

Brabantse ouderen gezond en fit?

Uitkomsten Gezondheidsmonitor 2024

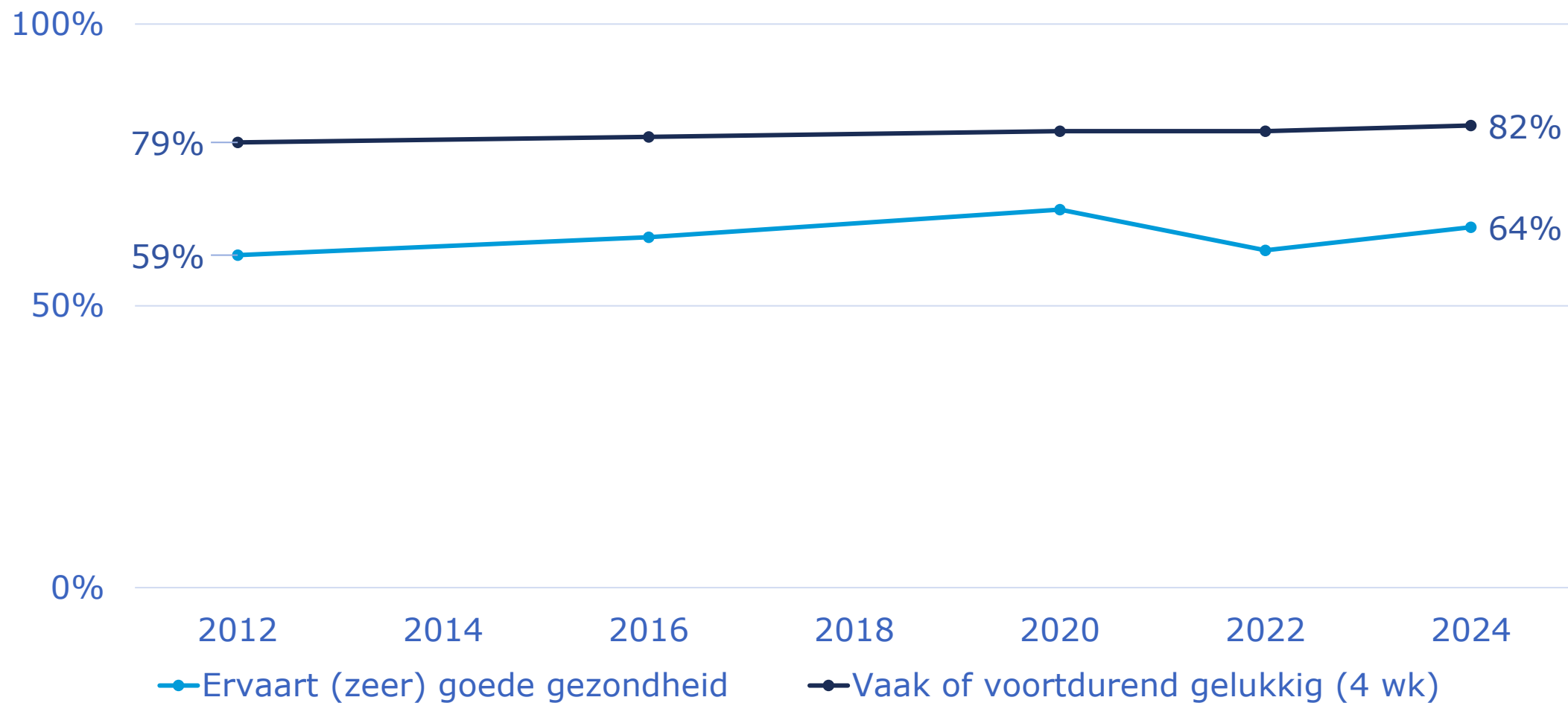
24 juni 2025



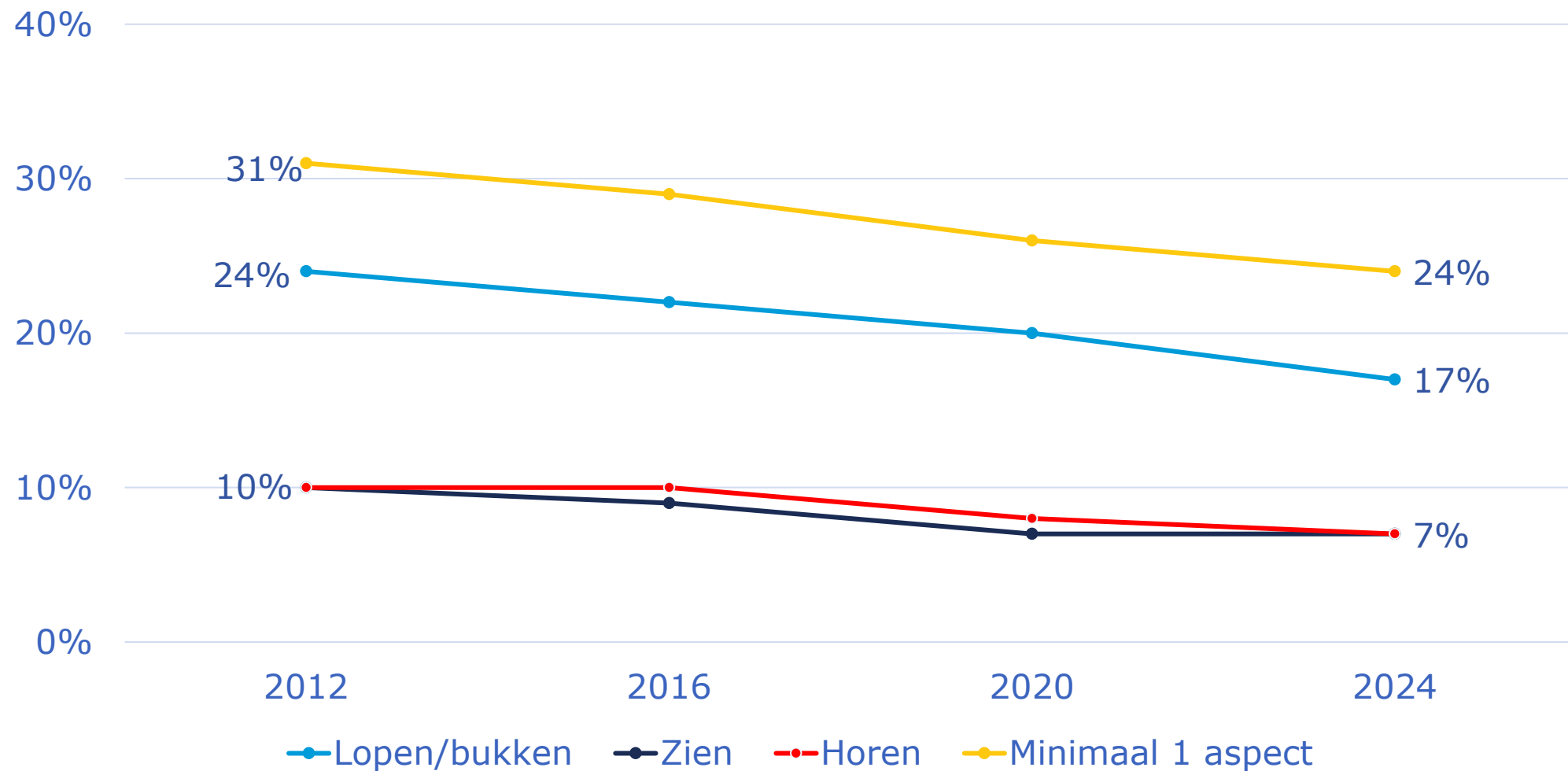
Gezondheidsmonitor Volwassenen en ouderen 2024:

