

GEOGRAFISCHE CIJFERS BEWEGEN EN OVERGEWICHT 19 JAAR EN OUDER

De waarden die in de tabellen worden weergegeven zijn percentages, tenzij anders aangegeven.



	Voldoet aan de beweegrichtlijnen 2017	Voldoet aan de NNGB	Voldoet aan de fitheidsnorm	Voldoet aan geen van beide normen	≥1x per week sporten	Inactief	Matig overgewicht	Eerstig overgewicht (obesitas)	Overgewicht (matig of ernstig)
	%	%	%	%	%	%	%	%	%
Nederland	52	63	26	35	51	8	35	14	49
Hollands Midden	54	66	28	32	54	7	35	13	49
Subregio									
Midden Holland	50	62	28	35	49	6	36	14	50
Zuid Holland Noord	55	67	29	31	55	8	35	13	48
Gemeenten									
Alphen aan den Rijn	52	63	29	35	51	7	38	14	51
Bodegraven-Reeuwijk	51	66	29	32	51	8	35	13	48
Gouda	51	64	28	35	50	9	34	13	47
Hillegom	52	68	32	31	52	5	39	12	50
Kaag en Braassem	52	68	31	31	60	6	39	13	53
Katwijk	50	65	26	33	47	7	40	18	58
Krimpenerwaard	49	61	26	36	48	7	36	17	53
Leiden	63	68	26	30	59	6	29	12	41
Leiderdorp	55	70	32	28	58	5	38	14	51
Lisse	51	67	30	31	53	6	38	11	49
Nieuwkoop	47	66	27	32	54	5	38	14	51
Noordwijk	53	64	29	34	57	8	36	12	48
Noordwijkerhout	55	67	33	31	55	6	39	11	50
Oegstgeest	61	68	32	31	62	6	30	8	38
Teylingen	58	69	29	29	60	6	35	12	47
Voorschoten	59	76	33	22	57	5	35	10	46
Waddinxveen	47	63	27	36	45	9	39	13	52
Zoeterwoude	61	73	35	26	53	5	37	14	51
Zuidplas	48	60	27	36	52	6	36	13	49

rood = significant ongunstiger dan de andere groep(en) **groen** = significant gunstiger dan de andere groep(en)
 - = geen (vergelijkbare) gegevens

GEOGRAFISCHE CIJFERS BEWEGEN EN OVERGEWICHT 19 T/M 64 JAAR

De waarden die in de tabellen worden weergegeven zijn percentages, tenzij anders aangegeven.



	Voltoet aan de beweegrichtlijnen 2017	Voltoet aan de NNGB	Voltoet aan de fitheidsnorm	Voltoet aan geen van beide normen	21 x per week sporten	Inactief	Matig overgewicht	Eerstig overgewicht (obesitas)	Overgewicht (matig of ernstig)
	%	%	%	%	%	%	%	%	%
Nederland	56	60	20	38	56	7	33	13	46
Hollands Midden	58	63	22	35	59	6	33	13	46
Subregio									
Midden Holland	54	59	21	38	54	7	34	13	47
Zuid Holland Noord	60	64	22	34	60	5	33	12	46
Gemeenten									
Alphen aan den Rijn	55	59	22	39	56	7	36	13	49
Bodegraven-Reeuwijk	57	63	22	35	55	7	34	13	46
Gouda	55	61	22	37	54	8	32	12	44
Hillegom	57	66	26	33	56	4	37	11	48
Kaag en Braassem	57	65	25	34	67	5	38	13	51
Katwijk	54	62	18	35	53	6	38	17	55
Krimpenerwaard	54	57	20	40	54	7	33	17	50
Leiden	67	66	20	32	63	5	27	11	38
Leiderdorp	62	71	26	28	65	3	35	14	49
Lisse	54	64	23	34	59	5	34	11	46
Nieuwkoop	52	63	22	35	60	4	35	14	50
Noordwijk	57	60	22	38	62	7	35	12	46
Noordwijkerhout	58	61	21	35	60	7	37	9	45
Oegstgeest	67	64	25	36	68	5	26	9	35
Teylingen	62	65	22	32	64	6	32	12	44
Voorschoten	69	77	25	22	63	4	33	9	43
Waddinxveen	50	59	19	40	49	9	39	12	51
Zoeterwoude	66	71	28	28	56	5	35	14	49
Zuidplas	51	56	21	41	57	6	34	14	48

rood = significant ongunstiger dan de andere groep(en) **groen** = significant gunstiger dan de andere groep(en)

- = geen (vergelijkbare) gegevens

GEOGRAFISCHE CIJFERS BEWEGEN EN OVERGEWICHT 65+

De waarden die in de tabellen worden weergegeven zijn percentages, tenzij anders aangegeven.



