



**Hoe gaat het
met u?**



VOOR U BEGINT...

Hartelijk dank dat u mee wilt doen aan dit onderzoek! Hieronder leest u meer over de vragenlijst en hoe deze in te vullen.

Het is belangrijk dat degene aan wie de brief gestuurd is, de vragenlijst invult.

In de vragenlijst staan vragen over gezondheid, welzijn en leefstijl. Deelname aan het onderzoek is vrijwillig. Door de vragenlijst in te vullen en terug te sturen gaat u akkoord met deelname aan de GGD Gezondheidsmonitor 2024. U kunt er altijd voor kiezen om bepaalde vragen niet te beantwoorden of uw deelname te stoppen.

Uw antwoorden worden vertrouwelijk behandeld, veilig opgeslagen en niet gedeeld met partijen die niet in de privacyverklaring staan. Uw antwoorden worden op groepsniveau verwerkt door de GGD, het RIVM en het CBS.

Meer informatie over hoe we omgaan met uw antwoorden staat in de privacyverklaring op de website van uw GGD.

Invullen vragenlijst...

- > Vul de vragenlijst in met een zwarte of blauwe pen.
- > Zet een kruisje in het hokje bij uw gekozen antwoord: ☒.
- > Foutje gemaakt? Maak dan het foute hokje zwart: ☐ en zet een kruisje in het goede hokje: ☒.
- > Kruis bij iedere vraag één antwoord aan, tenzij bij de uitleg van de vraag staat dat u meerdere antwoorden kunt aankruisen.
- > Soms kunt u een vraag overslaan op basis van een eerder antwoord. Er staat dan '→ **GA NAAR VRAAG ...**'.
- > Als we u vragen iets op te schrijven, wilt u dat doen binnen het tekstvak?
- > Als u een getal moet invullen, vul dan één cijfer per hokje in. Zet géén streepjes als u iets niet hoeft in te vullen.

Voorbeeld: uw geboortejaar is 1964

Goed

1	9	6	4
---	---	---	---

Niet goed

		19	64
--	--	----	----

Heeft u vragen? Bel de helpdesk via 0800 - 0191 (gratis) of mail naar NLhelpdeskGM@ipsos.com. U krijgt dan contact met Ipsos I&O, het bureau dat de GGD ondersteunt bij dit onderzoek. De helpdesk kan u helpen met het invullen van de vragenlijst.

A. ALGEMEEN

A1. Wat is uw geboortejaar?

--	--	--	--

A2. Bent u ...?

- ☐ Een man
- ☐ Een vrouw
- ☐ Non-binair
- ☐ Anders dan bovenstaande

A3. Met welke personen woont u samen?

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- ☐ Met een partner / echtgenoot of echtgenote
- ☐ Met kind(eren) jonger dan 4 jaar
- ☐ Met kind(eren) van 4 t/m 11 jaar
- ☐ Met kind(eren) van 12 t/m 17 jaar
- ☐ Met kind(eren) van 18 jaar of ouder
- ☐ Met mijn ouder(s) / verzorger(s)
- ☐ Met een andere volwassene / andere volwassenen
- ☐ Ik woon niet samen met een partner, maar heb wel een vaste relatie
- ☐ Ik woon alleen

A4. Wat is uw hoogst afgeronde opleiding (met diploma of getuigschrift)?

- ☐ Geen opleiding (*lager onderwijs niet afgemaakt*)
- ☐ Lager onderwijs (*basisschool, speciaal basisonderwijs*)
- ☐ Lager of voorbereidend beroepsonderwijs (*zoals ambachts- of huishoudschool, lts, leao, lhno, vmbo-b, vmbo-k, speciaal- of praktijkonderwijs*)
- ☐ Middelbaar algemeen voortgezet onderwijs (*zoals (m)ulo, mavo, vmbo-g, vmbo-t, mbo-kort, mbo-1*)
- ☐ Middelbaar beroepsonderwijs (*zoals vakopleidingen bakker of kapper, mbo-lang, mts, meao, bol, bbl, mbo-2, mbo-3, mbo-4*)
- ☐ Hoger algemeen en voorbereidend wetenschappelijk onderwijs (*zoals hbs, mms, havo, vwo, atheneum, gymnasium*)
- ☐ Hoger beroepsonderwijs (*zoals kweekschool, hbo, hts, heao, hbo-v, kandidaats of bachelor wetenschappelijk onderwijs*)
- ☐ Wetenschappelijk onderwijs (*doctoraal of master, postdoctoraal, hbo-master*)

B. GEZONDHEID

B1. Hoe is over het algemeen uw gezondheid?

- ☐ Zeer goed
- ☐ Goed
- ☐ Gaat wel
- ☐ Slecht
- ☐ Zeer slecht

B2. Heeft u één of meer langdurige ziekten of aandoeningen?
Langdurig is (naar verwachting) 6 maanden of langer.

☐ Ja
☐ Nee

B3. Bent u door problemen met uw gezondheid beperkt in uw dagelijks leven?

☐ Ja, ernstig beperkt
☐ Ja, wel beperkt maar niet ernstig
☐ Nee, helemaal niet beperkt → GA NAAR VRAAG B5

B4. Duurt deze beperking al 6 maanden of langer?

☐ Ja
☐ Nee

B5. Heeft u op dit moment gezondheidsklachten die (mogelijk) door het coronavirus komen?

☐ Ja
☐ Nee → GA NAAR VRAAG B9

B6. Hoelang heeft u deze klachten door het coronavirus al?

☐ Korter dan 3 maanden → GA NAAR VRAAG B9
☐ 3 tot 12 maanden
☐ 1 tot 3 jaar
☐ 3 jaar of langer

B7. Bent u door deze klachten door het coronavirus beperkt in uw dagelijks leven?

☐ Ja, ernstig beperkt
☐ Ja, wel beperkt maar niet ernstig
☐ Nee, helemaal niet beperkt

B8. Heeft een arts vastgesteld dat u long covid / post-covid heeft?

☐ Ja
☐ Nee

B9. Bij de volgende vragen gaat het erom wat u normaal kunt doen. Het gaat niet om tijdelijke problemen.

