



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
*Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport*

**Inventarisatie Nederlandse COVID-19
Onderzoeken:
Preventie en Zorg & Brede Maatschappelijke
vraagstukken**

Rapportage nr. 13: update leefstijl

Colofon

© RIVM 2021

Delen uit deze publicatie mogen worden overgenomen op voorwaarde van bronvermelding: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), de titel van de publicatie en het jaar van uitgave.

Publicatiedatum: 12 november 2021

Maartje Harbers (auteur), RIVM
Else Zantinge (auteur), RIVM
Wieke van der Borg (auteur), RIVM
Eric Smit (auteur), RIVM
Carola Schrijvers (projectleiding), RIVM

Contact:
Carola Schrijvers
RIVM Centrum Gezondheid en Maatschappij
carola.schrijvers@rivm.nl

Dit is een uitgave van:
**Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu**
Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven
Nederland
www.rivm.nl

Inhoudsopgave

Kernboodschappen leefstijl van Nederlanders tijdens de coronacrisis — 4

1 Inleiding — 5

2 Methodologie — 7

3 Samenvatting van de resultaten over leefstijl — 9

3.1 Leefstijl van de algemene bevolking — 9

3.1.1 **Sporten en bewegen algemene bevolking — 9**

3.1.2 **Eetgedrag algemene bevolking — 11**

3.1.3 **Alcoholgebruik algemene bevolking — 12**

3.1.4 **Roken algemene bevolking — 13**

3.1.5 **Druggebruik algemene bevolking — 13**

3.1.6 **Seksueel risicogedrag algemene bevolking — 14**

3.2 Leefstijl van specifieke groepen — 14

3.2.1 **Leefstijl van jongeren en jongvolwassenen — 14**

3.2.2 **Leefstijl van ouderen — 16**

3.2.3 **Leefstijl van werkenden en thuiswerkers — 18**

3.2.4 **Leefstijl van mensen met verschillende opleidingsniveaus — 19**

3.2.5 **Leefstijl van overige groepen — 19**

Referenties — 21

Bijlage 1 Tabel 1 Resultaten algemene bevolking — 24

Tabel 1.1 Samenvatting resultaten over leefstijl van de algemene bevolking — 24

Bijlage 2 Tabellen 2.1 t/m 2.8 Resultaten specifieke doelgroepen — 49

Tabel 2.1 Samenvatting resultaten leefstijl bij kinderen en jongeren — 49

Tabel 2.2 Samenvatting resultaten leefstijl bij ouderen — 63

Tabel 2.3 Samenvatting resultaten leefstijl bij werkenden en thuiswerkers — 69

Tabel 2.4 Samenvatting resultaten leefstijl bij mensen met verschillende opleidingsniveaus — 73

Tabel 2.5 Samenvatting resultaten leefstijl bij zwangere vrouwen — 75

Tabel 2.6 Samenvatting resultaten leefstijl bij mensen met een chronische ziekte — 76

Bijlage 3 Methodologie van dit project — 77

Kernboodschappen leefstijl van Nederlanders tijdens de coronacrisis

- Tijdens de 1^e lockdown zijn volwassen Nederlanders minder gaan bewegen dan vóór de coronacrisis. Met het versoepelen van de maatregelen gingen Nederlanders weer meer bewegen, en weer minder tijdens de 2^e lockdown. Na de 2^e lockdown gingen Nederlanders weer meer bewegen. Seizoensinvloeden spelen ook een rol bij de daling in bewegen afgelopen winter.
- Een deel van de volwassen Nederlanders (15%) geeft aan juist meer te zijn gaan bewegen tijdens de coronacrisis.
- De jeugd tot en met 24 jaar is minder gaan bewegen tijdens de coronacrisis. De afname tijdens de 1^e lockdown was vooral zichtbaar bij 5-12 jarigen. Kinderen die al matig bewogen gingen nog minder bewegen tijdens de 1^e lockdown.
- De sportdeelname van de jeugd beweegt mee met het strenger worden dan wel versoepelen van de coronamaatregelen: tijdens de lockdowns werd minder gesport, tijdens de versoepelingen meer. Ook seizoeninvloeden lijken hierbij een rol te spelen.
- Ruim een kwart van de Nederlanders heeft het alcoholgebruik geminderd. In verhouding zijn meer Nederlanders minder gaan drinken dan meer gaan drinken. Vergeleken met andere leeftijdsgroepen zijn naar verhouding meer 18-25 jarigen minder gaan drinken.
- Er zijn in verhouding meer rokers die meer zijn gaan roken dan rokers die minder zijn gaan roken. De rokers die meer zijn gaan roken noemen het ervaren van stress als een belangrijke reden voor deze toename.
- De coronaperiode heeft (tot nu toe) weinig invloed op de gemiddelde BMI van de Nederlandse bevolking. Gedurende het jaar 2020 steeg de gemiddelde BMI niet sterker dan in 2019.
- Uit de gegevens die beschikbaar zijn over de leefstijl van ouderen blijkt dat hun leefstijl op de meeste aspecten niet ongezonder is geworden tijdens de coronacrisis.
- Er zijn nauwelijks gegevens beschikbaar over de leefstijl van specifieke kwetsbare groepen (zoals mensen met een chronische ziekte of een beperking) tijdens de coronacrisis, zodat we geen uitspraken kunnen doen over de ontwikkeling ervan.

1 Inleiding

De crisis rond COVID-19 roept veel (kennis)vragen op bij beleidsmakers. Vragen die op korte termijn beantwoord moeten worden, maar ook vragen voor de langere termijn. De vragen gaan over verschillende terreinen zoals de gevolgen van de crisis voor gezondheid, veiligheid, solidariteit en sociale zekerheid. Naast het RIVM heeft ook ZonMw een programma COVID-19 ingericht waar veel van deze vraagstukken bij elkaar komen en die samen het onderwerp vormen van onderzoeksprojecten.

Op verzoek van het ministerie van VWS bundelt het RIVM de resultaten van onderzoek dat plaatsvindt binnen het ZonMw programma COVID-19 en het gelijknamige RIVM programma in periodieke rapportages. Het gaat om onderzoek op het terrein van preventie, zorg en brede maatschappelijke vraagstukken. We analyseren de resultaten en voorzien deze van duiding en aandachtspunten die bruikbaar zijn bij beleidsvorming en -evaluatie. Op deze wijze ontstaat er een systematisch overzicht van de effecten en de impact van de coronacrisis en van de coronamaatregelen op het dagelijks leven van Nederlanders, met bijzondere aandacht voor specifieke doelgroepen.

Eerdere rapportages

In 2020 verschenen acht rapportages die een samenvatting gaven van de nieuwste inzichten uit door ZonMw gefinancierd onderzoek, aangevuld met enkele overige relevante onderzoeken waaronder die van de RIVM Corona Gedragsunit (RIVM programma COVID-19). In 2021 maken we een samenvatting van de beschikbare informatie per thema (b.v. van het thema leefstijl en het thema mentaal welbevinden). Waar mogelijk voorzien we deze informatie van duiding en aandachtspunten voor beleid. We vatten resultaten samen over de algemene bevolking en per specifieke groep. Eerdere rapportages zijn beschikbaar via: <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/onderzoek/preventie-zorg-maatschappij>.

Vragen die centraal staan in deze rapportage

Sinds de start van de coronacrisis, nu ruim 1,5 jaar geleden, is het leven van vele Nederlanders drastisch veranderd. De crisis en de bijbehorende maatregelen drukken hun stempel op vele aspecten van het dagelijks leven: school, werk, sociale relaties, vrije tijd én zorg. In deze rapportage staat een aantal vragen centraal omtrent de leefstijl (bewegen, voeding en overgewicht, alcoholgebruik, roken, drugsgebruik, seksueel risicogedrag,) van de Nederlandse bevolking:

- Wat weten we uit onderzoek over de effecten van de coronacrisis en coronamaatregelen op de leefstijl van Nederlanders?
- Hoe ontwikkelde de leefstijl zich onder de algemene Nederlandse bevolking gedurende de verschillende fasen van de coronacrisis?
- Welke patronen zien we als het gaat om de leefstijl van groepen die daarbij extra kwetsbaar zijn?

Deze vragen stonden ook centraal in de 10^e rapportage die we in maart van dit jaar uitbrachten (Harbers et al., 2021). In deze 13^e rapportage voegen we de nieuwe onderzoeksgegevens sinds de 10^e rapportage toe.

Leeswijzer

Deze 13^e rapportage gaat specifiek over de effecten van de coronacrisis en coronamaatregelen op de leefstijl van Nederlanders. In hoofdstuk 2 komt de methodologie die is toegepast bij deze rapportage aan de orde. Zie bijlage 3 voor de afbakening van de opdracht en beoordeling van de wetenschappelijke kwaliteit van de in dit project gebruikte studies. Hoofdstuk 3 bevat de resultaten van de geselecteerde studies, uitgesplitst naar studies die gaan over de leefstijl van de algemene Nederlandse bevolking (3.1) en studies over de leefstijl van specifieke groepen (3.2).

2 Methodologie

Deze 13e rapportage is gebaseerd op de doorlopende ZonMw-inventarisatie van relevante Nederlandse COVID-19 onderzoeken binnen het *ZonMw programma COVID-19*. Het betreft publicaties die verschenen zijn vanaf begin maart 2020, de start van de eerste golf van de coronaepidemie in Nederland. Alle publicaties die vóór 11 oktober 2021 door ZonMw waren geïdentificeerd, zijn meegenomen in deze rapportage, aangevuld met enkele andere Nederlandse onderzoeken.

Voor dit rapport zijn resultaten van studies meegenomen die gaan over leefstijl: bewegen, roken, alcoholgebruik, drugsgebruik, seksueel risicogedrag, voeding en overgewicht.

De resultaten van de verschillende studies worden aan de *tijdslijn van de maatregelen voor de bestrijding van COVID-19* gekoppeld. Zie voor de uitgebreide tijdslijn: <https://www.rivm.nl/gedragsonderzoek/tijdslijn-maatregelen-covid>.

Deze tijdslijn comprimeren we tot vijf fases in de bestrijding van COVID-19:

- 1) 1e lock-down, maart-april 2020;
- 2) versoepeling maatregelen, mei-juli 2020;
- 3) steeds verdergaande aanscherping maatregelen, augustus-half december 2020;
- 4) 2^e lock-down: half december 2020 – april 2021.
- 5) versoepeling maatregelen: mei 2021 – september 2021.

Belangrijke kanttekeningen bij het lezen van deze rapportage zijn de volgende:

We zien in de studies diverse uitkomstmaten terug, waardoor het lastig is de resultaten van studies onderling met elkaar te vergelijken. Dit zien we met name bij de verschillende dataverzamelingen over het sport- en beweeggedrag van Nederlanders. De definitie van sport en bewegen verschilt in deze dataverzamelingen en ook de vraagstellingen zijn niet in elke dataverzameling hetzelfde. Er zijn vragenlijsten die ingaan op de vraag 'bent u als gevolg van de pandemie meer of minder gaan bewegen' en vragen zoals 'hoeveel beweegt u nu (of normaliter)'.

Tot nu toe zijn er relatief weinig studies over leefstijl gepubliceerd en verreweg de meeste gaan over sport en beweeggedrag. Resultaten op basis van één studie zullen dan ook met enige voorzichtigheid geïnterpreteerd moeten worden.

Op basis van studies met meerdere meetmomenten (veelal uitgevoerd in de algemene bevolking), zijn er wel conclusies te trekken over verandering in de tijd. Hierbij houden we er rekening mee dat de dataverzameling veelal zelfgerapporteerde gegevens betreft, die mogelijk iets af kunnen wijken van de werkelijke situatie.

