

Samenvatting Enquête Elver

elver



Inleiding

In de maanden april t/m juni 2022 heeft een monitor gelopen onder mensen met een verstandelijke beperking binnen vier zorginstellingen: Elver, Estinea, Sius en ZoZijn. Het doel van de monitor was om de leefstijl van mensen met een verstandelijke beperking in kaart te brengen en wat zij nodig hebben om hun leefstijl te verbeteren. De vier zorginstellingen hebben samen met Achterhoek in Beweging een vragenlijst opgesteld waarmee de leefstijl inzichtelijk kan worden gemaakt. Vanuit Elver hebben 334 cliënten de vragenlijst ingevuld.

In dit document wordt een samenvatting gegeven van de resultaten van Elver in totaal en de vier hoofdlocaties.

De informatie is opgedeeld naar:

- Bewegen en sport
- Voeding, roken en alcohol
- Ontspannen en slaap
- Geluk en verbeteren van de leefstijl

Dit document is onderdeel van een breder pakket aan opgeleverd informatie waaronder de resultaten per woongroep en een vergelijking met de Achterhoek als regio. Het doel van dit document is om samen te vatten wat de belangrijkste bevindingen zijn voor de vier hoofdlocaties van Elver, te weten: Arnhem, Nieuw Wehl, Laag Soeren en de buitenlocaties.

De grafieken waarin de resultaten te vinden zijn, vind je in de andere bijlage. In dit document worden resultaten beschreven in tekst.



Bewegen en Sport

Elver

Meer dan de helft van de bewoners van Elver fietst of wandelt weleens. Ook zwemt ongeveer een kwart. Ongeveer een op de zes bewoners sport niet. Van de mensen die sporten, sport ongeveer de helft meer dan 30 minuten per dag. Zij doen dit meestal (63%) vaker dan 3 keer per week (63%). Ongeveer de helft van de bewoners zegt dan ook niets nodig te hebben om vaker te sporten omdat zij van mening zijn dat zij genoeg sporten. Bewoners die wel graag meer zouden willen sporten, zijn geholpen met een vaste begeleider bij het sporten. Ook zoekt een aantal nog naar welke activiteit bij hen past. Activiteiten die bewoners leuk lijkt zijn zwemmen, fietsen en wandelen. Zij zouden dit graag 1 tot 2 keer per week doen.

Hoofdlocaties

Op de hoofdlocaties zien we een vergelijkbaar beeld. Ook daar zijn zwemmen, fietsen en wandelen populair. In Laag Soeren worden dansen en sport en spel ook opvallend vaak genoemd. In vergelijking met het gemiddelde van alle bewoners bij Elver, sporten Laag Soerense en bewoners van de buitenlocaties veel. 88% tot 95% van de bewoners sport. In Laag Soeren sporten zij wel minder frequent dan het gemiddelde van de bewoners van Elver. Arnhemse en Nieuw Wehlse bewoners sporten minder vaak: ongeveer driekwart sport en een kwart sport niet. Een veel genoemde reden is vervoer en dat er geen goede begeleiding is. Naast zwemmen, fietsen en wandelen, lijkt het Arnhemse bewoners leuk om meer te kunnen doen aan sport en spel.



Voeding, roken en alcohol

Elver

De meeste bewoners vinden dat zij gezond eten (87%) en eten wat de begeleiding kookt (92,5%). Er wordt afwisselend gegeten met groente, fruit, volkorenbrood en zuivel. Ook wordt er elke dag ontbeten, wordt er gegeten aan tafel en op dezelfde tijden (>78%). Ondanks dit gezonde voedingspatroon van de meeste bewoners, kennen zij zelf de 'Schijf van vijf' vaak niet. Qua drinken ziet het beeld er minder gezond uit. Het meest populaire drankje is ranja (70%). Ook melk, koffie en thee wordt vaak gedronken, maar meestal met suiker en/of melk. Slechts een enkeling rookt (2,7%). Ondanks dat dit percentage laag is geldt dat de bewoners die roken dit redelijk stevig doen. Gemiddeld 11 sigaretten per dag. Het gros van de rokers (78%) wil niet stoppen, maar minderen zou al kunnen bijdragen. Alcohol wordt in beperkt mate genuttigd: 2,5 glazen per week door 18% van de bewoners.