Geef op iedere regel uw antwoord.	Ja, zonder moeite	Ja, met enige moeite	Ja, met grote moeite	Nee, dat kan ik niet
Kunt u een gesprek volgen in een groep van 3 of meer personen (zo nodig met hoorapparaat)?	☐	☐	☐	☐
Kunt u met één andere persoon een gesprek voeren (zo nodig met hoorapparaat)?	☐	☐	☐	☐
Zijn uw ogen goed genoeg om de kleine letters in de krant te kunnen lezen (zo nodig met bril of contactlenzen)?	☐	☐	☐	☐
Kunt u op een afstand van 4 meter het gezicht van iemand herkennen (zo nodig met bril of contactlenzen)?	☐	☐	☐	☐
Kunt u een voorwerp van 5 kg (bijvoorbeeld een volle boodschappentas) 10 meter dragen?	☐	☐	☐	☐
Kunt u als u staat, bukken en iets van de grond oppakken?	☐	☐	☐	☐
Kunt u 400 meter aan een stuk lopen, zonder stil te staan (zo nodig met stok of rollator)?	☐	☐	☐	☐
Kunt u de overkant van de weg goed bereiken als bij een zebrapad het licht op groen springt?	☐	☐	☐	☐

Gezondheidsmonitor 2024

2

B10. Heeft u problemen in het dagelijks leven door weinig kracht in uw handen?

☐ Ja
☐ Nee

B11. In welke mate heeft u in de laatste 2 weken last gehad van problemen met slapen?
Denkt u hierbij aan moeite met in slaap vallen, moeite om door te slapen, of te vroeg wakker worden.

☐ Helemaal niet → GA NAAR VRAAG C1
☐ Een beetje
☐ Nogal
☐ Veel
☐ Heel veel

B12. In welke mate heeft uw probleem met slapen u de laatste 2 weken belemmerd bij uw dagelijks functioneren?
U kunt hierbij denken aan: vermoeidheid overdag, functioneren op het werk, uitvoeren van dagelijkse taken, concentratie, geheugen, stemming.

☐ Helemaal niet
☐ Een beetje
☐ Nogal
☐ Veel
☐ Heel veel

C. VOORZIENINGEN

Onderstaande vragen gaan over diensten en voorzieningen die in sommige (maar niet alle) gemeenten worden aangeboden.

C1. Kunt u voor elk van onderstaande diensten en voorzieningen aangeven of u er weleens gebruik van maakt óf (als u dat niet doet) er op dit moment wel gebruik van zou willen maken?

Geef op iedere regel uw antwoord.	Ja, gebruik ik weleens	Nee, maar zou ik wel willen	Nee, geen behoefte aan
Hulp bij administratieve of financiële activiteiten (bijv. belastingaangifte, aanvragen van voorzieningen)	☐	☐	☐
Sport- of bewegingsactiviteiten voor ouderen vanuit een activiteiten- of dienstencentrum (bijv. ouderengym/-zwemmen, Meer Bewegen Voor Ouderen)	☐	☐	☐
Recreatieve / culturele activiteiten voor ouderen vanuit een activiteiten- of dienstencentrum (bijv. kaarten, volksdansen, zingen, soos)	☐	☐	☐
Hulp in en om huis van een vrijwilliger via een vrijwilligersorganisatie (bijv. klussendienst, boodschappendienst)	☐	☐	☐
Lokaal loket voor informatie over gezondheid, zorg, welzijn en wonen (bijv. zorgloket)	☐	☐	☐

D. ZELFREDZAAMHEID

D1. Bent u bezorgd om te vallen?

☐ Ja
☐ Nee

D2. Bent u in de laatste 12 maanden gevallen?

☐ Ja, 1 keer
☐ Ja, 2 keer of vaker
☐ Nee → GA NAAR VRAAG D5

D3. Bent u in de laatste 12 maanden gewond geraakt bij een val? Zoals een open wond, kneuzing, verstuiking of botbreuk.

☐ Ja
☐ Nee

D4. Waar bent u de laatste keer gevallen?

☐ In huis
☐ Rondom het huis
☐ Ergens anders
☐ Weet ik niet meer

D5. De volgende vragen gaan erover of u op dit moment een aantal werkzaamheden, die regelmatig gedaan moeten worden, zelfstandig kunt uitvoeren. Als u bepaalde werkzaamheden wel zelf kunt doen, dient u daarbij ook aan te geven of u deze werkzaamheden met of zonder moeite kunt doen. Het gaat er niet om of u bepaalde werkzaamheden ook werkelijk doet, maar of u ze zou kunnen verrichten (indien dat nodig is of nodig mocht zijn).

Geef op iedere regel uw antwoord.	Ja, zonder enige moeite	Ja, maar wel met enige moeite	Ja, maar met veel moeite	Nee, alleen met hulp van anderen
Kunt u, geheel zelfstandig, ontbijt of lunch klaarmaken?	☐	☐	☐	☐
Kunt u, geheel zelfstandig, warm eten klaarmaken?	☐	☐	☐	☐
Kunt u, geheel zelfstandig, "lichte" huishoudelijke werkzaamheden verrichten (bijv. stof afnemen of prullen opruimen)?	☐	☐	☐	☐
Kunt u, geheel zelfstandig, "zware" huishoudelijke werkzaamheden verrichten (bijv. dweilen, ramen lappen of stofzuigen)?	☐	☐	☐	☐
Kunt u, geheel zelfstandig, uw kleren wassen en strijken?	☐	☐	☐	☐
Kunt u, geheel zelfstandig, de bedden verschonen en/of opmaken?	☐	☐	☐	☐
Kunt u, geheel zelfstandig, de boodschappen doen?	☐	☐	☐	☐
Kunt u, geheel zelfstandig, gebruik maken van eigen of openbaar vervoer?	☐	☐	☐	☐

E. WELBEVINDEN

E1. De volgende vragen gaan over hoe u zich voelde in de laatste 4 weken.

Geef op iedere regel uw antwoord.	Altijd	Meestal	Soms	Af en toe	Nooit
Hoe vaak voelde u zich erg vermoeid zonder duidelijke redenen?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voelde u zich zenuwachtig?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak was u zo zenuwachtig dat u niet tot rust kon komen?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voelde u zich hopeloos?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voelde u zich rusteloos of ongedurig?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voelde u zich zo rusteloos dat u niet meer stil kon zitten?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voelde u zich somber of depressief?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak had u het gevoel dat alles veel moeite kostte?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voelde u zich zo somber dat niets hielp om u op te vrolijken?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak vond u zichzelf afkeurenswaardig, minderwaardig of waardeloos?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak had u het gevoel dat u maar niet op gang kon komen?	☐	☐	☐	☐	☐

E2. Heeft u in de laatste 4 weken last gehad van stress? Bijvoorbeeld door werk, studie, opvoeding, gezondheid, mantelzorg, geldzaken, sociale media.

