nieuws

91 procent Vlamingen voelt zich gezond

nieuws

Uit een enquête van het weekblad Humo en de nieuwsdienst van de VRT blijkt dat 91 procent van de Vlamingen zich gezond of kerngezond voelt. Toch wil 60 procent van de Vlamingen gezonder gaan leven. Verder zegt 14 procent van de jongeren al eens zelfmoord overwogen te hebben. In totaal werden 1.060 mensen ondervraagd over hun mentale en fysieke conditie.

27 JANUARI 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:06

Lees meer over:
gezondheid

Uit een enquête van het weekblad Humo en de nieuwsdienst van de VRT blijkt dat 91 procent van de Vlamingen zich gezond of kerngezond voelt. Toch wil 60 procent van de Vlamingen gezonder gaan leven. In totaal werden 1.060 mensen ondervraagd over hun mentale en fysieke conditie.
22 procent zegt zich kerngezond te voelen, 69 procent gezond, 8 procent ongezond en één procent erg ongezond. Ondanks het feit dat de grote meerderheid zich gezond voelt, vinden zes op de tien dat ze gezonder moeten gaan leven. Bij wie zich ongezond voelt, loopt dit op tot zeven op de tien.
Wie gezonder wil leven, vindt dat hij of zij meer moet bewegen of sporten (55 procent). Ook gezonder eten of minder snoepen (50 procent) en zich minder druk maken of minder stress oplopen (40 procent) zijn populair als oplossing voor een gezondere levensstijl. Een groot deel van de Vlamingen (28 procent) doet nooit aan sport. 5 procent sport dagelijks, 20 procent enkele keren per week, 17 procent wekelijks, 15 procent enkele keren per maand en 13 procent doet het niet, maar is het wel van plan.
95 procent heeft dan weer een vaste arts. 66 procent zegt "veel vertrouwen" te hebben in artsen in het algemeen. 10 procent van de Vlamingen gaat zelf op zoek naar medische informatie op het internet en gaat daarmee rechtstreeks naar de apotheek. Vooral jongeren hebben meer en meer vertrouwen in de informatie die ze op het internet vinden.

70 procent van de Vlamingen heeft weleens last van spanningen. 27 procent zegt zich wel eens depressief voelen, 7 procent heeft ooit zelfmoord overwogen. Bij de jongeren (18 tot 24 jaar) heeft 14 procent al eens aan zelfmoord gedacht. Het volledige resultaat van de 'Grote Gezondheidsenquête' staat deze week in Humo.

Bron: Belga

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada