



OKO Gezondheidsmonitor 2024
Goeree-Overflakkee
28 januari 2025



GGD
Rotterdam-
Rijnmond



1. Gezondheid, geluk en
eenzaamheid

2. Niet lekker in je vel en stress

3. Alcohol

4. Roken en vaperen

5. Drugs

6. Gezin

7. School

8. Vrijetijd: Online omgeving

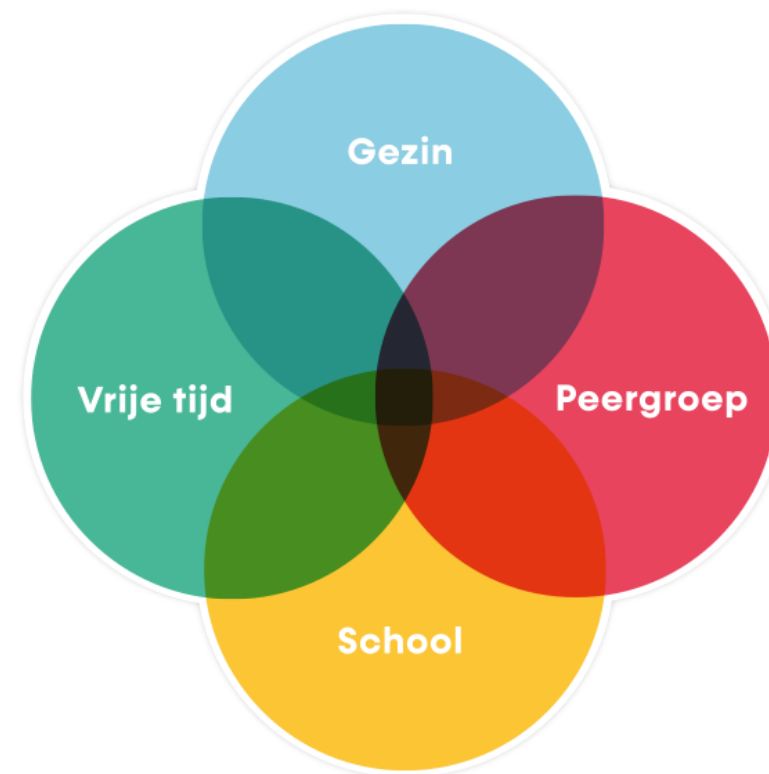
9. Vrijetijd: Bewegen, sport en
andere activiteiten

10. Vrijetijd: Chillen met vrienden

De OKO Gezondheidsmonitor 2024 is in oktober en november van 2024 afgenomen onder jongeren in leerjaar 2, 3 en 4 van het voortgezet onderwijs op Goeree-Overflakkee. Het onderzoek leverde bruikbare gegevens op van **1.665** jongeren waarvan **1.293** woonachtig op Goeree-Overflakkee. Dit is ongeveer **70%** van alle tweede-, derde en vierdeklassers die op Goeree-Overflakkee wonen. In het hoofdstuk 'Wat valt op Goeree-Overflakkee op?' zijn de meest opvallende uitkomsten samengevat.

Voor een goede vergelijking met voorgaande metingen worden cijfers getoond voor klas 2 en/of 4. Alleen bij de nieuwe onderwerpen op pagina 13 en 17 en de dia's over middelengebruik wordt een uitsplitsing naar alle leerjaren weergegeven. Om de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van jongeren te waarborgen presenteren we alleen een percentage als minimaal 50 jongeren de vraag hebben beantwoordt. Als 5 of minder jongeren een specifieke antwoord hebben gekozen, dan moeten minimaal 100 jongeren de vraag hebben ingevuld voordat we een percentage presenteren. Bij lagere aantallen worden geen percentages weergegeven. In onderstaande tabel staat het aantal respondenten uitgesplitst naar klas, opleidingsniveau en gender.

Achtergrondkenmerk	Woonachtig en schoolgaand op Goeree-Overflakkee	
Klas 2	421	33%
Klas 3	439	34%
Klas 4	433	33%
Vmbo-bk	358	28%
Vmbo-gt	385	31%
Havo	314	25%
Vwo	201	16%
Jongen	629	49%
Meisje	656	51%



De gegevens van de Gezondheidsmonitor zijn verzameld met een vragenlijst. De uitkomsten geven weer hoe jongeren zelf hun gezondheid beleven. Het middelengebruik is ook gebaseerd op zelfrapportage.

Minder vaak positief over eigen gezondheid

In 2019 ervaaarde **86%** van de jongeren op Goeree-Overflakkee hun gezondheid als goed. Dit aandeel is in de afgelopen jaren geleidelijk afgenomen, maar lijkt nu gestabiliseerd. In 2024 beoordeelt **80%** van de jongeren hun gezondheid als goed. Dit is vergelijkbaar met het regionaal (**80%**) en landelijk (**80%**) gemiddelde van 2023.

Toch zit ongeveer een kwart van de jongeren niet lekker in hun vel (**24%**) en ervaart een vergelijkbaar aandeel gevoelens van eenzaamheid (**23%**). Deze percentages zijn wel iets lager dan bij de voorgaande meting. Het aandeel dat stress ervaart, is in de afgelopen jaren juist toegenomen van **36%** in 2019 tot **46%** in 2024.

Alcoholgebruik afgenomen en richting regionaal gemiddelde

Het alcoholgebruik in de laatste 4 weken van de jongeren op Goeree-Overflakkee is in 2024 lager dan voorgaande metingen en gaat richting het regionaal gemiddelde van 2023. De daling (-6-procentpunt) geldt zowel voor tweedeklassers als voor vierdeklassers. Toch dronk **10%** van de jongeren in klas 2 en **38%** van de jongeren in klas 4 recent alcohol en was een kwart van de vierdeklassers in de afgelopen 4 weken nog dronken of aangeschoten.

Aandeel rokers niet verder toegenomen

Van de tweedeklassers rookt **5%** wekelijks tabak en van de vierdeklassers rookt **15%**. De geleidelijke toename van de afgelopen jaren lijkt niet verder door te zetten. Het aandeel jongeren dat vapet, is lager dan bij de voorgaande meting. Dit geldt zowel voor tweedeklassers als voor vierdeklassers.

Gezin

De gezondheid van jongeren en het middelengebruik is gunstiger als ze bij hun ouders terecht kunnen als er iets is. Dezelfde samenhang zien we als ouders regels stellen of veel tijd met hun kind doorbrengen. Het merendeel van de jongeren geeft aan dat hun ouders duidelijke regels stellen (**86%**) en dat hun ouders veel tijd met hen doorbrengen (**82%**).

De kans dat jongeren middelen gebruiken is kleiner als hun ouders de ouders van hun vrienden kennen en met deze ouders afspraken maken over bijvoorbeeld het middelengebruik van hun kinderen. Driekwart van de ouders heeft contact met sommige of met de meeste ouders van vrienden van hun kind. Van de ouders die contact hebben met andere ouders maakt **23%** afspraken over de tijd van thuiskomen en **28%** over het wel/niet drinken van alcohol. Ouders van tweedeklassers maken vaker afspraken met andere ouders dan ouders van vierdeklassers.

School

Door een positief schoolklimaat voelen leerlingen zich veilig, geaccepteerd en gewaardeerd. Een positief schoolklimaat is een beschermende factor voor middelengebruik en draagt bij aan het mentaal welbevinden van leerlingen.

Tussen 2021 en 2023 is het aandeel jongeren dat de afgelopen 3 maanden op school gepest is toegenomen van **8%** naar **18%**. In 2024 nam het pesten op school niet verder toe (**16%**). Online pesten komt iets minder vaak voor dan pesten op school. Van de jongeren geeft **10%** aan in de afgelopen 3 maanden online te maken hebben gehad met pesten.

Toch voelt **76%** zich veilig op school. Wel is er een afname van het aandeel jongeren dat zegt het op school harstikke leuk te vinden. Dit aandeel daalde van **58%** in 2021 naar **36%** in 2024.

Vrijtijd en peergroep

Op Goeree-Overflakkee is het risicovol social media gebruik tot 2022 toegenomen (**13%**) en lijkt nu weer af te nemen (**8%**). Meisjes rapporteren iets vaker dat zij problemen ervaren door het gebruik van social media dan jongens. Jongens komen juist vaker in de problemen door gamen.

Van de jongeren sport **72%** wekelijks bij een club. In totaal doet **85%** van de jongeren wekelijks een activiteit bij een (sport)club of organisatie.