- ☐ Nee, (bijna) niet → GA NAAR VRAAG E4
- ☐ Ja, een beetje stress
- ☐ Ja, veel stress
- ☐ Ja, heel veel stress

E3. Op welke gebieden ervaarde u deze stress? Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- ☐ Werk
- ☐ Gezondheid
- ☐ Studie
- ☐ Mantelzorg
- ☐ Relatie
- ☐ Geldzaken
- ☐ Familie of vrienden
- ☐ Sociale media
- ☐ Opvoeding / kinderen
- ☐ Anders
- ☐ Wonen

E4. De volgende uitspraken gaan over hoe u zich voelde in de laatste 4 weken.

Weet u niet zeker wat u moet antwoorden op een vraag? Geef dan het best mogelijke antwoord.

Geef op iedere regel uw antwoord.	Zelden	Soms	Af en toe	Regelmatig	Meestal	Bijna altijd	Altijd
Ik kan heel goed omgaan met tegenslagen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ik kan heel goed oplossingen vinden in moeilijke situaties	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Na een moeilijke periode ben ik snel weer de oude	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Door mijn ervaring voel ik mij sterker in moeilijke tijden	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Elke ervaring in het leven maakt mij sterker	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

E5. Kunt u voor elk van onderstaande stellingen aangeven in hoeverre u het ermee eens bent?

Geef op iedere regel uw antwoord.	Helemaal mee eens	Mee eens	Niet mee eens, niet mee oneens	Niet mee eens	Helemaal niet mee eens
Ik heb weinig controle over de dingen die me overkomen	☐	☐	☐	☐	☐
Sommige van mijn problemen kan ik met geen mogelijkheid oplossen	☐	☐	☐	☐	☐
Er is weinig dat ik kan doen om belangrijke dingen in mijn leven te veranderen	☐	☐	☐	☐	☐
Ik voel me vaak hulpeloos bij het omgaan met de problemen van het leven	☐	☐	☐	☐	☐
Soms voel ik dat ik een speelbal van het leven ben	☐	☐	☐	☐	☐
Wat er in de toekomst met me gebeurt hangt voor het grootste deel van mezelf af	☐	☐	☐	☐	☐
Ik kan ongeveer alles als ik m'n zinnen erop gezet heb	☐	☐	☐	☐	☐

E6. Er volgt nu een aantal uitspraken. Het is de bedoeling dat u aangeeft in hoeverre deze uitspraken op u van toepassing zijn, als u kijkt naar het laatste half jaar.

Geef op iedere regel uw antwoord.	Helemaal niet mee eens	Grotendeels niet mee eens	Niet mee eens, niet mee oneens	Grotendeels mee eens	Helemaal mee eens
Mijn leven is ideaal in de meeste opzichten	☐	☐	☐	☐	☐
Mijn levensomstandigheden zijn uitstekend	☐	☐	☐	☐	☐
Ik ben tevreden met mijn leven, alles bij elkaar genomen	☐	☐	☐	☐	☐
De belangrijkste dingen die ik van het leven verwacht, heb ik tot nu toe ook gekregen	☐	☐	☐	☐	☐
Als ik mijn leven opnieuw kon leven, zou ik heel weinig anders doen	☐	☐	☐	☐	☐

											
E7. Geef op iedere regel uw antwoord.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Hoe gelukkig voelt u zichzelf vandaag?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe gelukkig voelde u zichzelf de laatste maand?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

E8. De volgende vragen beschrijven gevoelens die mensen kunnen hebben. Lees iedere uitspraak zorgvuldig door en kruis het antwoord aan dat het best weergeeft hoe vaak u dat gevoel had gedurende de laatste maand.

In de laatste maand, hoe vaak had u het gevoel ...						
Geef op iedere regel uw antwoord.	Nooit	Eén of twee keer	Ongeveer 1 keer per week	2 of 3 keer per week	Bijna elke dag	Elke dag
dat u gelukkig was?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u geïnteresseerd was in het leven?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u tevreden was?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u iets belangrijks hebt bijgedragen aan de samenleving?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u deel uitmaakte van een gemeenschap (zoals een sociale groep, uw buurt, uw stad)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat onze samenleving beter wordt voor mensen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat mensen in principe goed zijn?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u begrijpt hoe onze maatschappij werkt?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u de meeste aspecten van uw persoonlijkheid graag mocht?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u goed kon omgaan met uw alledaagse verantwoordelijkheden?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u warme en vertrouwde relaties met anderen had?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u werd uitgedaagd om te groeien of een beter mens te worden?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat u zelfverzekerd uw eigen ideeën en meningen gedacht en geuit hebt?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dat uw leven een richting of zin heeft?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

F. SOCIALE CONTACTEN

F1. Wilt u voor elk van de volgende uitspraken aangeven in hoeverre die op u, zoals u de laatste tijd bent, van toepassing is?

Geef op iedere regel uw antwoord.	Ja	Min of meer	Nee
Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan	☐	☐	☐
Ik mis een echt goede vriend of vriendin	☐	☐	☐
Ik ervaar een leegte om mij heen	☐	☐	☐
Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen	☐	☐	☐
Ik mis gezelligheid om mij heen	☐	☐	☐
Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt	☐	☐	☐
Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen	☐	☐	☐
Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel	☐	☐	☐
Ik mis mensen om mij heen	☐	☐	☐
Vaak voel ik me in de steek gelaten	☐	☐	☐
Wanneer ik daar behoefte aan heb, kan ik altijd bij mijn vrienden terecht	☐	☐	☐

De volgende vragen gaan over uw sociale contacten. Hiermee bedoelen we familieleden, vrienden, kennissen of buren, maar niet hulpverleners.

F2. Wilt u voor elk van de volgende uitspraken aangeven in hoeverre die de laatste tijd op u van toepassing is?

