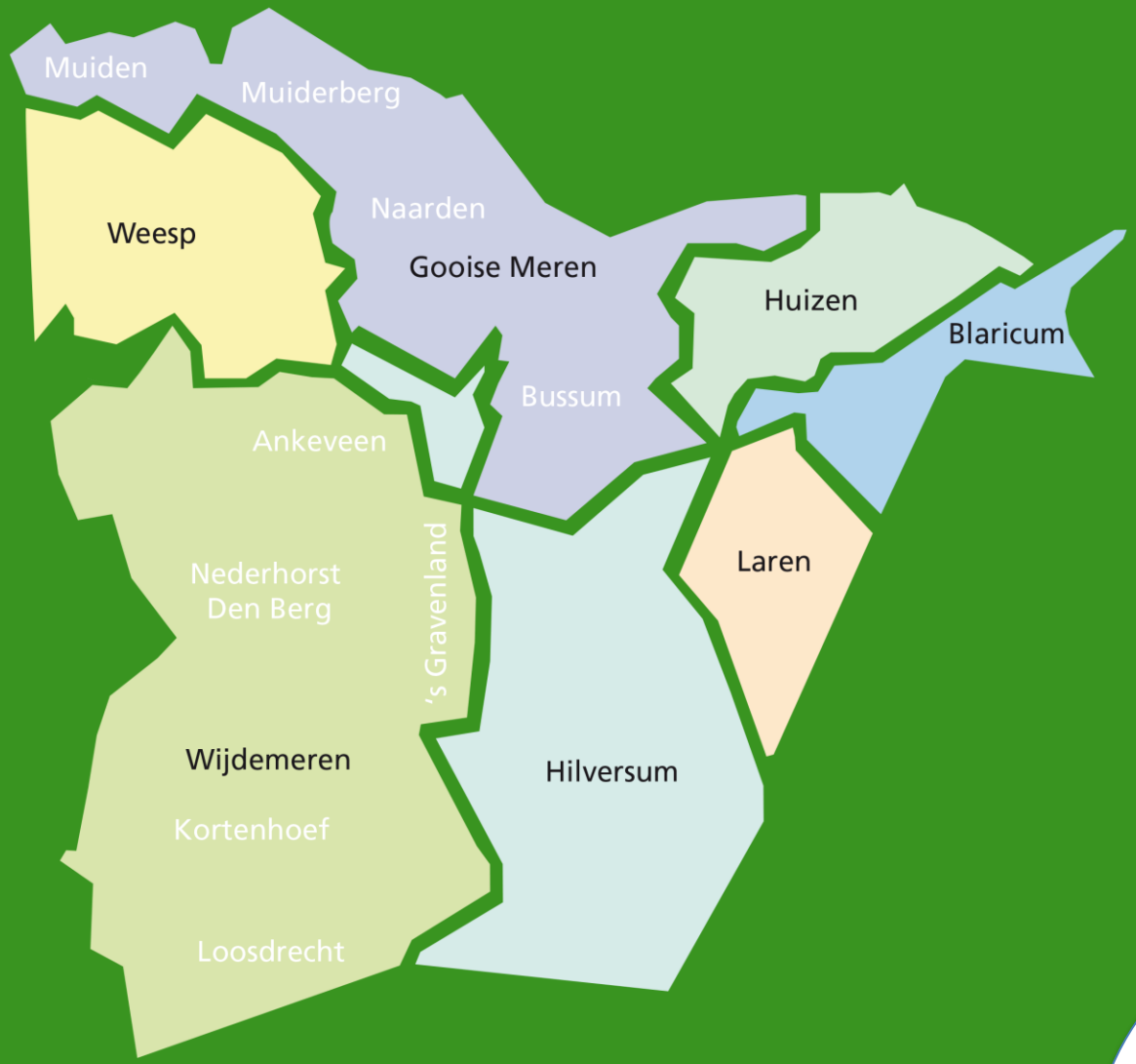
GGD Gooi en Vechtstreek presenteert

GGD
Gooi en Vechtstreek

De gezondheid van volwassenen en ouderen in beeld



GGD Gooi en Vechtstreek

Meedoen en goed en gezond leven
Dat willen we allemaal

GGD Gooi en Vechtstreek

Maar is dat voor iedereen weggelegd?

