

Symposium 2022

# Mijn gezondheid, mijn ding!



**Xavier Brenez**

Directeur-generaal van de Onafhankelijke Ziekenfondsen

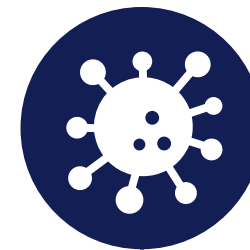
# Waarom een symposium over de jeugd?



**Europese jaar  
van de jeugd**



**Transitie  
naar volwassenheid**



**De pandemie,  
een moeilijke periode**

# De gezondheid van jongeren in enkele cijfers



**Iets meer dan 2 op de 5 jongeren**

beleefden hun eerste seksuele ervaring voor de leeftijd van 18 jaar  
*(UGent, 2019)*



**9 op de 10 jonge vrouwen  
(15-21 jaar)**

gebruikten in het afgelopen jaar anticonceptie  
*(Sciensano, gezondheidsenquête 2018)*



**Gezondheid is 12e meest belangrijke  
thema**

aangeduid in een enquête van de Vlaamse Jeugdraad. De top 3 bestond respectievelijk uit Gelijke Kansen, Klimaat en Goed In Je Vel Zitten  
*(Vlaamse Jeugdraad, 2020)*



**4 op de 10 jongeren**

hebben lage gezondheidsvaardigheden  
*(Sciensano, gezondheidsenquête 2018)*

# De gezondheid van jongeren in enkele cijfers



**Ongeveer 1 op de 10 jongeren**

eet dagelijks de aanbevolen hoeveelheid fruit

*(Sciensano, gezondheidsenquête 2018)*



**1 op de 2 jongeren**

doet minstens 150 minuten aan matig-intensieve sport per week

*(Sciensano, gezondheidsenquête 2018)*



**9 op de 10 jongeren**

zit meer dan 2 uur per dag achter een scherm

*(UGent, 2019)*



**1 op de 3 jongeren**

voelt zich niet goed in zijn vel

*(Vlaamse Jeugdraad, 2020)*

# Hoe beleven de jongeren hun eigen gezondheid? Onze enquête!



## Steekproef

Representatieve steekproef  
bij 1.000 jongeren  
tussen 16 en 25 jaar

1

**Wat?**

Bevraging over de visie van jongeren  
over hun eigen gezondheid,  
hun ervaringen met gezondheid  
en gezondheidsbeleid

2

**Hoe?**

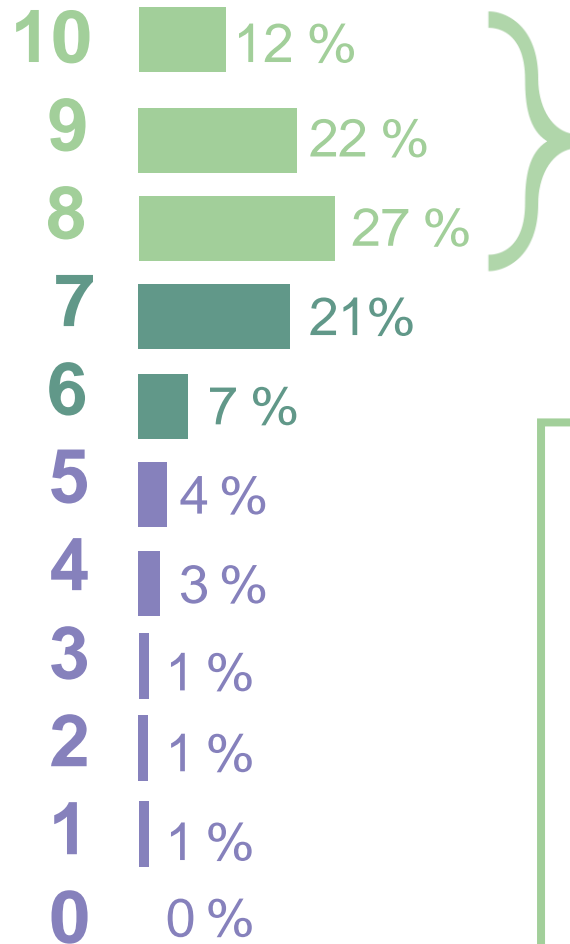
Online  
bevraging

3

**Wanneer?**

29/08/2022 – 11/09/2022

# Algemene gezondheid



3 op de 5 jongeren vinden dat ze in **goede gezondheid** verkeren



+/- 1 op de 2 jongeren maakt zich soms zorgen over zijn gezondheid



Jongens **schatten** hun gezondheid hoger in dan meisjes

# Waarover maken de jongeren zich zorgen?



# Zijn jongeren bezig met hun gezondheid?



**2 op de 3** jongeren  
geven aan **(redelijk)**  
gezond te leven



**2 op de 3** jongeren  
geven aan **(redelijk)**  
**bewust bezig te zijn** met  
hun gezondheid



Bijna de helft van de  
jongeren vindt het zeer  
belangrijk dat ze **zelf**  
**kunnen beslissen**