Geef op iedere regel uw antwoord.	Ja	Min of meer	Nee
Ik heb mensen om me heen die me willen helpen, die bijvoorbeeld klusjes voor me willen doen	☐	☐	☐
Ik heb iemand met wie ik goed kan praten over persoonlijke problemen	☐	☐	☐
Ik ga voor de gezelligheid bij familie, vrienden, kennissen of buren langs, of ze komen bij mij thuis langs	☐	☐	☐

F3. Op welke afstand woont uw kind of een ander familielid dat het dichtst bij woont?

☐ In het zelfde huishouden

☐ 25-80 km

☐ Binnen een straal van 1,5 km

☐ Meer dan 80 km

☐ 1,5-8 km

☐ Niet van toepassing; ik heb geen familieleden

☐ 9-24 km

F4. Indien u kinderen heeft, waar woont het kind dat het dichtst bij woont?

☐ In het zelfde huishouden

☐ 25-80 km

☐ Binnen een straal van 1,5 km

☐ Meer dan 80 km

☐ 1,5-8 km

☐ Niet van toepassing; ik heb geen kinderen

☐ 9-24 km

F5. **Indien u broers of zusters heeft, waar woont de broer of zus die het dichtst bij woont?**

- | | |
|---|---|
| ☐ In het zelfde huishouden | ☐ 25-80 km |
| ☐ Binnen een straal van 1,5 km | ☐ Meer dan 80 km |
| ☐ 1,5-8 km | ☐ Niet van toepassing; ik heb geen broers of zusters |
| ☐ 9-24 km | |

F6. **Hoe vaak ontmoet u uw kinderen of andere familieleden?**

- | | |
|---|---|
| ☐ Dagelijks | ☐ Minder vaak dan 1 keer per maand |
| ☐ 2 tot 3 keer per week | ☐ Nooit |
| ☐ Ten minste wekelijks | ☐ Niet van toepassing; ik heb geen familie |
| ☐ Ten minste maandelijks | |

F7. **Indien u vrienden of kennissen in uw buurt hebt, hoe vaak maakt u een praatje met hen of doet u iets gezamenlijk?**

- | | |
|---|---|
| ☐ Dagelijks | ☐ Minder vaak dan 1 keer per maand |
| ☐ 2 tot 3 keer per week | ☐ Nooit |
| ☐ Ten minste wekelijks | ☐ Niet van toepassing; ik heb geen vrienden of kennissen in deze buurt |
| ☐ Ten minste maandelijks | |

F8. **Hoe vaak maakt u een praatje met de buren of doet u iets gezamenlijk met hen?**

- | | |
|---|---|
| ☐ Dagelijks | ☐ Minder vaak dan 1 keer per maand |
| ☐ 2 tot 3 keer per week | ☐ Nooit |
| ☐ Ten minste wekelijks | ☐ Niet van toepassing; ik heb geen buren |
| ☐ Ten minste maandelijks | |

F9. **Bezoekt u kerkelijke bijeenkomsten?**

- | |
|---|
| ☐ Ja, regelmatig |
| ☐ Ja, af en toe |
| ☐ Nee |

F10. **Bezoekt u weleens bijeenkomsten van een vereniging, een club, een lezing, of iets dergelijks?**

- | |
|---|
| ☐ Ja, regelmatig |
| ☐ Ja, af en toe |
| ☐ Nee |

F11. **Hoe vaak hebt u contact met buren of mensen die bij u in de straat wonen?**

- | | |
|---|--|
| ☐ Minstens 1 keer per week | ☐ 1 keer per maand |
| ☐ 3 keer per maand | ☐ Minder dan 1 keer per maand |
| ☐ 2 keer per maand | ☐ Zelden of nooit |

G. LENGTE EN GEWICHT

- G1. Hoe lang bent u? (zonder schoenen) centimeter
- G2. Hoeveel weegt u zonder kleren? (afroonden op hele kilo's) kilo
- G3. Bent u in het laatste jaar meer dan 4,5 kilo afgevallen zonder dit zelf te willen? *Dus niet als gevolg van een dieet of sporten.* ☐ Ja ☐ Nee

H. ROKEN EN ALCOHOL

- H1. **Rookt u weleens?** *Het gaat om alle soorten tabaksproducten. Vapes of e-sigaretten tellen niet mee. Ook het verhitten van tabak of heatsticks telt niet mee.* ☐ Ja ☐ Nee
- H2. **Gebruikt u weleens een vape of e-sigaret?** ☐ Ja ☐ Nee
- H3. **Heeft u in de laatste 12 maanden weleens alcohol gedronken, bijvoorbeeld bier, wijn, sterke drank, mixdrankjes of cocktails?** *Dranken met weinig alcohol tellen wel mee. Dranken zonder alcohol (0,0%) tellen niet mee.* ☐ Ja → GA NAAR VRAAG H5 ☐ Nee
- H4. **Heeft u ooit alcohol gedronken?** ☐ Ja → GA NAAR VRAAG I1 ☐ Nee → GA NAAR VRAAG I1
- H5. **Op hoeveel van de 4 door-de-weekse dagen (maandag t/m donderdag) drinkt u gemiddeld genomen alcohol?** ☐ 4 dagen ☐ 3 dagen ☐ 2 dagen ☐ 1 dag ☐ Minder dan 1 dag ☐ Ik drink nooit doordeweeks
→ GA NAAR VRAAG H7
- H6. **Hoeveel glazen drinkt u dan gemiddeld op zo'n door-de-weekse dag?** ☐ 16 of meer glazen ☐ 4 glazen ☐ 11 - 15 glazen ☐ 3 glazen ☐ 7 - 10 glazen ☐ 2 glazen ☐ 6 glazen ☐ 1 glas ☐ 5 glazen

H7. Op hoeveel van de 3 weekend-dagen (vrijdag t/m zondag) drinkt u gemiddeld genomen alcohol?

☐ 3 dagen

☐ 2 dagen

☐ 1 dag

☐ Minder dan 1 dag

☐ Ik drink nooit in het weekend

→ GA NAAR VRAAG H9

H8. Hoeveel glazen drinkt u dan gemiddeld op zo'n weekend-dag?

☐ 16 of meer glazen☐ 4 glazen

☐ 11 - 15 glazen

☐ 3 glazen

☐ 7 - 10 glazen

☐ 2 glazen

☐ 6 glazen

☐ 1 glas

☐ 5 glazen

H9. Hoe vaak heeft u in de laatste 6 maanden 4 of meer glazen alcohol op één dag gedronken?

