



# Een persoonlijke omgeving op JouwGGD.nl

Hebben jongeren van 12 t/m 20 jaar daar behoefte aan?



Samenvatting van een onderzoek onder  
jongeren in opdracht van de GGD

September 2017; project 17.192 - v3

Paul Sikkema

# 1.

## Vooraf

*"Het spreekt me aan dat je er écht iets aan hebt. Je kunt de website echt ergens voor gebruiken."* Citaat van een jongere.

In augustus en september 2017 heeft Qrius, in opdracht van de GGD, een onderzoek gehouden onder een representatieve steekproef van **532** jongeren in de leeftijd van 12 t/m 20 jaar. Het onderzoek gaat over het toevoegen van een 'persoonlijke gezondheidsomgeving' (PGO) aan de website JouwGGD.nl.

Het onderzoek is goed verlopen. De jongeren, die we uitgenodigd hebben, reageerden snel, konden de vragen gemakkelijk invullen en vonden het leuk om mee te werken.

De informatie over de *opzet* en *uitvoering* van het onderzoek is opgenomen in **hoofdstuk 2**, de inleiding (op pagina 3 en verder).

De *resultaten* zijn te vinden in **hoofdstuk 3**, vanaf pagina 6. De opvattingen van jongeren over de nieuwe PGO komen aan bod vanaf pagina 9.

In **hoofdstuk 4** zijn de belangrijkste conclusies en aanbevelingen opgenomen (vanaf pagina 17). De gehanteerde vragenlijst is als bijlage toegevoegd.

### Over Qrius

Het onderzoek is uitgevoerd door Qrius (van het Engelse 'curious'). Wij houden ons bezig met onderzoek & strategie en zijn gespecialiseerd in **kinderen en jongeren** van pakweg 4 t/m 29 jaar. We doen ook projecten onder volwassenen die belangrijk zijn voor jonge doelgroepen, zoals ouders en leraren.

Op basis van de onderzoeken geven we advies aan onze klanten. Ook helpen we ze met het maken van nieuwe producten, diensten, communicatiemiddelen en campagnes en bij het schrijven van marketingplannen. We werken regelmatig samen met ons zusterbedrijf Nowsy (een communicatiebureau voor jonge doelgroepen).

Ons belangrijkste 'eigen' project is een grootschalig onderzoek dat '**Jongeren**', heet. We volgen hiermee de ontwikkelingen onder kinderen en jongeren op de voet, in opdracht van diverse bedrijven en instellingen. Het onderzoek loopt al sinds 1986; de laatste editie is van 2015. In 2017 wordt de 15<sup>e</sup> editie uitgevoerd.

Qrius is lid van de MOA, de branchevereniging van marktonderzoeksbureaus in Nederland. We volgen de richtlijnen van deze vereniging (bijvoorbeeld over de omgang met respondenten, privacy en databeheer); alles met het oog op een zo professioneel mogelijke bedrijfsvoering.

*De foto op de voorpagina is afkomstig uit het fotoarchief van Qrius.*

# 2.

## Inleiding

### Introductie

**Jongeren** vormen een belangrijke doelgroep voor de diverse GGD'en in Nederland. Ze maken (zeker tijdens hun middelbare schooltijd) een sterke ontwikkeling door, zowel fysiek als geestelijk. Die ontwikkeling is nodig om op eigen benen te kunnen staan. Ze proberen verschillende rollen uit, verkennen hun grenzen en ontwikkelen zich tot volwassen mensen met een eigen identiteit.

Jongeren ervaren niet alleen dat ze zelf veranderen. Ze komen ook in nieuwe situaties (ze gaan uit, ze gaan zelf op vakantie, ze gaan auto rijden) en ze komen in aanraking met middelen zoals sigaretten, alcohol en drugs; middelen waarvan ze moeten bepalen of ze die toestaan in hun leven of niet (en in welke mate). Jongeren krijgen in deze periode ook relaties en ze beginnen met seks; sommige jongeren worden ook al vader of moeder.

Het is dan ook volstrekt logisch dat de GGD'en in 2014 een informatieve website voor jongeren van pakweg 12 t/m 23 jaar hebben gelanceerd: **JouwGGD.nl**. De GGD van Amsterdam heeft hierbij een leidende rol gespeeld.

De site is inmiddels uitgegroeid tot een platform dat interactief is, ook gebruik maakt van sociale media zoals Facebook en Instagram en voortdurend in ontwikkeling is. Het platform wordt door jongeren positief gewaardeerd.

Op dit moment overweegt GGD Amsterdam, als ontwikkelaar en eigenaar van JouvGGD.nl, om een 'persoonlijke gezondheidsomgeving' aan de website toe te voegen, ofwel een **PGO**. Ze wil hiervoor een proef opstarten met GGD West Brabant.

Het is een eigen omgeving voor een jongere, over zijn of haar gezondheid en leefstijl. Een jongere komt erin via een inlog. Hij of zij is de enige die in die omgeving kan kijken; andere mensen kunnen dat niet. Dit nieuwe gedeelte van de website biedt drie dingen (hieronder geformuleerd in de vorm van een 'propositie'):

1. Hulpmiddelen als je iets wil bereiken of als er iets met je is.  
Denk aan apps en online trainingen. Bijvoorbeeld als je fitter wil worden of last hebt van hooikoorts. Als er echt iets serieus is, word je (als je dat wilt) doorverwezen naar je eigen dokter of een andere deskundige.
2. Bewaren van persoonlijke informatie.  
Je kunt informatie en gegevens over jezelf opslaan. Bijvoorbeeld over je lengte, je gewicht of over je eigen gezondheid. Zo heb je alles bij elkaar.
3. Jezelf beter leren kennen.  
Je hebt inzage in de informatie die sinds jouw geboorte over jouw gezondheid en leefstijl is vastgelegd (digitaal). Bijvoorbeeld door het consultatiebureau en de GGD. *Deze functionaliteit is misschien niet vanaf het begin beschikbaar.*

Jongeren kunnen op deze manier meer de **regie** over hun eigen gezondheid in handen krijgen.

De jongerenadviseurs van JouwGGD.nl hebben feedback op de eerste plannen gegeven (tijdens een brainstormsessie). Ook heeft GGD Amsterdam een voorlopige subsidieaanvraag voor het project ingediend bij ZonMW. Om de aanvraag beter te onderbouwen heeft GGD Amsterdam ons gevraagd om een 'nulmeting PGO' uit te voeren.

Dat deden we uiteraard graag! In dit rapport vatten we de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek over de nieuwe PGO samen. Maar eerst gaan we kort in op de wijze waarop we het onderzoek hebben uitgevoerd.

**Doel van het onderzoek**

Het doel van het onderzoek was als volgt:

*In kaart brengen in hoeverre jongeren van 12 t/m 20 jaar in Nederland behoefte hebben aan een PGO op de site JouwGGD.nl; en hoe die er dan globaal uit zou moeten zien.*

**Uitvoering van het onderzoek**

Het onderzoek is gehouden onder een zo representatief mogelijke steekproef van **532** jongeren van 12 t/m 20 jaar.

