



# Leefstijl en gezondheid kinderen groep 7

## Houten 2019

Het afgelopen schooljaar is op 17 basisscholen in gemeente Houten de vragenlijst 'Gezonde basis' afgenomen bij de kinderen in groep 7. Dit vragenlijstonderzoek naar de leefstijl en gezondheid van kinderen vond plaats als onderdeel van de monitor 0-12-jarigen en wordt eenmaal per vier jaar uitgevoerd (zie ook de [monitorkalender.nl](http://monitorkalender.nl)).

274 jongens en 248 meisjes in Houten hebben meegedaan aan het onderzoek.

In dit overzicht vindt u de uitkomsten van uw gemeente.

### Leefstijl

Voedingsgewoonten	Houten		Regio
	2015 %	2019 %	2019 %
Ontbijt vijf of meer dagen per week	96	94	93
Eet dagelijks fruit	39	52	46
Drinkt dagelijks water	-	46	46
Drinkt gemiddeld meer dan twee glazen zoete drank per dag	29	12	14

Meisjes eten meer fruit dan jongens en drinken vaker water. Er zijn geen verschillen tussen jongens en meisjes in ontbijtgedrag en het drinken van zoete drankjes. Hoe hoger de SES-score van de wijk van de school, des te beter zijn de voedingsgewoonten van de kinderen.



Beweging	Houten		Regio
	2015 %	2019 %	2019 %
Doet aan sport bij een sportvereniging	89	95	93
Gaat elke dag lopend of fietsend naar school	87	81	69
Speelt, buiten schooltijd, 5 of meer dagen per week buiten	82	84	55
Kijkt dagelijks buiten schooltijd 2 of meer uur per dag naar een beeldscherm	37	33	37



Er zijn geen verschillen in sportgedrag tussen jongens en meisjes. Wel spelen jongens vaker buiten. Ook geven jongens vaker dan meisjes aan 2 uur of meer per dag naar een beeldscherm te kijken. Hoe hoger de SES-score van de wijk van de school, des te meer doen de kinderen aan sport en des te meer spelen ze buiten. Aan de andere kant gaan deze kinderen minder vaak op de fiets of lopend naar school vergeleken met kinderen met een lagere SES-score.



## Gezondheid en welbevinden

	Houten	Regio
	2019 %	2019 %
(Zeer) goed ervaren gezondheid	86	86
Lichamelijke klachten in de afgelopen week	11	9
Slaapt minstens 9 uur per nacht	88	87
Is voldoende weerbaar	92	90
Kan bij iemand terecht bij problemen (soms, vaak, altijd)	97	97
Heeft genoeg vriendjes/vriendinnetjes	97	97

Jongens voelen zich gezonder dan meisjes en ervaren ook minder lichamelijk klachten. Ook scoren de jongens in vergelijking met meisjes gunstiger op weerbaarheid. Aan de andere kant ervaren meisjes meer sociale steun dan jongens. Daarnaast slapen meisjes gemiddeld langer per nacht. Er zijn geen relaties gevonden tussen gezondheid en welbevinden van de kinderen en de sociaal economische status (SES-score) van de wijk van de school.

## School functioneren

	Houten	Regio
	2019 %	2019 %
Gaat graag naar school (vaak of heel vaak)	62	67
Ongunstige score concentratie in de klas	22	18
Is wel eens gepest in de afgelopen 3 maanden	18	18
Is wekelijks of vaker gepest in de afgelopen 3 maanden	6	5
Heeft zelf meegedaan aan pesten in de afgelopen 3 maanden	5	8

Meisjes zijn positiever dan jongens over school. Ook kunnen meisjes zich over het algemeen beter concentreren in de klas in vergelijking met jongens. Wel geven meisjes vaker dan jongens aan dat ze wel eens gepest zijn. Jongens daarentegen geven vaker dan meisjes aan meegedaan te hebben aan pesten. Kinderen op scholen in wijken met een lagere SES-score geven vaker aan gepest te worden en hebben vaker concentratieproblemen.

Meer cijfers en achtergrondinformatie kunt u vinden op de website [ggdatlas.nl](https://ggdatlas.nl).

U kunt ook contact opnemen met de onderzoeker Clothilde Bun: e-mail [cbun@ggdru.nl](mailto:cbun@ggdru.nl), of de accounthouder van uw gemeente telefoonnummer: 030-6086086.

November 2019