☐ Meer dan 1 keer per week

☐ 1 keer per week

☐ 1 - 3 keer per maand

☐ Minder dan 1 keer per maand

☐ Nooit

→ GA NAAR VRAAG I1

H10. Hoe vaak heeft u in de laatste 6 maanden 6 of meer glazen alcohol op één dag gedronken?

☐ Meer dan 1 keer per week

☐ 1 keer per week

☐ 1 - 3 keer per maand

☐ Minder dan 1 keer per maand

☐ Nooit

I. VOEDING

I1. Hoeveel dagen in de week eet u gewoonlijk gekookte of gebakken groenten, sla of rauwkost?

Groenten in eenpansgerechten (zoals stamppotten) tellen ook mee, maar een blaadje sla op bijvoorbeeld een broodje gezond telt niet mee.

	Aantal dagen per week							
Geef op iedere regel uw antwoord.	Minder dan 1	1	2	3	4	5	6	7
Gekookte/gebakken groenten	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sla/rauwkost	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

I2. Op de dagen dat u groenten, sla of rauwkost eet, hoeveel opscheplepels eet u dan gewoonlijk?

Een opscheplepel is ongeveer 50 gram.

	Aantal opscheplepels						
Geef op iedere regel uw antwoord.	Minder dan 1	1	2	3	4	5	Meer dan 5
Gekookte/gebakken groenten	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sla/rauwkost	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Gezondheidsmonitor 2024

11

13. Hoeveel dagen in de week eet u gewoonlijk fruit?

Aantal dagen per week								
	Minder dan 1	1	2	3	4	5	6	7
Fruit	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

14. Op de dagen dat u fruit eet, hoeveel stuks fruit eet u dan?

1 stuk fruit is bijvoorbeeld een middelgrote appel of 2 mandarijntjes. Bij klein fruit, zoals kersen, kunt u een handje vol voor 1 stuk tellen.

Aantal stuks						
	1	2	3	4	5	Meer dan 5
Fruit	☐	☐	☐	☐	☐	☐

J. BEWEGEN

De volgende vragen gaan over bewegen. Elke vraag gaat over een andere activiteit. Denk bij de vragen aan een normale week in de laatste maanden.

J1. Woon-werkverkeer

Als u een activiteit niet heeft gedaan, vul dan een '0' in.

	Aantal dagen per week	Hoeveel tijd bent u daar gemiddeld op zo'n dag mee bezig?
Hoeveel dagen per week gaat u lopend naar uw werk of school?	☐ dagen	uur minuten
Hoeveel dagen per week gaat u op de fiets naar uw werk of school?	☐ dagen	uur minuten

J2. Lichamelijke activiteit op werk of school

Als u een activiteit niet heeft gedaan, vul dan een '0' in.

	Aantal uren per week
Hoeveel uur gemiddeld per week doet u licht of matig inspannend werk op uw werk of school? Denk aan zittend of staand werk, zoals werk op een kantoor waarbij u soms loopt en af en toe iets moet tillen.	uur
Hoeveel uur gemiddeld per week doet u zwaar inspannend werk op uw werk of school? Denk aan werk waarbij u veel moet lopen of werk waarbij u vaak zware dingen moet tillen.	uur

J3. Huishoudelijke activiteiten

Als u een activiteit niet heeft gedaan, vul dan een '0' in.

	Aantal dagen per week	Hoeveel tijd bent u daar gemiddeld op zo'n dag mee bezig?
Hoeveel dagen per week doet u licht of matig inspannend huishoudelijk werk? Denk aan koken, strijken, stofzuigen of opruimen.	☐ dagen	uur minuten
Hoeveel dagen per week doet u zwaar inspannend huishoudelijk werk? Denk aan zware boodschappen de trap op tillen, meubels verplaatsen of op uw knieën de vloer schoonmaken.	☐ dagen	uur minuten

J4. **Vrije tijd**
Als u een activiteit niet heeft gedaan, vul dan een '0' in.

Aantal dagen per week

Hoeveel tijd bent u daar gemiddeld op zo'n dag mee bezig?

Hoeveel dagen per week gaat u wandelen? <i>Lopen naar het werk of school telt <u>niet</u> mee.</i>	dagen	uur minuten
Hoeveel dagen per week gaat u fietsen? <i>Fietsen naar het werk of school telt <u>niet</u> mee.</i>	dagen	uur minuten
Hoeveel dagen per week werkt u in de tuin?	dagen	uur minuten
Hoeveel dagen per week klust u in uw vrije tijd?	dagen	uur minuten

J5. **Sport**
Welke sporten doet u? *Denk aan fitness / conditietraining, tennis, hardlopen, of voetbal. U kunt 4 sporten opgeven. Als u niet aan sport doet, kunt u de vraag overslaan.*

Hoeveel dagen per week doet u aan deze sport?

Hoeveel tijd doet u gemiddeld op zo'n dag aan deze sport?

	dagen	uur minuten
	dagen	uur minuten
	dagen	uur minuten
	dagen	uur minuten

K. MENTALE GEZONDHEID

K1. De volgende vragen gaan over hoe u zich in de laatste 4 weken heeft gevoeld. Geef het antwoord dat het beste aansluit bij hoe u zich heeft gevoeld.

<i>Geef op iedere regel uw antwoord.</i>	Voortdurend	Meestal	Vaak	Soms	Zelden	Nooit
Voelde u zich erg zenuwachtig?						
Zat u zo erg in de put dat niets u kon opvrolijken?						
Voelde u zich kalm en rustig?						
Voelde u zich neerslachtig en somber?						
Voelde u zich gelukkig?						

Gezondheidsmonitor 2024

13

L. ZORG

- L1. Hoe vaak heeft u in de laatste 2 maanden contact gehad met uw huisarts?

Hiermee wordt bedoeld een bezoek aan de huisarts, huisbezoeken en telefonisch consult. Hiermee wordt niet bedoeld telefonisch contact voor het aanvragen van een herhaalrecept.

--	--

 keer

- L2. Bent u in de laatste 12 maanden weleens bewust niet naar een zorgverlener gegaan voor een gezondheidsklacht? Of heeft u een medisch advies bewust niet opgevolgd?

Denk bijvoorbeeld aan: niet naar de huisarts gegaan met een klacht; geneesmiddelen niet opgehaald in de apotheek; doorverwezen naar een medisch specialist, maar niet gegaan.