De jongeren zijn afkomstig uit een onderzoekspanel van één van de partners waar wij nauw mee samenwerken. Ze hebben de uitnodiging per mail ontvangen en konden de vragenlijst via internet invullen. Dat kon op verschillende devices; de geavanceerde software past de vragenlijst daar automatisch op aan.

We hebben als uitgangspunt genomen dat alle deelnemende jongeren minimaal op de middelbare school moesten zitten. Kinderen van 12 jaar, die in het afgelopen jaar op de basisschool zaten, hebben we dus niet meegenomen. Dat betekent in de praktijk dat alle respondenten er al minimaal een jaar middelbare school op hadden zitten.

Onderzoekperiode

Het onderzoek is op dinsdag 29 augustus 2017 van start gegaan (het was toen nog zomervakantie in een deel van Nederland) en op maandag 4 september afgerond. Het is dus snel verlopen.

Blauwdruk

Het is belangrijk om te vermelden dat we voor de steekproef een fijnmazige blauwdruk hebben gehanteerd. We hebben de steekproef in 12 segmenten verdeeld, op basis van leeftijd, geslacht en opleidingsniveau. Die moesten allemaal gevuld worden conform hun omvang in de populatie. Hierdoor zijn ook lastige segmenten zoals 'laag opgeleide jongens' goed in het onderzoek vertegenwoordigd. *Segmenten die misschien niet per se enthousiast zijn over een PGO, maar die er wel veel baat bij zouden kunnen hebben.*

Er is ook een goede spreiding over het land. Na afloop van het veldwerk zijn de verzamelde data gecontroleerd en vergeleken met de populatiecijfers. De steekproef zag er goed uit en de data zijn niet gewogen.

#### Vragenlijst; testen onder de doelgroep

Er is veel tijd besteed aan het ontwikkelen van een goede, laagdrempelige vragenlijst; samen met de GGD. We wilden in de vragenlijst niet alleen de eerste ideeën voor de PGO voorleggen, maar jongeren ook in de gelegenheid stellen om met eigen ideeën te komen. De vragenlijst bevatte dan ook behoorlijk wat open vragen, die de jongeren in hun eigen woorden in konden vullen.

Er is ook veel aandacht besteed aan het goed omschrijven van de PGO, van de eerste inhoudelijke ideeën en van de al of niet gewenste functionaliteiten.

Toen de vragenlijst klaar was, hebben we die door enkele jongeren uit de doelgroep in laten vullen, om te zien of ze de vragen begrepen en of het onderzoek datgene op zou leveren wat we graag wilden weten. Dat heeft tot een aantal aanpassingen geleid. Ook tijdens de eerste dag van het veldwerk hebben we nog getest, maar dan grootschalig (tijdens de zogenaamde 'soft launch'). *De vragenlijst is opgenomen als bijlage.*

#### Introductie

Het onderzoek is zo neutraal mogelijk bij de respondenten geïntroduceerd:

*"Dit onderzoek gaat over een nieuwe website voor jongeren van 12 t/m 20 jaar. We willen graag weten wat jullie van deze website vinden en of jullie er zelf ook nog ideeën over hebben."*

### **Over de rapportage**

Op de volgende pagina's vatten we de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek samen. Dat doen we door middel van percentages en gemiddelden (in het geval van gesloten vragen) en door middel van een selectie uit de antwoorden op open vragen.

Deze antwoorden nemen we letterlijk over, als citaat. Het zijn unieke antwoorden die gekozen zijn omdat ze in onze ogen relevant zijn en een bijdrage leveren aan het beeld dat van de respondenten ontstaat.

In de meeste gevallen gaat het om antwoorden die vaker dan één keer voorkomen (en in die zin typerend zijn) of die een waardevolle suggestie bevatten.

Op de percentages zijn betrouwbaarheidsmarges van toepassing. Dat wil zeggen dat de percentages in de hele populatie iets af kunnen wijken van de percentages die we in deze steekproef gevonden hebben: ze kunnen iets hoger of iets lager zijn. Dit is praktisch gezien vooral van belang als onderzoeken met elkaar vergeleken worden of als er 'projecties' worden gemaakt (omrekeningen naar absolute aantallen in een populatie).

# 3.

## De resultaten

### Over de doelgroep

Van de ondervraagde jongeren is 50% man en 50% vrouw. De meeste jongeren zitten nog op de middelbare school: 67% (twee derde van de steekproef). De rest is student: 19% zit op een mbo, 7% op een hbo en 5% op een universiteit. 2% doet iets anders, zoals een tussenjaar.

### Gezondheid

Aan het begin van het onderzoek hebben we een aantal algemene vragen gesteld over het onderwerp '**gezondheid**'. We hebben die vragen, in overleg met de GGD, als volgt geïntroduceerd:

*'Gezondheid' gaat over of je je **fit** voelt, over hoe je in je vel zit, of je je **prettig** voelt.*

*Het gaat over je lichaam en over je hoofd/geest.*

*Sommige jongeren besteden veel aandacht aan hun gezondheid. Bijvoorbeeld door veel te bewegen, te letten op wat ze eten en drinken en voldoende te slapen. Andere jongeren zijn daar minder mee bezig.*

Daarna kwam de vraag: *Hoeveel aandacht besteed **jij** aan je gezondheid?*

Daarop is als volgt geantwoord:

|                                 | Allen | Meisjes/<br>vrouwen | Jongens/<br>mannen | 12-14 jaar | 15-20 jaar |
|---------------------------------|-------|---------------------|--------------------|------------|------------|
| Veel aandacht                   | 27%   | 29%                 | 25%                | 20%        | 31%        |
| Niet veel, maar ook niet weinig | 56%   | 53%                 | 58%                | 58%        | 55%        |
| Weinig aandacht                 | 10%   | 11%                 | 10%                | 15%        | 8%         |
| Dat wisselt                     | 7%    | 7%                  | 7%                 | 7%         | 7%         |

Er zit weinig verschil tussen mannen en vrouwen; de jongste leeftijdsgroep (12 t/m 14 jaar) is er gemiddeld wel wat minder mee bezig dan oudere leeftijdsgroepen.

