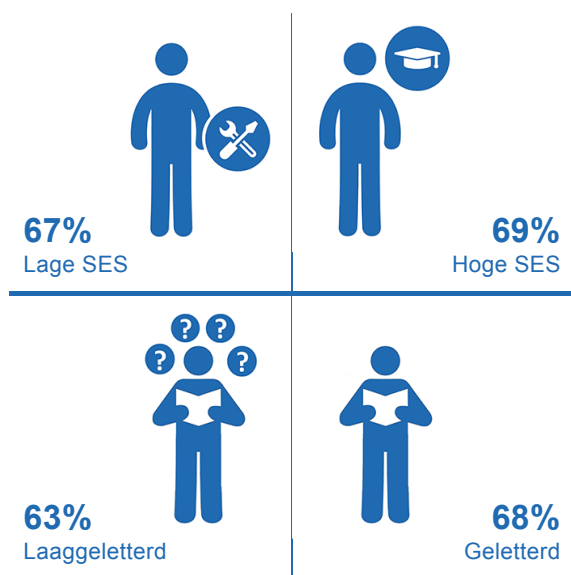
Zingeving, geluksgevoel en mentaal welbevinden maken deel uit van je (brede) gezondheid. Bij zingeving gaat het om het leiden van een voor jou betekenisvol leven, en vertrouwen hebben in de toekomst. Uit onderzoek blijkt dat zingeving één van de meest gezond makende factoren is¹³. Het geeft kracht en maakt je weerbaar. Naast zingeving kijkt dit hoofdstuk naar ervaren geluk en geeft het inzicht in de mentale gezondheid van mensen uit Dinkelland. Behalve thema's als regie over het leven, veerkracht en mentale weerbaarheid, is er aandacht voor stress en risico op angst en depressie. Tot slot wordt gekeken naar de tolerantie ten opzichte van homoseksualiteit en genderidentiteit.

7.1 Gelukkig voelen

Eén van de indicatoren voor de kwaliteit van leven is de mate van geluk die mensen ervaren. Volwassenen en ouderen is gevraagd naar hun geluksgevoel. Hierbij is een indeling gemaakt in de categorieën onvoldoende (5 of lager), voldoende (6 of 7) en goed (een 8 of hoger). 67% van de mensen uit Dinkelland beoordeeld zijn of haar geluksgevoel als goed (zie figuur 7.1), dit is vergelijkbaar met in 2016 (2016: 70%). 68% van de ouderen geeft het geluksgevoel een "goed", voor volwassenen is dit 67%. 63% van de mannen en 71% van de vrouwen beoordeelt het geluksgevoel als goed.



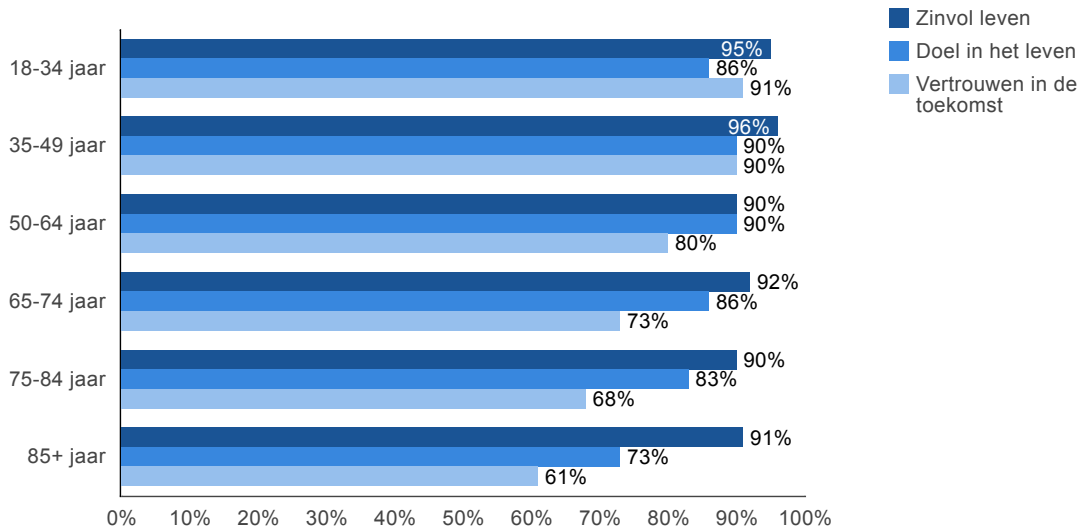
Figuur 7.1 Oordeel gelukkig voelen - Dinkelland totaal



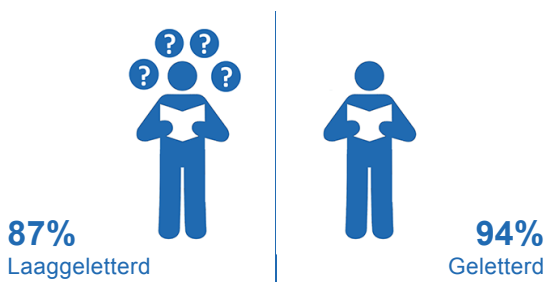
Figuur 7.2 Oordeel "goed" voor geluk - naar SES en mate geletterdheid

7.2 Zinvol leven

Om de ervaren zingeving in beeld te brengen is in deze monitor gebruik gemaakt van drie stellingen. Deze gaan over “zinvol leven”, “een doel voor ogen hebben” en “vertrouwen hebben in de toekomst”. 93% van de mensen uit Dinkelland vindt dat zij een zinvol leven leiden. In 2016 lag dit percentage gelijk, namelijk 90%. Daarbij geeft 88% aan een doel te hebben in het leven en 82% van de mensen uit Dinkelland heeft vertrouwen in de toekomst. Figuur 7.3 geeft een overzicht van de uitkomsten per leeftijdscategorie.



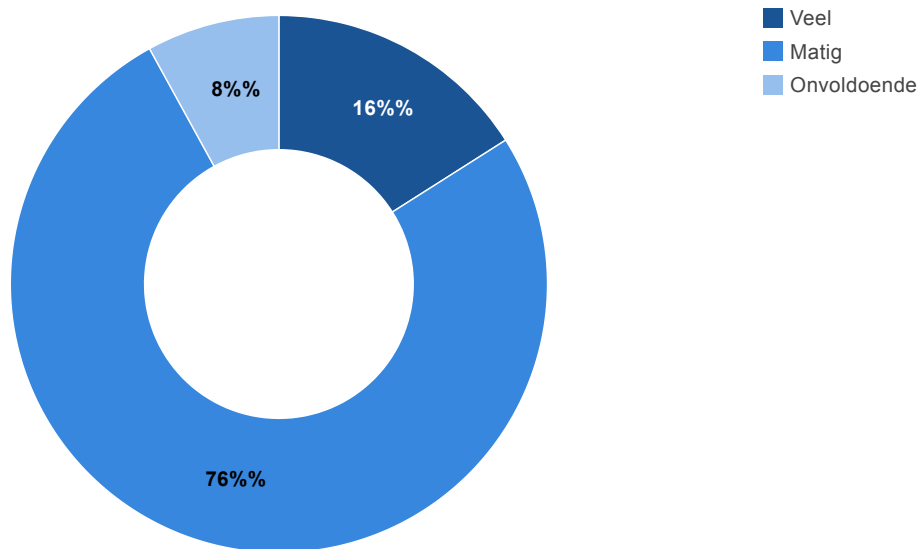
Figuur 7.3 Zinvol leven, doel in het leven en vertrouwen in de toekomst - naar leeftijd



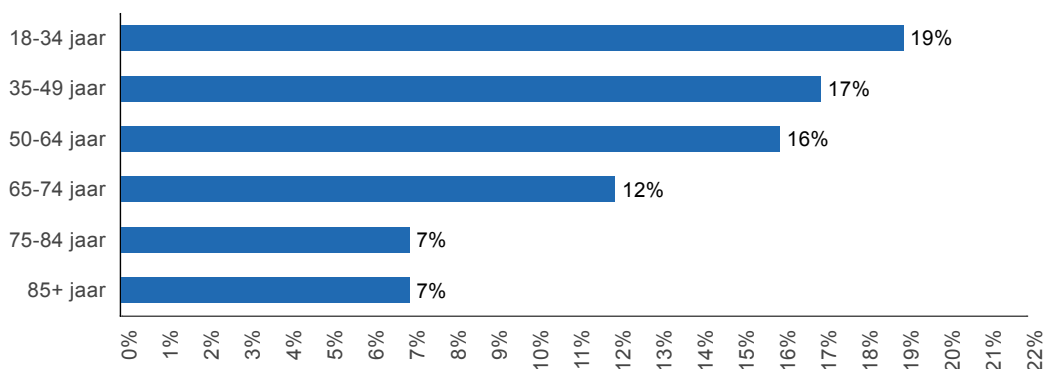
Figuur 7.4 Ervaart leven zinvol - naar mate geletterdheid

7.3 Regie over eigen leven

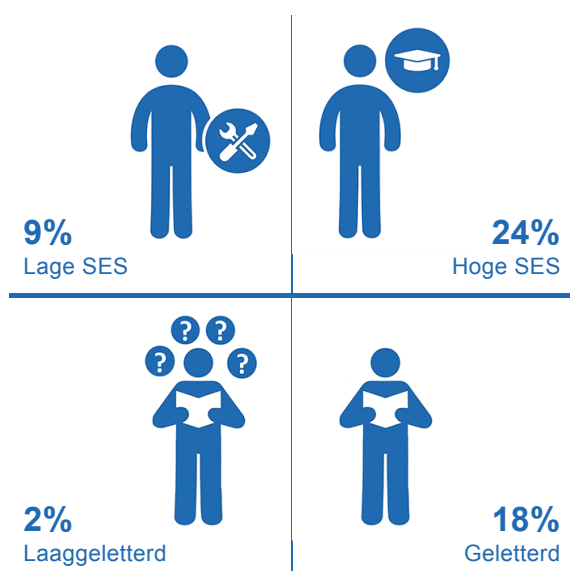
Zelfregie betekent dat je zo veel mogelijk zelf je leven kan bepalen en inrichten, juist ook op momenten dat je steun of begeleiding nodig hebt. Het gaat over de ruimte die je hebt om zelf te handelen en beslissingen te nemen. Ziekte en lichamelijke beperkingen, maar ook psychische problemen of weinig sociale contacten kunnen je belemmeren in het inrichten van je eigen leven. 16% van de mensen uit Dinkelland ervaart veel regie over zijn of haar leven, in vergelijking met 13% in Twente. 76% ervaart matige regie en 8% geeft aan onvoldoende regie te ervaren (zie figuur 7.5). In vergelijking met 2016 is het aantal inwoners met veel regie op het leven afgenomen (2016: 24%). Daarnaast ervaart 18% van de mannen veel regie over hun leven en 13% van de vrouwen. Het lijkt erop dat de mate van zelfregie afneemt naarmate mensen uit Dinkelland ouder worden, zie figuur 7.6.



Figuur 7.5 Mate van regie op leven - Dinkelland totaal



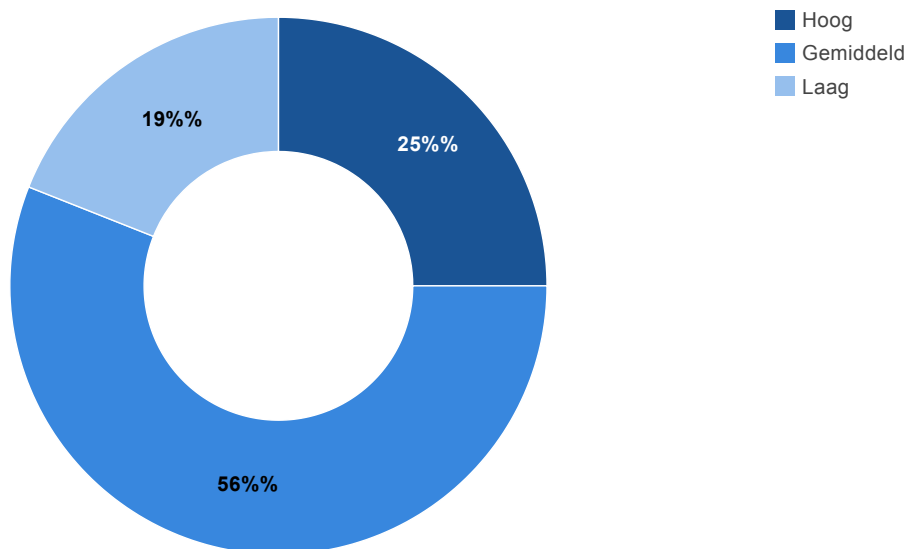
Figuur 7.6 Ervaart veel regie op eigen leven - naar leeftijd



Figuur 7.7 Ervaart veel zelfregie - naar SES en mate geletterdheid

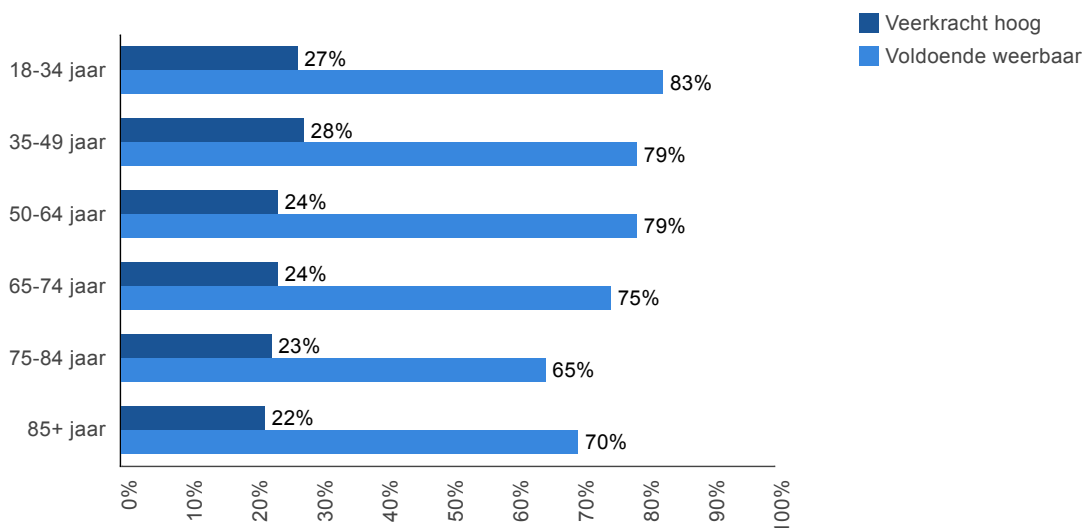
7.4 Veerkracht en mentale weerbaarheid

Gezondheid gaat over het vermogen om je aan te passen aan de uitdagingen die zich in je leven voordoen en hier zoveel mogelijk eigen regie op te voeren. Veerkracht en mentale weerbaarheid zijn hierin belangrijke vaardigheden. In de gezondheidsmonitor is door middel van tien stellingen uitgevraagd hoe iemand omgaat met uitdagingen, veranderingen en onverwachte tegenslagen in het leven. Niet iedereen beschikt over evenveel veerkracht en mentale weerbaarheid. 56% van de mensen uit Dinkelland scoort gemiddeld op veerkracht, 25% scoort hoog en 19% laag (zie figuur 7.8). Deze uitkomsten zijn vergelijkbaar met 2016. Daarnaast is 78% van de inwoners van Dinkelland voldoende weerbaar.

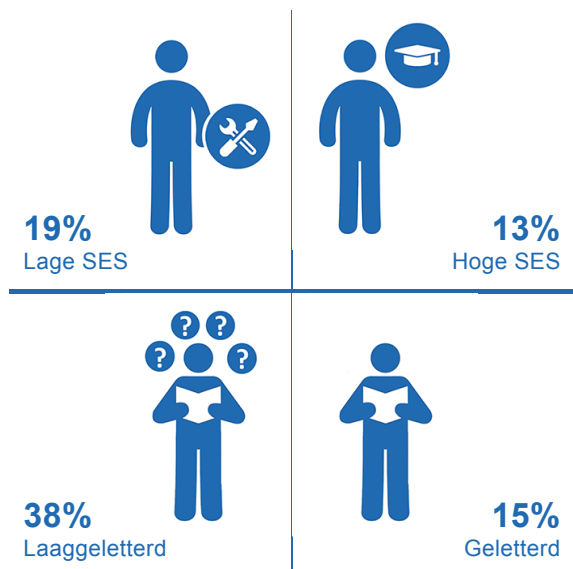


Figuur 7.8 Mate van veerkracht - Dinkelland totaal

Mannen scoren vaker hoog op veerkracht (30%) dan vrouwen (21%). 82% van de mannen zijn voldoende weerbaar, tegenover 74% van de vrouwen. Ook leeftijd is van invloed op veerkracht en weerbaarheid. Volwassenen zijn vaker weerbaar (80%) en hebben vaker een hogere veerkracht (26%) dan ouderen (respectievelijk 71% en 24%). Zie figuur 7.9 voor de uitkomsten per leeftijdsgroep.



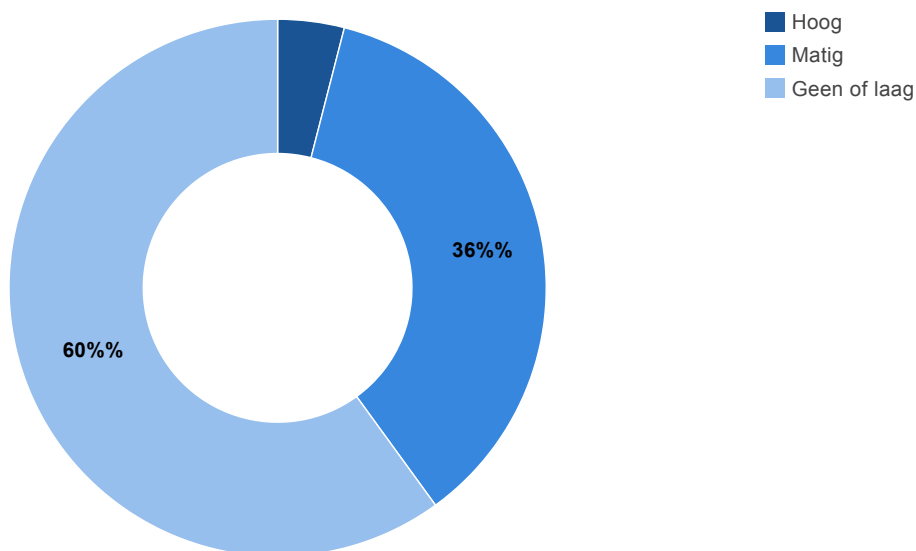
Figuur 7.9 Hoge veerkracht en voldoende weerbaarheid - naar leeftijd



Figuur 7.10 Lage veerkracht - naar SES en mate geletterdheid

7.5 Risico op angststoornis of depressie

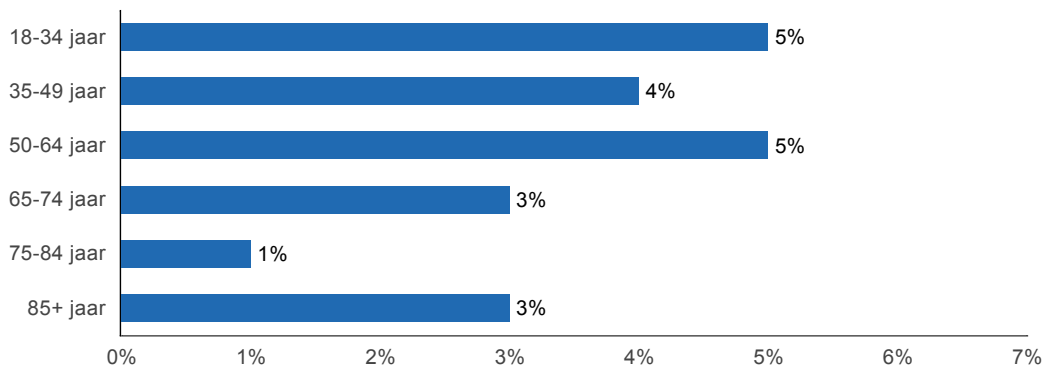
Vanwege de invloed op de kwaliteit van leven en het belang van preventie is deze monitor, net als in 2016, dieper ingegaan op het (mogelijk) voorkomen van psychische klachten. Hierbij is gebruik gemaakt van de Kessler Psychological Distress Scale (K10) die het risico op een angststoornis of depressie in beeld brengt door te vragen naar de mate waarin bepaalde gevoelens in de afgelopen maand zijn voorgekomen. In de vragenlijst is gevraagd naar vermoeidheid, zenuwachtigheid, rusteloosheid, hopeloosheid, onrust, somberheid, depressiviteit en eigenwaarde. 60% van de inwoners van Dinkelland loopt geen of laag risico op een angststoornis of depressie. 36% loopt een matig risico en 4% van de inwoners loopt hoog risico (zie figuur 7.11). Het hoog risico op een angststoornis of depressie is lager dan de cijfers van Twente 6%. De cijfers van een hoog risico op een angststoornis of depressie van 2016 (2016: 2%) zijn vergelijkbaar met de uitkomsten van 2020 (2020: 4%).



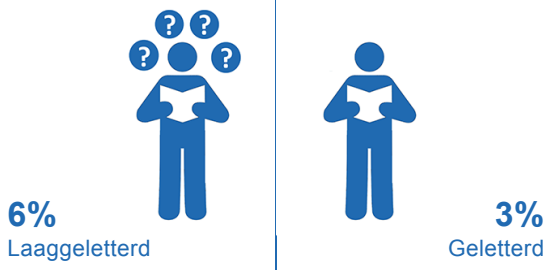
Figuur 7.11 Risico op angststoornis of depressie - Dinkelland totaal

Leeftijd van invloed op risico op angststoornis of depressie

3% van de mannen en 5% van de vrouwen loopt hoog risico op een angststoornis of depressie. Van de volwassenen loopt 5% hoog risico op een angststoornis of depressie, bij ouderen ligt dit op 3%. Voor een uitgebreid overzicht van uitkomsten per leeftijdscategorie zie figuur 7.12.



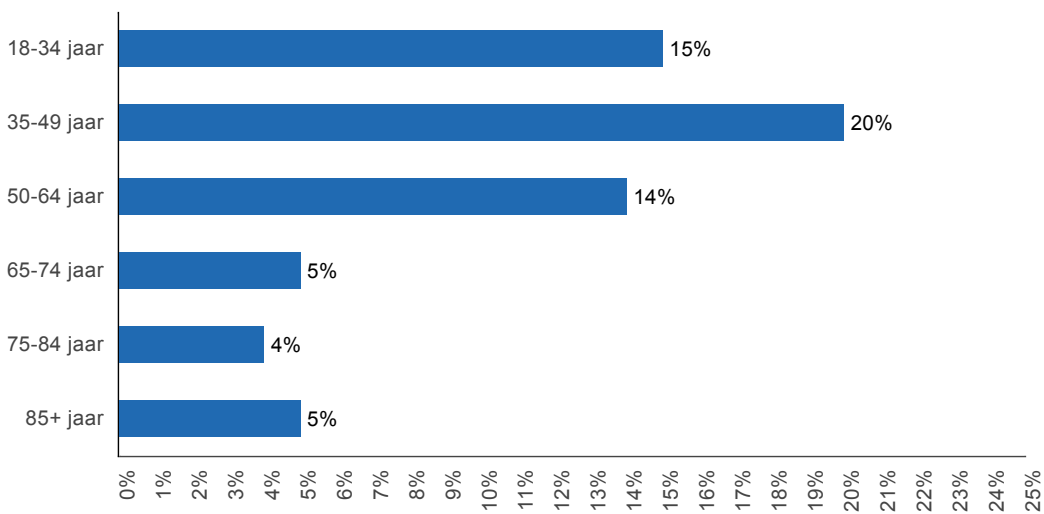
Figuur 7.12 Hoog risico op angststoornis of depressie - naar leeftijd



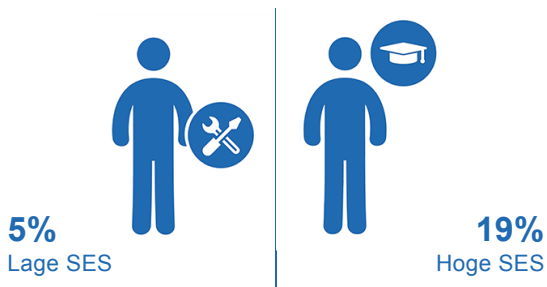
Figuur 7.13 Hoog risico op angststoornis of depressie - naar SES en mate geletterdheid

7.6 Stress


Aan inwoners van Dinkelland is gevraagd of zij de afgelopen vier weken (heel) veel stress hebben ervaren. Dit is 13% in Dinkelland en 16% gemiddeld in Twente. Daarnaast ervaart 12% van de vrouwen (heel) veel stress tegenover 14% van de mannen. Leeftijd is eveneens van invloed op de ervaren stress. Ouderen ervaren minder stress (4%) dan volwassenen (16%). Voor een overzicht per leeftijdscategorie zie figuur 7.14.



Figuur 7.14 (Heel) veel stress ervaren - naar leeftijd



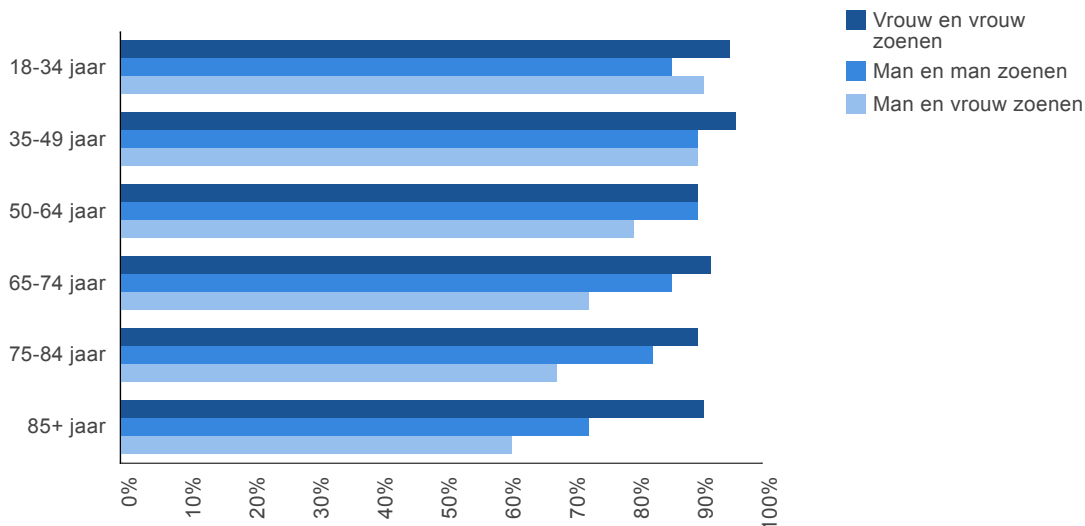
Figuur 7.15 (Heel) veel stress ervaren - naar SES



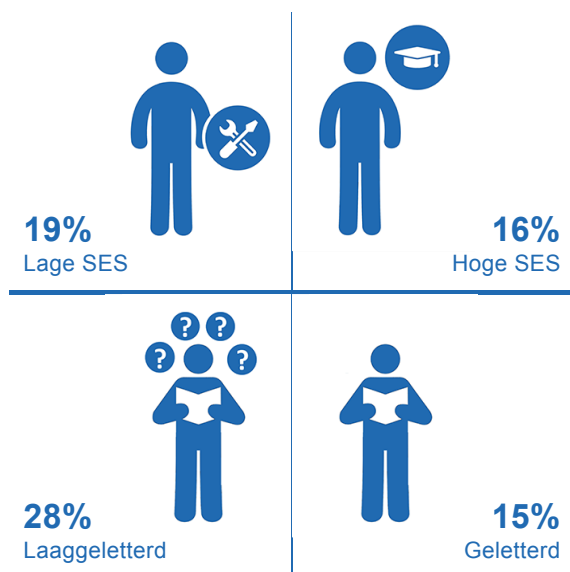
De meest genoemde stressor is werk, gevolgd door familie, gezondheid en geldzaken

7.7 Oordeel homoseksualiteit en genderidentiteit

Om een beeld te krijgen van de Twentse houding ten opzichte van homoseksualiteit, is gevraagd wat mensen vinden van twee mannen of twee vrouwen die met elkaar zoenen. 9% van de mensen uit Dinkelland geeft aan het (helemaal) niet goed te vinden wanneer twee vrouwen met elkaar zoenen. Wanneer twee mannen met elkaar zoenen, keurt 17% dit af. Als een man en een vrouw met elkaar zoenen vindt 6% dit (helemaal) niet goed. Wat opvalt is dat meer mannen (23%) dan vrouwen (10%) het afkeuren wanneer twee mannen met elkaar zoenen. Naast geslacht is ook leeftijd van invloed. Ouderen (26%) vinden het vaker dan volwassenen (26%) (helemaal) niet goed.



Figuur 7.16 Zoenen tussen zelfde en verschillend geslacht (helemaal) niet goed - naar leeftijd

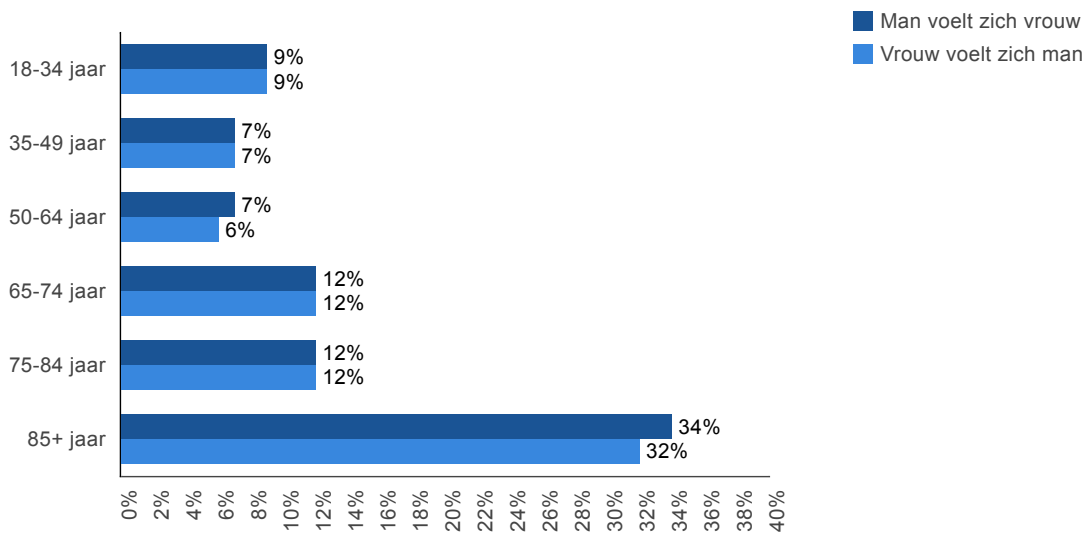


Figuur 7.17 Vindt twee mannen die met elkaar zoenen (helemaal) niet goed - naar SES en mate geletterdheid

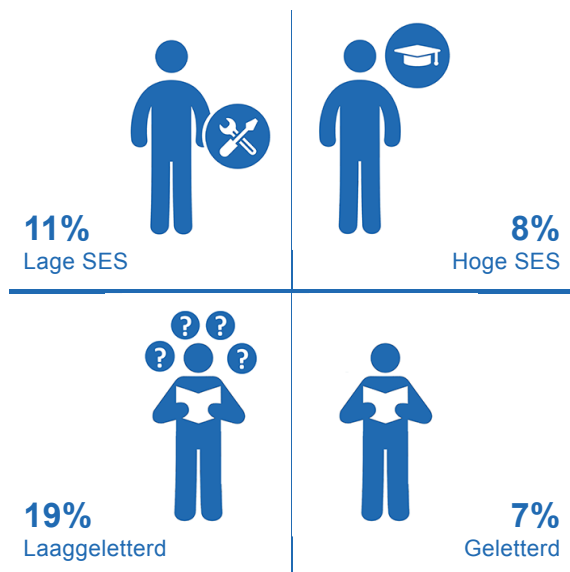
Vrouwen meer tolerant, ouderen en mannen minder

Waar geslacht gaat over de fysieke biologische verschillen tussen mannen en vrouwen, gaat gender(identiteit) over iemands persoonlijke beleving van geslacht. Bij veel mensen komt de genderidentiteit overeen met hun biologische geslacht. Maar er zijn ook mensen voor wie dit niet zo is. Denk bijvoorbeeld aan mensen die biologische mannelijke eigenschappen hebben, maar zich (gedeeltelijk) vrouw voelen. Of andersom. In de monitor is onderzocht hoe tolerant inwoners van Dinkelland zijn tegenover deze mensen. Hiervoor is gevraagd wat iemand vindt van mannen die zich vrouw voelen, en vrouwen die zich man voelen.

