

# Regiobeeld Leefstijl

## Gemeente Apeldoorn



**BLUE ZONES**  
GROUP

Datum: 12 februari 2020

# Inleiding

Blue Zones Group biedt een leefstijlprogramma en wil dit programma verder uitbouwen met partners vanuit de behoefte van inwoners van gemeente Apeldoorn en werkgevers/-nemers in gemeente Apeldoorn. Op verzoek van Blue Zones Group heeft Proscop een regiobeeld gemaakt van de gemeente Apeldoorn. Het regiobeeld is/wordt besproken met de begeleidingsgroep bestaande uit drie medewerkers van Blue Zones Group en twee ervaringsdeskundigen via PGOsupport. Bij het eerste overleg met de begeleidingsgroep was ook GGD NOG aanwezig.

## Het belang van een regiobeeld

Een regiobeeld geeft inzicht in de sociale en gezondheidssituatie van de inwoners in een regio. Dit inzicht helpt om goed onderbouwde keuzes te maken voor projecten of programma's. Bijvoorbeeld om in te zetten op een bepaalde doelgroep of een bepaald knelpunt dat naar voren komt uit de analyse. Een regiobeeld biedt daarmee een basis om samen in gesprek te gaan en te kijken waar de prioriteiten voor gemeente Apeldoorn liggen.

## Onderdelen van het regiobeeld

Een regiobeeld omvat een cyclisch proces bestaande uit de onderdelen: data, dialoog en doen.

- **Data:** het verzamelen van informatie om inzicht te krijgen in wat er speelt in:
  - Kwantitatief door middel van informatie uit openbare (en besloten) databronnen
  - Kwalitatief door middel van:
    - een panelgesprek met inwoners van Apeldoorn die aan de slag zijn geweest of willen gaan met het verbeteren van hun gezondheid, en
    - interviews met organisaties die beleidsmatig of in de uitvoering actief zijn met leefstijl.
- **Dialoog:** op basis van de inzichten uit het regiobeeld worden samen met de begeleidingsgroep prioriteiten gesteld en keuzes gemaakt.
- **Doen:** op basis van de prioriteiten en keuzen worden keuzes gemaakt voor effectieve en efficiënte interventies, welke worden uitgewerkt in een plan en vervolgens worden uitgevoerd.

**Data** ● **Dialoog** ● **Doen**



# Hoe kunt u navigeren door deze rapportage?

In de digitale versie van dit rapport kunt u eenvoudig navigeren tussen de verschillende onderdelen. Op de volgende pagina vindt u een hoofdmenu met de verschillende onderwerpen die in het kwantitatieve deel van het rapport beschreven worden. In het hoofdmenu kunt u met uw muis op het onderdeel klikken die u wilt bekijken. Vervolgens komt u bij het gewenste onderdeel en kunt u de informatie bekijken. Binnen een onderwerp kunt u met onderstaande toetsen navigeren:



u gaat naar de vorige of volgende pagina



u keert terug naar het hoofdmenu met de verschillende onderwerpen.

Op de volgende pagina vindt u het hoofdmenu.

Vanaf pagina 29 zijn de uitkomsten van het panel en de interviews opgenomen.



## Inleiding

## Methode

### POSITIEVE GEZONDHEID

#### Algemene kenmerken

- Aantal inwoners
- Bevolkingsontwikkeling
- Geslacht
- Leeftijdsopbouw
- Trend 65-plussers
- Kwetsbare ouderen (65+)
- Samenstelling huishoudens
- Herkomst
- Sociaal economische status
- Laaggeletterdheid
- Arbeidsparticipatie
- Ziekteverzuim

#### Lichaamsfuncties

- Langdurige ziekte of aandoening
- Lichamelijke beperking
- Beperking in het bewegen
- Overgewicht
- Obesitas
- Diabetes
- Verhoogde bloeddruk

#### Mentaal welbevinden

- Regie over eigen leven
- Risico op angst of depressie
- Hoog risico op angst of depressie
- Emotionele eenzaamheid
- Psychische problematiek

#### Kwaliteit van leven

- Ervaren gezondheid
- Moeite met rondkomen

#### Meedoen

- Vrijwilligerswerk
- Mantelzorg geven
- Mantelzorg ontvangen
- Sociale eenzaamheid

#### Dagelijks functioneren

- Roken
- Voldoet aan alcoholrichtlijn
- Voldoet aan beweegrichtlijn
- Wekelijks sporten
- Fruitconsumptie
- Groenteconsumptie
- Consumptie toegevoegde suikers

## Panelgesprek

## Interviews

## Conclusie



# Methode

## ROS-Wijkscan

Proscop maakt voor een gebiedsanalyse gebruik van diverse bronnen. Ten eerste wordt gebruik gemaakt van de ROS-Wijkscan. Hierin zijn verschillende openbare informatiebronnen gebundeld. In deze gebiedsanalyse is specifiek gebruik gemaakt van informatie uit de ROS-Wijkscan van:

- Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS)
- Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP)
- NIVEL Zorgregistraties eerste lijn

## Andere openbare bronnen

In aanvulling op de ROS-Wijkscan maakt Proscop gebruik van andere openbare bronnen:

- GGD
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM)
- Regiobeeld van het RIVM
- Waar Staat Je Gemeente
- Stichting Lezen en Schrijven
- UWV

De gegevens van de Gezondheidsmonitor volwassenen van GGD'en, CBS en RIVM zijn geëxtrapoleerd op basis van de bevolkingssamenstelling van het gebied (leeftijd, geslacht, herkomst, huishoudsamenstelling, opleidingsniveau, inkomen en woningtype). Uit deze gezondheidsmonitor zijn onder meer gegevens over leefstijl gehaald.

Apeldoorn is opgedeeld in 16 wijken (inclusief dorpen). Gegevens worden op wijkniveau gepresenteerd als zij op dit niveau beschikbaar zijn.

## Uitleg indicatoren

In de aparte bijlage wordt voor elke indicator de definitie, bron en jaartal van gegevens beschreven.



# Positieve Gezondheid

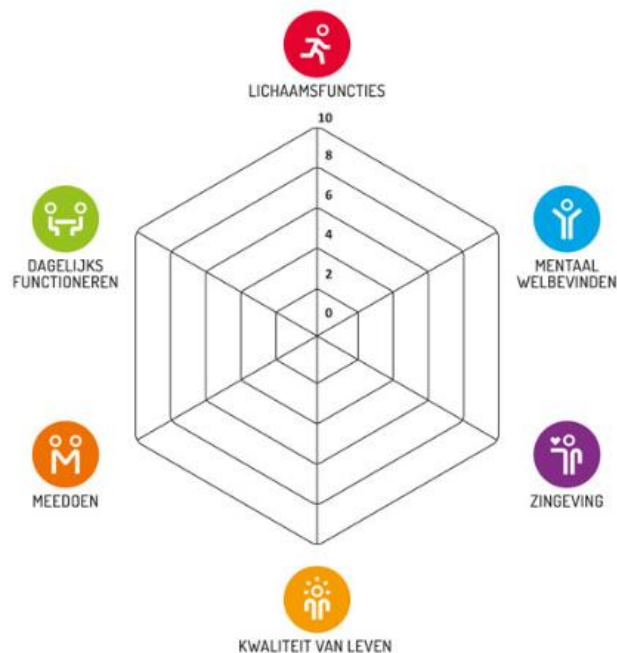
De resultaten van het regiobeeld worden gepresenteerd aan de hand van de dimensies van het concept Positieve Gezondheid.

Positieve gezondheid biedt een brede kijk op gezondheid. Het uitgangspunt is daarbij niet de afwezigheid van ziekten en beperkingen, maar het vermogen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan en zo veel mogelijk eigen regie te voeren (bron: Institute for Positive Health). Het concept positieve gezondheid omvat een zestal dimensies:

- Lichaamsfuncties – Ik voel me gezond en fit
- Mentaal welbevinden – Ik voel me vrolijk
- Zingeving – Ik heb vertrouwen in mijn eigen toekomst
- Kwaliteit van leven – Ik geniet van mijn leven
- Meedoen – Ik heb goed contact met andere mensen
- Dagelijks leven – Ik kan goed voor mezelf zorgen

Om het gesprek te voeren over positieve gezondheid ontwikkelde Machteld Huber een gesprekshulpmiddel, ook wel 'het spinnenweb' genoemd.

Op de volgende pagina's wordt een deel van de gegevens gepresenteerd aan de hand van de zes dimensies van Positieve Gezondheid. De dimensie 'zingeving' ontbreekt, omdat hierover geen openbare gegevens beschikbaar zijn.