Degenen, die er veel aandacht aan besteden, zeggen daarover onder meer:

- *"Het is belangrijk voor mijn gewicht maar ook voor mijn algehele gezondheid."*
- *"Fit zijn is één van de belangrijkste dingen van een leuk leven."*
- *"Ik hou ervan om sportief te zijn."*
- *"Ik sport graag en zie er graag goed uit."*
- *"Ik vind het belangrijk dat ik goed kan functioneren."*
- *"Je gezondheid moet je goed onderhouden, het heeft ook invloed op je stemming."*

En de tussencategorie:

- *"Ik ben er niet overdreven veel mee bezig, maar ik wil wel gezond zijn en blijven."*
- *"Ik heb geen tijd om echt veel te sporten, maar ik zorg wel dat ik niet te ongezond eet."*

En degenen, die weinig aandacht aan hun gezondheid besteden:

- *"Het boeit me nul."*
- *"Ik heb er geen tijd voor."*
- *"Ik heb er geen zin in."*
- *"Ik denk er niet zo over na."*
- *"Het is vaak duur en als student gaat het geld dan toch snel ergens anders heen. Thuis bij mijn ouders let ik er veel meer op."*
- *"Ik hou niet van bewegen en gezond eten vind ik niet lekker of is niet haalbaar omdat ik niet degene ben die kookt."*

**83%** van de jongeren werkt aan zijn of haar gezondheid, bijvoorbeeld door:

- Te bewegen: "4 tot 5 keer in de week sporten"; "dansen"; "hardlopen"; "iedere dag 10.000 stappen halen op de stappenteller"; et cetera.
- Te letten op eten en drinken: "bijna alleen water drinken, geen frisdrank"; "ik eet vele groente en fruit"; "ik koop geen ongezonde dingen in de supermarkt"; "weinig suiker"; "ik eet biologisch"; "ik eet veganistisch"; et cetera.
- Genoeg te slapen per nacht; relatief weinig genoemd;
- Niet te roken; ook relatief weinig genoemd, alsof dat inmiddels normaal is.
- Overige dingen: "praten/dingen opschrijven waar ik mee zit"; "op tijd naar de dokter gaan."

De jongeren hebben het bij deze vraag nauwelijks over hun mentale gezondheid. In de rest van het onderzoek merken we dat sommige jongeren daar wel druk mee bezig zijn. Dat blijkt onder meer uit hun antwoorden op open vragen.

17% doet dus niets aan hun gezondheid. Hoog opgeleiden en de leeftijdsgroep van 18 t/m 20 jaar zijn het meest actief. Er zijn tussen jongens en meisjes geen significante verschillen.

**40%** van de jongeren wil meer aandacht aan hun gezondheid gaan besteden; vrouwen en de leeftijdsgroep van 18 t/m 20 jaar zijn hierin oververtegenwoordigd.

|                                     | Allen | Meisjes/<br>vrouwen | Jongens/<br>mannen | 12-14 jaar | 15-20 jaar |
|-------------------------------------|-------|---------------------|--------------------|------------|------------|
| Ja, ik wil er wel meer aan doen     | 40%   | 50%                 | 40%                | 22%        | 48%        |
| Nee, het is wat mij betreft goed zo | 55%   | 44%                 | 66%                | 73%        | 47%        |
| Dat weet ik niet                    | 5%    | 6%                  | 4%                 | 5%         | 5%         |

## Vragen over gezondheid

We wilden van de jongeren ook graag weten of ze wel eens **vragen** over hun gezondheid en hun manier van leven (hun leefstijl) hebben, die ze aan iemand zouden willen stellen.

Als we dat 'open' aan ze vragen, dan zegt **27%** dat ze daar wel eens vragen over hebben. Vrouwen (33%) en de leeftijdsgroep van 18 t/m 20 jaar (39%) zeggen hierop relatief vaak 'ja', mannen (20%) en jongeren van 12 t/m 14 jaar (16%) beduidend minder.

Voorbeelden van vragen zijn:

- "Ben ik gezond?"
- "Ben ik te zwaar?"
- "Eet ik gezond?"
- "Wat is een gezond eetpatroon wat ook lekker is?"
- "Gezonder eten met een klein budget."
- "Hoe volg je een dieet zonder een dieet te volgen?"
- "Hoe slecht is suiker nu echt voor je?"
- "Hoeveel vitamines moet je binnen krijgen per dag?"
- "Meer uitleg over wat er in eten zit."
- "Hoeveel moet ik sporten?"
- "Hoeveel moet ik slapen?"
- "Is het gebruik van elektronica schadelijk?"
- "Over blessures."
- "Kenmerken van kanker herkennen."
- "Tot welke leeftijd kan ik groeien?"
- "Wat zijn goede workouts?"

We kunnen de lijst, in overleg met de GGD, nog uitsplitsen naar subgroepen.

### Geholpen

We hebben een soortgelijke vraag ook nog een keer 'geholpen' gesteld:

*Hieronder zie je een aantal onderwerpen. Wil je per onderwerp aangeven of je daar wel eens vragen over hebt? En zo ja, regelmatig of af en toe?*

De vraag volgt de indeling van JouwGGD.nl en is door ons al eerder in een onderzoek<sup>1</sup> opgenomen. De antwoorden zijn:

|  | Regelmatig | Af en toe | Nooit |
|--|------------|-----------|-------|
| Je <b>gezondheid</b> .<br>Bijvoorbeeld over wat je kunt doen als je ziek bent, maar ook over je gewicht, je gehoor of vaccinaties. | 13%        | 59%       | 28%   |
| Je <b>lichaam</b> .<br>Bijvoorbeeld over veranderingen in de puberteit, je uiterlijk, tatoeages of piercings.                      | 13%        | 53%       | 33%   |

<sup>1</sup> Onderzoek: 'Wat vinden jongeren van JouwGGD.nl?'; voor GGD Amsterdam, december 2015.



|   |     |     |     |
|---|-----|-----|-----|
| <b>Relaties.</b><br>Bijvoorbeeld over vrienden, ruzie, een scheiding of kindermishandeling.                                       | 13% | 48% | 39% |
| <b>Seks.</b><br>Bijvoorbeeld over anticonceptie, veilig vrijen, zwangerschap of soa's.  | 8%  | 43% | 49% |
| <b>Alcohol, roken en drugs.</b><br>Bijvoorbeeld over de effecten van alcohol, over roken, blowen, pillen, e-sigaret of waterpijp. | 9%  | 34% | 57% |
| <b>Je gevoel.</b><br>Bijvoorbeeld over wat je kunt doen als je je rot voelt, eetproblemen hebt of aan zelfdoding denkt.           | 16% | 45% | 39% |

Er zijn weinig verschillen tussen de subgroepen. Vrouwen hebben wel meer vragen over hun lichaam en hun gevoel.

**JouwGGD.nl** We hebben ook een afbeelding van JouwGGD.nl laten zien en gevraagd of de jongeren de site kennen en wel eens bezoeken.

- 34% van alle jongeren kent de site; 66% heeft er nog nooit van gehoord.
- 7% bezoekt de site wel eens of heeft de site wel eens bezocht.

Dat laatste lijkt misschien een relatief laag percentage, maar het gaat toch om meer dan 100.000 jongeren. We moeten hierbij ook bedenken dat de GGD nog niet zo lang actief is met de site en nog bezig is om het bereik verder op te bouwen.