☐ Ja
☐ Nee → GA NAAR VRAAG L4

- L3. Wat is de reden daarvoor?

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- ☐ Mijn klacht was niet ernstig genoeg / ik had er niet echt last van
☐ Ik dacht dat mijn klacht vanzelf over zou gaan
☐ Ik wilde de klacht zelf oplossen
☐ Ik zag op tegen eventuele kosten die ik zou moeten betalen
☐ Ik zag op tegen eventuele vervolgcosten die ik zou moeten betalen, bijvoorbeeld voor geneesmiddelen, behandelingen of een ziekenhuisbezoek
☐ Ik ga niet graag naar artsen / uit angst voor de behandeling
☐ Ik ben ontevreden over de zorgverlener
☐ Anders dan bovenstaande

- L4. Hoe vaak in de laatste 12 maanden heeft u géén gebruik gemaakt van zorg, of een medisch advies niet opgevolgd omdat u het geld nodig had voor andere dingen?

☐ Nooit
☐ Eén keer
☐ Twee keer
☐ Meer dan twee keer

M. MANTELZORG EN MEEDOEN

Mantelzorg is de zorg die u geeft aan bekenden die voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt zijn. Denk aan uw partner, ouders, kind, burens of vrienden. Deze zorg kan bestaan uit het huishouden doen, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer, geldzaken regelen, enzovoorts. Mantelzorg wordt niet betaald. Een vrijwilliger vanuit een vrijwilligerscentrale is geen mantelzorger.

- M1. Geeft u mantelzorg?

☐ Ja
☐ Nee → GA NAAR VRAAG M8

- M2. Hoeveel uur mantelzorg geeft u gemiddeld per week, reistijd meegerekend? Afronden op hele uren.

Gemiddeld

--	--	--

 uur per week

M3. Hoelang geeft u al mantelzorg?

☐ Korter dan drie maanden
☐ Drie maanden of langer

M4. Sommige mensen voelen zich erg belast door de verzorging van een ander. Zij vinden de zorg zwaar en moeilijk vol te houden. Voor andere mensen geldt dat minder. Hoe belast voelt u zich door het geven van mantelzorg?

☐ Niet of bijna niet belast
☐ Een beetje belast
☐ Redelijk zwaar belast
☐ Erg zwaar belast
☐ Overbelast

M5. Aan wie geeft u mantelzorg?
Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

☐ Echtgenoot / echtgenote of partner
☐ Kinderen, schoondochter of schoonzoon
☐ Ouders of schoonouders
☐ Andere familieleden
☐ Buren / vrienden / kennissen

M6. Uit welke activiteiten bestaat deze mantelzorg voornamelijk?
Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

☐ Hulp in de huishouding, zoals boodschappen doen of schoonmaken
☐ Klaarmaken van de warme maaltijden
☐ Hulp bij persoonlijke verzorging, zoals wassen of aankleden
☐ Hulp bij medische verzorging
☐ Gezelschap, troost of afleiding
☐ Begeleiding en/of vervoer, zoals bij bezoek aan arts of kapper
☐ Regeling geldzaken en/of andere administratie
☐ Anders dan bovenstaande

M7. Heeft u, naast eventuele hulp die u al ontvangt, behoefte aan hulp in verband met uw werkzaamheden als mantelzorger?
Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

☐ Nee
☐ Ja, aan informatie en advies
☐ Ja, aan een vervanger, zodat ik af en toe een vrije dag kan nemen of met vakantie kan gaan
☐ Ja, aan emotionele ondersteuning
☐ Ja, aan ontspannende activiteiten
☐ Ja, aan belangenbehartiging

M8. Heeft u in de laatste 12 maanden mantelzorg gekregen?

☐ Ja
☐ Nee → GA NAAR VRAAG M11

M9. Krijgt u deze mantelzorg nu nog?

☐ Ja
☐ Nee → GA NAAR VRAAG M11

M10. Hoeveel uur mantelzorg krijgt u momenteel gemiddeld per week? *Afronden op hele uren.*

Gemiddeld

uur per week

M11. **Stel, u heeft langer dan drie maanden hulp nodig vanwege gezondheidsproblemen of beperkingen (of ouderdomsklachten), bijvoorbeeld hulp bij het huishouden of het organiseren van het dagelijks leven.**

Welke van de onderstaande personen zouden in staat zijn u deze hulp te geven?

Als u al hulp krijgt willen we weten of er iemand is die u zou kunnen helpen als u meer hulp nodig zou hebben. Houd rekening met hun reisafstand en andere verplichtingen.

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- ☐ Partner
- ☐ Thuiswonend kind
- ☐ Uitwonend kind
- ☐ Iemand anders binnen uw huishouden
- ☐ Vader of moeder
- ☐ Een familielid dat niet bij u in huis woont
- ☐ Iemand anders, zoals een vriend, kennis, collega of buur
- ☐ Geen van deze personen

M12. **Doet u vrijwilligerswerk?**

We bedoelen werk dat onbetaald wordt uitgevoerd bij een (sport)vereniging, kerk, school of andere organisatie.

- ☐ Ja
- ☐ Nee → **GA NAAR VRAAG M14**

M13. **Kunt u bij de volgende organisaties en verenigingen steeds aangeven of u daarvoor in de laatste 12 maanden als vrijwilliger bepaald soort werk heeft gedaan?**

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- ☐ In het jeugd- en buurthuiswerk of als leider van scouting
- ☐ Op school (bijv. hulp op school, oudercommissie, schoolbestuur of als leesouder)
- ☐ In de verzorging of verpleging (bijv. bejaardenzorg, kinderopvang, kruiswerk, zieken bezoeken, collecteren voor gezondheidsorganisaties)
- ☐ Voor een sportvereniging (bijv. in het bestuur, werken in een kantine, trainen of zaalbeheer)
- ☐ Voor culturele verenigingen (bijv. een muziek- of toneelvereniging of een tekenclub)
- ☐ Voor hobby- of gezelligheidsverenigingen
- ☐ Voor de kerk, moskee of een levensbeschouwelijke groepering (bijv. de parochieraad, moskeevereniging, huisbezoek, of het rondbrengen van blaadjes)
- ☐ Voor de vakbond of bedrijfsorganisatie (bijv. ondernemingsraad of personeelsvereniging)
- ☐ Voor een politieke partij of actiegroep
- ☐ Op het gebied van sociale hulpverlening, rechtshulp, reclassering of slachtofferhulp
- ☐ Op het gebied van wonen, woonomstandigheden of huurdersbelangen
- ☐ Ten behoeve van de wijk of de buurt
- ☐ Voor organisaties op een ander gebied