Wanneer jongeren naar feestjes gaan waar geen toezicht is, is de kans groter dat zij alcohol gebruiken. Ruim de helft van de jongeren op Goeree-Overflakkee gaat naar feestjes en chillt bij vrienden thuis zonder aanwezigheid van volwassenen.

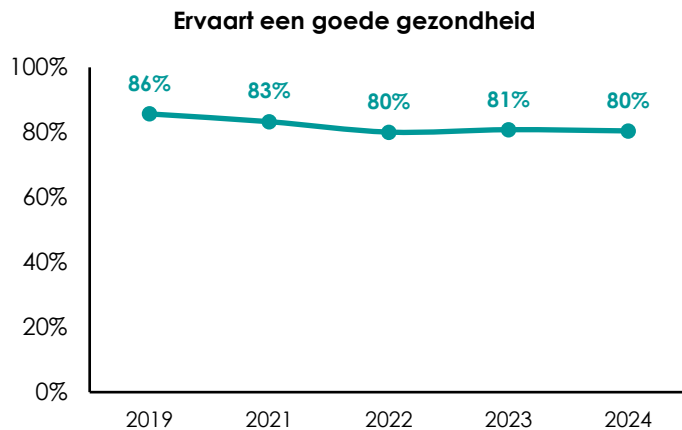
Eigen middelengebruik hangt samen met middelengebruik van vrienden. Als jongeren alcohol drinken doen ze dat het vaakst bij vrienden.

Wilt u in gesprek over de cijfers?

Heeft u vragen over de uitkomsten van uw gemeente? Of wilt u graag in gesprek over de cijfers met onze onderzoekers? Neem dan contact op met team onderzoek via gezondheidsmonitor@rotterdam.nl.

1. Gezondheid, geluk en eenzaamheid

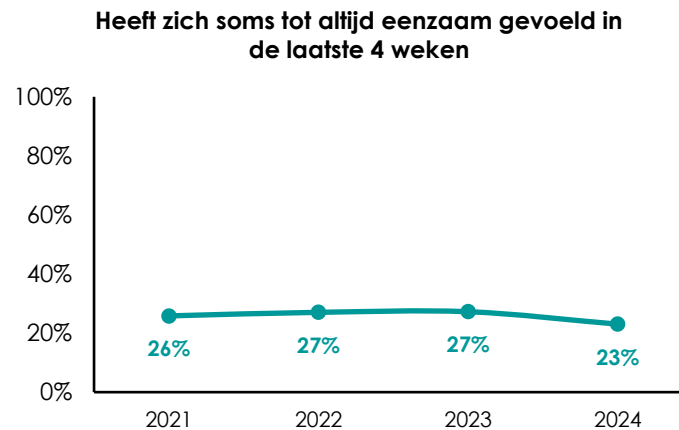
Ervaren gezondheid is een betrouwbare indicator voor de algehele gezondheid van jongeren. De meerderheid van de jongeren ervaart hun eigen gezondheid als (zeer) goed. Over de jaren heen is er een geleidelijke afname in het aandeel jongeren dat hun gezondheid als goed ervaart. Het aandeel is bij de laatste metingen stabiel.



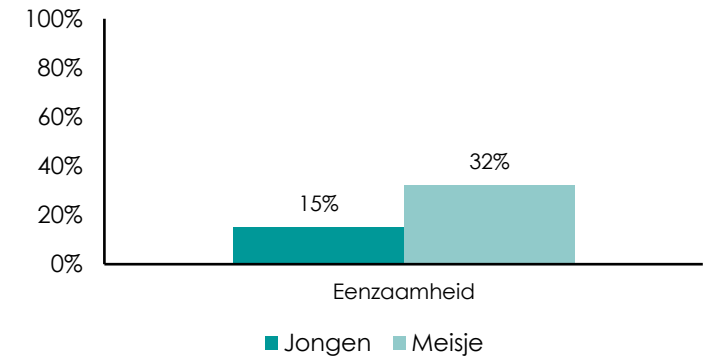
Jongeren kunnen zich eenzaam voelen, ondanks een groot sociaal netwerk. Gevoelens van eenzaamheid kunnen onder andere voortkomen uit:

- een negatief zelfbeeld
- een gevoel van onbegrip
- een gebrek aan sociale vaardigheden
- een moeilijke thuissituatie

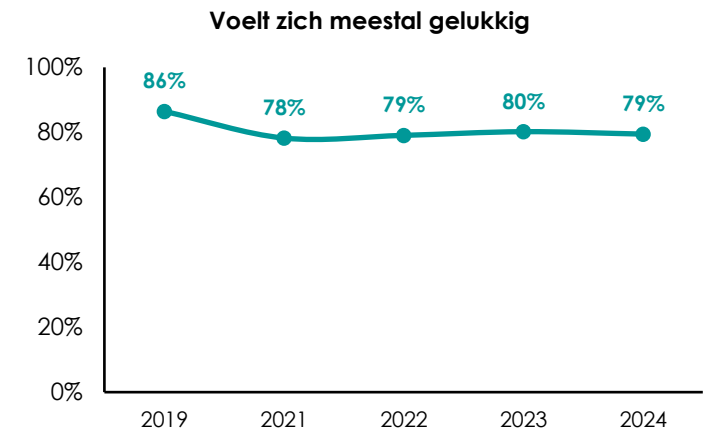
Meisjes voelen meisjes zich vaker eenzaam dan jongens (32% versus 15%).



Soms tot altijd eenzaam in laatste 4 weken



Tijdens de coronaperiode voelden jongeren zich over het algemeen minder gelukkig dan daarvoor. In 2024 is het geluksgevoel vergelijkbaar met dat van tijdens de coronaperiode.

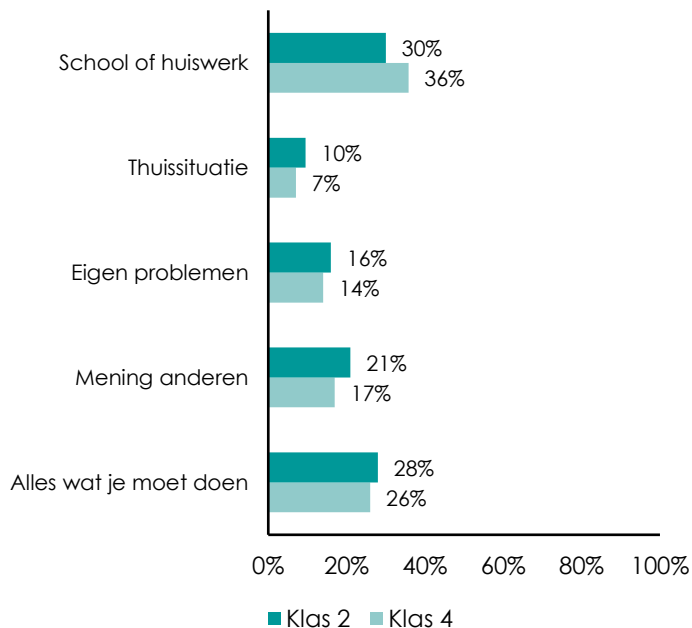


2. Niet lekker in je vel en stress

In 2024 geeft **46%** van de jongeren uit klas 2 en 4 op Goeree-Overflakkee aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door één of meer factoren. In 2023 was dit **41%**.

Net als in 2023 is school/huiswerk de grootste bron van stress voor jongeren op Goeree-Overflakkee.

Bronnen van stress

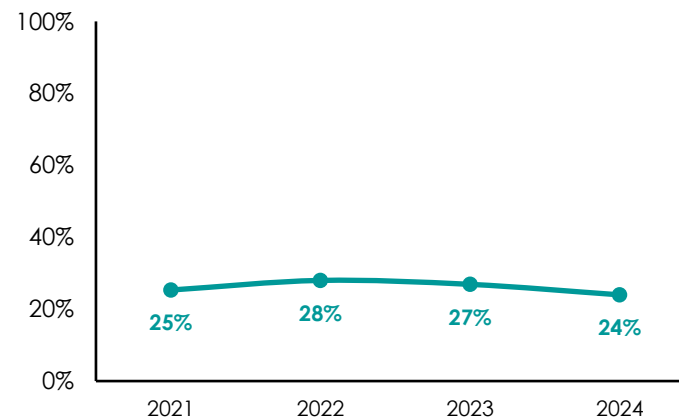


Psychische klachten worden gemeten met de 'Mental Health Inventory 5' (MHI-5). Het geeft een indicatie van hoeveel leerlingen niet lekker in hun vel zitten. Deze leerlingen hebben een verhoogd risico op angst- en stemmingsstoornissen.