**PGO: eerste ideeën** Na deze inleidende vragen hebben we het idee van een PGO geïntroduceerd. Dat gebeurde via de volgende uitleg:

*Op de site JouwGGD.nl staat informatie voor jongeren over de onderwerpen gezondheid en leefstijl.*

*De GGD denkt erover om een **nieuw onderdeel** aan deze website toe te voegen.*

*Het is een eigen, **persoonlijke** omgeving voor jou, over **jouw gezondheid** en **leefstijl**.*

*Je komt erin via een inlog. Jij bent de **enige** die in jouw omgeving kan kijken; andere mensen kunnen dat niet.*

De eerste vraag was vervolgens:

*Hieronder zie je ideeën over wat er op dat nieuwe deel van JouwGGD.nl gezet kan worden. Allemaal over gezondheid en leefstijl. Welke zijn voor jou interessant?*

De uitkomsten zijn als volgt:

|  | Heel interessant | Gewoon interessant | Niet interessant |
|--|------------------|--------------------|------------------|
| Er komen korte <b>vragenlijsten</b> op over verschillende onderwerpen. Als je die invult, krijg je inzicht in wat goed gaat en waar je nog aan zou kunnen werken; met een <b>advies</b> voor jou op maat.          | 26%              | 56%                | 19%              |
| Je kunt een <b>persoonlijk plan</b> maken op de website voor als jij iets wil bereiken; met een agenda en alerts (als je dat wil).   | 20%              | 47%                | 33%              |
| Er komen <b>online hulpmiddelen</b> op voor als je iets wil bereiken of verbeteren. Bijvoorbeeld als je wil stoppen met roken, beter wil gaan slapen, je af en toe niet fijn voelt of problemen hebt met relaties. | 26%              | 46%                | 28%              |
| Je kunt <b>informatie</b> opzoeken over verschillende ziektes; wat ze inhouden en wat je eraan kunt doen. Dit is een samenwerking met de site Thuisarts.nl.  | 23%              | 52%                | 25%              |
| Je kunt <b>persoonlijke gegevens</b> vastleggen in een dagboek, zoals je gewicht, de beweging die je gehad hebt of je menstruatiecyclus.   | 17%              | 40%                | 43%              |
| Je kunt <b>vragen</b> aan een dokter of verpleegkundige van de GGD stellen (per mail).   | 26%              | 47%                | 27%              |
| Je kunt een <b>afspraak</b> met een dokter of verpleegkundige van de GGD maken. De afspraak kan digitaal plaatsvinden, via de site, of bij de GGD.   | 16%              | 47%                | 36%              |

We zien dat er veel jongeren zijn die de verschillende ideeën 'heel interessant' of 'gewoon interessant' vinden. Het meeste enthousiasme is er voor de korte vragenlijsten en het advies op maat (81%), het minste voor het vastleggen van persoonlijke gegevens in een dagboek (57%). Een citaat: "Vooral het advies op maat spreekt me erg aan."

**Meisjes** zijn over de hele linie veel enthousiaster dan **jongens**. Veel jongens (50%) zien er bijvoorbeeld helemaal niets in om persoonlijke gegevens vast te leggen in een dagboek; dat is misschien ook wel logisch.

Verder is de leeftijdsgroep van **12 t/m 14 jaar** gemiddeld veel minder enthousiast dan de leeftijdsgroep van **15 t/m 20 jaar**.

## Ideeën van jongeren

We hebben vervolgens gevraagd of jongeren **zelf** ook nog **ideeën** voor zo'n persoonlijke gezondheidsomgeving hebben.

*Wat zou zo'n persoonlijk gedeelte voor jou aantrekkelijk maken?*

*Wat zou je er willen vinden of erop willen zetten?*

*Dingen die jou helpen met je gezondheid en je leefstijl?*

Ze hebben daar natuurlijk niet vooraf over na kunnen denken, maar toch worden er veel ideeën ingevuld. Hieronder vermelden we de meest interessante, waarbij we een splitsing maken tussen ideeën die bij een *persoonlijke gezondheidsomgeving* horen en ideeën die meer *algemeen* (informatief) zijn.

### Met betrekking tot een persoonlijke gezondheidsomgeving

- *"Anoniem vergelijkingsmateriaal hebben voor je gegevens van leeftijdsgenoten, waardoor je kan zien of je afwijkt en waarin je dan afwijkt."*
- *"Een maaltijdplanning." Wanneer je het beste kunt eten? En wat?*
- *"Een beloningsysteem."*
- *"Dat je doelen bij kunt houden lijkt me handig."*
- *"Hulp bij sociale kwesties."*
  
- *"Contact hebben met diëtisten."*
- *"Een chatfunctie met bijvoorbeeld een dokter waar je even je hart kunt luchten."*
- *"Chatten met andere jongeren die dezelfde 'problemen' hebben als jij."*
- *"Een forum waarop mensen hun ervaringen over bepaalde onderwerpen kunnen delen." Dit werkt waarschijnlijk beter in een persoonlijke omgeving, waarin iedereen in ieder geval bij de GGD (of bij het platform) bekend is, dan in een open omgeving.*
- *"Een personal trainer waar je ook contact mee kunt hebben (online, video)."*
  
- *"Een quiz welke sport bij je past."*
- *"Trainingsschema's voor sporten."*
- *"Een lichaamsanalyse voor degenen die twifelen over hun gezondheid. Bijvoorbeeld een bloedcheck en een psychische gesteldheidstest."*
- *"Een uitgebreide test waar diverse psychische stoornissen uit kunnen komen. En dan niet 'het is autisme' en dat je verder dan nog weinig weet."*
- *"Het zou voor gebruikers fijn zijn om dingen op te kunnen schrijven op hun webpagina zonder dat andere mensen het ooit kunnen zien."*
  
- *"Hulp bij depressie."*
- *"Hoe ga je met trauma's om."*
- *"Hoe je gezond in gewicht kunt toenemen."*

- “Hoe je moet omgaan met mensen in je omgeving die ziek zijn of problemen hebben.”
- “Als ik ergens last van heb wil ik het meteen kunnen vragen.”
- “Slaapritmes.”
- “Over huidverzorging.”
- “Ik zou dingen kwijt willen die ik niet zo snel oog in oog tegen iemand zal zeggen.”
- “Informatie over blessures.”
- “Omgaan met stress voor scholieren. Er zijn vooral tips voor mensen die werken.”
- “Over pestgedrag op school, hoe je daar goed op kunt reageren.”
- “Een psycholoog die kan helpen met geestelijke kwesties.”
- “Een stemmingsmeter.”
- “Tips en trucs.”
- “Uitdagingen voor in de sportschool.”
- “Wat je moet doen als je in een slechte omgeving zit.”
- “Hoe ik ervoor sta.”