Figuur 1. De zes dimensies van positieve gezondheid

# Algemene kenmerken

## Aantal inwoners

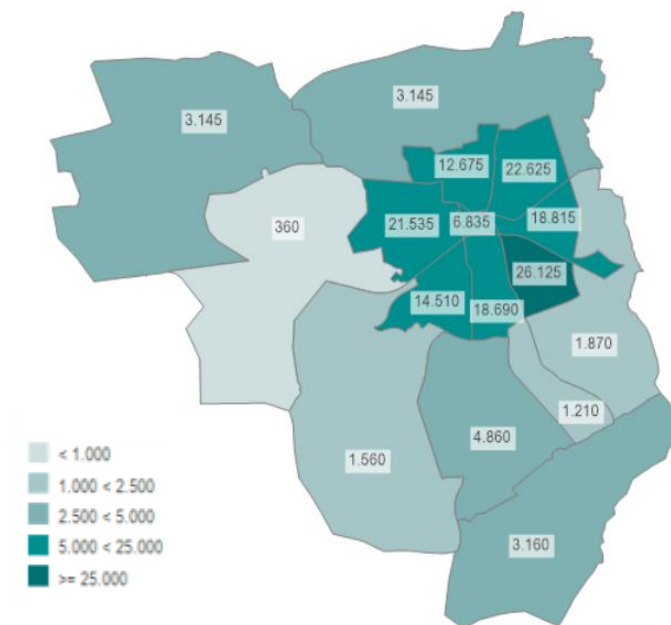
Gemeente Apeldoorn heeft 161.156 inwoners. In de wijken Zuidoost, Noordoost, West, Oost, Zuid, Zuidwest, Noord en Centrum wonen de meeste mensen. De Wijk Hoog Soeren en Radio Kootwijk heeft het laagste aantal inwoners (Figuur 2).

## Bevolkingsontwikkeling

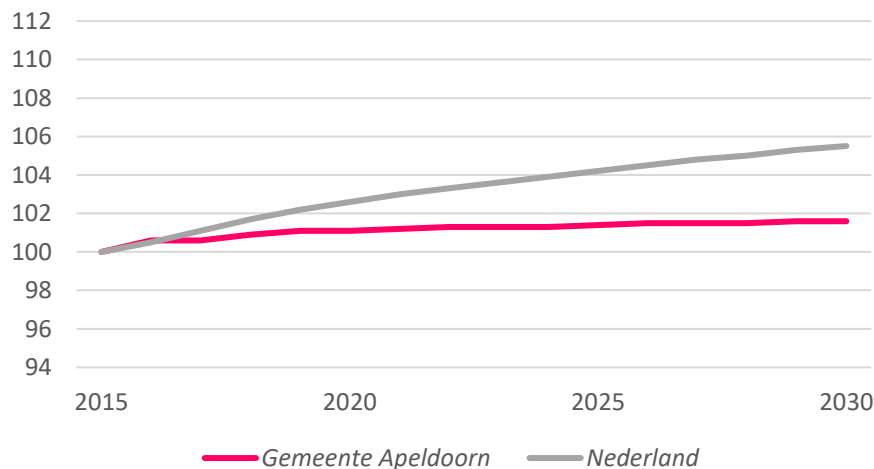
Figuur 3 toont de bevolkingsontwikkeling als indexcijfer voor de gemeente Apeldoorn en Nederland tot 2030. Het jaar 2015 is als basisjaar genomen, zodat cijfers van gemeente Apeldoorn en Nederland met elkaar kunnen worden vergeleken. Een index van 102 betekent een toename van 2% ten opzichte van het basisjaar 2015.

De bevolking in Nederland zal naar verwachting de komende jaren verder toenemen. In de gemeente Apeldoorn wordt een lichte toename van het aantal inwoners verwacht. Namelijk een stijging van 1,6%.

Levensverwachting: Voor inwoners van Apeldoorn is de gemiddelde levensverwachting 81,3 jaar (op basis van een gemiddelde over de jaren 2013-2016). Voor heel Nederland is dit 81,5 jaar.



Figuur 2. Aantal inwoners gemeente Apeldoorn per wijk (2018)

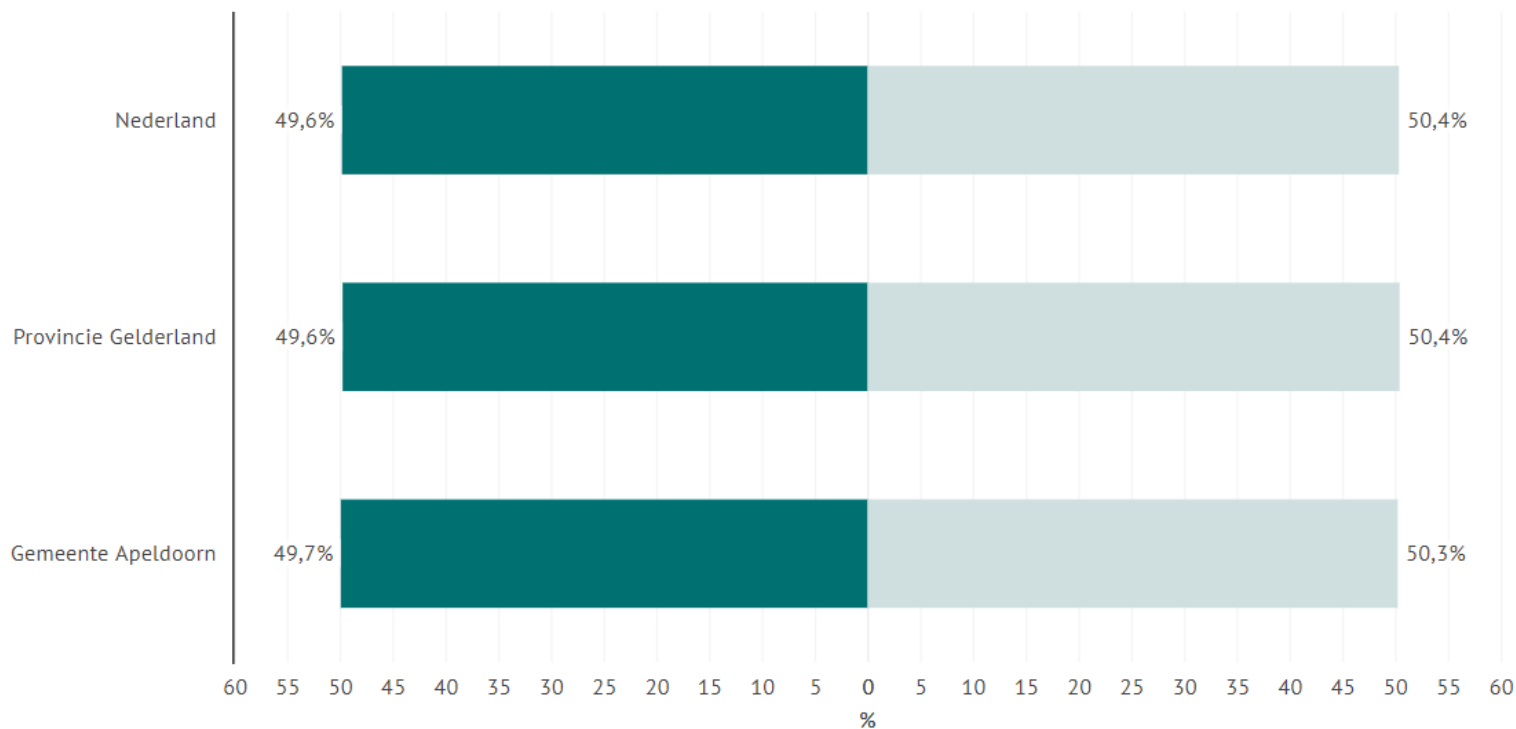


Figuur 3. Trend in bevolkingsontwikkeling, uitgaande van indexjaar 2015

# Algemene kenmerken

## Geslacht

Gemeente Apeldoorn, provincie Gelderland en Nederland hebben een vergelijkbare verdeling tussen het aantal mannen en vrouwen. Het percentage mannen in de gemeente Apeldoorn is 49,7%. Zowel voor provincie Gelderland als Nederland is dit percentage 49,6%.