GGD Gooi en Vechtstreek

Het is goed leven in de regio
De meeste mensen voelen zich (heel) gezond

GGD Gooi en Vechtstreek

6 op de 10 zitten goed in hun vel

GGD Gooi en Vechtstreek

Meer dan de helft doet elke week aan sport, ook ouderen

GGD Gooi en Vechtstreek

Driekwart is zeer tevreden met de woning

GGD Gooi en Vechtstreek

Bijna iedereen geniet van de Gooise natuur

GGD Gooi en Vechtstreek

We nemen
u mee naar een
willekeurige straat

GGD
Gooi en Vechtstreek

Naar het leven van 12 mensen die daar wonen

GGD Gooi en Vechtstreek

Vooraan
in de straat
woont Jos,
30 jaar

GGD
Gooi en Vechtstreek

Jos zien
we niet zoveel

Hij is druk
met werk,
vrienden
en reizen

GGD
Gooi en Vechtstreek

Op nummer 7
woont Evert,
45 jaar

GGD
Gooi en Vechtstreek

Evert heeft een betaalde baan, net als 8 op de 10 volwassenen

GGD Gooi en Vechtstreek

Werk heeft positieve invloed op de gezondheid

GGD Gooi en Vechtstreek

Evert is één van de vele sportievelingen
Bewegen is goed voor lijf en brein

GGD Gooi en Vechtstreek

Op nummer 7 woont ook Carla, de nieuwe partner van Evert

GGD Gooi en Vechtstreek

Ze heeft
2 kinderen,
Eva en Casper
en een
betaalde baan

GGD
Gooi en Vechtstreek

Ze is hockeycoach van het team van haar dochter
Zo doet ze aan vrijwilligerswerk,
net als bijna 1 op de 3 volwassenen

GGD Gooi en Vechtstreek

Balans tussen privé en werk

is voor haar
én voor veel volwassenen
belangrijk

GGD
Gooi en Vechtstreek

Tips voor mentale fitheid

Beweeg,
leef bewust,
ontspan,
geniet van het nu
en wees optimistisch

GGD Gooi en Vechtstreek

Evert en Carla hebben het goed met elkaar

GGD Gooi en Vechtstreek

Dat gaat niet voor iedereen op

GGD Gooi en Vechtstreek

Veilig Thuis krijgt jaarlijks meer dan 1000 meldingen van huiselijk geweld

GGD Gooi en Vechtstreek

De meest voorkomende vorm van huiselijk geweld is

psychisch geweld

GGD Gooi en Vechtstreek

Jonge vrouwen zijn het vaakst slachtoffer

17%

GGD Gooi en Vechtstreek

Iets verder
in de straat
op nummer 40
zit een kleine
supermarkt

GGD
Gooi en Vechtstreek

Hassan
is de eigenaar
Hij heeft een
niet-westerse
achtergrond

GGD
Gooi en Vechtstreek

Net als
1 op de 10
volwassenen
in de regio

GGD
Gooi en Vechtstreek

Hij heeft ernstig overgewicht (obesitas),
net als 9% van de volwassenen

GGD Gooi en Vechtstreek

Mensen met obesitas leven 5 jaar korter

GGD Gooi en Vechtstreek

Op nummer 66
woont Wilma,
53 jaar

GGD
Gooi en Vechtstreek

18%

Ze heeft moeite met rondkomen,
net als 1 op de 5 inwoners

GGD Gooi en Vechtstreek

Bijna de helft van de mensen
die moeite hebben met rondkomen,
beoordeelt de eigen
gezondheid als matig tot slecht

GGD
Gooi en Vechtstreek

Wilma rookt niet,
net als 81% van de volwassenen

GGD Gooi en Vechtstreek

Niet rokers leven 10 jaar langer

GGD Gooi en Vechtstreek

Er wonen natuurlijk ook ouderen in de straat

Hoe gaat het met hen?