In dit project besteden we in het bijzonder aandacht aan groepen die (mogelijk) extra kwetsbaar zijn als het gaat om de gevolgen van de coronacrisis en de coronamaatregelen. Het gaat bijvoorbeeld om mensen met een chronische ziekte en/of een beperking, en mensen met psychische problemen. Voor de meeste groepen is een beperkt aantal studies

uitgevoerd en ontbreekt informatie over leefstijl in de latere fasen van de coronacrisis. De resultaten betreffende specifieke groepen dienen dan ook met de nodige voorzichtigheid te worden geïnterpreteerd.

Op basis van de in deze rapportage beschreven onderzoeken laten we zien hoe een thema als leefstijl zich in de tijd (op verschillende momenten in de coronacrisis) ontwikkelt, door de resultaten van meerdere studies zo goed mogelijk met elkaar te vergelijken. Doordat de studies beschrijvend van aard zijn kunnen we niet het directe effect van de coronacrisis en coronamaatregelen op allerlei aspecten van het dagelijks leven kwantificeren.

3 Samenvatting van de resultaten over leefstijl

In dit hoofdstuk vatten we de resultaten samen van onderzoek over de effecten van de coronacrisis en coronamaatregelen op de leefstijl van Nederlanders. Het gaat daarbij om: bewegen, voeding, overgewicht¹, alcoholgebruik, roken, drugsgebruik en seksueel risicogedrag. In dit hoofdstuk komen de resultaten over de leefstijl van de algemene bevolking (3.1) en specifieke groepen, die mogelijk kwetsbaar zijn als het gaat om de gevolgen van de coronacrisis voor hun leefstijl (3.2) aan bod.

3.1 Leefstijl van de algemene bevolking

In deze paragraaf vatten we de resultaten samen van studies die de verschillende aspecten van leefstijl van de algemene Nederlandse bevolking hebben gemeten. Details over de resultaten per studie zijn te vinden in tabel 1.1 in bijlage 1.

3.1.1 *Sporten en bewegen algemene bevolking*

Sportdeelname beweegt mee met strenger worden dan wel versoepeling van coronamaatregelen

Tijdens de 1^e lockdown in april 2020 sportten of bewogen minder Nederlanders dan vóór de coronacrisis. Naarmate de maatregelen versoepelden, pakten meer mensen het sporten en bewegen weer op. In december 2020 was er weer een daling te zien in het percentage mensen dat sport en beweegt. Deze daling hangt mogelijk niet alleen samen met de 2^e lockdown maar ook met seizoensinvloeden. In een 'normaal' jaar wordt er in de winter minder gesport dan bijvoorbeeld in de lente en in de herfst. Ook in de zomer is er normaal gesproken een lichte daling van het percentage mensen dat sport of beweegt, bijvoorbeeld door vakanties en een zomerstop bij veel verenigingen (NOC*NSF, 2021a).

Uit een internationale studie, uitgevoerd binnen de Europese Unie in de periode oktober/november 2020, blijkt dat ruim een kwart van de Nederlandse respondenten (in de leeftijd van 16-74 jaar) minder is gaan bewegen sinds de coronacrisis (Bailey et al., 2021). Het CBS verzamelde in de periode augustus-december 2020 eveneens gegevens over veranderingen in beweging door coronamaatregelen. Van de 3300 deelnemers (van 12 jaar en ouder) bleek dat 33% minder is gaan bewegen t.o.v. de periode vóór corona (CBS, 2021a).

Volgens het NOC*NSF nam het aantal Nederlanders dat wekelijks sportte in 2020 in totaal met ca. een half miljoen mensen af ten opzichte van 2019 (NOC*NSF, 2021b). Uit maandelijkse metingen van het NOC*NSF onder ongeveer 3.000 respondenten blijkt dat in april 2019 nog bijna 70% van de 5- tot 80-jarigen 4x per maand of vaker sportte (NOC*NSF, 2021a). Tijdens de 1^e lockdown in maart/april 2020 was dit percentage gedaald naar 55% om daarna weer te stijgen tot 65% in oktober 2020. Tijdens de wintermaanden was er, net als in andere jaren, weer een daling zichtbaar, al was deze niet zo sterk als tijdens de 1^e lockdown in maart/april 2020

¹ Overgewicht is strikt genomen geen leefstijl factor, maar de resultante van twee leefstijl factoren: voeding en bewegen.

(NOC*NSF, 2021a). In april 2021 was het percentage respondenten dat 4x per maand of vaker sportte met 54% weer nagenoeg op hetzelfde niveau als in april 2020. Toen er in het voorjaar van 2021 verdere versoepelingen plaatsvonden liep het percentage deelnemers dat wekelijks sportte weer geleidelijk op, tot 60% in juli 2021 (NOC*NSF, 2021a).

In het gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en onder de bevolking van 16 jaar en ouder, zien we een zelfde soort patroon. In april 2020 gaf 53% van de respondenten aan dat zij (veel) minder waren gaan sporten en bewegen dan vóór de coronacrisis (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021b RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a). In de maanden daarna daalde dit percentage tot 28% in september 2020, om vervolgens in de wintermaanden/tijdens de 2^e lockdown weer te stijgen. In de maanden december 2020 t/m februari 2021 gaf 45% tot 48% van de respondenten aan dat zij (veel) minder waren gaan sporten en bewegen. Dit percentage nam gaandeweg de periode van versoepelingen af tot 40% (meting mei 2021). Cijfers uit hetzelfde onderzoek laten zien dat het percentage mensen dat matig intensief beweegt (≥ 30 min), vanaf maart 2021 eveneens langzaam opliep. Waar in maart nog 56% van de deelnemers aangaf minimaal 5 dagen matig intensief te hebben bewogen, was dat 60% in september 2021. Het percentage mensen dat minimaal twee dagen sterk intensief (bijvoorbeeld hardlopen) bewoog liep op van 30% in maart 2021, tot 41% in september 2021 (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a).

Zo'n 15% van Nederlanders is juist meer gaan bewegen tijdens de coronacrisis

Tijdens de coronacrisis gaf ongeveer 15% van de Nederlandse bevolking aan dat ze juist meer gingen bewegen dan daarvoor (Bailey et al., 2021; RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021b; Van den Dool, 2020; Voedingscentrum, 2020; CBS, 2021a). Dit gebeurde relatief veel bij vrouwen, hoger opgeleiden en 25-44 jarigen, terwijl de cijfers voor Nederlanders met een lage en middelbare opleiding, mannen en ouderen (65+) onder het landelijk gemiddelde lagen (Schoemaker & De Boer, 2021). Uit de maandelijkse meting van NOC*NSF blijkt dat hoger opgeleiden ook vóór de coronacrisis al vaker wekelijks sportten ten opzichte van middelbare en lager opgeleiden (NOC*NSF, 2021aa). Ook gezinssamenstelling heeft een aanzienlijke invloed op het beweeggedrag tijdens de coronacrisis. De kans om minder te bewegen was relatief groot voor gezinnen met (jonge) thuiswonende kinderen (Schoemaker & De Boer, 2021).

Percentage Nederlanders dat voldoet aan de beweegrichtlijn volgt strenger worden dan wel versoepeling van coronamaatregelen

Uit een studie van Schoemaker & de Boer (o.a. op basis van data van Lifelines en het gedragsonderzoek van het RIVM) blijkt dat vóór de coronacrisis 46% van de Nederlanders van 25 jaar en ouder voldeed aan de beweegrichtlijn². Tijdens de 1^e lockdown daalde dit percentage naar 29% om vervolgens weer op te lopen tot ruim 40% in de maanden juni t/m november 2020. In december 2020 was het aantal Nederlanders dat

² De beweegrichtlijn is hier gedefinieerd als minimaal 150 minuten matig intensief bewegen per week. Zie voor meer informatie over de beweegrichtlijnen: <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/beweegrichtlijnen>

voldeed aan de beweegrichtlijn weer wat lager (36%) (Schoemaker & De Boer, 2021).

Motivatie sporten en bewegen bleef gelijk in 2020

Het Mulier Instituut vroeg volwassenen in 2011, 2018 en in het najaar van 2020 naar hun motivatie om te sporten en bewegen. Op een schaal van 1-100 steeg de motivatie van 56,3 in 2011 naar 58,9 in 2018. In het najaar van 2020 bleef met een gemiddelde score van 59 de motivatie onder de volwassen bevolking gelijk aan de meting daarvoor (Van den Dool, 2021).

Vooral binnensporters sportten minder in 2020, toename van alleen en ongeorganiseerd sporten

De sluiting van sportvoorzieningen was van grote invloed op de afname van sport- en beweeggedrag. Volgens het NOC*NSF sportten vooral binnensporters minder in 2020; 70% van de Nederlanders die vóór de coronacrisis een binnensport beoefenden zijn minder gaan sporten of helemaal gestopt (NOC*NSF, 2021b). Ook in het Nationaal Sportonderzoek wordt geconcludeerd dat de deelname aan binnensport is afgenomen (Pulles et al., 2021). Sinds de 1^e lockdown steeg het alleen en ongeorganiseerd sporten. In 2020 sportte 43% van de Nederlanders alleen en ongeorganiseerd, dit is een stijging van 7% ten opzichte van 2019. Uit het nationaal Sportonderzoek van het Mulier Instituut blijkt dat vier op de tien Nederlanders nieuwe of andere vormen van sport en bewegen zijn gaan beoefenen. Vijf op de tien sporters heeft het voordeel van thuis sporten ontdekt (Pulles et al., 2021). In 2019 was fitness de meest beoefende sport, in 2020 was dat wandelen (met een groei van ca. 2,5 naar ca. 3,3 miljoen beoefenaars). Het aantal beoefenaars van de zwemsport is in 2020 het meest afgenomen (NOC*NSF, 2021b).

3.1.2

Eetgedrag algemene bevolking

Ruim driekwart is niet anders gaan eten tijdens coronacrisis

Het grootste deel van de Nederlanders is niet anders gaan eten dan normaal vóór de coronacrisis (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a; Voedingscentrum, 2020; CBS, 2021a). Van het deel respondenten dat aangeeft wel anders te zijn gaan eten, zijn zowel in het onderzoek van het RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en als van het Voedingscentrum meer respondenten gezonder dan ongezonder gaan eten. Dit gold vooral naarmate de coronacrisis langer duurde, want in april/mei 2020 was dit in het onderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en nog andersom. De voornaamste reden om gezonder te gaan eten is om de weerstand te verhogen. Daarnaast geven respondenten die gezonder zijn gaan eten aan dat zij ook meer tijd en ruimte hebben om met gezonde voeding bezig te zijn en deze te bereiden. Ruim 4 op de 5 Nederlanders is qua hoeveelheid niet anders gaan eten volgens metingen in april en november 2020. 8% is meer gaan eten en eveneens 8% is minder gaan eten (Voedingscentrum, 2020). Volgens gegevens van het CBS over de periode augustus-december 2020 is echter 20,4% van de personen van 12 jaar of ouder naar eigen zeggen meer ongezonde snacks en tussendoortjes gaan eten door de coronamaatregelen en 10,0% juist minder. Wel zijn ook in dit onderzoek de percentages mensen die meer groente (6,0%) en fruit (9,0%) zijn gaan eten hoger dan de percentages die dit minder zijn gaan doen (respectievelijk 1,8% en 4,4%). De coronamaatregelen lijken echter minder invloed te hebben gehad op het

eten van groente en fruit dan op het eten van ongezonde snacks (CBS, 2021a).