- Elke 4 jaar
- Landelijke meting, 18+
- In 2022 een extra meting vanwege 'corona'
- In Brabant: ruim 36.000 65-plussers -> zelfstandig wonend!

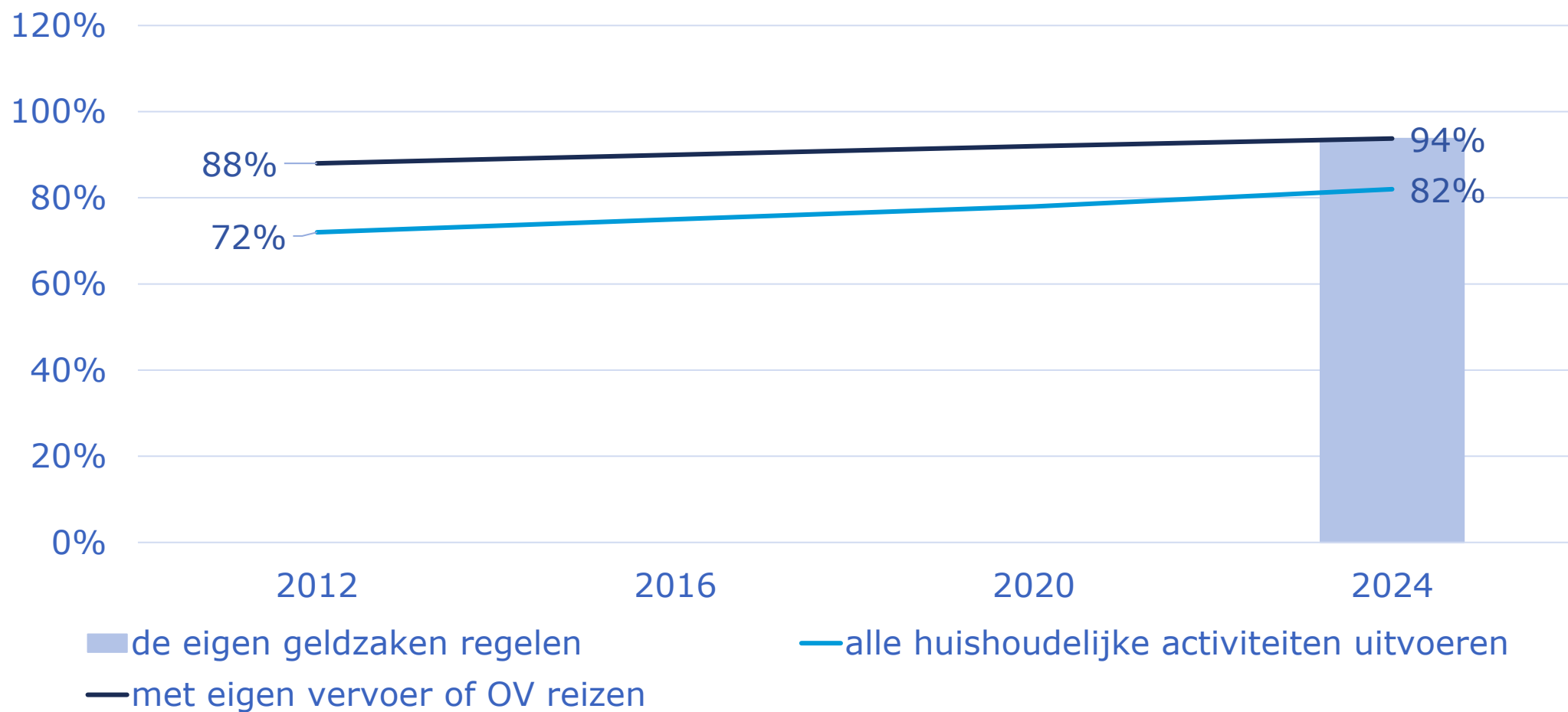
Gezondheid en geluksgevoel



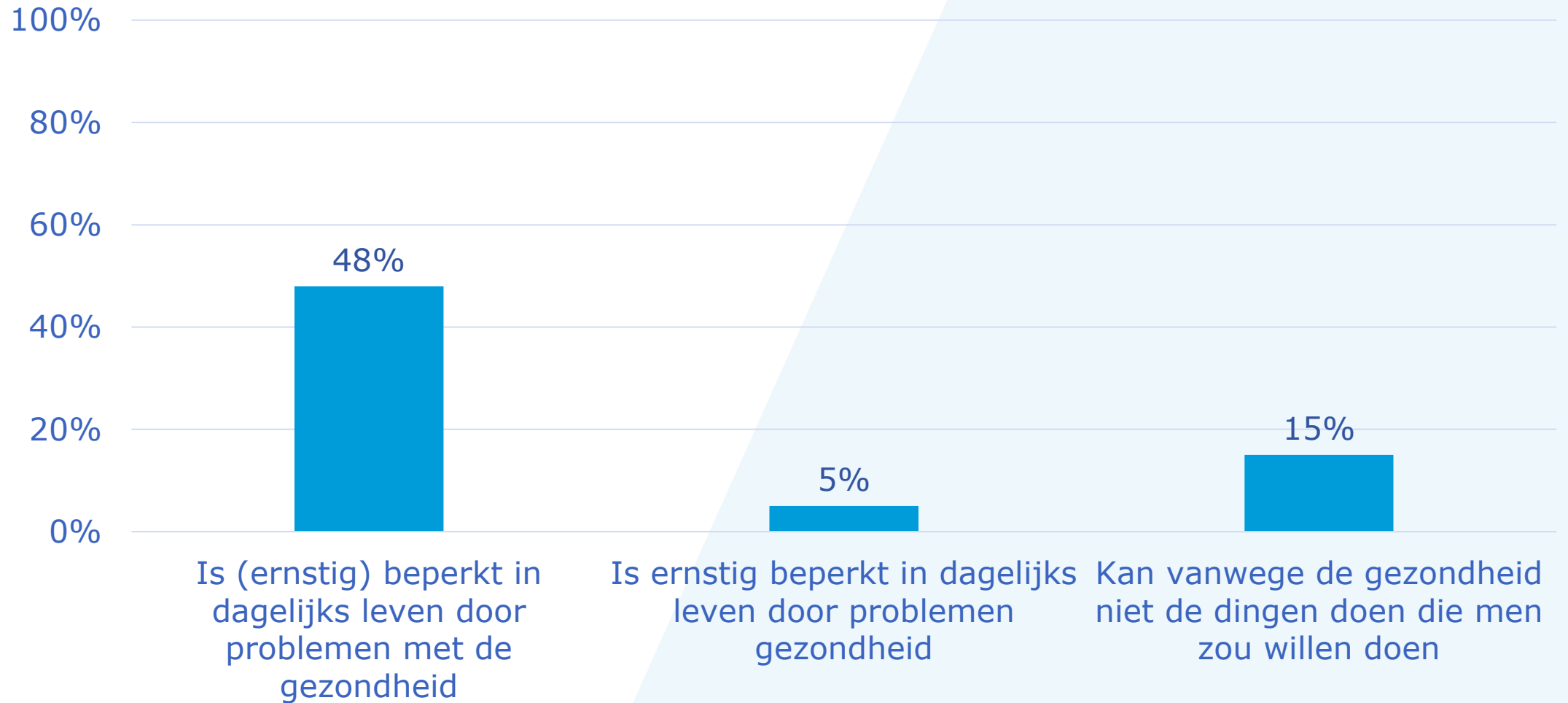
Heeft ondanks evt hulpmiddel grote moeite met ...