Figuur 4. Geslacht in percentages (2018)



# Algemene kenmerken

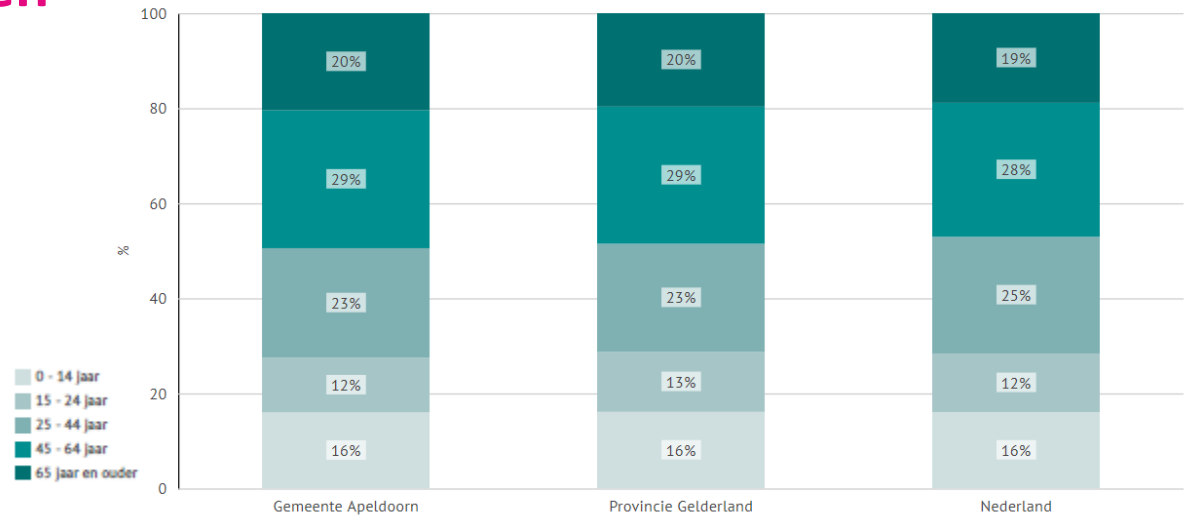
## Leeftijdsofbouw

Gemeente Apeldoorn, provincie Gelderland en Nederland hebben een vergelijkbare leeftijdsopbouw van de bevolking. In Apeldoorn wonen 18.558 mensen in de leeftijd van 15-25 jaar (12%), 37.143 van 25-44 jaar (21%), 46.758 van 45-64 jaar (29%). Er wonen 32.919 mensen boven de 65 jaar in Apeldoorn.

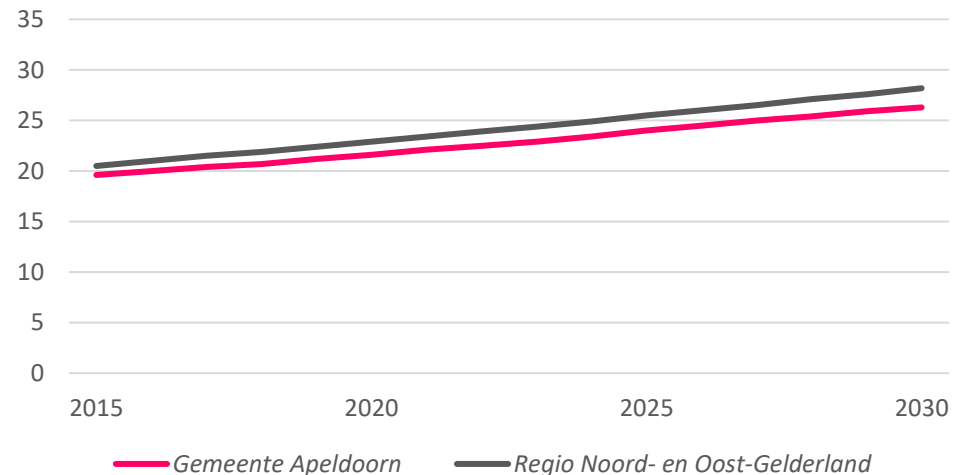
## Trend 65-plussers

Figuur 6 toont de trend van 65-plussers voor gemeente Apeldoorn en de gehele regio Noord en Oost-Gelderland in percentages. Voor beide gebieden zal het percentage 65-plussers de komende jaren toenemen.

In 2016 was het percentage 65-plussers in de gemeente Apeldoorn 20%. De verwachting is dat dit percentage in 2030 gestegen is naar 26,3%.



Figuur 5. Leeftijdsofbouw in percentages (2018)



Figuur 6. Trend in percentage 65-plussers (vanaf het jaar 2017 een prognose)

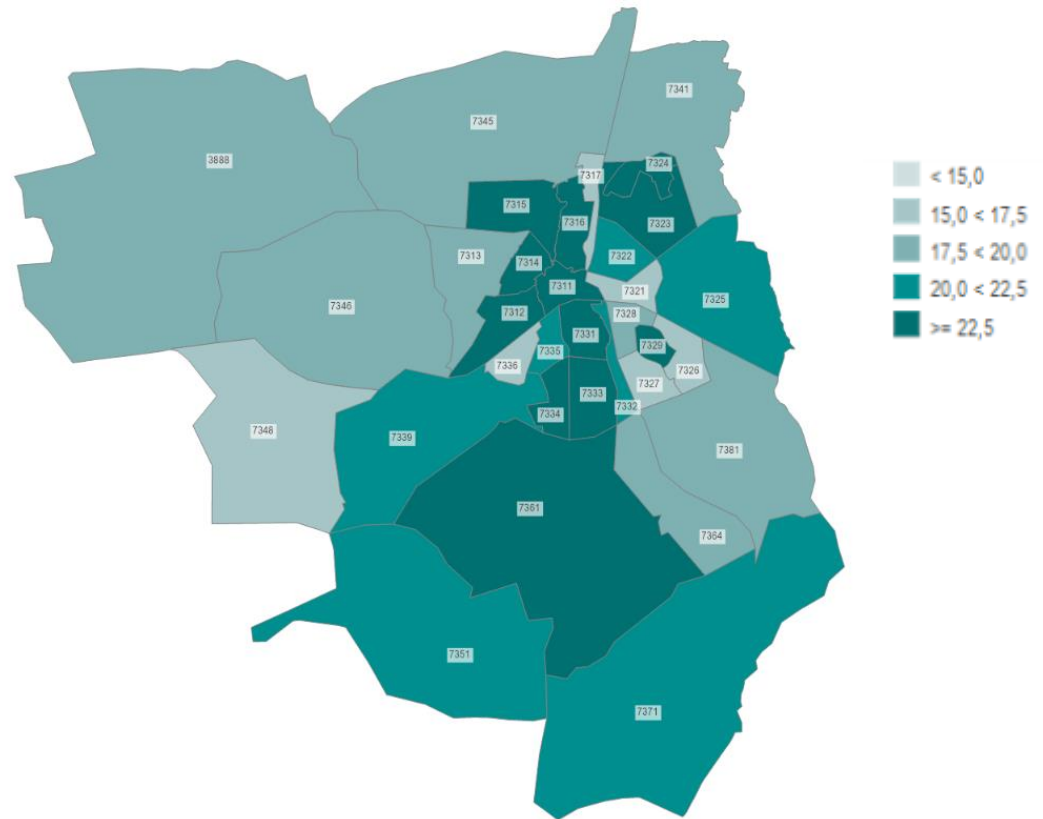


# Algemene kenmerken

## Kwetsbare ouderen (65+)

Voor het in kaart brengen van het percentage kwetsbare ouderen (65+) is gebruik gemaakt van de Tilburg Frailty Indicator (TFI). Op basis van 15 vragen worden de lichamelijke, psychische en sociale beperkingen van ouderen gemeten. Aan de hand van een totaalscore wordt bepaald of een oudere kwetsbaar is.

In gemeente Apeldoorn is 22,6% van het aantal inwoners boven de 65 jaar kwetsbaar. Het gemiddelde van Nederland ligt op 22,9%. Het percentage van Apeldoorn ligt dus iets lager. *Figuur 7* toont het percentage kwetsbare ouderen (65+) per postcode gebied in Apeldoorn.