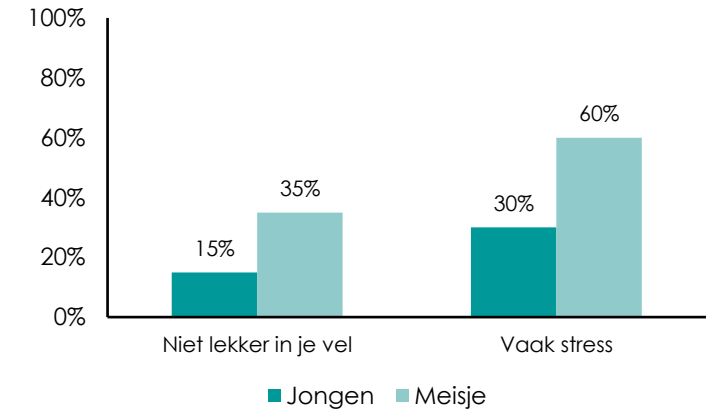
In vergelijking met 2023 is het aandeel jongeren dat niet lekker in hun vel zit iets lager.

Meisjes zitten vaker niet lekker in hun vel en ervaren vaker stress dan jongens.

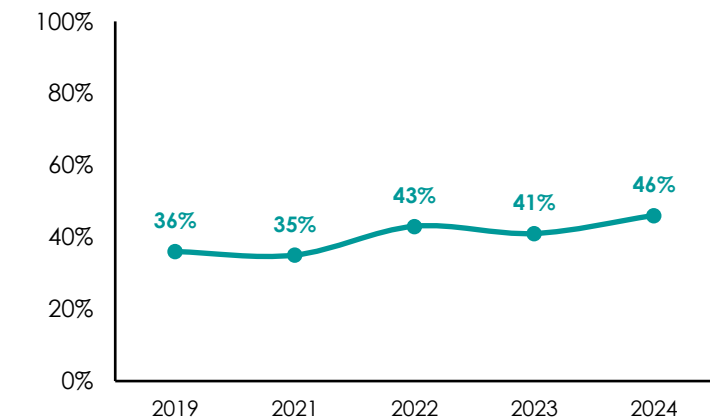
Niet lekker in je vel



Niet lekker in je vel en stress



Stress door 1 of meer factoren

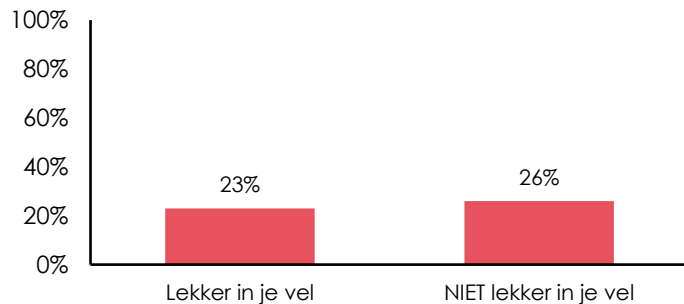


3. Alcohol

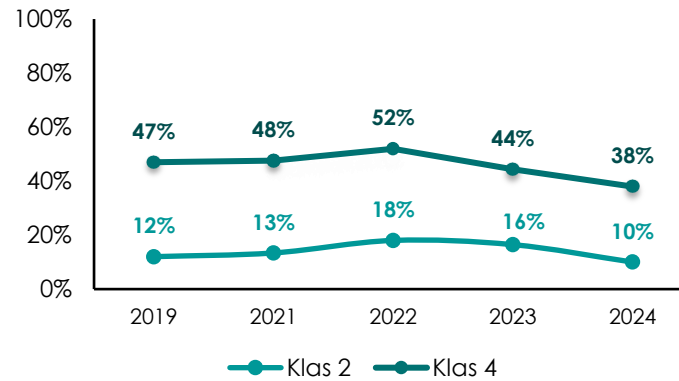
Alcoholgebruik onder de 18 jaar wordt afgeraden. De hersenen van jongeren zijn nog volop in ontwikkeling en er zijn aanwijzingen dat deze ontwikkeling verstoord kan worden door alcoholgebruik. Daarnaast vertonen drinkende jongeren vaker ongeremd, agressief of asociaal gedrag en hebben zij een verhoogd risico op problematisch drinken op latere leeftijd. Van de jongeren uit klas 3 dronk **30%** in de laatste 4 weken alcohol. Dit is fors hoger dan het alcohol gebruik in klas 2 (**10%**). Binge drinken is het drinken van minimaal 5 drankjes bij 1 gelegenheid.

Vaak zien we dat het alcoholgebruik hoger is bij jongeren die niet lekker in hun vel zitten, maar op Goeree-Overflakkee is dit verschil niet zo groot.

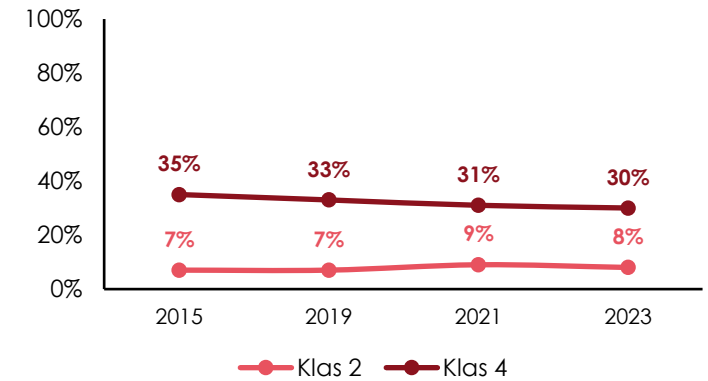
Heeft laatste 4 weken alcohol gedronken (≥ 1 glas) bij jongeren die WEL en NIET lekker in hun vel zitten



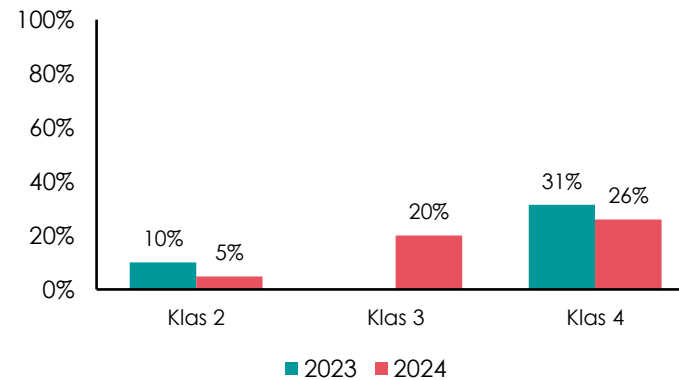
Heeft laatste 4 weken alcohol gedronken (≥ 1 glas) (Goeree-Overflakkee)



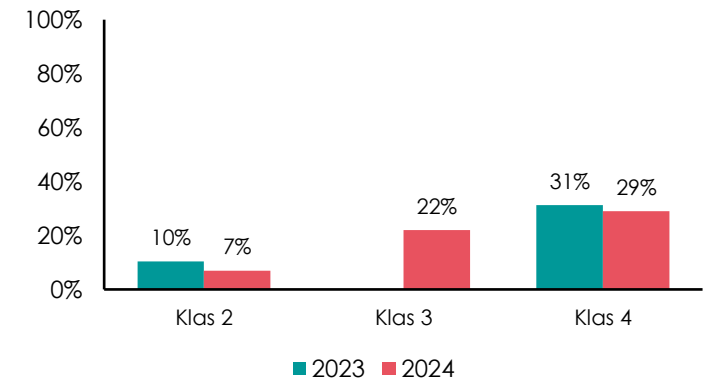
Heeft laatste 4 weken alcohol gedronken (≥ 1 glas) (regio)



Is laatste 4 weken dronken/aangeschoten geweest



Heeft laatste 4 weken aan binge drinken gedaan (5 of meer drankjes bij 1 gelegenheid)