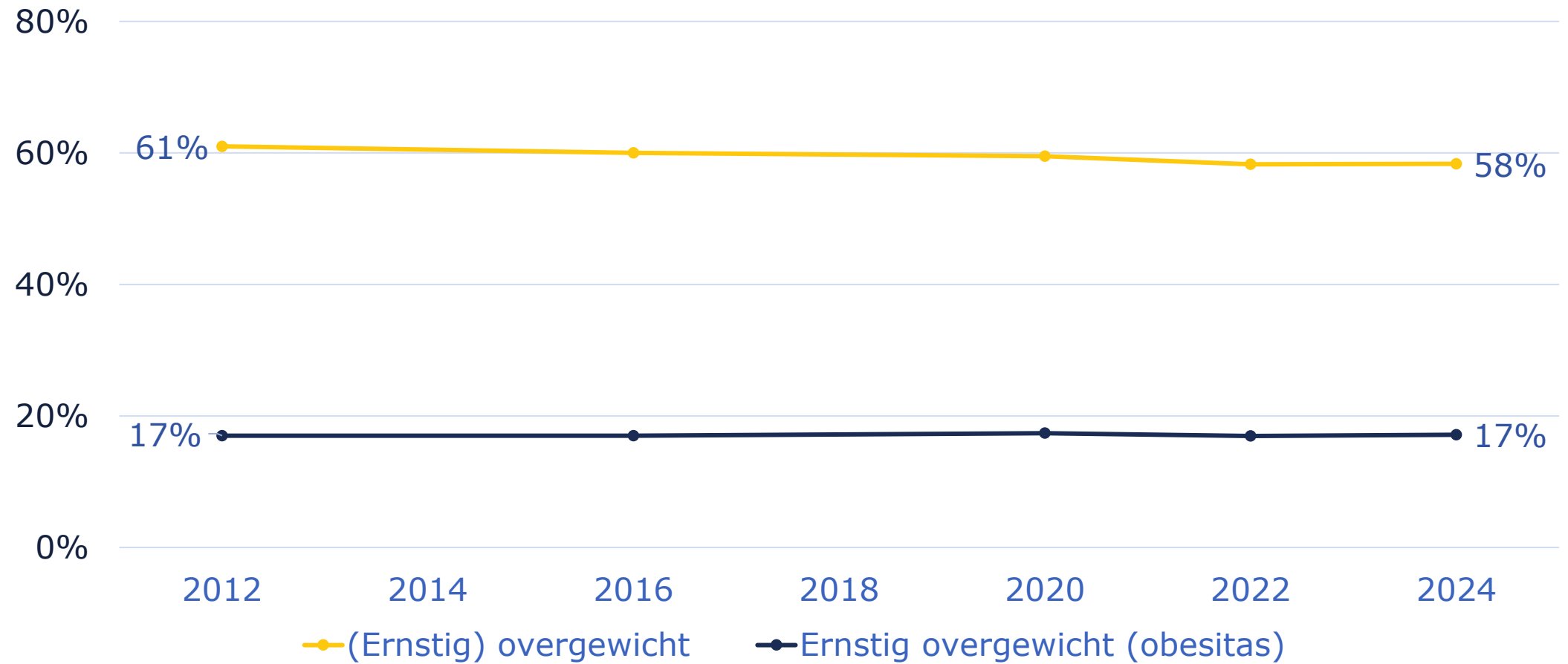
Kan zelfstandig, evt. met moeite



Beperkt vanwege de gezondheid



Overgewicht



Valongelukken

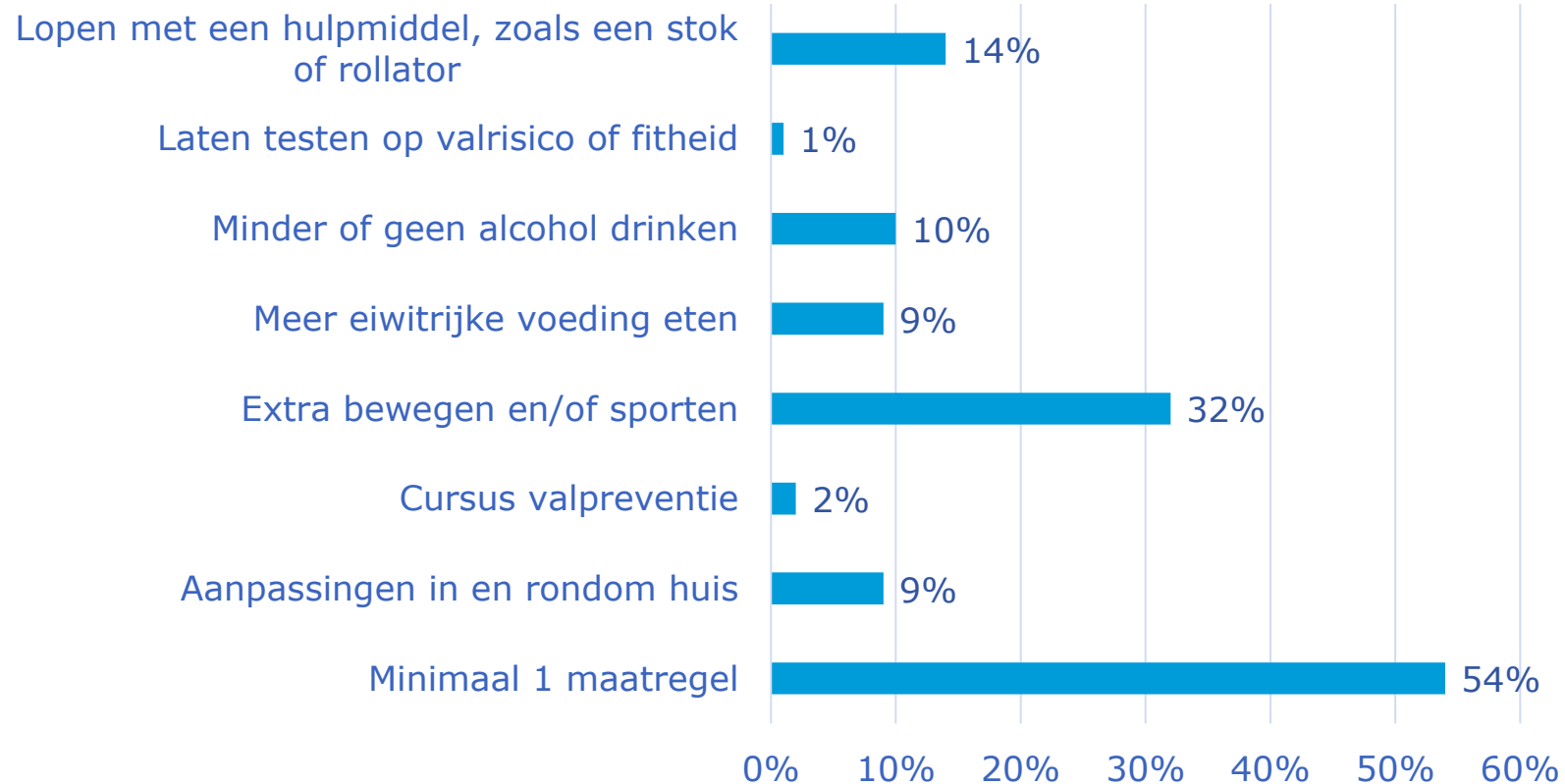