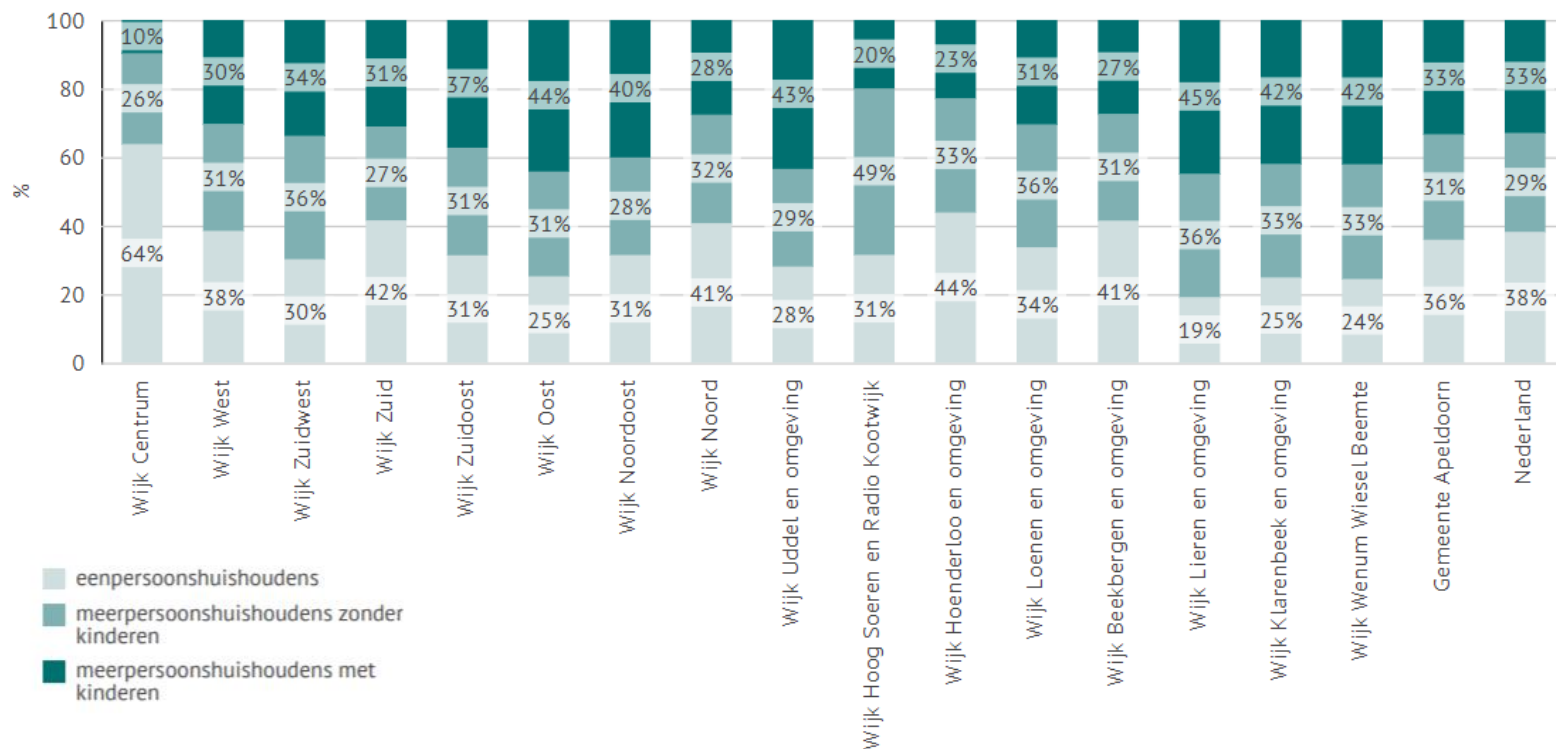


*Figuur 7. Percentage kwetsbare ouderen boven de 65 jaar (2019)*

# Algemene kenmerken

## Samenstelling huishoudens

De samenstelling van een huishouden wordt bepaald door het aantal personen dat op een adres staat ingeschreven. Dit betekent niet per definitie dat een persoon van een eenpersoonshuishouden geen relatie of partner heeft. *Figuur 8* geeft de samenstelling van huishoudens in percentages weer per wijk, het totaal van de gemeente Apeldoorn en voor Nederland. Vergelijken met Nederland ligt het percentage alleenstaanden in gemeente Apeldoorn relatief lager. De wijk Centrum wijkt sterk af van het gemiddelde beeld: er wonen veel eenpersoonshuishoudens en de wijk heeft een laag aandeel meerpersoonshuishoudens met kinderen.

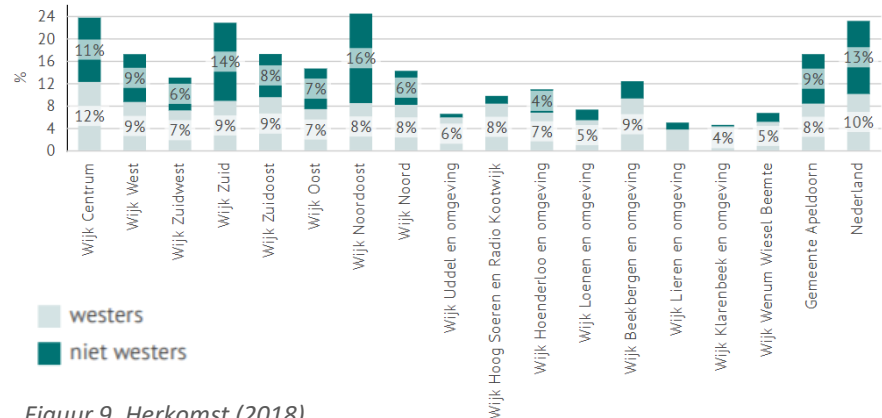


Figuur 8. Samenstelling van huishoudens (2018)

# Algemene kenmerken

## Herkomst

In gemeente Apeldoorn wonen relatief minder allochtonen in vergelijking met Nederland. Ingezoomd op de wijken in Apeldoorn, valt op dat het percentage allochtonen in de wijken Noordoost, Centrum, West en Zuid relatief hoger is dan voor het totaal van gemeente Apeldoorn. De percentages van wijk Centrum en Noordoost liggen zelfs nog iets hoger t.o.v. Nederland.



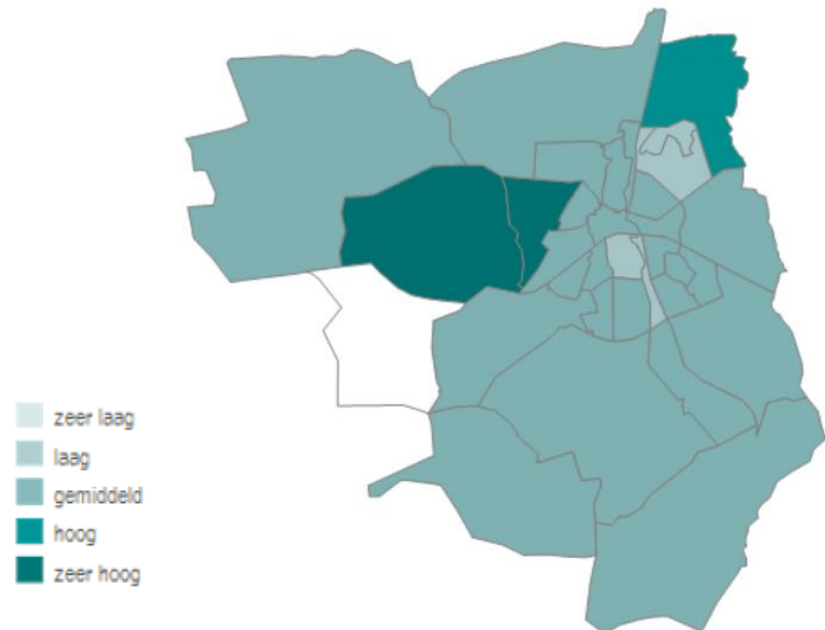
Figuur 9. Herkomst (2018)

## Sociaal economische status

De sociaal economische status (SES) van een wijk is afgeleid van een aantal kenmerken van de mensen die er wonen: hun opleiding, inkomen en positie op de arbeidsmarkt. De meeste wijken in Apeldoorn hebben een gemiddelde SES in vergelijking met andere wijken in Nederland. De SES is zeer hoog rondom Berg en Bos en Hoog Soeren (Figuur 10).

## Laaggeletterdheid

Circa 11-13% van de inwoners (16-65 jaar) in de gemeente Apeldoorn is laaggeletterd. Voor de provincie Gelderland ligt dit percentage enigszins lager, namelijk op 8-11%. Het gemiddeld percentage laaggeletterdheid in Nederland is 12% (2016).



Figuur 10. Sociaal economische status van gemeente Apeldoorn (2017)



# Algemene kenmerken

## Arbeidsparticipatie

Het aantal huishoudens in de bijstand is de afgelopen jaren in gemeente Apeldoorn gestegen. In 2018 hadden 3.710 huishoudens in gemeente Apeldoorn een bijstandsuitkering. In 2016 waren dit nog 3.500 huishoudens.

Het totaal aantal personen dat een WW-uitkeringen ontvangt is in de periode 2017-2018 aanzienlijk gedaald. In 2017 ontvingen 4.149 inwoners van de gemeente Apeldoorn een werkloosheidsuitkering en in 2018 was dit 3.253. Het aantal werkloosheidsuitkeringen is de laatste jaren gedaald.