M14. **Van welke vereniging(en) of organisatie(s) bent u lid?**

Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

- ☐ Sportvereniging
- ☐ Sportschool/fitnesscentrum
- ☐ Buurtvereniging
- ☐ Wijkraad of wijkcomité dat zich inzet voor wijkbelangen
- ☐ Gezelligheidsvereniging
- ☐ Kerkgenootschap of godsdienstige vereniging
- ☐ Culturele vereniging (bijv. toneel, muziek, hobby, schilderen)
- ☐ Maatschappelijke organisatie (bijv. Natuur en milieu, Amnesty International, Artsen zonder Grenzen)
- ☐ Politieke partij
- ☐ Lokale/regionale vereniging voor bijvoorbeeld jongeren/ouderen/vrouwen
- ☐ Geen

N. NARE GEDACHTEN

- N1. Heeft u er in de laatste 12 maanden weleens serieus over gedacht om een eind te maken aan uw leven?

☐ Nooit
☐ Een enkele keer
☐ Af en toe
☐ Vaak
☐ Heel vaak

Heeft u hulp nodig? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met 0800-0113 of chat op 113.nl.

O. DISCRIMINATIE EN VEILIGHEID

- O1. Voelt u zich weleens gediscrimineerd, bijvoorbeeld vanwege uw geloof of huidskleur, uw seksuele voorkeur of uw leeftijd?

☐ Nee, nooit
☐ Ja, soms
☐ Ja, vaak
- O2. Voelt u zich weleens onveilig in uw eigen buurt?

☐ Nee, nooit
☐ Ja, zelden
☐ Ja, soms
☐ Ja, vaak

P. GELUIDHINDER

- P1. Denk bij deze vraag aan de laatste 12 maanden. Welk getal van 0 tot 10 geeft het beste aan in welke mate geluid van de onderstaande bronnen u hindert, stoort of ergert wanneer u thuis bent? Als een geluid bij u thuis niet hoorbaar is, kunt u dit in de laatste kolom aangeven.

	Ik ben helemaal niet gehinderd							Ik ben extreem gehinderd				Niet hoorbaar
Geef op iedere regel uw antwoord.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Verkeer op wegen waar je harder mag dan 50 km/uur	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Verkeer op wegen waar je <u>niet</u> harder mag dan 50 km/uur	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Treinverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vliegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Burger vliegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Militair vliegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Brommers / scooters	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Buren	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Bedrijven / industrie	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Windturbines / windmolens	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Warmtepompen / airco's	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Q. SLAAPVERSTORING

Q1. Denk bij deze vraag aan de laatste 12 maanden. Welk getal van 0 tot 10 geeft het beste aan in welke mate geluid van de onderstaande bronnen uw slaap verstoort wanneer u thuis bent? Als een geluid bij u thuis niet hoorbaar is, kunt u dit in de laatste kolom aangeven.

	Mijn slaap is helemaal niet verstoord							Mijn slaap is extreem verstoord			Niet hoorbaar
Geef op iedere regel uw antwoord.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Verkeer op wegen waar je harder mag dan 50 km/uur	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Verkeer op wegen waar je niet harder mag dan 50 km/uur	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Treinverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vliegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Burger vliegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Militair vliegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Brommers / scooters	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Buren	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Bedrijven / industrie	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Windturbines / windmolens	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Warmtepompen / airco's	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Q2. Wanneer ondervindt u slaapverstoring door geluid van vliegverkeer? Denkt u hierbij aan de laatste 12 maanden. Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

☐ 06:00-07:00	☐ 19:00-22:00	☐ 24:00-05:00
☐ 07:00-08:00	☐ 22:00-23:00	☐ 05:00-06:00
☐ 08:00-19:00	☐ 23:00-24:00	☐ Niet van toepassing

R. GEURHINDER

R1. Denk bij deze vraag aan de laatste 12 maanden. Welk getal van 0 tot 10 geeft het beste aan in welke mate geur van de onderstaande bronnen u hindert, stoort of ergert wanneer u thuis bent? Als u een geur bij u thuis niet ruikt, kunt u dit in de laatste kolom aangeven.

	Ik ben helemaal niet gehinderd							Ik ben extreem gehinderd			Ruik ik niet
Geef op iedere regel uw antwoord.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Open haard / allesbrander / andere houtkachel	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vuurkorf / barbecue / terrashaard	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Riolering / waterzuivering	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Landbouw / veeteelt	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Andere bedrijven / industrie	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

S. WONING EN WOONOMGEVING

S1. Hoe tevreden bent u met uw woning en woonomgeving?
Geef een rapportcijfer van 1 tot 10, 1 = zeer ontevreden, 10 = zeer tevreden.

	Zeer ontevreden					Zeer tevreden				
Geef op iedere regel uw antwoord.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Woning	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Woonomgeving	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Groen in uw buurt	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

S2. Kunt u tijdens een lange periode van warm weer verkoeling vinden binnen en buiten uw woning? Geef een rapportcijfer van 1 tot 10, 1 = vrijwel onmogelijk, 10 = heel goed mogelijk.

	Vrijwel onmogelijk					Heel goed mogelijk				
Geef op iedere regel uw antwoord.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Binnen in uw woning	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Buiten (balkon / tuin / buurt)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

S3. In hoeverre bent u het eens met de volgende uitspraken over uw buurt?

Geef op iedere regel uw antwoord.	Helemaal mee eens	Mee eens	Niet mee eens, niet mee oneens	Niet mee eens	Helemaal niet mee eens
Ik vind mijn buurt aantrekkelijk om in te bewegen (zoals wandelen, hardlopen of fietsen)	☐	☐	☐	☐	☐
Er zijn voldoende plekken in mijn buurt waar het rustig is	☐	☐	☐	☐	☐
Er zijn voldoende plekken in mijn buurt waar ik andere bewoners buiten kan ontmoeten	☐	☐	☐	☐	☐

S4. De volgende vragen gaan over uw woonsituatie en uw bezorgdheid hierover. Wilt u met **ja** of **nee** aangeven of deze situatie op u van toepassing is?

