



RESULTATEN

SUBREGIO EEMLAND

**Gezondheidsmonitor
Jongvolwassenen 2024**





Achtergrond

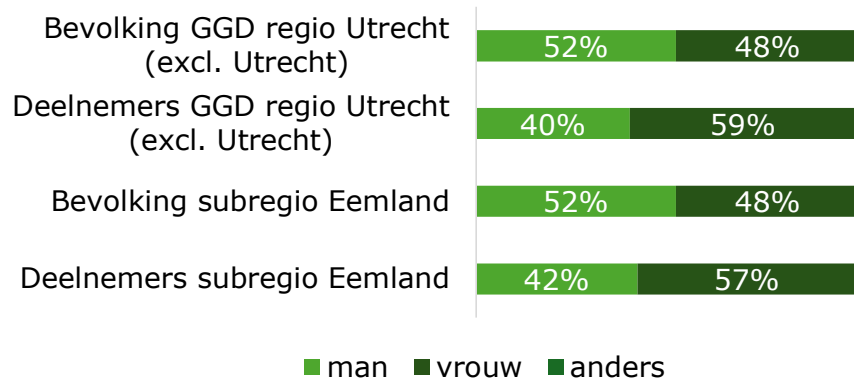
- Gezondheidsmonitor jongvolwassenen betreft groep 16-25 jarigen
- Online vragenlijst afgenomen in periode april – juli 2024
- Respondenten zijn geworven via sociale media
- In totaal 2413 respondenten uit de subregio Eemland
(11447 respondenten uit de GGD regio Utrecht - inclusief stad Utrecht)

	Respondenten	Inwoners 16-25 jaar
Amersfoort	943	19.582 (4,8% respons)
Baarn	240	2.309 (10,4% respons)
Bunschoten	240	2.807 (8,6% respons)
Eemnes	138	1.090 (12,7% respons)
Leusden	241	3.331 (7,2% respons)
Soest	445	5.176 (8,6% respons)
Woudenberg	166	1.768 (9,4% respons)
Eemland	2.413	36.063 (6,7% respons)

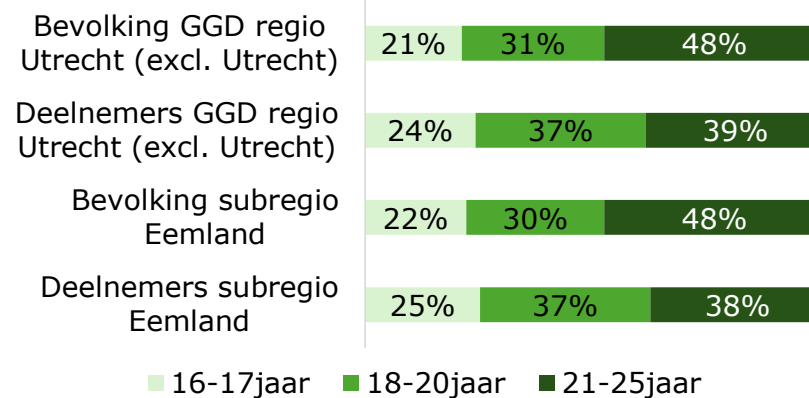


Achtergrond

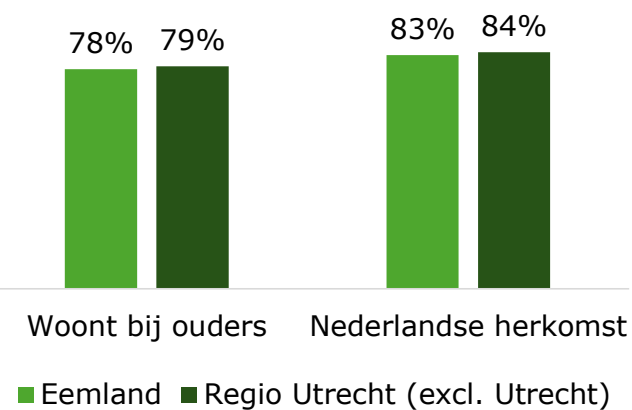
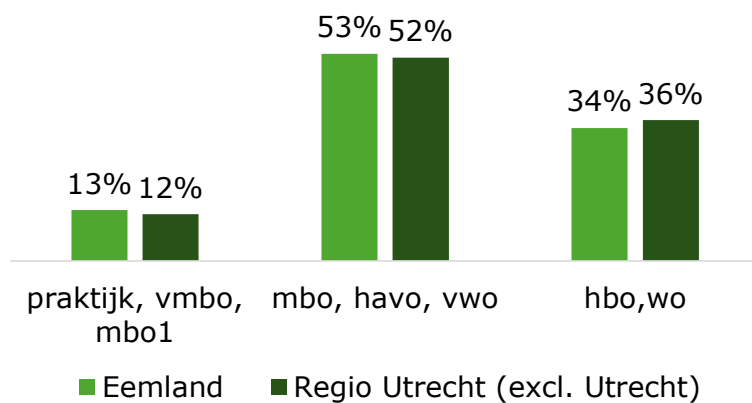
Gender