Hoofdlocaties

Het beeld van de hoofdlocaties komt in grote lijnen overeen met het totaalbeeld. Wat opvalt is dat Arnhemse bewoners en bewoners van de buitenlocaties gezond eten vaker belangrijk vinden. In Laag Soeren weten opvallend veel bewoners niet of ze gezond eten (82%). Kijken we naar een gezond voedingspatroon dan zien we dat in Arnhem minder ranja wordt gedronken, maar vaker melk en frisdrank. In Nieuw Wehl drinken ze de meeste ranja (79%). Op de buitenlocaties wint koffie en thee zonder melk en suiker het van koffie en thee met melk en suiker. In Laag Soeren wordt opvallend veel koffie en thee met melk en suiker gedronken (94%). Gerookt wordt het meest door bewoners in Arnhem en Nieuw Wehl (13 tot 14 sigaretten per dag). De helft van de Arnhemse bewoners wil best stoppen. In Nieuw Wehl wil geen van de bewoners stoppen. In Laag Soeren rookt 1 cliënt.



Ontspanning en slaap

Elver

De meeste inwoners hebben hobby's. Vooral dans en muziek is populair, maar er wordt een verscheidenheid aan activiteiten genoemd. De meeste bewoners voelen zich goed (73%), hebben energie (70%) en lukt het om te ontspannen (71%).* Ook qua slaap ziet het er 'gezond' uit. Gemiddeld slapen bewoners 8 uur en het merendeel geeft aan dat zij elke dag op dezelfde tijd naar bed gaan (70%) en opstaan (73%). Ruim een op de vijf heeft last van stress (22%).*

Hoofdlocaties

Op alle hoofdlocaties is dans en muziek het populairst. In Arnhem wordt relatief vaak gegamed of gecomputerd en er wordt iets minder vaak geslapen: gemiddeld een krappe 7 uur. Bewoners in Nieuw Wehl zijn de "slaapkoppen", zij slapen gemiddeld 9 uur. Verder valt op dat Laag Soerense bewoners opvallend vaak 'weet niet' invullen. Zo weten zij bijvoorbeeld vaak niet of ze energie hebben, hoe laat ze naar bed gaan en weer opstaan. Een opvallend populaire hobby in Laag Soeren is knutselen, tekenen en schilderen (53%).

** De antwoordopties waren 'ja', 'nee', en 'weet niet'. De meeste bewoners die niet voor 'ja' hebben gekozen, hebben 'weet niet' ingevuld.*



Geluk en gezonde leefstijl

Elver

De meeste bewoners zijn gelukkig (74%) en staan positief in het leven (67%).*

Slechts voor een enkeling geldt dit niet (2%). Ruim de helft geeft aan vrienden en/of vriendinnen te hebben (56%).

Ruim een op de twintig voelt zich eenzaam (7%).

Sport en bewegen wordt door het merendeel gekozen als manier om gezonder te leven (28%). Ruim de helft wil niet gezonder leven, omdat ze het goed vinden zoals het is.

Hoofdlocaties

In vergelijking met het gemiddelde van Elver staan Arnhemmers positiever in het leven (82%), zijn zij vaker gelukkig (82%) en hebben zij meer vrienden (74%). Toch zijn Arnhemmers ook vaker ongelukkig (10%) en voelen zich vaker alleen (13%). Het merendeel van de Arnhemmers wil graag gezonder leven.

Slechts drie op de tien wil dit niet. Bewoners in Nieuw Wehl zijn wat pessimistischer. Ruim de helft staat positief in leven en zes op de tien geven aan gelukkig te zijn. Ruim vier op de tien geven aan vrienden te hebben. Gezonder leven willen de meeste bewoners in Nieuw Wehl niet (61%), omdat ze tevreden zijn met hoe het nu is. Ook hier valt op dat bewoners in Laag Soeren dingen vaak niet weten (88%). Gezonder leven lukt volgens Laag Soerense bewoners vooral wanneer zij andere mensen hebben om dingen mee te doen en wanneer zij zich inzetten om af te vallen.



Het beeld van bewoners van de buitenlocaties komt overeen met het beeld van het totaal van Elver