9% van de mensen uit Dinkelland vindt het (helemaal) niet goed als een man zich vrouw voelt, of een vrouw zich man (9%). Mannen en vrouwen oordelen verschillend: 14% van de mannen vindt het (helemaal) niet goed als een vrouw zich man voelt, tegenover 3% van de vrouwen. In de meeste gemeenten is leeftijd ook van invloed op de mate van tolerantie. 13% van de ouderen vindt het (helemaal) niet goed als een vrouw zich man voelt, tegenover 7% van de volwassenen. Figuur 7.18 geeft een overzicht per leeftijdscategorie.



Figuur 7.18 Oordeel (helemaal) niet goed wanneer man zich vrouw voelt of vrouw zich man voelt - naar leeftijd



Figuur 7.19 Oordeel (helemaal) niet goed wanneer een vrouw zich man voelt - naar SES en mate geletterdheid

8. Zelf doen

Functionele en huishoudelijke beperkingen

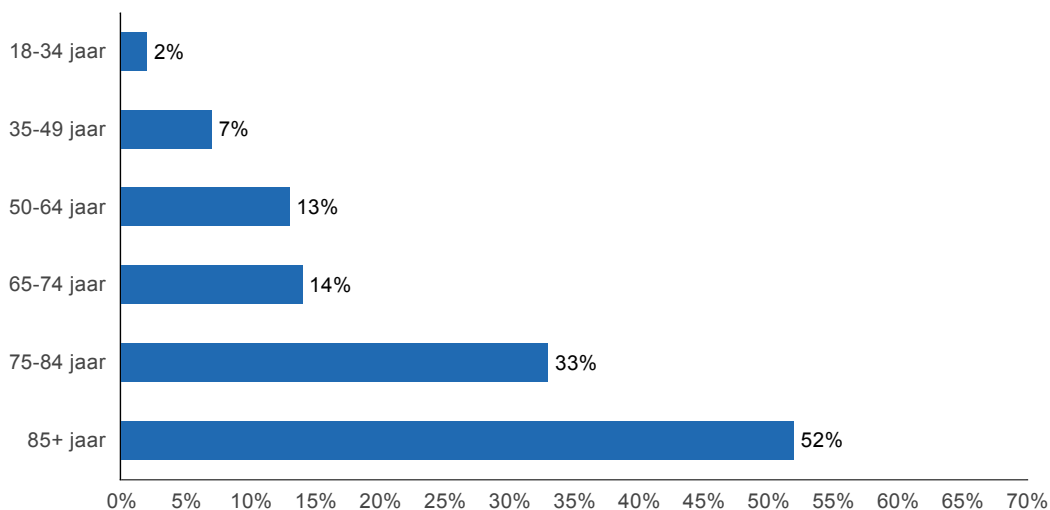
Je dagelijks kunnen redden en goed voor jezelf kunnen zorgen vormen een belangrijke basis voor de gezondheid. Kan je zonder moeite een stuk lopen en kan je een gesprek goed volgen en voeren? Kan je zelfstandig boodschappen doen, stofzuigen en gebruik maken van eigen of openbaar vervoer? Functionele beperkingen of moeite hebben met huishoudelijke werkzaamheden kunnen zelfredzaamheid in de weg staan. Met toename van de leeftijd, neemt de kans op vallen ook toe. Vallen kan pijnlijk zijn, leiden tot beperkingen in mobiliteit en in dagelijkse bezigheden. Slaap- en kalmeringsmiddelen kunnen helpen bij onrust, angst en slaapproblemen. Maar kunnen er ook voor zorgen dat de gebruiker versuft raakt en valt. Het hoofdstuk "Zelf doen" gaat in op functionele beperkingen. Voor ouderen is daarnaast zelfstandigheid in huishoudelijke werkzaamheden, het gebruik van slaap- of kalmeringsmiddelen en de frequentie van vallen in kaart gebracht.

8.1 Functionele beperkingen

Beperkingen in horen, zien en mobiliteit (bukken, tillen, lopen) zijn onderzocht door te vragen of iemand meer, minder of geen moeite heeft met:

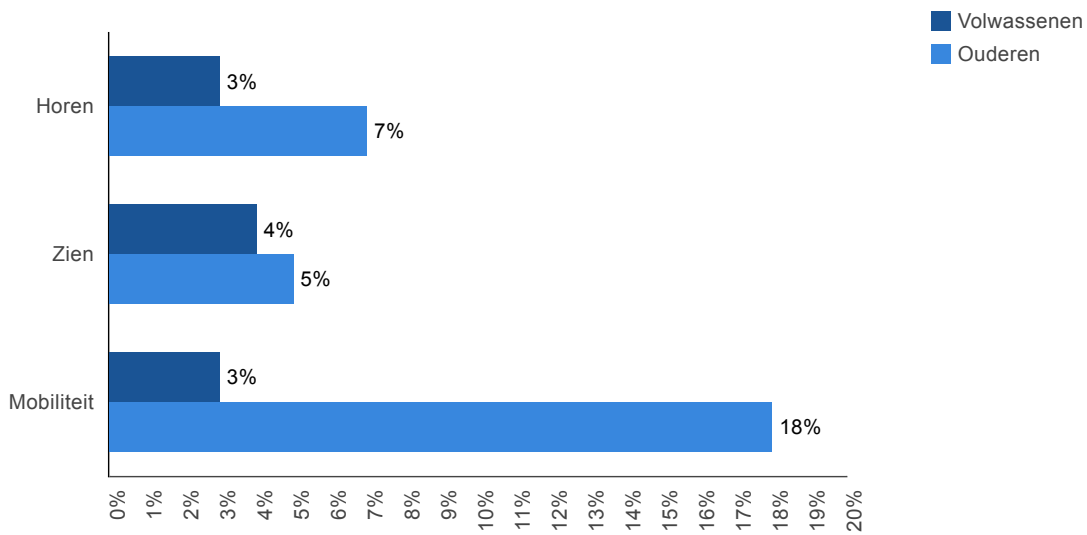
- Een gesprek volgen in een groep
- Een gesprek voeren met 1 persoon
- Lezen van kleine lettertjes in de krant
- Herkennen van een gezicht op 4 meter afstand
- Een voorwerp van 5 kg dragen over een afstand van 10 meter
- Bukken en iets van de grond pakken
- 400 meter aan één stuk lopen

12% van de inwoners uit Dinkelland heeft één of meer functionele beperkingen. Dit is vergelijkbaar met 2016, toen had 12% van de inwoners uit Dinkelland één of meer functionele beperkingen. Gemiddeld in Twente heeft 16% van de mensen een beperking. 16% van de vrouwen hebben minimaal één beperking met horen, zien of mobiliteit, bij mannen is dit (9%). Het hebben van beperkingen lijkt op te lopen met de leeftijd, zoals te zien in figuur 8.1.

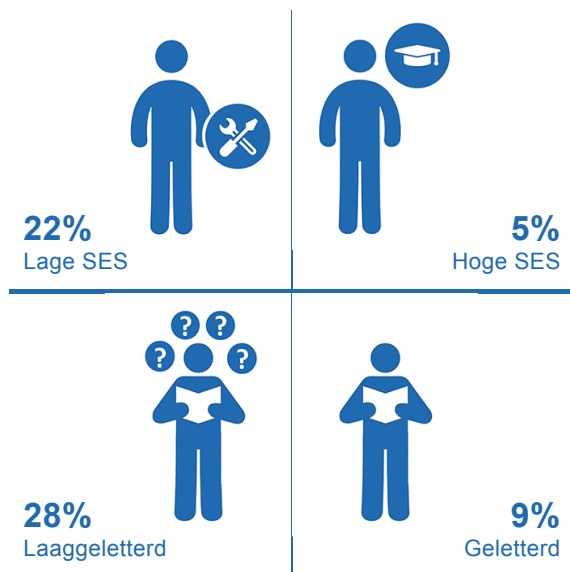


Figuur 8.1 Eén of meer functionele beperkingen - Dinkelland totaal

De meeste beperkingen zijn er op het gebied van mobiliteit. 7% van de inwoners van Dinkelland heeft problemen met mobiliteit, 4% heeft problemen met zien en 4% heeft gehoorproblemen. De verschillen tussen volwassenen en ouderen zijn groot, zie figuur 8.2.



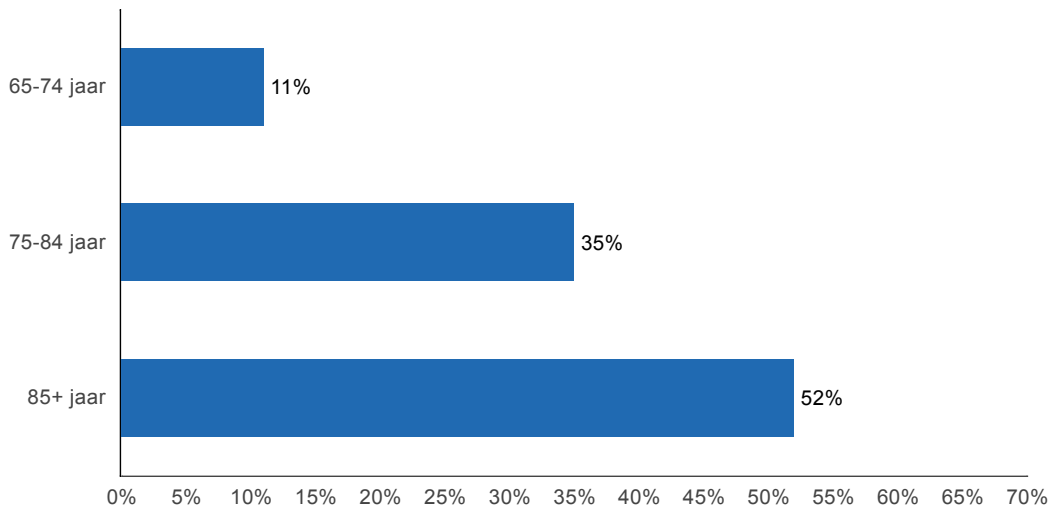
Figuur 8.2 Beperkingen bij horen, zien en mobiliteit - Dinkelland totaal



Figuur 8.3 Functionele beperkingen - naar SES en mate geletterdheid

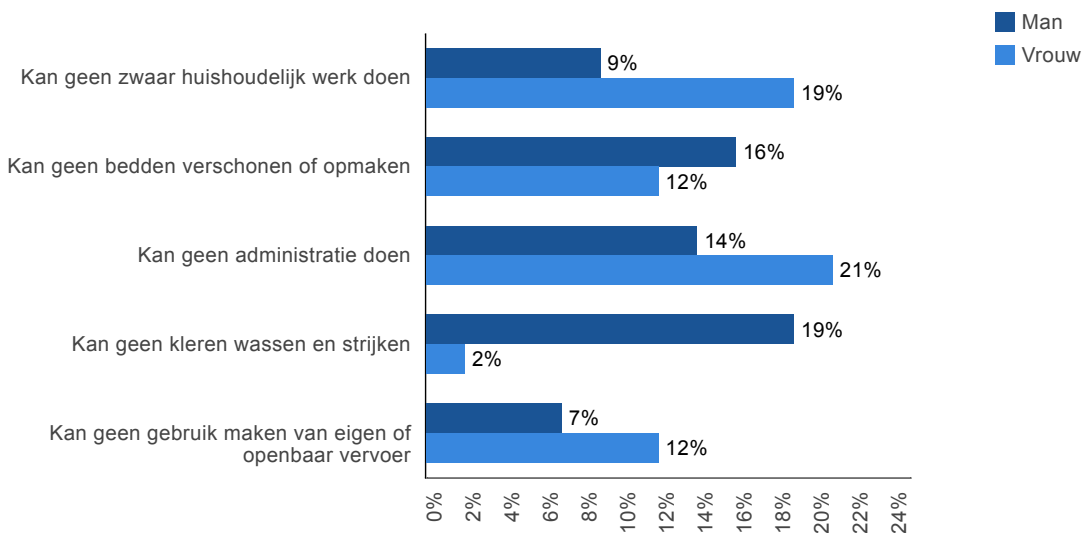
8.2 Huishoudelijke activiteiten

Men kan ook beperkingen ervaren bij het uitvoeren van huishoudelijke activiteiten, zoals eten koken, boodschappen doen, wassen en strijken. Dit zijn de Huishoudelijke Dagelijkse Levensverrichtingen (HDL). Of men moeite heeft met HDL is alleen gevraagd aan ouderen. 23% van de ouderen kan één of meer HDL niet geheel zelfstandig meer uitvoeren. Dit was in 2016 25%. Het moeite hebben met huishoudelijke activiteiten neemt bij de ouderen toe met de leeftijd (figuur 8.4).

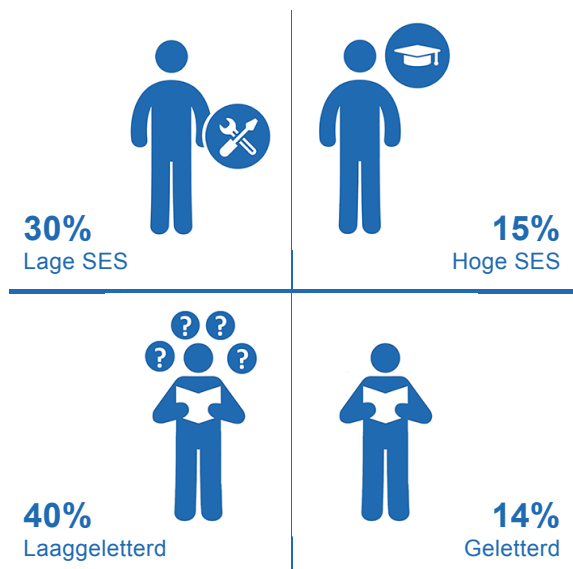


Figuur 8.4 Eén of meer HDL niet zelfstandig of alleen met moeite kunnen uitvoeren

Voor de diverse HDL zijn er verschillen tussen mannen en vrouwen. Deze verschillen hebben niet alleen met zelfredzaamheid, maar kunnen ook met rolverdeling te maken hebben. De verschillen tussen mannen en vrouwen zijn te zien in figuur 8.5.



Figuur 8.5 HDL niet zelfstandig of met moeite uit kunnen voeren

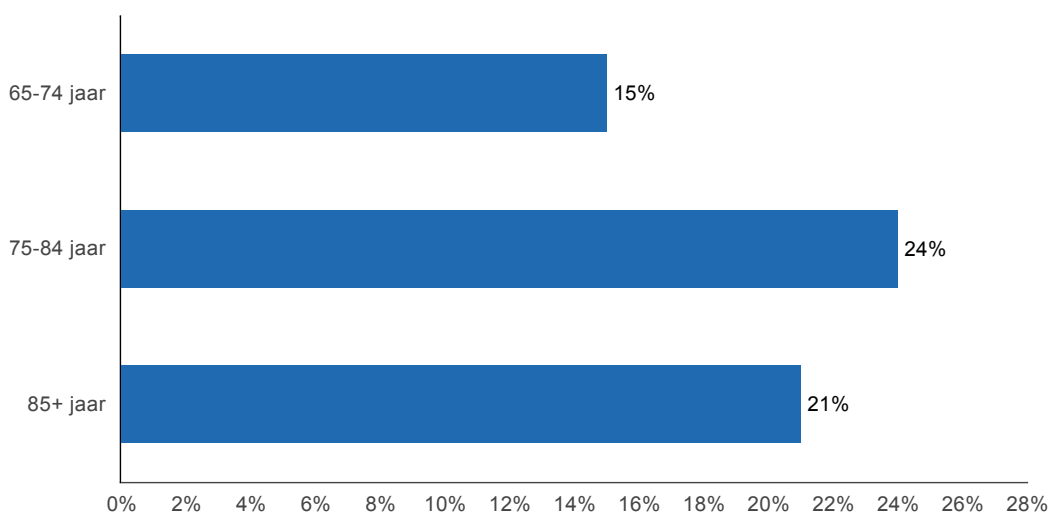


Figuur 8.6 HDL-beperkingen - naar SES en mate geletterdheid

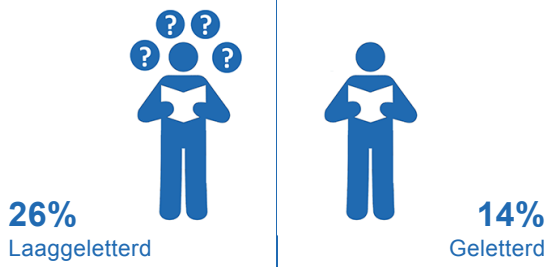
8.3 Vallen

Voor mensen van alle leeftijden is vallen het meest voorkomende privé-ongeval, waarbij men letsel kan oplopen. Door de vergrijzing stijgt het aantal privé-valongevallen (i.e. alle valongevallen die niet in het verkeer, een arbeidssituatie of tijdens sport plaatsvinden) bij ouderen al jaren. De stijging van het aantal valincidenten komt ook omdat ouderen langer thuis wonen. Met de vergrijzing zullen deze valincidenten blijven toenemen. Een groot deel van de ouderen met een valongeval moeten zich hiervoor medisch laten behandelen.

Naast lichamelijk letsel kan een val onzekerheid en angst veroorzaken¹⁴. Vallen is alleen aan ouderen gevraagd. 19% van de ouderen uit Dinkelland is de afgelopen drie maanden gevallen. Dit is vergelijkbaar met vier jaar geleden, toen gaf 21% van de ouderen gevallen te zijn in de afgelopen drie maanden. Vrouwen (20%) vallen meer dan mannen (17%). De oudste leeftijdsgroep valt het meest (zie figuur 8.7).



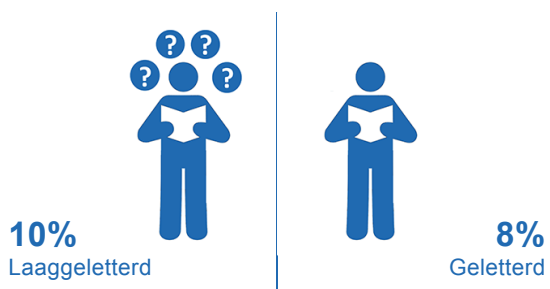
Figuur 8.7 Vallen in de afgelopen drie maanden



Figuur 8.8 Gevallen in de afgelopen drie maanden - naar SES en mate geletterdheid

8.4 Slaap- of kalmeringsmiddelen

Slaap- en kalmeringsmiddelen kunnen helpen bij onrust, angst en slaapproblemen¹⁵. Na inname verminderen angsten en spanning en word je rustig en slaperig. 9% van de ouderen heeft in de afgelopen twee weken op doktersvoorschrift slaap- of kalmeringsmiddelen gebruikt. Het gebruik neemt, net als vallen, toe met de leeftijd. Vrouwen gebruiken deze medicatie vaker (12%) dan mannen (5%).



Figuur 8.9 Gebruik slaap-of kalmeringsmiddelen - naar mate geletterdheid

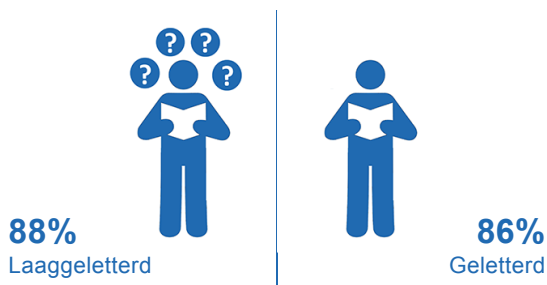
9. Samen ben je niet alleen

Sociale verbinding en zorgen voor elkaar

Het gevoel erbij te horen en contact hebben met anderen is een diepe behoefte van mensen en een belangrijk onderdeel van onze gezondheid. Mensen zijn sociaal verbonden met bijvoorbeeld hun familie, vrienden, buurt en met collega's. Of bijvoorbeeld via een club of vereniging. Naast verbondenheid biedt een sociaal netwerk een basis voor steun en hulp als dat nodig is. En familie of vrienden kunnen helpen in de nodige zorg. "Samen ben je niet alleen" gaat over noaberschap in Twente, over je inzetten voor de buurt en vrijwilligerswerk. Ook gaat dit hoofdstuk in op eenzaamheid, mantelzorg en of mensen gebruiken maken van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

9.1 Noaberschap

In Twente kennen we de traditie van "noaberschap"; de ongeschreven burenplichten. Noabers zorgden voor elkaar. Hoe zit dit tegenwoordig? Bij 86% van de mensen in Dinkelland speelt noaberschap een rol in het leven. Bij 39% van de mensen in Dinkelland speelt noaberschap nog steeds een grote rol in het leven. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen in de mate waarop noaberschap een rol in het leven speelt. Bij ouderen (90%) speelt noaberschap vaker een rol in het leven dan bij volwassenen (85%).

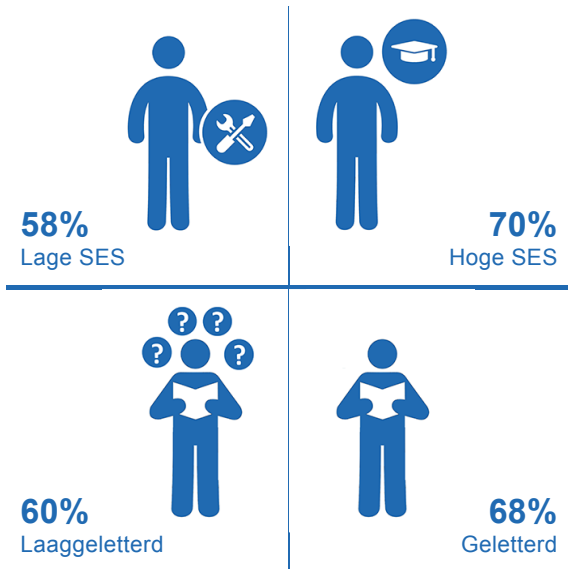


Figuur 9.1 Noaberschap - naar mate geletterdheid

Daarnaast voelt 94% van de mensen in Dinkelland zich betrokken bij (sommige) mensen die in de buurt wonen. Ouderen zeggen vaker betrokken te zijn bij (sommige) mensen in de buurt dan volwassenen, 96% van de ouderen tegenover 93% van de volwassenen. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen in betrokkenheid.



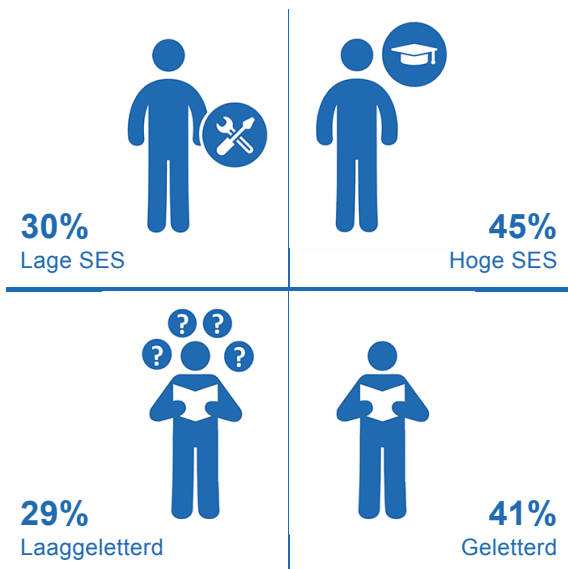
In de afgelopen twaalf maanden heeft 67% van de mensen in Dinkelland een beetje of veel voor de buurt gedaan. Zoals onderhoud in de buurt of een buurtfeest organiseren. Bij mannen was dit 73% en bij vrouwen 60%. Wanneer er naar leeftijd gekeken wordt, is te zien dat van de volwassenen in Dinkelland 69% iets voor de buurt gedaan heeft. Bij ouderen was dit 60%.



Figuur 9.2 Een beetje tot veel doen voor de buurt - naar SES en mate geletterdheid

9.2 Vrijwilligerswerk

Vrijwilligerswerk is onbetaald werk in georganiseerd verband, wat je kan uitvoeren in bijvoorbeeld een sportclub, (religieuze) vereniging of school. In Dinkelland geeft 39% aan dat ze vrijwilligerswerk doen, dit percentage is vergelijkbaar met het gemiddelde in Twente. In 2016 was dit 48%. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen in het doen van vrijwilligerswerk. Ouderen (44%) doen vaker vrijwilligerswerk dan volwassenen (37%).

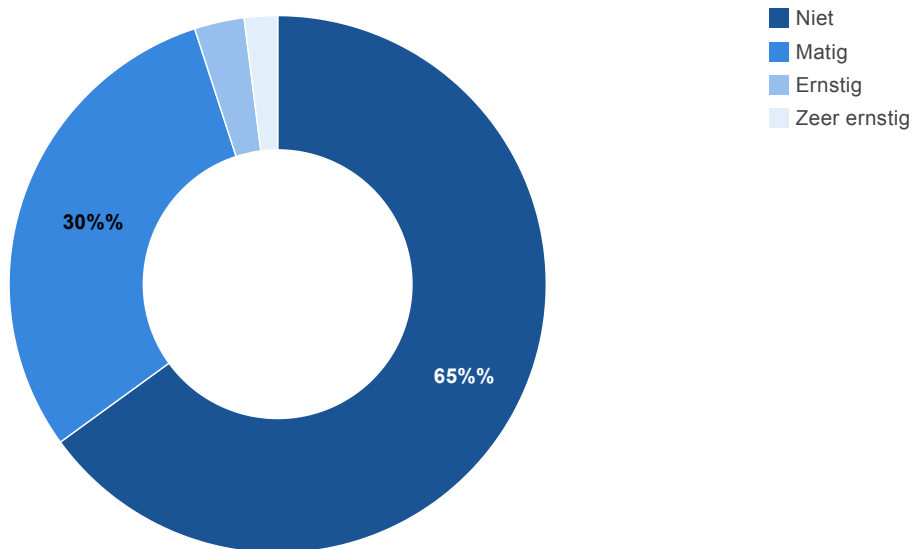


Figuur 9.3 Vrijwilligerswerk - naar SES en mate geletterdheid

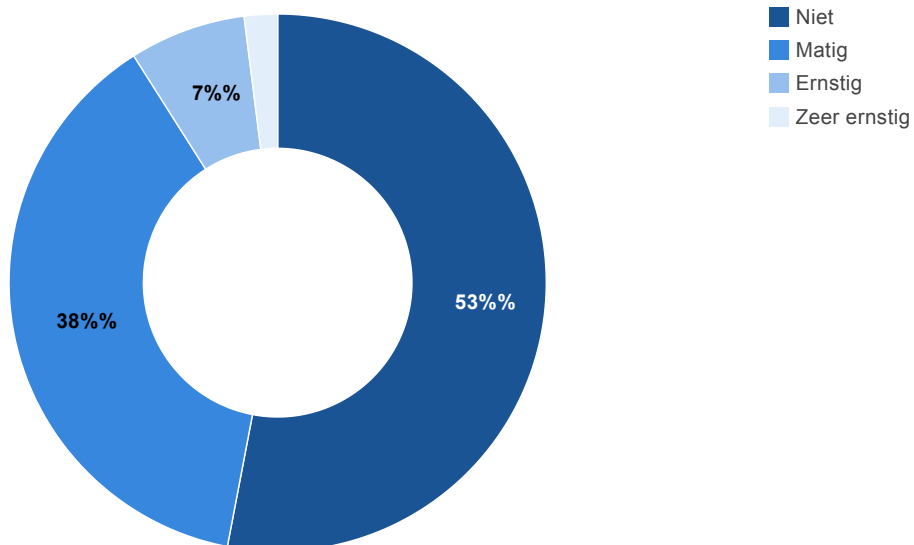
Aan de groep 18 tot 64-jarigen is gevraagd waarom ze geen vrijwilligerswerk doen. De grootste groep die geen vrijwilligerswerk doet, geeft aan dat niet te doen omdat ze er geen tijd voor kunnen vrijmaken (38%). Ook geeft 21% aan liever tijd aan iets anders te besteden en 21% wil er niet aan vast zitten.

9.3 Eenzaamheid

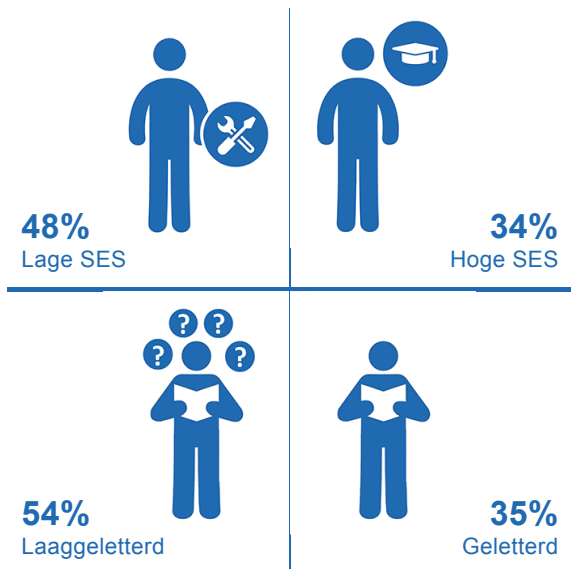
Er zijn veel mensen in Nederland die zich eenzaam voelen, jong én oud. Oorzaken zijn bijvoorbeeld een verhuizing, ontslag of langdurig ziek zijn. Er is sprake van eenzaamheid als er een verschil ontstaat tussen gewenste en gerealiseerde sociale relaties. Omdat het sterk afhangt van de eigen beoordeling, kunnen mensen zich eenzaam voelen met veel mensen om zich heen, of helemaal niet eenzaam zijn met een klein sociaal netwerk. In Dinkelland voelt 38% van de inwoners zich matig tot (zeer) ernstig eenzaam. Dit is lager dan het gemiddelde in Twente (46%). Deze 38% is een lager dan ten opzichte van 2016: toen voelde 29% van de mensen uit Dinkelland zich matig tot (zeer) ernstig eenzaam. Bij de mannen voelt 37% zich matig tot (zeer) ernstig eenzaam, bij vrouwen is dit 40%. In Dinkelland voelt 35% van de volwassenen zich matig tot (zeer) ernstig eenzaam en 47% van de ouderen, zie respectievelijk figuur 9.4 en 9.5.