Leeftijd



Opleidingsniveau

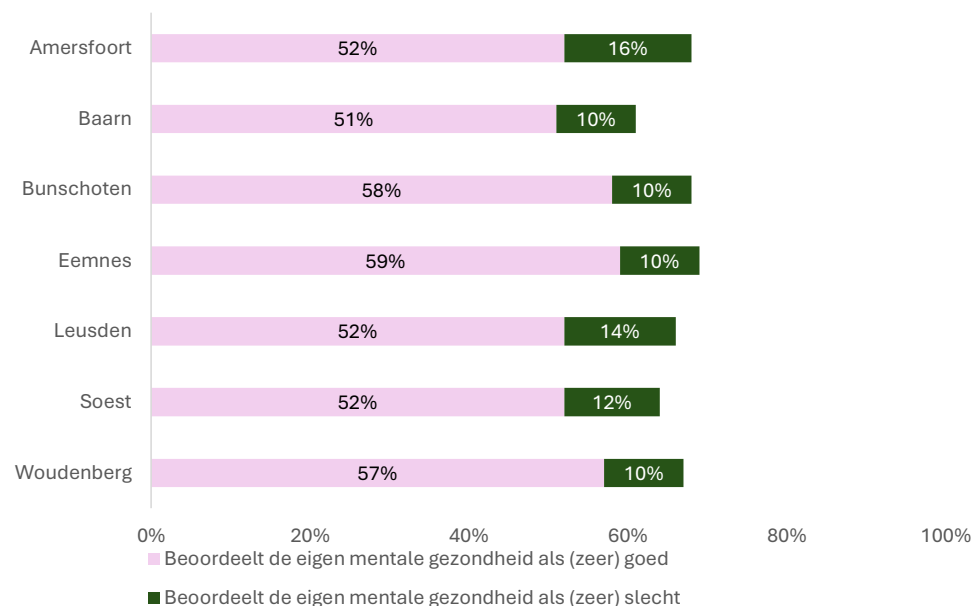




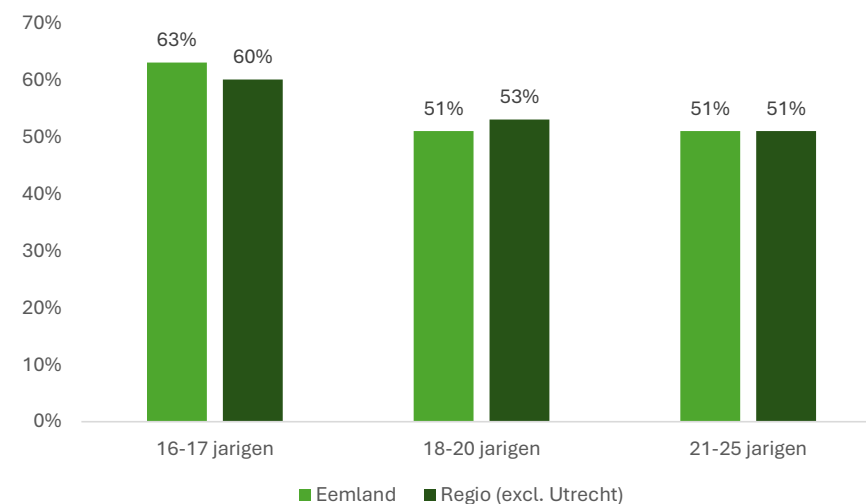
Mentaal welbevinden

In Eemland beoordeelt **54%** van de jongvolwassenen de eigen mentale gezondheid als (zeer) goed (rU excl. Utrecht 54%) en **13%** als (zeer) slecht (rU excl. Utrecht 13%)

Beoordeling eigen mentale gezondheid



Beoordeelt de eigen mentale gezondheid als (zeer) goed

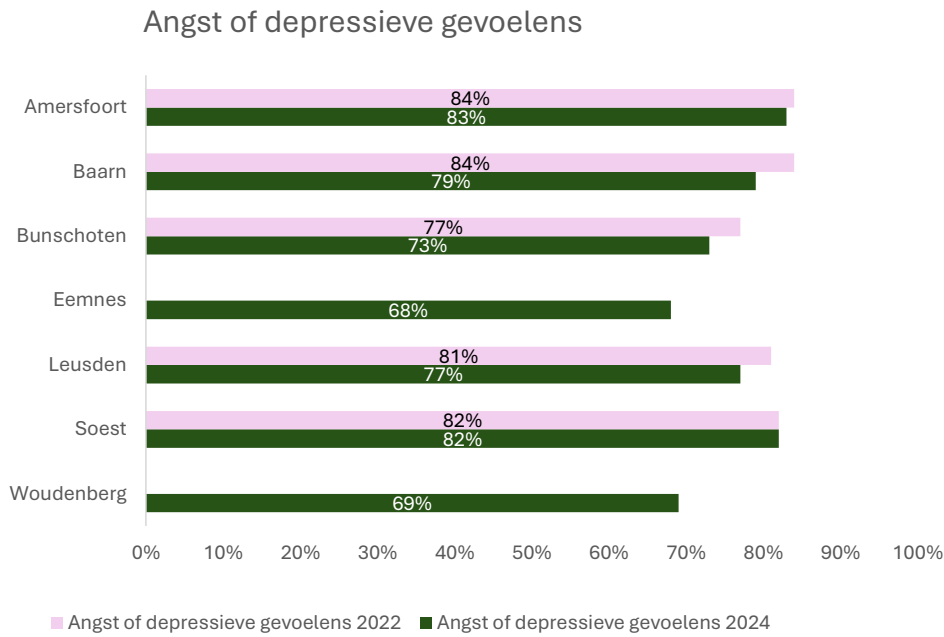
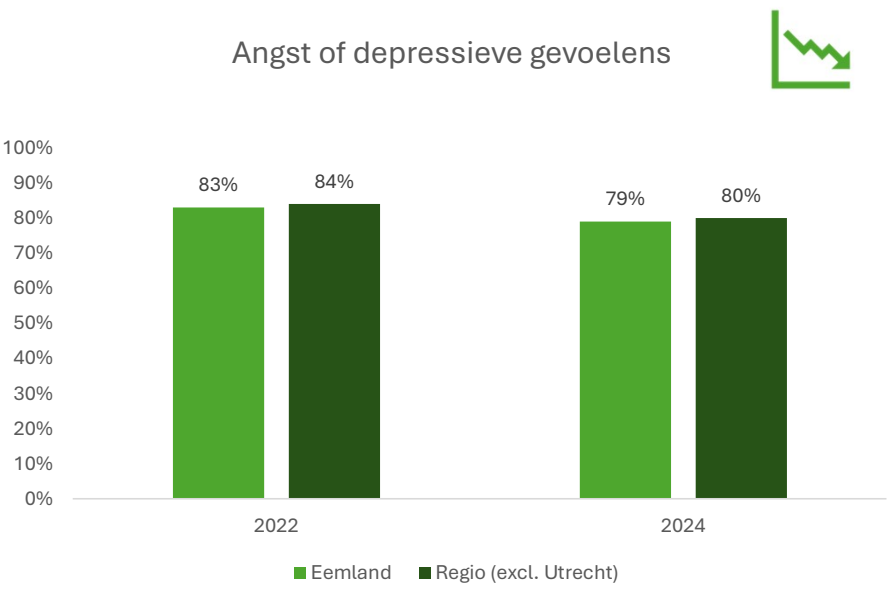