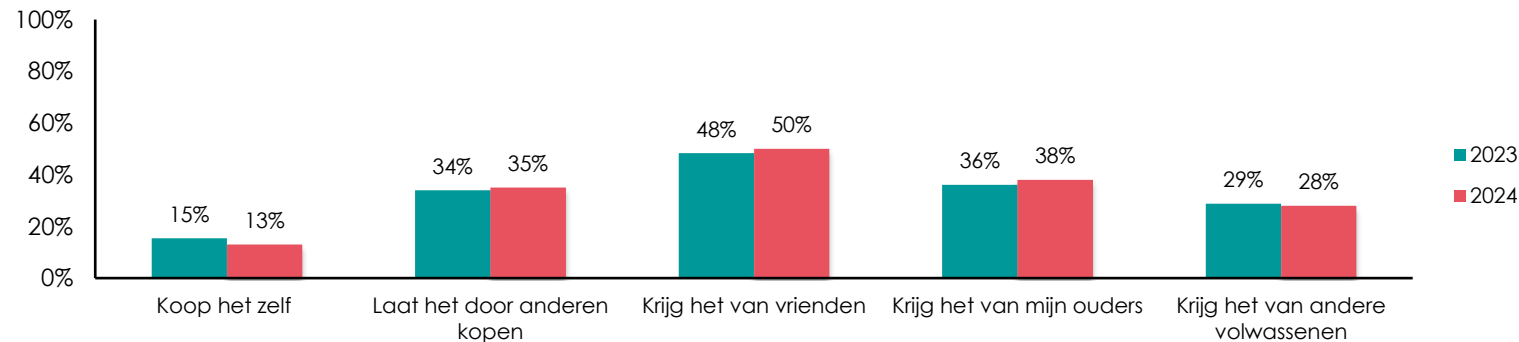


3. Alcohol

Wat vinden je ouders ervan dat je alcohol drinkt?



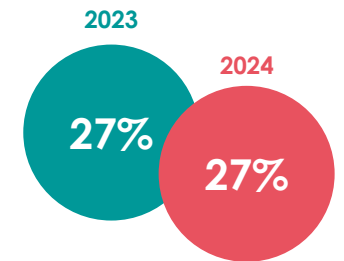
Hoe komen jongeren aan alcohol?



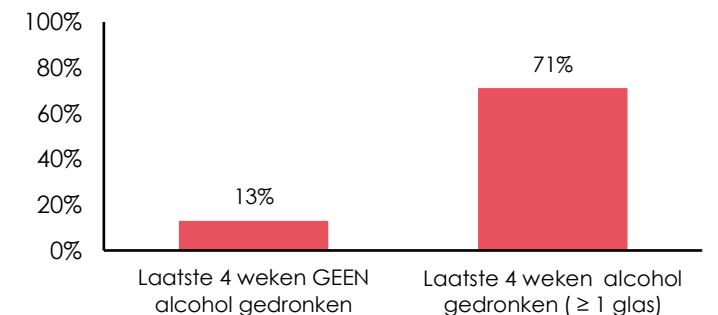
De omgeving heeft invloed op het alcoholgebruik van jongeren. Jongeren drinken vaker alcohol wanneer hun vrienden ook alcohol drinken.

Ook ouders spelen hier een rol in. Het stellen van regels door ouders beperkt het alcoholgebruik, op Goeree-Overflakkee krijgt **38%** van de jongeren die alcohol drinken alcohol van hun ouders.

Meeste tot (bijna) alle vrienden drinken alcohol



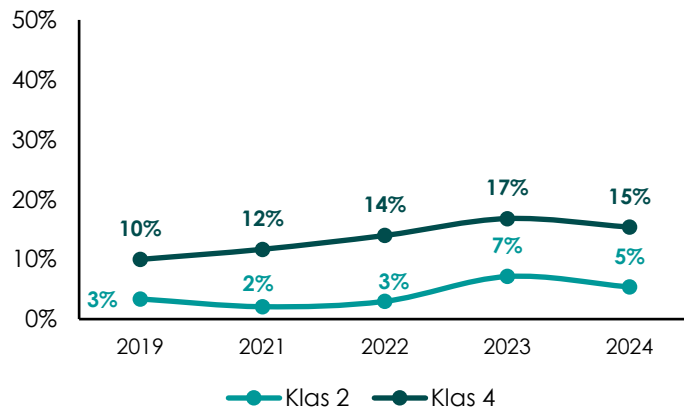
Meeste tot alle vrienden drinken alcohol bij jongeren die GEEN en WEL alcohol drinken



4. Roken en vaperen

Roken is veruit de belangrijkste leefstijlfactor waardoor mensen ziek worden of overlijden ([RIVM](#)). Als je op jonge leeftijd begint met roken, is de verslaving vaak sterker. Ook is de kans op succesvol stoppen kleiner dan wanneer je op latere leeftijd begint met roken. Daarom is het belangrijk om samen te werken aan een rookvrije generatie. Van de derdeklassers rookt **17%** wekelijks tabak.

Rookt wekelijks tabak

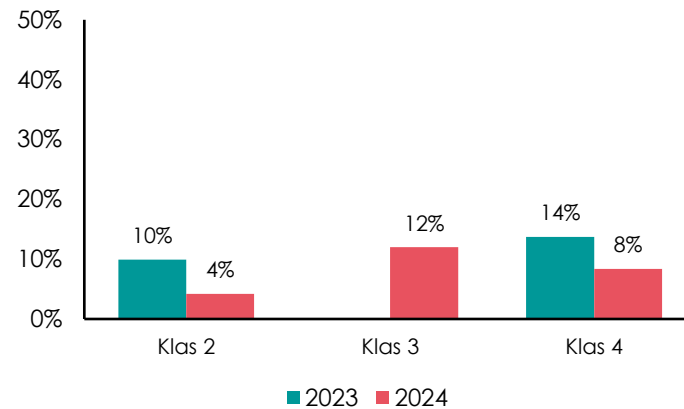


Meeste tot (bijna) alle vrienden roken tabak



Ook vapes bevatten veel schadelijke en verslavende stoffen. Jongeren vaperen in 2024 minder vaak dan dat ze sigaretten roken, maar het roken van sigaretten en het gebruiken van een vape gaat vaak samen. Van de leerlingen die wekelijks rookt, gebruikt de helft (**51%**) ook een vape. Jongeren uit klas 3 vaperen het vaakst (**12%**). Meisjes vaperen vaker dan jongens (**11%** versus **6%**).

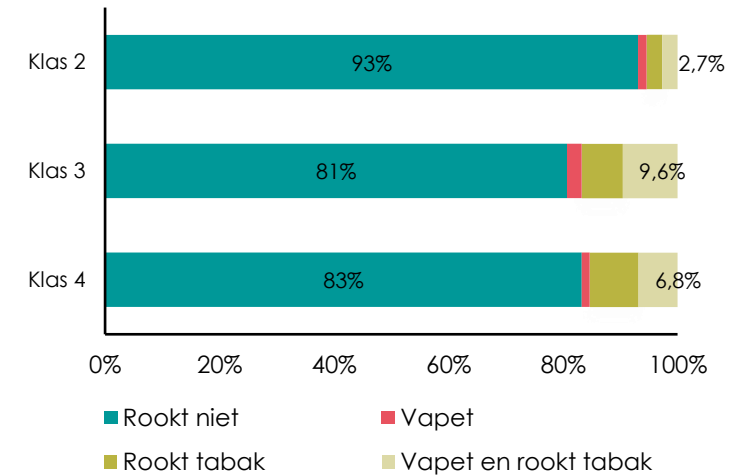
Vapet wekelijks



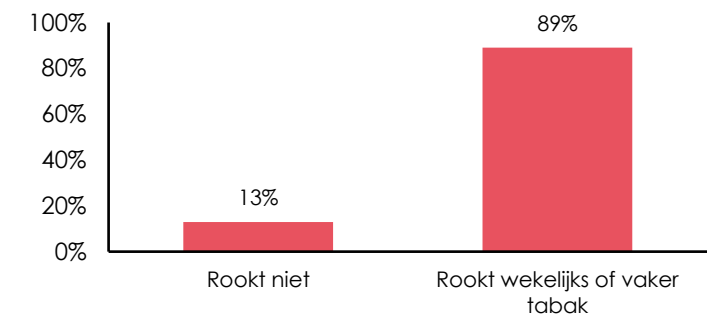
Meeste tot (bijna) alle vrienden vaperen