Volgens onderzoek van het Voedingscentrum is tijdens de coronaperiode ongeveer 30% van de Nederlanders meer op hun gewicht gaan letten. Over de periode april-november 2020 is 7% aangekomen of afgevallen maar inmiddels weer op het oude gewicht. 17% is nu zwaarder en 13% is nu minder zwaar (Voedingscentrum, 2020). Dat laatste percentage komt overeen met dat uit een Europees onderzoek uitgevoerd in de periode oktober/november 2020, waarin 13% van de Nederlanders aangeeft gewicht te zijn verloren sinds het begin van de coronacrisis. Het percentage Nederlanders dat aangeeft te zijn aangekomen ligt met 27% een stuk hoger in deze studie (Bailey et al., 2021). Uit deze studie blijkt ook dat zes op de tien Nederlanders denkt dat er een verband bestaat tussen overgewicht en de heftigheid waarmee mensen coronasymptomen ondervinden. 34% denkt dat afvallen zal helpen om de coronasymptomen te verminderen. 42% probeert daadwerkelijk af te vallen, van wie 8% af wil vallen om het risico op ernstige symptomen van COVID-19 te verminderen. Bovendien gaat het bij 29% van de mensen die willen afvallen om het verliezen van gewicht dat ze tijdens de coronacrisis zijn aangekomen (Bailey et al., 2021).

Gemiddelde BMI van Nederlandse bevolking niet extra gestegen in 2020

De coronaperiode heeft (tot nu toe) weinig invloed op de gemiddelde BMI van de Nederlandse bevolking (CBS, 2021b; De Klerk et al., 2021; Lifelines Corona Research, 2021b). In 2020 steeg de gemiddelde BMI niet sterker dan in 2019 (De Klerk et al., 2021). Wel stijgt de gemiddelde BMI sinds 2016 langzaam, ook als rekening wordt gehouden met de stijgende leeftijd. Dit blijkt uit onderzoek onder respondenten van het LISS-panel (De Klerk et al., 2021).

3.1.3 Alcoholgebruik algemene bevolking

Ruim kwart gebruikt minder alcohol sinds april 2020

Uit gegevens van het gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en van begin mei 2021 blijkt dat van de deelnemers (16+) die alcohol drinken, 11% aangeeft (veel) meer te zijn gaan drinken sinds de coronacrisis en dat 28% juist zegt (veel) minder te zijn gaan drinken (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a). Het percentage deelnemers dat (veel) minder alcohol drinkt is in de laatste meetronde waarin dit is nagevraagd (mei 2021) met 10 procentpunt gestegen ten opzichte van de eerste ronde in maart 2020 (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a). Onderzoek van het Voedingscentrum en vragenlijstonderzoek van het CBS laat een vergelijkbaar patroon zien (Voedingscentrum, 2020; CBS, 2021a). In het onderzoek van het CBS (augustus-december 2020) is echter geen vergelijking met het begin van de coronacrisis gemaakt (CBS, 2021a). Het percentage respondenten dat in het gedragsonderzoek van het RIVM aangeeft meer te zijn gaan drinken tijdens de coronacrisis (11%) komt overeen met dat uit een Europese studie (12%) gemeten in oktober/november (Bailey et al., 2021). Het percentage Nederlanders dat in deze studie aangeeft minder alcohol te zijn gaan drinken (8%) ligt echter een stuk lager dan blijkt uit het gedragsonderzoek van het RIVM en de onderzoeken van het Voedingscentrum en het CBS. Uit de Europese studie blijkt bovendien dat maar een klein deel (5%) van de Nederlanders denkt dat het opgeven van

alcohol zal helpen om coronasymptomen te verminderen (Bailey et al., 2021). Tot slot lijkt het aandeel mensen dat overmatig alcohol gebruikt niet te zijn veranderd sinds de coronacrisis (CBS, 2021b).

3.1.4 **Roken algemene bevolking**

Rokers zijn vaker meer gaan roken dan minder tijdens de coronacrisis

Het gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en laat zien dat in de meting van begin mei 2021, 28% van de rokers aangeeft (veel) meer te zijn gaan roken dan vóór de coronacrisis. Ongeveer 19% geeft aan (veel) minder te roken. Het percentage dat meer is gaan roken is redelijk constant gebleven sinds begin mei 2020, terwijl het percentage dat aangeeft minder te zijn gaan roken sinds najaar 2020 iets gestegen lijkt te zijn (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a). Deze resultaten zijn vergelijkbaar met een studie van Bommelé & Willemsen. Daaruit blijkt dat 24% meer is gaan roken tijdens de 2^e lockdown. Daar tegen over staat dat 16% juist minder is gaan roken (Bommelé & Willemsen, 2021). In deze studie geeft ruim een kwart van de rokers aan dat zij meer zijn gaan roken door een toename van stress veroorzaakt door de coronacrisis. Uit gegevens van het CBS, over de periode augustus-december 2020, blijkt dat het aandeel rokers dat meer is gaan roken door de coronamaatregelen (19,5%) groter is dan het aandeel rokers dat minder is gaan roken (9,2%) (CBS, 2021a). Naast cijfers over in hoeverre rokers meer of minder zijn gaan roken door de coronacrisis heeft het CBS ook kwartaalcijfers over het totale percentage rokers. Hieruit blijkt dat de coronacrisis vooralsnog geen duidelijk effect heeft gehad op het percentage rokers (CBS, 2021b).

Het aandeel rokers dat het moeilijk vindt om te stoppen is kleiner geworden: in mei 2020 vond 25% het moeilijk te stoppen met roken ten opzichte van 18% in december 2020 (Bommelé & Willemsen, 2021). Uit Europees onderzoek van Ipsos blijkt dat 2% van de Nederlanders gestart is met roken en 3% juist gestopt met roken sinds de start van de coronacrisis (Bailey et al., 2021).

3.1.5 **Druggebruik algemene bevolking**

Evenveel cannabisgebruik door corona, gebruik andere drugs tweede helft 2020 gedaald

Volgens gegevens van het CBS over de periode augustus-december 2020 weegt het percentage cannabisgebruikers (15 jaar of ouder) dat door de coronamaatregelen meer is gaan blowen (24,6%) ongeveer op tegen het percentage dat minder is gaan blowen (17,6%) of is gestopt (4,3%). Het gebruik van andere drugs daalde volgens het onderzoek van het CBS sterk: 11,4% gebruikte meer, 35,8% gebruikte minder en 4,3% is gestopt door de coronamaatregelen. Er zijn voor dit onderzoek alleen cijfers over 2020 waardoor een vergelijking met eerdere jaren niet mogelijk is. Wel is er specifiek gevraagd naar veranderingen in gebruik door de coronamaatregelen (CBS, 2021a). Volgens onderzoek van het Trimbos-instituut aan het begin van de coronacrisis (14 tot 28 april 2020) gebruikte 41% van de cannabisgebruikers vaker cannabis. Er zijn meer (bijna) dagelijkse gebruikers en ook het gemiddeld aantal joints op een dag dat iemand gebruikt (gebruiksdag) is gestegen (Vercoulen et al., 2020). Meest genoemde redenen om vaker te gebruiken waren verveling, stress, de mentale gezondheid, eenzaamheid, minder feestjes en minder zien van vrienden. 6,6% gebruikte in dit onderzoek minder vaak met als meest

genoemde redenen minder zien van vrienden en de mentale gezondheid. Mede door gerichte werving is de steekproef van het Trimbos-onderzoek niet representatief voor de gemiddelde Nederlandse cannabisgebruiker. Daarom moeten deze resultaten als verkennend worden beschouwd (Vercoulen et al., 2020).

3.1.6 **Seksueel risicogedrag algemene bevolking** **Geen grote veranderingen in seksueel risicogedrag van volwassenen**

Wat betreft seksueel risicogedrag van volwassenen zien we geen grote verschillen tussen 2019 en 2020. Daarbij gaat het om gedrag dat leidt tot risico's op een onbedoelde zwangerschap of soa's/hiv, zoals geslachtsgemeenschap hebben met een losse partner zonder condoomgebruik (de Graaf, 2020; Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM Rutgers en Soa Aids Nederland, 2021).

3.2 **Leefstijl van specifieke groepen**

In deze paragraaf vatten we de resultaten samen van studies die op meerdere momenten in de tijd de leefstijl van specifieke groepen hebben onderzocht. Details over de resultaten zijn te vinden in bijlage 2 (tabellen 2.1 t/m 2.8).

3.2.1 **Leefstijl van jongeren en jongvolwassenen**

Afname in bewegen bij kinderen en jongeren door coronacrisis

Bij kinderen is een afname in sportdeelname en bewegen te zien tijdens de 1^e lockdown (Slot-Heijs et al., 2020) en tijdens de versoepelingen die daarop volgden (Ten Velde et al., 2021). De afname in bewegen is vooral zichtbaar bij de schoolgaande jeugd (5-18 jaar) en in het bijzonder bij kinderen in de basisschoolleeftijd (5-12 jaar). Het zijn vooral de kinderen die al matig bewogen die door de crisis nog minder zijn gaan bewegen (Slot-Heijs et al., 2020).

Ook jongeren (16-24 jaar) rapporteren in het landelijke gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en een afname in bewegen: in alle fases van de coronacrisis is het percentage jongeren dat minder is gaan sporten en bewegen dan vóór de coronacrisis hoger dan het percentage jongeren dat meer is gaan bewegen (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a). Ook op basis van landelijk onderzoek van het CBS in de tweede helft van 2020 blijkt dat het aandeel jongvolwassenen dat aangeeft dat zij minder zijn gaan bewegen door de coronamaatregelen hoger is dan het aandeel dat meer is gaan bewegen (CBS, 2021). Dit beeld wordt bevestigd door onderzoek onder jongeren in Noord- en Oost-Gelderland (GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020c). Kwartaalcijfers van het CBS laten bij kinderen en jongeren (4-17 jaar) geen verschillen tussen 2019 en 2020 zien in het percentage dat voldoet aan de Beweegrichtlijnen (Duijvestijn, 2021). Mogelijke verklaringen voor de afname van bewegen zijn onder ander het wegvallen van veel (sport)activiteiten, reistijd naar school en werk en toegenomen schermgebruik.

Sportdeelname jeugd beweegt mee met strenger worden dan wel versoepeling van coronamaatregelen

Niet alleen bewegen in algemene zin, maar ook specifiek de sportdeelname van schoolgaande jongeren (t/m 18 jaar) is tijdens de 1^e en

2^e lockdown fors gedaald (NOC*NSF, 2021a). Vooral onder de jeugd in de basisschoolleeftijd (5 t/m 12 jaar) was een forse dip te zien tijdens de 1^e lockdown doordat kinderen veel minder deelnamen aan georganiseerde beweegactiviteiten zoals gymles op school, zwemles en sporten bij een sportclub (Slot-Heijs et al., 2020). In de daarop volgende periode van versoepelingen nam de sportdeelname weer toe (NOC*NSF, 2021a). Daarnaast blijkt dat het percentage kinderen (5-12 jaar) dat wekelijks sport over heel 2020 genomen lager was dan in 2019 (NOC-NSF, 2021). Kwartaalcijfers van het CBS van 2019 en 2020 laten echter geen verschillen in wekelijkse sportdeelname tussen beide jaren zien bij kinderen en jongeren van 4-17 jaar (Duijvestijn, 2021). Seizoensinvloeden en het feit dat veel sporten een zomer- en winterstop hebben spelen bij deze veranderingen waarschijnlijk ook een rol. In een 'normaal' jaar wordt er in de lente en de herfst het meest gesport.

Jongeren eten ongezonder tijdens de coronacrisis

In onderzoek van het CBS naar veranderingen in voedselconsumptie door de coronamaatregelen (augustus-december 2020), melden meer jongeren en jongvolwassenen van 12-25 jaar een toename dan een afname van de consumptie van ongezonde snacks (CBS, 2021a). In de groente- en fruitconsumptie veranderde bij een meerderheid van de jongeren en jongvolwassenen niets. Uit het landelijke gedragsonderzoek van het RIVM en de GGD-en blijkt dat het percentage jongeren (16-24 jaar) dat naar eigen zeggen ongezonder is gaan eten tijdens de coronacrisis in elke ronde hoger is dan het percentage dat gezonder is gaan eten. Wel schommelt het percentage dat ongezonder is gaan eten, met de ongunstigste uitschieters tijdens de 1^e en 2^e lockdown (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a). Het percentage dat juist gezonder is gaan eten schommelt ook, met dieptepunten tijdens de beide lockdowns.