Mentaal welbevinden (2)

Heeft angst- of depressieve gevoelens gehad in de laatste 4 weken (MHI-5 ≤ 76)

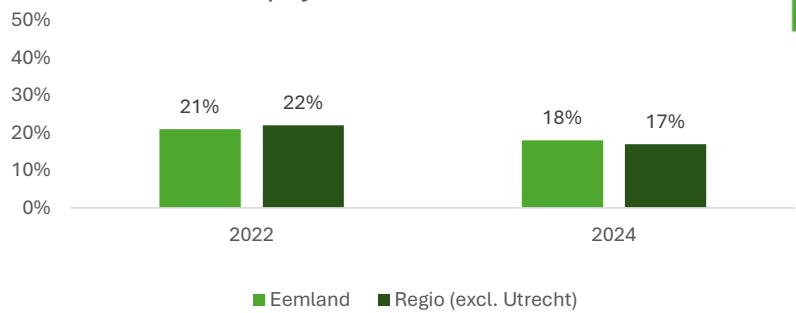
!! Nieuw afkappunt



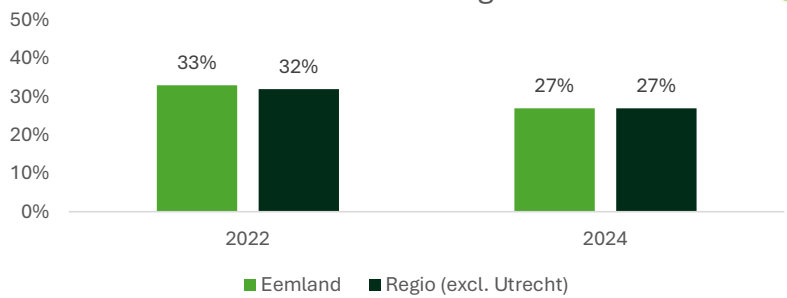


Mentaal welbevinden (2)

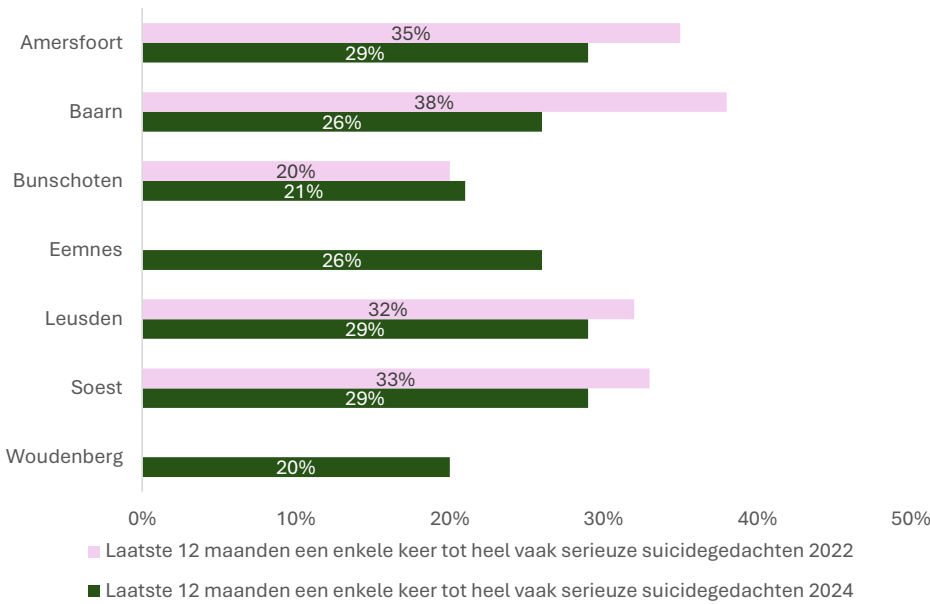
Vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten



Laatste 12 maanden een enkele keer tot heel vaak serieuze suicidegedachten



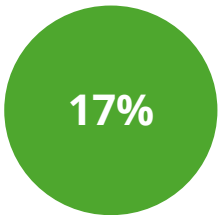
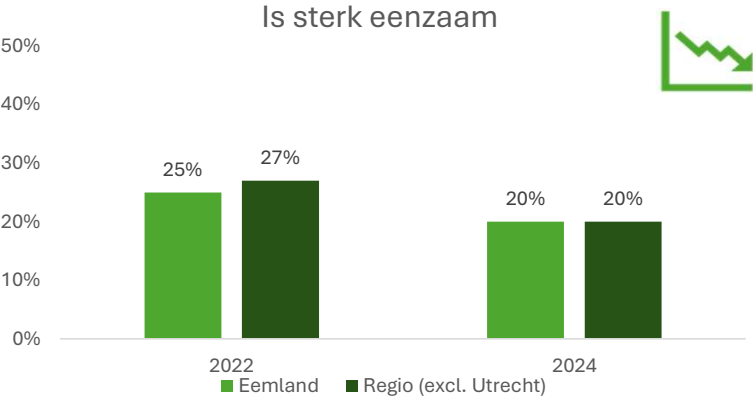
Laatste 12 maanden een enkele keer tot heel vaak serieuze suicidegedachten