Figuur 9.4 Eenzaamheid bij volwassenen



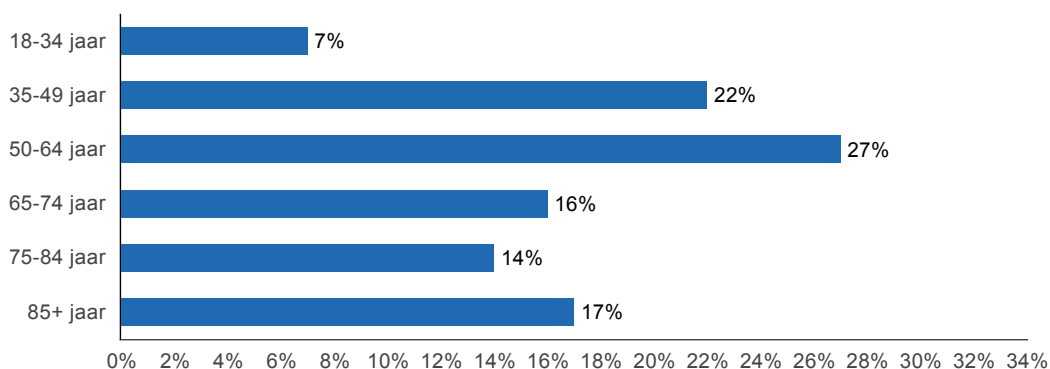
Figuur 9.5 Eenzaamheid bij ouderen



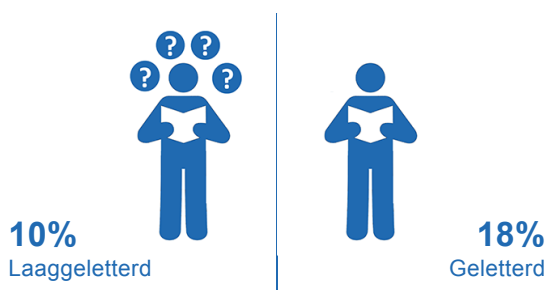
Figuur 9.6 Eenzaamheid - naar SES en mate geletterdheid

9.4 Mantelzorg

Mantelzorg is zorg die gegeven wordt aan een bekende uit de eigen omgeving, zoals partner, (groot)ouders, kinderen, burens of vrienden. Mantelzorg wordt als zodanig aangemerkt, wanneer het minimaal drie maanden duurt en/of minimaal acht uur per week gegeven wordt. 17% van de mensen uit Dinkelland is op dit moment mantelzorger. In Twente is dit 17%. In 2016 werd evenveel mantelzorg gegeven 16%. Vrouwen (24%) geven vaker mantelzorg dan mannen (10%). Het geven van mantelzorg verschilt naar leeftijd, zie figuur 9.7.

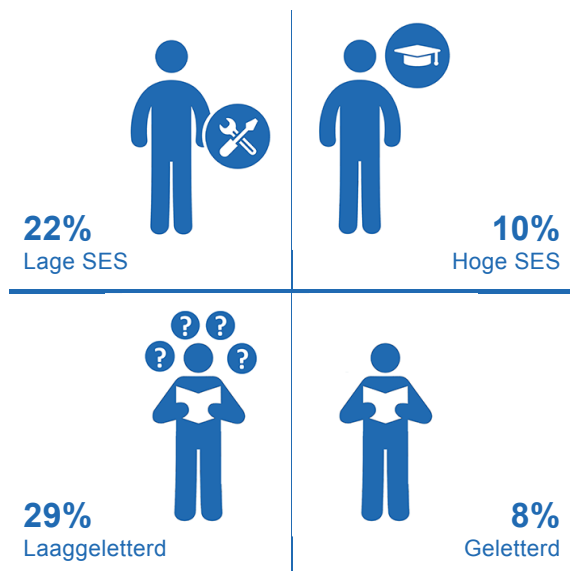


Figuur 9.7 Geeft mantelzorg - naar leeftijd



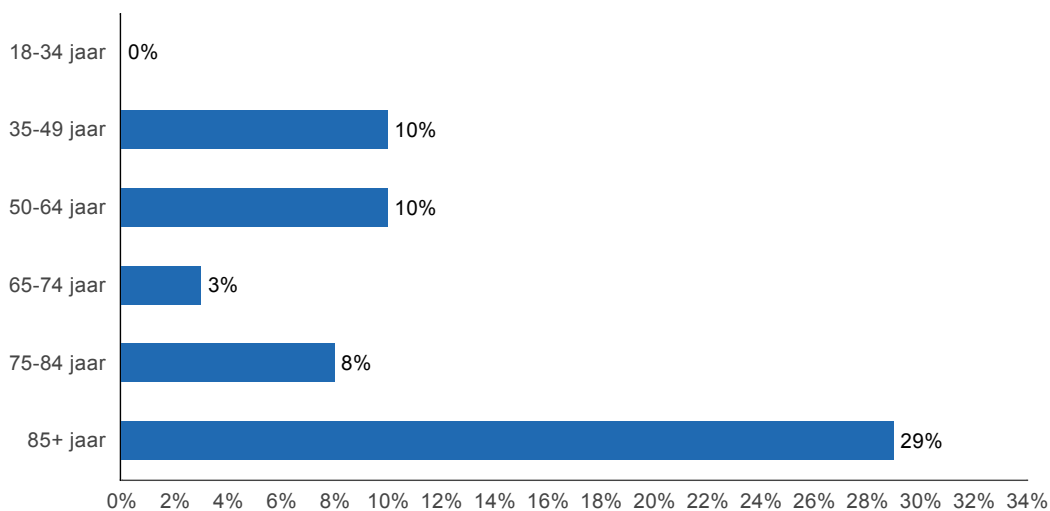
Figuur 9.8 Geeft mantelzorg - naar mate geletterdheid

Daarnaast geeft 15% van de ouderen in Dinkelland aan zelf mantelzorg te krijgen, in 2016 was dit 14%. Vrouwen (17%) krijgen vaker mantelzorg dan mannen (13%).



Figuur 9.9 Mantelzorg ontvangen - naar SES en mate geletterdheid

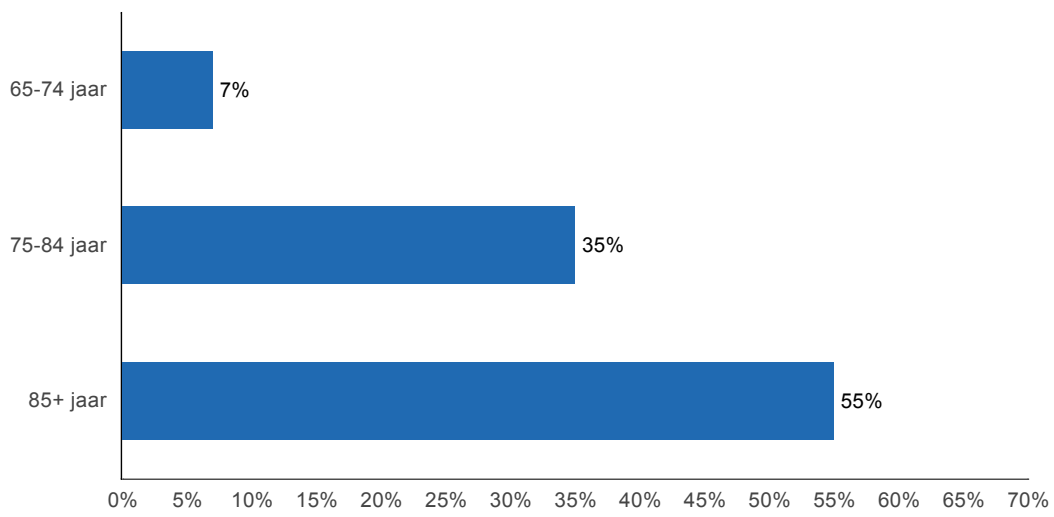
Het langdurig geven van zorg kan leiden tot zware fysieke en/of mentale belasting van de mantelzorger. Van de mantelzorgers geeft 9% aan tamelijk zwaar belast tot overbelast te zijn door het geven van zorg. Dit is vergelijkbaar met 2016 (4%). In Twente geeft 11% aan tamelijk zwaar belast tot overbelast te zijn. Er is hierbij geen verschil tussen mannen en vrouwen, en ook niet tussen volwassenen en ouderen. Wel zitten er verschillen tussen de verschillende leeftijdsgroepen, zie figuur 9.10.



Figuur 9.10 Zwaar belast of overbelast door het geven van mantelzorg - naar leeftijd

9.5 Wet maatschappelijke ondersteuning

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) zorgt dat mensen zo lang mogelijk in hun eigen woning kunnen blijven wonen. Ook helpt de Wmo mensen met een beperking mee te laten doen aan de samenleving. Voorbeelden van Wmo-hulp zijn huishoudelijk hulp, vervoer of aanpassingen in de woning. Aan de 65+'ers is gevraagd of ze bekend zijn met de Wmo. 72% van de 65-plussers in Dinkelland geeft aan er bekend mee te zijn, 20% maakt daadwerkelijk gebruik van de Wmo. Van de vrouwen geeft 28% aan gebruik te maken van de Wmo en bij mannen is dit 13%. Het gebruik maken van Wmo-hulp loopt op met de leeftijd, zie figuur 9.11. Er is geen verschil in het aantal mensen dat Wmo-hulp gebruikt naar SES en risico op laaggeletterdheid. Het vaakst wordt er gebruik gemaakt van huishoudelijke hulp (58%). Daarna wordt vervoer/regiotaxi het vaakst gebruikt (20%) en vervolgens aanpassing in woning (12%).



Figuur 9.11 Gebruik van WMO - naar leeftijd

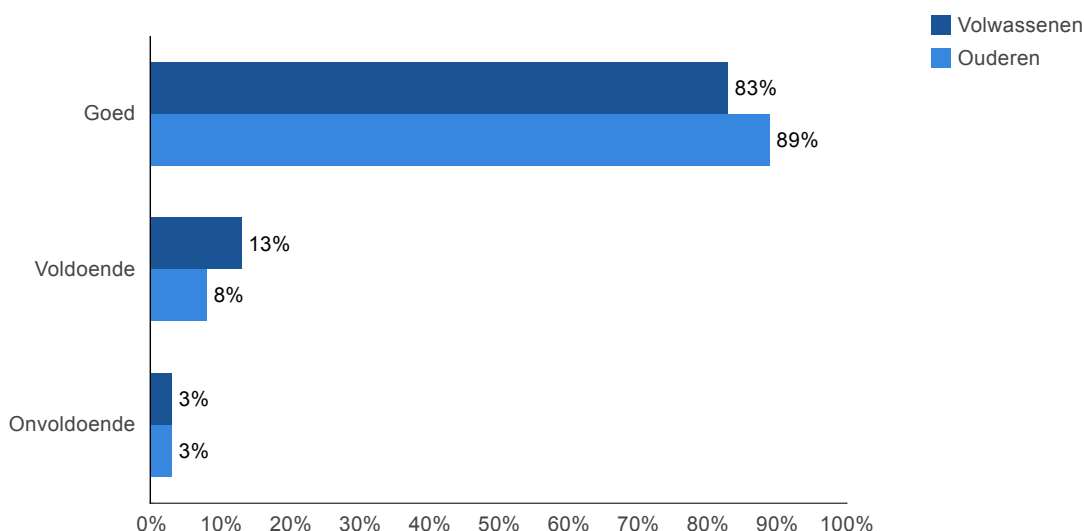
10. Oost west, thuis best?

Woonsituatie en gezonde leefomgeving

Het prettig voelen in je woning en vanuit de omgeving weinig hinder ervaren, dragen bij aan een goede gezondheid. De fysieke leefomgeving gaat zowel om de omgeving binnen- als buitenshuis. Zie je jezelf oud worden in je huidige woning? Voldoende groen in de buurt kan uitnodigen tot gezond gedrag. Hinder door geluid of geur kan juist een negatief effect hebben op gezondheid en zelfs tot slaapverstoring leiden. Daarnaast kan aanhoudend warm weer gezondheidsrisico's met zich meebrengen, daarom is het belangrijk om verkoeling te kunnen vinden in of rondom je huis. Het hoofdstuk "Oost west, thuis best" bespreekt tevredenheid over woning en groen in de buurt, de mate van geluidshinder en eventuele slaapverstoring hierdoor en ook gezondheidsklachten wegens zomerhitte. Daarnaast is bij ouderen levensloopbestendig wonen uitgevraagd en bij volwassenen geurhinder.

10.1 Oordeel woning

Ruim 85% van de mensen uit Dinkelland beoordeelt hun woning met een 8 of hoger. Ouderen geven vaker een goed voor hun huis dan volwassenen, zoals te zien is in figuur 10.1.



Figuur 10.1 Oordeel woning - naar leeftijd



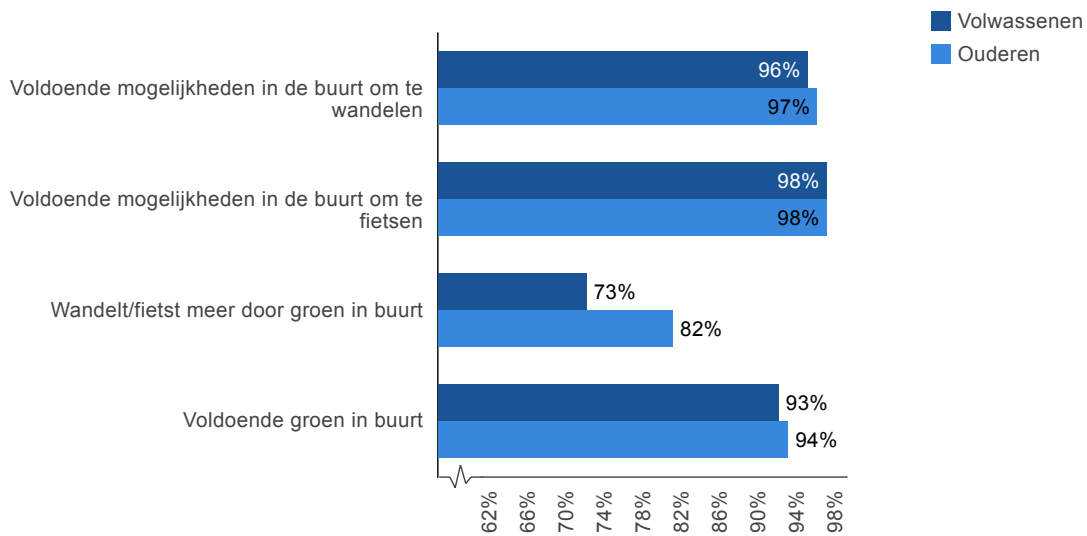
10.2 Levensloopbestendig wonen

Er is gevraagd aan 65+'ers of ze vinden dat hun woning geschikt is om ouder in te worden. 11% van de ouderen vindt de woning niet geschikt om ouder in te worden en wil naar een andere woning verhuizen. Aan deze mensen is gevraagd aan welke kenmerken de nieuwe woning moet voldoen. De drie meest genoemde eisen zijn: woning moet gelijkvloers zijn (88%), woning moet dichtbij voorzieningen liggen (68%) en woning moet twee slaapkamers hebben (78%). 15% van de mensen uit Dinkelland vindt de woning niet geschikt om ouder in te worden en wil op een later moment aanpassingen aan het huis doen. De volgende drie kenmerken worden het vaakst genoemd die problemen kunnen opleveren bij het langer thuis blijven wonen: trappen in huis (79%), onderhoud van het huis of tuin is te zwaar (53%) en geen steunen/beugels in de badkamer of toilet (41%).

10.3 Groen in de buurt

93% van de mensen uit Dinkelland vindt dat er voldoende groen in de buurt is. 96% van de mensen uit Dinkelland vindt dat er genoeg wandelmogelijkheden en 98% vindt dat er genoeg fietsmogelijkheden in de buurt zijn.

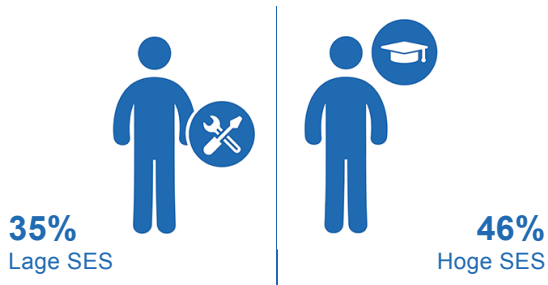
Uit onderzoek is bekend dat mensen die in een groene buurt wonen zich gezonder voelen¹⁶. Daarnaast stimuleert een groene omgeving tot bewegen¹⁷. Wanneer de buurt groen is, geeft 75% van de mensen uit Dinkelland aan meer te bewegen (zie figuur 10.2).



Figuur 10.2 Oordeel over groen en beweegmogelijkheden in buurt - Dinkelland totaal

10.4 Geluidshinder, slaapverstoring en geurhinder

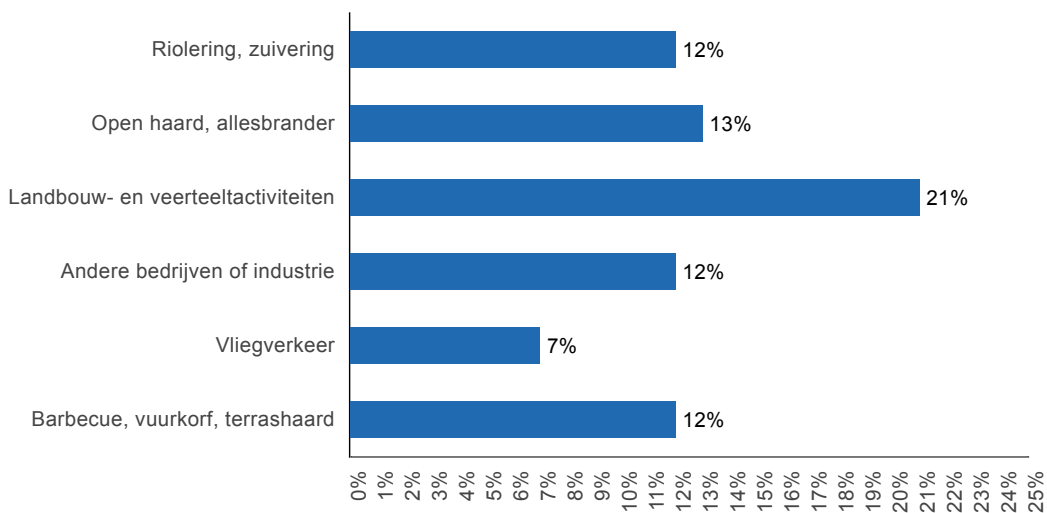
Blootstelling aan (ongewenst) geluid kan uiteenlopende effecten op de gezondheid hebben, zoals hinder en slaapverstoring, maar ook gehoorbeschadiging. De effecten van geluid op de gezondheid zijn gedeeltelijk afhankelijk van de eigenschappen van het geluid, zoals intensiteit, frequentie (toonhoogte) en duur. 41% van de mensen uit Dinkelland ervaart op één of meer gebieden geluidshinder. Mensen uit Dinkelland hebben het meeste last van brommers en scooters (23%), dit is hetzelfde als in 2016 (22%).



Figuur 10.3 Last van geluidshinder - naar SES

Van de geluidsbronnen zorgen brommers/scooters (11%), burens (11%) en wegverkeer <50km/u (9%) vanwege hun geluid voor de meeste slaapverstoring. In totaal geeft 23% van de mensen uit Dinkelland aan slaapverstoring te ervaren door één of meer bronnen. Van de volwassenen ervaart 22% slaapverstoring, bij ouderen is dit 25%.

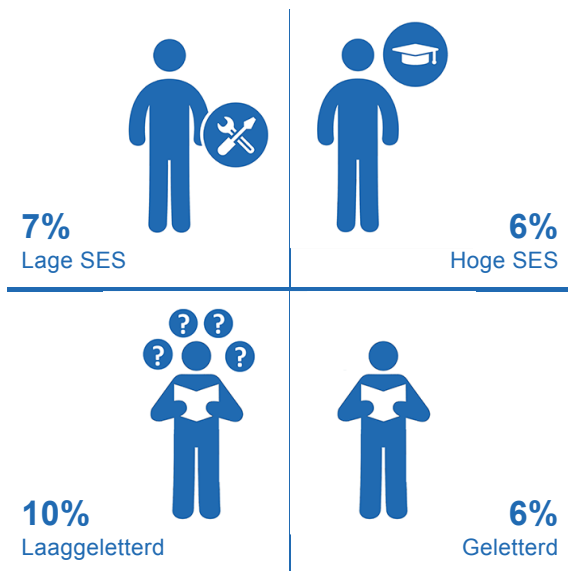
Aan de volwassenen is gevraagd of ze in de afgelopen twaalf maanden geurhinder hebben ervaren. Hiervan zegt 41% dat ze geurhinder hebben ervaren. In figuur 10.4 zijn de bronnen weergegeven waar de inwoners van Dinkelland geurhinder door ervaren.



Figuur 10.4 Geurhinder - naar bron

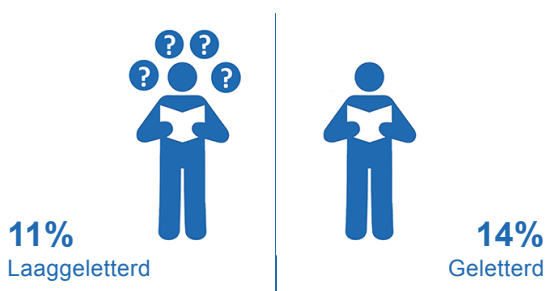
10.5 Gezondheidsklachten door de hitte

De zomers van 2018, 2019 en 2020 staan in de top zes warmste zomers in Nederland ooit gemeten¹⁸. Veel mensen ervaren hitte als een welkome periode van terras- en strandbezoek, voor anderen kan aanhoudende hitte juist vervelende gevolgen hebben voor hun gezondheid. Aanhoudend warm weer vormt vooral een gezondheidsrisico voor ouderen, chronisch zieken en mensen met overgewicht. Ook mensen die niet goed voor zichzelf kunnen zorgen hebben op warme dagen meer aandacht van anderen nodig om voldoende te drinken en koel te blijven. 7% van de mensen uit Dinkelland heeft aangegeven afgelopen zomer gezondheidsklachten van de hitte te hebben ondervonden. Van de vrouwen heeft 10% gezondheidsklachten ondervonden van de hitte, bij de mannen is dit 4%.



Figuur 10.5 Gezondheidsklachten door hitte - naar SES en mate geletterdheid

Tijdens aanhoudend warm weer kan het prettig zijn om verkoeling te vinden binnen in de woning. Van de mensen uit Dinkelland geeft 62% aan goede verkoeling, 24% voldoende verkoeling en 14% onvoldoende verkoeling te kunnen vinden binnenshuis. Aan de mensen uit Dinkelland is ook gevraagd of er verkoeling in de tuin of buurt gevonden kan worden bij aanhoudende hitte. 58% zegt dit goed te kunnen vinden, 23% voldoende en 19% onvoldoende.



Figuur 10.6 Onvoldoende verkoeling vinden binnenshuis – naar mate geletterdheid

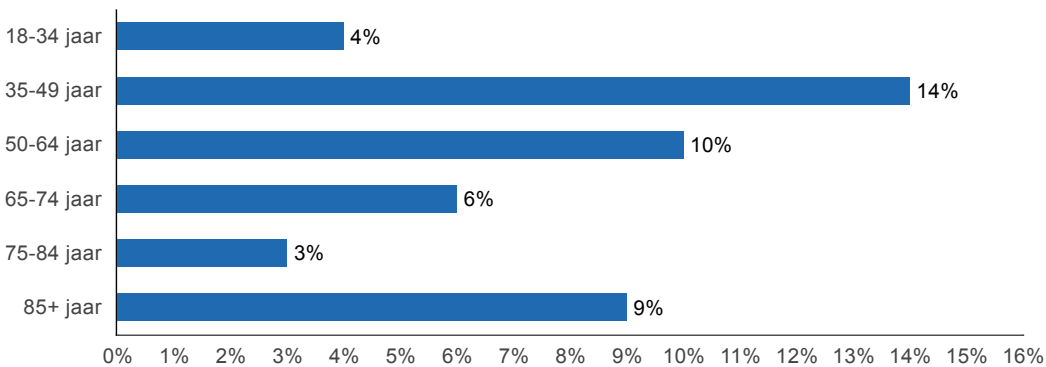
11. Gezond rondkomen

Financiële problemen en noodzakelijke uitgaven

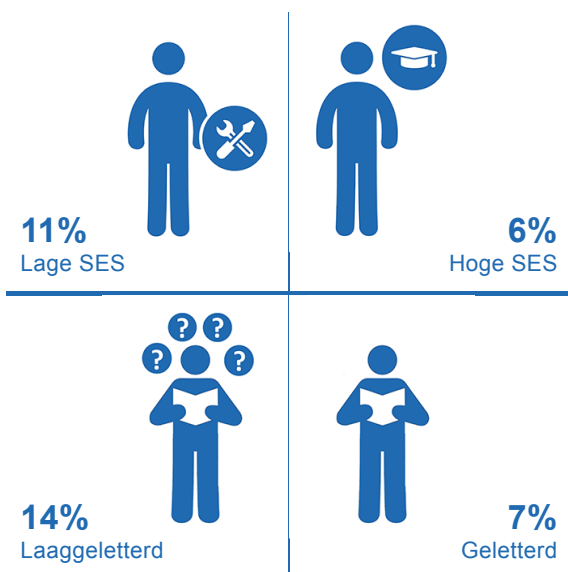
Het kunnen rondkomen draagt bij aan de kwaliteit van leven en heeft daarmee een positief effect op gezondheid. De gezondheidssituatie van mensen die goed kunnen rondkomen is anders dan van mensen die financiële problemen hebben. Armoede en gezondheid beïnvloeden elkaar op verschillende manieren. Aan de ene kant hebben mensen met financiële problemen vaker te maken met chronische stress, een ongezonde leefstijl of chronische ziekten¹⁹. Aan de andere kant kunnen mensen soms door gezondheidsproblemen minder werken, wat leidt tot minder inkomen. Vaak gaat het bij financiële problematiek om een cirkel die moeilijk te doorbreken is, omdat er op meerdere levensdomeinen problemen zijn. Het (gezondheids-)potentieel voor verbetering is dan ook groot bij mensen die moeite hebben met rondkomen of schulden hebben²⁰. In dit hoofdstuk is in kaart gebracht in hoeverre inwoners moeite hebben met rondkomen. Ook is gekeken of zij in staat zijn onverwachte noodzakelijke uitgaven te doen.

11.1 Moeite met rondkomen

8% van de mensen uit Dinkelland heeft de afgelopen twaalf maanden moeite gehad om rond te komen van het huishoudinkomen. Dit is gelijk gebleven ten opzichte van 2016, toen lag het percentage op 9%. Het percentage mensen dat moeite had met rondkomen is in Dinkelland 8% lager dan in Twente (11%). Volwassenen (9%) geven gemiddeld vaker aan moeite te hebben met rondkomen dan ouderen (5%). Moeite met rondkomen naar leeftijd is te zien in figuur 11.1.



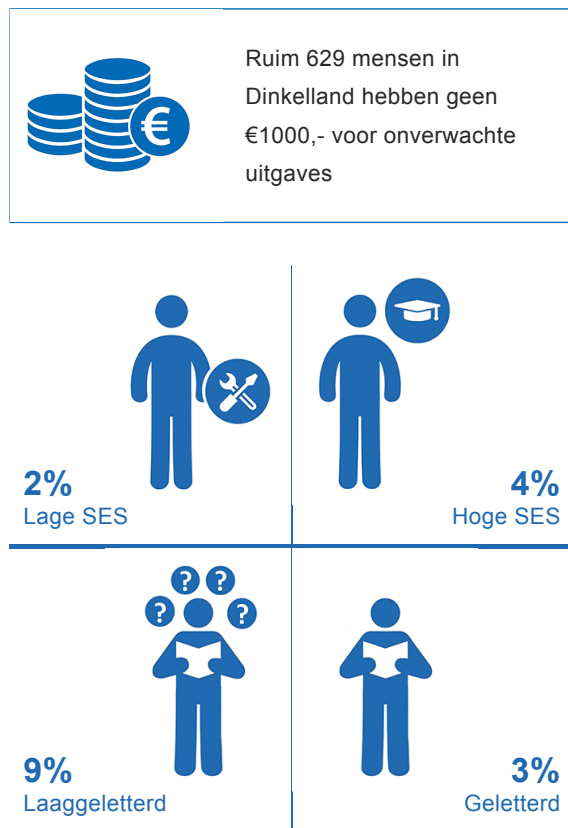
Figuur 11.1 Moeite met rondkomen van het huishoudinkomen - naar leeftijd



Figuur 11.2 Moeite met rondkomen van huishoudinkomen - naar SES en mate geletterdheid

11.2 Financiële problemen

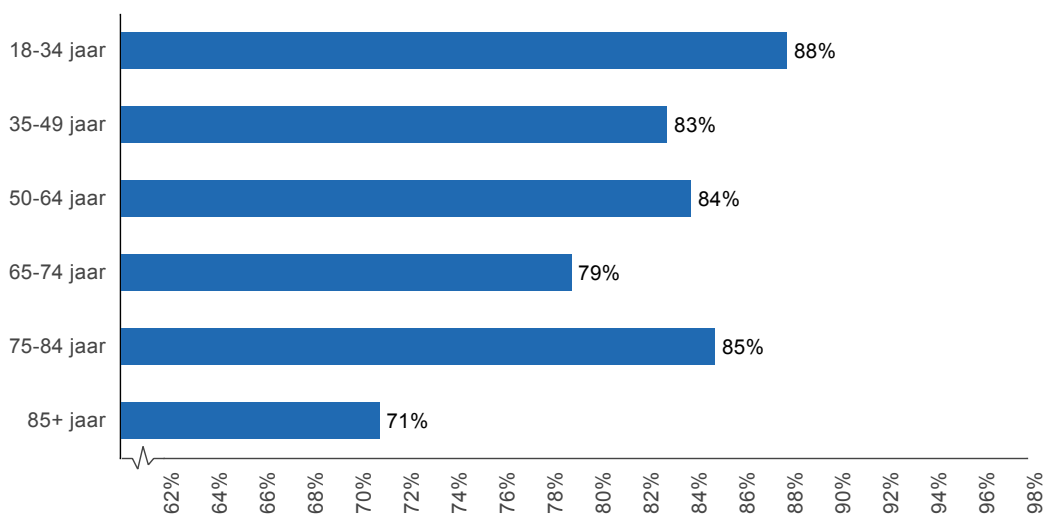
3% van de mensen uit Dinkelland geeft aan financiële problemen te ervaren. Bij mannen is dit 4% en bij vrouwen 3%.