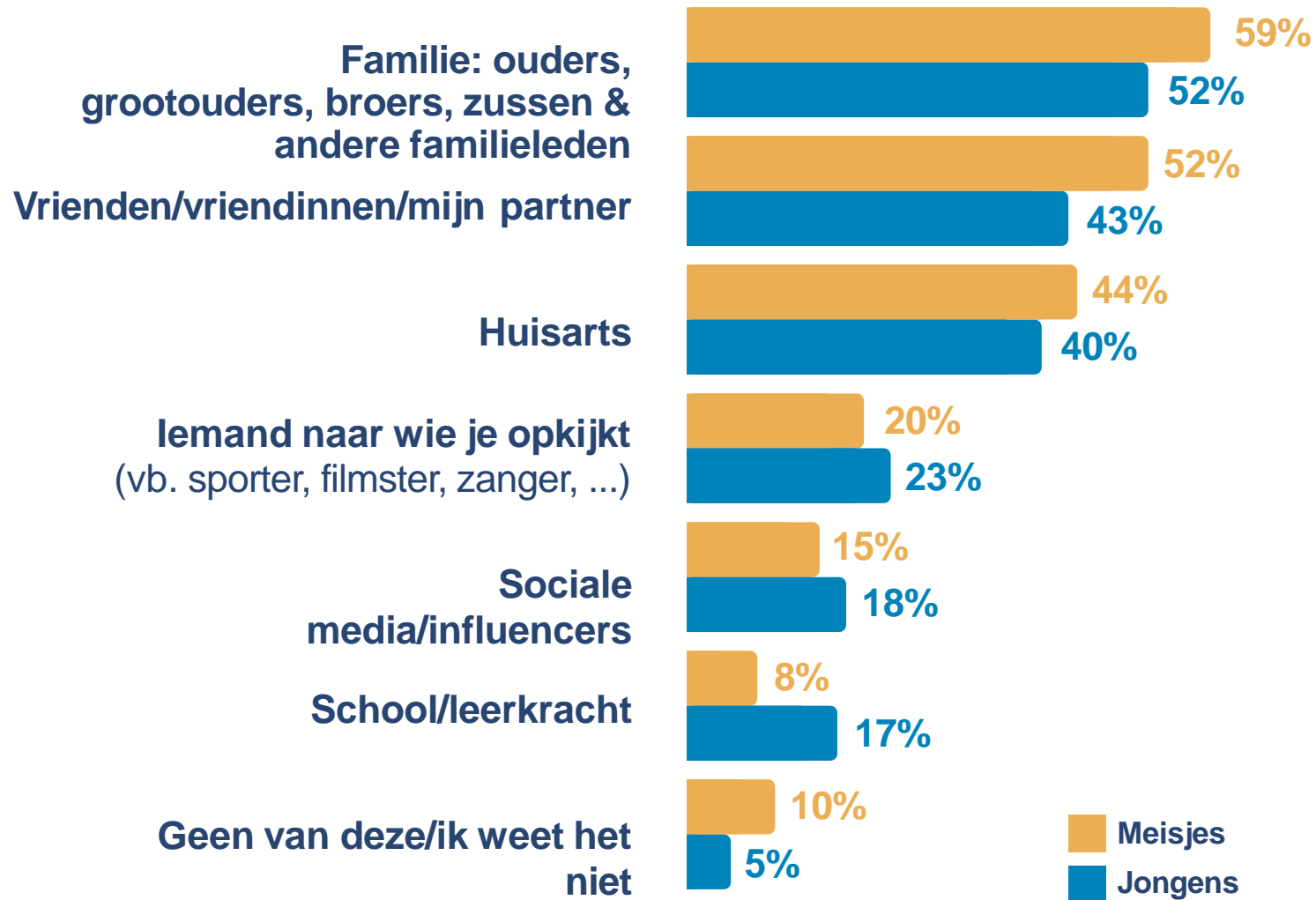


# Zijn jongeren bezig met hun gezondheid?

Welke onderwerpen uit deze lijst houden je bezig?