Wekelijks roken en/of vaperen

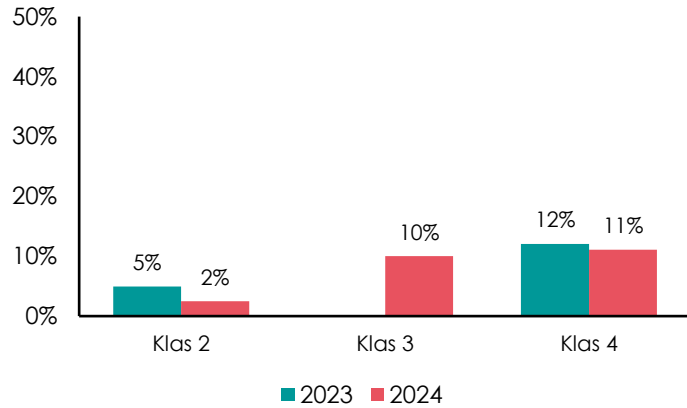


Meeste tot alle vrienden roken tabak bij jongeren die NIET en WEL roken

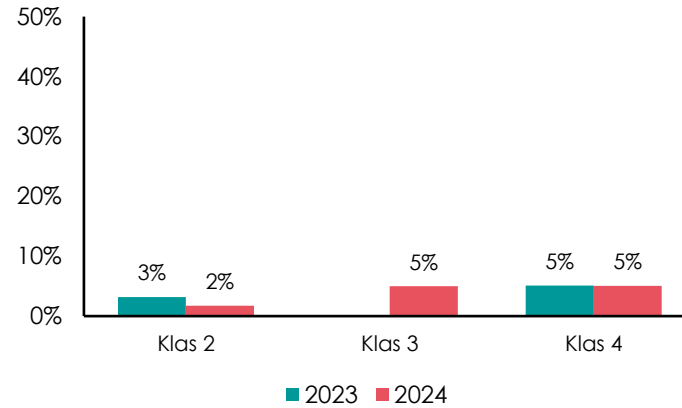


5. Drugs

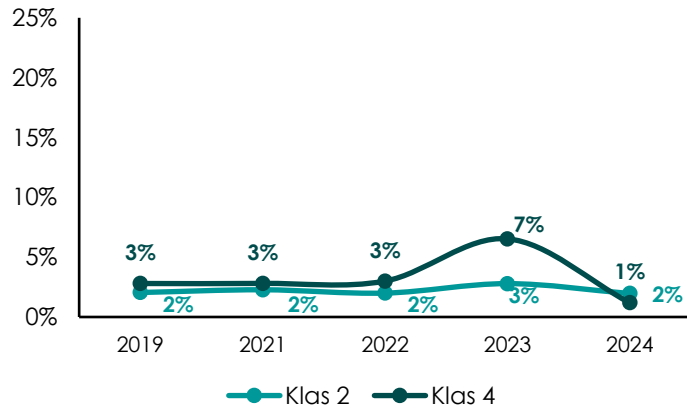
Heeft ooit cannabis gerookt



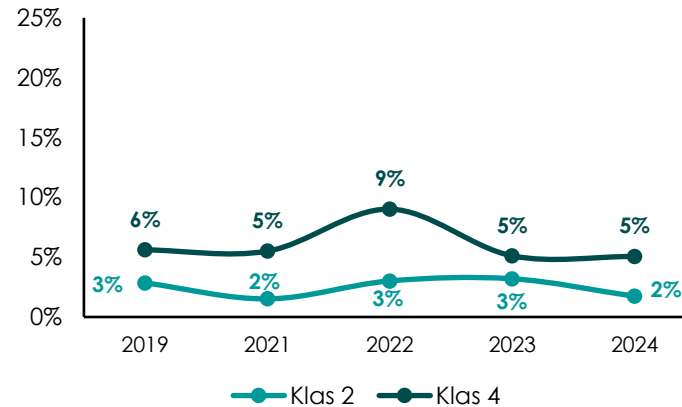
Heeft laatste 4 weken cannabis gerookt



Heeft ooit lachgas gebruikt



Heeft laatste 4 weken cannabis gerookt

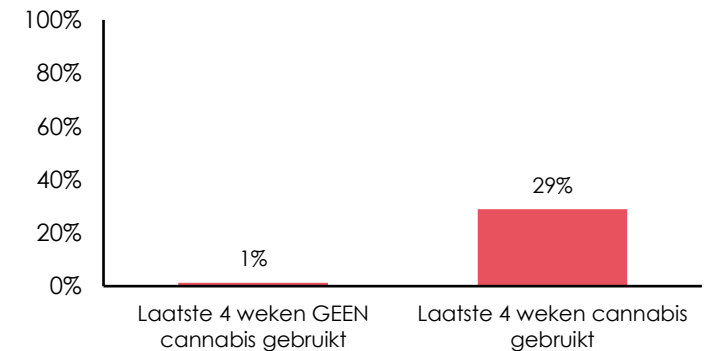


Groepsdruk speelt een rol bij het middelengebruik van jongeren. Als er in hun omgeving cannabis wordt gerookt, bijvoorbeeld door vrienden of vriendinnen, dan is de kans groter dat een jongere zelf ook cannabis rookt.

Meeste tot (bijna) alle vrienden roken hasj of wiet



Meeste tot alle vrienden roken cannabis bij jongeren die GEEN en WEL cannabis gebruiken



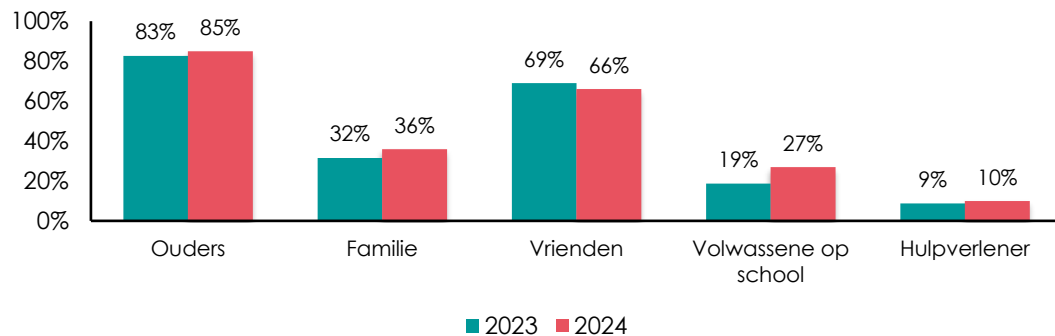
6. Gezin

Steun, opvattingen en betrokkenheid van ouders hebben invloed op het gedrag van de jongeren. Ook is een goede band met ouders een beschermende factor voor psychosociale problemen en middelengebruik. Jongeren die niet veel tijd met hun ouders doorbrengen, zitten vaker niet lekker in hun vel.

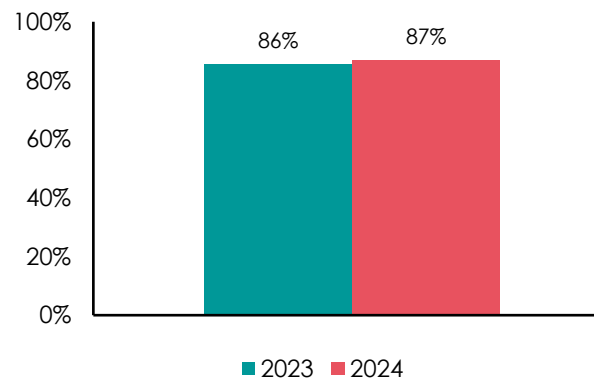
3%

kan bij niemand terecht als hij/zij ergens mee zit

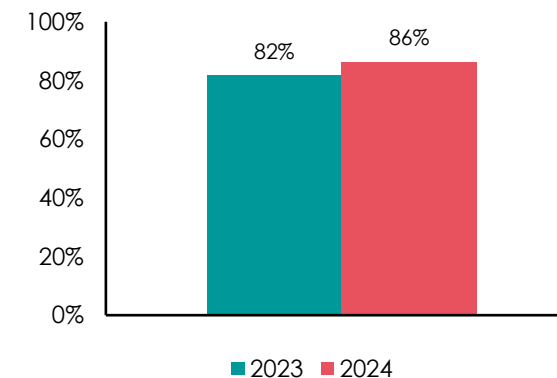
Kan met een probleem terecht bij:



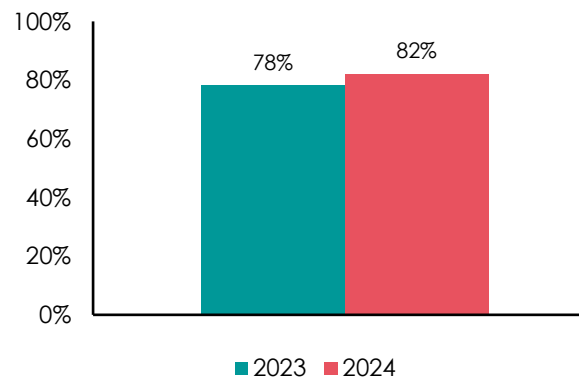
Mijn ouders weten waar ik ben als ik niet thuis ben