Uit gegevens uit Noord-Nederland blijkt dat de BMI van jongeren en jongvolwassenen van 18-30 jaar tussen maart 2020 en de zomer van 2021 stabiel is gebleven (gemiddeld net boven de 24) (Lifelines Corona Research, 2021a). De Leefstijlmonitor laat kleine verschillen in overgewicht tussen 2019 en 2020 zien, waarbij de cijfers van 2020 net iets ongunstiger lijken te zijn (Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021b).

Jongeren zijn minder alcohol gaan drinken tijdens de coronacrisis

In onderzoek van het CBS uit de tweede helft van 2020 geeft ruim één derde van de jongeren en jongvolwassenen (18-25 jaar) aan dat zij minder alcohol zijn gaan drinken door de coronamaatregelen, terwijl 12% meer is gaan drinken. Vergeleken met andere leeftijdsgroepen is het percentage dat minder is gaan drinken het meest gedaald bij 18-25-jarigen (CBS, 2021a). Het landelijke gedragsonderzoek bevestigt dit beeld: in alle fases van de crisis geeft een hoger percentage jongeren (16-24 jaar) aan dat zij minder alcohol zijn gaan drinken, vergeleken met het percentage dat meer is gaan drinken (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a).

Ontwikkeling in roken bij jongeren onduidelijk

De gunstige ontwikkeling in alcoholgebruik geldt in het landelijke gedragsonderzoek niet voor roken: in alle fases van de coronacrisis geeft een hoger percentage jongeren van 16-24 jaar aan dat ze meer tabak zijn gaan gebruiken sinds de crisis, vergeleken met het percentage jongeren dat minder tabak is gaan gebruiken (RIVM GGD GHOR Nederland en 25

GGD'en, 2021a). Dit zien we niet terug in de jaarprevalenties van roken in 2019, waaruit blijkt dat jongvolwassenen (20-30 jaar) in 2020 juist minder lijken te roken dan in 2019 (Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM Rutgers en Soa Aids Nederland, 2021). Een verklaring voor deze tegengestelde ontwikkelingen zou in de selectie van leeftijdsgroepen kunnen zitten.

In 2020 minder gebruik van uitgaansdrugs dan in 2019

Onderzoek naar middelengebruik onder jongeren en jongvolwassenen (16-35 jaar) die in 2019 ten minste één keer een club of festival bezochten, laat een daling in middelengebruik zien tijdens de 1^e lockdown en de periode van versoepelingen die daarop volgde. Daarbij gaat het om het gebruik van tabak, ecstasy, lachgas en amfetamine (Van Beek et al., 2021). De jaarcijfers van de Leefstijlmonitor van het gebruik van cannabis en andere drugs van 2019 en 2020 laten geen afname bij jongeren tussen de 16 en 30 jaar zien. Bij de jongeren van 16-20 jaar is er mogelijk zelfs sprake van een lichte toename (Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021b). De verschillen tussen beide onderzoeken kunnen te maken hebben met verschillen in de soort drugs die zijn onderzocht.

3.2.2

Leefstijl van ouderen

Deel ouderen dat tijdens coronacrisis minder beweegt dan vóór corona fluctueert met coronamaatregelen

Uit gegevens van het gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en blijkt dat 51% van de ouderen tijdens de 1^e lockdown, in april 2020, aangaf (veel) minder te zijn gaan bewegen dan vóór de coronacrisis. In de daaropvolgende periode van versoepelingen van de maatregelen daalde het percentage ouderen dat aangaf minder te bewegen, waarna het weer steeg met het aanscherpen van de maatregelen en tijdens de 2^e lockdown. Een veel kleiner deel van de ouderen gaf aan dat ze juist (veel) meer bewogen dan vóór corona, dit varieerde tussen de 8 en 13% over de 12 metingen van het vragenlijstonderzoek (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a).

Ouderen voldeden in 2020 niet minder aan beweegrichtlijnen dan in 2019

Het aandeel mensen van 65 jaar en ouder dat aan de beweegrichtlijnen voldeed fluctueerde, zowel vóór de coronacrisis in 2019 als in 2020. Verschillen tussen 2019 en 2020 zijn niet significant met uitzondering van het tweede kwartaal toen in 2020 44,6% van de ouderen aan de beweegrichtlijn voldeed, terwijl dit 33,3% was in 2019 (Duijvestijn, 2021).

Wekelijks sporten bij ouderen nam niet af in 2020 ten opzichte van 2019

De sportdeelname onder 65-plussers, gemeten met de indicator 'wekelijks sporten' was in de eerste twee kwartalen van 2020 hoger dan in dezelfde periode in 2019, om vervolgens te dalen naar een vergelijkbaar niveau als in 2019 (Duijvestijn, 2021).

Het NOC*NSF onderzocht de sportdeelname van ouderen op jaarbasis. Deze nam in 2020 (in vergelijking met 2019) af onder zowel 65-69 jarigen (van 61% naar 56%) als onder 75-79 jarigen (van 55% naar 49%) (NOC-NSF, 2021).

Afname beweging onder deelnemers aan het sportprogramma OldStars

Uit onderzoek onder 275 deelnemers aan het sportprogramma OldStars³ (gericht op 55+) blijkt dat 39% van deze groep tijdens de 1^e lockdown minder bewoog dan vóór de lockdown en 16% bewoog juist méér. Bij twee derde van degenen die minder bewogen, werd dit veroorzaakt door het niet doorgaan van de normale (beweeg-)activiteiten binnen het OldStars programma waaronder Walking Football/Hockey. Andere redenen om minder te bewegen waren ziekte, angst om ziek te worden, zorgtaken voor zieke of kwetsbare mensen of het niet de deur uit kunnen gaan vanwege de coronamaatregelen. Deelnemers die méér bewogen dan vóór de 1^e lockdown, hadden meer tijd om te bewegen en wilden zo fit mogelijk blijven om ziekte te voorkomen (Floor et al., 2021).

Tijdens de periode van versoepelingen bewoog nog altijd 20% minder dan vóór de 1^e lockdown, terwijl 18% juist méér bewoog dan vóór de 1^e lockdown. Na de 1^e lockdown is 81% weer gestart met Walking Football of Walking Hockey binnen het programma (Floor et al., 2021). Dat de behoefte hieraan onder deelnemers groot was bleek uit de hogere opkomst na de 1e lockdown en dat er in de zomer gewoon werd doorgetraind (Gutter & Stuij, 2021).

Merendeel ouderen is niet anders gaan eten tijdens coronacrisis

Uit gegevens van het gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en blijkt dat het merendeel (ruim viervijfde) van de ouderen niet anders is gaan eten. Op elk van de meetmomenten van het onderzoek, gaven meer ouderen aan dat ze (veel) gezonder zijn gaan eten dan dat ze (veel) ongezonder zijn gaan eten. Vanwege de relatief lage percentages voor beide uitkomstmaten is het lastig om een duidelijk patroon over de tijd te zien voor beide uitkomstmaten (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a).

Het CBS deed onderzoek naar de verandering in voedselconsumptie door coronamaatregelen, waaruit bleek dat de meeste 65-plussers evenveel fruit (95,2%), groenten (96,7%) en ongezonde snacks (81,0%) aten in vergelijking met vóór de coronacrisis. Van de ouderen die wel een verandering aangaven, betrof het voor het merendeel een gezonde verandering. Zo gaf 10,7% aan minder snacks te eten dan voor de coronacrisis (CBS, 2021a).

BMI van ouderen stabiel gebleven

Uit gegevens uit Noord-Nederland blijkt dat de BMI van ouderen (65+) tussen maart 2020 en maart 2021 stabiel is gebleven rond de 26,1 (Lifelines Corona Research, 2021b).

Gegevens uit de Leefstijlmonitor van het CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut bevestigen dit beeld op basis van het gelijkblijvende percentage ouderen met overgewicht in 2020 en 2019 (Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021a).

³ OldStars is een initiatief van het Nationaal Ouderenfonds waarbij sporten en bewegen in teamverband wordt aangeboden aan 55-plussers, zoals Walking Football, Walking Hockey en tennis door verschillende sportclubs en -verenigingen door het hele land.

In verhouding zijn meer ouderen minder gaan drinken dan meer gaan drinken

In het gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en kregen ouderen (70+) de vraag of ze, ten opzichte van vóór de coronacrisis meer, minder of evenveel alcohol dronken. Op alle momenten in dit onderzoek was het percentage ouderen dat aangaf (veel) minder te zijn gaan drinken veel hoger dan het percentage dat aangaf (veel) meer te zijn gaan drinken. Het deel van de ouderen dat aangaf minder te zijn gaan drinken ten opzichte van vóór corona steeg gedurende de gehele periode van half april 2020 tot begin mei 2021 (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a).

Onder drinkers van 65+ zag het CBS dat in 2020 het merendeel (89,3%) van de drinkers evenveel dronk als vóór corona. Van degenen die hun drinkgedrag hadden veranderd, dronk 1,2% meer, 9,0% minder en was 0,5% gestopt. Het percentage dat aangaf minder te zijn gaan drinken dan voor corona is onder ouderen lager dan onder andere leeftijdsgroepen (CBS, 2021a).

Geen duidelijk patroon onder ouderen in verandering tabaksgebruik ten opzichte van voor coronacrisis

De jaarprevalentie van roken onder 65-plussers bleef stabiel in 2020 (11,0%) ten opzichte van 2019 (11,5%) (Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021a).

Ouderen (70+) gaven in het gedragsonderzoek van RIVM, GGD GHOR Nederland en de 25 GGD'en antwoord op de vraag of ze, ten opzichte van vóór de coronacrisis meer, minder of evenveel tabak gebruikten. Aanvankelijk was er geen duidelijk patroon van het verschil in het percentage dat aangaf (veel) minder dan wel (veel) meer tabak te gebruiken dan vóór corona. In de periode september 2020 tot en met half februari 2021 waren er in verhouding meer 70-plussers die aangaven minder tabak te gebruiken. Ter illustratie van deze verhouding: half februari gaf 27,5% van de 70-plussers aan dat ze minder tabak waren gaan gebruiken, tegenover 17,6% die meer tabak waren gaan gebruiken. Vanaf half februari verdween dit verschil weer (RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a).

3.2.3 Leefstijl van werkenden en thuiswerkers

Afname beweegactiviteiten in het kader van werk tijdens 1^e lockdown

Vooraf tijdens de 1^e lockdown zijn beweegactiviteiten zoals wandelen en fietsen naar het werk en lunchwandelen sterk afgenomen. Door het wegvallen van woon-werkverkeer had een deel van de Nederlanders meer tijd om (individueel) te sporten en te bewegen (Van den Dool, 2020). Volgens Van der Poel & Pulles maken Nederlanders in de 1^e lockdown relatief vaker een ommetje of een fietstochtje in de vrije tijd dan vóór de coronacrisis, maar uit een studie van Van den Dool blijkt dat recreatief wandelen en fietsen even vaak gebeurt als tijdens een 'normale' lente (Van den Dool, 2020; Van der Poel & Pulles, 2020).

Thuiswerkers zaten tijdens werk en vrije tijd meer dan vóór corona

Uit onderzoek van TNO bleek dat er een significante toename was van het aantal uur dat thuiswerkers zaten. Eind 2019, vóór de coronacrisis, zaten thuiswerkers gemiddeld 6,7 uur per dag. Medio 2020 zaten thuiswerkers

gemiddeld 7,10 uur en in maart 2021 was dat 7,24 uur per dag. Ook de tijd die zittend werd doorgebracht in de vrije tijd was op drie tijdstippen met 4,2 uur (medio 2020), 5,0 uur (eind 2020) en 4,5 uur (maart 2021) in de coronaperiode hoger dan ervóór met 3,3 uur eind 2019 (Oude Hengel et al., 2021). Of meer zitten ook betekent dat thuiswerkers ook minder vaak aan de beweegrichtlijnen voldoen is met dit onderzoek niet te bepalen. Het onderzoek liet zien dat thuiswerkers tijdens de coronacrisis bijna 5 maal per week matig intensief bewogen (bijvoorbeeld stevig wandelen) en bijna 2 maal per week intensief (bijvoorbeeld hardlopen) bewogen (periode eind 2020 en maart 2021), maar er waren in dit onderzoek geen gegevens hierover voor de periode vóór de coronacrisis (Oude Hengel et al., 2021).