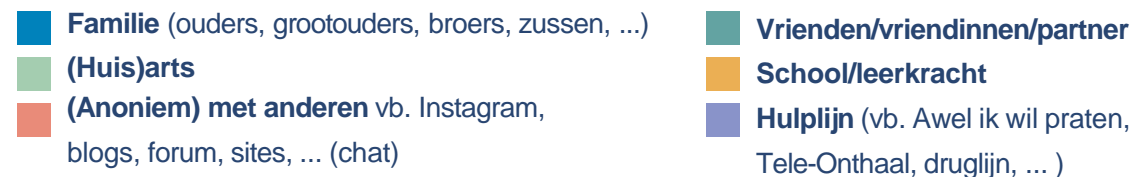
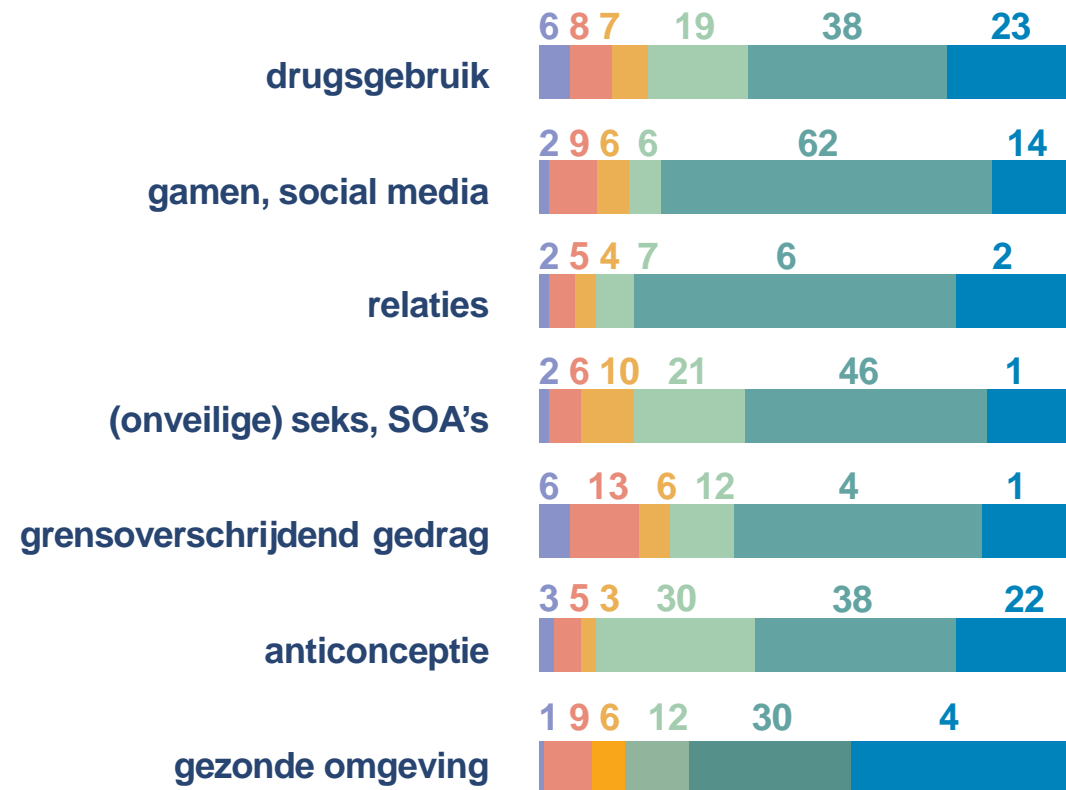
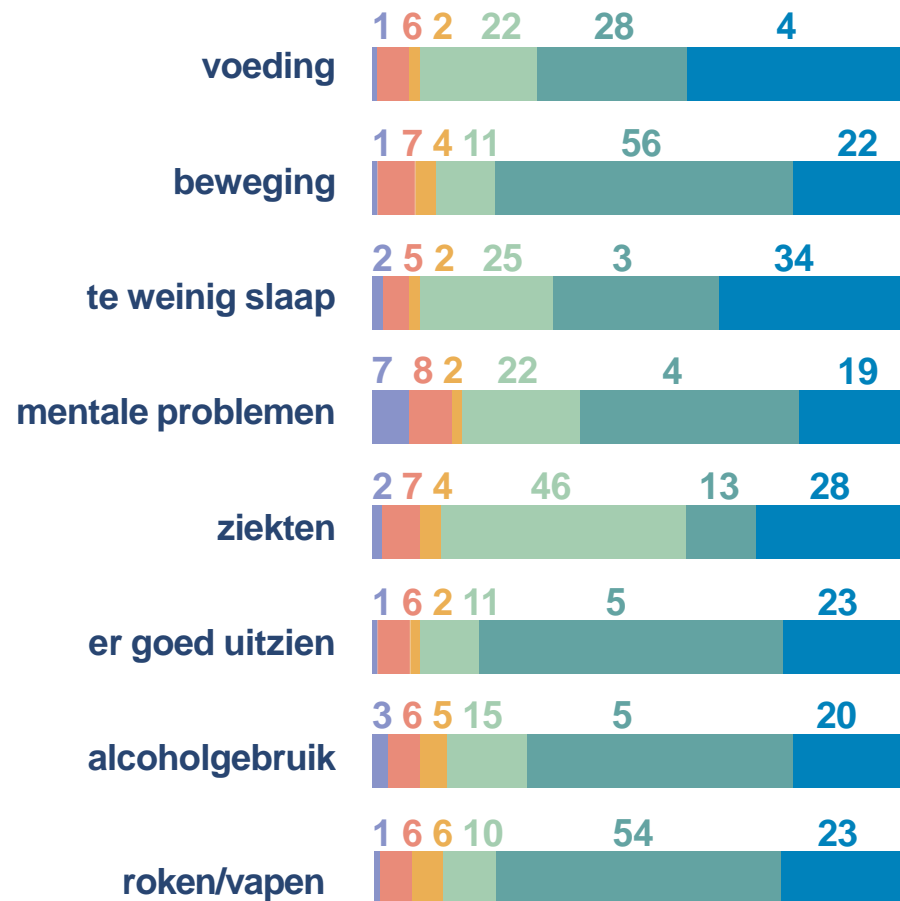