#### Meer algemeen

- “Alles over puberen.”
- “Dat je bij bepaalde onderwerpen ervaringen van anderen kan lezen (kan ook anoniem).”
- “Een pagina die zich richt op het bestrijden van fabeltjes, met werkende alternatieven.”
- “Ik wil leren om gezonder te eten zodat ik me beter kan verdiepen in mijn huiswerk.”
- “Recepten voor een gezonde snack.”
- “Eenvoudig gezond eten voor een laag budget.”
- “Schadelijkheid van mobiele telefoons.”
- “welke vitamines fruit heeft.”

#### **Belangrijke kenmerken**

Hierna hebben we een aantal mogelijke **kenmerken** van het nieuwe gedeelte van JouwGGD.nl voorgelegd en gevraagd hoe belangrijk die voor de jongeren zijn. Het gaat hierbij meer over randvoorwaarden en functionaliteiten dan over inhoudelijke ideeën.

|   | Heel belangrijk | Gewoon belangrijk | Niet belangrijk |
|---|-----------------|-------------------|-----------------|
| Dat de site goed beveiligd is en dat niemand bij jouw informatie kan. | 77%             | 17%               | 6%              |
| Dat de informatie op de site objectief is.                            | 45%             | 48%               | 7%              |
| Dat de hulpmiddelen en tools praktisch bruikbaar zijn.                | 45%             | 47%               | 8%              |

|  |     |     |     |
|--|-----|-----|-----|
| Dat bewezen is dat de hulpmiddelen en tools echt werken.                           | 49% | 42% | 9%  |
| Dat iedereen de site kan snappen en gebruiken.                                     | 50% | 44% | 6%  |
| Dat de website een positieve uitstraling heeft.                                    | 37% | 53% | 11% |
| Dat je de site goed kunt bekijken op een mobiele telefoon.                         | 46% | 41% | 12% |
| Dat je er informatie in kunt zetten uit apps op je mobiele telefoon of smartwatch. | 26% | 46% | 28% |

Voor de jongeren is een goede beveiliging van de site dus heel erg belangrijk. Dat is logisch, gelet op de informatie die ze erin willen zetten en op de ervaringen van deze generatie met het hacken van gegevens (bewerken van je foto's op sociale media, 'identity theft' en dergelijke).

Veel minder belangrijk is dat er een koppeling komt met gegevens van je mobiele telefoon of smartwatch. Vanuit het oogpunt van veiligheid vormt zo'n koppeling overigens ook altijd een risico.

## Interesse

Hierna hebben we de kenmerken van het nieuwe persoonlijke gedeelte nog eens kort samengevat en aan de jongeren gevraagd:

Hoe **interessant** is dit nieuwe persoonlijke gedeelte van de site *JouwGGD.nl* voor **jou**?

Wat blijkt is dat **53%** van de ondervraagde jongeren het nieuwe PGO (zoals het nu is uitgelegd) 'heel interessant' of 'gewoon interessant' vindt. Maar 13% is van mening dat het gedeelte 'niet zo interessant' of 'helemaal niet interessant' is:

|                           | Allen | Meisjes/<br>vrouwen | Jongens/<br>mannen | 12-14 jaar | 15-20 jaar |
|---------------------------|-------|---------------------|--------------------|------------|------------|
| Heel interessant          | 16%   | 20%                 | 11%                | 10%        | 18%        |
| Gewoon interessant        | 37%   | 41%                 | 34%                | 32%        | 40%        |
| Neutraal                  | 31%   | 27%                 | 35%                | 33%        | 30%        |
| Niet zo interessant       | 9%    | 6%                  | 11%                | 11%        | 7%         |
| Helemaal niet interessant | 4%    | 2%                  | 6%                 | 7%         | 2%         |
| Dat weet ik niet          | 4%    | 5%                  | 3%                 | 6%         | 2%         |

**Vrouwen** vinden het nieuwe gedeelte interessanter dan **mannen** (significant). De leeftijdsgroep van **12 t/m 14 jaar** vindt het minder interessant dan de jongeren van **15 jaar en ouder** (ook significant). Daarbinnen is de leeftijdsgroep van 18 t/m 20 jaar net zo enthousiast als de vrouwen (63% vindt de nieuwe omgeving interessant).

### Wat spreekt de jongeren vooral aan?

We hebben hierna gevraagd wat de jongeren echt aanspreekt. Uit de antwoorden blijkt duidelijk dat er verschillende overwegingen zijn:

- “Dat je je leefstijl kunt **veranderen/verbeteren**.”
- “Het **persoonlijke** ervan”; “dat je bepaalde gegevens over je gezondheid kunt opslaan”; “persoonlijk advies.” Dit laatste wordt relatief veel genoemd.
- “Dat je dingen kan **volgen** en kan zien of je je **doel** bereikt hebt.”
- “Dat je **anoniem** bent voor anderen.”
- **Overzicht**: “Dat ik dingen over een langere periode kan terugzien en dingen nog eens terug kan kijken”; “alles in één en een duidelijke plek om naartoe te gaan zonder elke keer een afspraak te hoeven maken met de huisarts”; “dat je één overzichtelijk en persoonlijk platform hebt waar je terecht kunt voor al je fysieke, maar vooral ook voor je mentale problemen”; “je kunt zelf zien of je er op vooruit of achteruit gaat en wat je hieraan kunt doen.”
- “Omdat je er **vragen** kunt stellen die je liever niet met je ouders bespreekt.”
- “Dat je **betrouwbare informatie** kunt vinden over je gezondheid.”
- “Dat je geholpen kunt worden **zonder** daar veel **kosten** voor te maken of heel het internet af moet zoeken om aan betrouwbare informatie te komen.”
- “Dat je **er echt iets aan hebt**. Je kunt de website echt ergens voor gebruiken”; “de **hulpmiddelen**”; “dat je iets aan een gezondheidsprobleem kunt **doen**.”
- “**Alles** spreekt me aan.”

Sommige jongeren zeggen ook dat de vormgeving, kleuren en uitstraling van JouwGGD.nl ze aanspreekt.

### Wat spreekt ze minder aan?

We hebben ook gevraagd wat de jongeren minder aanspreekt, maar er komen weinig tegenwerpingen naar voren. Het belangrijkste punt van zorg zijn de **anonimiteit** en de **bescherming** van de gegevens:

- “Het is niet zo fijn dat al je gezondheidsgegevens online staan.”
- “Het zal waarschijnlijk wel weer aan allerlei instanties doorgegeven worden.”

Verder wordt gezegd:

- “Ik vind dat ik het niet nodig heb.”
- “Ik bespreek dingen liever met mijn vriendinnen of zus of moeder.”
- “Dat het gedoe is.”
- “Dat je veel dingen in moet vullen en alles bij moet houden.”
- “Dat alles waarschijnlijk gebaseerd wordt op gemiddeldes.”
- “Te veel informatie.”
- “Te veel tekst.”

### Algemene opmerkingen

Er zijn ook algemene opmerkingen gemaakt:

- “Het doet me denken aan Samsung Health.”
- “Het (nieuwe gedeelte) moet snel zijn en niet te langdradig.”