29%

Is gevallen (12 mnd)

33%

Is bezorgd om te vallen

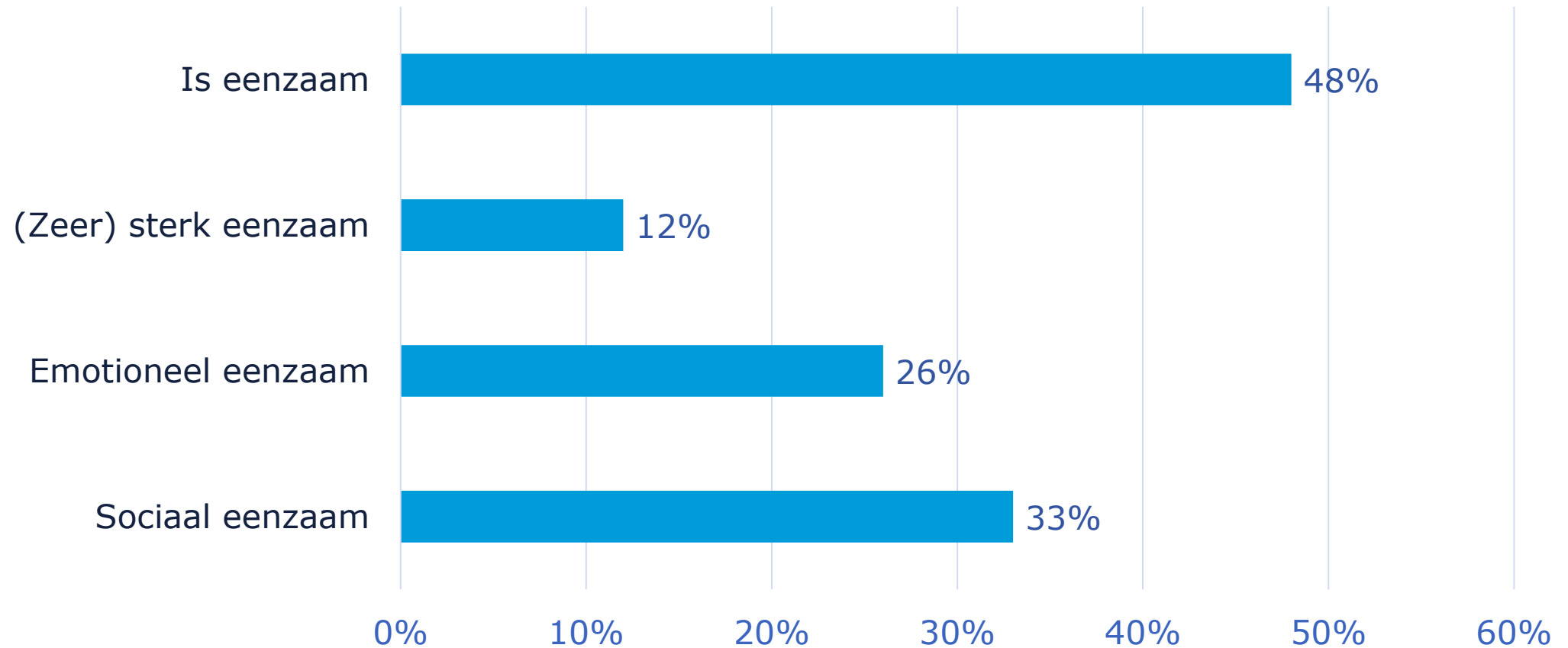
Genomen preventieve maatregelen tegen vallen