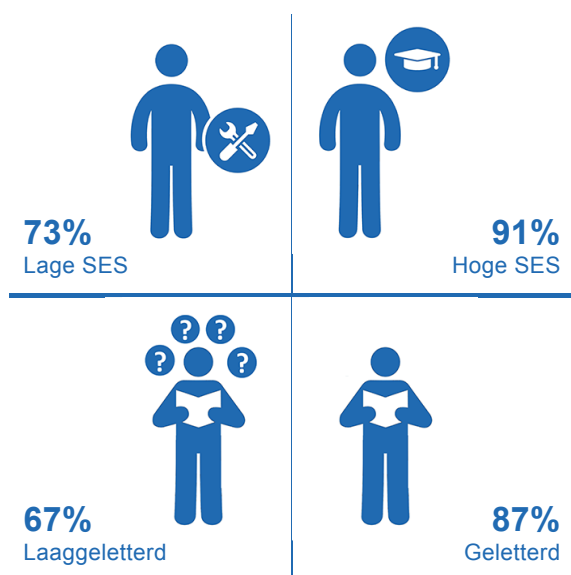
Figuur 11.3 Financiële problemen - naar SES en mate geletterdheid

11.3 Noodzakelijke uitgaven

84% van de mensen uit Dinkelland is in staat om onverwachts een noodzakelijke uitgave van €1000,- te doen, zonder daarvoor schulden te maken of een lening aan te gaan. Bij mannen is dit 87% en bij vrouwen is dit 81%. Deze mogelijkheid naar leeftijd is te zien in figuur 11.4.



Figuur 11.4 In staat om noodzakelijk uitgave van € 1000,- te doen - naar leeftijd



Figuur 11.5 Mogelijkheid onverwachte uitgave van €1000,- - naar SES en mate geletterdheid

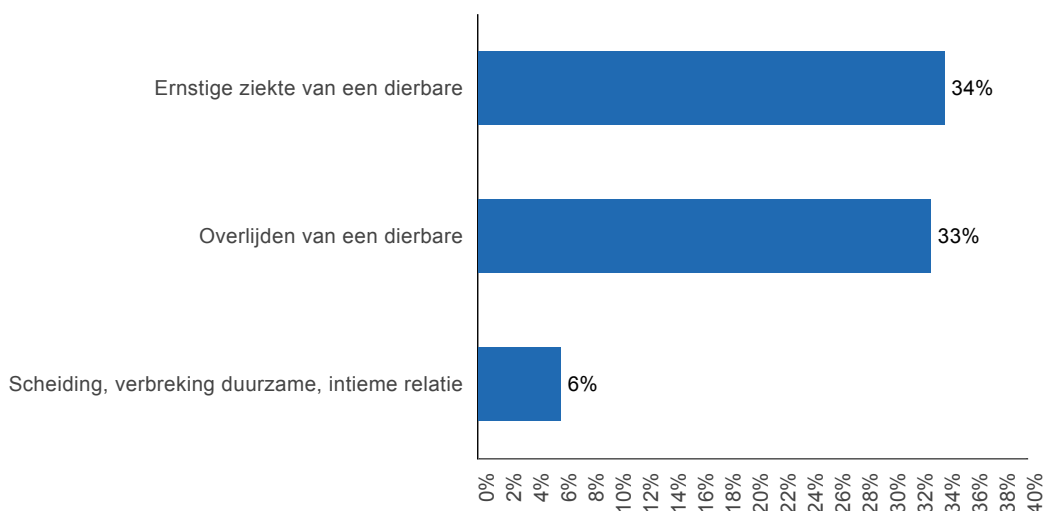
12. Ingrijpende gebeurtenissen

Ervaringen met negatieve levensgebeurtenissen

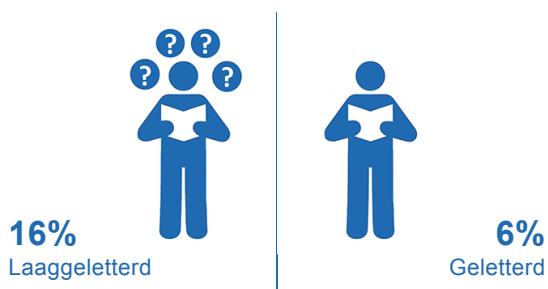
Iedereen maakt in het leven wel één of meerdere heftige gebeurtenissen mee die je bij blijven. Bijvoorbeeld het overlijden van een dierbaar persoon, een (ernstige) ziekte of een ongeval. Maar denk hierbij eveneens aan geweld of ongewenst gedrag. Dit kan ook thuis gebeuren. In dit hoofdstuk worden daarom verschillende ingrijpende gebeurtenissen besproken, met speciale aandacht voor huiselijk geweld onder volwassenen en ouderen, en ongewenste seksuele handelingen onder volwassenen.

12.1 Ingrijpende gebeurtenissen

Aan volwassenen in Dinkelland is gevraagd of ze bepaalde ingrijpende gebeurtenissen hebben meegemaakt. 54% van de volwassenen geeft aan weleens een ingrijpende gebeurtenis meegemaakt te hebben. De meest voorkomende gebeurtenissen zijn een ernstige ziekte van een dierbare (34%) en het overlijden van een dierbare (33%), zie figuur 12.1.



Figuur 12.1 Meest voorkomende ingrijpende gebeurtenissen - volwassenen



Figuur 12.2 Ernstige ziekte van zichzelf meegemaakt - naar mate geletterdheid

12.2 Huiselijk geweld

Huiselijk geweld gaat om geestelijk of lichamelijk geweld, ongewenste seksuele toenadering en seksueel misbruik. In de vragenlijst is dit geweld omschreven als geweld dat door iemand uit de huiselijke kring plaatsvindt. Dus door iemand uit het gezin, een familielid, of iemand die vaak bij je thuis komt.

Huiselijk geweld volwassenen voornamelijk geestelijk geweld

5% van de volwassenen in Dinkelland is ooit slachtoffer geweest van huiselijk geweld en 0% is in de afgelopen twaalf maanden slachtoffer geweest van huiselijk geweld. Onder slachtoffers van huiselijk geweld, wordt geestelijk geweld het vaakst gerapporteerd (79%). Daarna volgen lichamelijk geweld (55%), ongewenste seksuele toenadering (35%) en seksueel misbruik (10%).



12.3 Seksuele handelingen tegen zin in

5% van de volwassenen in Dinkelland is ooit gedwongen tot seksuele handelingen die hij/zij niet wilde. Bij mannen is dit 0% en bij vrouwen is dit 10%.

12.4 Ouderenmishandeling

Bij ouderen is gevraagd naar negatieve gebeurtenissen die zijn aangedaan door gezinsleden, familieleden, partners, huisvrienden of personen van wie men afhankelijk is, zoals zorgverleners of mantelzorgers. Bij nare gebeurtenissen gaat het bijvoorbeeld om lichamelijk geweld, financiële benadeling of beperking van de vrijheid. 7% van de ouderen geeft aan het afgelopen jaar slachtoffer te zijn geweest van ouderenmishandeling. Het meest gerapporteerd wordt psychisch geweld; 5% van de ouderen geeft aan hiervan slachtoffer te zijn geweest in de afgelopen twaalf maanden.

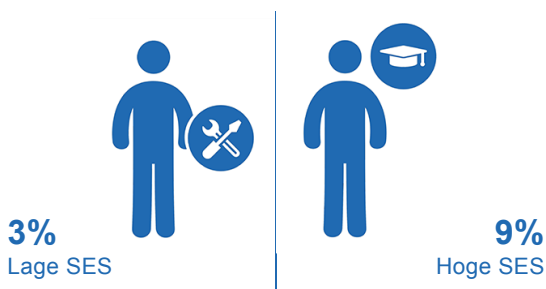
13. Gevolgen corona

Impact van corona op het dagelijks leven

De coronacrisis begon in maart 2020. Vanaf deze periode zijn er vele veranderingen in de maatschappij opgetreden die van invloed zijn op de gezondheid. Dit hoofdstuk kijkt naar hoe ernstig ziek mensen in Dinkelland zijn geweest door corona en hoe corona invloed heeft gehad op het leven en (gezond) gedrag van mensen. Deze Gezondheidsmonitor is uitgevoerd in het najaar van 2020. Tijdens deze periode is het coronabeleid aangescherpt met maatregelen, omdat vanaf september het aantal besmettingen toenam²¹. Het is raadzaam om deze veranderingen in acht te nemen bij het interpreteren van de resultaten.

13.1 Corona gehad

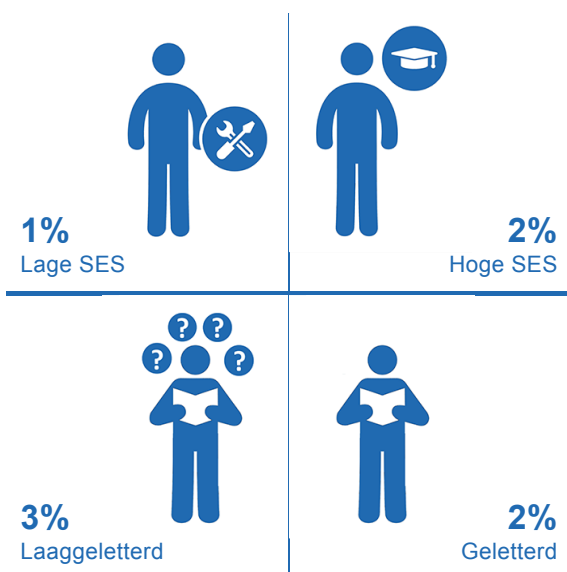
In de periode van half september tot en met half december 2020 gaf 2% van de mensen in Dinkelland aan het coronavirus te hebben gehad, bevestigd met een positieve test. 6% van de mensen had wel een vermoeden het coronavirus te hebben gehad, maar dit is niet bevestigd met een test. Het resterende percentage (92%) vermoedt het coronavirus niet te hebben gehad.



Figuur 13.1 Vermoedelijk besmet, maar niet getest - naar SES

13.2 Ziek gevoeld door corona

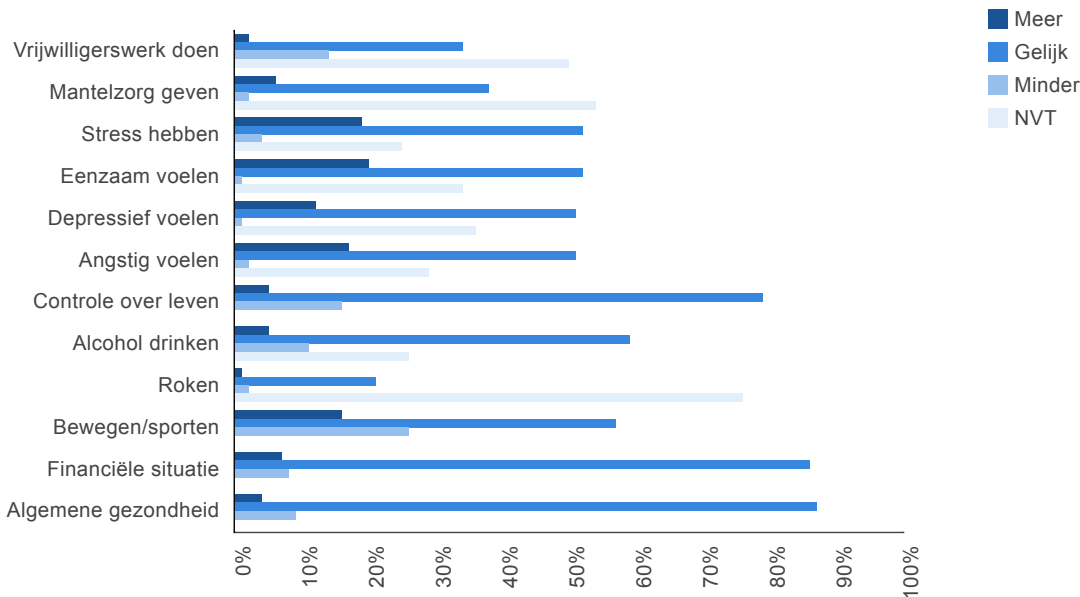
Van de mensen in Dinkelland die besmet zijn geweest met het coronavirus voelde 2% zich redelijk tot ernstig ziek. 3% van de vrouwen gaf aan redelijk tot ernstig ziek te zijn geweest door het virus, tegenover 2% van de mannen. 3% van de volwassenen voelde zich redelijk tot ernstig ziek, naast 2% van de ouderen.



Figuur 13.2 Redelijk tot ernstig ziek gevoeld - naar SES en mate geletterdheid

13.3 Zelfgerapporteerde invloed coronacrisis

In de Gezondheidsmonitor is voor verschillende onderwerpen gevraagd of het coronavirus heeft gezorgd voor een afname, een toename of geen verandering van bepaald gedrag of bepaalde situaties. Figuur 13.3 geeft de resultaten van de invloed van de coronacrisis weer.



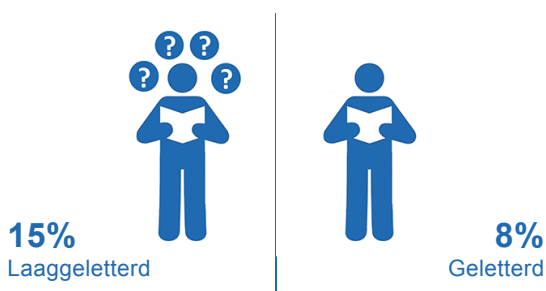
Figuur 13.3 Invloed van de coronacrisis - Dinkelland totaal

Algemene gezondheid voor 91% van de mensen in Dinkelland gelijk gebleven

Waar voor het grootste deel van de mensen in Dinkelland (91%) de coronacrisis geen invloed heeft gehad op hun gezondheid, geeft 5% van de mensen aan een negatieve invloed en 3% een positieve invloed te hebben ervaren.

9% van de Twentenaren is financieel achteruit gegaan

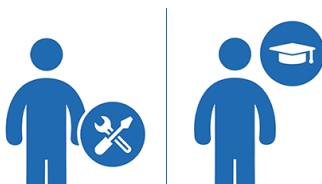
Het grootste deel van de mensen in Dinkelland (84%) geeft aan dat de coronacrisis geen invloed heeft gehad op hun financiële situatie. 9% is er financieel op achteruit gegaan en 3% heeft een positieve invloed op zijn of haar financiële situatie ervaren. Mannen zijn er vaker (3%) financieel op vooruit gegaan dan vrouwen (3%). Financiële vooruitgang door corona wordt meer door volwassenen (4%) ervaren dan door ouderen (2%). Tegelijkertijd geven meer volwassenen (11%) dan ouderen (3%) aan een slechtere financiële situatie te ervaren.

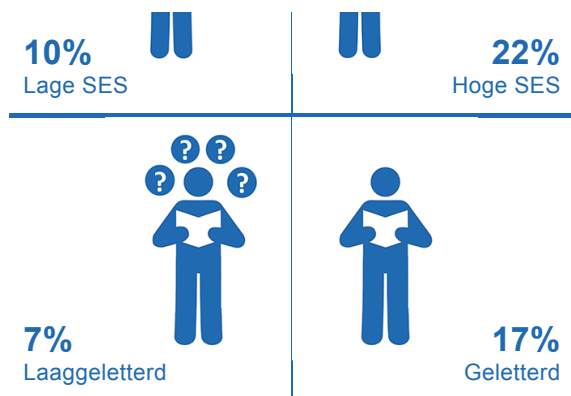


Figuur 13.4 Slechtere financiële situatie door coronacrisis - naar SES en mate geletterdheid

22% van de mensen in Dinkelland is minder gaan bewegen

Van de mensen in Dinkelland is ongeveer 22% minder gaan sporten of bewegen tijdens de coronacrisis. Voor 62% van de mensen is er niets veranderd en 15% geeft aan meer te zijn gaan bewegen. Van de ouderen is ongeveer 7% meer gaan sporten of bewegen, terwijl 18% van de volwassenen dit aangeeft.

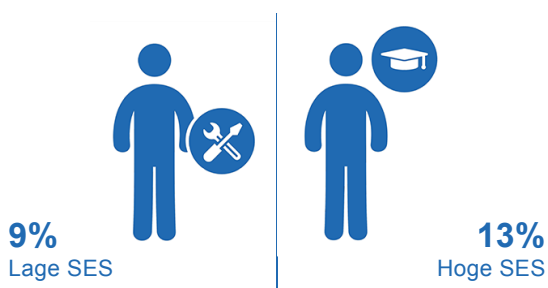




Figuur 13.5 Meer gaan sporten of bewegen tijdens coronacrisis - naar SES en mate geletterdheid

10% van de mensen in Dinkelland ervaart minder controle over leven

10% van de mensen in Dinkelland geeft aan minder en 5% geeft aan meer controle te hebben over hun leven door de coronacrisis. Bij 85% was er geen verandering.



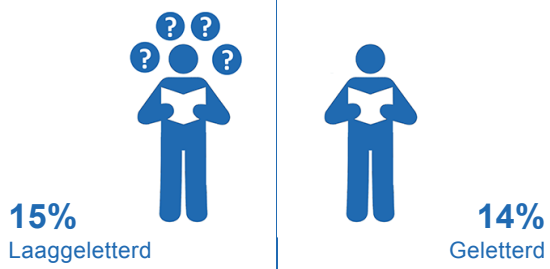
Figuur 13.6 Minder controle over leven tijdens coronacrisis - naar SES

Bij 55% van de mensen in Dinkelland geen verandering in gevoelens van angst

De coronacrisis heeft voor sommige mensen (12%) bijgedragen aan het feit dat zij zich angstiger voelen dan voorheen. Bij 55% had de coronacrisis hier geen invloed op en bij 2% waren er minder gevoelens van angst. Vrouwen (17%) zijn vaker angstiger geworden dan mannen (8%). Dit geldt ook voor de risicogroep laaggeletterdheid. Zij zijn vaker angstiger door de coronacrisis (16%) dan mensen zonder risico op laaggeletterdheid (12%).

14% van de mensen in Dinkelland geeft aan zich meer eenzaam te voelen

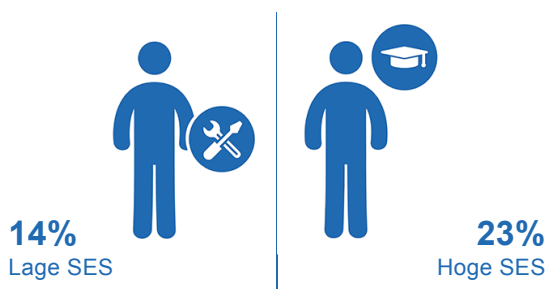
14% van de mensen in Dinkelland geeft aan zich eenzaamer te voelen door de coronacrisis. Het aantal mensen dat zich door de coronacrisis minder eenzaam voelde is 1%. Volwassenen (15%) voelen zich vaker meer eenzaam door de crisis dan ouderen (13%).



Figuur 13.7 Eenzamer tijdens coronacrisis - naar mate geletterdheid

16% van de mensen in Dinkelland ervaart meer stress

16% van de mensen in Dinkelland heeft meer stress ervaren door de coronacrisis. 3% heeft minder stress ervaren en voor 54% vond hierin geen verandering plaats. Vrouwen (20%) voelen zich vaker meer gestrest ten gevolge van de coronacrisis dan mannen (13%). En volwassenen (19%) vaker dan ouderen (9%).



Figuur 13.8 Minder controle over leven tijdens coronacrisis - naar SES

Algemene informatie

Toelichting onderzoek en interpretatie van resultaten

In het najaar van 2020 is in Twente de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen uitgevoerd. Dit is een vragenlijstonderzoek dat de GGD iedere vier jaar uitvoert in opdracht van de Twentse gemeenten. De vragen in het onderzoek gaan over onderwerpen die te maken hebben met onze brede gezondheid. In dit hoofdstuk vindt u achtergrondinformatie over het onderzoek en toelichting op de interpretatie van de resultaten.

Doel

Het doel van de Gezondheidsmonitor 2020 is om inzicht te geven in de brede gezondheid van inwoners van Twente en de 14 Twentse gemeenten. Het is een verkenning van de huidige gezondheidssituatie en de factoren die daarbij van invloed zijn. Hierdoor kunnen gemeenten en organisaties die zich met volwassenen en ouderen bezighouden een beter beeld vormen over wat er op verschillende gezondheidsgebieden goed gaat en waar belangrijke aandachtspunten liggen. De resultaten kunnen gemeentelijk gezondheidsbeleid onderbouwen en ondersteunend zijn in de koersbepaling van de komende periode.

Een brede kijk op gezondheid

GGD Twente werkt vanuit een brede kijk op gezondheid. We zien gezondheid niet als een einddoel dat je moet bereiken, maar als een middel om een betekenisvol leven te kunnen leiden. Hierbij gaat het om het vermogen van mensen om te kunnen omgaan met de fysieke, sociale en emotionele uitdagingen van het leven. En hier zoveel mogelijk eigen regie op te voeren. Deze uitdagingen kunnen voor iedereen anders zijn. Zo gaat gezondheid naast gezond eten, bewegen en ontspannen ook over omgaan met ziekte of beperking(en) en lekker in je vel zitten. Over contact hebben met mensen, mee kunnen doen en praten over gevoelens. Heb je een reden om je bed voor uit te komen en kan je goed voor jezelf zorgen? Ook gaat gezondheid over kunnen accepteren en omgaan met verandering. Deze brede en dynamische benadering van gezondheid vormt het uitgangspunt van deze rapportage.

Wettelijke taak

Gemeenten hebben volgens de Wet publieke gezondheid (Wpg) de taak om de gezondheid van hun inwoners in kaart te brengen. De GGD voert die taak uit voor de gemeenten met een Gezondheidsmonitor. Dit onderzoek onder volwassenen en ouderen wordt om de vier jaar uitgevoerd, evenals een onderzoek onder de jeugd en onder ouders van kinderen van 0-12 jaar. De opzet van dit onderzoek is in grote lijnen hetzelfde als in voorgaande jaren.

Landelijke en regionale samenwerking

Dit onderzoek in Twente staat niet op zichzelf, maar is afgestemd met alle GGD'en in heel Nederland, het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) en het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). Alle GGD'en hebben een vergelijkbare vragenlijst gehanteerd en het onderzoek is op hetzelfde tijdstip uitgevoerd. In aanvulling op de landelijke vragenlijst, zijn er vragen specifiek voor Twente toegevoegd. Naast afstemming op landelijk niveau is er ook samengewerkt met de GGD'en in Oost-Nederland. Landelijke en regionale samenwerking leidt tot een efficiëntere uitvoering van onderzoek, biedt de mogelijkheid tot verrijking van gegevens en levert referentiecijfers op.

Wat levert het op?

De Gezondheidsmonitor 2020 levert een schat aan gegevens op, zowel op Twents als gemeentelijk niveau. Deze rapportage beschrijft een groot deel van de uitkomsten, maar is niet volledig. Alle resultaten van dit onderzoek worden opgenomen in de digitale Twentse Gezondheidsverkenning (TGV) en zijn voor iedereen toegankelijk via de website www.twentsegezondheidsverkenning.nl.

Uitvoering in Twente

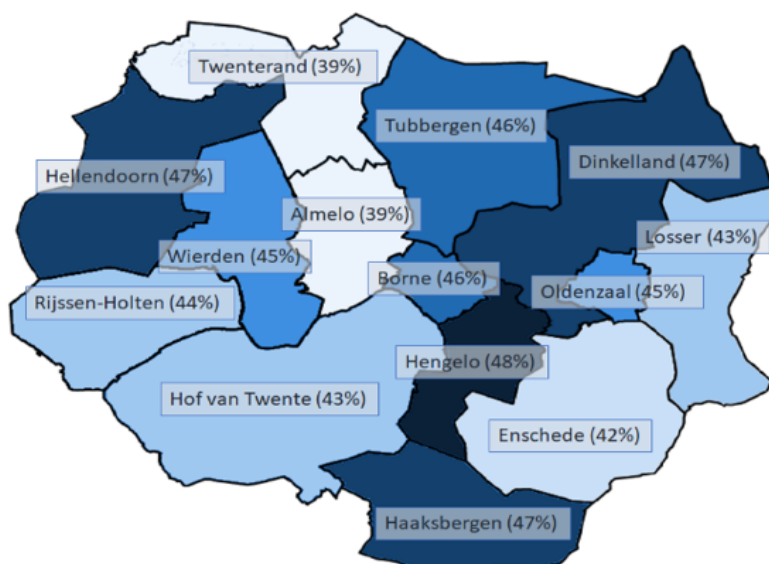
In dit onderzoek wordt een onderscheid gemaakt tussen volwassenen (18 tot en met 64 jaar) en ouderen (65 jaar en ouder). Dit is uitsluitend gedaan om een doelgroep te onderscheiden, niet om een waardeoordeel te geven. In totaal zijn 28.000 volwassenen en 25.000 ouderen uitgenodigd om deel te nemen aan de Gezondheidsmonitor. Het gaat om zelfstandig wonende volwassenen en ouderen. Dit onderzoek is uitgevoerd tussen 14 september en 18 december 2020. Op basis van de Gemeentelijke Basisadministratie Persoonsgegevens zijn, door middel van een steekproef, voor alle gemeenten inwoners uitgenodigd om de vragenlijst in te vullen. Op verzoek zijn voor een aantal gemeenten meer inwoners uit een bepaalde wijk gevraagd om mee te doen met de vragenlijst.

Dataverzameling tijdens coronacrisis:

Gezien de coronacrisis was 2020 een afwijkend en uitdagend jaar om de Gezondheidsmonitor uit te voeren. Er is bewust gekozen om het onderzoek door te laten gaan, om op deze manier een trendbreuk met voorgaande jaren te voorkomen. Tegelijkertijd ontstond de mogelijkheid om extra vragen over (de impact van) corona op te nemen in de vragenlijst. De uitkomsten van deze vragen vindt u terug in het afsluitende hoofdstuk 14. Hierin wordt voor een aantal gezondheidsthema's uit de voorgaande hoofdstukken belicht welke impact corona al dan niet heeft gehad.

Respons per gemeente

De totale respons in Twente bedraagt 43%, waarvan 39% schriftelijk en 61% digitaal. De respons verschilt per leeftijdsgroep. 35% van de volwassenen heeft deelgenomen en 51% van de ouderen. De respons is het hoogst in de groep 65-74 jaar (55%) en het laagst in de groep 18-34 jaar (31%). Zie figuur 14.1 voor een overzicht van respons per gemeente.



Figuur 14.1 Respons per gemeente

Achtergrondkenmerken

De gezondheidssituatie van volwassenen en ouderen wordt bepaald door persoonlijke kenmerken, zoals leeftijd en geslacht. Tabel 14.1 geeft de belangrijkste achtergrondkenmerken weer van de Twentse volwassenen en ouderen die de vragenlijst voor deze Gezondheidsmonitor 2020 hebben ingevuld.

Tabel 14.1 Achtergrondkenmerken

	Dinkelland
Man	52%
Vrouw	48%
18-34 jaar	25%
35-49 jaar	19%
50-64 jaar	29%
65-74 jaar	15%
75-84 jaar	9%
85+	2%
Getrouwd/samenwonend	71%
Niet getrouwd/nooit getrouwd geweest	20%
Gescheiden	3%
Weduwe/weduwenaar	6%
Huishouden met thuiswonende kinderen	38%
Eénouder gezin	5%
Opleiding laag (bo, mavo, lbo)	32%
Opleiding midden (havo, vwo)	37%
Opleiding hoog (hbo, wo)	31%
Autochtoon	92%
Niet-westerse migratieachtergrond	1%
Westerse migratieachtergrond	6%
Betaalde werkring	66%
Werkloos	1%
(Gedeeltelijk) Arbeidsongeschikt	3%
Bijstand	1%
Gepensioneerd	24%
Fulltime huisman/huisvrouw	8%
Studerend	5%
Inkomen* laag (max € 18.200)	9%
Inkomen* midden (max 39.500)	62%
Inkomen* hoog (> € 39.500)	29%
Moeite met rondkomen	8%
Risico op laaggeletterdheid	15%
Geen risico op laaggeletterdheid	85%

**Het betreft hier gestandaardiseerd huishoudinkomen*

Weging

De verdeling naar bijvoorbeeld geslacht en leeftijd in de respondentengroep kan afwijken van de werkelijke verdeling in de populatie. Dit verschil wordt door het CBS gecorrigeerd door weging. Als een bepaalde respondentengroep wordt ondervetegenwoordigd, zullen de antwoorden van deze subgroep zwaarder wegen vergeleken met de rest. De resultaten zijn daardoor representatief voor de beschreven groep. Er wordt gewogen naar geslacht, leeftijd, inkomen, huishoudsamenstelling, etniciteit en geografische spreiding. De resultaten zijn daardoor representatief voor de beschreven groep.

Gezondheidsverschillen

Als aanvulling op de algemene weergave van (de meest opvallende) Twentse cijfers, is in deze rapportage nagegaan of er significante gezondheidsverschillen bestaan tussen bepaalde groepen mensen. Naast leeftijd (volwassenen/ouderen) en geslacht (man/vrouw), is er gekeken naar sociaaleconomische status (SES) en mate van geletterdheid. Deze analyses zijn uitgevoerd op regionaal niveau, om zo een zo betrouwbaar mogelijk beeld te krijgen. Op gemeenteniveau zijn SES, risico op laaggeletterdheid, geslacht en leeftijd niet getoetst op significante verschillen. Als er sprake is van een significant verschil van één of twee procent dan wordt dit als niet relevant geacht en dus niet genoemd. In deze rapportage is bij volwassenen "opleiding" als indicator voor SES genomen; bij ouderen is dit de indicator "inkomen". Voor het uitvragen van "mate van geletterdheid" is de gevalideerde "Taalzelftest" gebruikt¹². Door middel van elf stellingen bepaalt deze zelftest of iemand risico loopt om laaggeletterd te zijn - niet of iemand laaggeletterd is. De groep mensen die risico loopt is in de rapportage beschreven als de groep mensen met "risico op laaggeletterdheid".