## Volgen van activiteiten

Aan het einde van de vragenlijst hebben we nog enkele vragen gesteld over het vastleggen van gegevens over je gezondheid en leefstijl door middel van mobiele devices.

Eerst is gevraagd naar het **bezit** van devices:

|  | Allen | Meisjes/<br>vrouwen | Jongens/<br>mannen | 12-14 jaar | 15-20 jaar |
|--|-------|---------------------|--------------------|------------|------------|
| Smartphone                             | 96%   | 97%                 | 96%                | 97%        | 97%        |
| Smartwatch                             | 5%    | 3%                  | 7%                 | 1%         | 7%         |
| Activity tracker<br>(zoals een Fitbit) | 2%    | 2%                  | 2%                 | 1%         | 4%         |
| Nee, geen van deze                     | 2%    | 2%                  | 3%                 | 3%         | 1%         |

We zien dat vrijwel iedereen een smartphone heeft. Maar weinig respondenten hebben een smartwatch, de bezitters zijn significant vaker mannen. Nog minder jongeren hebben een activity tracker.

Hierna hebben we aan alle jongeren met een device gevraagd of ze wel eens gebruik maken van **apps** die je helpen bij je gezondheid en leefstijl. Met als toelichting:

*Denk aan apps die je beweging vastleggen, of je hartslag, of het geluid op festivals, of je menstruatiecyclus; of die helpen om te stoppen met roken of om minder alcohol te drinken.*

|                | Allen | Meisjes/<br>vrouwen | Jongens/<br>mannen | 12-14 jaar | 15-20 jaar |
|----------------|-------|---------------------|--------------------|------------|------------|
| Ja, regelmatig | 11%   | 13%                 | 8%                 | 5%         | 14%        |
| Ja, af en toe  | 33%   | 37%                 | 28%                | 19%        | 39%        |
| Nee, nooit     | 57%   | 50%                 | 64%                | 76%        | 47%        |

Minder dan de helft van de jongeren maakt dus gebruik van dit soort apps, en dat zijn relatief meer vrouwen. Wat voor apps gebruiken de jongeren? Ook daar hebben we naar gevraagd en dat resulteert in een zeer gevarieerde lijst. Een aantal van de genoemde apps (met alvast excuses voor spelfouten):

- 100 pushups.
- 7 minutes.
- 12 tracks.
- Endomundo.
- Fatsecret.
- Google Fit.
- Hydrocoach.
- Aquawatch.
- Lifesum.
- Mijn eetmeter.

- MyFitnessPal.
- Sleptown.
- GGZ Mindfulness.
- Nike Running.
- Runtastic.
- Runkeeper.
- Pil Remember.
- Apple gezondheidsapp.
- Samsung Health. Vaak genoemd.
- De app van Fit for Free, Basic Fit.
- Strava.
- Stappenteller.
- Sleepcycle.
- WomanLog.

## Slot

Aan het einde van de vragenlijst konden de jongeren nog opmerkingen maken over de onderwerpen die aan bod zijn gekomen of over het onderzoek zelf. Dat was niet verplicht en bovendien hadden ze al volop gelegenheid gehad om eigen antwoorden te geven. Toch nog enkele opmerkingen die gemaakt zijn:

- *“Maak de site liefst anoniem, zonder je echte naam maar met een gebruikersnaam bijvoorbeeld.”*
- *“Probeer jongeren niet het idee te geven dat ze ‘anders’ zijn omdat ze niet binnen een bepaald gemiddelde vallen.”*
- *“Het was een zeer duidelijke vragenlijst om in te vullen en ik weet gelijk weer een handige site om op te komen.”*



## 4. Conclusies en aanbevelingen

In augustus en september 2017 heeft Qrius, in opdracht van de GGD, een onderzoek gehouden onder een representatieve steekproef van **532** jongeren in de leeftijd van 12 t/m 20 jaar. Het onderzoek gaat over het toevoegen van een '**persoonlijke gezondheidsomgeving**' (PGO) aan de website JouwGGD.nl.

Het **doel** van het onderzoek was om in kaart te brengen in hoeverre jongeren van 12 t/m 20 jaar in Nederland behoefte hebben aan een PGO op de site JouwGGD.nl; en hoe die er dan globaal uit zou moeten zien.

Wat uit het onderzoek blijkt is dat **53%** van de ondervraagde jongeren de nieuwe PGO (zoals die nu is uitgelegd) 'heel interessant' (16%) of 'gewoon interessant' (37%) vindt. Dat is een hoog percentage.

Wat deze uitkomst nog sterker maakt, is dat de jongeren (bij een open vraag) goed kunnen (en willen) uitleggen wat ze precies aanspreekt. Daar spreekt betrokkenheid uit. Bovendien zijn er maar heel weinig tegenwerpingen.

Er blijken **verschillende** redenen te zijn waarom het ontwikkelen van een persoonlijke omgeving een goed idee is. Sommige jongeren kijken vooral uit naar de mogelijkheid om **persoonlijk advies** te krijgen. Andere jongeren vinden het fijn dat je **overzicht** hebt over je persoonlijke gegevens. Weer andere jongeren zien veel in de hulpmiddelen en zijn blij dat je aan het nieuwe onderdeel echt iets hebt; dat je er iets mee kunt **doen**. Ook hebben jongeren het over de **betrouwbare informatie**.

De belangrijkste bedenking zit op het punt van de **anonimiteit** en de **beveiliging** van hun persoonlijke gegevens. Ook zijn er natuurlijk jongeren die zo'n persoonlijke omgeving te veel gedoe vinden of er geen behoefte aan hebben.

De nieuwe PGO is er nog niet, maar toch kun je merken dat veel jongeren enthousiast zijn. Voor vrouwen geldt dat nog meer dan voor mannen en voor jongeren van 18 t/m 20 jaar meer dan voor jongeren van 12 t/m 14 jaar.

De jongeren hebben een lange lijst met ideeën gegeven over wat er in zo'n persoonlijke gezondheidsomgeving zou moeten worden opgenomen. Het onderzoek heeft dus ook veel informatie opgeleverd die gebruikt kan worden bij het realiseren van de PGO.

Ons advies is om de PGO daadwerkelijk te ontwikkelen, omdat veel jongeren er behoefte aan hebben. Maar we hebben ook een aantal aandachtspunten:

- Het is belangrijk om nog eens goed te kijken naar de **behoeften** van de verschillende subgroepen, ook naar subgroepen die nu minder enthousiast zijn.

En dan met name ook naar de manier waarop hulpmiddelen en informatie aan deze doelgroepen worden aangeboden. Er zijn bijvoorbeeld jongeren die er geen zin in hebben om allerlei informatie bij te houden en in te vullen; kunnen zij op een andere manier bij de persoonlijke omgeving betrokken worden?