3.2.4 **Leefstijl van mensen met verschillende opleidingsniveaus Hoger opgeleiden gingen vaker meer bewegen tijdens de coronacrisis**

De Boer et al (2021) onderzocht of er bij mensen met verschillende opleidingsniveaus gedurende de coronacrisis verschil was in de afname of toename van matig tot intensief bewegen. Uit dit onderzoek bleek dat sociaaleconomische verschillen in matig tot intensief bewegen zijn toegenomen tussen maart en december 2020. Tijdens de 1^e lockdown (maart 2020) was de toename in matig tot intensief bewegen hoger bij hoog opgeleiden. Dit was in december 2020 ook nog zo, terwijl er bij de lager opgeleiden toen een grotere afname in matig tot intensief bewegen te zien was (de Boer et al., 2021).

Uit onderzoek van Duijvestijn et al (2021) bleek dat, zowel in 2019 als in 2020, onder lager opgeleiden minder mensen aan de beweegrichtlijnen voldeden dan van de middelbaar en hoogopgeleiden. Uit een vergelijking van kwartaalcijfers over beide jaren per opleidingsgroep kwamen geen significante verschillen naar voren.

Voor zowel de lager, middelbaar als hoger opgeleiden verschilden de percentages wekelijkse sporters niet tussen 2020 en 2019. Dit geldt ook als naar de kwartaalcijfers wordt gekeken, met uitzondering van wekelijkse sporten door lager opgeleiden. In het laatste kwartaal van 2020 was voor mensen met een lager opleidingsniveau namelijk de wekelijkse sportdeelname (25,1%) lager dan in 2019 (34,5%) (Duijvestijn, 2021).

3.2.5 **Leefstijl van overige groepen Leefstijl van kwetsbare zwangere vrouwen**

Tijdens de periode maart-juni 2020 was het voor zorgverleners, door de coronamaatregelen (waaronder de afstandsregels), moeilijker om zicht te krijgen op eventueel drugsgebruik door zwangeren die nu of in het verleden behandeld werden voor een verslaving (Van Blarikom et al., 2020).

Veel deelnemers van de Nationale Diabetes Challenge zijn minder gaan bewegen tijdens coronacrisis

Van 143 deelnemers aan de Nationale Diabetes Challenge Light⁴ (NDCL) gaf 45% aan tijdens de 1^e lockdown minder dan vóór de lockdown te

⁴ De Nationale Diabetes Challenge (NDC) is een jaarlijks terugkerende wandelinterventie van de Bas van de Goor Foundation, waarbij zorg- en sportprofessionals lokaal wekelijkse wandelingen organiseren om te trainen voor een

hebben bewogen, terwijl 17% aangaf juist méér te hebben bewogen. De NDCL is gericht op mensen met (een verhoogd risico op) diabetes type 2 of andere chronische aandoeningen: 81% van de respondenten heeft minimaal één chronische aandoening. Degenen die meer zijn gaan bewegen, zijn voor een groot deel deelnemers die vóór corona weinig actief waren. Zij hadden nu meer tijd om te bewegen en voor sommigen speelden gezondheidsredenen ook een rol. De belangrijkste redenen om minder te bewegen waren het niet doorgaan van beweeg-activiteiten, ziekte of angst om ziek te worden, zorgtaken of door de coronamaatregelen de deur niet uit kunnen. Ongeveer een derde van de respondenten heeft tijdens de 1^e lockdown andere beweegactiviteiten gedaan dan dat zij normaal gesproken zouden doen zoals vaker wandelen en fietsen en/of vaker thuis bewegen met bijvoorbeeld het tv-programma Nederland in Beweging of andere thuisoefeningen. Dit deden ze onder meer om binnensportactiviteiten die niet doorgingen te vervangen. Tijdens de periode van versoepelingen heeft het beweeggedrag zich maar gedeeltelijk hersteld. Nog altijd 29% van de deelnemers aan de NDCL bewoog na de 1^e lockdown minder dan vóór de 1^e lockdown terwijl het percentage dat meer is gaan bewegen dan vóór de 1^e lockdown is toegenomen tot 20% (Floor et al., 2020).

Referenties

- Bailey P, Purcell S, Calvar J, Baverstock A. Diet & health under covid-19: Ipsos, January 2021.
- Bommelé J, Willemsen M. Roken en de coronacrisis. Utrecht: Nationaal Expertisecentrum Tabaksontmoediging. Trimbos-Instituut, Maart 2021.
- CBS. Ervaren impact corona op mentale gezondheid en leefstijl. 2021a [cited; Available from: <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2021/ervaren-impact-corona-op-mentale-gezondheid-en-leefstijl>]
- CBS. Kwartaalcijfers ervaren gezondheid, zorggebruik en leefstijl. 2021b [cited 14 oktober 2021]; Available from: <https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2021/35/kwartaalcijfers-ervaren-gezondheid-zorggebruik-en-leefstijl>]
- de Boer WIJ, Mierau JO, Schoemaker J, Viluma L, Koning RH, Lifelines Corona Research I. The impact of the covid-19 crisis on socioeconomic differences in physical activity behavior: Evidence from the lifelines covid-19 cohort study. *Prev Med*, 2021;153:106823.
- de Graaf H. Seksuele gezondheid in nederland in corona tijd: Rutgers, 2020.
- De Klerk M, Olsthoorn M, Plaisier I, Schaper J, Wagemans F. Een jaar met corona. Ontwikkelingen in de maatschappelijke gevolgen van corona. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau, 2021.
- Dellas V, Stuij M. Wandelen op anderhalve meter afstand. Een kwalitatief onderzoek naar ervaringen van deelnemers en professionals met de nationale diabetes challenge light in tijden van corona. Utrecht: Mulier Instituut, 2020.
- Duijvestijn MS, T.; Van den Berg, S.; Euser, S.; Wendel-Vos, W. . Sport- en beweeggedrag in 2020. Bilthoven: RIVM, 2021.
- Floor C, Slot-Heijs J, Collard D. Nationale diabetes challenge in coronatijd: Wensen en behoeften van deelnemers. . Utrecht: Mulier Instituut, 2020.
- Floor C, Slot-Heijs J, Collard D. Oldstars in coronatijd: Wensen en behoeften van deelnemers. Utrecht: Mulier Instituut, 2021.
- GGD Noord- en Oost-Gelderland. Kwetsbare groepen in coronatijd. Update november 2020, 2020a.
- GGD Noord- en Oost-Gelderland. Kwetsbare groepen tijdens de coronacrisis. Oktober 2020, 2020b.
- GGD Noord- en Oost-Gelderland. Resultaten coronapeiling jeugd. Onderzoek naar de impact van de coronacrisis op het welzijn en de leefstijl van de jeugd (12-18 jaar) in de regio noord- en oost-gelderland (peiling 18-29 mei 2020). GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020c.
- GGD Noord- en Oost-Gelderland. Kwetsbare groepen in coronatijd. Update februari 2021, 2021a.
- GGD Noord- en Oost-Gelderland. Resultaten coronapeiling jeugd. Onderzoek naar de impact van de coronacrisis op het welzijn en de leefstijl van de jeugd (12-18 jaar) in de regio noord- en oost-gelderland (2e coronapeiling jeugd, 8-19 maart 2021): GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2021b.

- Gutter K, Stuij M. Oldstars over het gemis van samen koffiedrinken, ouwehoeren en sporten. Trainers en sporters over hun ervaringen, wensen en behoeften met walking sports in tijden van corona. Utrecht: Mulier Instituut, 2021.
- Harbers M, Hulshof T, Schaink R, Schrijvers C. Inventarisatie nederlandse covid-19 onderzoeken: Preventie en zorg & brede maatschappelijke vraagstukken. Rapportage nr. 10: Leefstijl en lichamelijke gezondheid. Bilthoven: RIVM, 2021.
- Kluwer E. Relatie- en gezinsproblematiek, zorgmijding en preventie tijdens en na covid-19. Utrecht: Universiteit Utrecht & Radboud Universiteit, 2021.
- Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut. Ervaren impact coronacrisis op mentale gezondheid en leefstijl. Maatwerktabel. 2021a [cited 14 oktober 2021]; Available from: <https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2021/25/ervaren-impact-coronacrisis-op-mentale-gezondheid-en-leefstijl>
- Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut. Leefstijlmonitor. 2021b [cited 27-10-2021]; Available from: <https://www.rivm.nl/leefstijlmonitor>
- Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM Rutgers en Soa Aids Nederland. Leefstijlmonitor. 2021 [cited 27-10-2021]; Available from: <https://www.rivm.nl/leefstijlmonitor>
- Lifelines Corona Research. Corona barometer. 2021a [cited 6 april 2021]; Available from: www.coronabarometer.nl
- Lifelines Corona Research. Corona barometer. 2021b [cited 15 oktober 2021]; Available from: <https://coronabarometer.nl>
- NOC*NSF. Noc*nsf sportdeelname index. Maandrapportages 2021a [cited 25 maart 2021]; Available from: <https://nocnsf.nl/sportdeelnameindex>
- NOC*NSF. Zo sport nederland. Trends en ontwikkelingen in sportdeelname 2020., 2021b.
- Oude Hengel K, Hooftman W, Van der Feltz S, Zoomer T, In der Maur M. De impact van de covid-19 pandemie op werknemers. Een jaar in de crisis. Leiden: TNO, 2021.
- Pulles I, Van Eldert P, Nafzger P, van der Poel H. Monitor sport en corona iii. De gevolgen van coronamaatregelen voor de sportsector. . Utrecht: Mulier Instituut, 2021.
- RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en. Gedragwetenschappelijk onderzoek naar percepties, gedrag en welzijn van burgers tijdens de corona pandemie: Een dynamic cohort en interview studie. Welbevinden en leefstijl tijdens de coronacrisis. 2021a [cited 25 oktober 2021]; Available from: <https://www.rivm.nl/gedragsonderzoek/maatregelen-welbevinden/welbevinden-en-leefstijl>
- RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en. Gedragwetenschappelijk onderzoek naar percepties, gedrag en welzijn van burgers tijdens de corona pandemie: Een dynamic cohort en interview studie. Welbevinden en leefstijl tijdens de coronacrisis. 2021b [cited 15 april 2021]; Available from: <https://www.rivm.nl/gedragsonderzoek/maatregelen-welbevinden/welbevinden-en-leefstijl>
- Rutgers/Soa Aids Nederland. Coronacrisis en seks: Wat doen jongeren? 2020 [cited; Available from:

- Schoemaker J, De Boer W. Impact van veranderingen in sport en bewegen door het coronavirus in 2020. Van coronacrisis naar beweegcrisis? : Sports & Economics Research Centre (SERC), HAN University of Applied Sciences (HAN), 2021.
- Slot-Heijs J, De Jonge M, Lucassen J, Singh A. Beweeggedrag van kinderen in tijden van corona. Utrecht: Mulier Instituut, Mei 2020.
- Ten Velde G, Lubrecht J, Arayess L, van Loo C, Hesselink M, Reijnders D, et al. Physical activity behaviour and screen time in dutch children during the covid-19 pandemic: Pre-, during- and post-school closures. *Pediatr Obes*, 2021;16:e12779.
- Van Beek RJJ, Van Miltenburg CJA, Blankers M, Van Laar MW. Uitgaansgedrag en middelengebruik tijdens de coronapandemie van maart tot september 2020. Utrecht: Trimbos-instituut, 2021.
- Van Blarikom E, Robertus J, De Kok B, Bijma H. Being pregnant during the first wave of the coronavirus pandemic: Experiences and responses of vulnerable pregnant women and their caregivers in the netherlands. Amsterdam/Rotterdam: Universiteit van Amsterdam, Erasmus MC, 2020.
- Van den Dool R. Sport en bewegen in tijden van covid-19. Utrecht: Mulier Instituut, 2020.
- Van den Dool R. Motivatie om te sporten en bewegen voor volwassenen 2011, 2018, 2020. . Utrecht Mulier Instituut, 2021.
- Van der Poel H, Pulles I. Monitor sport en corona. Utrecht: Mulier Instituut, 2020.
- Vercoulen E, Van Miltenburg C, Rigter S, Van Laar M. De invloed van covid-19 en de coronamaatregelen op cannabisgebruik. Utrecht: Trimbos-instituut, 2020.
- Voedingscentrum. Eetgedrag en corona. Meting 2 november 2020. Maastricht: Flycatcher, 2020.