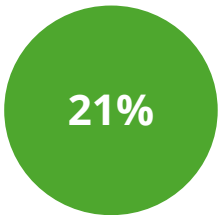


Eenzaamheid

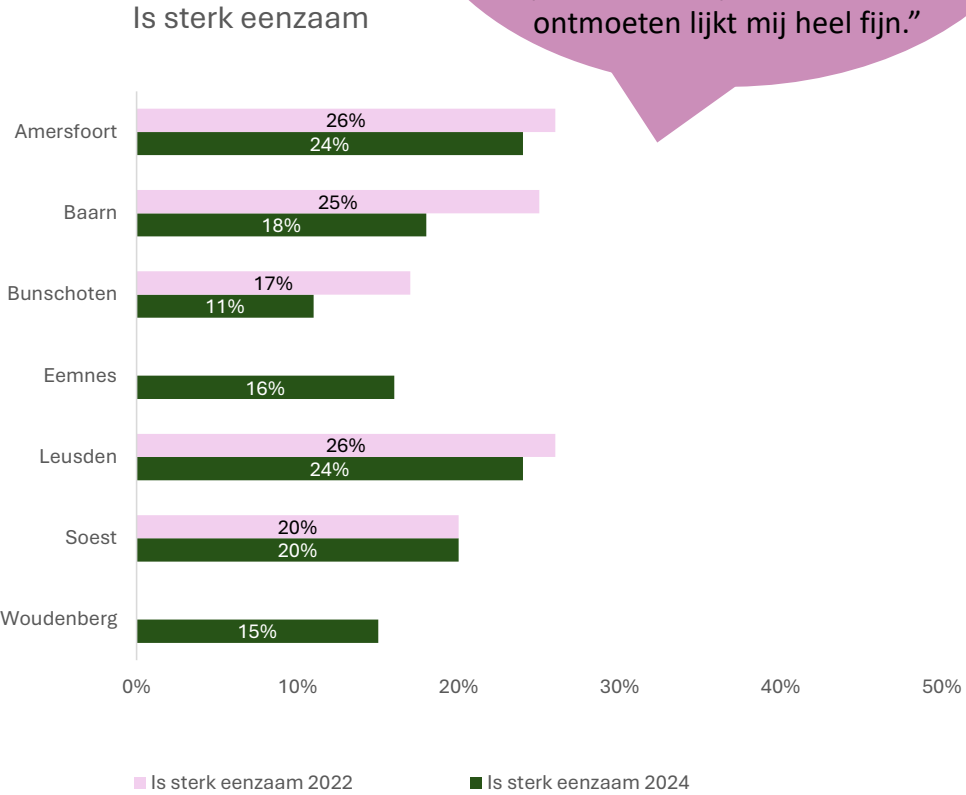
“Een ding waardoor het mentaal regelmatig minder met mij gaat is door eenzaamheid. Echter heb ik lang niet altijd genoeg geld om iets te gaan doen. Een plek waar, eventueel met begeleiding van professionals, je mensen kunt ontmoeten lijkt mij heel fijn.”



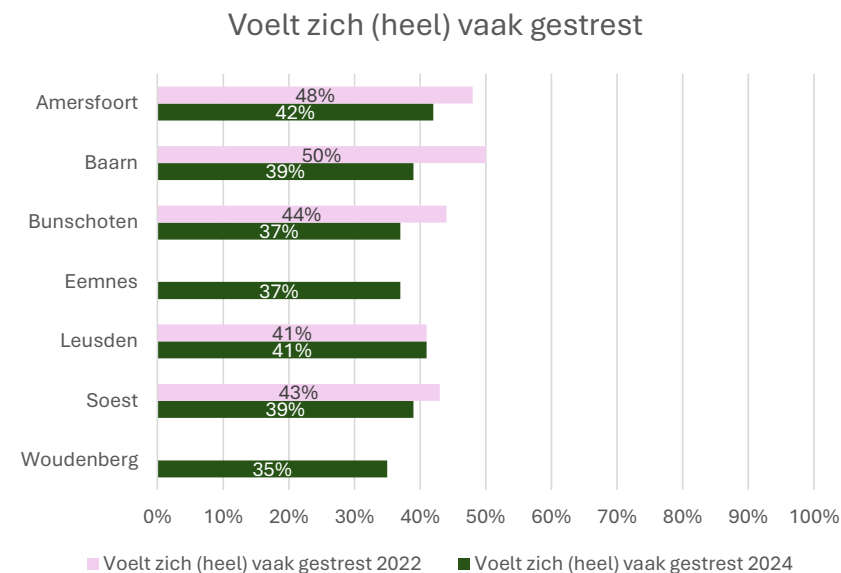
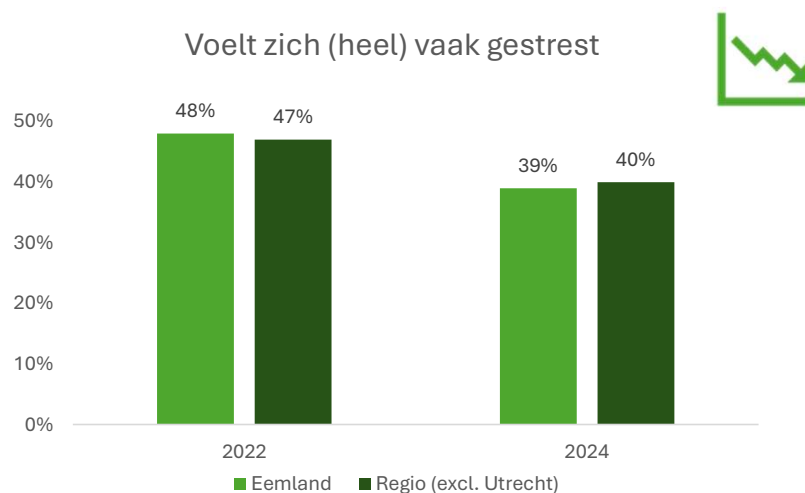
Eemland
Sterk sociaal
eenzaam