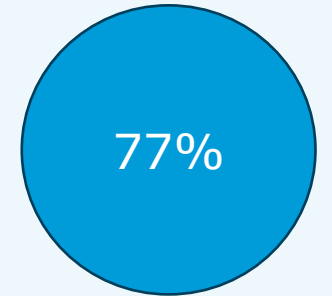
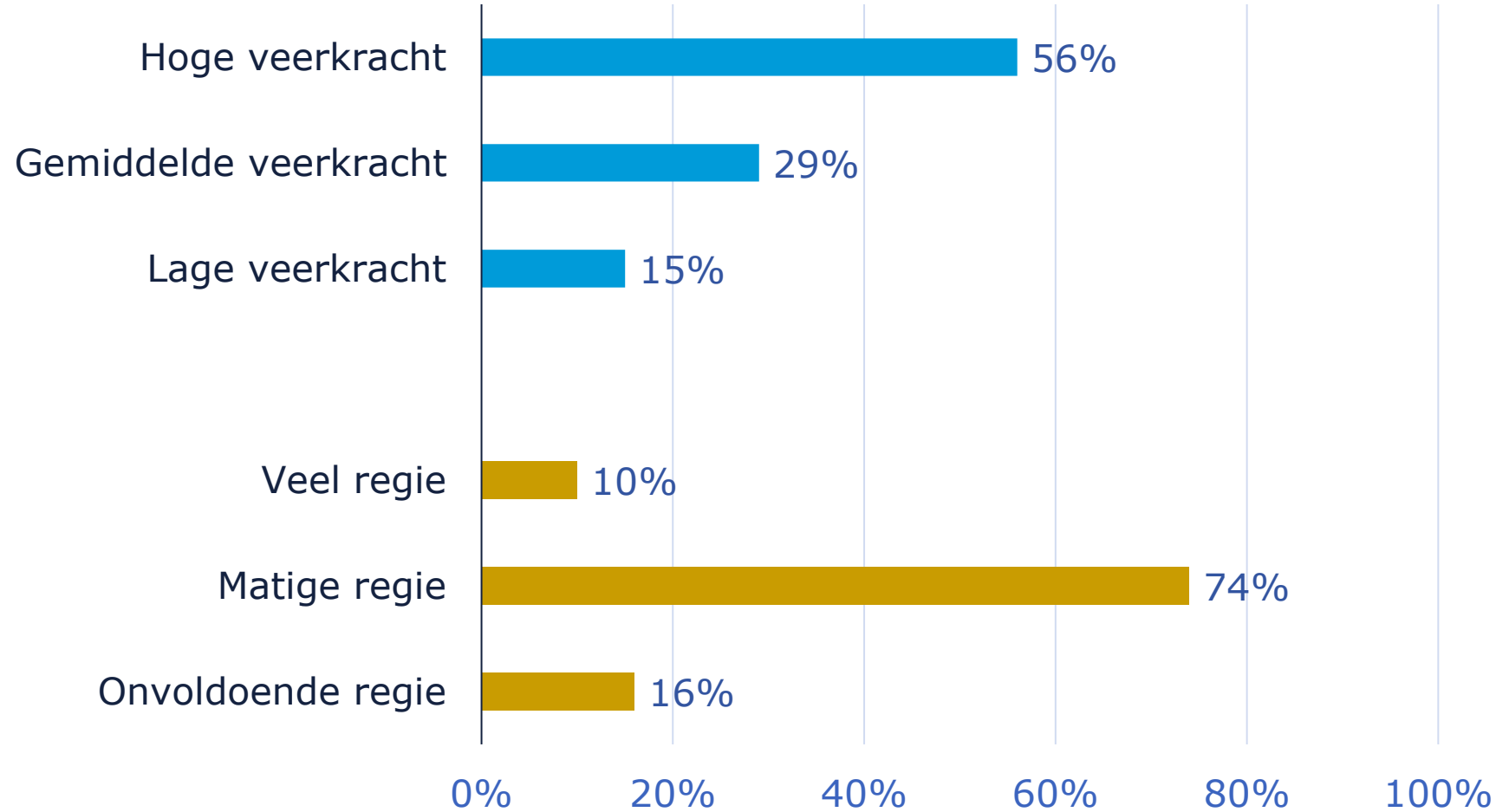
Mentaal welbevinden

- Veel stress ervaren (4 wk) 7%
- Hoog risico op angststoornis of depressie 5%
- Enkele keer tot heel vaak suïcidegedachten 7%
 - - (Heel) vaak suïcidegedachten <0,5%
- Angst- of depressiegevoelens (4 wk) 39%
- Vaak of voortdurend gelukkig (4 wk) 82%