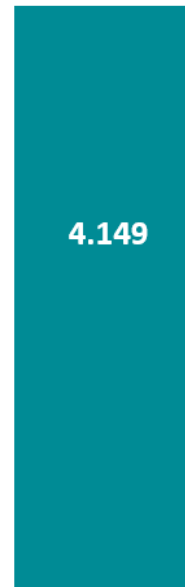
### Bijstandsuitkeringen

2018

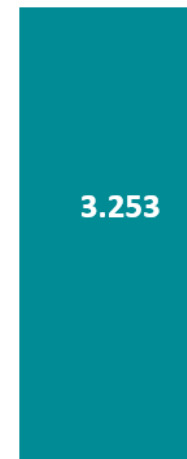


3.710 huishoudens in Apeldoorn met een bijstandsuitkering

2017



2018



Aantal WW-uitkeringen



# Algemene kenmerken

## Arbeidsparticipatie

Het aantal mensen in de gemeente Apeldoorn met een arbeidsongeschiktheidsuitkering (WAO) was 2.860 in 2017. In 2018 hadden 2.750 mensen een arbeidsongeschiktheidsuitkering in Apeldoorn. Dit betekent een daling van 7,3% ten opzichte van 2017.



Het aantal mensen met een ouderdomsuitkering (AOW) is in de periode van 2016-2017 gestegen. In 2016 ontvingen 30.980 inwoners een ouderdomsuitkeringsuitkering. In 2017 waren dit 31.220 inwoners. In 2016 was het aandeel AOW'ers ten opzichte van de totale bevolking zo'n 19,5%.



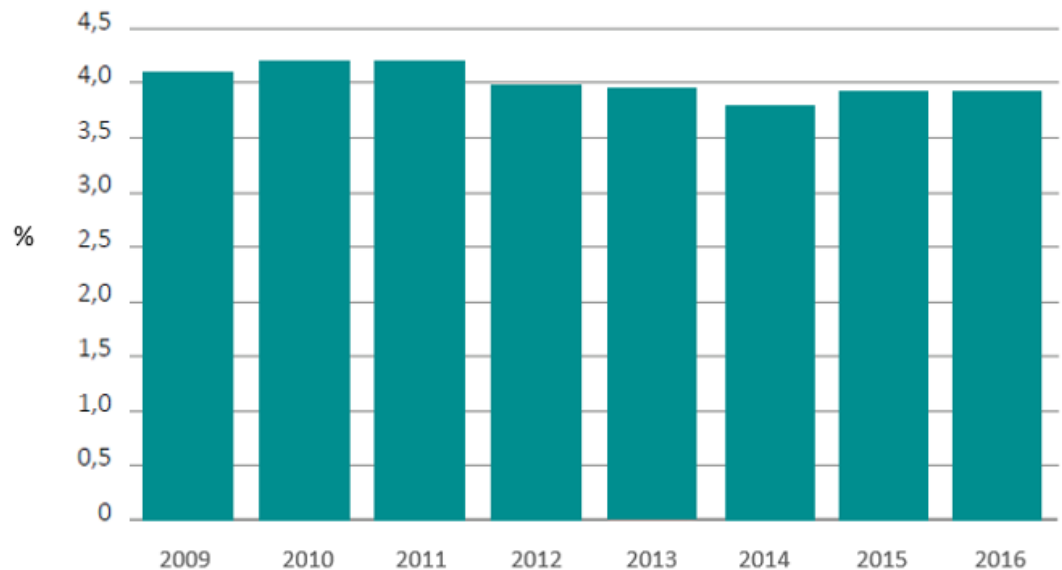
# Algemene kenmerken

## Ziekteverzuim

Figuur 11 toont het ziekteverzuimpercentage voor heel Nederland. Het ziekteverzuimpercentage wordt berekend op basis van het totaal aantal ziektedagen van de werknemers en het totaal aantal beschikbare (werk-/kalender)dagen van de werknemers. In 2016 was het ziekteverzuimpercentage in Nederland 3,9%. Vrouwen, mensen met een hogere leeftijd en laagopgeleiden hebben over het algemeen een hoger ziekteverzuimpercentage. Op basis van het aantal arbeidsplaatsen zijn de gezondheids- en welzijnszorg, groot- en detailhandel, openbaar bestuur en industrie de vier grootste bedrijfstakken in de gemeente Apeldoorn (bron: PWE, 2017). Drie van deze bedrijfstakken staat in de landelijke top 5 van het hoogste percentage ziekteverzuim per bedrijfstak.

### Top 5 ziekteverzuim per bedrijfstak:

1. Openbaar bestuur
2. Gezondheids- en welzijnszorg
3. Waterleidingbedrijven en afvalbeheer
4. Onderwijs
5. Industrie



Figuur 11. Ziekteverzuim (2017)



# Algemene kenmerken

## Ziekteverzuim

Uit de Nationale Enquête Arbeidsomstandigheden (2018) kwam naar voren dat een groot deel van de werknemers (35,2%) als reden voor zijn of haar laatste ziekteverzuim vanwege een griep of verkoudheid was. Zo'n 5,1% gaf aan dat het verzuim door psychische klachten werd veroorzaakt zoals een burn-out of overspannenheid.

### *Burn-out en werknemers*

Over het algemeen ervaren meer vrouwen burn-out klachten dan mannen. Uit de Nationale Enquête Arbeidsomstandigheden (2018) kwam naar voren dat 16,4% van de mannelijke werknemers en 18,1% van de vrouwelijke werknemers burn-out klachten heeft.

## Burn-out klachten

2018



**17,3% van de werkende heeft last van burn-out klachten**





# Lichaamsfuncties

	Langdurige ziekte of aandoening	Lichamelijke beperkingen (één of meer)	Overgewicht	Obesitas
Centrum	39%	15%	48%	14%
West	39%	17%	50%	13%
Zuidwest	38%	16%	51%	14%
Zuid	40%	20%	52%	16%
Zuidoost	39%	16%	52%	16%
Oost	36%	15%	50%	14%
Noordoost	38%	19%	52%	15%
Noord	39%	17%	50%	13%
Uddel en omgeving	31%	12%	51%	15%
Hoog Soeren en Radio Kootwijk	34%	13%	54%	14%
Hoenderloo en omgeving	36%	16%	55%	15%
Loenen en omgeving	35%	15%	54%	15%
Beekbergen en omgeving	39%	21%	54%	16%
Lieren en omgeving	31%	12%	51%	13%
Klarenbeek en omgeving	31%	11%	51%	13%
Wenum Wiesel Beemte	32%	11%	51%	13%
<b>Gemeente Apeldoorn</b>	<b>38%</b>	<b>17%</b>	<b>51%</b>	<b>14%</b>
Nederland	35%	16%	50%	15%

Figuur 12. Cijfers over lichaamsfuncties (rood = hoger dan gemeente Apeldoorn, groen = gelijk of lager dan gemeente Apeldoorn)

(Geëxtrapoleerd op basis van de Gezondheidsmonitor volwassenen 2016 van GGD'en, CBS en RIVM)





# Lichaamsfuncties

*Figuur 12* geeft alle cijfers over lichaamsfuncties per wijk weer.

## Langdurige ziekte of aandoening

Het geschatte percentage mensen in de gemeente Apeldoorn die langdurig ziek zijn of een aandoening hebben (38%) is hoger dan in Nederland (35%). In de wijken Centrum, West, Zuid, Zuidoost, Noord en Beekbergen en omgeving ligt het geschatte percentage hoger dan dat van de gemeente Apeldoorn. De andere wijken hebben een gelijk of lager percentage.

## Lichamelijke beperking

Het geschatte percentage mensen in de gemeente Apeldoorn met tenminste één lichamelijke beperking is 17%. Hiermee ligt het geschatte percentage iets hoger dan in Nederland (16%). Het merendeel van de wijken in Apeldoorn heeft een gelijk of lager percentage dan de gemeente Apeldoorn.

## Beperking in het bewegen

Het geschatte percentage mensen in de gemeente Apeldoorn die problemen heeft in het bewegen is 11%. Dit is gelijk aan het percentage van Nederland.

## Overgewicht en obesitas

In de gemeente Apeldoorn heeft naar schatting 51% van de mensen overgewicht en 14% obesitas. Het gemiddelde van Nederland ligt voor overgewicht iets lager, namelijk 50%. Het geschatte percentage obesitas in Nederland ligt 1% hoger dan voor de gemeente Apeldoorn (15%).

In de wijken Zuid, Zuidoost, Noordoost, Hoog Soeren en Radio Kootwijk, Hoenderloo en omgeving, Loenen en omgeving en Beekbergen en omgeving is het percentage overgewicht hoger dan voor gemeente Apeldoorn. In het geval van obesitas geldt dit voor de wijken Zuid, Zuidoost, Noordoost, Uddel en omgeving, Hoenderloo en omgeving, Loenen en omgeving en Beekbergen en omgeving. In de wijk Centrum is het geschatte percentage mensen met overgewicht opvallend lager (48%).

Het aantal mensen met overgewicht in Apeldoorn zal naar verwachting de komende jaren verder toenemen (bron: Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2018).