Bijlage 1 Tabel 1 Resultaten algemene bevolking**Tabel 1.1 Samenvatting resultaten over leefstijl van de algemene bevolking**

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
Bewegen						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a (N varieert per ronde 40.000 tot 65.000 respondenten (16 jaar en ouder))		(veel) minder sporten/bewegen t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 53,0%	(veel) minder sporten/bewegen: 7-12 mei 50,2% 27 mei-1 jun 43,1% 17-21 jun 37,2% 8-12 jul 32,6%	(veel) minder sporten/bewegen: 19-23 aug 31,8% 30 sep- 4 okt 27,6% 11-15 nov 37,2%	(veel) minder sporten/bewegen: 30 dec-3 jan 45,4% 10-14 feb 48,0% 24-28 mrt 41,7%	(veel) minder sporten/bewegen: 5-9 mei 40,1%
		(veel) meer sporten/bewegen: 17-24 apr 13,5%	(veel) meer sporten/bewegen: 7-12 mei 15,0% 27 mei-1 jun 16,7% 17-21 jun 15,8% 8-12 jul 14,8%	(veel) meer sporten/bewegen: 19-23 aug 14,6% 30 sep- 4 okt 13,7% 11-15 nov 14,2%	(veel) meer sporten/bewegen: 30 dec-3 jan 12,4% 10-14 feb 14,3% 24-28 mrt 17,0%	(veel) meer sporten/bewegen: 5-9 mei 16,3%
					Matig intensief bewegen (24-28mrt) ≤ 2 dagen 20,5% 3 of 4 dagen 23,5% ≥ 5 dagen 56,0%	
					Sterk intensief bewegen (24-28mrt) < 1 58,5% 1 of 2 dagen 22,8% ≥ 3 dagen 18,7%	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a (N varieert per ronde 40.000 tot 65.000 respondenten (16 jaar en ouder))					Minimaal 5 dagen Matig intensief bewogen 56,0% 24-28 mrt Minimaal 2 dagen sterk bewogen 30,2% 24-28 mrt	Minimaal 5 dagen Matig intensief bewogen 57,0% 5-9 mei 57,5% 16-20 juni 58,1% 28 juli-1 aug 59,9% 8-12 sept Minimaal 2 dagen Sterk intensief bewogen 32,7% 5-9 mei 38,5% 16-20 juni 38,3% 28 juli-1 aug 41,1% 8-12 sept
Schoemaker & De Boer, 2021 (N=5.857 (panel RIVM en 25 GGD'en) N=11.168 (Lifelines))	Voldeed aan beweegrichtlijnen (*) (25+) 46% (2018)	Voldeed aan beweegrichtlijn (25+) 29% apr	Voldeed aan beweegrichtlijn bewegen (25+) 35% mei 39% mei/jun 40% juni 41% juli	Voldeed aan beweegrichtlijn (25+) 43% aug 44% okt 40% nov	Voldeed aan beweegrichtlijn (25+) 36% dec	
NOC*NSF, 2021a (N= +/- 3.000 respondenten per meting).	April 2019 68% van de Nederlanders heeft wekelijks gesport	April 2020 55% van de Nederlanders heeft wekelijks gesport	Juli 2020 64% van de Nederlanders heeft wekelijks gesport	Oktober 2020 65% van de Nederlanders heeft wekelijks gesport	December 2020 58% van de Nederlanders sport wekelijks	Juli 2021 60% van de Nederlanders sport wekelijks Wekelijkse sporters naar opleiding:

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
	<p>Wekelijkse sporters naar opleiding: 72% (hoog) 67% (gemiddeld) 66% (laag)</p> <p>Sportverband: 38% alleen 29% sportvereniging 21% abonnement 14% groepsverband</p>	<p>Wekelijkse sporters naar opleiding: 64% (hoog) 55% (gemiddeld) 47% (laag)</p> <p>Sportverband: 51% alleen 7% sportvereniging 5% abonnement 11% groepsverband</p>	<p>Wekelijkse sporters naar opleiding: 73% (hoog) 63% (gemiddeld) 54% (laag)</p> <p>Sportverband: 44% alleen 21% sportvereniging 16% abonnement 18% groepsverband</p>	<p>Wekelijkse sporters naar opleiding: 71% (hoog) 63% (gemiddeld) 50% (laag)</p> <p>Sportverband: 40% alleen 25% sportvereniging 16% abonnement 13% groepsverband</p>	<p>Wekelijkse sporters naar opleiding: 68% (hoog) 57% (gemiddeld) 49% (laag)</p> <p>Sportverband: 44% alleen 18% sportvereniging 13% abonnement 14% groepsverband</p> <p>April 2021 54% van de Nederlanders sport wekelijks</p> <p>Wekelijkse sporters naar opleiding: 67% (hoog) 51% (gemiddeld) 49% (laag)</p>	<p>70% (hoog) 57% (gemiddeld) 56% (laag)</p> <p>Sportverband: 39% alleen 22% sportvereniging 16% abonnement 17% groepsverband</p>
NOC*NSF, 2021b					<p>[gegevens over 2020 totaal]</p> <p>Impact corona op sporten: Aantal NL dat wekelijks sport</p>	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
					<p>neemt in 2020 met ca. half miljoen mensen af t.o.v. 2019. 52% sport minder of is gestopt.</p> <p>Grootste impact kinderen van 5 t/m 18 jaar. > 52% sport minder, 10% is gestopt.</p> <p>Van de 65+’ers stopt 31% met sporten.</p> <p>Vooraf binnensporters sporten minder. 70% van de Nederlanders die voor de coronacrisis een binnensport beoefenden zijn minder gaan sporten of helemaal gestopt.</p> <p>37% van de hoger opgeleiden sport minder, 11% is gestopt</p> <p>34% van de lager opgeleiden sport</p>	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
		<p>Impact manier van sporten: Sinds 1e lockdown stijgt het alleen en ongeorganiseerd sporten. M.n. door het sluiten van de sportscholen en sportverenigingen.</p>	<p>Impact manier van sporten: Voor velen blijft ongeorganiseerd sporten de meest beoefende manier van sporten.</p> <p>In mei stijgt het sporten als lid van een sportvereniging, in juli het sporten bij fitnesscentrum of andere (commerciële) aanbieders.</p>	<p>Impact manier van sporten: Ongeorganiseerd sporten stijgt opnieuw.</p>	<p>minder, 22% stopt helemaal.</p> <p>Het aantal Nederlanders dat is blijven sporten, gaat vaker sporten. In 2020 doen zij dit gemiddeld 9,6 keer p/m t.o.v. 9 keer p/m in 2019.</p> <p>Impact corona op manier van sporten: Men sport in 2020 minder samen en meer alleen. Door 43% wordt sporten alleen en ongeorganiseerd gedaan. Een stijging van 7% ten opzichte van 2019.</p> <p>Sportdeelname volwassenen: 31 t/m 44 jaar > blijft gelijk met 62% (2019 en 2020)</p>	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
					<p>45 t/m 64 jaar > van 60% (2019) naar 57% (2020) 65 t/m 80 jaar > van 59% (2019) naar 54% (2020)</p> <p>Sportdeelname naar opleidingsniveau: Laag > 56% (2019) naar 51% (2020) Midden > 66% (2019) naar 62% (2020) Hoog > 72% (2019) naar 69% (2020)</p> <p>Sportdeelname naar inkomensklasse: Laag > van 59% (2019) naar 54% (2020) Midden > van 66% (2019) naar 61% (2020) Hoog > van 71% (2019) naar 68% (2020)</p>	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
					Meest beoefende sport: 2019 fitness – 2020 wandelen (groei van ca. 2,5 naar ca. 3,3 miljoen beoefenaars). Aantal beoefenaars zwemsport in 2020 meest afgenomen (i.v.m. lange sluitingsperiode in 2020).	
CBS, 2021a 12 jaar en ouder N=3300				[aug-dec] Verandering in sporten en bewegen door coronamaatregelen: 33,1% minder 52,1% evenveel 14,7% meer		
Voedingscentrum, 2020 (N= meting 1: 1030 meting 2: 1265 beide metingen: 500)		Kwart geeft aan meer of minder matig intensief te zijn gaan bewegen. Zwaar intensieve beweging: 9% is dit meer gaan doen en 33% minder.		Nederlanders zijn in de afgelopen weken vaker matig intensief gaan bewegen dan zwaar intensief (15% t.o.v. 7%). Ten opzichte van april geven in november meer		

Referentie	Vóór corona (2019)	1^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
				Nederlanders aan geen verandering in hun lichaamsbeweging te zien. In april gaven Nederlanders juist vaker aan meer of minder te bewegen.		
Bailey et al., 2021 (N = 22.010 across 30 EU countries)				Sinds de coronacrisis begon geven Nederlanders aan: 16% is meer gaan bewegen 27% is minder gaan bewegen		
Van den Dool, 2021 (N=1477)	Van 2011 tot 2018 stijgt de motivatie om te sporten en bewegen. Motivatie (0-100): 2011: 56,3 2018: 58,9			[oktober 2020] Motivatie (0-100): 2018: 58,9 2020: 59,3 Van 2018 tot 2020 is de motivatie nauwelijks toegenomen, ondanks extra aandacht voor het belang van sport en bewegen tijdens de coronacrisis. Mensen die in 2020 wekelijks gemiddeld		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
				<p>meer tijd besteden aan sport zijn meer gemotiveerd dan mensen die hier minder tijd aan besteden: 0-1 uur: 44,7 1-4 uur: 58,9 >4 uur: 69</p> <p>T.o.v. andere groepen m.n. ouderen sterker overtuigd van het belang van sporten, klein verschil naar opleidingsniveau (57 lager opgeleid vs. 61 hoger opgeleid) (meting 2020)</p> <p>45% van de lager opgeleiden vindt sportactiviteiten leuk, t.o.v. 67% van de hoger opgeleiden.</p> <p>Hoger opgeleiden houden vaker bij of ze wel voldoende bewegen en compenseren vaker</p>		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
				een bewegarme dag dan lager opgeleiden.		
Pulles et al., 2021					<p>[maart 2021] 41% van de volwassenen (leeftijd 16 t/m 79 jaar) beoefent door maatregelen nieuwe of andere vormen van sport en bewegen: 22% wandelen 7% fietsen 5% hardlopen. 16% fitness (thuis) 5% yoga (thuis)</p> <p>5/10 sporters heeft het voordeel van thuisporten ontdekt.</p> <p>Redenen niet kunnen blijven sporten: Gesloten sportaccommodatie, avondklok, geen groepslessen meer.</p> <p>Deelname aan binnensport neemt af. 83% van de sporters die in 2019</p>	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
					bij een vereniging (binnen) sportten doen dat in maart 2021 (veel) minder.	
Eetgedrag en BMI						
Voedingscentrum, 2020 (N= meting 1: 1030 meting 2: 1265 beide metingen: 500)		83% is niet anders gaan eten dan normaal. 10% is gezonder gaan eten 7% is ongezonder gaan eten.		80% is niet anders gaan eten dan normaal. 12% is gezonder gaan eten 8% is ongezonder gaan eten Reden gezond eten: 30% weerstand verhogen 28% meer tijd om gezond bezig te zijn 27% meer tijd voor koken Reden ongezond eten: 51% verleidingen thuis 30% meer stress 25% meer ontspanningsmomenten Ruim 4 op de 5 vond het niet makkelijker of moeilijker om gezonder te eten.		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
		<p>83% is qua hoeveelheid niet anders gaan eten.</p> <p>1 op de 3 is meer op gewicht gaan letten.</p>		<p>Ruim 4 op de 5 is qua hoeveelheid niet anders gaan eten.</p> <p>Gewicht: 76% van de Nederlanders geeft aan de afgelopen 2 á 3 weken op hetzelfde gewicht te zijn gebleven. 11% is aangekomen en 13% is afgevallen.</p> <p>3 op de 10 is meer op gewicht gaan letten.</p> <p>Over de gehele periode april-november 2020 is 7% aangekomen of afgevallen maar weer op oude gewicht 17% is nu zwaarder 13% is nu minder zwaar 63% is op hetzelfde gewicht gebleven</p>		
RIVM GGD GHOR Nederland en		(veel) minder gezond eten	(veel) minder gezond eten:	(veel) minder gezond eten:	(veel) minder gezond eten:	(veel) minder gezond eten:

