



OUDER WORDEN & DEMENTIE

Ouder worden

16-64 jarigen

65+ jarigen

Waar kijkt u naar uit bij het ouder worden?

- 58% Meer tijd voor mezelf
- 55% Meer tijd voor hobby's
- 46% Meer tijd voor familie/vrienden
- 41% Minder verplichtingen
- 39% Niet meer werken



Wat vindt u positief aan ouder worden?

- Meer tijd voor hobby's 53%
- Meer tijd voor mezelf 52%
- Minder verplichtingen 49%
- Meer levenservaring 49%
- Meer tijd voor familie/vrienden 48%

Waar ziet u tegenop bij het ouder worden?

- 79% Lichamelijke achteruitgang
- 65% Geestelijke achteruitgang
- 48% Minder mobiel zijn
- 32% Niet meer zelfstandig kunnen wonen
- 30% Dingen vergeten



Wat vindt u minder positief aan ouder worden?

- Lichamelijke achteruitgang 72%
- Minder energie hebben 35%
- Dingen vergeten 26%
- Minder mobiel zijn 25%
- De vooroordelen ten opzichte van ouderen 19%

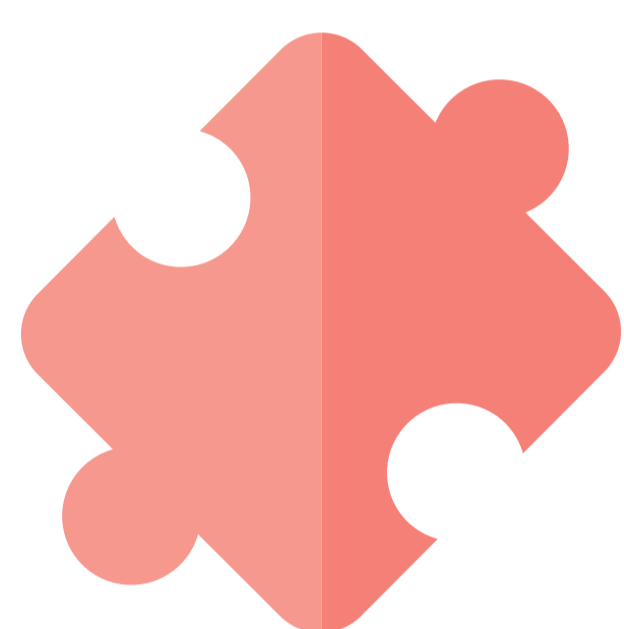
Dementie

79%

van de panelleden weet dat je zelf iets kunt doen om de kans op dementie te verlagen

Dementie is een ziekte waarbij de hersenen achteruitgaan. Mensen met dementie vergeten dingen. De ziekte van Alzheimer is een vorm van dementie. Zo'n 30% van het aantal gevallen van dementie kan voorkomen worden door een gezonde leefstijl.

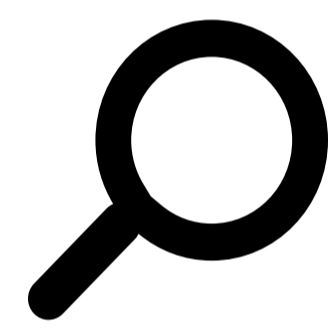
Risicofactoren voor dementie:



weet dat dit risicofactoren zijn 50%

- Lage mentale activiteit
- Roken
- Weinig bewegen
- Depressie
- Ernstig overgewicht
- Hoge bloeddruk
- Suikerziekte

80% weet dat dit risicofactoren zijn



Lager opgeleide panelleden zijn minder goed op de hoogte



Mannen, 65+ers, en hoger opgeleiden hebben vaker interesse

75%

van de panelleden heeft interesse in informatie over hoe zij de gezondheid van hun hersenen kunnen verbeteren

Van wie?

