

## Bijlage 11 – Nadere toelichting huidige situatie van Heerlen

In deze bijlage vindt u de GGD uitgevoerde Gezondheidsmonitor Jongvolwassen Zuid-Limburg (16 tot 25 jaar) en de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen (op Zuid-Limburg niveau en voor de gemeente Heerlen). Onderstaand een korte samenvatting van de resultaten.

### Resultaten Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen:

- De resultaten laten duidelijk zien dat het mentaal welzijn van deze doelgroep onder druk staat, niet alleen in Zuid-Limburg maar in het gehele land. Corona heeft hier helaas niet in positieve zin aan bijgedragen. 2 op de 5 jongvolwassenen geeft aan dat corona een (hele) negatieve invloed heeft gehad op zijn/haar leven. Gelukkig ervaren de meeste jongvolwassenen ook positieve gevolgen, zoals minder geld uitgeven, meer rust en minder reistijd.
- Het merendeel van de jongvolwassenen is voldoende weerbaar (4 op de 5) en ruim de helft geeft aan snel te herstellen na een moeilijke periode. Ze hebben ook redelijk tot veel vertrouwen in de toekomst, al maken veel jongvolwassenen zich wel zorgen over de woningmarkt, het klimaat en oorlogen.
- Over het algemeen voelen mannen zich gezonder, gelukkiger en minder gestrest dan vrouwen. De belangrijkste bronnen van stress bij jongvolwassenen zijn studie/school, alles wat hij/zij moet doen en de eisen die zij aan zichzelf stellen. Ook de financiële situatie kan bijdragen aan de ervaren stress. 1 op de 3 geeft aan moeite te hebben met rondkomen en 1 op de 4 heeft het idee weinig controle te hebben over zijn/haar geldzaken.
- Eenzaamheid komt ongeveer evenveel voor bij mannen als bij vrouwen, maar meer vrouwen dan mannen ervaren psychische klachten.
- Wat betreft bewegen en sporten zien we jongvolwassenen minder gaan bewegen naarmate ze ouder worden. Ook hier heeft Corona niet geholpen, 1 op 3 jongvolwassenen gaf aan dat "niet naar de sportschool of –vereniging kunnen" één van de negatieve gevolgen van de coronacrisis was.
- Het middelengebruik van jongvolwassenen in Zuid-Limburg is ongeveer gelijk aan het landelijk gemiddelde.

### Resultaten Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen:

- Het gaat minder goed met de gezondheid in Zuid-Limburg ten opzichte van de meting in 2020. Het percentage inwoners met een goede ervaren gezondheid is enorm afgenomen.
- Op veel thema's zien we een ongunstige ontwikkeling: inwoners bewegen minder, zijn vaker eenzaam, hebben meer stress, een hoger risico op een angststoornis en depressie en meer moeite met rondkomen. Zuid-Limburg blijft het daarnaast minder goed doen ten opzichte van Nederland.
- Het is van belang om de (lange termijn) gevolgen van de coronapandemie in de gaten te houden, hoewel slechts een klein deel van de inwoners aangeeft nog klachten te hebben na drie maanden en een meerderheid geen (blijvende) negatieve gevolgen heeft ervaren van corona, is in dit onderzoek wel een verslechtering te zien op vele fronten. Bovendien is de impact van long-covid op de mensen die het betreft groot en verdient dit extra aandacht de komende jaren.
- De gemeente Heerlen doet het in enkele opzichten minder goed dan de regio. Dit geldt onder meer voor de ervaren gezondheid, de mentale gezondheid, eenzaamheid, overgewicht en sporten, stress en veerkracht.