Interpretatie resultaten

Als aanvulling op een beschrijving van de Twentse cijfers, wordt er in ieder hoofdstuk waar mogelijk een vergelijking gemaakt met landelijke cijfers en de Twentse cijfers van de vorige monitor in 2016. Verschillen in uitkomsten op basis van geslacht, leeftijd, SES en mate van geletterdheid worden (waar relevant) eveneens benoemd. De meeste cijfers worden weergegeven in percentages (%) en vaak ondersteund met een figuur. Wanneer er vergelijkingen staan zoals "groter dan" of "vaker", dan zijn die verschillen statistisch significant. Dat wil zeggen dat er voldoende bewijs is dat de bevindingen niet op toeval berusten. Als er in de tekst staat dat twee (verschillende) percentages "vergelijkbaar" of "gelijk" zijn, is er geen significant verschil tussen deze twee percentages gevonden.

Compleet overzicht cijfers en verdiepend onderzoek

De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020 bevat meer informatie dan in deze rapportage is weergegeven. Alle gegevens en onderzoeksresultaten zijn (vanaf 9 september 2021) digitaal beschikbaar op www.twentsegezondheidsverkenning.nl.

Het is ook mogelijk om meer gedetailleerd onderzoek te doen naar bepaalde gezondheidsthema's. Voor meer informatie over verdiepend onderzoek kunt u contact opnemen met GGD Twente.

Digitale toegankelijkheid

GGD Twente werkt eraan om rapportages te laten voldoen aan de door de overheid gestelde eisen betreffende digitale toegankelijkheid. Deze rapportage is vanwege de figuren en tabellen niet goed digitaal toegankelijk. Heeft u hier vragen over? Dan kunt u contact opnemen Cherelle van Stenus of Cristel Boom via c.vanstenus@ggdtwente.nl of c.boom@ggdtwente.nl.

Bronvermelding

1. Voedingscentrum. (z.d.). Gezond eten met de Schijf van Vijf. Geraadpleegd op 20 april 2021, van <https://www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf.aspx>
2. Voedingscentrum. (z.d.). Schijf van Vijf-vak: groente en fruit. Geraadpleegd op 20 april 2021, van <https://www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf/wat-staat-er-in-de-vakken-van-de-schijf-van-vijf/groente-en-fruit.aspx>
3. Voedingscentrum. (z.d.). Gezond eten met de Schijf van Vijf. Geraadpleegd op 20 april 2021, van <https://www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf.aspx>
4. Gezondheidsraad. (2015). Richtlijnen goede voeding 2015. <https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2015/11/04/richtlijnen-goede-voeding-2015>
5. Trimbos-instituut. (2018). Factsheet riskant alcoholgebruik in Nederland. <https://www.trimbos.nl/docs/bd1d5260-16d8-4d3f-a151-09f983d61d4c.pdf>
6. Trimbos-instituut. (2018). Factsheet riskant alcoholgebruik in Nederland. <https://www.trimbos.nl/docs/bd1d5260-16d8-4d3f-a151-09f983d61d4c.pdf>
7. Hersenstichting. (z.d.). Slaap. Geraadpleegd op 19 april 2021, van <https://www.hersenstichting.nl/dit-doen-wij/voorlichting/gezonde-hersenen/slaap/>
8. Leone, S., Van der Poel, A., Beers, K., Rigter, L., Zantinge, E., & Savelkoul, M. (2018). Slechte slaap: een probleem voor de volksgezondheid. Utrecht: Trimbos Instituut, Netherlands Institute of Mental Health and Addiction.
9. Hersenstichting. (z.d.-a). Ontspanning. Geraadpleegd op 19 april 2021, van https://www.hersenstichting.nl/dit-doen-wij/voorlichting/gezonde-hersenen/ontspanning/?gclid=EAlalQobChMlk6er6OXD8AIVkvIRCh06UgusEAMYASAAEgKUpfD_BwE
10. Rademakers, J. (2014). Kennissynthese: gezondheidsvaardigheden: niet voor iedereen vanzelfsprekend.
11. Van der Heide, I., & Rademakers, J. (2015). Laaggeletterdheid en gezondheid. Stand van zaken. Utrecht: Nivel.
12. De Greef, M. & Stichting Lezen en Schrijven. (2012, september). Ontwikkeling taalmeter: Diagnostiseren van laaggeletterdheid. Deskresearch taaldiagnostiek voor volwassenen en ontwikkeling schaal laaggeletterdheid. Artéduc.http://www.arteduc.nl/PDF/Eindrapportage_Ontwikkeling_Taalmeter_Arteduc_08-10-12.pdf
13. Huber, M., Knottnerus, J. A., Green, L., van der Horst, H., Jadad, A. R., Kromhout, D., ... & Smid, H. (2011). How should we define health?. *Bmj*, 343.
14. Cijferrapportage Privé-valongevallen bij ouderen 2018 | Valpreventie. (z.d.). VeiligheidNL. Geraadpleegd op 19 april 2021, van <https://www.veiligheid.nl/valpreventie/feiten-cijfers/cijferrapportage-valongevallen-ouderen-65--in-priv--sfeer--2018>
15. Trimbos-Instituut. (2014). Slaap- en kalmeringsmiddelen. De antwoorden. <https://www.trimbos.nl/docs/3673df13-d142-402b-9e77-1294ca421bf0.pdf>13e ongewijzigde druk
16. Maas, J., Verheij, R. A., Groenewegen, P. P., De Vries, S., & Spreeuwenberg, P. (2006). Green space, urbanity, and health: how strong is the relation?. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 60(7), 587-592.
17. Wageningen University & Research. (z.d.). Effect van natuur op gezondheid. Geraadpleegd op 19 april 2021, van <https://www.wur.nl/nl/Dossiers/dossier/Effect-van-natuur-op-gezondheid.htm>
18. KNMI - Zomer 2020: (juni, juli, augustus). (z.d.). KNMI. Geraadpleegd op 8 juni 2021, van <https://www.knmi.nl/nederland-nu/klimatologie/maand-en-seizoensoverzichten/2020/zomer>
19. RIVM. (z.d.). Feiten en cijfers over de relatie tussen armoede en gezondheid. Loketgezondleven.nl. Geraadpleegd op 19 april 2021, van <https://www.loketgezondleven.nl/gezondheidsthema/armoede-schulden-en-gezondheid/relatie-armoede-en-gezondheid>
20. Plantinga, A., Zeelenberg, M., & Breugelmans, S. M. (2018). Effecten van armoede op voelen, denken en doen.
21. Ontwikkeling COVID-19 in grafieken. (z.d.). RIVM. Geraadpleegd op 8 juni 2021, van <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/grafieken>

Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020

Tabellenboek Volwassenen en Ouderen

Gemeente Dinkelland

Dit tabellenboek is een bijlage bij het rapport: Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020 - gemeente Dinkelland
Gegevens en onderzoeksresultaten zijn digitaal beschikbaar via: www.twentsegezondheidsverkenning.nl.

Leeswijzer

- De gepresenteerde cijfers zijn met behulp van weegfactoren gecorrigeerd voor de werkelijke bevolkingsopbouw in Dinkelland voor wat betreft leeftijd, geslacht, burgerlijke staat, etniciteit, huishoudgrootte en inkomen.
- Percentages zijn afgerond naar hele getallen. Hierdoor kan een totaal een enkele keer boven de 100% uitkomen.
- De pijlen/tekens voor de 2016- en Twente-kolom laten zien of het gevonden verschil tussen twee groepen statistisch significant is.
 - * Een pijl/teken voor het 2016-totaal percentage betekent dat de uitkomst voor Dinkelland in 2020 significant hoger/lager is dan het totaal van 2016.
 - * Een pijl/teken voor het Twente-totaal percentage betekent dat de uitkomst voor Dinkelland in 2020 significant hoger/lager is dan Twente 2020.

Achtergrond

In het najaar van 2020 is in Twente de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen uitgevoerd. Dit is een vragenlijstonderzoek dat de GGD iedere vier jaar uitvoert in opdracht van de Twentse gemeenten. De vragen in het onderzoek gaan over onderwerpen die te maken hebben met onze brede gezondheid. De resultaten van het onderzoek kunnen gemeentelijk gezondheidsbeleid onderbouwen of de koers ervan bepalen voor de komende tijd. Er wordt in deze Gezondheidsmonitor een onderscheid gemaakt tussen twee leeftijdsgroepen: mensen van 18 tot en met 64 jaar (volwassenen) en mensen van 65 jaar en ouder (ouderen). De opzet van dit onderzoek is in grote lijnen hetzelfde als in voorgaande jaren. Dit tabellenboek gaat over volwassenen en ouderen in Dinkelland.

Uitgave

GGD Twente, Stafafdeling
053 487 68 00
onderzoek@ggdtwente.nl

©2021, versie 1.0, GGD Twente, Enschede. Auteursrechten voorbehouden. Overname van dit rapport of gedeelten daaruit is toegestaan mits de bron wordt vermeld.

Legenda tabellenboek

- Geen informatie beschikbaar
- ▲ Dinkelland significant hoger dan...
- ▼ Dinkelland significant lager dan...

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Aantal ingevulde vragenlijsten	527	581	548	560	306	468	280	207	825	1108	948	24242

Algemene informatie

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Man	100	0	52	49	46	51	55	50	51	52	51	50
Vrouw	0	100	48	51	54	49	45	50	49	48	49	50
18-34 jaar	28	22	34	0	6	27	36	13	26	25	24	▼ 26
35-49 jaar	20	19	26	0	12	18	28	7	22	19	25	▼ 22
50-64 jaar	27	32	40	0	38	27	23	23	31	29	26	▲ 26
65-74 jaar	16	15	0	57	18	20	9	24	14	15	14	▲ 14
75-84 jaar	8	11	0	35	20	8	3	24	7	9	9	9
85+	2	2	0	7	6	1	0	10	1	2	2	2

Burgerlijke staat

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Burgerlijke staat, in 4 categorieën												
Getrouwd, samenwonend	66	76	69	76	71	73	70	71	72	71	74	66
Niet getrouwd, nooit getrouwd geweest	28	12	26	4	14	20	23	14	20	20	18	21
Gescheiden	4	3	4	2	2	4	4	0	4	3	2	6
Weduwe, weduwnaar	2	9	1	19	13	4	2	15	4	6	6	7

Huishoudsamenstelling

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Huishouden met thuiswonende kinderen	37	39	50	4	25	35	51	17	42	38	38	▲ 34
Eenoudergezin (woont met kind(eren), maar niet met partner, ouder(s) of andere volwassene(n))	5	5	6	1	4	5	7	1	6	5	5	6
Huishouden zonder thuiswonende kinderen	63	61	50	96	75	65	49	83	58	62	62	66
Alleenwonend (eenpersoonshuishouden)	15	13	11	24	23	11	10	23	12	14	12	▼ 18
Ik woon met een partner (opgeschoond)	63	72	64	75	67	69	67	70	67	67	70	▲ 61

Etniciteit

Etniciteit in 3 groepen	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder		Midden			Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen		Totaal Twente 2020
				Lage SES	SES	Hoge SES	erdheid	erdheid	2016	▲ ▼				
Autochtoon	95	90	93	91	87	95	95	87	94	92	92	▲	81	
Niet-westerse migratieachtergrond	0	2	2	1	1	0	1	2	1	1	2	▼	10	
Westerse migratieachtergrond	5	8	5	9	12	5	4	12	5	6	6		9	

Werk situatie

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder		Midden			Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen		Totaal Twente 2020
				Lage SES	SES	Hoge SES	erdheid	erdheid	2016	▲ ▼				
Heeft ten minste 1 uur per week betaald werk	70	62	88	7	48	66	82	36	72	66	67	▲	61	
Gepensioneerd	23	24	1	86	37	25	10	50	19	24	▲	18	24	
Gepensioneerd met baan	2	0	0	4	1	1	2	2	1	1	-	-	1	
Werkloos	1	1	1	0	1	0	2	0	1	1	1		2	
Gedeeltelijk werkloos	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	-	-	0	
Volledig arbeidsongeschikt	3	3	4	1	1	4	3	3	3	3	2		4	
Gedeeltelijk arbeidsongeschikt	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1		1	
Bijstand	0	1	1	0	0	0	2	0	1	1	2		2	
Fulltime huisvrouw/man	1	14	4	18	18	5	3	19	5	8	▼	11	7	
Student	5	5	7	0	2	7	4	2	5	5	3	▼	8	

Huishoudinkomen

Inkomen	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder		Midden			Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen		Totaal Twente 2020
				Lage SES	SES	Hoge SES	erdheid	erdheid	2016					
0 tot 20% (max. 18.200 euro)	6	12	7	16	19	6	4	17	7	9	-	-	15	
20 tot 40% (max. 24.200 euro)	12	17	10	27	38	7	6	30	12	14	-	-	19	
40 tot 60% (max. 30.800 euro)	24	20	20	27	12	33	15	24	21	22	-	-	23	
60 tot 80% (max. 39.500 euro)	25	27	29	17	15	35	25	16	28	26	-	-	23	
80 tot 100% (> 39.500 euro)	34	24	34	14	17	20	50	13	31	29	-	-	20	

Opleiding

Hoogst afgeronde opleiding, in 3 categorieën	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder		Midden			Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen		Totaal Twente 2020
				Lage SES	SES	Hoge SES	erdheid	erdheid	2016					
Laag (geen opleiding, lager onderwijs, lbo, mavo)	28	36	21	62	90	15	4	68	25	32	28		29	
Midden (mbo, havo, vwo)	38	37	43	22	9	79	4	28	39	37	43		38	
Hoog (hbo, wo)	34	27	36	16	2	6	92	4	35	31	28		32	

Gezond van lijf en leden

Ervaren gezondheid

Ervaren gezondheid, in 3 categorieën	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
											2016	Totaal Twente 2020
Zeer goed of goed	85	82	88	72	79	83	88	68	86	84	85	80
Gaat wel	12	18	11	25	20	15	12	28	13	15	13	17
Slecht of zeer slecht	2	1	1	2	1	2	0	4	1	1	2	3
Heeft langdurige ziekte(n) of aandoening(en) (naar verwachting) 6 maanden of langer	24	26	20	39	27	25	23	39	23	25	28	▼ 31
Onder de mensen met een beperking... Heeft beperking die half jaar of langer duurt	95	96	97	94	95	97	94	97	95	96	-	95
Is (ernstig) beperkt in dagelijks leven vanwege problemen gezondheid	26	32	21	50	40	27	21	49	25	29	-	31

Vergeetachtig (alleen aan ouderen gesteld)

Vindt zichzelf vergeetachtig	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
											2016	Totaal Twente 2020
Vindt zichzelf vergeetachtig	44	39	-	41	45	40	33	59	33	41	-	45
Onder mensen die wel eens vergeetachtig zijn Maakt zich zorgen om zijn/haar vergeetachtigheid	39	44	-	41	43	41	37	53	34	41	-	37

Gewicht

Ondergewicht, ofwel een BMI tot 18,5	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
											2016	Totaal Twente 2020
Ondergewicht, ofwel een BMI tot 18,5	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	▼ 1
Gezond gewicht, ofwel een BMI van 18,5 tot 25	42	53	51	37	40	45	58	41	49	47	51	46
Overgewicht, ofwel een BMI van 25 of hoger	58	46	49	62	60	54	42	58	51	52	48	53
Obesitas, ofwel een BMI van 30 of hoger	11	13	11	14	19	10	10	15	12	12	10	▼ 16

Coronavirus

Heeft u het coronavirus (gehad)? Ja, dit is bevestigd met een test	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
											2016	Totaal Twente 2020
Heeft u het coronavirus (gehad)? Ja, dit is bevestigd met een test	2	3	2	2	3	3	1	6	2	2	-	2

Ja, ik denk het wel, maar ik ben niet getest	7	5	7	3	3	5	9	2	7	6	-	5
Nee, ik denk het niet	91	92	90	95	94	92	89	92	92	92	-	93
Heeft zich redelijk tot ernstig ziek gevoeld door het coronavirus (onder mensen die corona hebben gehad)	17	38	25	28	16	35	22	29	23	26	-	35

Beweeg je fit

Zitten

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Aantal uur zitten per dag												
Zit minder dan 4 uur per dag	14	19	17	15	19	21	8	17	16	17	-	14
Zit 4-8 uur per dag	47	55	46	62	63	52	38	64	48	51	-	47
Zit meer dan 8 uur per dag	39	26	36	23	18	27	54	19	36	33	-	▼ 40

Bewegen

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is lid van een sportvereniging	47	36	47	27	28	40	55	29	44	42	43	▲ 33
Voldoen aan de beweegrichtlijn 2017	60	52	61	43	48	57	62	48	58	56	53	52
Wekelijkse sporter	57	59	65	38	42	57	74	40	61	58	57	▲ 49

Weet wat je eet

Schijf van vijf

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Weet u hoe u volgens de Schijf van Vijf zou moeten eten?												
Ja dat probeer ik	36	64	49	51	51	46	51	46	50	50	-	51
Ja, maar gebruik ik niet	47	31	44	26	33	42	42	30	42	39	-	38
Nee	17	5	7	23	16	11	7	25	9	11	-	11
Eet dagelijks fruit	33	55	38	60	49	41	45	48	43	44	41	▲ 39
Eet minimaal 5 dagen/week fruit	66	81	70	83	75	72	75	80	72	73	74	▲ 67
Eet dagelijks groente	35	49	41	42	36	38	52	37	43	42	46	38
Eet minimaal 5 dagen/week groente	84	92	88	89	83	90	93	80	90	88	▼ 92	▲ 82
Eet dagelijks vlees	23	11	19	10	15	20	15	14	18	17	-	15

Eet maximaal 5 dagen/week vlees	53	67	57	67	59	55	63	62	58	60	-	▼	67
Eet minimaal 2x per week vis	26	27	25	31	28	23	28	26	26	27	-		26
Eet dagelijks volkoren producten	53	57	52	63	57	58	50	55	55	55	-	▲	49
Eet minimaal 5 dagen/week volkoren producten	75	77	73	84	78	78	72	78	76	76	-	▲	70
Eet minimaal 2x per week peulvruchten	37	34	34	40	32	38	36	40	35	35	-		35
Eet dagelijks zuivel	64	76	67	77	71	73	68	68	71	70	-	▲	63
Eet minimaal 5 dagen/week zuivel	88	90	88	93	89	91	90	90	90	89	-	▲	84

Vocht (alleen aan ouderen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Drinkt dagelijks 1,5 liter vocht	80	76	-	78	76	78	84	75	80	78	-	78

Genieten of gewoonte

Roken

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020	
Roker	20	12	18	9	14	16	18	11	17	16	17	17	
Ex-roker	34	32	26	52	38	36	28	47	31	33	30	35	
Heeft nooit gerookt	46	56	55	39	48	48	54	41	52	51	52	48	
Gebruikt weleens e-sigaret	1	1	1	0	1	1	0	2	0	1	-	▼	2

Alcohol

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020	
Drinkt niet, of max. 1 glas per dag (richtlijn RGV 2015)	16	47	25	47	38	33	22	37	30	31	30	▼	40
Drinker (in afgelopen 12 maanden)	93	78	89	77	79	85	93	78	88	86	86	▲	80
Overmatige drinker (meer dan 14 (m) of 7 (v) per dag)	35	17	29	19	17	26	33	22	27	26	26	▲	19
Zware drinker (minstens 1x/week meer dan 6(m) of 4(v) per dag)	29	6	22	7	13	16	23	15	18	18	18	▲	10

Drugs (alleen aan volwassenen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft een of meer soorten drugs genomen in afg 12 maand	5	3	4	-	0	4	6	3	4	4	-	▼ 8
Heeft softdrugs gebruikt in afg 12 mnd	4	1	3	-	0	3	4	2	3	3	-	▼ 6
Heeft harddrugs gebruikt in afg 12 mnd	2	2	2	-	0	2	4	3	2	2	-	4

Gehoorbescherming (alleen aan volwassenen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Gebruikt nooit gehoorbescherming	12	21	16	-	11	18	16	12	16	16	-	17

Gebruikt gehoorbescherming op...

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Festival, concert of ander groot evenement												
Nee	38	36	37	-	25	44	35	29	38	37	-	36
Ja	23	22	22	-	13	20	29	20	22	22	-	22
Nvt	39	42	41	-	62	36	36	51	40	41	-	42
Discotheek- of cafébezoek												
Nee	56	49	53	-	36	58	55	40	53	53	-	49
Ja	9	10	9	-	3	9	14	13	9	9	-	8
Nvt	35	41	38	-	61	33	31	46	38	38	-	43
Feest van bekende of sportvereniging												
Nee	71	64	68	-	51	70	73	66	68	68	-	62
Ja	5	5	5	-	1	5	6	4	5	5	-	4
Nvt	23	31	27	-	48	25	21	30	27	27	-	34
Het zelf maken van muziek												
Nee	41	41	41	-	37	44	37	39	41	41	-	38
Ja	2	3	3	-	3	2	4	2	3	3	-	4
Nvt	57	56	56	-	59	55	59	59	57	56	-	58
Werk												
Nee	30	48	39	-	27	39	41	25	39	39	-	41
Ja	48	4	27	-	32	29	23	50	26	27	-	▲ 20
Nvt	21	48	34	-	40	32	36	24	36	34	-	39
Een ander moment												

Nee	36	48	42	-	32	44	40	35	41	42	-	42
Ja	38	15	27	-	19	29	30	18	28	27	-	23
Nvt	26	37	31	-	48	27	30	46	31	31	-	35

Tijd om op te laden

Slaap

Hoe vindt u dat u over het algemeen slaapt	Man	Vrouw	65 jaar en		Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
			18-64 jaar	ouder							2016	Totaal Twente 2020
Goed	54	41	49	43	45	47	50	39	49	47	-	43
Redelijk goed	36	51	43	45	45	41	44	50	42	43	-	44
Redelijk slecht	9	8	8	10	9	11	5	10	8	8	-	11
Slecht	1	1	0	2	2	1	1	2	1	1	-	▼ 2
Slecht slapen heeft meestal of altijd een negatieve invloed op de dagelijkse activiteiten (bij gehele populatie)	3	1	2	-	0	3	1	0	2	2	-	▼ 4
Slecht slapen heeft meestal of altijd een negatieve invloed op de dagelijkse activiteiten (bij mensen die (redelijk) slecht slapen)	26	19	23	-	0	29	27	0	24	23	-	33

Vrije tijd

Heeft altijd of meestal voldoende tijd om te ontspannen Vindt het altijd of meestal moeilijk om tijd voor zichzelf vrij te maken Vindt dat er altijd of meestal een goede balans is tussen dagelijkse werkzaamheden en vrije tijd	Man	Vrouw	65 jaar en		Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
			18-64 jaar	ouder							2016	Totaal Twente 2020
Heeft altijd of meestal voldoende tijd om te ontspannen	77	82	74	94	82	80	76	80	80	80	-	76
Vindt het altijd of meestal moeilijk om tijd voor zichzelf vrij te maken	17	17	19	12	12	18	20	14	18	17	-	16
Vindt dat er altijd of meestal een goede balans is tussen dagelijkse werkzaamheden en vrije tijd	70	74	67	86	76	71	71	68	73	72	-	71

Willen inwoners hun leefstijl aanpassen?

Wil op één of meerdere gebieden leefstijl aanpassen Wil op het volgende gebied leefstijl aanpassen Minder alcohol drinken Stoppen met roken Meer bewegen / sporten Gezonder eten	Man	Vrouw	65 jaar en		Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
			18-64 jaar	ouder							2016	Totaal Twente 2020
Wil op één of meerdere gebieden leefstijl aanpassen	64	63	69	50	55	65	70	53	65	64	-	▼ 70
Wil op het volgende gebied leefstijl aanpassen												
Minder alcohol drinken	10	3	8	4	4	10	5	5	7	7	-	7
Stoppen met roken	9	5	9	2	3	10	6	5	7	7	-	7
Meer bewegen / sporten	29	31	35	15	20	35	32	22	32	30	-	▼ 35
Gezonder eten	17	15	20	5	7	17	23	12	17	16	-	18

Gewicht verliezen / afvallen	30	36	36	23	28	33	35	24	34	33	-	35
Persoonlijke problemen oplossen	5	7	8	2	2	6	9	5	7	6	-	10
Meer met andere mensen omgaan	7	5	7	4	5	4	10	6	6	6	-	9
Rustiger aandoen	22	17	21	16	20	20	20	18	20	20	-	18
Iets anders	4	4	4	4	3	5	3	2	4	4	-	4

Vaardigheden voor gezondheid

Risico op laaggeletterdheid

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeletterdheid	Geen risico op laaggeletterdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft risico op laaggeletterdheid	15	15	9	33	32	13	3	100	0	15	-	13

Vaardigheden

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeletterdheid	Geen risico op laaggeletterdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is digitaal niet voldoende vaardig	6	9	3	24	22	4	2	37	3	8	-	6

Is niet voldoende digitaal vaardig op...

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeletterdheid	Geen risico op laaggeletterdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Informatie zoeken op internet												
Nee (kan dit wel)	95	92	98	81	82	97	99	73	97	94	-	94
Ja (kan dit niet)	2	3	1	8	8	1	0	12	1	3	-	3
Niet van toepassing	3	4	1	11	10	1	1	14	2	3	-	3
Internetbankieren												
Nee (kan dit wel)	91	86	97	66	71	94	96	58	94	89	-	90
Ja (kan dit niet)	5	8	2	18	16	4	2	24	3	6	-	5
Niet van toepassing	4	6	1	16	13	2	2	18	3	5	-	5
Online aanvragen doen of afspraken												
Nee (kan dit wel)	95	90	97	81	78	97	98	71	96	92	-	92
Ja (kan dit niet)	3	5	2	9	10	2	1	15	2	4	-	4
Niet van toepassing	2	5	1	10	11	1	1	14	2	4	-	4
Online producten aanschaffen												
Nee (kan dit wel)	87	82	94	59	64	89	95	51	91	85	-	87
Ja (kan dit niet)	5	8	3	17	16	4	2	24	3	7	-	6
Niet van toepassing	8	10	3	24	20	6	3	25	6	9	-	8

E-mailen, chatten, berichten versturen												
Nee (kan dit wel)	93	91	99	74	79	96	98	66	97	92	-	93
Ja (kan dit niet)	4	5	1	12	11	2	2	18	2	4	-	3
Niet van toepassing	3	5	0	14	11	2	1	16	2	4	-	4
Beeldbellen												
Nee (kan dit wel)	79	80	89	54	60	82	93	53	85	80	-	84
Ja (kan dit niet)	6	7	2	18	14	5	3	23	3	6	-	5
Niet van toepassing	14	13	8	28	26	13	4	24	12	14	-	11
Social media gebruiken												
Nee (kan dit wel)	72	73	84	40	54	72	88	43	78	72	-	▼ 77
Ja (kan dit niet)	6	8	2	20	14	6	2	26	3	7	-	5
Niet van toepassing	22	20	14	41	33	22	10	31	19	21	-	18

Niveau gezondheidsvaardig

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Voldoende	46	49	53	31	36	44	61	11	54	47	-	51
Matig	49	42	45	48	47	51	36	57	44	46	-	42
Onvoldoende	6	9	2	21	17	5	3	33	3	7	-	7

Levenskracht

Geluk

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Mate van geluk												
Onvoldoende	5	5	5	6	6	4	4	12	4	5	3	8
Voldoende	31	24	29	26	27	29	27	26	28	28	27	32
Goed	63	71	67	68	67	67	69	63	68	67	70	▲ 60

Angststoornis of depressie

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Risico op angststoornis of depressie, in 3 categorieën												
Geen of laag risico	63	57	59	62	58	60	61	48	62	60	62	54
Matig risico	34	38	37	35	38	37	34	46	34	36	36	40
Hoog risico	3	5	5	3	4	3	5	6	3	4	2	6

Stress

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft (heel) veel stress ervaren door...												
Werk	12	8	13	1	3	10	15	4	10	10	-	9
Studie	2	2	3	0	0	2	4	0	2	2	-	3
Relatie	2	2	3	1	1	2	3	1	2	2	-	4
Familie	4	3	4	2	1	4	4	2	4	3	-	5
Sociale contacten	2	2	3	1	0	2	3	2	2	2	-	3
Opvoeding	1	2	2	0	0	1	3	0	1	1	-	2
Wonen	2	2	3	0	0	2	4	3	2	2	-	3
Gezondheid	3	5	5	2	2	4	5	4	4	4	-	5
Mantelzorg	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	-	2
Geldzaken	4	3	5	0	2	4	5	2	4	3	-	5
Social media	0	2	1	0	0	1	2	1	1	1	-	1
Iets anders	1	2	2	0	0	1	4	0	2	2	-	2
Heeft in de afgelopen 4 weken (heel) veel stress ervaren	14	12	16	4	5	13	19	7	14	13	-	16

Regie over eigen leven

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Regie over eigen leven is...												
Onvoldoende	7	9	4	20	13	7	5	19	6	8	62	10
Matig	76	78	79	70	78	79	71	78	76	76	36	77
Veel	18	13	17	10	9	14	24	2	18	16	2	13

Veerkracht

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Veerkracht												
Laag	13	25	16	25	19	22	13	38	15	19	17	23
Gemiddeld	57	55	58	51	61	52	57	51	57	56	53	51
Hoog	30	21	26	24	20	27	30	11	28	25	30	25

Weerbaarheid

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is voldoende weerbaar	82	74	80	71	73	79	81	67	80	78	-	78

Betekenisvol

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Vindt het leven zinvol	92	93	93	91	91	93	93	87	94	93	-	▲ 89
Heeft een doel in het leven	90	86	89	84	87	89	86	85	88	88	-	▲ 83
Heeft vertrouwen in de toekomst	82	82	86	71	74	83	88	69	84	82	-	78

Tolerantie naar LHBTi

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Vindt twee vrouwen die met elkaar zoenen (helemaal) niet goed	10	9	7	16	13	8	9	17	8	9	-	11
Vindt twee mannen die met elkaar zoenen (helemaal) niet goed	23	10	14	26	19	17	16	28	15	17	-	16
Vindt een man en een vrouw die elkaar zoenen (helemaal) niet goed	6	7	5	11	7	6	6	8	6	6	-	7
Vindt man die zich vrouw voelt (helemaal) niet goed	14	3	7	13	11	9	8	19	7	9	-	10
Vindt vrouw die zich man voelt (helemaal) niet goed	14	3	7	13	11	8	8	19	7	9	-	10

Zelf doen

Functionele beperkingen

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft minimaal één beperking met horen, zien of mobiliteit	9	16	8	23	22	10	5	28	9	12	12	▼ 16
Heeft gehoorbeperking	3	5	3	7	8	3	1	9	3	4	4	5
Heeft gezichtsbeperking	2	6	4	5	9	4	1	9	3	4	5	6
Heeft mobiliteitsbeperking	5	9	3	18	13	6	3	20	5	7	7	▼ 10

Huishoudelijk activiteiten (alleen aan ouderen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Kan 1 of meer HDL activiteiten niet geheel zelfstandig uitvoeren	25	21	-	23	30	18	15	40	14	23	23	26
Kan geen zwaar huishoudelijk werk doen	9	19	-	14	22	8	11	24	9	14	15	17

Kan geen bedden verschonen of opmaken	16	12	-	14	22	8	9	27	7	14	16	16
Kan geen administratie doen	14	21	-	17	26	11	9	35	8	17	20	15
Kan geen kleren wassen en strijken	19	2	-	10	11	11	8	19	5	10	12	12
Kan geen gebruik maken van eigen of openbaar vervoer	7	12	-	10	17	6	3	21	4	10	10	10