# Lichaamsfuncties

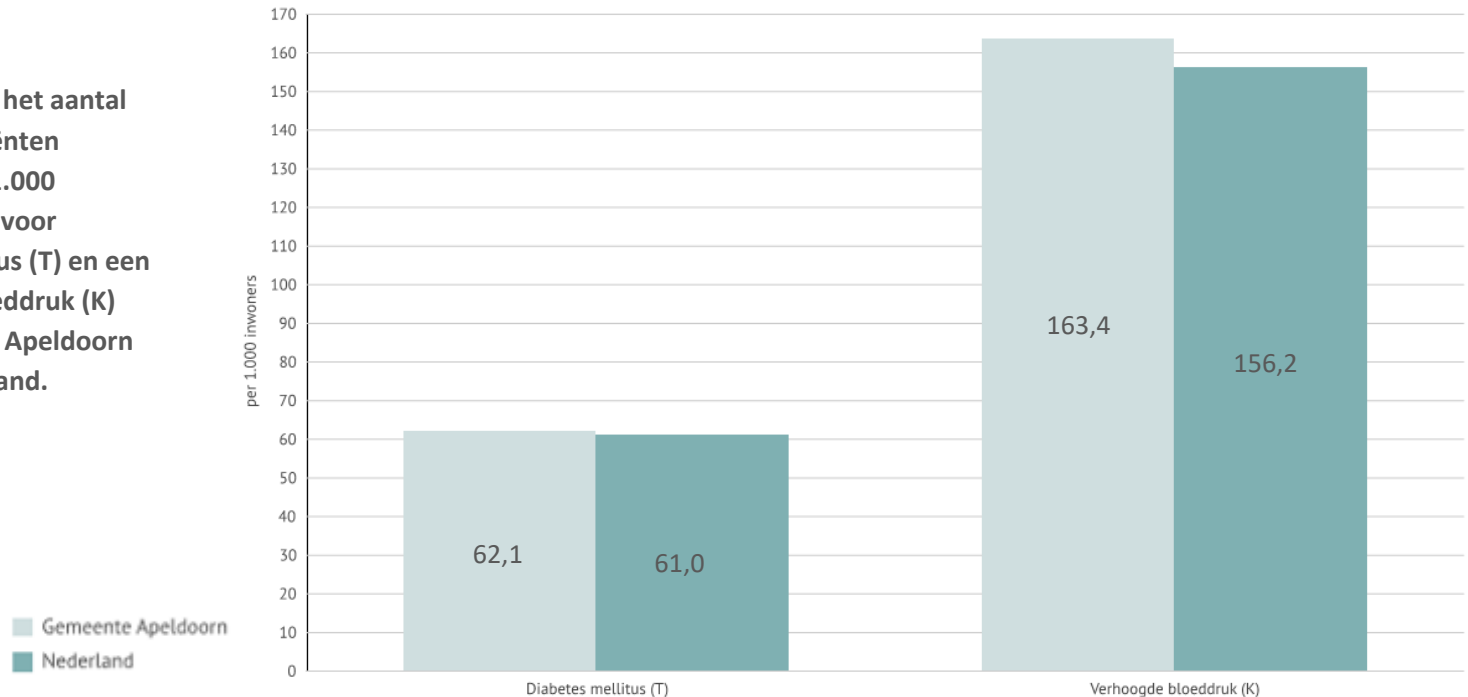
## Diabetes

Het aantal huisartsenpatiënten diagnoses per 1.000 inwoners voor diabetes is hoger voor de gemeente Apeldoorn in vergelijking met Nederland. In gemeente Apeldoorn zijn er gemiddeld 62,1 huisartsenpatiënten diagnoses per 1.000 inwoners. In Nederland 61,0.

## Verhoogde bloeddruk

Het aantal huisartsenpatiënten diagnoses met een verhoogde bloeddruk in gemeente Apeldoorn is 163,4 per 1.000 inwoners ten opzichte van 156,2 per 1.000 inwoners voor Nederland. In gemeente Apeldoorn ligt het aantal diagnoses dus opvallend hoger.

**Figuur 13** geeft het aantal huisartsenpatiënten diagnoses per 1.000 inwoners weer voor diabetes mellitus (T) en een verhoogde bloeddruk (K) voor gemeente Apeldoorn en voor Nederland.



Figuur 13. Huisartsenpatiënten diagnoses per 1.000 inwoners voor diabetes en een verhoogde bloeddruk (2016)



# Mentaal welbevinden

	Regie over eigen leven	Risico op angst of depressie	Hoog risico op angst of depressie	Emotionele eenzaamheid
Centrum	89%	51%	9%	38%
West	90%	46%	6%	32%
Zuidwest	91%	44%	6%	29%
Zuid	88%	52%	9%	36%
Zuidoost	90%	46%	7%	31%
Oost	91%	44%	6%	29%
Noordoost	89%	49%	8%	34%
Noord	90%	45%	6%	31%
Uddel en omgeving	91%	42%	5%	24%
Hoog Soeren en Radio Kootwijk	92%	38%	3%	22%
Hoenderloo en omgeving	90%	43%	6%	27%
Loenen en omgeving	90%	43%	5%	26%
Beekbergen en omgeving	87%	47%	8%	32%
Lieren en omgeving	93%	40%	4%	22%
Klarenbeek en omgeving	92%	41%	4%	24%
Wenum Wiesel Beemte	92%	41%	4%	24%
<b>Gemeente Apeldoorn</b>	<b>90%</b>	<b>47%</b>	<b>7%</b>	<b>32%</b>
Nederland	89%	45%	7%	32%

Figuur 14. Cijfers over mentaal welbevinden (rood = hoger dan gemeente Apeldoorn, groen = gelijk of lager dan gemeente Apeldoorn)

(Geëxtrapoleerd op basis van de Gezondheidsmonitor volwassenen 2016 van GGD'en, CBS en RIVM)





# Mentaal welbevinden

*Figuur 14* geeft alle cijfers over mentaal welbevinden per wijk weer.

## Regie over eigen leven

In gemeente Apeldoorn is het geschatte percentage mensen met een matig of hoog gevoel van regie over het eigen leven (90%) iets hoger dan in Nederland. De wijk Lieren en omgeving heeft het hoogste percentage (93%) van alle wijken in Apeldoorn. De wijk Beekbergen en omgeving heeft het laagste geschatte percentage (87%).

**Let op:** Voor deze indicator betekent een hoger percentage (rood) juist “beter” dan gemeente Apeldoorn (*Figuur 14*).

## Emotionele eenzaamheid

Emotionele eenzaamheid wordt gedefinieerd als het ontbreken van een speciale intieme relatie of band, bijvoorbeeld het ontbreken van een partner of hartsvriend(in) (RIVM). In gemeente Apeldoorn is het geschatte percentage mensen dat emotioneel eenzaam is gelijk aan Nederland (32%). Het merendeel van de wijken in Apeldoorn heeft een lager geschat percentage mensen die emotionele eenzaamheid ervaren. Alleen in de wijken Centrum, Zuid en Noordoost ligt het percentage hoger dan in de gemeente Apeldoorn of Nederland.

## (Hoog) risico op angst of depressie

In de gemeente Apeldoorn is het geschatte percentage mensen met een risico op een angststoornis of depressie (47%) iets hoger dan in Nederland (45%). Het geschatte percentage mensen met een hoog risico is hetzelfde als voor Nederland, namelijk 7%.

In de wijken Centrum, Zuid, Noordoost en Beekbergen en omgeving hebben relatief meer mensen een hoog risico op een angststoornis of depressie in vergelijking met de gemeente Apeldoorn en Nederland.