Eenzaamheid

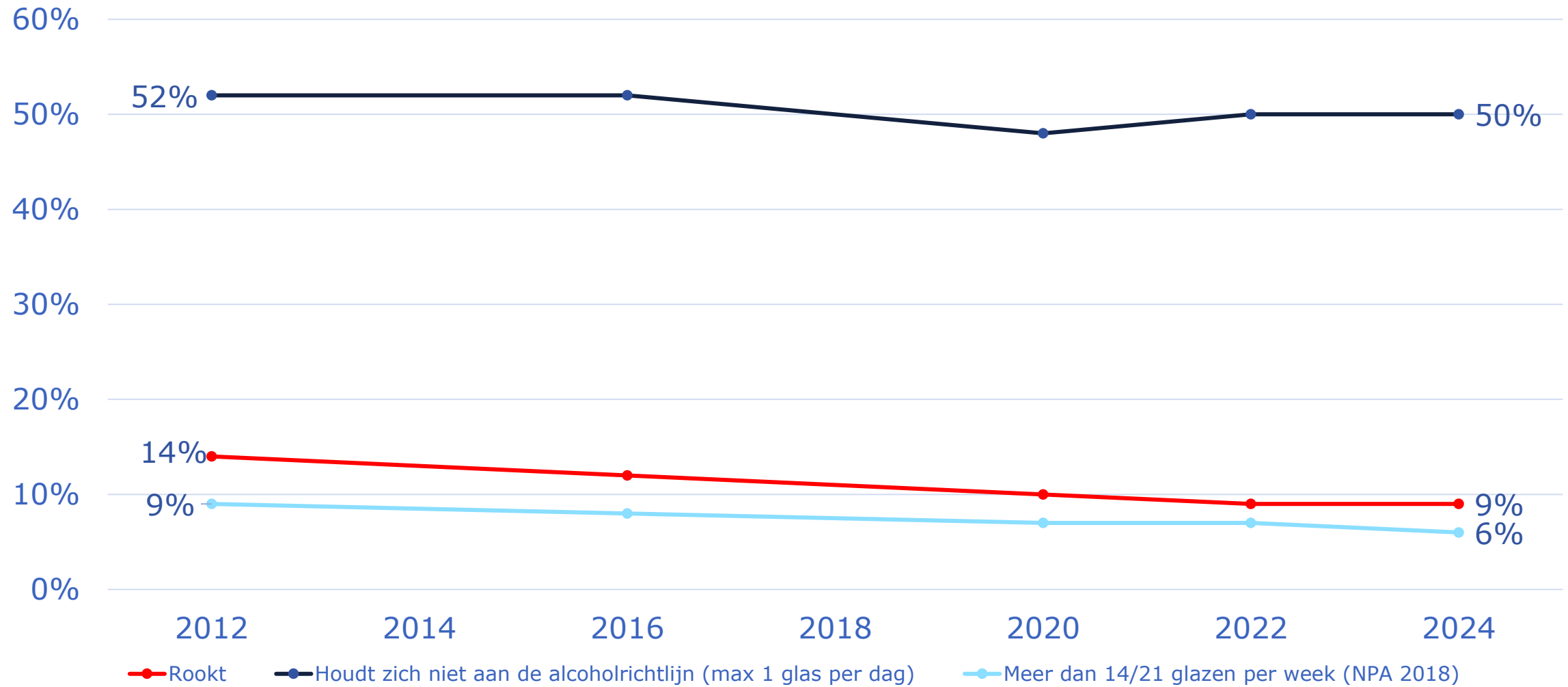


Veerkracht en regie over eigen leven

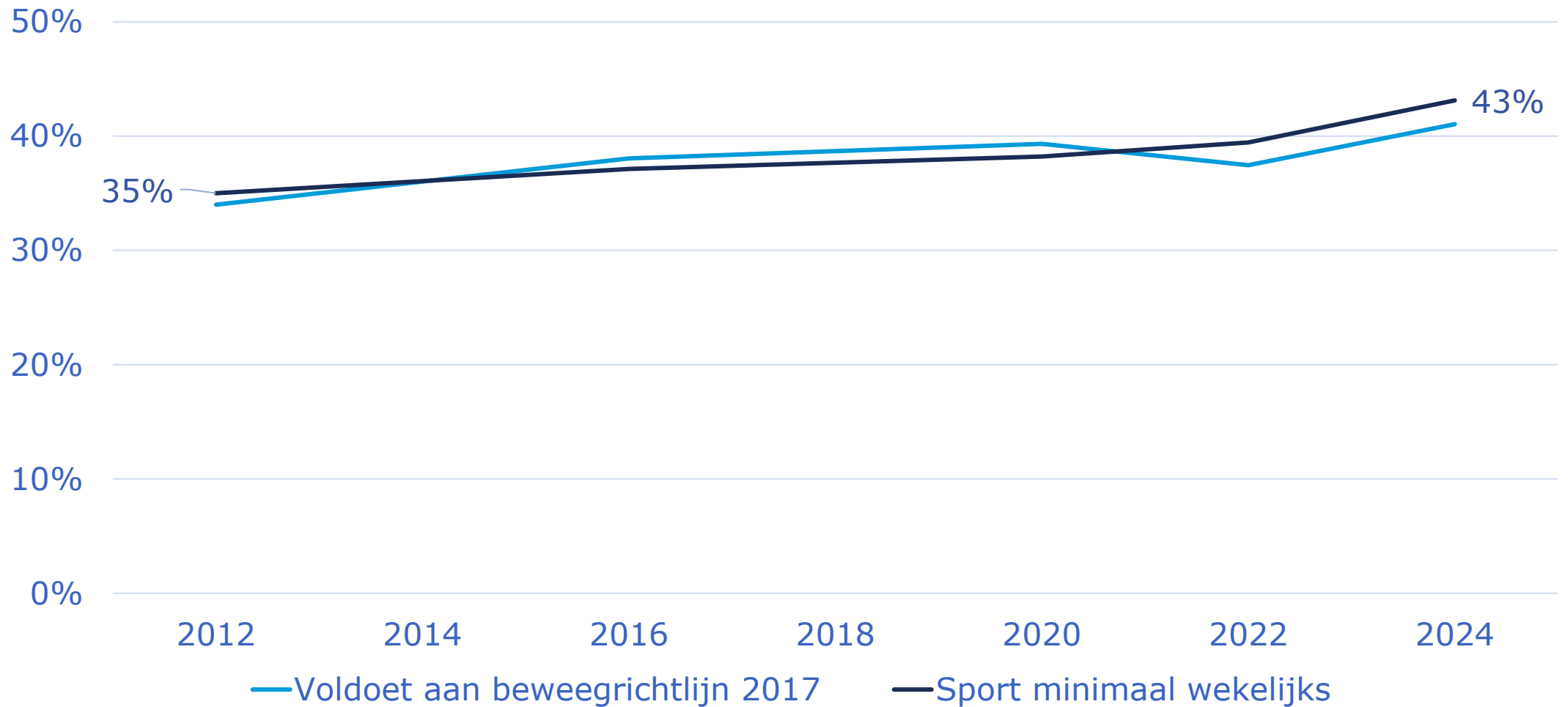


Gemiddelde of hoge
veerkracht én matig
of veel regie

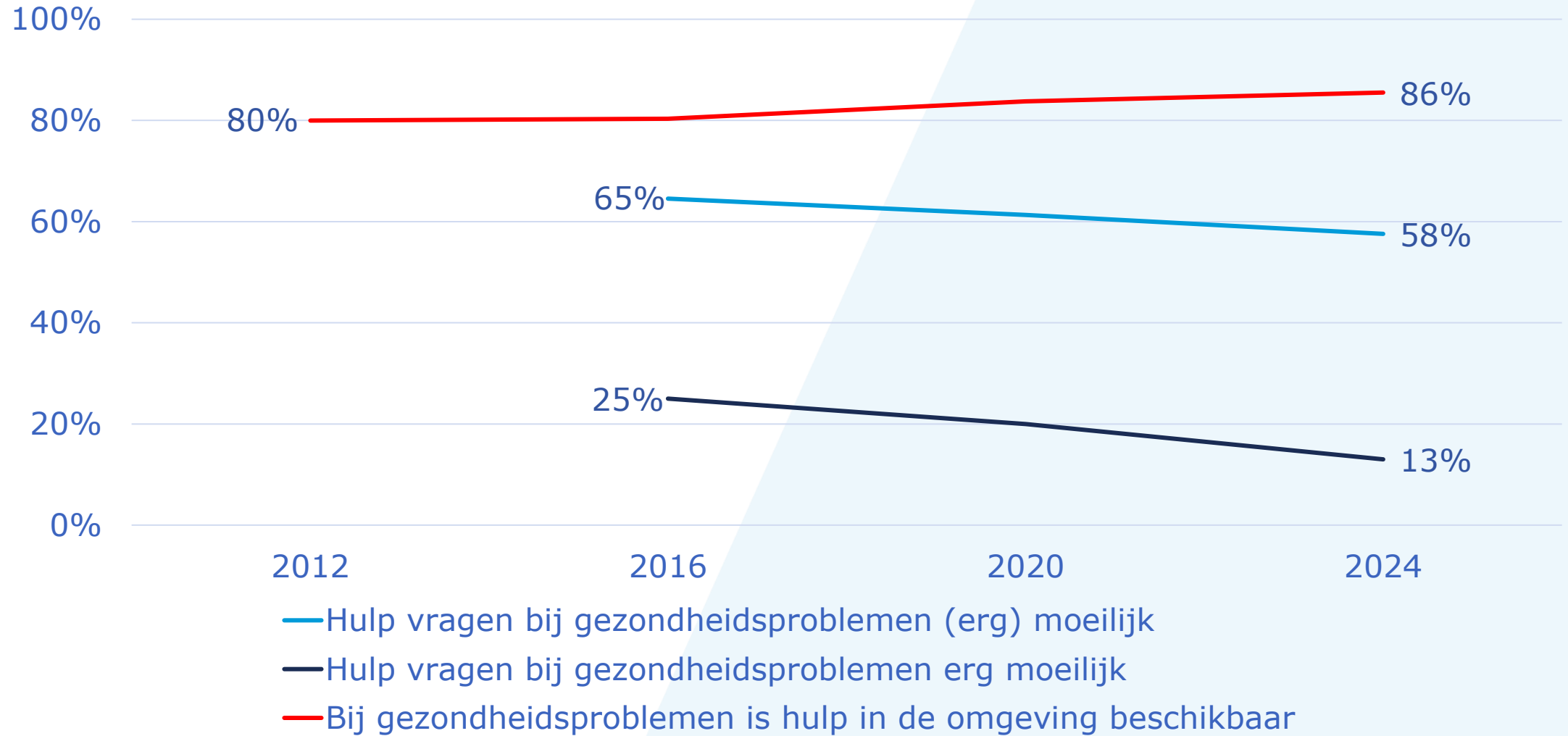
Roken en drinken



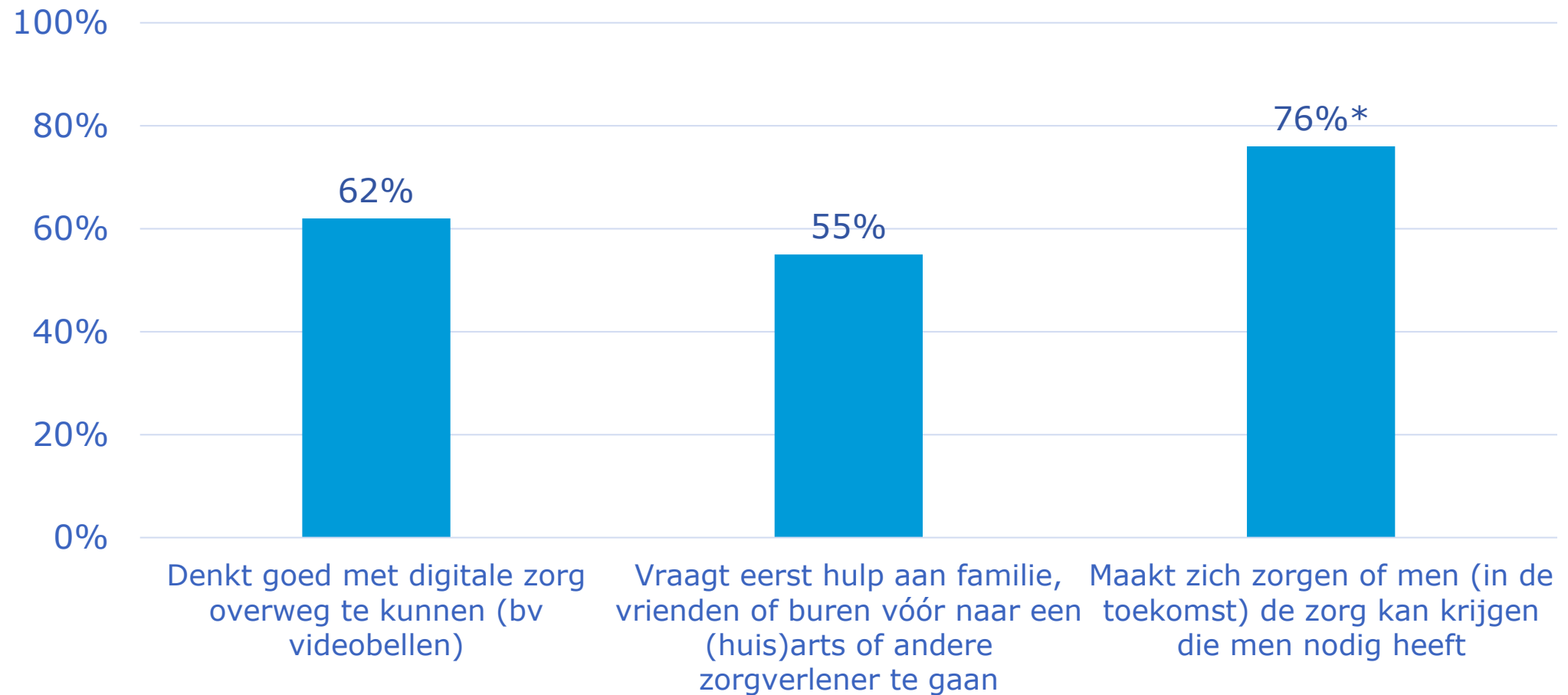