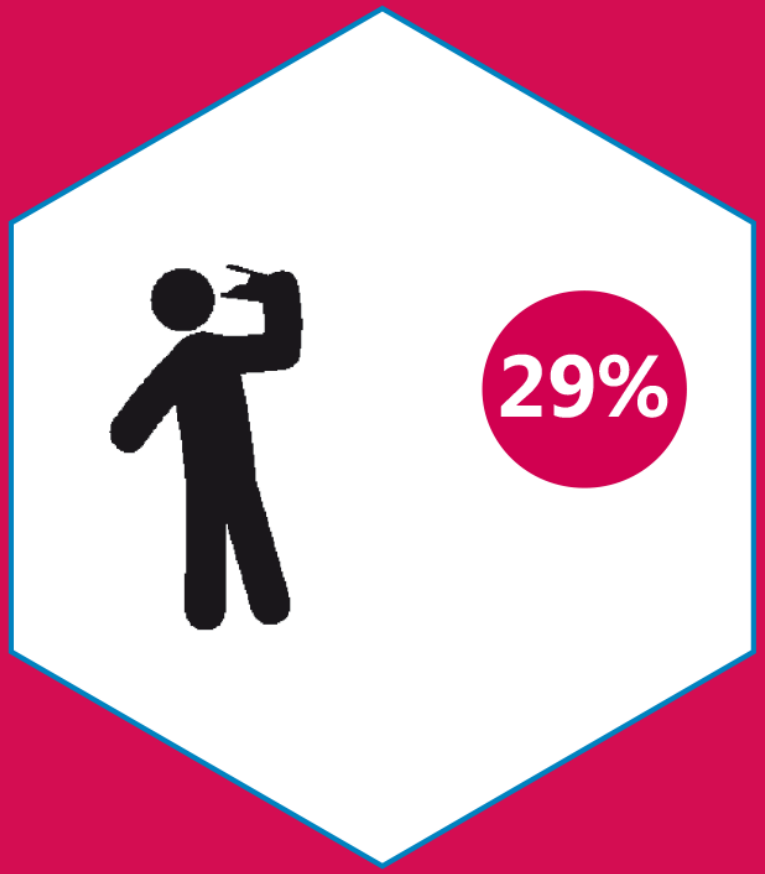
GGD Gooi en Vechtstreek

Op nummer 19 wonen Marja en Kees,
net gepensioneerd

GGD Gooi en Vechtstreek

Ze lusten graag een goed glas wijn

GGD Gooi en Vechtstreek



3 op de 10 leeftijdsgenoten drinken overmatig alcohol, met alle risico’s van dien