Geef op iedere regel uw antwoord.	Is deze situatie op u van toepassing?	Bent u hierdoor bezorgd over uw gezondheid?
Ik woon in een drukke straat	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon in de buurt van zendmasten voor radio en TV of bij antennes voor mobiele telefoons	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon op verontreinigde grond	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon in de buurt van een (petro)chemisch bedrijf/industrie	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon in de buurt van hoogspanningslijnen	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon in de buurt van 1 of meer windturbines (moderne windmolens)	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon in de buurt van (pluim-) veehouderijbedrijf	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon in de buurt van een vliegveld	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Ik woon in de buurt van een kerncentrale	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee
Anders dan bovenstaande	☐ Ja → ☐ Nee	☐ Ja ☐ Nee

T. WERK EN FINANCIËLE SITUATIE

T1. Welke situatie is op u van toepassing?
Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

☐ Ik heb betaald werk, 1-19 uur per week
☐ Ik heb betaald werk, 20 uur of meer per week
☐ Ik ben met pensioen (AOW, prepensioen)
☐ Ik ben werkloos / werkzoekend (geregistreerd bij het UWV)
☐ Ik ben arbeidsongeschikt (WAO, WAZ, WIA, Wajong)
☐ Ik heb een bijstandsuitkering
☐ Ik ben huisvrouw / huisman
☐ Ik volg onderwijs / ik studeer

T2. Heeft u de laatste 12 maanden moeite gehad om van het inkomen van uw huishouden rond te komen?

☐ Nee, geen enkele moeite → GA NAAR VRAAG T5
☐ Nee, geen moeite, maar ik moet wel opletten op mijn uitgaven → GA NAAR VRAAG T5
☐ Ja, enige moeite
☐ Ja, grote moeite

T3. Hoe lang heeft u al moeite met rondkomen?

☐ Korter dan 6 maanden
☐ 6-12 maanden
☐ 1-4 jaar
☐ Langer dan 4 jaar

T4. Zou u hulp willen bij uw financiën?
We bedoelen dan hulp om met uw inkomen rond te komen, en niet bijvoorbeeld hulp bij uw belastingaangifte.

☐ Nee, daar heb ik geen behoefte aan
☐ Nee, ik krijg al voldoende hulp (van familie, vrienden/kennissen, schuldhelpverlening, of een andere organisatie of instantie)
☐ Ja, maar ik heb nog geen hulp gezocht
☐ Ja, maar ik schaam me (te veel) om hulp te vragen
☐ Ja, maar de hulp die er is sluit niet aan bij wat ik nodig heb
☐ Ja, maar ik weet niet waar ik hulp kan vinden
☐ Anders dan bovenstaande

T5. Heeft uw huishouden meestal voldoende geld om de volgende dingen te doen?
Geef op iedere regel uw antwoord.

	Ja	Nee
Uw huis goed verwarmen	☐	☐
Lidmaatschap van sportclub of vereniging betalen	☐	☐
Bij vrienden of familie op visite gaan	☐	☐

T6. Bent u in staat een onverwachte noodzakelijke uitgave van 1000 euro te betalen zonder daarvoor schulden te maken of leningen aan te gaan?

☐ Altijd
☐ Meestal
☐ Soms
☐ Meestal niet
☐ Nooit

U. TOT SLOT

U1. **Wilt u kans maken op een van de 8 Samsung Galaxy A9 Plus tablets ter waarde van €249,- of een van de 20 VVV Cadeaukaarten ter waarde van €50,- die wij verloten?**

- ☐ Ja, ik wil kans maken op een van de Samsung Galaxy tablets of een van de VVV Cadeaukaarten en deelnemen aan de verloting en geef toestemming om mijn adresgegevens te gebruiken als ik gewonnen heb om de prijs te ontvangen.
- ☐ Nee, ik wil geen kans maken op een van de Samsung Galaxy tablets of een van de VVV Cadeaukaarten en doe niet mee aan de verloting.

Wij danken u hartelijk voor uw medewerking!

Dat waren alle vragen. Heeft u nog aanvullingen of opmerkingen naar aanleiding van deze vragenlijst? Dan kunt u dat hieronder aangeven.

Vult u hier alstublieft niet uw naam, adres of telefoonnummer in.

- > U kunt de ingevulde vragenlijst terugsturen in de bijgevoegde antwoordenvelop (postzegel is niet nodig).
- > Bent u de antwoordenvelop kwijt? Het retouradres voor de vragenlijst is: Ipsos I&O, Antwoordnummer 1104, 7500 VB Enschede. Een postzegel is niet nodig.
- > Meer informatie kunt u vinden op de website van de GGD.

De GGD zoekt regelmatig mensen die aan onderzoek willen meedoen. Denk hierbij aan het invullen van een vragenlijst, deelname aan een interview of deelname aan het panelonderzoek van de GGD. De vragen gaan over uw gezondheid, leefstijl en dagelijkse bezigheden. Soms zijn we daarvoor bijvoorbeeld op zoek naar een specifieke leeftijdsgroep of inwoners van een bepaalde gemeente.

U2. **Geeft u toestemming dat wij u eventueel benaderen voor vervolgonderzoek?**

U mag iedere keer zelf beslissen of u wel of niet wilt meedoen.

- ☐ Ja, ik geef toestemming

E-mail:

- ☐ Nee, ik geef geen toestemming

Meer informatie over uw gezondheid

Deze vragenlijst over uw gezondheid, leefstijl, welzijn en leefomgeving heeft u misschien aan het denken gezet. Wij helpen u graag verder met betrouwbare informatie:

- Op www.thuisarts.nl vindt u betrouwbare informatie over gezondheid, leefstijl en ziekten.
- Doe de test op mijnpositievegezondheid.nl en kijk op welke manieren u uw lichamelijke en mentale gezondheid kunt versterken.
- Op www.ggdappstore.nl vindt u een overzicht van betrouwbare apps en websites waarmee u gelijk zelf aan de slag kunt.
- Op de website van de GGD Zuid Limburg staat informatie over gezondheid.
- Voor mogelijkheden en ondersteuning bij u in de buurt kijkt u op de website van uw gemeente.
- Maakt u zich zorgen over uw gezondheid, neem dan contact op met uw huisarts.