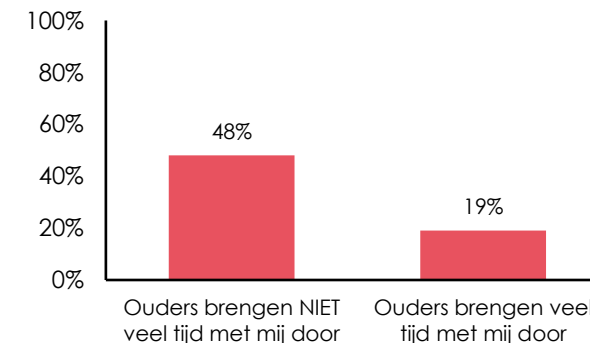
Mijn ouders hebben duidelijke regels over wat ik wel en niet mag doen



Mijn ouders brengen veel tijd met mij door



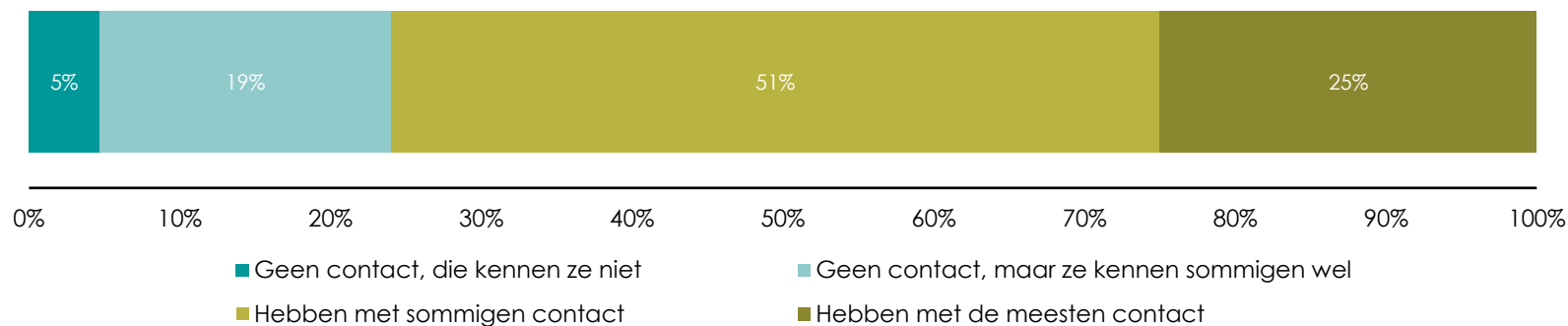
Niet lekker in je vel bij jongeren die NIET en WEL veel tijd doorbrengen met hun ouders



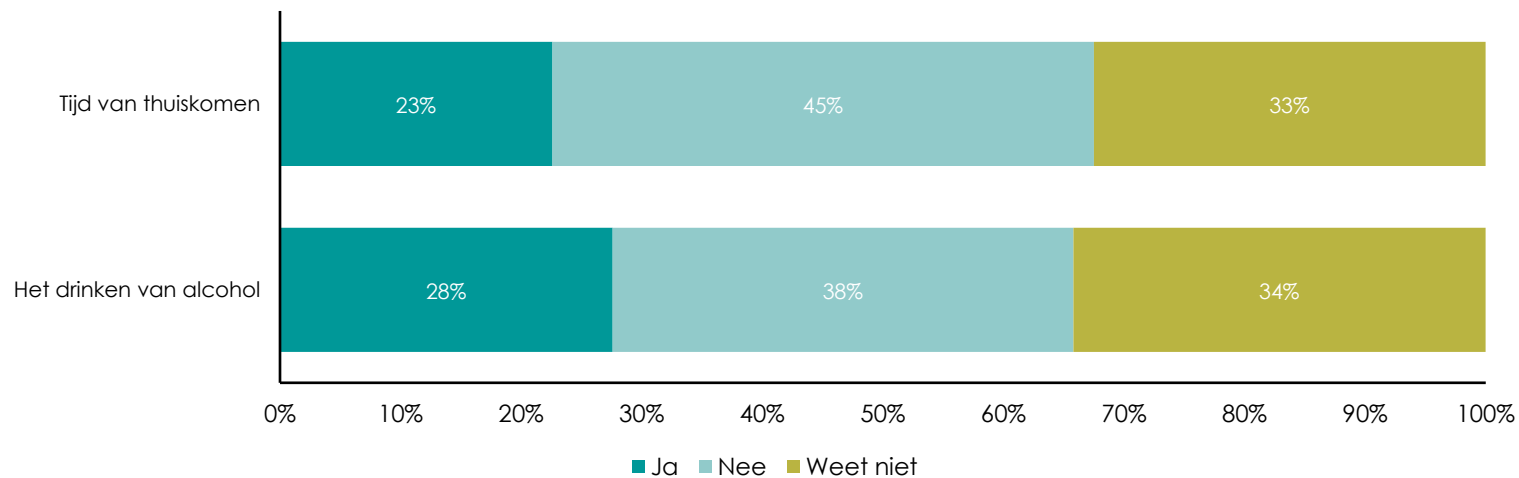
76%

van de ouders heeft contact met sommige of met de meeste ouders van de vrienden van hun kind

Contacten tussen ouders

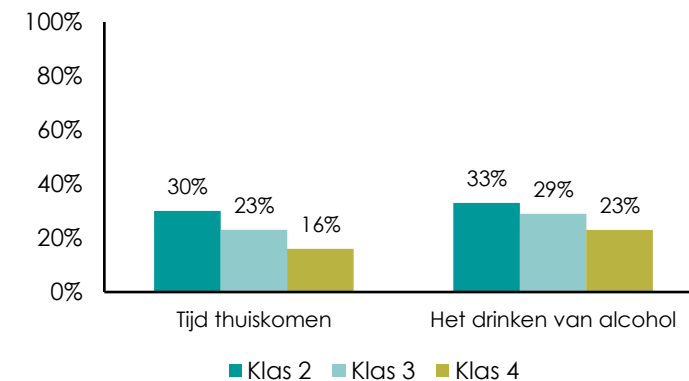


Maken ouders afspraken met andere ouders?

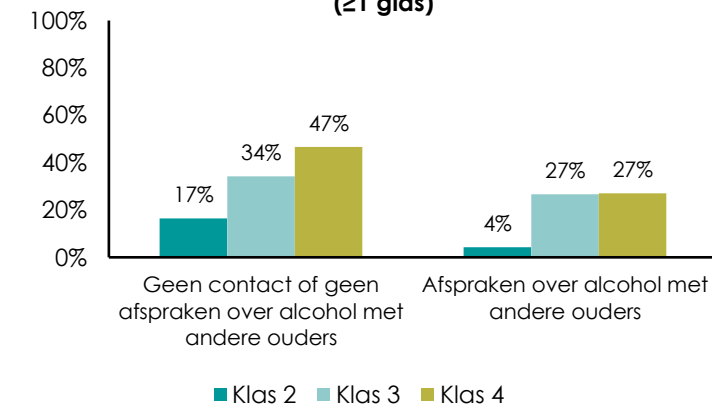


De kans dat jongeren middelen gaan gebruiken, is kleiner als hun ouders de ouders van de vrienden kennen en met hen afspraken maken over bijvoorbeeld het middelengebruik van hun kinderen.

Ouders maken afspraken met ouders van vrienden over alcohol en tijd van thuiskomen



Heeft in de laatste 4 weken alcohol gedronken (≥1 glas)

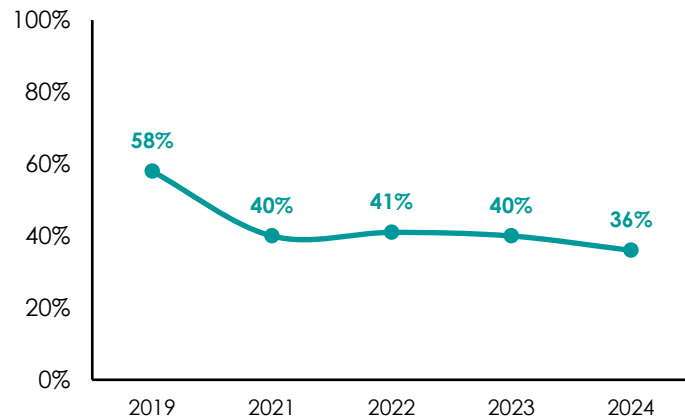


7. School

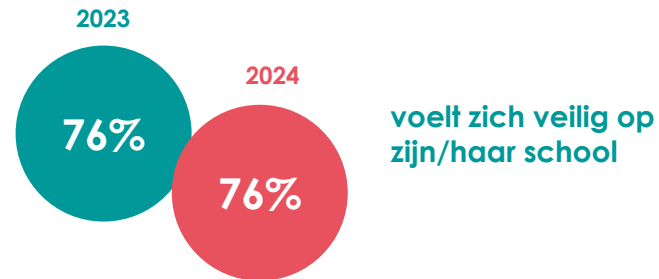
Jongeren brengen een groot deel van hun tijd door op school. Op school doen jongeren kennis en vaardigheden op die belangrijk zijn voor hun ontwikkeling. Maar ook doen ze sociale contacten op en maken ze vrienden.