Vallen (alleen aan ouderen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is gevallen in de afgelopen 3 maanden	17	20	-	19	23	16	14	26	14	19	21	19

Slaap en kalmeringsmiddelen (alleen aan ouderen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft u de afgelopen 2 weken slaap- of kalmeringsmiddelen gebruikt op doktersvoorschrift	5	12	-	9	10	8	8	10	8	9	-	9

Samen ben je niet alleen

In de buurt

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Speelt noaberschap een rol in uw leven												
Ja, een grote rol	43	35	36	49	44	41	34	46	38	39	-	▲ 22
Ja, een kleine rol	48	46	49	41	40	47	54	43	47	47	-	44
Nee	8	16	13	9	13	12	11	11	12	12	-	▼ 23
Ik ken het woord niet	1	2	2	1	3	1	1	1	2	2	-	▼ 11
Is betrokken bij (sommige) mensen in de buurt	94	93	93	96	90	96	93	92	94	94	-	▲ 79
Heeft een beetje of veel gedaan voor de buurt in de afgelopen 12 maanden	73	60	69	60	58	70	70	60	68	67	-	▲ 44

Eenzaamheid

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Eenzaamheid (obv De Jong Gierveld schaal), in 4 categorieën												
Niet eenzaam (score 0-2)	63	60	65	53	52	64	66	46	65	62	71	▲ 54
Matig eenzaam (score 3-8)	31	33	30	38	40	30	29	46	30	32	23	36
Ernstig eenzaam (score 9-10)	4	5	3	7	6	5	3	7	4	4	5	7
Zeer ernstig eenzaam (score 11)	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3

Is emotioneel eenzaam	18	24	19	27	24	20	19	31	19	21	▲	13	▼	28
Is sociaal eenzaam	25	22	21	30	30	23	20	34	22	24		20	▼	29

Mantelzorg

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft in afgelopen 12 mndn mantelzorg gegeven	19	37	29	24	26	29	26	18	29	28	26	27
Geeft nu mantelzorg	12	25	19	15	16	21	15	10	20	18	17	17
Mantelzorger (vlg. de definitie: minimaal 3 mndn en/of minimaal 8u pw)	10	24	18	14	16	19	15	10	18	17	16	17
Tamelijk zwaar, zeer zwaar tot overbelast als mantelzorger (vlg. de definitie)	5	10	9	6	10	5	7	13	8	9	4	11
Is bekend met mantelzorgondersteuning	72	87	82	81	85	81	79	79	82	82	-	74

Krijgt mantelzorg (alleen aan ouderen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Kreeg in afg 12 mndn mantelzorg	13	17	-	15	22	10	10	29	8	15	14	16

Vrijwilligerswerk

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020		
Doet vrijwilligerswerk	42	36	37	44	30	40	45	29	41	39	▼	48	▲	30
Redenen om geen vrijwilligerswerk te doen... (alleen aan volwassenen gesteld)														
De mogelijkheid is nog niet voorbij gekomen	22	20	21	-	22	24	17	16	21	21	-	▲	15	
Onbekend waar hij/zij dan precies aan begint	5	4	5	-	4	6	3	6	4	5	-	-	6	
Kan er geen tijd voor vrijmaken	35	41	38	-	28	42	43	40	37	38	-	-	40	
Besteedt tijd liever anders	26	16	21	-	15	17	31	11	22	21	-	-	23	
Wil er niet aan vast zitten	22	19	21	-	20	22	21	24	20	21	-	-	20	
Heeft niets te bieden als vrijwilliger	1	0	0	-	1	0	0	0	0	0	-	▼	2	
Andere redenen	21	23	22	-	29	17	22	24	22	22	-	-	22	

Wet maatschappelijke ondersteuning (alleen aan ouderen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Bekendheid Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)												

Ja, ik maak daar gebruik van	13	28	-	20	34	11	10	36	12	20	-	23
Ja, maar ik maak daar geen gebruik van	53	50	-	51	41	56	65	30	61	51	-	52
Nee	34	23	-	28	25	33	24	34	26	28	-	24
Aangevraagde hulp onder Wmo gebruikers												
Maakt gebruik van Wmo: Huishoudelijke hulp	55	59	-	58	62	49	50	64	55	58	-	63
Maakt gebruik van Wmo: Vervoer/regiotaxi	21	20	-	20	24	14	0	24	14	20	-	27
Maakt gebruik van Wmo: Aanpassing in woning	16	10	-	12	8	20	19	11	15	12	-	12
Maakt gebruik van Wmo: Anders	20	10	-	13	13	11	19	14	12	13	-	18

Oost west, thuis best

Slaapverstoring

Ervaart matige tot ernstige slaapverstoring door...	Man	Vrouw	65 jaar en		Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
			18-64 jaar	ouder							Totaal 2016	Totaal Twente 2020
Wegverkeer >50 km/u	6	5	4	8	7	5	4	8	5	5	-	▼ 10
Wegverkeer <50 km/u	10	7	8	12	11	8	7	15	8	9	-	▲ 16
Treinverkeer	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	-	▼ 5
Vliegverkeer	2	2	2	1	1	1	4	2	2	2	-	3
Brommers/scooters	10	12	9	15	12	9	12	19	9	11	-	▼ 22
Buren	11	12	12	9	9	11	14	13	11	11	-	▼ 18
Bedrijven/industrie	5	2	3	4	3	4	4	4	3	4	-	4
Windturbines, windmolens	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	1
Ervaart slaaphinder door één of meer bronnen	22	23	22	25	20	23	24	29	21	23	-	▼ 37

Geluidshinder

Ervaart matige tot ernstige geluidshinder door...	Man	Vrouw	65 jaar en		Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen	
			18-64 jaar	ouder							Totaal 2016	Totaal Twente 2020
Wegverkeer >50 km/u	18	13	15	17	14	15	16	22	14	15	13	▼ 19
Wegverkeer <50 km/u	23	22	22	23	23	18	25	28	21	22	17	▼ 28
Treinverkeer	1	1	1	2	2	1	0	3	1	1	0	▼ 8
Vliegverkeer	5	5	5	4	6	3	6	6	4	5	5	▼ 8
Brommers/scooters	23	24	22	29	24	20	26	32	22	23	22	▼ 37
Buren	15	18	17	14	11	15	21	18	16	16	17	▼ 27
Bedrijven en industrie	8	5	7	6	6	6	6	10	6	7	-	7
Windturbines, windmolens	2	1	2	1	1	2	1	4	1	2	-	2
Ervaart geluidshinder op één of meer gebieden	40	42	41	42	35	40	46	49	40	41	-	56

Klachten van hitte

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft afgelopen zomer gezondheidsklachten gehad door gevolg van hitte	4	10	6	9	7	8	6	10	6	7	-	9
Geeft 'onvoldoende' voor verkoeling vinden binnen	14	14	16	8	10	12	19	11	14	14	-	22
Geeft 'voldoende' voor verkoeling vinden binnen	23	25	24	23	23	22	28	30	23	24	-	25
Geeft 'goed' voor verkoeling vinden binnen	64	61	59	69	67	66	53	59	63	62	-	▲ 53
Geeft 'onvoldoende' voor verkoeling vinden buiten	19	19	21	15	18	19	20	18	19	19	-	29
Geeft 'voldoende' voor verkoeling vinden buiten	22	24	24	21	25	21	25	27	23	23	-	25
Geeft 'goed' voor verkoeling vinden buiten	59	56	55	64	57	60	55	56	58	58	-	▲ 46

Groen in de buurt

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Vindt dat er voldoende groen is in buurt	94	92	93	94	93	94	92	97	92	93	-	▲ 86
Wandelt/fietst meer door groen in buurt	75	76	73	82	83	71	74	73	76	75	-	▲ 60
Vindt dat er voldoende mogelijkheden in buurt zijn om te fietsen	98	98	98	98	98	99	97	98	98	98	-	▲ 95
Vindt dat er voldoende mogelijkheden in buurt zijn om te wandelen	96	96	96	97	97	95	96	97	96	96	-	▲ 92

Woning

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
(On)voldoende voor woning												
Onvoldoende	2	4	3	3	4	2	4	1	3	3	2	5
Voldoende	14	9	13	8	10	13	12	12	12	12	15	▼ 18
Goed	83	87	83	89	87	85	85	88	85	85	83	▲ 77

Geurhinder (alleen aan volwassenen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Ervaart matige tot ernstige geurhinder door...												
Riolering, zuivering	10	14	12	-	14	9	13	20	11	12	-	▼ 18
Open haard, allesbrander	12	15	13	-	10	15	12	14	13	13	-	▼ 20
Landbouw- en veeteeltactiviteiten	21	20	21	-	18	20	22	14	21	21	-	▲ 12
Andere bedrijven of industrie	13	11	12	-	14	10	12	20	11	12	-	10

Vliegverkeer	10	3	7	-	6	5	8	9	6	7	-	7
Barbecue, vuurkorf of terrashaard	10	14	12	-	11	13	11	18	11	12	-	▼ 22
Ervaart geurhinder op één of meer gebieden	38	44	41	-	41	38	44	42	41	41	-	44

Toekomstbestendig wonen (alleen aan ouderen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Vindt woning geschikt om ouder te worden												
Ja	63	62	-	62	66	57	68	67	60	62	-	63
Nee, wil gaan verhuizen	12	9	-	11	8	15	5	8	12	11	-	13
Nee, wil aanpassingen gaan doen	16	14	-	15	13	17	16	15	15	15	-	11
Weet niet, nog niet over nagedacht	8	15	-	12	12	11	12	10	12	12	-	12
Wil verhuizen en nieuwe woning moet...												
Gelijkvloers zijn	85	93	-	88	100	83	77	100	84	88	-	86
Eén slaapkamer hebben	3	16	-	9	11	8	0	0	12	9	-	6
Twee slaapkamers hebben	80	76	-	78	83	74	100	84	76	78	-	69
Drie of meer slaapkamers hebben	10	0	-	5	6	5	0	9	4	5	-	12
Een balkon hebben	34	25	-	30	30	30	25	60	21	30	-	44
Een tuin hebben	48	48	-	48	37	51	75	40	52	48	-	38
Zorg aan huis hebben	41	36	-	39	58	32	0	30	42	39	-	25
Dichtbij voorzieningen zijn	72	63	-	68	63	70	72	76	64	68	-	72
Aan andere eisen voldoen	10	4	-	7	6	6	28	7	7	7	-	5
Ervaart problemen in huis door...												
De trappen	83	74	-	79	80	77	86	76	80	79	-	83
De drempels	21	23	-	22	19	24	18	29	20	22	-	15
Geen steunen/beugels in badkamer of toilet	43	39	-	41	47	39	36	44	40	41	-	31
Woning is ongeschikt voor rolstoel of rollator	22	25	-	23	22	26	16	24	24	23	-	21
Toilet is te laag	17	11	-	14	14	13	23	10	16	14	-	14
Geen toilet op verdieping waar ik slaap	5	7	-	6	9	3	11	10	4	6	-	11
Onderhoud huis of tuin valt me te zwaar	46	61	-	53	44	58	56	60	52	53	-	51
Voldoende zorg ontvangen thuis is moeilijk	4	6	-	5	6	4	6	3	6	5	-	5
Voorzieningen zijn te ver weg	24	23	-	23	17	28	23	10	28	23	-	▲ 13
Andere problemen	5	5	-	5	2	5	13	5	5	5	-	6

Gezond rondkomen

Huishoudinkomen

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
--	-----	-------	------------	------------------	----------	------------	----------	------------------------------	-----------------------------------	--------	------------------------------------	--------------------

Afgelopen 12 maanden moeite met rondkomen van het huishoudinkomen	10	6	9	5	11	8	6	14	7	8	9	▼	11
---	----	---	---	---	----	---	---	----	---	---	---	---	----

Financiële problemen (alleen aan volwassenen gesteld)

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft financiële problemen	4	3	3	-	2	4	4	9	3	3	-	5

Noodzakelijke uitgave

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft €1000 voor onverwachte, noodzakelijke uitgave	87	81	85	81	73	87	91	67	87	84	-	▲ 75

Ingrijpende gebeurtenissen bij volwassenen

Vervelende gebeurtenissen

Aantal ingrijpende gebeurtenissen dat iemand heeft meegemaakt	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Geen ingrijpende gebeurtenissen	46	45	46	-	43	42	54	32	47	46	-	45
Een ingrijpende gebeurtenis	27	30	28	-	29	31	23	25	29	28	-	29
Twee ingrijpende gebeurtenissen	19	19	19	-	22	23	13	34	18	19	-	19
Drie ingrijpende gebeurtenissen	4	3	4	-	6	1	6	9	3	4	-	5
Vier of meer ingrijpende gebeurtenissen	3	2	3	-	0	2	4	0	3	3	-	2
Ingrijpende gebeurtenis die iemand heeft meegemaakt												
Het overlijden van een dierbare	32	33	33	-	40	34	27	47	31	33	-	29
Een ernstige ziekte van zichzelf	9	6	7	-	9	7	6	16	6	7	-	7
Een ernstige ziekte van een dierbare	35	33	34	-	30	34	33	44	33	34	-	33
Een scheiding, verbreking duurzame, intieme relatie	5	7	6	-	5	5	8	3	6	6	-	7
Een verkeersongeval	3	3	3	-	3	4	1	7	2	3	-	4
Een misdrijf	2	1	1	-	3	2	1	3	1	1	-	2
Anders	5	7	6	-	2	6	7	2	6	6	-	10

Ongewenste seksuele handeling

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is gedwongen tot seksuele handelingen die hij/zij niet wilde	0	10	5	-	3	4	7	4	5	5	-	6

Is de afgelopen 12 mndn gedwongen tot seksuele handelingen die hij/zij niet wilde	0	1	0	-	0	1	0	0	0	0	-	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Huiselijk geweld

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Ooit slachtoffer geweest van huiselijk geweld	2	9	5	0	5	8	0	6	5	5	▼	8
Afgelopen jaar slachtoffer geweest van huiselijk geweld	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-		1

Onder slachtoffers van huiselijk geweld...

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Geestelijk geweld	59	85	79	-	79	79	79	79	79	79	75	73
Lichamelijk geweld	84	47	55	-	57	54	55	55	55	55	43	59
Seksuele toenadering zonder dat u dat wilde	0	45	35	-	23	45	35	35	35	35	21	20
Seksueel misbruik	0	13	10	-	18	4	10	10	10	10	7	11

Ingrijpende gebeurtenissen bij ouderen

Huiselijk geweld

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Afgelopen jaar slachtoffer geweest van huiselijk geweld	8	5	-	7	8	5	10	11	5	7	-	8
Psychisch geweld thuis afgelopen 12 mndn	7	4	-	6	6	4	9	8	4	6	3	6
Lichamelijk geweld thuis afgelopen 12 mndn	1	0	-	0	1	0	0	0	0	0	-	0
Verwaarloosd in verzorging thuis afgelopen 12 mndn	2	2	-	2	5	0	0	4	1	2	-	1
Financieel benadeeld thuis afgelopen 12 mndn	2	1	-	1	2	0	1	1	1	1	0	1
Vrijheid beperkt thuis afgelopen 12 mndn	1	1	-	1	3	0	1	1	1	1	0	1
Ongewenst seksueel benaderd thuis afgelopen 12 mndn	1	1	-	1	2	0	1	0	1	1	-	0

Gevolgen corona

Ervaren corona

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Volwassenen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft u het coronavirus (gehad)?	2	3	2	2	3	3	1	6	2	2	-	2
Ja, dit is bevestigd met een test												

Ja, ik denk het wel, maar ik ben niet getest	7	5	7	3	3	5	9	2	7	6	-	5
Nee, ik denk het niet	91	92	90	95	94	92	89	92	92	92	-	93
Heeft zich redelijk tot ernstig ziek gevoeld door het coronavirus (onder de gehele bevolking)	2	3	3	2	1	3	2	3	2	2	-	35

Veranderingen door coronacrisis

	Man	Vrouw	18-64 jaar	65 jaar en ouder	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Volwassen en Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Algemene gezondheid												
Beter	3	3	4	2	3	2	6	0	4	3	-	4
Niet veranderd	93	90	91	94	92	93	89	92	91	91	-	▲ 86
Slechter	4	7	6	5	5	5	6	8	5	5	-	▼ 9
Financiële situatie												
Beter	10	5	9	3	4	6	12	1	8	7	-	6
Niet veranderd	81	87	80	95	88	85	78	84	84	84	-	85
Slechter	9	8	11	3	8	9	10	15	8	9	-	9
Bewegen / sporten												
Meer	15	15	18	7	10	14	22	7	17	15	-	14
Niet veranderd	62	63	58	74	69	63	54	71	61	62	-	58
Minder	23	22	24	19	21	23	24	22	23	22	-	28
Roken												
Meer	2	2	2	1	1	2	3	0	2	2	-	2
Niet veranderd	26	17	25	14	19	21	24	19	22	22	-	21
Minder	2	2	2	2	0	3	2	2	2	2	-	2
Nvt	70	79	71	84	79	75	70	79	74	74	-	74
Alcohol drinken												
Meer	6	3	6	1	3	3	9	3	5	5	-	4
Niet veranderd	60	50	55	56	49	58	57	51	56	55	-	54
Minder	19	9	17	6	9	14	20	9	15	14	-	11
Nvt	14	38	22	37	39	25	15	38	24	26	-	31
Controle over mijn leven hebben												
Meer	4	6	7	2	3	4	8	2	6	5	-	7
Niet veranderd	88	82	83	90	88	88	79	86	85	85	-	▲ 79
Minder	8	12	10	9	9	8	13	13	9	10	-	▼ 15
Angstig voelen												
Meer	8	17	11	15	12	12	13	16	12	12	-	▼ 16
Niet veranderd	60	49	56	52	51	55	57	54	55	55	-	50
Minder	1	2	1	4	3	2	1	5	1	2	-	2

Nvt	31	32	32	30	33	32	29	25	32	31	-	32
Depressief voelen												
Meer	8	12	11	7	7	10	12	9	10	10	-	12
Niet veranderd	55	43	48	54	48	49	50	56	48	49	-	48
Minder	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	-	2
Nvt	36	44	40	38	42	40	37	33	41	40	-	38
Eenzaam voelen												
Meer	11	17	15	13	11	13	18	15	14	14	-	17
Niet veranderd	55	42	48	52	49	51	46	54	48	49	-	45
Minder	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	-	2
Nvt	33	40	37	33	39	35	36	27	38	36	-	36
Stress hebben												
Meer	13	20	19	9	14	13	23	14	17	16	-	19
Niet veranderd	62	45	54	54	51	56	53	55	54	54	-	51
Minder	3	3	4	2	2	3	5	2	4	3	-	4
Nvt	22	31	23	35	33	28	19	29	26	26	-	27
Mantelzorg geven												
Meer	2	8	6	3	4	5	7	1	6	5	-	5
Niet veranderd	41	38	43	31	30	43	42	35	41	40	-	37
Minder	3	3	2	4	3	3	2	4	2	3	-	2
Nvt	54	51	49	63	63	49	50	61	51	52	-	56
Vrijwilligerswerk doen												
Meer	3	2	2	4	2	2	3	2	2	2	-	2
Niet veranderd	41	32	36	36	32	37	38	34	37	36	-	31
Minder	15	15	14	16	9	16	18	11	15	15	-	12
Nvt	42	51	48	44	57	44	41	53	45	47	-	55

Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020

Tabellenboek Volwassenen

Gemeente Dinkelland

Dit tabellenboek is een bijlage bij het rapport: Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020 - gemeente Dinkelland. Gegevens en onderzoeksresultaten zijn digitaal beschikbaar via: www.twentsegezondheidsverkenning.nl

Leeswijzer

- De gepresenteerde cijfers zijn met behulp van weegfactoren gecorrigeerd voor de werkelijke bevolkingsopbouw in Dinkelland voor wat betreft leeftijd, geslacht, burgerlijke staat, etniciteit, huishoudgrootte en inkomen.
- Percentages zijn afgerond naar hele getallen. Hierdoor kan een totaal een enkele keer boven de 100% uitkomen.
- De pijlen/tekens voor de 2016- en Twente-kolom laten zien of het gevonden verschil tussen twee groepen statistisch significant is.
 - * Een pijl/teken voor het 2016-totaal percentage betekent dat de uitkomst voor Dinkelland in 2020 significant hoger/lager is dan het totaal van 2016.
 - * Een pijl/teken voor het Twente-totaal percentage betekent dat de uitkomst voor Dinkelland in 2020 significant hoger/lager is dan Twente 2020.

Achtergrond

In het najaar van 2020 is in Twente de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen uitgevoerd. Dit is een vragenlijstonderzoek dat de GGD iedere vier jaar uitvoert in opdracht van de Twentse gemeenten. De vragen in het onderzoek gaan over onderwerpen die te maken hebben met onze brede gezondheid. De resultaten van het onderzoek kunnen gemeentelijk gezondheidsbeleid onderbouwen of de koers ervan bepalen voor de komende tijd. Er wordt in deze Gezondheidsmonitor een onderscheid gemaakt tussen twee leeftijdsgroepen: mensen van 18 tot en met 64 jaar (volwassenen) en mensen van 65 jaar en ouder (ouderen). De opzet van dit onderzoek is in grote lijnen hetzelfde als in voorgaande jaren. Dit tabellenboek gaat over volwassenen in Dinkelland.

Uitgave

GGD Twente, Stafafdeling
053 487 68 00
onderzoek@ggdtwente.nl

©2021, versie 1.0, GGD Twente, Enschede. Auteursrechten voorbehouden. Overname van dit rapport of gedeelten daaruit is toegestaan mits de bron wordt vermeld.

Legenda tabellenboek

- Geen informatie beschikbaar
- ▲ Dinkelland significant hoger dan...
- ▼ Dinkelland significant lager dan...

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Aantal ingevulde vragenlijsten	248	300	219	175	154	91	219	191	40	464	548	478	10850

Algemene informatie

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Man	100	0	58	53	48	51	49	54	51	52	52	55	51
Vrouw	0	100	42	47	52	49	51	46	49	48	48	45	49
18-34 jaar	37	30	100	0	0	11	37	41	30	33	34	32	35
35-49 jaar	26	26	0	100	0	21	26	32	16	27	26	33	30
50-64 jaar	36	44	0	0	100	68	37	27	53	40	40	35	35

Burgerlijke staat

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Burgerlijke staat, in 4 categorieën													
Getrouwd, samenwonend	60	80	43	82	83	76	69	68	75	70	69	75	65
Niet getrouwd, nooit getrouwd geweest	36	16	56	15	8	20	26	27	25	25	26	22	27
Gescheiden	4	4	1	3	7	1	5	5	0	4	4	2	6
Weduwe, weduwnaar	0	1	0	0	2	2	0	1	0	1	1	1	1

Huishoudsamenstelling

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Huishouden met thuiswonende kinderen	47	53	26	76	52	43	48	57	33	52	50	50	45
Eenoudergezin (woont met kind(eren), maar niet met partner, ouder(s) of andere volwassene(n))	6	6	1	11	7	6	6	8	0	7	6	6	8
Huishouden zonder thuiswonende kinderen	53	47	74	24	48	57	52	43	67	48	50	50	55
Alleenwonend (eenpersoonshuishouden)	15	6	9	12	12	14	9	9	11	10	11	8	14
Ik woon met een partner (opgeschoond)	56	74	39	74	79	69	64	64	74	64	64	70	60

Etniciteit

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Etniciteit in 3 groepen													
Autochtoon	95	91	98	93	89	88	95	95	84	94	93	92	80

Niet-westerse migratieachtergrond	1	3	1	1	3	1	0	2	3	1	2	3	12
Westerse migratieachtergrond	4	7	1	6	9	11	5	4	13	5	5	5	8

Werk situatie

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Geen			Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020	
									Risico op laaggelett	risicio op laaggelett	Totaal			
Heeft ten minste 1 uur per week betaald werk	90	85	92	95	79	81	89	91	77	89	88	87	▲	80
Gepensioneerd	1	1	0	0	2	1	1	1	0	1	1	2		1
Gepensioneerd met baan	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	-		0
Werkloos	1	2	0	0	3	2	1	2	0	1	1	2		3
Gedeeltelijk werkloos	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	-		0
Volledig arbeidsongeschikt	4	4	1	2	8	2	5	3	6	4	4	2		5
Gedeeltelijk arbeidsongeschikt	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1		1
Bijstand	1	1	0	0	2	0	0	2	0	1	1	2		2
Fulltime huisvrouw/man	0	8	0	4	7	12	2	1	12	3	4	4		5
Student	7	6	18	0	2	4	10	5	5	7	7	4	▼	11

Huishoudinkomen

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Geen			Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020	
									Risico op laaggelett	risicio op laaggelett	Totaal			
Inkomen														
0 tot 20% (max. 18.200 euro)	4	10	7	6	7	4	8	4	6	6	7	-		15
20 tot 40% (max. 24.200 euro)	8	12	9	8	12	17	10	7	23	9	10	-		15
40 tot 60% (max. 30.800 euro)	21	19	16	29	17	22	21	18	25	19	20	-		22
60 tot 80% (max. 39.500 euro)	27	32	28	33	28	27	33	29	25	30	29	-		25
80 tot 100% (> 39.500 euro)	39	28	40	24	36	30	27	42	22	35	34	-		22

Opleiding

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Geen			Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020	
									Risico op laaggelett	risicio op laaggelett	Totaal			
Hoogst afgeronde opleiding, in 3 categorieën														
Laag (geen opleiding, lager onderwijs, lbo, mavo)	21	21	7	16	36	100	0	0	52	18	21	16		20
Midden (mbo, havo, vwo)	41	45	49	41	40	0	100	0	45	43	43	50		44
Hoog (hbo, wo)	38	34	44	43	24	0	0	100	4	39	36	33		36

Gezond van lijf en leden

Ervaren gezondheid

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Geen			Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020	
									Risico op laaggelett	risicio op laaggelett	Totaal			
Ervaren gezondheid, in 3 categorieën														

Zeer goed of goed	89	87	93	93	80	89	86	88	83	88	88	89	84
Gaat wel	9	13	7	7	18	11	12	11	13	11	11	9	14
Slecht of zeer slecht	2	0	0	0	2	0	2	0	4	1	1	2	2
Heeft langdurige ziekte(n) of aandoening(en) (naar verwachting) 6 maanden of langer	19	21	10	17	29	19	19	21	23	20	20	24	▼ 26
Onder de mensen met een beperking... Heeft beperking die half jaar of langer duurt	95	98	93	100	97	100	98	94	100	97	97	-	94
Is (ernstig) beperkt in dagelijks leven vanwege problemen gezondheid	18	24	8	17	34	27	19	19	32	20	21	-	25

Gewicht

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Ondergewicht, ofwel een BMI tot 18,5	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1
Gezond gewicht, ofwel een BMI van 18,5 tot 25	45	57	59	49	45	44	48	60	51	51	51	55	49
Overgewicht, ofwel een BMI van 25 of hoger	55	42	40	50	55	56	51	40	47	48	49	45	50
Obesitas, ofwel een BMI van 30 of hoger	11	12	8	15	12	20	10	10	10	12	11	9	15

Coronavirus

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft u het coronavirus (gehad)?													
Ja, dit is bevestigd met een test	2	3	5	0	2	4	3	1	11	2	2	-	2
Ja, ik denk het wel, maar ik ben niet getest	9	6	6	8	7	3	6	11	0	8	7	-	6
Nee, ik denk het niet	89	92	89	91	91	94	90	88	89	90	90	-	92
Heeft zich redelijk tot ernstig ziek gevoeld door het coronavirus (onder mensen die corona hebben gehad)	15	40	20	48	15	7	37	21	20	24	25	-	39

Beweeg je fit

Zitten

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Aantal uur zitten per dag													
Zit minder dan 4 uur per dag	15	20	22	15	15	22	24	6	20	16	17	-	15
Zit 4-8 uur per dag	42	51	30	45	61	64	48	35	72	44	46	-	43

Zit meer dan 8 uur per dag	43	29	49	40	24	14	29	59	8	39	36	-	43
----------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	---	----	----	---	----

Bewegen

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020	
Is lid van een sportvereniging	54	40	62	44	36	31	44	59	37	47	47	47	▲	36
Voldoen aan de beweegrichtlijn 2017	64	57	60	57	64	63	59	63	72	60	61	55		56
Wekelijkse sporter	64	65	74	61	60	52	63	77	63	65	65	63	▲	54

Weet wat je eet

Schijf van vijf

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020	
Weet u hoe u volgens de Schijf van Vijf zou moeten eten?														
Ja dat probeer ik	34	65	37	53	57	51	44	51	42	48	49	-	50	
Ja, maar gebruik ik niet	54	33	59	41	33	38	49	45	38	46	44	-	41	
Nee	11	2	4	7	10	11	7	5	20	6	7	-	8	
Eet dagelijks fruit	27	50	29	39	45	41	34	42	31	39	38	▲	32	
Eet minimaal 5 dagen/week fruit	63	77	63	72	74	68	69	73	75	69	70	-	▲	63
Eet dagelijks groente	35	48	38	43	43	29	38	53	33	42	41	41		38
Eet minimaal 5 dagen/week groente	83	92	88	90	86	80	90	93	71	90	88	-	▲	81
Eet dagelijks vlees	27	12	28	18	12	17	25	16	18	20	19	-		17
Eet maximaal 5 dagen/week vlees	49	66	48	53	68	57	48	62	60	56	57	-	▼	64
Eet minimaal 2x per week vis	24	26	19	18	35	26	21	28	28	24	25	-		23
Eet dagelijks volkoren produkten	49	56	46	50	59	56	54	47	44	53	52	-	▲	45
Eet minimaal 5 dagen/week volkoren produkten	72	75	76	68	74	76	75	70	74	73	73	-	▲	66
Eet minimaal 2x per week peulvruchten	34	33	31	30	39	28	36	35	47	34	34	-		34
Eet dagelijks zuivel	60	75	60	76	68	67	72	66	59	69	67	-	▲	59
Eet minimaal 5 dagen/week zuivel	87	89	87	90	86	86	91	89	90	88	88	-	▲	81

Genieten of gewoonte

Roken

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Roker	23	14	21	19	16	18	19	19	18	18	18	20	20
Ex-roker	25	28	18	31	31	32	27	24	41	26	26	▲ 24	28
Heeft nooit gerookt	52	58	61	50	53	50	54	56	41	56	55	56	52
Gebruikt weleens e-sigaret	1	1	1	2	0	1	2	0	4	1	1	-	2

Alcohol

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Drinkt niet, of max. 1 glas per dag (richtlijn RGV 2015)	11	40	12	27	34	26	28	20	18	26	25	25	▼ 36
Drinker (in afgelopen 12 maanden)	95	82	94	90	84	87	87	93	89	89	89	89	83
Overmatige drinker (meer dan 14 (m) of 7 (v) per dag)	39	18	52	18	16	17	30	35	29	29	29	29	▲ 19
Zware drinker (minstens 1x/week meer dan 6(m) of 4(v) per dag)	35	8	44	10	11	17	20	25	20	21	22	22	▲ 12

Drugs

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft een of meer soorten drugs genomen in afg 12 maand	5	3	9	4	0	0	4	6	3	4	4	-	▼ 8
Heeft softdrugs gebruikt in afg 12 mnd	4	1	6	3	0	0	3	4	2	3	3	-	▼ 6
Heeft harddrugs gebruikt in afg 12 mnd	2	2	7	0	0	0	2	4	3	2	2	-	4

Gehoorbescherming

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Gebruikt nooit gehoorbescherming	12	21	25	15	9	11	18	16	12	16	16	-	17

Gebruikt gehoorbescherming op...