*Er moet een pakket aan hulpmiddelen en informatie op staan dat past bij verschillende soorten jongeren. Bij het samenstellen hiervan zou gebruik gemaakt kunnen worden van verschillende persoonlijkheidstypes.*

- Gelijktijdig moet voorkomen worden dat de persoonlijke gezondheidsomgeving een grote vergaarbak wordt van allerlei soorten dingen. Het is belangrijk om **speerpunten** te benoemen die duidelijk aan jongeren kunnen worden uitgelegd en die ook een belangrijke rol kunnen spelen in de voorlichting over de nieuwe omgeving. Het moet een krachtig en onderscheidend instrument worden, omdat er al zo veel op internet is.
- Er moet ook voor gezorgd worden dat jongeren gemotiveerd **blijven** om de persoonlijke gezondheidsomgeving te gebruiken. Anders is die straks gevuld met allerlei informatie die niet meer geactualiseerd wordt.
- Het is belangrijk om de zorgen over **anonimiteit** en **veiligheid** serieus te nemen.
- Tot slot: de GGD moet blijven werken aan de bekendheid en de zichtbaarheid van JouwGGD.nl onder jongeren.

# 5.

## Slot

Op de voorgaande pagina's zijn de resultaten van het onderzoek zo overzichtelijk mogelijk weergegeven. Mochten jullie nog vragen over de uitkomsten of over andere onderwerpen hebben, dan horen wij dat uiteraard graag!

Namens Qrius,

Paul Sikkema

## **Bijlage: de gehanteerde vragenlijst**

Leuk dat je meedoet aan dit onderzoek!

We beginnen met een paar algemene vragen.

### Vraag 1.

Ben je een:

1. Jongen
2. Meisje

### Vraag 2.

Hoe oud ben je?

.. jaar

*Indien jonger dan 12 jaar of ouder dan 20 jaar: einde onderzoek. Dat gaat 'automatisch'.*

### Vraag 3.

Zat je in het afgelopen schooljaar (2016-2017) op school of studeerde je?

1. Ja, ik zat op de basisschool
2. Ja, ik zat op de middelbare school
3. Ja, ik zat op een mbo (ROC)
4. Ja, ik zat op een hbo
5. Ja, ik zat op een universiteit
6. Nee, ik deed iets anders, namelijk: <invullen>

*Indien antwoord 1: einde onderzoek.*

### Vraag 4. Alleen stellen als vraag 3 is 2, anders door met vraag 5.

Op wat voor middelbare school zat jij het afgelopen schooljaar (2016-2017)?

1. Vwo (Atheneum of Gymnasium)
2. Havo
3. Mavo
4. Vmbo - TL
5. Vmbo – GL, KB of BB
6. Praktijkschool
7. Een combinatie, namelijk: <invullen>
8. Anders, namelijk: <invullen>

### Vraag 5. Alleen stellen als vraag 3 is 2 of 3 of 4 of 5. Anders door met vraag 6.

In welke klas of in welk jaar zat jij afgelopen schooljaar (2016-2017)?

1. Klas/jaar 1
2. Klas/jaar 2
3. Klas/jaar 3
4. Klas/jaar 4
5. Klas/jaar 5
6. Klas/jaar 6
7. Anders, namelijk: <invullen>

Vraag 6. Alleen stellen als vraag 3 is 6. Anders door met vraag 7.  
Wat is de **hoogste** opleiding of studie die jij helemaal hebt afgemaakt?

1. De basisschool
2. Vwo (Atheneum of Gymnasium)
3. Havo
4. Mavo
5. Vmbo - TL
6. Vmbo - GL, KB of BB
7. Middelbaar Beroeps Onderwijs (mbo, ROC)
8. Praktijkschool
9. Anders, namelijk: <invullen>

Uitleg.

In dit onderzoek willen we het met jou hebben over het onderwerp '**gezondheid**'.

'Gezondheid' gaat over of je je **fit** voelt, over hoe je in je vel zit, of je je **prettig** voelt.

Het gaat over je lichaam en over je hoofd/geest.

Sommige jongeren besteden veel aandacht aan hun gezondheid. Bijvoorbeeld door veel te bewegen, te letten op wat ze eten en drinken en voldoende te slapen. Andere jongeren zijn daar minder mee bezig.

Vraag 7.

Hoeveel aandacht besteed **jij** aan je gezondheid?

1. Veel aandacht
2. Niet veel, maar ook niet weinig
3. Weinig aandacht
4. Dat wisselt

Vraag 8.

Kun je je antwoord op de vorige vraag kort toelichten?

*Waarom besteed je er veel aandacht aan, of weinig, of ertussen in, of wisselt het?*

(- open vraag -)

Vraag 9.

Doe jij bepaalde dingen voor je gezondheid? Zoals sporten of letten op wat je eet of drinkt.

1. Ja, bijvoorbeeld: <invullen>
2. En: <invullen>
3. En: <invullen>
4. Nee, ik doe er niets aan

Vraag 10.

Wil jij meer aandacht aan je gezondheid besteden, of vind je het goed zo?

1. Ja, ik wil er wel meer aan doen
2. Nee, het is wat mij betreft goed zo
3. Dat weet ik niet

Vraag 11.

Heb jij wel eens **vragen** over je gezondheid en je manier van leven ('leefstijl')? Die je aan iemand zou willen stellen?

*Zo ja, kun je daar een paar voorbeelden van geven?*

1. Ja, bijvoorbeeld over: <invullen>
2. En: <invullen>
3. En: <invullen>
4. Nee, ik heb daar nooit vragen over/weet geen voorbeelden

Vraag 12.

Hieronder zie je een aantal onderwerpen.

Wil je per onderwerp aangeven of je daar wel eens **vragen** over hebt? En zo ja: regelmatig of af en toe?

|  | Regelmatig | Af en toe | Nooit |
|--|------------|-----------|-------|
| 1. Je <b>gezondheid</b> .<br><i>Bijvoorbeeld over wat je kunt doen als je ziek bent, maar ook over je gewicht, je gehoor of vaccinaties.</i> |            |           |       |
| 2. Je <b>lichaam</b> .<br><i>Bijvoorbeeld over veranderingen in de puberteit, je uiterlijk, tatoeages of piercings.</i>                      |            |           |       |
| 3. <b>Relaties</b> .<br><i>Bijvoorbeeld over vrienden, ruzie, een scheiding of kindermishandeling</i>  |            |           |       |
| 4. <b>Seks</b> .<br><i>Bijvoorbeeld over anticonceptie, veilig vrijen, zwangerschap of soa's.</i>  |            |           |       |
| 5. <b>Alcohol, roken en drugs</b> .<br><i>Bijvoorbeeld over de effecten van alcohol, over roken, blowen, pillen, e-sigaret of waterpijp.</i> |            |           |       |
| 6. Je <b>gevoel</b> .<br><i>Bijvoorbeeld over wat je kunt doen als je je rot voelt, eetproblemen hebt of aan zelfdoding denkt.</i>           |            |           |       |

*Deze vraag is ook gesteld in het onderzoek in 2015. De vraag volgt de clustering die ook op [jouwggd.nl](http://jouwggd.nl) is toegepast.*

Vraag 13. Inclusief plaatje.