Eemland
Sterk emotioneel
eenzaam

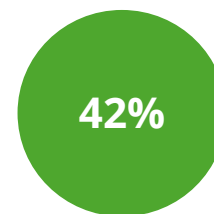


Stress en prestatiedruk

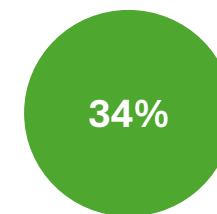


Top 3 bronnen van stress (Eemland):

1. Studie of school (62%)
2. Werk of bijbaan (43%)
3. De eisen die ik aan mezelf stel (39%)



Eemland
ervaart prestatiedruk
vanuit zichzelf



Eemland
ervaart prestatiedruk
vanuit anderen



Beschermende factoren en vertrouwen in de toekomst

Veerkracht

42%

Eemland

vindt het niet moeilijk
om stressvolle
gebeurtenissen te
doorstaan

62%

Eemland

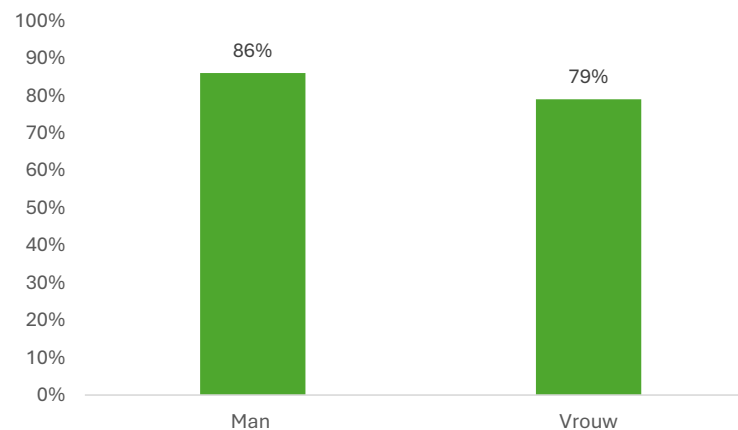
herstelt meestal snel
na een moeilijke
periode
(2022 52%)



Weerbaarheid

In Eemland is 83% van de jongvolwassenen in 2024 voldoende weerbaar (gelijk gebleven t.o.v 2022).

Kan voldoende voor zichzelf opkomen
(Eemland)





Beschermende factoren en vertrouwen in de toekomst

47%

Eemland

47%

Regio Utrecht
(excl. Utrecht)

Heeft (heel) veel
vertrouwen in
de toekomst

Niet veranderd

t.o.v. 2022 (44% in 2022; 47% in 2024)

86%

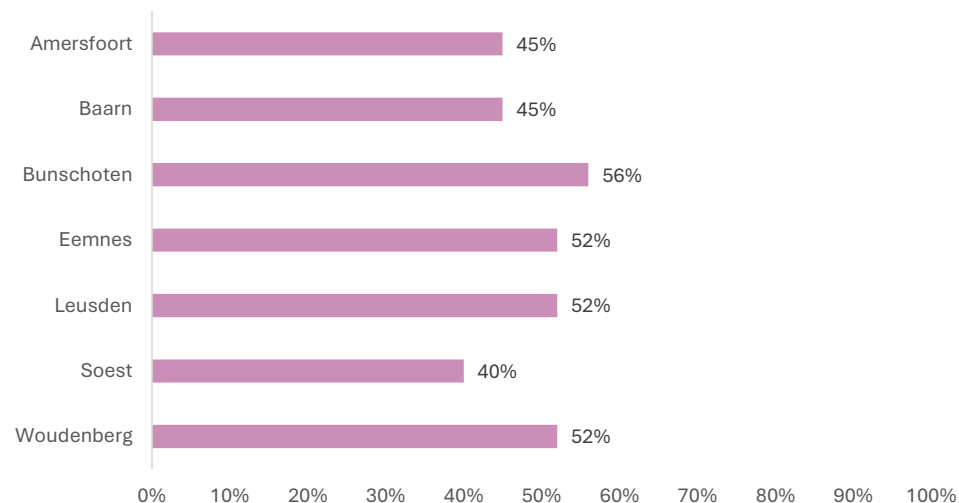
Eemland

86%

Regio Utrecht
(excl. Utrecht)

maakt zich zorgen om
één of meer
maatschappelijke
thema's

Heeft (heel) veel vertrouwen in de toekomst



Top 3 zorgen:

- de woningmarkt (65%)
- stijgende prijzen (61%)
- oorlogen (35%)



Financiële situatie

Heeft moeite
om alles te
betalen wat
moet

26%

Eemland

26%

Regio Utrecht
(excl. Utrecht)

Heeft het
gevoel weinig
controle te
hebben over
geldzaken

20%

Eemland

20%

Regio Utrecht
(excl. Utrecht)

Heeft schulden
(excl.
studieschuld of
hypotheek)