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
25 GGD'en, 2021a N varieert per ronde, 40.000 – 65.000 respondenten		t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 15,9% (veel) gezonder eten: 17-24 apr 10,7%	7-12 mei 15,1% 27 mei-1 jun 13,1% 17-21 jun 10,2% 8-12 jul 8,7% (veel) gezonder eten: 7-12 mei 11,5% 27 mei-1 jun 12,8% 17-21 jun 12,7% 8-12 jul 12,4%	19-23 aug 10,5% 30 sep- 4 okt 7,6% 11-15 nov 11,5% (veel) gezonder eten: 19-23 aug 14,6% 30 sep- 4 okt 14,4% 11-15 nov 14,3%	30 dec-3 jan 13,4% 10-14 feb 13,4% 24-28 mrt 11,7% (veel) gezonder eten: 30 dec-3 jan 12,0% 10-14 feb 14,7% 24-28 mrt 14,6%	5-9 mei 11,5% (veel) gezonder eten: 5-9 mei 14,3%
CBS, 2021a 12 jaar en ouder N=3.000				Verandering in voedselconsumptie door coronamaatregelen: 4,4% minder fruit 86,7% evenveel fruit 9,0% meer fruit 1,8% minder groenten 92,2% evenveel groenten 6,0% meer groenten 20,4% meer ongezonde snacks 69,5% evenveel ongezonde snacks		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
				10,0% minder ongezonde snacks		
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a N varieert per ronde, 40.000 – 65.000 respondenten						<p>Dagelijks ontbijt 85,0% 5-9 mei 83,4% 16-20 jun 84,3% 28 jul-1 aug 83,8% 8-12 sep</p> <p>Dagelijks fruit 56,1% 5-9 mei 55,9% 16-20 jun 55,1% 28 jul-1 aug 53,7% 8-12 sep</p> <p>Dagelijks groente 66,2% 5-9 mei 63,5% 16-20 jun 62,1% 28 jul-1 aug 60,5% 8-12 sep</p> <p>Dagelijks suikerhoudende drank 20,5% 5-9 mei 18,0% 16-20 jun 18,4% 28 jul-1 aug 19,5% 8-12 sep</p>
Bailey et al., 2021				Sinds de coronacrisis begon geven Nederlands aan:		

Referentie	Vóór corona (2019)	1^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
(N = 22.010 across 30 EU countries)				27% gewichtstoename 13% gewichtsafname		
Lifelines Corona Research, 2021b (N= 30.000)		BMI (18 jaar en ouder) 30-mrt 26,15 6-apr 26,18 13-apr 26,21 20-apr 26,23 27-apr 26,20	BMI (18 jaar en ouder) 4-mei 26,18 18-mei 26,19 1-jun 26,19 15-jun 26,20 13-jul 26,17	BMI (18 jaar en ouder) 10-aug 26,17 7-sep 26,13 12-okt 26,13 2-nov 26,11 30-nov 26,10	BMI (18 jaar en ouder) 11-jan 26,20 1-mrt 26,18 29-mrt 26,19 26-apr 26,20	BMI (18 jaar en ouder) 24-mei 26,20 28-jun 26,07
De Klerk et al., 2021 N= 4640 (2020)	Tussen 2016 en 2020 stijgt de gemiddelde BMI langzaam, ook als rekening wordt gehouden met de stijgende leeftijd van panelleden.			In 2020 (juli en oktober) steeg de gemiddelde BMI niet sterker dan in 2019.		
CBS, 2021b 18 jaar en ouder N=1700-2400 per kwartaal bij 12+ (voorlopige cijfers) Overgewicht: Body Mass	Overgewicht per kwartaal: 1: 49,7% 2: 49,8% 3: 49,9% 4: 50,3%	Overgewicht per kwartaal: 1: 50,2%	Overgewicht per kwartaal: 2: 49,8%	Overgewicht per kwartaal: 3: 49,7% 4: 50,4%	Overgewicht per kwartaal: 1: 50,0%	Overgewicht per kwartaal: 2: 50,0%

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
index van 25 of meer						
Alcoholgebruik						
Voedingscentrum, 2020 (N= meting 1: 1030 meting 2: 1265 beide metingen: 500)		20% geeft aan minder alcohol te hebben gedronken dan normaal voor de coronacrisis 69% drinkt evenveel 11% drinkt meer		26% heeft geminderd in alcoholgebruik t.o.v. normaal voor de coronacrisis 66% drinkt evenveel en 8% drinkt meer.		
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a (N varieert per ronde 40.000 tot 65.000 respondenten (16 jaar en ouder))		(veel) meer alcohol t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 14,7% (veel) minder alcohol 17-24 apr 17,6%	(veel) meer alcohol 7-12 mei 16,3% 27 mei-1 jun 15,3% 17-21 jun 11,8% 8-12 jul 10,5% (veel) minder alcohol 7-12 mei 18,7% 27 mei- jun 18,5% 17-21 jun 18,3% 8-12 jul 17,8%	(veel) meer alcohol 19-23 aug 12,3% 30 sep-4 okt 8,5% 11-15 nov 10,5% (veel) minder alcohol 19-23 aug 19,3% 30 sep-4 okt 21,0% 11-15 nov 26,2%	(veel) meer alcohol 30 dec-3 jan 12,9% 10-14 feb 11,2% 24-28 mrt 10,7% (veel) minder alcohol 30 dec-3 jan 23,2% 10-14 feb 28,2% 24-28 mrt 28,2%	(veel) meer alcohol 5-9 mei 10,5% (veel) minder alcohol 5-9 mei 27,6%
Bailey et al., 2021 (N = 22.010 across 30 EU countries)				Sinds de coronacrisis begon geven Nederlanders aan: 12% meer alcohol gaan drinken		

Referentie	Vóór corona (2019)	1^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
				8% minder alcohol gaan drinken		
Kluwer, 2021 (N= meting 1: 409 complete stellen. Meting 2: 278 complete stellen)			Veranderingen sinds Covid-19 maatregelen: 14% gebruikt minder 75% gebruikt evenveel 12% gebruikt meer			
CBS, 2021a 15 jaar en ouder N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder; percentages gaan over degenen die in het afgelopen jaar wel eens gedronken hebben (n onbekend)				Verandering in alcoholgebruik door coronamaatregelen (drinkers): 8,5% meer 73,6% evenveel 17,4% minder 0,6% gestopt		
CBS, 2021b 18 jaar en ouder	Overmatig drinken per kwartaal: 1: 9,1% 2: 7,6%	Overmatig drinken per kwartaal: 1: 6,1%	Overmatig drinken per kwartaal: 2: 6,5%	Overmatig drinken per kwartaal: 3: 8,3% 4: 6,8%	Overmatig drinken per kwartaal: 1: 7,3%	Overmatig drinken per kwartaal: 2: 7,0%

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
N=1700-2400 per kwartaal bij 12+ (voorlopige cijfers) Overmatig alcoholgebruik : minstens 14 glazen/week (vrouwen) of 21 (mannen)	3: 9,5% 4: 8,3%					
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a N varieert per ronde, 40.000 – 65.000 respondenten						<p>Alcohol drinken 74,4% 28 juli-1 aug 73,3% 8-12 sept</p> <p>Frequentie alcoholgebruik onder drinkers Dagelijks drinken 15,9% 5-9 mei 12,0% 16-20 juni 18,6% 28 juli-1 aug 17,2% 8-12 sept</p> <p>Frequentie alcoholgebruik onder drinkers 1-3 dagen gedronken 50,3% 5-9 mei</p>

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
						38,6% 16-20 juni 49,0% 28 juli-1 aug 50,6% 8-12 sept Frequentie alcoholgebruik onder drinkers Niet gedronken 13,2% 5-9 mei 16,2% 16-20 juni 9,2% 28 juli-1 aug 10,5% 8-12 sept
Roken						
Bommelé & Willemsen, 2021 (N= +/- 900 deelnemers per meting)			Reden van meer roken: verveling Stoppen met roken: 25% vindt dit moeilijker + 6% makkelijker sinds begin coronacrisis	Reden van meer roken: vaker thuis zijn Stoppen met roken: 22% vindt dit moeilijker + 6% makkelijker sinds begin coronacrisis	24% is door corona meer gaan roken + 16% is minder gaan roken Reden van meer roken: stress Stoppen met roken: 18% vindt dit moeilijker + 7% makkelijker sinds begin 2 ^e golf. Rokers denken aan stoppen door zorgen om hun eigen	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
					gezondheid, de prijs van sigaretten en hun voorbeeldrol voor kinderen.	
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a (N varieert per ronde 40.000 tot 65.000 respondenten (16 jaar en ouder))		(veel) meer tabak t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 27,9% (veel) minder tabak 17-24 apr 12,3%	(veel) meer tabak 7-12 mei 33,3% 27 mei-1 jun 33,2% 17-21 jun 29,0% 8-12 jul 26,7% (veel) minder tabak 7-12 mei 13,3% 27 mei-1 jun 12,4% 17-21 jun 13,0% 8-12 jul 13,3%	(veel) meer tabak 19-23 aug 29,7% 30 sep-4 okt 28,1% 11-15 nov 29,1% (veel) minder tabak 19-23 aug 12,9% 30 sep-4 okt 15,0% 11-15 nov 19,2%	(veel) meer tabak 30 dec-3 jan 27,0% 10-14 feb 29,1% 24-28 mrt 32,2% (veel) minder tabak 30 dec-3 jan 20,2% 10-14 feb 18,8% 24-28 mrt 16,6%	(veel) meer tabak 5-9 mei 27,8% (veel) minder tabak 5-9 mei 18,7%
Bailey et al., 2021 (N = 22.010 across 30 EU countries)				Sinds de coronacrisis begon geven Nederlanders aan: 2% is gestart met roken 3% is gestopt met roken		
CBS, 2021a 15 jaar en ouder N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder; de				Verandering in roken door coronamaatregelen (rokers): 19,5% meer 67,4% evenveel 9,2% minder 4% gestopt		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepeling maatregelen (mei-september 2021)
percentages gaan over degenen die in het afgelopen jaar wel eens gerookt hebben						
CBS, 2021b 18 jaar en ouder N=1700-2400 per kwartaal bij 12+ (voorlopige cijfers)	Dagelijks roken per kwartaal: 1: 15,0% 2: 16,3% 3: 15,9% 4: 15,6%	Dagelijks roken per kwartaal: 1: 14,3%	Dagelijks roken per kwartaal: 2: 15,5%	Dagelijks roken per kwartaal: 3: 15,2% 4: 14,4%	Dagelijks roken per kwartaal: 1: 15,2%	Dagelijks roken per kwartaal: 2: 16,9%
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a N varieert per ronde, 40.000 – 65.000 respondenten						Roken 10,9% 28 juli-1 aug 11,5% 8-12 sept % dagelijkse rokers van de rokers 77,8% 5-9 mei 9,1% 16-20 juni 81,0% 28 juli-1 aug 81,9% 8-12 sept