Voldoen aan beweegrichtlijn + sporten



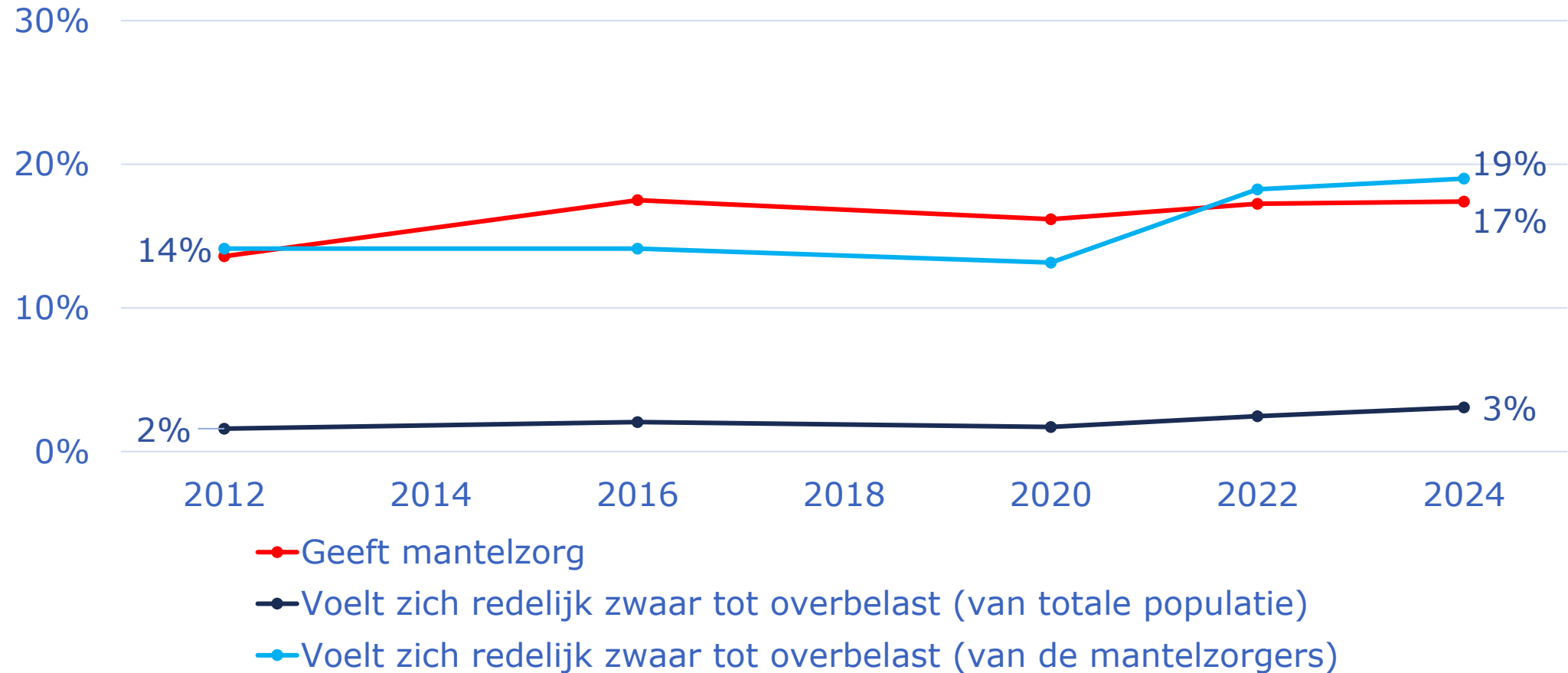
Hulp vragen en beschikbaarheid



(Toekomstige) zorg



Mantelzorg geven en ervaren belasting



Tot slot: ouderen gezond en fit?

Dan vooral aandacht nodig voor ...

- Zelfredzaamheid -> gunstige trend vasthouden
- Valpreventie
- Kwetsbare groepen (onder de ouderen) zijn met name de 85+, lagere inkomens en/of opleiding, mensen met buitenlandse herkomst
- Mentale gezondheid/eenzaamheid
- Stijging in overbelaste mantelzorgers

Dank voor jullie aandacht!

Vragen zijn welkom, mag ook in de chat.



West-Brabant



Hart voor Brabant



Brabant-Zuidoost