11%

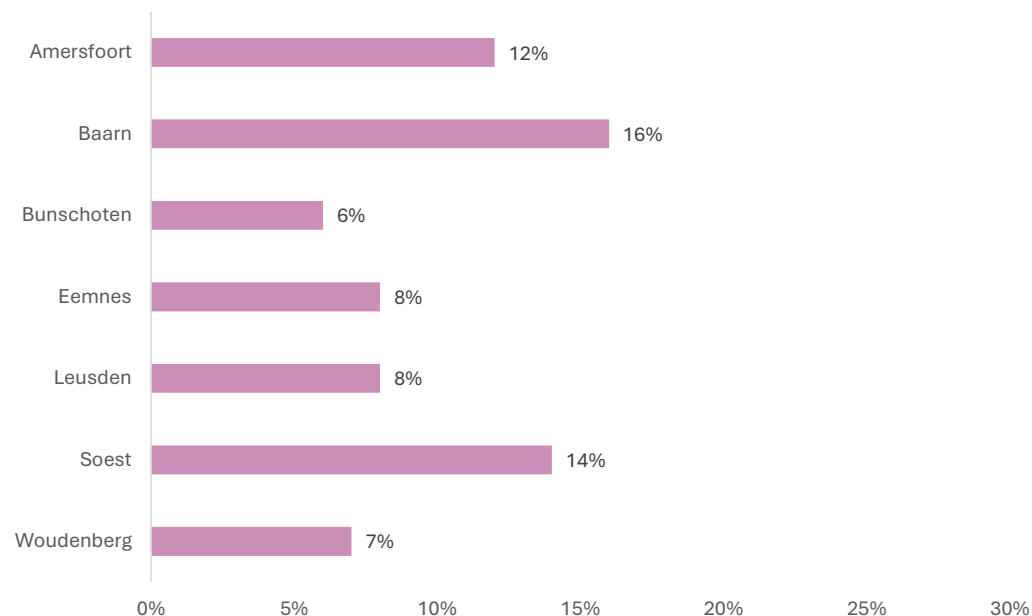
Eemland

9%

Regio Utrecht
(excl. Utrecht)

In Eemland is de financiële situatie van
jongvolwassenen niet veranderd t.o.v. 2022

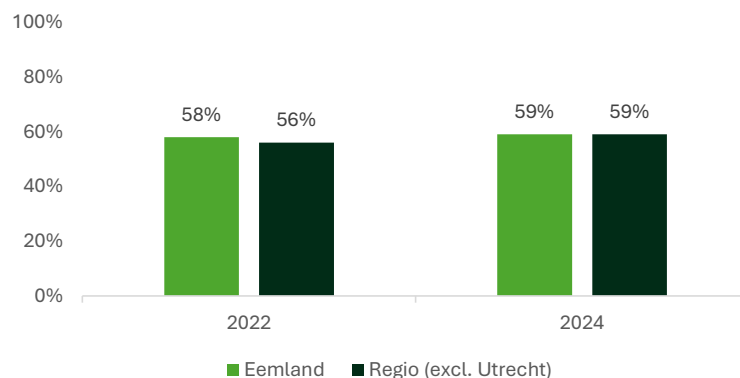
Heeft schulden (excl. studieschuld of hypotheek)



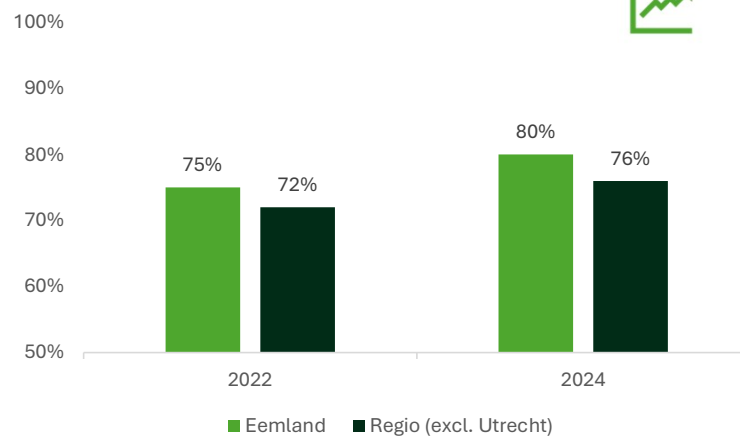


Bewegen en sporten

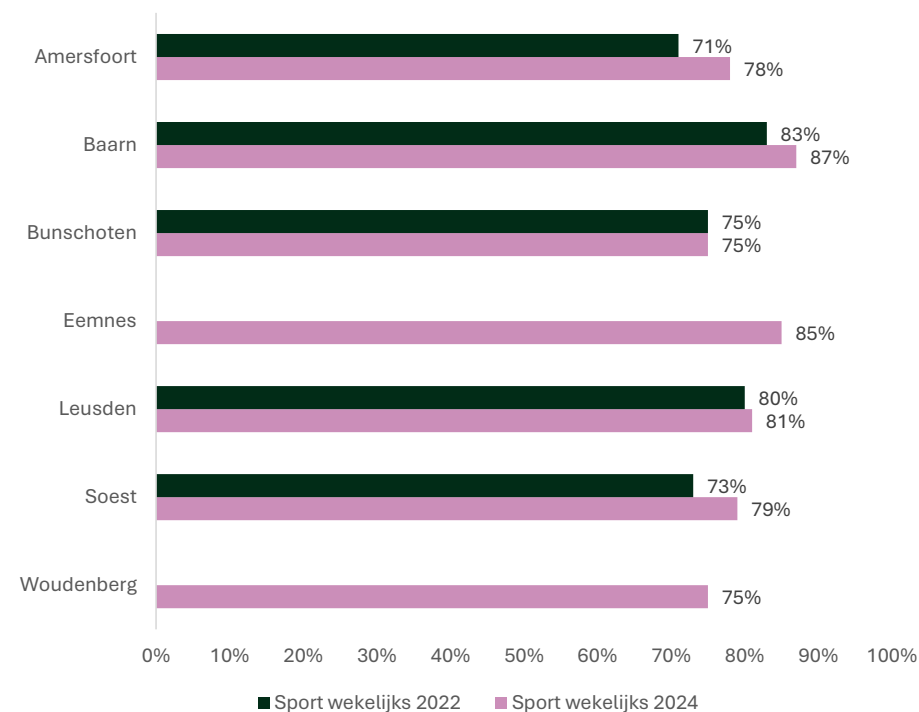
Beweegt 5 dagen of meer per week
minimaal een half uur



Sport wekelijks



Sport wekelijks



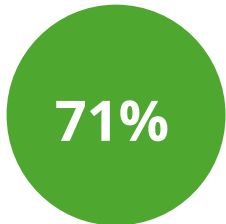


Middelengebruik

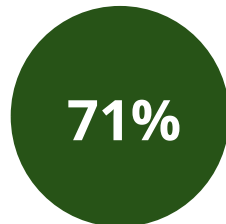
Alcoholgebruik

In Eemland is het percentage jongvolwassenen dat de afgelopen 4 weken alcohol heeft gedronken gelijk gebleven t.o.v. 2022 (74% in 2022; 71% in 2024)