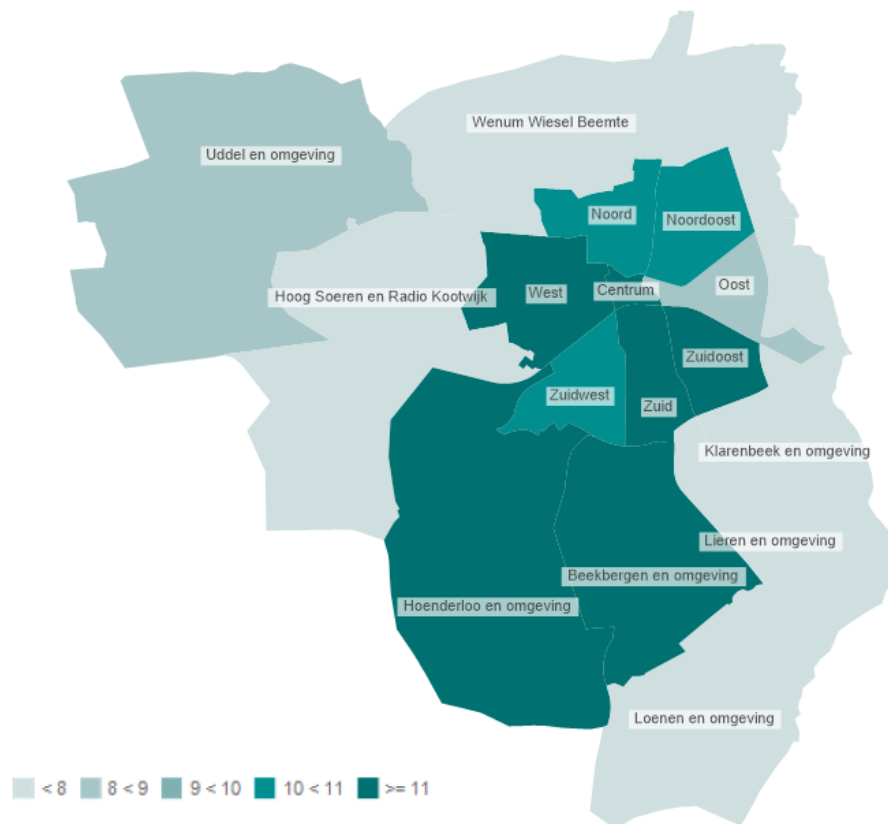
# Mentaal welbevinden

## Psychische problematiek

Het percentage personen dat een declaratie heeft voor de basis GGZ, de gespecialiseerde GGZ zorg, de langdurige GGZ zorg (ZZPB vanuit de Zvw) en/of geneesmiddelen (FKG GGZ) POH GGZ bij de huisarts is in gemeente Apeldoorn 10,3%. Voor Nederland is dit gemiddeld 9,3%.

In de wijken Hoog Soeren en Radio Kootwijk, Loenen en omgeving, Wenum Wiesel Beemte, Lieren en omgeving en Klarenbeek en omgeving ligt het percentage onder de 8%.

De wijken West, Zuidoost, Zuid, Beekbergen en omgeving en Hoenderloo en omgeving en Centrum hebben de hoogste percentages voor personen met psychische problematiek, namelijk 11% of hoger.



Figuur 15. Percentage inwoners met psychische problematiek (2016)



# Kwaliteit van leven

## Ervaren gezondheid

De gemeente Apeldoorn en Nederland hebben gelijke percentages (75%) als het gaat om de ervaren gezondheid van mensen. Dit betekent dat 75% van de mensen zegt zich gezond te voelen. Dit percentage ligt in de meeste wijken van Apeldoorn zelfs hoger. De wijk Lieren en omgeving scoort het hoogste met 82% en de wijk Zuid het laagste met 71%.

**Let op:** Voor deze indicator betekent een hoger percentage (rood) juist “beter” dan gemeente Apeldoorn (Figuur 16).

## Moeite met rondkomen



In gemeente Apeldoorn hebben relatief minder mensen moeite met rondkomen dan in Nederland: naar schatting 17% van de inwoners van Apeldoorn vergeleken met 19% in Nederland.

In de wijken Centrum, Zuid, Zuidoost en Noordoost liggen de percentages hoger dan voor het gemiddelde van gemeente Apeldoorn.

	Ervaren gezondheid	Moeite met rondkomen
Centrum	73%	19%
West	75%	15%
Zuidwest	77%	14%
Zuid	71%	22%
Zuidoost	76%	18%
Oost	78%	14%
Noordoost	73%	19%
Noord	76%	14%
Uddel en omgeving	81%	14%
Hoog Soeren en Radio Kootwijk	80%	9%
Hoenderloo en omgeving	76%	15%
Loenen en omgeving	78%	12%
Beekbergen en omgeving	72%	17%
Lieren en omgeving	82%	10%
Klarenbeek en omgeving	81%	12%
Wenum Wiesel Beemte	81%	11%
<b>Gemeente Apeldoorn</b>	<b>75%</b>	<b>17%</b>
Nederland	75%	19%

Figuur 16. Cijfers over kwaliteit van leven (rood = hoger dan gemeente Apeldoorn groen = gelijk of lager dan gemeente Apeldoorn)





# Meedoen

	Vrijwilligerswerk	Mantelzorg geven	Mantelzorg ontvangen (65+)	Sociale eenzaamheid
Centrum	29%	13%	15%	44%
West	34%	16%	17%	41%
Zuidwest	34%	17%	16%	39%
Zuid	28%	15%	19%	44%
Zuidoost	33%	16%	14%	40%
Oost	34%	17%	16%	39%
Noordoost	31%	15%	17%	42%
Noord	34%	16%	18%	40%
Uddel en omgeving	41%	16%	14%	35%
Hoog Soeren en Radio Kootwijk	41%	18%	12%	35%
Hoenderloo en omgeving	36%	17%	14%	38%
Loenen en omgeving	37%	17%	14%	37%
Beekbergen en omgeving	35%	16%	20%	41%
Lieren en omgeving	40%	17%	12%	34%
Klarenbeek en omgeving	39%	17%	13%	35%
Wenum Wiesel Beemte	41%	17%	13%	35%
<b>Gemeente Apeldoorn</b>	<b>33%</b>	<b>16%</b>	<b>16%</b>	<b>40%</b>
Nederland	29%	14%	15%	44%

Figuur 17. Cijfers over meedoen in de maatschappij: o.a. vrijwilligerswerk (rood = hoger dan gemeente Apeldoorn, groen = gelijk of lager dan gemeente Apeldoorn)







# Meedoen

## Vrijwilligerswerk

In gemeente Apeldoorn doen relatief veel inwoners vrijwilligerswerk; naar schatting 33% van de inwoners van Apeldoorn vergeleken met 29% in Nederland.

Alle wijken van gemeente Apeldoorn hebben hogere geschatte percentages dan het geschatte percentage vrijwilligers in Nederland.



## Mantelzorg geven en ontvangen

Bij de indicator “mantelzorg geven” gaat het om personen die minimaal 8 uur per week en/of langer dan 3 maanden mantelzorg verleent (RIVM). Het percentage mensen in gemeente Apeldoorn dat mantelzorg geeft ligt hoger (16%) in vergelijking met Nederland (14%).

In gemeente Apeldoorn ontvangen relatief iets meer 65 plussers mantelzorg in vergelijking met Nederland. In de wijk Lieren en omgeving en Hoog Soeren en Radio Kootwijk is het percentage 65 plussers dat mantelzorg ontvang laag (12%) in vergelijking met gemeente Apeldoorn (16%).

## Sociale eenzaamheid

Sociale eenzaamheid wordt gedefinieerd als het ontbreken van een ondersteunend netwerk of ondersteunende contacten (RIVM). In gemeente Apeldoorn is het geschatte percentage mensen dat sociaal eenzaam is relatief laag (40%) vergeleken met Nederland (44%). In de wijken Zuid en Centrum is het percentage mensen dat sociaal eenzaam is opvallend hoger (44%) dan in de gemeente, maar gelijk aan het percentage van Nederland. Het aantal mensen in Apeldoorn (en Nederland) dat sociale eenzaamheid ervaart zal naar verwachting de komende jaren toenemen (bron: Gezondheidsmonitor volwassenen 2016).

**Let op:** In *Figuur 17* betekent **rood** een hoger percentage ten opzichte van gemeente Apeldoorn. Voor een aantal indicators kan een hoger percentage (**rood**) juist geïnterpreteerd worden als “beter” dan gemeente Apeldoorn.



## Dagelijks functioneren

	Roken	Voldoet aan alcohol richtlijn	Voldoet aan beweeg richtlijn	Wekelijks sporten
Centrum	29%	39%	52%	53%
West	20%	41%	52%	54%
Zuidwest	20%	41%	52%	54%
Zuid	27%	45%	50%	48%
Zuidoost	22%	42%	53%	52%
Oost	20%	40%	55%	57%
Noordoost	23%	44%	52%	51%
Noord	19%	40%	52%	54%
Uddel en omgeving	20%	43%	48%	47%
Hoog Soeren en Radio Kootwijk	14%	38%	46%	50%
Hoenderloo en omgeving	20%	38%	45%	47%
Loenen en omgeving	18%	38%	49%	51%
Beekbergen en omgeving	22%	41%	46%	49%
Lieren en omgeving	16%	37%	50%	53%
Klarenbeek en omgeving	18%	35%	52%	53%
Wenum Wiesel Beemte	16%	36%	51%	54%
<b>Gemeente Apeldoorn</b>	<b>22%</b>	<b>41%</b>	<b>52%</b>	<b>52%</b>
Nederland	22%	41%	51%	53%

Figuur 18. Cijfers over dagelijks functioneren: roken, alcohol en sporten (rood = hoger dan gemeente Apeldoorn, groen = gelijk of lager dan gemeente) Apeldoorn





# Dagelijks functioneren

## Roken

In de gemeente Apeldoorn rookt naar schatting 22% van de inwoners. Dit percentage is gelijk aan dat van Nederland. In de wijken Centrum en Zuid ligt het geschatte percentage rokers opvallend hoger (27-29%). Maar in de meeste wijken van Apeldoorn is het percentage rokers juist lager dan in Nederland.