# Wie kan hen motiveren om met gezondheid bezig te zijn?

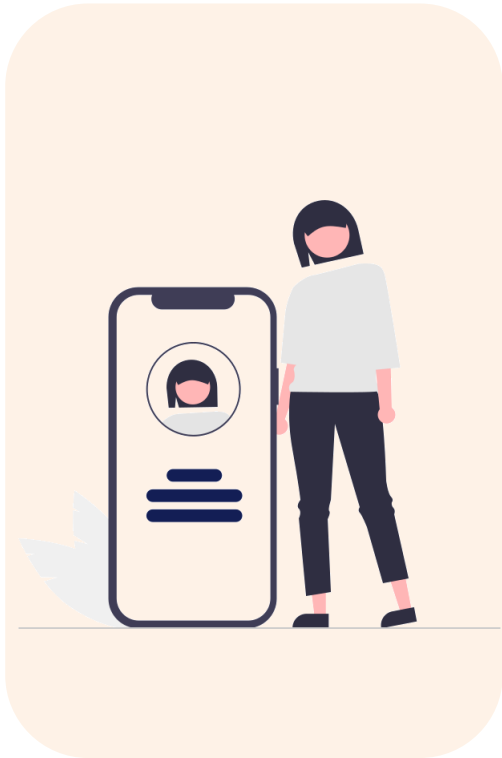


**Jongeren geven aan dat vooral de vriendenkring, de partner en familie hen kunnen motiveren om met hun gezondheid bezig te zijn**

# Met wie praten jongeren over welke thema's?



# Waar vinden jongeren informatie?



01



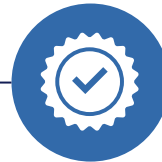
**3 op de 4 jongeren** hebben reeds informatie over hun gezondheid opgezocht via verschillende **media** (o.a. artikels, het internet, sociale netwerken, ...)

02



**3 op de 4 jongeren** geven aan dat de gevonden informatie **makkelijk te begrijpen en bruikbaar** is

03



**6 op de 10 jongeren** geven aan dat ze het gevoel hebben **betrouwbare van niet-betrouwbare informatie** te kunnen onderscheiden