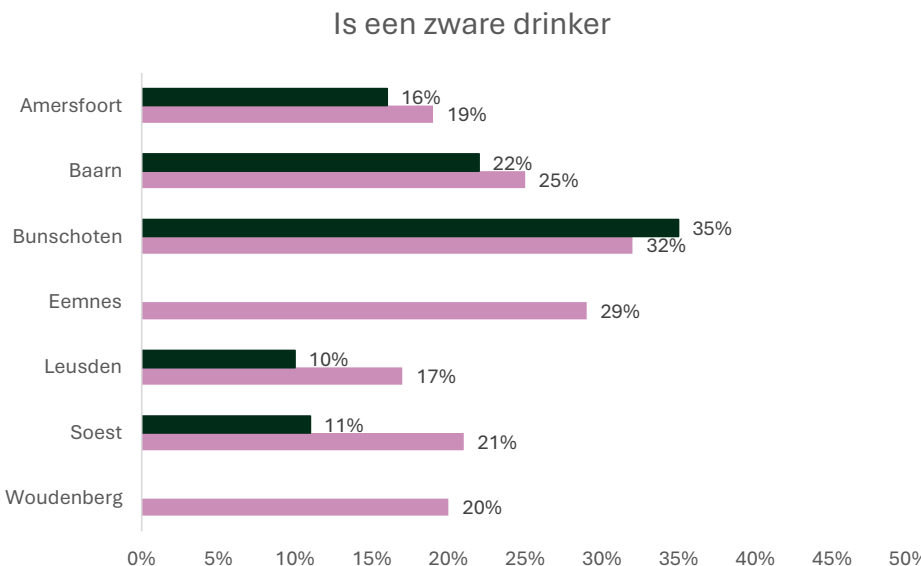
Heeft in de afgelopen 4 weken alcohol gedronken



Eemland



Regio Utrecht (excl. Utrecht)

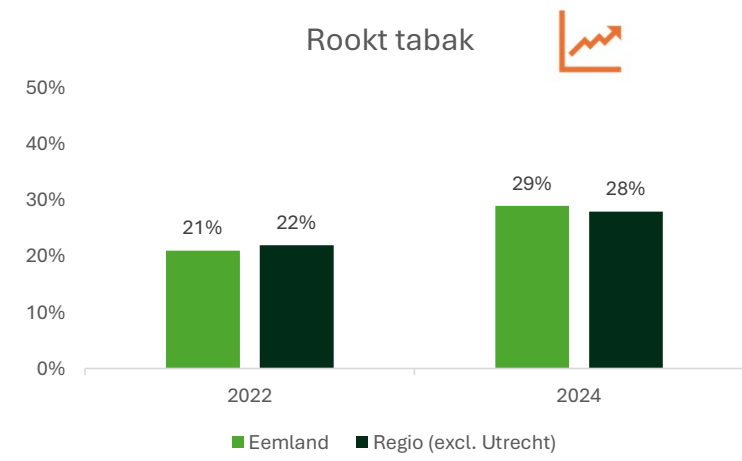




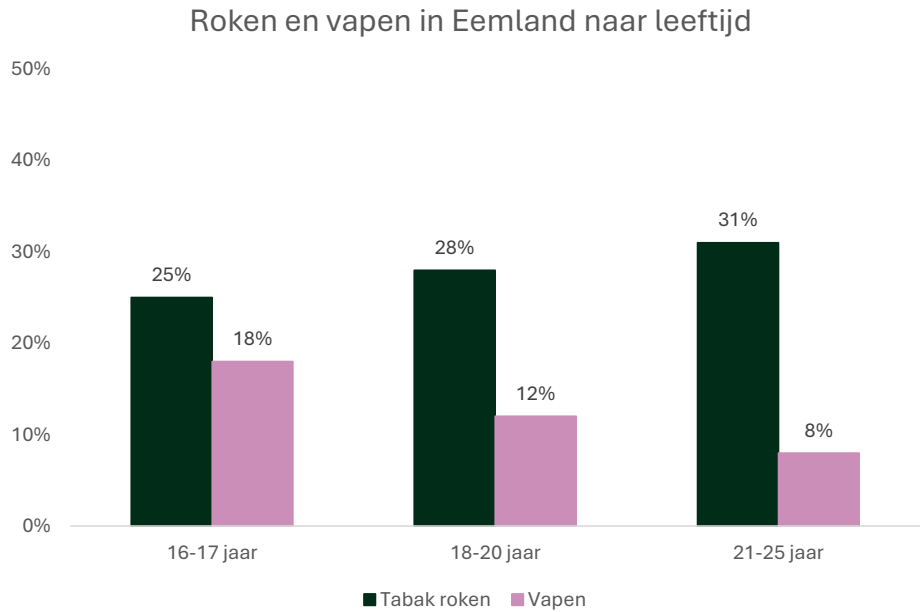
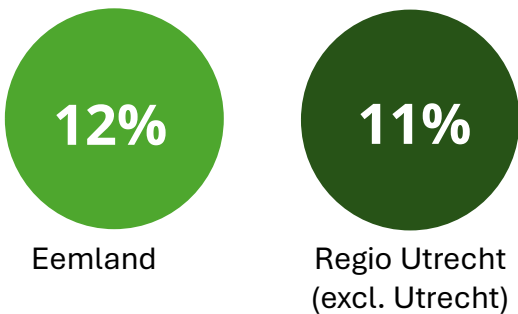
Middelengebruik (2)

Roken en vaperen

In Eemland is het percentage dat rookt toegenomen t.o.v. 2022 (21% in 2022; 29% in 2024)



Vapet





Middelengebruik (3)

Drugs

In Eemland is het percentage dat de laatste 4 weken andere drugs dan cannabis heeft gebruikt gelijk gebleven t.o.v. 2022 (8% in 2022; 9% in 2024).