- GGD
- Huisarts/praktijkondersteuner
- Alzheimer Nederland

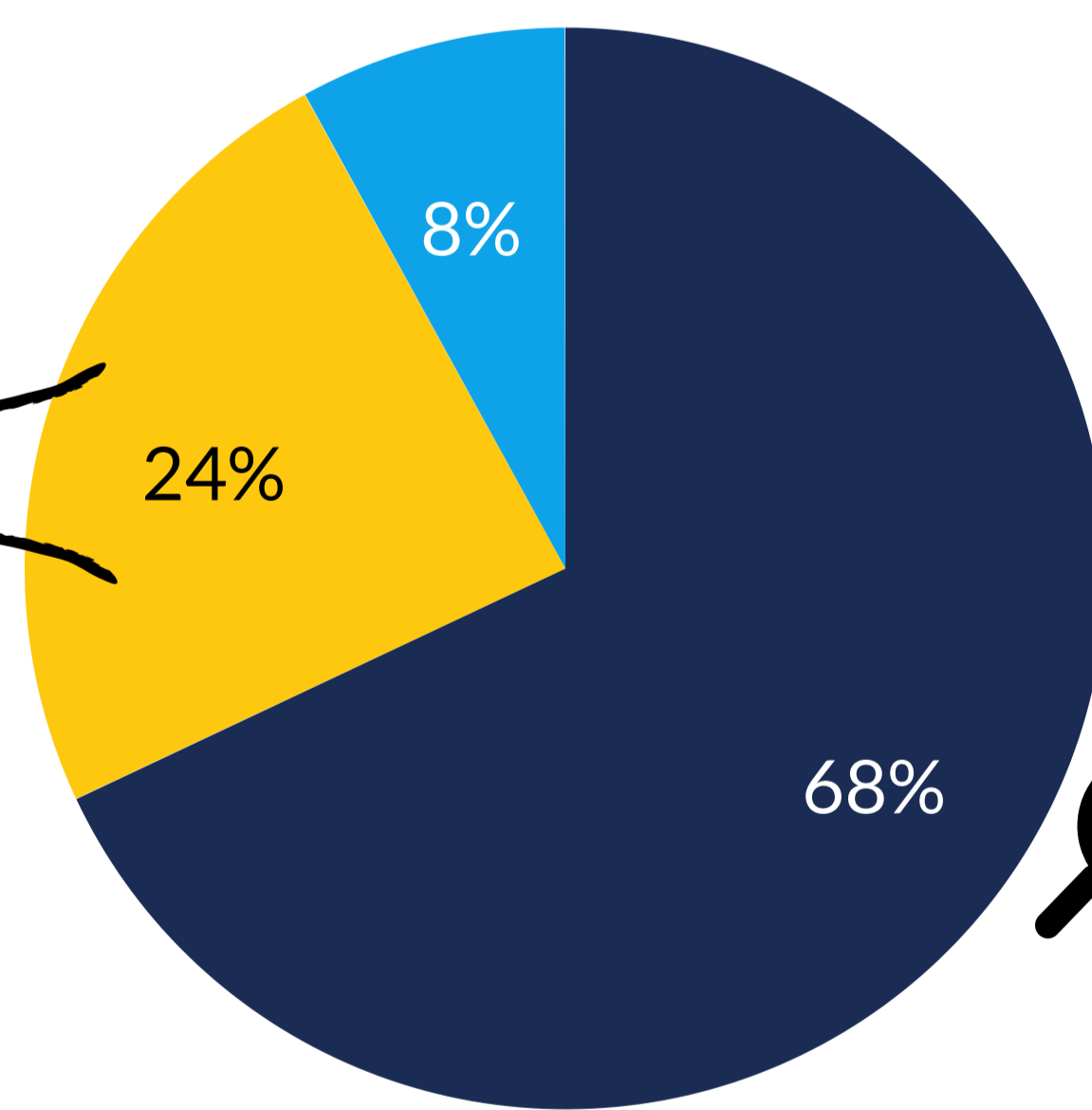
Op welke manier?

- Internet (website/social media)
- Een app
- Een brief/flyer/folder

Wilt u iets doen om de gezondheid van uw hersenen te verbeteren?

Meest genoemde reden: "Ik weet niet hoe ik dat kan doen"

Ook vaak genoemd: "Ik ben nog jong, dat hoeft nog niet"



Vaker 65+ers en hoger opgeleiden

Ja, dat doe ik al (68%) Ja, maar dat doe ik (nog) niet (24%) Nee (8%)

Mensen met dementie

64%

weet hoe zij iemand met dementie kunnen herkennen

weet dit niet, maar zou het wel willen weten 25%

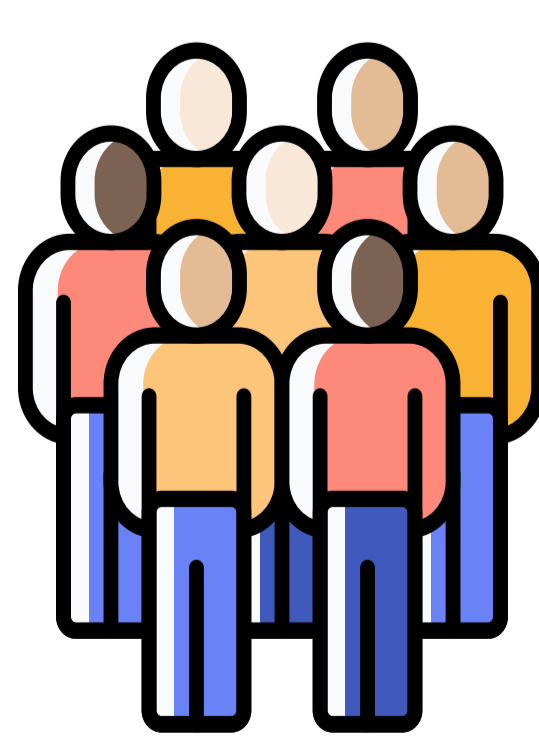
61%

weet hoe zij moeten omgaan met iemand met dementie

weet dit niet, maar zou het wel willen weten 27%

GGD PANEL

2341 mensen vulden de vragenlijst in.



Deze opinie-peiling is uitgevoerd met behulp van het GGD Panel. Het panel wordt gebruikt om de opinie van de Flevolandse te peilen. De resultaten moeten worden beschouwd als een indicatie.

Meer informatie of lid worden van het GGD Panel? Kijk dan op [deze website](#).