## Voldoet aan alcoholrichtlijn

Met de indicator ‘voldoet aan alcoholrichtlijn’ wordt bedoeld: het percentage personen van 19 jaar en ouder dat geen of maximaal één glas alcohol per dag drinkt (RIVM).

In de gemeente Apeldoorn houdt naar schatting 41% van de inwoners zich aan de alcoholrichtlijn, net als de schatting voor heel Nederland. De gepresenteerde cijfers in *Figuur 18* geven geen inzicht in incidenteel alcoholgebruik en in hoeveel er werkelijk gedronken wordt door mensen.

**Let op:** Voor sommige indicators in *Figuur 18* moet een hoger percentage (rood) geïnterpreteerd worden als “beter” dan gemeente Apeldoorn.

## Wekelijks sporten

In de gemeente Apeldoorn sport naar schatting 52% van de inwoners wekelijks. Dit percentage is iets lager dan het gemiddelde voor Nederland (53%). De wijken Zuid en Hoenderloo en omgeving hebben relatief minder mensen die sporten dan in vergelijking met het gemiddelde voor de gemeente Apeldoorn.

## Voldoet aan beweegrichtlijn

De indicator ‘voldoet aan beweegrichtlijn’ is als volgt gedefinieerd: het percentage personen van 19 jaar en ouder dat minstens 150 minuten per week aan matig intensieve inspanning doet, zoals wandelen en fietsen, verspreid over diverse dagen.

In de gemeente Apeldoorn voldoet naar schatting 52% van de inwoners aan de beweegrichtlijn. Voor het gemiddelde van Nederland is het percentage 51%. In de wijken Uddel en omgeving, Hoog Soeren en Radio Kootwijk, Hoenderloo en omgeving, Loenen en omgeving en Beekbergen en omgeving is het percentage inwoners dat voldoet aan de beweegnorm opvallend lager.



# Dagelijks functioneren

Onderstaande cijfers over consumptie zijn landelijke cijfers (niet op gemeentenniveau beschikbaar).

## Fruitconsumptie

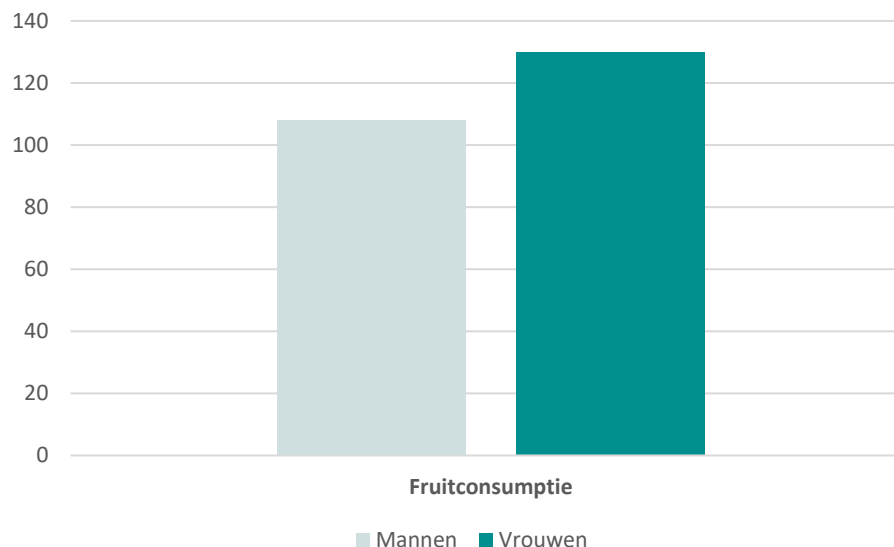
Uit de Voedselconsumptiepeiling van 2012-2016 blijkt dat de gemiddelde fruitconsumptie van vrouwen hoger is dan die van mannen. Mannen eten namelijk gemiddeld 108 gram fruit per dag en vrouwen zo'n 130 gram per dag.

## Groenteconsumptie

In alle regio's in Nederland blijken mensen ongeveer evenveel groenten te eten. Nederlanders eten gemiddeld 131 gram groente per dag. Er blijkt geen groot verschil tussen de groenteconsumptie van mannen en vrouwen. Wel is er een verschil in groenteconsumptie tussen de leeftijden. Mensen consumeren meer groenten naar mate ze ouder worden.

## Consumptie toegevoegde suikers

Het gemiddelde aantal gram toegevoegde suikers per persoon per dag is 60 gram. Mannen eten gemiddeld meer suiker dan vrouwen. Mannen gemiddeld zo'n 68 gram per dag en vrouwen 52 gram. Kinderen tussen de 4 en 18 jaar blijken de meeste toegevoegde suikers te eten.



Figuur 19. Gemiddelde consumptie van fruit in grammen per dag (2012-2016)

# Advies netwerkvorming

## Leefstijl inwoners in Apeldoorn

In Apeldoorn heeft 51% van de inwoners overgewicht en 14% obesitas, 22% rookt, 59% houdt zich niet aan de alcoholrichtlijn en 48% voldoet niet aan de beweegrichtlijn. In bepaalde Apeldoornse wijken liggen de percentages over het algemeen hoger. Vooral in Zuid, Zuid-Oost, Noord-Oost en het buitengebied (Hoenderloo, Loenen, Beekbergen). Apeldoorn wijkt met deze cijfers en cijfers over 'mentaal welbevinden' weinig af van het gemiddelde beeld in Nederland. Maar de urgentie om burgers te motiveren en te begeleiden om een gezondere leefstijl te krijgen is -net zoals landelijk- duidelijk ook in Apeldoorn aanwezig.

## Netwerk

Een netwerk rondom leefstijl in Apeldoorn heeft meerwaarde voor inwoners, verwijzers en organisaties die zelf actief zijn met leefstijl. Een belangrijke meerwaarde is dat er één vindplaats (van organisaties en aanbod) en aanspreekpunt is.

Essentieel daarbij is een heldere **positionering** van het netwerk richting inwoners, verwijzers en samenwerkingspartners.

Vanuit het regiobeeld komen de volgende ingrediënten voor het te vormen netwerk leefstijl:

- Doel van het netwerk is om het bestaande aanbod en initiatieven rondom leefstijl beter op elkaar af te stemmen en van daaruit een gezamenlijk programma aan te bieden, zodat er één plek is waar inwoners en verwijzers terecht kunnen. In het netwerk worden nieuwe initiatieven en ontwikkelingen met elkaar gedeeld.
- Men kan terecht bij het netwerk voor (informatie over) activiteiten/ondersteuning die laagdrempelig en kosteloos is tot en met (para)medische zorg.
- Belangrijk is dat het netwerk bestaat uit organisaties uit het niet-medische en medische domein.
- Alle leefstijlcoaches uit Apeldoorn kunnen deelnemen aan het netwerk (of zich laten vertegenwoordigen in het netwerk)
- Netwerkpartners: gemeente (gezondheidsregisseurs en welzijnsnetwerken (o.a. Stimenz en MEEVeluwe), Stimenz (Welzijn op Recept), leefstijlcoaches, wijkmanagers HRA. In de 2<sup>e</sup> schil: Accres, budgetcoach/Apeldoorn Financieel Fit, ....
- Tips voor het gezamenlijk aanbod / programma:
  - Meerdere organisaties in Apeldoorn (gemeente; Stimenz, HRA) werken wijkgericht. Aanbod toegankelijk maken op wijkniveau.
  - Zorg voor een makelaar/verbinder die voor een inwoner vraag en aanbod bij elkaar brengt (bijv. sporten op recept)
  - Zet wearables / apps in ten behoeve van bewustwording over leefstijl.
  - Zie tips 'panel' (pagina 31) voor de begeleiding van klanten. Idee om als netwerkpartners vanuit gezamenlijke visie te werken, bijvoorbeeld positieve gezondheid?



## voor duurzame samenwerking in zorg en welzijn

Naam auteurs: Anita Lahuis en Kyra Jansing

Functie: adviseurs

Telefoonnummer: 06 - 57 43 68 79 / 06 - 82 56 18 96

E-mailadres: [anita.lahuis@proscoop.nl](mailto:anita.lahuis@proscoop.nl)

[kyra.jansing@proscoop.nl](mailto:kyra.jansing@proscoop.nl)