Door een positief schoolklimaat voelen leerlingen zich veilig, geaccepteerd en gewaardeerd. Een positief schoolklimaat is een beschermende factor voor middelengebruik en draagt bij aan het mentaal welbevinden van leerlingen.

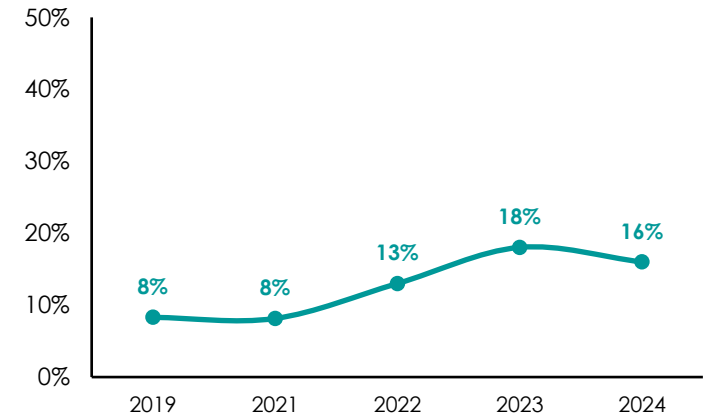
Vindt het (hartstikke) leuk op school



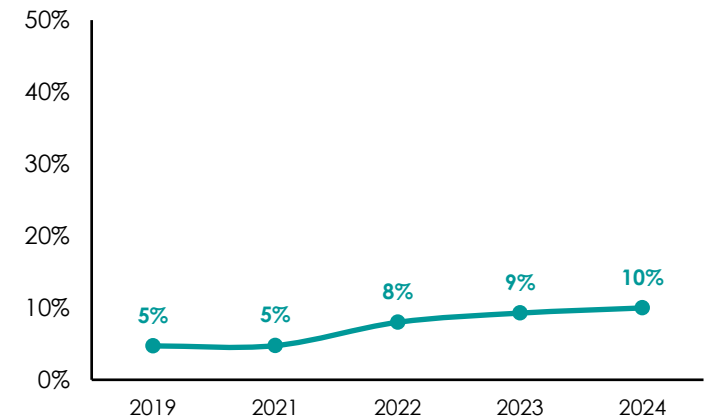
Pesten kan negatieve gevolgen hebben voor de sociaal-emotionele gezondheid.



Is de laatste 3 maanden gepest op school



Is de laatste 3 maanden online gepest



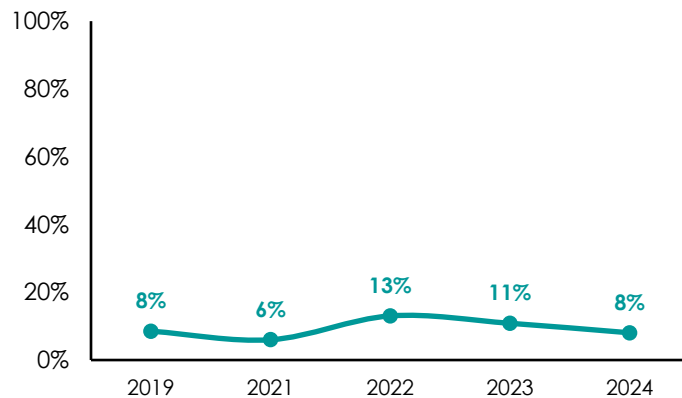
8. Vrijetijd: Online omgeving

Zeven vragen meten samen het risicovol gebruik van social media, zoals: 'Hoe vaak kom je slaap tekort door social media?'

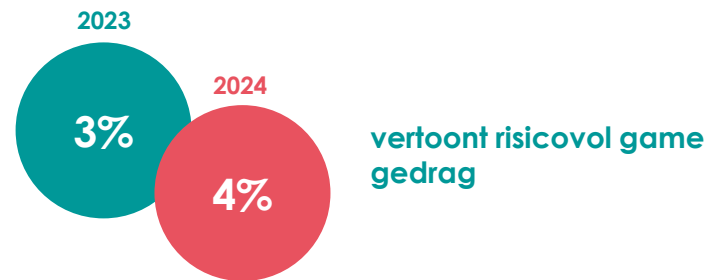
Als jongeren het gebruik van social media niet meer onder controle hebben, kunnen er problemen ontstaan in het dagelijks functioneren. Er is dan sprake van problematisch gebruik van social media.

Ook langdurig gamen en hier niet mee kunnen stoppen, kan problematisch worden. Dit kan negatieve effecten hebben op onder andere mentaal welbevinden, eenzaamheid en slaap. Vergelijkbare vragen zijn ook gesteld over gamen.

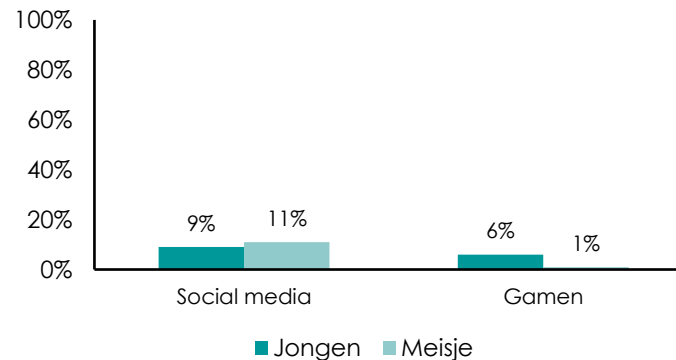
Loopt risico op problematisch gebruik social media



Op Goeree-Overflakkee is het risicovol social media gebruik in de laatste jaren toegenomen. Meisjes rapporteren vaker dat zij problemen ervaren door het gebruik van social media dan jongens. Jongens komen juist vaker in de problemen door gamen.



Risico op problematisch gebruik social media en gamen

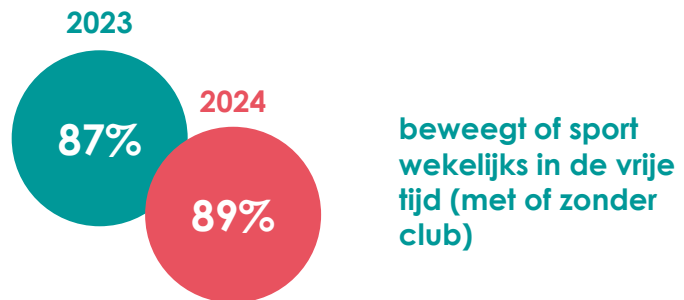
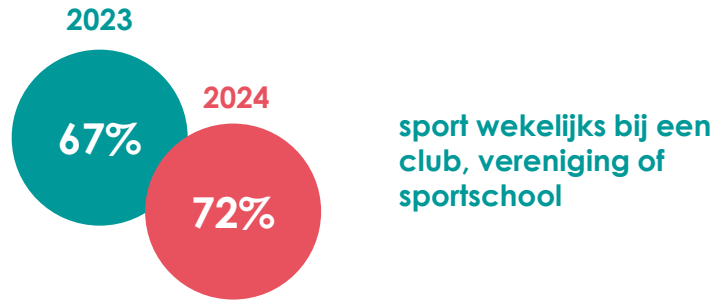
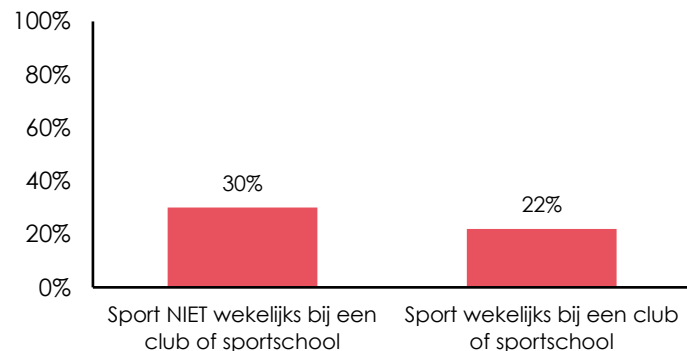


9. Vrijetijd: Bewegen, sport en andere activiteiten

Voldoende beweging draagt bij aan de gezondheid van jongeren. Het advies voor jongeren is om elke dag minimaal een uur te bewegen. Niet alleen sporten bij een club, maar ook bewegen buiten clubverband, zoals skaten, kranten bezorgen of naar school fietsen, tellen mee.