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risicio op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Festival, concert of ander groot evenement Nee	38	36	55	37	21	25	44	35	29	38	37	-	36

Ja	23	22	33	22	13	13	20	29	20	22	22	-	22
Nvt	39	42	12	41	66	62	36	36	51	40	41	-	42
Discotheek- of cafébezoek													
Nee	56	49	76	54	31	36	58	55	40	53	53	-	49
Ja	9	10	18	8	3	3	9	14	13	9	9	-	8
Nvt	35	41	7	38	66	61	33	31	46	38	38	-	43
Feest van bekende of sportvereniging													
Nee	71	64	88	67	50	51	70	73	66	68	68	-	62
Ja	5	5	5	7	4	1	5	6	4	5	5	-	4
Nvt	23	31	7	27	45	48	25	21	30	27	27	-	34
Het zelf maken van muziek													
Nee	41	41	54	41	29	37	44	37	39	41	41	-	38
Ja	2	3	4	3	1	3	2	4	2	3	3	-	4
Nvt	57	56	42	56	69	59	55	59	59	57	56	-	58
Werk													
Nee	30	48	51	41	27	27	39	41	25	39	39	-	41
Ja	48	4	27	28	27	32	29	23	50	26	27	-	20
Nvt	21	48	23	31	46	40	32	36	24	36	34	-	39
Een ander moment													
Nee	36	48	56	40	31	32	44	40	35	41	42	-	42
Ja	38	15	24	29	28	19	29	30	18	28	27	-	23
Nvt	26	37	20	31	41	48	27	30	46	31	31	-	35

Tijd om op te laden

Slaap

Hoe vindt u dat u over het algemeen slaapt	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Geen risico op laaggelett		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
									erdheid	risicio op laaggelett			
Goed	54	43	52	54	43	51	48	50	47	49	49	-	44
Redelijk goed	36	50	44	34	47	41	40	45	47	42	43	-	43
Redelijk slecht	9	6	4	11	9	9	11	4	6	8	8	-	11
Slecht	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	-	2
Slecht slapen heeft meestal of altijd een negatieve invloed op de dagelijkse activiteiten (bij gehele populatie)													
	3	1	1	1	3	0	3	1	0	2	2	-	4
Slecht slapen heeft meestal of altijd een negatieve invloed op de dagelijkse activiteiten (bij mensen die (redelijk) slecht slapen)													
	26	19	16	11	35	0	29	27	0	24	23	-	33

Vrije tijd

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft altijd of meestal voldoende tijd om te ontspannen	71	78	71	72	79	74	74	74	63	75	74	-	72
Vindt het altijd of meestal moeilijk om tijd voor zichzelf vrij te maken	19	18	20	25	13	11	20	22	7	20	19	-	18
Vindt dat er altijd of meestal een goede balans is tussen dagelijkse werkzaamheden en vrije tijd	65	70	63	62	75	70	64	69	59	68	67	-	67

Willen Twentenaren hun leefstijl aanpassen?

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Wil op één of meerdere gebieden leefstijl aanpassen	68	70	71	71	66	61	70	72	48	71	69	-	75
Wil op het volgende gebied leefstijl aanpassen													
Minder alcohol drinken	11	4	9	7	7	6	11	5	6	8	8	-	8
Stoppen met roken	11	6	9	9	8	4	13	7	9	9	9	-	9
Meer bewegen / sporten	34	36	43	36	28	25	43	34	31	37	35	-	40
Gezonder eten	21	19	30	17	15	10	22	25	19	21	20	-	21
Gewicht verliezen / afvallen	33	40	36	39	35	35	37	37	33	37	36	-	39
Persoonlijke problemen oplossen	7	10	10	7	7	3	8	10	5	8	8	-	12
Meer met andere mensen omgaan	7	6	5	9	6	6	4	10	5	7	7	-	10
Rustiger aandoen	24	18	19	19	24	21	23	21	12	22	21	-	19
Iets anders	3	5	3	3	5	2	5	3	0	4	4	-	4

Vaardigheden voor gezondheid

Risico op laaggeletterdheid

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft risico op laaggeletterdheid	9	9	8	5	12	21	9	1	100	0	9	-	9

Vaardigheden

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Is digitaal niet voldoende vaardig	2	3	1	1	5	11	1	1	16	2	3	-	3

Is niet voldoende digitaal vaardig op...

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Informatie zoeken op internet													
Nee (kan dit wel)	98	99	100	99	97	93	100	100	88	99	98	-	98
Ja (kan dit niet)	1	1	0	0	2	4	0	0	5	0	1	-	1
Niet van toepassing	1	1	0	1	1	3	0	0	7	0	1	-	1
Internetbankieren													
Nee (kan dit wel)	97	97	100	99	93	89	99	98	85	98	97	-	96
Ja (kan dit niet)	2	3	0	0	5	8	1	1	10	2	2	-	2
Niet van toepassing	1	0	0	1	2	3	0	1	5	1	1	-	2
Online aanvragen doen of afspraken													
Nee (kan dit wel)	98	95	99	98	94	85	100	99	79	98	97	-	97
Ja (kan dit niet)	1	3	1	1	3	8	0	1	11	1	2	-	2
Niet van toepassing	1	2	0	1	3	7	0	0	10	1	1	-	2
Online producten aanschaffen													
Nee (kan dit wel)	94	94	99	97	87	82	97	97	73	96	94	-	95
Ja (kan dit niet)	2	3	0	0	6	11	1	1	13	2	3	-	2
Niet van toepassing	4	3	0	3	6	7	3	2	14	2	3	-	3
E-mailen, chatten, berichten versturen													
Nee (kan dit wel)	99	98	100	100	97	95	100	99	91	99	99	-	98
Ja (kan dit niet)	1	1	0	0	2	4	0	1	5	1	1	-	1
Niet van toepassing	0	1	0	0	1	2	0	0	4	0	0	-	1
Beeldbellen													
Nee (kan dit wel)	89	89	98	91	80	76	89	96	77	90	89	-	92
Ja (kan dit niet)	1	4	0	0	6	8	1	1	10	2	2	-	2
Niet van toepassing	10	7	1	9	14	16	10	2	13	8	8	-	6
Social media gebruiken													
Nee (kan dit wel)	83	85	98	89	69	71	82	93	63	86	84	-	88
Ja (kan dit niet)	1	3	0	1	5	6	2	1	12	1	2	-	2
Niet van toepassing	16	12	2	11	26	23	16	6	26	13	14	-	10

Niveau gezondheidsvaardig

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Voldoende	51	55	54	65	43	43	48	65	14	57	53	-	55
Matig	48	41	45	34	52	49	52	34	75	42	45	-	41

Onvoldoende	1	4	1	1	4	8	0	2	10	1	2	-	4
-------------	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---

Levenskracht

Geluk

Mate van geluk	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Onvoldoende	5	4	2	6	7	5	3	4	14	3	5	3	9
Voldoende	33	24	31	23	31	30	30	27	25	29	29	25	32
Goed	62	72	68	71	63	65	67	69	60	67	67	72	59

Angststoornis of depressie

Risico op angststoornis of depressie, in 3 categorieën	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Geen of laag risico	61	57	59	59	59	58	58	61	54	60	59	63	52
Matig risico	36	37	36	37	36	38	39	34	39	36	37	35	41
Hoog risico	3	6	5	4	5	5	3	5	7	4	5	2	7

Stress

Heeft (heel) veel stress ervaren door...	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Werk	16	10	11	18	12	5	13	17	9	13	13	-	12
Studie	3	3	7	2	1	0	3	4	0	3	3	-	4
Relatie	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	-	4
Familie	5	4	4	7	2	2	5	4	1	4	4	-	6
Sociale contacten	3	3	4	2	2	0	3	4	1	3	3	-	4
Opvoeding	2	2	1	5	1	0	1	3	0	2	2	-	3
Wonen	3	3	2	1	5	0	3	5	5	3	3	-	3
Gezondheid	4	6	3	4	7	3	5	6	5	5	5	-	6
Mantelzorg	0	2	0	3	0	1	1	1	0	1	1	-	2
Geldzaken	5	4	3	5	6	2	5	5	3	5	5	-	6
Social media	0	3	1	1	2	0	1	2	1	1	1	-	1
Iets anders	1	3	1	2	3	0	1	4	0	2	2	-	2
Heeft in de afgelopen 4 weken (heel) veel stress ervaren	17	15	15	20	14	6	17	21	9	16	16	-	19

Regie over eigen leven

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Regie over eigen leven is...													
Onvoldoende	3	5	2	5	5	7	3	3	2	4	4	3	8
Matig	77	80	79	78	79	83	82	72	96	77	79	70	78
Veel	19	15	19	17	16	11	15	25	2	19	17	27	14

Veerkracht

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Laag	11	22	19	12	17	14	20	13	31	15	16	14	22
Gemiddeld	58	57	53	60	60	69	53	57	64	57	58	53	51
Hoog	32	20	27	28	24	18	27	31	5	28	26	33	26

Weerbaarheid

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Is voldoende weerbaar	83	77	83	79	79	78	81	81	77	81	80	-	80

Betekenisvol

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Vindt het leven zinvol	92	95	95	96	90	92	93	94	86	94	93	92	89
Heeft een doel in het leven	91	87	86	90	90	88	91	87	92	89	89	-	▲ 84
Heeft vertrouwen in de toekomst	86	86	91	90	80	79	87	90	82	87	86	-	81

Tolerantie naar LHBTi

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Vindt twee vrouwen die met elkaar zoenen (helemaal) niet goed	8	6	4	8	8	8	5	8	14	6	7	-	9
Vindt twee mannen die met elkaar zoenen (helemaal) niet goed	21	6	15	13	13	13	13	15	25	13	14	-	13
Vindt een man en een vrouw die elkaar zoenen (helemaal) niet goed	5	5	5	4	6	4	6	5	6	5	5	-	6
Vindt man die zich vrouw voelt (helemaal) niet goed	13	1	9	7	7	7	8	8	18	6	7	-	9
Vindt vrouw die zich man voelt (helemaal) niet goed	13	1	9	7	6	7	7	8	19	6	7	-	9

Zelf doen

Functionele beperkingen

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft minimaal één beperking met horen, zien of mobiliteit	5	10	2	7	13	13	8	3	17	7	8	7	12
Heeft gehoorbeperking	1	4	2	2	3	7	2	1	7	2	3	2	4
Heeft gezichtsbeperking	2	6	1	3	6	8	4	1	7	3	4	4	5
Heeft mobiliteitsbeperking	4	3	0	2	6	3	4	3	9	3	3	4	6

Samen ben je niet alleen

In de buurt

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Speelt noaberschap een rol in uw leven													
Ja, een grote rol	41	30	37	33	36	38	39	32	34	36	36	-	18
Ja, een kleine rol	49	49	46	51	50	43	48	55	54	48	49	-	44
Nee	9	18	16	13	12	16	12	12	13	13	13	-	25
Ik ken het woord niet	1	3	1	3	2	3	1	1	0	2	2	-	13
Is betrokken bij (sommige) mensen in de buurt	93	92	94	89	94	86	96	93	87	93	93	-	▲ 75
Heeft een beetje of veel gedaan voor de buurt in de afgelopen 12 maanden	76	63	65	69	73	61	73	70	63	70	69	-	▲ 44

Eenzaamheid

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Eenzaamheid (obv De Jong Gierveld schaal), in 4 categorieën													
Niet eenzaam (score 0-2)	65	65	75	64	57	52	69	68	49	67	65	73	56
Matig eenzaam (score 3-8)	30	30	22	30	37	43	26	27	47	28	30	21	34
Ernstig eenzaam (score 9-10)	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	5	7
Zeer ernstig eenzaam (score 11)	1	2	0	2	2	2	1	2	0	2	2	1	3
Is emotioneel eenzaam	17	21	15	20	22	19	18	18	26	18	19	▲ 11	▼ 27
Is sociaal eenzaam	23	20	12	20	30	31	19	19	32	20	21	18	▼ 28

Mantelzorg

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft in afgelopen 12 mndn mantelzorg gegeven	17	41	15	32	38	29	31	25	17	30	29	27	25
Geeft nu mantelzorg	11	27	7	22	27	17	24	14	8	20	19	17	17
Mantelzorger (vlg. de definitie: minimaal 3 mndn en/of minimaal 8u pw)	10	26	6	21	25	17	21	14	8	19	18	16	16
Tamelijk zwaar, zeer zwaar tot overbelast als mantelzorger (vlg. de definitie)	4	11	0	10	10	13	5	5	38	8	9	5	13
Is bekend met mantelzorgondersteuning	68	88	85	82	81	88	82	78	100	81	82	-	74

Vrijwilligerswerk

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Doet vrijwilligerswerk	39	35	34	40	37	25	36	45	21	39	37	49	29
Redenen om geen vrijwilligerswerk te doen... De mogelijkheid is nog niet voorbij gekomen	22	20	23	12	25	22	24	17	16	21	21	-	15
Onbekend waar hij/zij dan precies aan begint	5	4	4	7	3	4	6	3	6	4	5	-	6
Kan er geen tijd voor vrijmaken	35	41	47	39	29	28	42	43	40	37	38	-	40
Besteedt tijd liever anders	26	16	33	28	5	15	17	31	11	22	21	-	23
Wil er niet aan vast zitten	22	19	19	26	19	20	22	21	24	20	21	-	20
Heeft niets te bieden als vrijwilliger	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	-	2
Andere redenen	21	23	11	18	34	29	17	22	24	22	22	-	22

Oost west, thuis best

Slaapverstoring

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
Ervaart matige tot ernstige slaapverstoring door...													
Wegverkeer >50 km/u	4	4	5	7	1	4	4	4	2	4	4	-	10
Wegverkeer <50 km/u	9	7	6	10	8	10	7	7	12	7	8	-	16
Treinverkeer	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	-	5
Vliegerverkeer	2	3	1	2	4	1	1	5	2	3	2	-	3
Brommers/scooters	8	11	7	9	12	9	8	12	15	9	9	-	22
Buren	11	14	15	14	9	9	12	15	16	12	12	-	20
Bedrijven/industrie	4	2	2	4	4	1	4	4	2	4	3	-	3
Windturbines, windmolens	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	-	1

Ervaart slaaphinder door één of meer bronnen	20	23	23	23	20	17	21	25	26	21	22	-	▼	38
--	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	----

Geluidshinder

Ervaart matige tot ernstige geluidshinder door...	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Wegverkeer >50 km/u	18	12	12	17	16	12	15	16	20	14	15	-	19
Wegverkeer <50 km/u	23	21	14	24	27	24	16	25	29	21	22	-	28
Treinverkeer	1	1	1	1	1	2	1	0	4	1	1	-	9
Vliegverkeer	5	5	1	6	8	7	4	6	5	5	5	-	8
Brommers/scooters	21	22	13	25	27	23	17	25	30	21	22	-	37
Buren	14	21	15	22	16	9	15	22	19	17	17	-	30
Bedrijven en industrie	8	5	5	8	7	6	6	7	11	6	7	-	7
Windtubines, windmolens	3	1	1	4	1	1	2	1	7	1	2	-	2
Ervaart geluidshinder op één of meer gebieden	39	43	34	44	44	32	39	46	50	40	41	-	57

Klachten van hitte

Heeft afgelopen zomer gezondheidsklachten gehad door gevolg van hitte	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Heeft 'onvoldoende' voor verkoeling vinden binnen	16	16	19	15	14	11	13	21	12	17	16	-	25
Heeft 'voldoende' voor verkoeling vinden binnen	24	25	22	23	27	20	22	29	33	24	24	-	25
Heeft 'goed' voor verkoeling vinden binnen	60	58	59	61	59	69	64	49	55	60	59	-	50
Heeft 'onvoldoende' voor verkoeling vinden buiten	20	21	26	20	16	17	20	22	13	21	21	-	31
Heeft 'voldoende' voor verkoeling vinden buiten	24	24	25	19	26	25	22	26	27	24	24	-	26
Heeft 'goed' voor verkoeling vinden buiten	56	55	49	60	57	58	58	52	59	55	55	-	43

Groen in de buurt

Vindt dat er voldoende groen is in buurt	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020	
										Totaal	Totaal			
Wandelt/fietst meer door groen in buurt	94	91	93	91	93	91	94	91	97	92	93	-	▲	84
Vindt dat er voldoende mogelijkheden in buurt zijn om te fietsen	72	73	68	68	80	82	68	73	65	74	73	-	▲	57
Vindt dat er voldoende mogelijkheden in buurt zijn om te wandelen	98	98	98	100	97	98	99	97	100	98	98	-	▲	95
	96	96	96	97	95	97	95	96	97	95	96	-	▲	90

Woning

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risico op laaggelett erdheid	Totaal			
(On)voldoende voor woning														
Onvoldoende	2	5	3	3	4	3	3	4	0	4	3	1	6	
Voldoende	16	10	16	18	7	9	14	13	13	13	13	17	21	
Goed	82	85	81	80	88	88	83	82	87	83	83	82	74	

Geurhinder

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risico op laaggelett erdheid	Totaal			
Ervaart matige tot ernstige geurhinder door...														
Riolering, zuivering	10	14	14	10	11	14	9	13	20	11	12	-	▼	18
Open haard, allesbrander	12	15	7	14	18	10	15	12	14	13	13	-	▼	20
Landbouw- en veeteeltactiviteiten	21	20	17	20	25	18	20	22	14	21	21	-	▼	12
Andere bedrijven of industrie	13	11	7	14	14	14	10	12	20	11	12	-		10
Vliegverkeer	10	3	3	4	11	6	5	8	9	6	7	-		7
Barbecue, vuurkorf of terrashaard	10	14	8	12	15	11	13	11	18	11	12	-	▼	22
Ervaart geurhinder op één of meer gebieden	38	44	35	38	48	41	38	44	42	41	41	-		41

Gezond rondkomen

Huishoudinkomen

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risico op laaggelett erdheid	Totaal			
Afgelopen 12 maanden moeite met rondkomen van het huishoudinkomen	12	7	4	14	10	13	9	6	19	8	9	10	13	

Financiële problemen

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risico op laaggelett erdheid	Totaal			
Heeft financiële problemen	4	3	2	5	4	2	4	4	9	3	3	-	5	

Noodzakelijke uitgave

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risico op laaggelett erdheid	Totaal			

Heeft €1000 voor onverwachte, noodzakelijke uitgave 88 82 88 83 84 71 88 91 63 88 85 - ▲ 74

Ingrijpende gebeurtenissen bij volwassenen

Vervelende gebeurtenissen

Aantal ingrijpende gebeurtenissen dat iemand heeft meegemaakt	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
Geen ingrijpende gebeurtenissen	46	45	49	54	37	43	42	54	32	47	46	-	45	
Een ingrijpende gebeurtenis	27	30	29	23	32	29	31	23	25	29	28	-	29	
Twee ingrijpende gebeurtenissen	19	19	17	17	22	22	23	13	34	18	19	-	19	
Drie ingrijpende gebeurtenissen	4	3	4	3	4	6	1	6	9	3	4	-	5	
Vier of meer ingrijpende gebeurtenissen	3	2	1	3	4	0	2	4	0	3	3	-	2	
Ingrijpende gebeurtenis die iemand heeft meegemaakt														
Het overlijden van een dierbare	32	33	31	24	40	40	34	27	47	31	33	-	29	
Een ernstige ziekte van zichzelf	9	6	2	8	11	9	7	6	16	6	7	-	7	
Een ernstige ziekte van een dierbare	35	33	29	32	39	30	34	33	44	33	34	-	33	
Een scheiding, verbreking duurzame, intieme relatie	5	7	7	4	7	5	5	8	3	6	6	-	7	
Een verkeersongeval	3	3	4	4	2	3	4	1	7	2	3	-	4	
Een misdrijf	2	1	2	1	1	3	2	1	3	1	1	-	2	
Anders	5	7	4	5	9	2	6	7	2	6	6	-	10	

Ongewenste seksuele handeling

Is gedwongen tot seksuele handelingen die hij/zij niet wilde	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
	0	10	3	5	7	3	4	7	4	5	5	-	6	
Is de afgelopen 12 mndn gedwongen tot seksuele handelingen die hij/zij niet wilde														
	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	-	0	

Huiselijk geweld

Ooit slachtoffer geweest van huiselijk geweld	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal	Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
	2	9	4	5	7	0	5	8	0	6	5	5	1	
Afgelopen jaar slachtoffer geweest van huiselijk geweld	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	

Onder slachtoffers van huiselijk geweld...

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Geestelijk geweld	59	85	88	58	84	79	79	-	79	-	79	75	73
Lichamelijk geweld	84	47	35	63	60	57	54	-	55	-	55	43	59
Seksuele toenadering zonder dat u dat wilde	0	45	26	12	47	23	45	-	35	-	35	21	20
Seksueel misbruik	0	13	22	25	0	18	4	-	10	-	10	7	11

Gevolgen corona

Ervaren corona

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Heeft u het coronavirus (gehad)?													
Ja, dit is bevestigd met een test	2	3	5	0	2	4	3	1	11	2	2	-	1
Ja, ik denk het wel, maar ik ben niet getest	9	6	6	8	7	3	6	11	0	8	7	-	2
Nee, ik denk het niet	89	92	89	91	91	94	90	88	89	90	90	-	97
Heeft zich redelijk tot ernstig ziek gevoeld door het coronavirus (onder de gehele bevolking)	2	3	2	5	1	1	4	3	2	2	3	-	19

Veranderingen door coronacrisis

	Man	Vrouw	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid		Totaal volwassenen 2016	Totaal Twente 2020
										Totaal	Totaal		
Algemene gezondheid													
Beter	4	4	8	3	1	4	2	6	0	4	4	-	6
Niet veranderd	92	89	87	90	94	91	92	88	91	90	91	-	84
Slechter	4	7	5	7	5	5	6	6	9	5	6	-	10
Financiële situatie													
Beter	12	6	19	7	2	4	8	14	0	10	9	-	7
Niet veranderd	77	83	70	81	88	84	82	76	73	81	80	-	82
Slechter	11	11	11	12	10	12	11	11	27	9	11	-	11
Bewegen / sporten													
Meer	18	18	22	17	16	12	17	24	7	19	18	-	16
Niet veranderd	56	60	44	64	66	69	58	51	68	57	58	-	55
Minder	25	22	34	19	18	19	26	25	25	24	24	-	29
Roken													
Meer	2	2	3	2	1	1	2	4	0	2	2	-	3

Niet veranderd	29	20	29	27	20	25	23	25	27	24	25	-	24
Minder	3	2	5	3	0	0	3	2	2	2	2	-	2
Nvt	66	76	64	68	79	74	72	69	71	71	71	-	71
Alcohol drinken													
Meer	8	4	11	7	1	4	4	10	5	6	6	-	5
Niet veranderd	58	51	49	56	58	53	55	55	55	55	55	-	54
Minder	23	11	27	16	10	9	18	21	10	18	17	-	13
Nvt	11	34	13	21	31	34	23	14	30	21	22	-	28
Controle over mijn leven hebben													
Meer	5	8	11	6	3	4	5	9	0	7	7	-	8
Niet veranderd	87	80	75	82	91	89	87	77	88	83	83	-	76
Minder	8	12	14	12	6	7	9	14	12	10	10	-	16
Angstig voelen													
Meer	7	16	10	12	12	11	10	12	17	11	11	-	17
Niet veranderd	60	51	57	57	55	57	55	56	59	56	56	-	49
Minder	1	1	2	1	1	1	2	1	3	1	1	-	2
Nvt	32	31	31	31	33	31	33	31	20	33	32	-	31
Depressief voelen													
Meer	8	14	14	10	9	8	11	12	11	11	11	-	14
Niet veranderd	54	41	47	49	47	51	46	48	55	47	48	-	47
Minder	1	1	2	0	1	2	1	0	0	1	1	-	2
Nvt	37	44	37	41	43	39	42	39	34	41	40	-	37
Eenzaam voelen													
Meer	12	17	21	11	11	8	14	19	15	14	15	-	18
Niet veranderd	53	42	46	47	50	55	48	43	58	47	48	-	45
Minder	0	1	2	0	0	0	1	0	1	0	1	-	2
Nvt	34	41	31	42	39	37	37	38	26	38	37	-	36
Stress hebben													
Meer	15	23	19	21	17	17	14	25	14	19	19	-	23
Niet veranderd	63	45	56	52	54	56	55	51	58	54	54	-	50
Minder	4	4	4	6	2	2	4	5	1	4	4	-	4
Nvt	19	28	21	20	27	25	27	19	26	23	23	-	23
Mantelzorg geven													
Meer	3	9	2	12	5	5	6	7	2	6	6	-	6
Niet veranderd	44	42	42	44	44	36	46	42	39	44	43	-	38
Minder	2	2	1	2	4	3	3	1	4	2	2	-	2
Nvt	51	46	55	42	48	56	46	49	56	48	49	-	54
Vrijwilligerswerk doen													
Meer	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	-	2

Niet veranderd	39	34	37	41	33	32	37	37	31	37	36	-	32
Minder	15	13	14	10	17	6	14	19	10	15	14	-	11
Nvt	44	51	48	46	48	60	47	41	57	46	48	-	54

Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020

Tabellenboek Ouderen

Gemeente Dinkelland

Dit tabellenboek is een bijlage bij het rapport: Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020 - gemeente Dinkelland. Gegevens en onderzoeksresultaten zijn digitaal beschikbaar via: www.twentsegezondheidsverkenning.nl.

Leeswijzer

- De gepresenteerde cijfers zijn met behulp van weegfactoren gecorrigeerd voor de werkelijke bevolkingsopbouw in Dinkelland voor wat betreft leeftijd, geslacht, burgerlijke staat, etniciteit, huishoudgrootte en inkomen.
- Percentages zijn afgerond naar hele getallen. Hierdoor kan een totaal een enkele keer boven de 100% uitkomen.
- De pijlen/tekens voor de 2016- en Twente-kolom laten zien of het gevonden verschil tussen twee groepen statistisch significant is.
 - * Een pijl/teken voor het 2016-totaal percentage betekent dat de uitkomst voor Dinkelland in 2020 significant hoger/lager is dan het totaal van 2016.
 - * Een pijl/teken voor het Twente-totaal percentage betekent dat de uitkomst voor Dinkelland in 2020 significant hoger/lager is dan Twente 2020.

Achtergrond

In het najaar van 2020 is in Twente de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen uitgevoerd. Dit is een vragenlijstonderzoek dat de GGD iedere vier jaar uitvoert in opdracht van de Twentse gemeenten. De vragen in het onderzoek gaan over onderwerpen die te maken hebben met onze brede gezondheid. De resultaten van het onderzoek kunnen gemeentelijk gezondheidsbeleid onderbouwen of de koers ervan bepalen voor de komende tijd. Er wordt in deze Gezondheidsmonitor een onderscheid gemaakt tussen twee leeftijdsgroepen: mensen van 18 tot en met 64 jaar (volwassenen) en mensen van 65 jaar en ouder (ouderen). De opzet van dit onderzoek is in grote lijnen hetzelfde als in voorgaande jaren. Dit tabellenboek gaat over ouderen in Dinkelland.

Uitgave

GGD Twente, Stafafdeling
053 487 68 00
onderzoek@ggdtwente.nl

©2021, versie 1.0, GGD Twente, Enschede. Auteursrechten voorbehouden. Overname van dit rapport of gedeelten daaruit is toegestaan mits de bron wordt vermeld.

Legenda tabellenboek

- Geen informatie beschikbaar
- ▲ Dinkelland significant hoger dan...
- ▼ Dinkelland significant lager dan...