# Jongeren en artsen



**95 % van de jongeren**

bezoeken wel eens een (huis)arts



**2 op 5 jongeren**

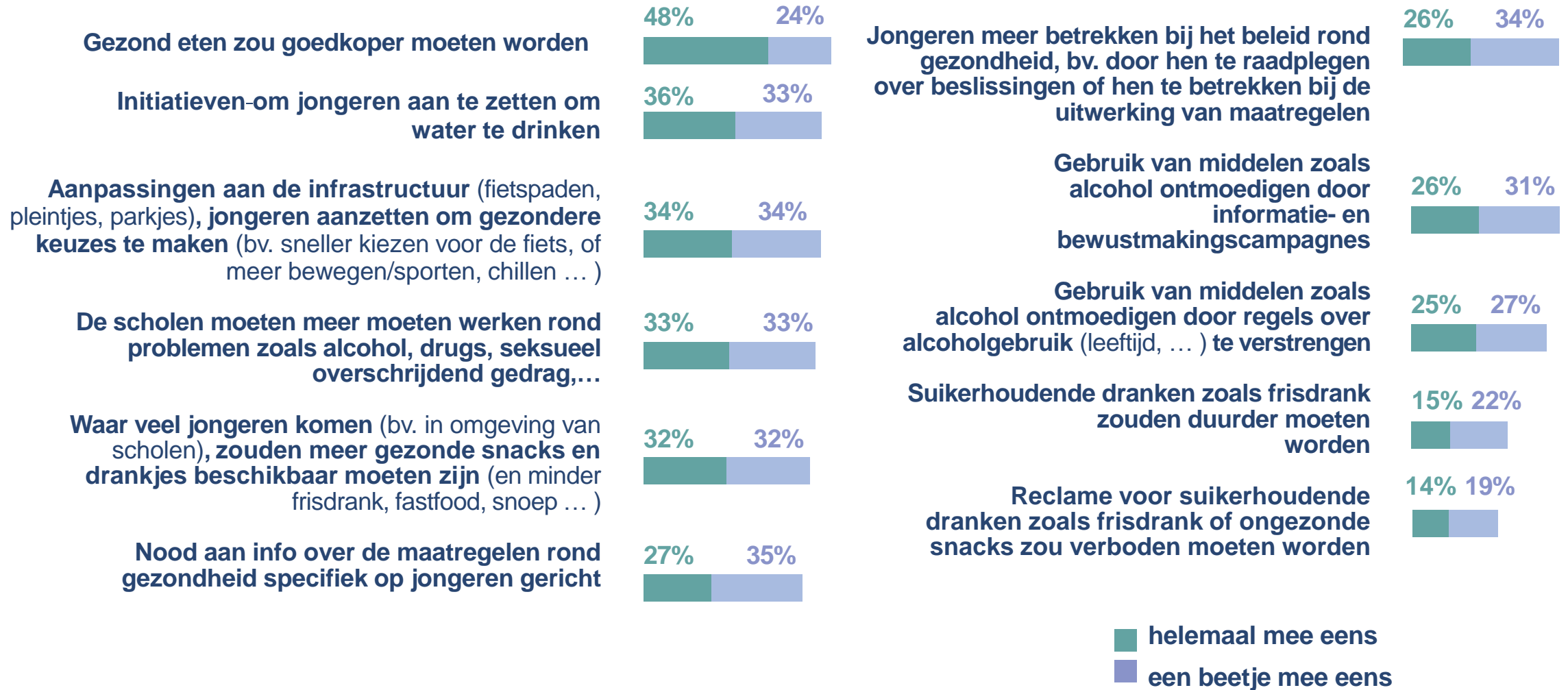
gaan soms zonder medeweten van ouders naar de (huis)arts



**2 op de 3 jongeren**

kunnen over vertrouwelijke informatie spreken met hun (huis)arts

# Jongeren en overheidsmaatregelen



# Onze aanbevelingen

## Informatie

01

Tandzorg, contraceptie,  
brillen, ...

## Belangrijke onderwerpen

02

Beweging, voeding, slaap, ...

## Doelgroepen

03

De jongeren, hun ouders,  
hun vrienden, ...

## Aanmoedigend beleid


04

Nudging, promotie gezonde opties, ...



# Enkele concrete acties van onze ziekenfondsen



 **Aanbod en diensten voor jongeren**  
Sport, preventie, voeding, zorg voor en na hospitalisatie, tandzorg en dringende zorg in het buitenland,...

 **Campagne**  
Campagne rond mentale problemen bij jongeren "Tu connais ce sentiment ? Parles-en !".

 **Consultaties**  
Consultaties met ervaren psychologen in een kantoor in Louvain-la-Neuve

 **Fysieke gezondheid**  
Heyo-jeugdvakantie, inschrijving sportclub, schooltuitappen

 **Mentale gezondheid**  
Terugbetaling sessies psychotherapie + luisterlijn

 **Campagnes**  
Ziemijnpijn, mijnslaap, toerkedoen, schijfruimtevol



# Bedankt voor uw aandacht

helan  Onafhankelijk ziekenfonds

 freie  
krankenkasse

part&namut  
Mutualité Libre