Jongeren die niet wekelijks sporten bij een sportschool of club, zitten vaker niet lekker in hun vel.

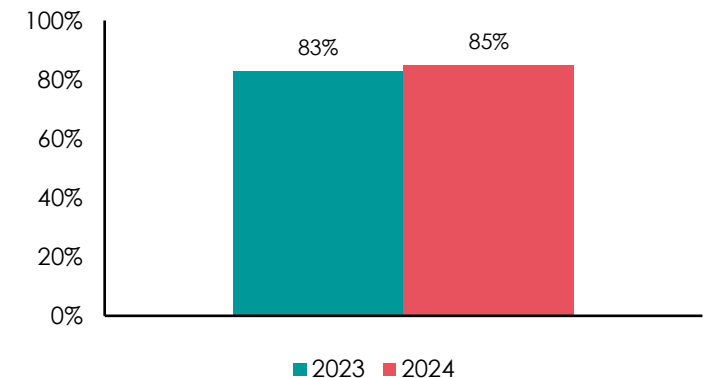
Niet lekker in je vel bij jongeren die NIET en WEL wekelijks sporten



Een goed aanbod van constructieve, georganiseerde vrijetijdsbesteding van jongeren vergroot de kansen om buiten schooltijd deel te kunnen nemen aan bijvoorbeeld sport of creatieve activiteiten, zoals muziek maken, theater of schilderen/tekenen of aan andere activiteiten, zoals bijvoorbeeld activiteiten van een kerk of moskee.

Deze activiteiten brengen jongeren in contact met volwassenen en andere jongeren. Zij moedigen het ontwikkelen van hun talenten en vaardigheden aan en ondersteunen erbij. Constructieve vrijetijdsbesteding vergroot de sociale betrokkenheid en het supportnetwerk van jongeren. Ook bevordert het de ontwikkeling van positieve sociale normen en verantwoordelijkheidsgevoelens. Een goede vrijetijdsbesteding is een beschermende factor tegen psychische ongezondheid en problematisch middelengebruik.

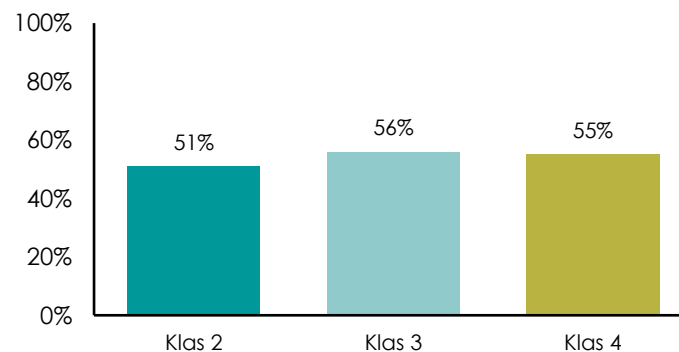
Doet wekelijks activiteiten bij een club, vereniging of organisatie buiten schooltijd



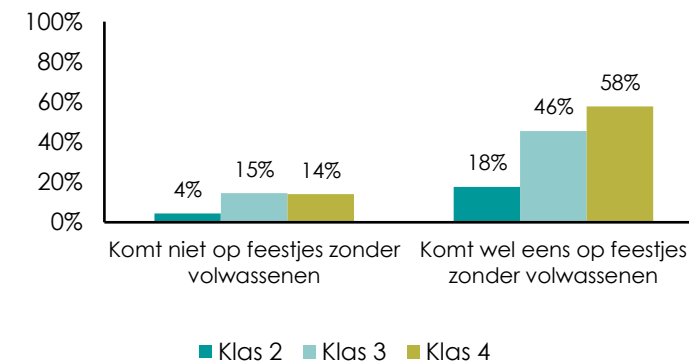
10. Vrijetijd: Chillen met vrienden

Wanneer jongeren naar feestjes gaan waar geen toezicht is, is de kans groter dat zij middelen gebruiken. Advies is om als ouder juist aanwezig te zijn bij feestjes.

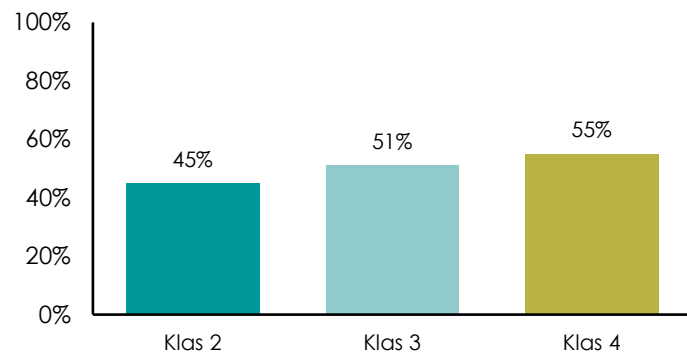
Chillt ≥ 1 per maand bij vrienden thuis zonder aanwezigheid van volwassenen



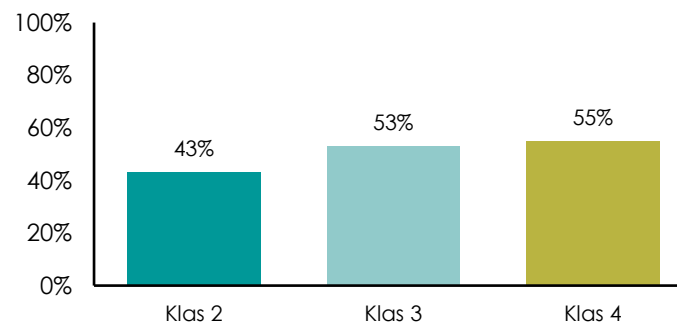
Heeft in de laatste 4 weken alcohol gedronken (≥ 1 glas)



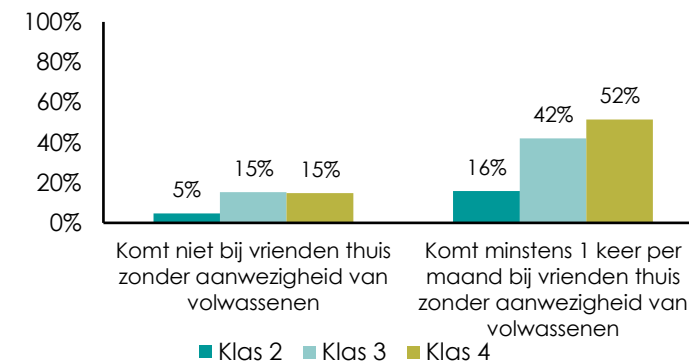
Komt wel eens op feestjes waar geen volwassenen aanwezig zijn



Chillt ≥ 1 per maand op een andere plek dan bij vrienden thuis zonder aanwezigheid van volwassenen



Heeft in de laatste 4 weken alcohol gedronken (≥ 1 glas)



Bronnen	Aantal respondenten klas 2 en 4	Uitkomsten gewogen naar populatie woonachtig op Goeree-Overflakkee?
Gezondheidsmonitor Jeugd 2019 GGD'en en RIVM	933	Ja
Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021, GGD'en, GGD GHOR, RIVM, Nivel, ARQ (Netwerk GOR)	827	Ja
OKO Gezondheidsmonitor 2022 GGD Rotterdam- Rijnmond	919	Nee
Gezondheidsmonitor Jeugd 2023 GGD'en en RIVM	738	Ja
OKO Gezondheidsmonitor 2024 GGD Rotterdam- Rijnmond	854	Nee

Colofon

Bron OKO Gezondheidsmonitor 2024, GGD Rotterdam-Rijnmond

Opdrachtgever Gemeente Goeree-Overflakkee

Uitvoering OBI, Gemeente Rotterdam

Vragen gezondheidsmonitor@rotterdam.nl

Datum uitgave 28 januari 2025