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Aantal ingevulde vragenlijsten	279	281	304	214	42	215	249	89	167	361	560	470	13392

Algemene informatie

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Man	100	0	53	45	41	39	57	57	50	49	49	41	47
Vrouw	0	100	47	55	59	61	43	43	50	51	51	59	53
65-74 jaar	62	53	100	0	0	40	69	72	41	64	57	57	57
75-84 jaar	32	39	0	100	0	45	29	25	42	33	35	37	34
85+	6	9	0	0	100	14	2	3	17	3	7	7	8

Burgerlijke staat

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Burgerlijke staat, in 4 categorieën													
Getrouwd, samenwonend	84	67	83	70	39	65	83	87	68	80	76	72	▲ 68
Niet getrouwd, nooit getrouwd geweest	6	1	4	3	5	5	4	0	6	3	4	5	3
Gescheiden	2	2	2	1	3	3	1	0	1	2	2	1	▼ 7
Weduwe, weduwnaar	8	30	10	26	53	27	13	13	26	15	19	22	22

Huishoudsamenstelling

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Huishouden met thuiswonende kinderen	6	3	6	2	6	4	4	9	5	5	4	3	3
Eenoudergezin (woont met kind(eren), maar niet met partner, ouder(s) of andere volwassene(n))	1	1	1	1	3	2	1	0	1	1	1	2	1
Huishouden zonder thuiswonende kinderen	94	97	94	98	94	96	96	91	95	95	96	97	97
Alleenwonend (eenpersoonshuishouden)	15	32	15	29	62	34	16	14	32	19	24	25	▼ 32
Ik woon met een partner (opgeschoond)	83	66	83	70	32	64	82	85	67	79	75	70	▲ 66

Etniciteit

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Etniciteit in 3 groepen													

Autochtoon	93	88	94	86	91	86	93	96	89	91	91	90	▲	85
Niet-westerse migratieachtergrond	0	1	1	0	0	2	0	0	1	1	1	0		3
Westerse migratieachtergrond	7	10	5	14	9	12	7	4	10	8	9	10		11

Werk situatie

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden		Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020	
							SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid				
Heeft ten minste 1 uur per week betaald werk	10	4	11	1	0	5	6	17	5	8	7		6	
Gepensioneerd	87	84	83	89	97	86	89	75	87	85	86	▲	67	88
Gepensioneerd met baan	6	2	6	1	0	2	3	9	4	3	4		67	3
Werkloos	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0		38	0
Gedeeltelijk werkloos	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0
Volledig arbeidsongeschikt	1	0	2	0	0	0	2	0	0	1	1		1	1
Gedeeltelijk arbeidsongeschikt	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0
Bijstand	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0
Fulltime huisvrouw/man	5	30	13	24	23	25	12	14	24	15	18	▼	32	14
Student	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0

Huishoudinkomen

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden		Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
							SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
Inkomen													
0 tot 20% (max. 18.200 euro)	12	19	8	20	47	37	0	0	24	11	16	-	15
20 tot 40% (max. 24.200 euro)	22	32	22	34	34	63	0	0	36	22	27	-	31
40 tot 60% (max. 30.800 euro)	31	23	32	22	8	0	61	0	24	28	27	-	25
60 tot 80% (max. 39.500 euro)	19	14	20	15	4	0	39	0	9	21	17	-	17
80 tot 100% (> 39.500 euro)	17	12	18	10	7	0	0	100	6	18	14	-	12

Opleiding

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden		Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
							SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
Hoogst afgeronde opleiding, in 3 categorieën													
Laag (geen opleiding, lager onderwijs, lbo, mavo)	48	75	57	67	72	76	57	35	80	53	62	65	56
Midden (mbo, havo, vwo)	30	14	24	20	15	20	21	30	16	25	22	21	23
Hoog (hbo, wo)	22	11	19	13	12	4	22	35	4	22	16	15	21

Gezond van lijf en leden

Ervaren gezondheid

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op	Geen	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
									laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
Ervaren gezondheid, in 3 categorieën													
Zeer goed of goed	76	69	78	66	62	66	76	81	57	80	72	72	68
Gaaf wel	21	30	20	32	36	31	22	18	39	18	25	24	28
Slecht of zeer slecht	3	1	2	2	2	3	2	1	4	1	2	4	4
Heeft langdurige ziekte(n) of aandoening(en) (naar verwachting) 6 maanden of langer	40	38	34	48	36	38	40	39	52	33	39	43	▼ 46
Onder de mensen met een beperking... Heeft beperking die half jaar of langer duurt	95	94	91	98	96	92	97	93	95	93	94	-	96
Is (ernstig) beperkt in dagelijks leven vanwege problemen gezondheid	48	51	44	58	58	56	47	37	61	44	50	-	49

Vergeetachtig

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op	Geen	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
									laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
Vindt zichzelf vergeetachtig	44	39	35	46	63	45	40	33	59	33	41	-	45
Onder mensen die wel eens vergeetachtig zijn Maakt zich zorgen om zijn/haar vergeetachtigheid	39	44	34	50	38	43	41	37	53	34	41	-	37

Gewicht

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op	Geen	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
									laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
Ondergewicht, ofwel een BMI tot 18,5	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0	0	1	1
Gezond gewicht, ofwel een BMI van 18,5 tot 25	33	41	35	40	40	35	37	45	34	40	37	39	37
Overgewicht, ofwel een BMI van 25 of hoger	67	58	64	60	58	65	63	54	66	60	62	61	63
Obesitas, ofwel een BMI van 30 of hoger	14	14	14	15	13	19	10	11	18	13	14	15	▼ 19

Coronavirus

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op	Geen	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
									laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
Heeft u het coronavirus (gehad)?													
Ja, dit is bevestigd met een test	1	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	-	1
Ja, ik denk het wel, maar ik ben niet getest	3	3	3	2	5	3	3	1	3	2	3	-	2
Nee, ik denk het niet	96	95	95	96	93	95	95	97	94	97	95	-	97

Heeft zich redelijk tot ernstig ziek gevoeld door het coronavirus (onder mensen die corona hebben gehad)	23	33	39	18	14	24	28	30	36	18	28	-	19
--	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	----

Beweeg je fit

Zitten

Aantal uur zitten per dag	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										erdheid	erdheid			
Zit minder dan 4 uur per dag	14	15	16	15	6	14	14	19	15	14	15	-	-	11
Zit 4-8 uur per dag	59	65	63	63	50	61	64	56	58	64	62	-	-	59
Zit meer dan 8 uur per dag	26	20	21	23	44	24	22	24	27	22	23	-	▼	30

Bewegen

Is lid van een sportvereniging	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										erdheid	erdheid			
Voldoen aan de beweegrichtlijn 2017	29	25	31	23	11	24	28	33	23	30	27	30	30	23
Wekelijkse sporter	49	37	52	36	13	28	53	56	30	50	43	46	46	41
	34	41	43	36	6	29	41	53	24	45	38	38	38	34

Weet wat je eet

Schijf van vijf

Weet u hoe u volgens de Schijf van Vijf zou moeten eten?	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										erdheid	erdheid			
Ja dat probeer ik	41	62	53	50	50	51	51	55	49	54	51	-	-	53
Ja, maar gebruik ik niet	26	26	27	24	18	26	26	24	23	26	26	-	-	26
Nee	34	12	20	26	32	23	23	21	28	20	23	-	-	21
Eet dagelijks fruit	51	70	54	69	63	61	59	64	61	61	60	▼	66	59
Eet minimaal 5 dagen/week fruit	76	90	81	88	80	84	81	89	84	84	83	-	-	81
Eet dagelijks groente	35	50	33	57	49	46	39	45	40	44	42	▼	60	39
Eet minimaal 5 dagen/week groente	85	93	88	92	83	88	89	93	87	91	89	-	▲	85
Eet dagelijks vlees	11	10	7	15	16	13	8	10	11	10	10	-	-	9
Eet maximaal 5 dagen/week vlees	65	69	69	64	61	63	71	66	63	68	67	-	▼	75
Eet minimaal 2x per week vis	31	31	29	35	26	32	30	31	25	34	31	-	▼	37

Eet dagelijks volkoren produkten	64	61	60	68	62	57	68	65	63	63	63	-	62
Eet minimaal 5 dagen/week volkoren produkten	83	84	83	86	83	80	87	85	81	86	84	-	80
Eet minimaal 2x per week peulvruchten	43	36	39	43	32	38	43	36	35	42	40	-	37
Eet dagelijks zuivel	74	80	73	83	83	76	76	83	74	79	77	-	76
Eet minimaal 5 dagen/week zuivel	91	94	92	94	97	93	92	97	89	94	93	-	91

Vocht

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Drinkt dagelijks 1,5 liter vocht	80	76	81	75	69	76	78	84	75	80	78	-	78

Genieten of gewoonte

Roken

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Roker	11	7	12	4	11	8	9	10	7	10	9	9	9
Ex-roker	59	45	52	55	39	46	58	52	52	52	52	49	56
Heeft nooit gerookt	30	48	36	41	50	46	32	37	41	38	39	41	35
Gebruikt weleens e-sigaret	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	-	0

Alcohol

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Drinkt niet, of max. 1 glas per dag (richtlijn RGV 2015)	29	67	38	57	78	55	44	38	52	45	47	47	52
Drinker (in afgelopen 12 maanden)	87	67	82	73	55	69	80	89	69	83	77	78	73
Overmatige drinker (meer dan 14 (m) of 7 (v) per dag)	23	14	24	13	6	18	18	24	17	20	19	19	19
Zware drinker (minstens 1x/week meer dan 6(m) of 4(v) per dag)	13	2	10	5	0	7	7	10	12	5	7	6	5

Tijd om op te laden

Slaap

Hoe vindt u dat u over het algemeen slaapt	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
Goed	52	34	48	35	39	38	45	52	32	48	43	-	40	
Redelijk goed	38	53	43	51	42	50	45	34	52	41	45	-	47	
Redelijk slecht	8	11	7	12	14	9	9	11	13	9	10	-	10	
Slecht	2	2	2	2	5	3	1	3	3	2	2	-	3	

Vrije tijd

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
Heeft altijd of meestal voldoende tijd om te ontspannen	95	93	94	95	90	92	96	91	92	95	94	-	91	
Vindt het altijd of meestal moeilijk om tijd voor zichzelf vrij te maken	13	12	10	14	21	13	12	11	19	9	12	-	10	
Vindt dat er altijd of meestal een goede balans is tussen dagelijkse werkzaamheden en vrije tijd	85	87	86	89	67	83	88	86	76	91	86	-	85	

Willen Twentenaren hun leefstijl aanpassen?

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
Wil op één of meerdere gebieden leefstijl aanpassen	53	47	56	42	39	47	51	55	56	46	50	-	53	
Wil op het volgende gebied leefstijl aanpassen														
Minder alcohol drinken	6	2	6	2	0	1	7	5	5	4	4	-	6	
Stoppen met roken	3	1	3	0	0	2	2	0	2	2	2	-	3	
Meer bewegen / sporten	13	16	18	10	9	14	14	18	15	15	15	-	19	
Gezonder eten	5	5	6	2	7	3	6	6	7	3	5	-	6	
Gewicht verliezen / afvallen	21	25	29	16	7	19	25	26	17	25	23	-	25	
Persoonlijke problemen oplossen	2	1	1	1	4	1	1	3	4	0	2	-	4	
Meer met andere mensen omgaan	5	4	4	5	2	3	4	7	6	4	4	-	6	
Rustiger aandoen	17	15	15	15	27	18	13	18	23	13	16	-	15	
Iets anders	5	3	4	4	0	4	4	2	3	4	4	-	2	

Vaardigheden voor gezondheid

Risico op laaggeletterdheid

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft risico op laaggeletterdheid	33	32	24	38	75	47	25	14	100	0	33	-	▲ 24

Vaardigheden

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is digitaal niet voldoende vaardig	19	28	14	33	71	39	15	13	55	11	24	-	19

Is niet voldoende digitaal vaardig op...

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Informatie zoeken op internet													
Nee (kan dit wel)	87	75	93	71	36	67	90	91	62	90	81	-	82
Ja (kan dit niet)	5	11	5	8	36	14	5	2	18	4	8	-	8
Niet van toepassing	8	14	3	21	28	19	5	7	20	7	11	-	10
Internetbankieren													
Nee (kan dit wel)	75	58	82	51	19	46	79	85	38	80	66	-	70
Ja (kan dit niet)	14	22	12	23	33	27	13	7	35	10	18	-	14
Niet van toepassing	11	20	6	25	48	28	7	8	27	10	16	-	16
Online aanvragen doen of afspraken													
Nee (kan dit wel)	87	75	90	71	52	69	90	89	65	89	81	-	78
Ja (kan dit niet)	7	11	7	10	21	13	7	3	19	4	9	-	10
Niet van toepassing	6	14	3	19	27	18	3	8	17	7	10	-	11
Online producten aanschaffen													
Nee (kan dit wel)	67	50	75	42	12	40	70	77	34	71	59	-	62
Ja (kan dit niet)	14	20	13	22	32	23	14	10	33	9	17	-	15
Niet van toepassing	18	30	13	36	56	37	16	13	34	20	24	-	23
E-mailen, chatten, berichten versturen													
Nee (kan dit wel)	77	71	89	61	17	57	85	87	47	87	74	-	78
Ja (kan dit niet)	11	14	7	16	32	20	7	6	27	5	12	-	10
Niet van toepassing	12	16	4	23	50	23	8	7	25	9	14	-	12
Beeldbellen													
Nee (kan dit wel)	52	56	67	42	15	38	64	71	35	64	54	-	59
Ja (kan dit niet)	21	15	13	23	30	23	15	13	34	10	18	-	14
Niet van toepassing	27	30	21	35	55	39	22	17	32	26	28	-	27

Social media gebruiken														
Nee (kan dit wel)	39	40	50	29	8	30	45	51	27	46	40	-	45	
Ja (kan dit niet)	19	20	14	25	37	24	17	12	37	11	20	-	15	
Niet van toepassing	41	40	36	46	55	45	38	37	36	43	41	-	41	

Niveau gezondheidsvaardig

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Voldoende	31	32	32	33	13	28	34	33	8	43	31	-	37
Matig	51	45	51	40	55	44	49	54	43	50	48	-	47
Onvoldoende	18	24	16	27	33	28	17	13	49	7	21	-	15

Levenskracht

Geluk

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Mate van geluk													
Onvoldoende	6	5	6	7	3	6	6	5	10	4	6	5	6
Voldoende	25	27	26	24	37	24	27	26	26	25	26	31	31
Goed	68	68	69	69	60	70	67	69	64	71	68	64	63

Angststoornis of depressie

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Risico op angststoornis of depressie, in 3 categorieën													
Geen of laag risico	70	55	66	60	47	59	66	61	44	71	62	59	61
Matig risico	28	42	31	39	50	38	31	38	50	27	35	38	35
Hoog risico	2	3	3	1	3	3	3	1	5	1	3	3	4

Stress

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft (heel) veel stress ervaren door...													
Werk	1	1	1	0	0	0	1	2	0	1	1	-	0
Studie	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0
Relatie	1	0	0	1	2	1	0	2	0	1	1	-	1
Familie	1	2	2	1	5	0	2	4	2	1	2	-	2
Sociale contacten	0	1	0	1	0	1	1	0	2	0	1	-	1
Opvoeding	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0
Wonen	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	-	1

Gezondheid	3	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	-	3
Mantelzorg	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	-	1
Geldzaken	0	0	0	0	3	0	0	0	1	0	0	-	1
Social media	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	-	0
Iets anders	1	0	0	1	0	0	0	3	0	1	0	-	1
Heeft in de afgelopen 4 weken (heel) veel stress ervaren	4	5	5	4	5	3	5	8	6	4	4	-	6

Regie over eigen leven

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Onvoldoende	16	23	15	26	30	22	18	17	33	13	20	12	17
Matig	71	70	73	67	63	72	70	65	65	73	70	74	73
Veel	13	7	12	7	7	6	12	18	2	14	10	14	9

Veerkracht

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Laag	20	31	23	29	25	26	26	19	43	17	25	26	26
Gemiddeld	53	48	52	47	53	51	48	57	41	55	51	51	52
Hoog	27	21	24	23	22	22	26	23	16	28	24	23	23

Weerbaarheid

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is voldoende weerbaar	78	64	75	65	70	67	73	77	60	76	71	-	74

Betekenisvol

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Vindt het leven zinvol	92	90	92	90	91	90	93	89	89	92	91	85	88
Heeft een doel in het leven	86	82	86	83	73	85	84	82	81	86	84	-	80
Heeft vertrouwen in de toekomst	70	72	73	68	61	67	74	73	59	76	71	-	69

Tolerantie naar LHBTi

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Vindt twee vrouwen die met elkaar zoenen (helemaal) niet goed	15	18	15	16	26	19	14	17	19	15	16	-	15
Vindt twee mannen die met elkaar zoenen (helemaal) niet goed	30	22	22	30	36	27	25	24	30	24	26	-	24
Vindt een man en een vrouw die elkaar zoenen (helemaal) niet goed	11	10	11	8	20	12	9	14	10	11	11	-	9
Vindt man die zich vrouw voelt (helemaal) niet goed	18	9	12	12	34	16	12	10	20	10	13	-	13
Vindt vrouw die zich man voelt (helemaal) niet goed	18	9	12	12	32	16	12	10	20	10	13	-	13

Zelf doen

Functionele beperkingen

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft minimaal één beperking met horen, zien of mobiliteit	18	29	14	33	52	35	15	14	37	16	23	25	27
Heeft gehoorbeperking	8	6	5	7	23	10	5	4	11	5	7	9	8
Heeft gezichtsbeperking	5	6	2	8	14	10	2	2	10	2	5	8	7
Heeft mobiliteitsbeperking	10	25	9	26	40	27	11	8	29	11	18	18	21

Huishoudelijk activiteiten

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen risico op laaggelett erdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Kan 1 of meer HDL activiteiten niet geheel zelfstandig uitvoeren	25	21	11	35	52	30	18	15	40	14	23	23	26
Kan geen zwaar huishoudelijk werk doen	9	19	6	22	40	22	8	11	24	9	14	15	17
Kan geen bedden verschonen of opmaken	16	12	5	24	39	22	8	9	27	7	14	16	16
Kan geen administratie doen	14	21	9	27	38	26	11	9	35	8	17	20	15
Kan geen kleren wassen en strijken	19	2	5	16	22	11	11	8	19	5	10	12	12
Kan geen gebruik maken van eigen of openbaar vervoer	7	12	3	16	36	17	6	3	21	4	10	10	10

Vallen

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Is gevallen in de afgelopen 3 maanden	17	20	15	24	21	23	16	14	26	14	19	19	19

Slaap en kalmeringsmiddelen

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft u de afgelopen 2 weken slaap- of kalmeringsmiddelen gebruikt op doktersvoorschrift	5	12	7	11	16	10	8	8	10	8	9	-	9

Samen ben je niet alleen

In de buurt

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Speelt noaberschap een rol in uw leven													
Ja, een grote rol	50	48	46	52	62	52	45	51	54	46	49	-	▲ 34
Ja, een kleine rol	44	37	44	39	25	37	45	41	35	44	41	-	▼ 46
Nee	6	13	10	8	6	8	10	9	10	9	9	-	▼ 17
Ik ken het woord niet	0	2	1	1	6	2	0	0	1	1	1	-	▼ 3
Is betrokken bij (sommige) mensen in de buurt	98	95	96	96	100	96	97	95	96	96	96	-	▲ 90
Heeft een beetje of veel gedaan voor de buurt in de afg 12 mndn	66	54	64	58	42	54	63	68	58	61	60	-	▲ 46

Eenzaamheid

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Eenzaamheid (obv De Jong Gierveld schaal), in 4 categorieën													
Niet eenzaam (score 0-2)	58	48	58	50	30	52	52	58	44	57	53	62	48
Matig eenzaam (score 3-8)	35	41	35	39	54	37	39	37	44	35	38	31	41
Ernstig eenzaam (score 9-10)	5	9	5	8	15	10	5	4	9	6	7	5	7
Zeer ernstig eenzaam (score 11)	2	2	3	2	0	1	4	1	2	2	2	2	4
Is emotioneel eenzaam	21	34	23	30	49	31	26	23	35	24	27	▲ 19	29
Is sociaal eenzaam	31	29	30	31	30	28	33	28	34	28	30	27	32

Mantelzorg

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft in afgelopen 12 mndn mantelzorg gegeven	24	25	26	22	28	23	23	33	19	27	24	21	25
Geeft nu mantelzorg	13	17	16	14	17	14	14	23	12	17	15	16	17
Mantelzorger (vlg. de definitie: minimaal 3 mndn en/of minimaal 8u pw)	12	16	15	12	15	13	13	22	12	16	14	15	16
Tamelijk zwaar, zeer zwaar tot overbelast als mantelzorger (vlg. de definitie)	9	4	3	8	29	3	4	16	0	9	6	3	13
Is bekend met mantelzorgondersteuning	80	82	88	74	73	81	79	83	72	84	81	-	74
Kreeg in afg 12 mndn mantelzorg	13	17	8	18	52	22	10	10	29	8	15	14	16

Vrijwilligerswerk

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Doet vrijwilligerswerk	50	38	49	40	16	36	51	42	34	48	44	47 ▲	32

Wet maatschappelijke ondersteuning

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Bekendheid Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)													
Ja, ik maak daar gebruik van	13	28	7	35	55	34	11	10	36	12	20	-	23
Ja, maar ik maak daar geen gebruik van	53	50	62	39	23	41	56	65	30	61	51	-	52
Nee	34	23	31	25	22	25	33	24	34	26	28	-	24
Aangevraagde hulp onder Wmo gebruikers													
Maakt gebruik van Wmo: Huishoudelijke hulp	55	59	39	65	59	62	49	50	64	55	58	-	63
Maakt gebruik van Wmo: Vervoer/regiotaxi	21	20	8	23	25	24	14	0	24	14	20	-	27
Maakt gebruik van Wmo: Aanpassing in woning	16	10	21	10	4	8	20	19	11	15	12	-	12
Maakt gebruik van Wmo: Anders	20	10	23	9	13	13	11	19	14	12	13	-	18

Oost west, thuis best

Slaapverstoring

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Ervaart matige tot ernstige slaapverstoring door...													
Wegverkeer >50 km/u	10	8	8	8	25	12	7	4	13	7	9	-	10
Wegverkeer <50 km/u	16	9	11	15	15	14	12	8	18	9	12	-	16

Treinverkeer	2	1	0	2	3	2	1	0	1	1	1	-	▼	6
Vliegverkeer	2	1	1	2	0	2	1	2	3	0	2	-	▼	4
Brommers/scooters	16	15	15	16	20	17	16	11	24	11	16	-	▼	23
Buren	9	9	9	8	11	9	10	8	11	8	9	-		11
Bedrijven/industrie	6	4	4	6	7	6	4	4	6	3	5	-		4
Windturbines, windmolens	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	-		1
Ervaart slaaphinder door één of meer bronnen	27	25	24	26	39	26	28	17	32	22	26	-	▼	32

Geluidshinder

Ervaart matige tot ernstige geluidshinder door...	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
Wegverkeer >50 km/u	19	15	16	16	24	16	16	21	24	13	17	-	▼	22
Wegverkeer <50 km/u	22	23	21	25	27	22	24	23	27	20	23	-	▼	30
Treinverkeer	2	1	1	1	7	3	1	0	3	1	2	-	▼	8
Vliegverkeer	5	3	4	3	4	5	3	4	7	3	4	-	▼	8
Brommers/scooters	29	28	28	30	32	26	30	32	34	26	29	-	▼	38
Buren	17	11	15	14	6	13	16	12	18	12	14	-		18
Bedrijven en industrie	9	4	6	7	6	7	7	4	9	5	6	-		7
Windtubines, windmolens	2	1	0	2	3	1	1	0	1	1	1	-		1
Ervaart geluidshinder op één of meer gebieden	43	41	42	41	46	40	45	42	48	39	42	-	▼	52

Klachten van hitte

Heeft afgelopen zomer gezondheidsklachten gehad door gevolg van hitte	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			
Geeft 'onvoldoende' voor verkoeling vinden binnen	7	9	8	7	11	9	8	4	11	7	8	-	▼	14
Geeft 'voldoende' voor verkoeling vinden binnen	21	25	20	27	30	27	21	17	28	20	23	-		25
Geeft 'goed' voor verkoeling vinden binnen	72	66	72	66	59	64	71	79	61	73	69	-	▲	62
Geeft 'onvoldoende' voor verkoeling vinden buiten	15	14	12	17	22	18	14	9	21	11	15	-	▼	23
Geeft 'voldoende' voor verkoeling vinden buiten	18	24	20	23	27	26	18	17	26	20	21	-		23
Geeft 'goed' voor verkoeling vinden buiten	66	61	67	60	51	56	68	74	53	69	64	-	▲	54

Groen in de buurt

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett erdheid	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
										risicio op laaggelett erdheid	Totaal			

Vindt dat er voldoende groen is in buurt	92	96	95	93	93	96	91	98	96	93	94	-		91
Wandelt/fietst meer door groen in buurt	82	82	84	80	79	85	80	82	79	84	82	-	▲	70
Vindt dat er voldoende mogelijkheden in buurt zijn om te fietsen	99	97	98	98	95	98	98	98	97	99	98	-	▲	96
Vindt dat er voldoende mogelijkheden in buurt zijn om te wandelen	97	97	98	95	98	98	97	97	96	97	97	-		95

Woning

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
									Risico op laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
(On)voldoende voor woning													
Onvoldoende	3	2	3	1	9	5	1	1	1	3	3	4	3
Voldoende	9	8	8	9	5	10	9	0	11	7	8	9	11
Goed	88	90	89	90	86	85	89	99	88	90	89	87	86

Toekomstbestendig wonen

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Geen		Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
									Risico op laaggelett erdheid	risicio op laaggelett erdheid			
Vindt woning geschikt om ouder te worden													
Ja	63	62	58	67	80	66	57	68	67	60	62	-	63
Nee, wil gaan verhuizen	12	9	13	8	3	8	15	5	8	12	11	-	13
Nee, wil aanpassingen gaan doen	16	14	15	17	4	13	17	16	15	15	15	-	11
Weet niet, nog niet over nagedacht	8	15	14	8	13	12	11	12	10	12	12	-	12
Wil verhuizen en nieuwe woning moet...													
Gelijkvloers zijn	85	93	87	90	100	100	83	77	100	84	88	-	86
Eén slaapkamer hebben	3	16	10	7	0	11	8	0	0	12	9	-	6
Twee slaapkamers hebben	80	76	74	89	100	83	74	100	84	76	78	-	69
Drie of meer slaapkamers hebben	10	0	6	5	0	6	5	0	9	4	5	-	12
Een balkon hebben	34	25	30	24	100	30	30	25	60	21	30	-	44
Een tuin hebben	48	48	54	37	0	37	51	75	40	52	48	-	38
Zorg aan huis hebben	41	36	33	48	100	58	32	0	30	42	39	-	25
Dichtbij voorzieningen zijn	72	63	68	65	100	63	70	72	76	64	68	-	72
Aan andere eisen voldoen	10	4	10	0	0	6	6	28	7	7	7	-	5
Ervaart problemen in huis door...													
De trappen	83	74	79	77	100	80	77	86	76	80	79	-	83
De drempels	21	23	16	31	38	19	24	18	29	20	22	-	15
Geen steunen/beugels in badkamer of toilet	43	39	39	45	38	47	39	36	44	40	41	-	31
Woning is ongeschikt voor rolstoel of rollator	22	25	19	30	38	22	26	16	24	24	23	-	21
Toilet is te laag	17	11	16	12	0	14	13	23	10	16	14	-	14
Geen toilet op verdieping waar ik slaap	5	7	5	4	62	9	3	11	10	4	6	-	11
Onderhoud huis of tuin valt me te zwaar	46	61	49	61	34	44	58	56	60	52	53	-	51
Voldoende zorg ontvangen thuis is moeilijk	4	6	3	8	38	6	4	6	3	6	5	-	5
Voorzieningen zijn te ver weg	24	23	25	22	0	17	28	23	10	28	23	-	▲ 13

Andere problemen	5	5	6	4	0	2	5	13	5	5	5	-	6
------------------	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---	---

Gezond rondkomen

Huishoudinkomen

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Afgelopen 12 maanden moeite met rondkomen van het huishoudinkomen	5	5	6	3	9	8	3	0	10	2	5	5	7
Heeft €1000 voor onverwachte, noodzakelijke uitgave	82	79	79	85	71	74	83	91	71	86	81	-	80

Ingrijpende gebeurtenissen bij ouderen

Huiselijk geweld

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Psychisch geweld thuis afgelopen 12 mndn	7	4	6	4	8	6	4	9	8	4	6	3	6
Lichamelijk geweld thuis afgelopen 12 mndn	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
Verwaarloosd in verzorging thuis afgelopen 12 mndn	2	2	1	2	9	5	0	0	4	1	2	0	1
Financieel benadeeld thuis afgelopen 12 mndn	2	1	1	0	5	2	0	1	1	1	1	0	1
Vrijheid beperkt thuis afgelopen 12 mndn	1	1	1	1	5	3	0	1	1	1	1	0	1
Ongewenst seksueel benaderd thuis afgelopen 12 mndn	1	1	1	0	0	2	0	1	0	1	1	1	0

Gevolgen corona

Ervaren corona

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggeleerdheid	Geen risico op laaggeleerdheid	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Heeft u het coronavirus (gehad)?													
Ja, dit is bevestigd met een test	1	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	-	1
Ja, ik denk het wel, maar ik ben niet getest	3	3	3	2	5	3	3	1	3	2	3	-	2
Nee, ik denk het niet	96	95	95	96	93	95	95	97	94	97	95	-	97
Heeft zich redelijk tot ernstig ziek gevoeld door het coronavirus (onder mensen die corona hebben gehad)	23	33	39	18	14	24	28	30	36	18	28	-	19

Veranderingen door coronacrisis

	Man	Vrouw	65-74 jaar	75-84 jaar	85+	Lage SES	Midden SES	Hoge SES	Risico op laaggelett	Geen risico op laaggelett	Totaal	Totaal Ouderen 2016	Totaal Twente 2020
Algemene gezondheid													
Beter	2	2	2	1	0	2	1	2	1	2	2	-	1
Niet veranderd	95	92	93	94	100	92	95	95	92	95	94	-	93
Slechter	3	6	5	5	0	6	4	2	7	4	5	-	6
Financiële situatie													
Beter	4	2	4	1	0	4	3	0	2	2	3	-	2
Niet veranderd	93	96	92	98	100	94	94	97	94	96	95	-	95
Slechter	4	2	4	1	0	2	3	3	4	2	3	-	4
Bewegen / sporten													
Meer	7	7	8	5	5	6	7	11	7	7	7	-	7
Niet veranderd	78	71	74	77	63	69	79	74	74	75	74	-	▲ 68
Minder	15	22	18	18	32	25	14	15	19	18	19	-	▼ 25
Roken													
Meer	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	-	1
Niet veranderd	17	10	15	9	20	12	14	16	14	14	14	-	14
Minder	1	2	2	1	0	1	2	2	1	2	2	-	1
Nvt	81	87	81	90	80	87	83	80	85	83	84	-	84
Alcohol drinken													
Meer	2	0	2	0	0	1	0	2	1	1	1	-	1
Niet veranderd	66	46	61	51	37	43	63	69	48	60	56	-	54
Minder	9	3	8	4	7	8	4	9	8	6	6	-	5
Nvt	23	50	29	45	56	47	32	20	44	33	37	-	40
Controle over mijn leven hebben													
Meer	3	0	2	1	0	2	2	1	3	1	2	-	3
Niet veranderd	91	89	89	90	89	86	92	92	84	92	90	-	87
Minder	6	11	8	9	11	12	6	6	13	7	9	-	10
Angstig voelen													
Meer	11	19	17	14	4	14	16	15	15	14	15	-	13
Niet veranderd	59	44	54	49	44	43	54	67	50	53	52	-	51
Minder	1	6	1	4	18	6	1	2	7	2	4	-	2
Nvt	28	32	28	33	34	36	29	16	28	30	30	-	33
Depressief voelen													
Meer	6	8	7	8	0	6	8	6	7	7	7	-	7
Niet veranderd	60	47	55	50	57	45	56	69	57	52	54	-	50
Minder	1	3	2	2	4	3	1	2	4	1	2	-	2
Nvt	33	43	36	40	39	46	35	22	32	40	38	-	40

Eenzaam voelen														
Meer	9	16	12	13	19	15	11	11	16	11	13	-		13
Niet veranderd	61	43	54	51	45	41	58	66	51	53	52	-		48
Minder	1	3	2	4	0	2	2	2	4	1	2	-		2
Nvt	29	37	33	32	36	41	29	21	29	35	33	-		36
Stress hebben														
Meer	7	11	10	7	11	9	9	10	13	7	9	-		9
Niet veranderd	61	47	55	55	46	45	58	68	52	55	54	-		52
Minder	1	2	1	2	6	3	1	3	2	2	2	-		3
Nvt	31	40	34	37	37	44	32	20	32	36	35	-		37
Mantelzorg geven														
Meer	2	4	2	3	6	3	2	4	0	4	3	-		2
Niet veranderd	33	28	35	26	17	22	36	40	32	30	31	-		31
Minder	4	3	4	2	8	3	4	4	3	4	4	-		3
Nvt	61	65	59	69	69	72	59	52	65	62	63	-		63
Vrijwilligerswerk doen														
Meer	5	3	5	3	0	2	5	3	2	4	4	-		2
Niet veranderd	47	26	38	36	18	31	38	47	36	37	36	-	▲	29
Minder	13	20	20	10	14	13	20	12	12	18	16	-		13
Nvt	36	52	37	51	67	54	37	37	50	41	44	-	▼	56