Ken jij de site **jouwggd.nl**?

1. Ja, die bezoek ik wel eens
2. Ja, die heb ik wel eens bezocht
3. Ja, wel van gehoord, nooit bezocht
4. Nee, nooit van gehoord

Vraag 14. Alleen stellen als vraag 13 is 1, anders door met vraag 15.

Hoe vaak bezoek jij de site **jouwggd.nl**?

1. 1x per maand of vaker
2. Enkele keren per jaar
3. Minder vaak (1x per jaar of minder)

Uitleg.

Op de site **jouwggd.nl** staat informatie voor jongeren over de onderwerpen gezondheid en leefstijl.

De GGD denkt erover om een **nieuw onderdeel** aan deze website toe te voegen.

Het is een eigen, **persoonlijke** omgeving voor jou, over **jouw gezondheid** en **leefstijl**.

Je komt erin via een inlog. Jij bent de **enige** die in jouw omgeving kan kijken; andere mensen kunnen dat niet.

Vraag 16.

Hieronder zie je **ideeën** over wat er op dat nieuwe deel van **jouwggd.nl** gezet kan worden. Allemaal over gezondheid en leefstijl. Welke zijn voor jou interessant?

|   | Heel interessant | Gewoon Interessant | Niet interessant |
|---|------------------|--------------------|------------------|
| 1. Er komen korte vragenlijsten op over verschillende onderwerpen. Als je die invult, krijg je inzicht in wat goed gaat en waar je nog aan zou kunnen werken; met een <b>advies</b> voor jou op maat.                 |                  |                    |                  |
| 2. Je kunt een <b>persoonlijk plan</b> maken op de website voor als je iets wil bereiken; met een agenda en met alerts (als je dat wil).  |                  |                    |                  |
| 3. Er komen <b>online hulpmiddelen</b> op voor als je iets wil bereiken of verbeteren. Bijvoorbeeld als je wil stoppen met roken, beter wil gaan slapen, je af en toe niet fijn voelt of problemen hebt met relaties. |                  |                    |                  |
| 4. Je kunt <b>informatie</b> opzoeken over verschillende ziektes; wat ze inhouden en wat je eraan kunt doen. Dit is een samenwerking met de site Thuisarts.nl.  |                  |                    |                  |

5. Je kunt **persoonlijke gegevens** vastleggen in een dagboek, zoals je gewicht, de beweging die je gehad hebt of je menstruatiecyclus.
6. Je kunt **vragen** aan een dokter of verpleegkundige van de GGD stellen (per mail).
7. Je kunt een **afspraak** met een dokter of verpleegkundige van de GGD maken (de afspraak kan digitaal plaatsvinden, via de site, of bij de GGD).

Vraag 17.

Heb jij zelf ook nog ideeën?

*Wat zou zo'n persoonlijke gedeelte voor jou aantrekkelijk maken?*

*Wat zou je er willen vinden of erop willen zetten?*

*Dingen die jou helpen met je gezondheid en je leefstijl?*

(- open vraag -)

Vraag 18.

Hier zie je een aantal mogelijke **kenmerken** van dat nieuwe deel van jouwggd.nl. Hoe belangrijk zijn die voor jou?

|   | Heel belangrijk | Gewoon belangrijk | Niet zo belangrijk |
|---|-----------------|-------------------|--------------------|
| 1. Dat de site goed beveiligd is en niemand bij jouw informatie kan.                  |                 |                   |                    |
| 2. Dat de informatie op de site objectief is.   |                 |                   |                    |
| 3. Dat de hulpmiddelen en tools praktisch bruikbaar zijn.                             |                 |                   |                    |
| 4. Dat bewezen is dat de hulpmiddelen en tools echt werken.                           |                 |                   |                    |
| 5. Dat iedereen de site kan snappen en gebruiken.                                     |                 |                   |                    |
| 6. Dat de website een positieve uitstraling heeft.                                    |                 |                   |                    |
| 7. Dat je de site goed kunt bekijken op een mobiele telefoon.                         |                 |                   |                    |
| 8. Dat je er informatie in kunt zetten uit apps op je mobiele telefoon of smartwatch. |                 |                   |                    |



### Uitleg.

Samenvattend. Dit nieuwe gedeelte van de website jouwggd.nl:

- Is dus een **persoonlijk gedeelte** voor jou.
- Het bevat allerlei **hulpmiddelen** als jij iets wil **bereiken** of als er **iets met je is**. Denk aan apps, online trainingen, een persoonlijk plan.
- Ook kun je **informatie** en **gegevens over jezelf** opslaan; bijvoorbeeld over je lengte, je gewicht of over je eigen gezondheid. Zo heb je alles bij elkaar.
- Ook kun je **vragen** stellen en **advies** krijgen.

Verder heb je inzage in de informatie die sinds jouw geboorte over jouw gezondheid en leefstijl is vastgelegd (digitaal). Bijvoorbeeld door het consultatiebureau en de GGD.

### Vraag 19.

Hoe **interessant** is dit nieuwe onderdeel van de site jouwggd.nl voor **jou**?

*Als je denkt aan alles wat we erover hebben verteld?*

1. Heel interessant
2. Gewoon interessant
3. Neutraal
4. Niet zo interessant
5. Helemaal niet interessant
6. Dat weet ik niet

### Vraag 20.

Wat **spreekt jou aan** van dit nieuwe deel van de website?

(- open vraag -)

### Vraag 21.

En wat spreekt jou **minder** aan?

(- open vraag -)

### Vraag 22.

Heb jij een:

1. Smartphone (dat zijn tegenwoordig bijna alle mobiele telefoons)
2. Smartwatch
3. Activity tracker (zoals een Fitbit)
4. Nee, geen van deze

Vraag 23. Alleen stellen als vraag 22 is 1 of 2 of 3, anders door met vraag 25.

Maak jij wel eens gebruik van **apps** die je helpen bij je gezondheid en je leefstijl?

*Denk aan apps die je beweging vastleggen, of je hartslag, of het geluid op festivals, of je menstruatiecyclus; of die helpen om te stoppen met roken of minder alcohol te drinken.*

1. Ja, regelmatig
2. Ja, af en toe
3. Nee, nooit

Vraag 24. Alleen stellen als vraag 23 is 1 of 2, anders door met vraag 25.

Kun jij voorbeelden geven van apps die jij gebruikt, voor je gezondheid en leefstijl?

1. App 1: <invullen>
2. App 2: <invullen>
3. App 3: <invullen>
4. App 4: <invullen>
5. App 5: <invullen>

Vraag 25.

In welke provincie woon je? Klik die aan op de onderstaande kaart.

*Provinciekaart toevoegen.*

Vraag 26.

Dit waren de vragen. Heb je nog opmerkingen of tips?

(- open vraag -)

Heel erg bedankt voor het invullen!