	Voldoet aan de beweegrichtlijnen 2017	Voldoet aan de NINGB	Voldoet aan de fitheidsnorm	Voldoet aan geen van beide normen	≥1x per week sporten	Inactief	Matig overgewicht	Ernstig overgewicht (obesitas)	Overgewicht (matig of ernstig)
	%	%	%	%	%	%	%	%	%
Nederland	37	72	45	26	35	10	42	17	59
Hollands Midden	39	75	50	23	37	9	42	15	58
Subregio									
Midden Holland	36	74	49	24	34	10	41	15	57
Zuid Holland Noord	39	76	50	22	38	9	43	15	58
Gemeenten									
Alphen aan den Rijn	38	76	50	22	35	8	44	16	60
Bodegraven-Reeuwijk	33	75	50	24	37	10	40	15	54
Gouda	38	73	51	25	35	12	39	17	56
Hillegom	41	77	52	22	40	8	43	14	57
Kaag en Braassem	39	78	51	20	41	8	43	16	59
Katwijk	37	73	51	26	27	12	46	22	68
Krimpenerwaard	36	73	46	26	31	10	45	17	62
Leiden	42	76	50	22	38	11	38	16	54
Leiderdorp	35	68	47	30	39	10	45	12	57
Lisse	40	77	50	21	37	8	49	10	59
Nieuwkoop	33	74	43	24	36	7	44	13	57
Noordwijk	42	77	51	22	42	11	40	15	54
Noordwijkerhout	45	82	57	17	40	4	44	18	62
Oegstgeest	45	80	50	18	46	8	40	6	47
Teylingen	46	81	55	18	47	6	45	12	56
Voorschoten	36	74	51	24	42	8	41	13	54
Waddinxveen	37	74	51	24	34	11	40	15	54
Zoeterwoude	43	80	55	19	42	6	42	15	57
Zuidplas	35	76	49	21	36	8	44	12	55

rood = significant ongunstiger dan de andere groep(en) **groen** = significant gunstiger dan de andere groep(en)

- = geen (vergelijkbare) gegevens

Definities gezondheidspeiling 2016

BEWEGING, OVERGEWICHT

voldoet aan beweegrichtlijnen 2017	beweegt minstens 150 minuten per week matig of zwaar intensief en doet minstens twee keer per week spier- en botversterkende activiteiten. Ouderen voldoen aan de richtlijnen als zij daarnaast ook balansoefeningen doen.
voldoet aan NNGB-norm	beweegt 5 of meer dagen per week minstens een half uur per dag matig of zwaar intensief (berekend met behulp van uitgebreide urenbesteding per activiteit). Voor volwassenen tot 55 jaar gelden strengere eisen dan voor 55-plussers
voldoet aan de fitheidsnorm	beweegt minstens drie keer per week minimaal 20 minuten zwaar intensief. Voor volwassenen tot 55 jaar gelden strengere eisen dan voor 55-plussers
≥ 1 dag per week sporten	sport één of meer dagen per week
voldoet aan geen van beide normen	voldoet niet aan de NNGB-norm én niet aan de fitheidsnorm
inactief	voldoet geen enkele dag per week aan de norm van 30 minuten matig intensief bewegen
matig overgewicht	heeft matig overgewicht. Dit is berekend met behulp van de Body Mass Index (BMI) aan de hand van het gewicht en de lengte die hij/zij heeft opgegeven. De waarde van de BMI is tussen 25 kg/m ² en 30 kg/m ²
ernstig overgewicht (obesitas)	heeft ernstig overgewicht (obesitas). Dit is berekend met behulp van de Body Mass Index (BMI) aan de hand van het gewicht en de lengte die hij/zij heeft opgegeven. De waarde van de BMI is 30 kg/m ² of hoger
overgewicht	heeft matig OF ernstig overgewicht (obesitas). Dit is berekend met behulp van de Body Mass Index (BMI) aan de hand van het gewicht en de lengte die hij/zij heeft opgegeven. De waarde van de BMI is 25 kg/m ² of hoger

Definities gezondheidspeiling 2016



ACHTERGROND

gezin	twee partners	woont samen met een partner, zonder kinderen of andere volwassenen
	twee partners en kinderen	woont samen met een partner met één of meerdere kinderen
	eenoudergezin	woont zonder partner of andere volwassene met één of meerdere kinderen
	alleenstaand	woont alleen
	bij ouders	woont bij één of beide ouders
	anders	woont met andere volwassenen samen
burgerlijke staat	gehuwd, samenwonend	is gehuwd of samenwonend
	nooit gehuwd geweest	is nooit gehuwd geweest en woont niet samen
	gescheiden	is gescheiden of leeft gescheiden
	weduwe/weduwenaar	is weduwe of weduwenaar
opleidingsniveau	LO	heeft nooit op school gezeten of alleen de basisschool afgerond
	MAVO, LBO	heeft maximaal lager beroepsonderwijs afgerond (lbo, vmbo, mavo, ivo)
	HAVO, VWO, MBO	heeft maximaal middelbaar beroepsonderwijs, hbs, mms, havo of vwo afgerond
	HBO, WO	heeft hoger beroepsonderwijs of wetenschappelijk onderwijs afgerond
ethniciteit	autochtoon	beide ouders zijn in Nederland geboren (ongeacht geboorteland respondent zelf)
	westers allochtoon	minimaal één ouder is in een westers land geboren en de andere ouder en de respondent zelf niet in een niet-westers land. Westerse herkomstlanden: Europa (m.u.v. Turkije), Noord-Amerika, Oceanië, Japan, Indonesië (met inbegrip van het voormalige Nederlands-Indië)
	niet-westers allochtoon	minimaal één ouder is in een niet-westers land geboren. Niet-westerse herkomstlanden: alle landen behalve Europa (m.u.v. Turkije), Noord-Amerika, Oceanië, Japan, Indonesië (met inbegrip van het voormalige Nederlands-Indië)