GGD Gooi en Vechtstreek

Marja geeft mantelzorg aan haar buurman,
net als 15% van de ouderen in de regio

GGD Gooi en Vechtstreek

Voor 1 op de 6 mantelzorgers
is de belasting (te) zwaar

GGD
Gooi en Vechtstreek

Marja en Kees zijn bijna elke dag lichamelijk actief

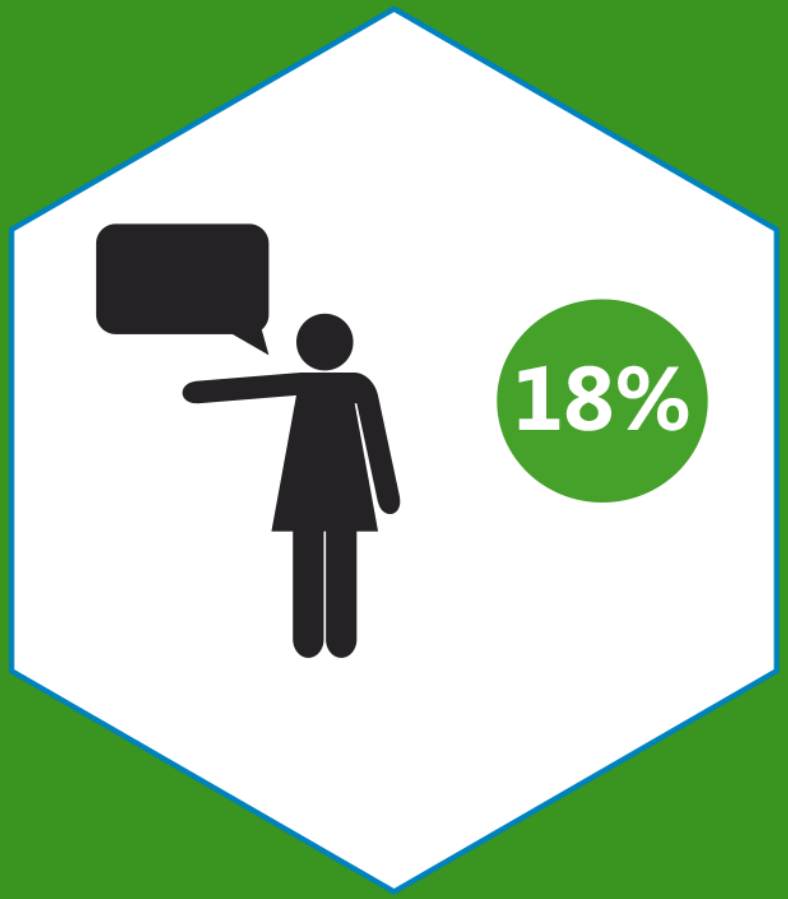
GGD Gooi en Vechtstreek

Net als bijna driekwart van de senioren uit de regio

GGD Gooi en Vechtstreek

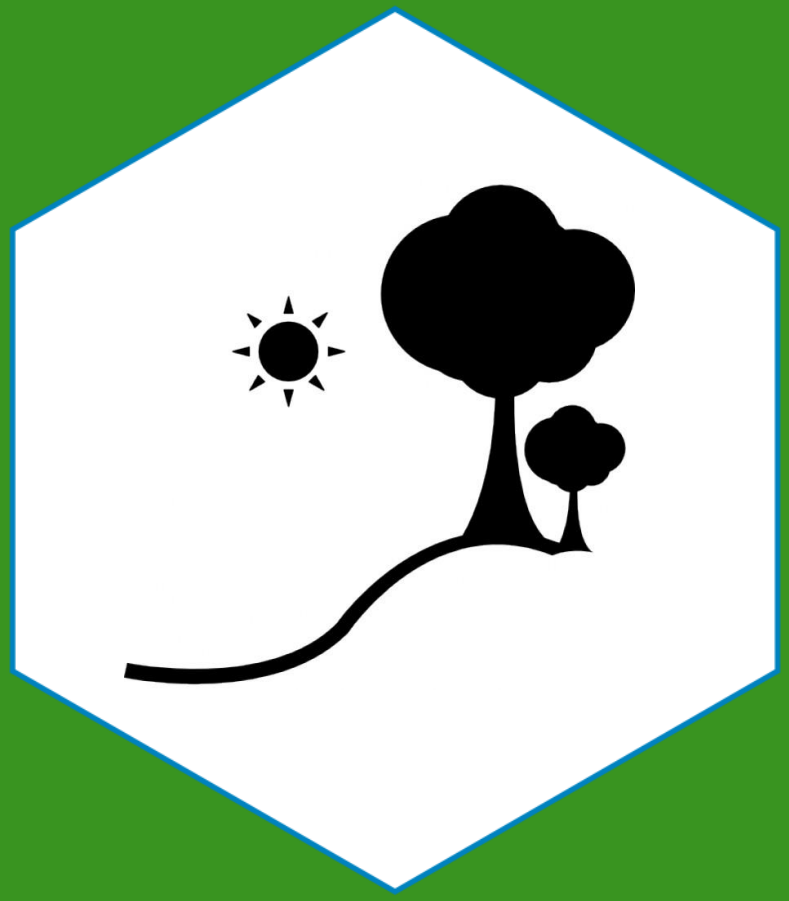
Op nummer 33
woont Gerdien,
een weduwe
van 78 jaar

GGD
Gooi en Vechtstreek



Zij is opgewekt en heeft (nog) veel regie over haar leven net als 1 op de 5 ouderen

GGD Gooi en Vechtstreek



De Gooise groene omgeving nodigt ook haar uit tot bewegen en werkt ontspannend

GGD Gooi en Vechtstreek

Dat gaat niet op
voor Joke,
haar overbuurvrouw
op nummer 34

GGD
Gooi en Vechtstreek

Joke voelt zich eenzaam

GGD Gooi en Vechtstreek

6 op de 10
85-plussers voelen zich
matig tot ernstig eenzaam

GGD
Gooi en Vechtstreek

Eenzaamheid is vaak een verborgen probleem:
het is niet aan mensen te zien

GGD
Gooi en Vechtstreek

Er wordt weinig over gepraat
en komt onder alle leeftijdsgroepen voor

GGD
Gooi en Vechtstreek

Eenzaamheid en depressie
gaan vaak hand in hand

GGD
Gooi en Vechtstreek

4 op de 10
ouderen
lopen risico
op een depressie of
angststoornis

GGD
Gooi en Vechtstreek

Bij de
85-plussers
is
dat
6 op de 10

GGD
Gooi en Vechtstreek

Op nummer 55 wonen Bram en Hetty

GGD Gooi en Vechtstreek

Bram is beginnend dementerend,
net als 1 op de 3
85-plussers

GGD Gooi en Vechtstreek

Op nummer 59
woont oude opa Jaap,
hij is 90 jaar

GGD
Gooi en Vechtstreek

Hij ontvangt hulp, net als bijna driekwart van de 85-plussers

GGD Gooi en Vechtstreek

Hij heeft
meer zorg nodig
dan hij krijgt

Net als
1 op de 5
85-plussers

GGD
Gooi en Vechtstreek

Onlangs is hij gevallen

Dit komt veel voor, vooral onder 85-plussers

GGD Gooi en Vechtstreek

Met vaak ernstige gevolgen voor de zelfredzaamheid

GGD Gooi en Vechtstreek

Eén straat, 12 mensen, 12 werelden

GGD Gooi en Vechtstreek

Gezond zijn en meedoen…

GGD Gooi en Vechtstreek

Dat willen
we allemaal!

GGD
Gooi en Vechtstreek

Net als de bewoners van deze straat
GGD Gooi en Vechtstreek

Soms is daar een zetje in de goede richting of ondersteuning

voor nodig

GGD Gooi en Vechtstreek

Investeren
in
positieve gezondheid
loont

GGD
Gooi en Vechtstreek

Positieve gezondheid =

een brede blik op gezondheid

GGD Gooi en Vechtstreek

Gericht op eigen kracht en kwaliteiten van mensen

GGD Gooi en Vechtstreek

Dank voor uw aandacht voor ‘gezondheid in beeld’

GGD Gooi en Vechtstreek