15%

Eemland

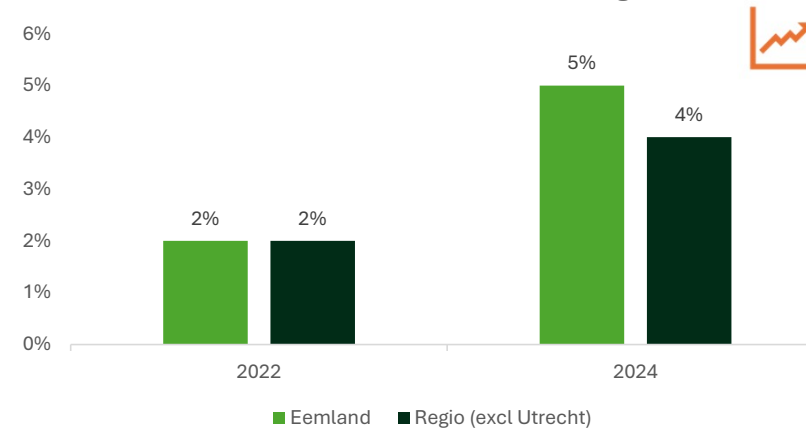
heeft cannabis
gebruikt in de laatste
4 weken

9%

Eemland

heeft andere drugs
dan cannabis
gebruikt in de laatste
4 weken

Laatste 4 weken 3-MMC of 4-MMC gebruikt





Kernboodschappen en adviezen

Mentale gezondheid heeft blijvende aandacht nodig

- Zet in op interventies op school, bijv. via de Gezonde School, thema welbevinden (BO, VO, MBO) (bijv. [Wegwijzer Mentaal Kapitaal](#), [Je Brein de Baas?! – NCJ](#))
- Blijf investeren in ziekteverzuimpreventie door aandacht voor schoolaanwezigheid ([Schoolaanwezigheid van leerlingen stimuleren | Nederlands Jeugdinstituut](#)) en bij ziekteverzuim preventief inzetten van de jeugdarts via de interventie MAZL ([MAZL op het vo | Nederlands Jeugdinstituut](#))
- Organiseer laagdrempelige sociale activiteiten (inloop), waar jongvolwassenen elkaar kunnen ontmoeten, gericht op praten of juist doen (creatief of sport (bijv. weerbaarheidstraining/boksen))
- Bied laagdrempelige hulp om mentaal welzijn bespreekbaar te maken ([Hey, het is oké](#), deskundigheidsbevordering professionals om jongeren heen)
- Tref voorbereidingen voor de wet Integrale Suïcidepreventie (juli 2025) [Gemeenten | 113 Zelfmoordpreventie](#) ([Website Ik voel me rot](#))

- ❖ Mooi voorbeeld uit het land: MIND Us, organisatie die ondersteunt om mentale gezondheid in de wijk, op school en online te versterken
- ❖ Join Us, stichting gericht op ontmoeting van leeftijdsgenoten
- ❖ Mooi voorbeelden in Eemland?

“Ik heb het idee dat jongeren vaak met dingen struggelen (zoals geldzaken) waarbij het soms fijn is om een laagdrempelige plek te hebben waar je naartoe kan om advies te vragen ipv in je eigen gedachten te blijven ronddwalen. Ook denk ik dat het fijn is voor jongeren om 'lotgenoten' tegen te komen op een laagdrempelige manier, zodat ze weten dat ze niet alleen zijn maar ook dat het niet geforceerd voelt.”



Kernboodschappen en adviezen

Zorgwekkende trends in middelengebruik

- Werk regionaal samen op dit onderwerp, bijv. door te kijken naar mogelijkheden om gezamenlijk hierop in te zetten
- Versterk de integrale aanpak genotmiddelen (alcohol/roken/drugs): combineer preventie en handhaving (veilig voelen op straat)
- Maak gebruik van aanbod en expertise Jellinek

❖ Mooie voorbeelden in Eemland?

Opgroeien in een Kansrijke Omgeving - Preventieaanpak gebaseerd op het IJslandse preventiemodel

Trimbos-instituut



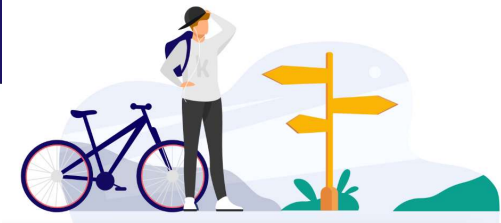


Kernboodschappen en adviezen

Toekomstzorgen en financiële onzekerheid

- ❖ Mooi voorbeeld in het land: [Kwikstart | Landelijke en lokale informatie](#)
- ❖ Financieel spreekuur Amersfoort (FiS)
- ❖ Mooie voorbeelden in Eemland?

 Wonen	 Geldzaken	 Werk
 School	 Gezondheid en hulp	 Verzekeren
 Rechten en plichten	 18 en dan	



Tot slot

- Sluit aan bij wensen/behoefte en belevingswereld jongeren: ga in gesprek
- Communiceer via bijv. Instagram



Vragen of opmerkingen



Contactgegevens

Onderzoekers:

Ilona Steenkamer (isteenkamer@ggdru.nl)

Nelleke de Vos (ndevos@ggdru.nl)

Adviseur gezondheidsbevordering:

Meike Hensing (mhensing@ggdru.nl)

Accounthouder:

Noortje van Tankeren (nvantankeren@ggdru.nl)

Jeugdgezondheidszorg:

Lidewij Warris-Boterman (lwarris@ggdru.nl)

Saskia Bangma (sbangma@ggdru.nl)

Sifra Visser (svisser@ggdru.nl)

Albertine van der Worp (avanderworp@ggdru.nl)

Liesbeth Meuwissen (lmeuwissen@ggdru.nl)