Drugsgebruik						
CBS, 2021a 15 jaar en ouder N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder; percentages gaan over degenen die in het afgelopen jaar wel eens drugs gebruikt hebben				Verandering in cannabisgebruik door coronamaatregelen (gebruikers): 24,6% meer 53,6% even veel 17,6% minder 4,3% gestopt Verandering in ander drugsgebruik door coronamaatregelen (gebruikers): 11,4% meer 48,5% even veel 35,8% minder 4,3% gestopt		
Vercoulen et al., 2020 N= 1563 cannabisgebruikers	Frequentie cannabisgebruik: (Bijna)dagelijks: 67,9% Paar keer per week: 15,9% Eens per week: 6,1% Paar keer per maand:4,7% Eens per maand: 2,4% Paar keer per jaar: 3,0%	14 tot 28 april Frequentie cannabisgebruik: (Bijna)dagelijks: 76,4% Paar keer per week: 11,5% Eens per week: 3,7% Paar keer per maand:2,7% Eens per maand:1,5% Paar keer per jaar:1,5%				

	<p>Gemiddeld aantal joints op een gebruikersdag : 3,0</p>	<p>Gemiddeld aantal joints op een gebruikersdag: 3,6</p> <p>Cannabisgebruik vergeleken met vóór de coronamaatregelen: 6,6% gebruikt minder vaak 2,8% is (tijdelijk) gestopt 49,4% gebruikt even vaak; 41,3% gebruikt vaker, vooral meer op één dag.</p> <p>Meest genoemde redenen om vaker te gebruiken: verveling: 78,4% stress: 36,3% mentale gezondheid: 30,1% eenzaamheid: 29,6% minder feestjes: 26,5% minder zien van vrienden: 22,5%.</p> <p>Meest genoemde redenen om minder vaak te gebruiken:</p>				
--	---	---	--	--	--	--

		<p>minder zien van vrienden: 37,9%</p> <p>mentale gezondheid: 29,1%</p> <p>Meest genoemde redenen om (tijdelijk) te stoppen *: mentale gezondheid: 30,2% fysieke gezondheid: 27,9%</p> <p>* Vanwege een klein aantal respondenten dat (tijdelijk) is gestopt (n=43), moeten deze laatste percentages met voorzichtigheid worden geïnterpreteerd.</p>				
Seksueel risicogedrag						
de Graaf, 2020 18-50 jarigen, N=1506	Risico op onbedoelde zwangerschap bij vrouwen: 8%		Risico op onbedoelde zwangerschap bij vrouwen: 5%			
Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM Rutgers en Soa Aids	Risico op onbedoelde zwangerschap				Risico op onbedoelde zwangerschap jaarprevalentie 2020	

<p>Nederland, 2021</p> <p>18 jaar en ouder, N= ongeveer 10.000 bij alle leeftijden</p>	<p>jaarprevalentie 2019: 7,1%</p> <p>Risicovolle seks (soa/hiv) jaarprevalentie 2019: 3,2%</p>				<p>bij 16 jaar en ouder: 7,1</p> <p>Risicovolle seks (soa/hiv) jaarprevalentie: 2,6%</p>	
--	--	--	--	--	--	--

Bijlage 2 Tabellen 2.1 t/m 2.8 Resultaten specifieke doelgroepen**Tabel 2.1 Samenvatting resultaten leefstijl bij kinderen en jongeren**

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Bewegen						
Slot-Heijs et al., 2020 (N= 750)		<p>Volgens ouders:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 42% van kinderen beweegt minder dan normaal in het voorjaar. - bij 10-11-jarigen is dit 62%. - 25% beweegt meer dan normaal in het voorjaar. <p>De groep kinderen die in coronatijd minder dan 5 uur per week beweegt is toegenomen van 16% naar 27%.</p> <p>In coronatijd besteden kinderen gemiddeld nog 7% aan online gymles en 6% aan zelf sporten. Voor corona was de beweegtijd aan</p>				

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
		<p>georganiseerde activiteiten 45%.</p> <p>De meeste ouders stimuleren hun kind meer dan in normale tijd om te bewegen (87%).</p> <p>Het aandeel kinderen dat volgens ouders meer dan 15 uur per week buitenspeelt is verdubbeld (van 8% naar 16% in coronatijd). Het aandeel kinderen dat weinig buiten speelt is onveranderd (+/- 55%).</p> <p>Ouders van kinderen die in coronatijd minder bewegen zien juist vaker irritatie (52%), inactiviteit (27%) en verminderde fitheid (22%) bij hun kind</p>				

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
		dan ouders van kinderen die meer bewegen (respectievelijk 42%, 8% en 11%).				
NOC*NSF, 2021a Schoolgaan de jeugd t/m 18 jaar, N= +/- 3.000 respondenten per meting.	Wekelijkse sportdeelname = 82% (apr 2019)	Wekelijkse sportdeelname = 42% (apr 2020)	Wekelijkse sportdeelname = 68% (jul 2020)	Wekelijkse sportdeelname = 77% (okt 2020)	Wekelijkse = 58% (dec 2020) Wekelijkse sportdeelname = 66% (april 2021)	Wekelijkse sportdeelname = 66% (juli 2021)
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a 16-24 jaar N varieert per meting; N=544 in de		(veel) minder sporten/ bewegen t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 55,5%	(veel) minder sporten/bewegen: 7-12 mei 49,5% 27 mei-1 jun 48,3% 17-21 jun 44,0% 8-12 jul 46,8%	(veel) minder sporten/bewegen: 19-23 aug 47,5% 30 sep- 4 okt 35,4% 11-15 nov 50,9%	(veel) minder sporten/bewegen: 30 dec-3 jan 55,1% 10-14 feb 60,6% 24-28 mrt 61,2%	(veel) minder sporten/bewegen: 5-9 mei 49,4%
		(veel) meer sporten/ bewegen: 17-24 apr 23,5%	(veel) meer sporten/bewegen: 7-12 mei 27,3% 27 mei-1 jun 26,4%	(veel) meer sporten/bewegen: 19-23 aug 19,4% 30 sep- 4 okt 23,8%	(veel) meer sporten/bewegen: 30 dec-3 jan 18,3% 10-14 feb 17,7%	(veel) meer sporten/bewegen: 5-9 mei 22,1%

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
laatste meting			17-21 jun 24,1% 8-12 jul 19,2%	11-15 nov 18,7%	24-28 mrt 16,4%	
GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2021b N=7.209 jongeren van 12-18 jaar	Najaar 2019 78% sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool 69% sport wekelijks in vrije tijd zonder hierbij gebruik te maken van club, vereniging of sportschool. 17% beweegt ieder dag minimaal 1 uur 49% beweegt minimaal 5 dagen per week minstens 1 uur per dag.				8-19 maart 2021 61% sport wekelijks bij een club, vereniging of sportschool 69% sport wekelijks in vrije tijd zonder hierbij gebruik te maken van club, vereniging of sportschool. 16% beweegt iedere dag minimaal 1 uur 42% beweegt minimaal 5 dagen per week minstens 1 uur per dag.	
GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020c N= 4.071 jongeren 12-18 jaar			18 en 29 mei 2020 In vergelijking met vóór de coronacrisis: 49% beweegt minder, 24% beweegt meer			

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
CBS, 2021a N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder				Verandering in sporten en bewegen door coronamaatregelen: 12-18 jaar 39,1% minder 44,2% evenveel 16,7% meer 18-25 jaar 45,3% minder 36,7% evenveel 18,0% meer		
Duijvestijn, 2021 4-17 jaar N=1700-2400 per kwartaal bij 12+	Voldoen aan Beweegerichtlijnen per kwartaal 4-11 jaar: 1: 43,8% 2: 65,2% 3: 67,7% 4: 47,1% 12-17 jaar: 1: 47,1% 2: 43,7% 3: 34,7% 4: 35,3% Wekelijks sporten per kwartaal 4-11 jaar: 1: 69,3% 2: 60,6%	Voldoen aan Beweegerichtlijnen per kwartaal: 4-11 jaar: 1: 45,8% 12-17 jaar: 1: 36,5% Wekelijks sporten per kwartaal: 4-11 jaar: 1: 64,7%	Voldoen aan Beweegerichtlijnen per kwartaal: 4-11 jaar: 2: 63,6% 12-17 jaar: 2: 47,1% Wekelijks sporten per kwartaal: 4-11 jaar: 2: 64,2%	Voldoen aan Beweegerichtlijnen per kwartaal: 4-11 jaar: 3: 74,1% 4: 60,2% 12-17 jaar: 3: 38,7% 4: 42,3% Wekelijks sporten per kwartaal: 4-11 jaar: 3: 60,1% 4: 68,7%		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
	3: 60,4% 4: 61,7% 12-17 jaar: 1: 72,0% 2: 70,0% 3: 72,3% 4: 70,7%	12-17 jaar: 1: 68,6%	12-17 jaar: 2: 72,1%	12-17 jaar: 3: 70,0% 4: 68,9%		
Ten Velde et al., 2021 N= 102 kinderen 4-18 jaar (cohort A)	Februari 2020		Mei/begin juni 2020 62% rapporteert minder lichamelijke activiteit tijdens de lockdown vergeleken met de periode er net voor.			
Ten Velde et al., 2021 N= 131 kinderen 7-12 jaar (cohort B)	Mei-juni 2019 64% voldoet aan de richtlijn van minimaal 60 min/dag matig tot zware lichamelijke activiteit		Juni 2020 54% rapporteert minder lichamelijke activiteit vergeleken met dezelfde periode het jaar ervoor. 20% voldoet aan de richtlijn van minimaal 60 min/dag matig tot zware lichamelijke activiteit			

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Eetgedrag en BMI						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a 16-24 jaar N varieert per meting; N=544 in de laatste meting		(veel) minder gezond eten t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 30,3% (veel) gezonder eten: 17-24 apr 17,3%	(veel) minder gezond eten: 7-12 mei 28,5% 27 mei-1 jun 26,7% 17-21 jun 25,2% 8-12 jul 25,8% (veel) gezonder eten: 7-12 mei 20,8% 27 mei-1 jun 21,8% 17-21 jun 23,1% 8-12 jul 22,6%	(veel) minder gezond eten: 19-23 aug 26,3% 30 sep- 4 okt 23,6% 11-15 nov 26,4% (veel) gezonder eten: 19-23 aug 20,5% 30 sep- 4 okt 20,5% 11-15 nov 18,1%	(veel) minder gezond eten: 30 dec-3 jan 27,0% 10-14 feb 32,1% 24-28 mrt 25,9% (veel) gezonder eten: 30 dec-3 jan 13,5% 10-14 feb 19,2% 24-28 mrt 18,5%	(veel) minder gezond eten: 5-9 mei 20,5% (veel) gezonder eten: 5-9 mei 21,8%
CBS, 2021a N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder				Verandering in voedselconsumptie door coronamaatregelen: 12-18 jaar fruit 4,9% minder 77,8% evenveel 17,3% meer 18-25 jaar fruit 8,8% minder 77,4% evenveel 13,8% meer		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
				<p>12-18 jaar groenten 2,9% minder 87,0% evenveel 10,1% meer</p> <p>18-25 jaar groenten 4,1% minder 84,6% evenveel 11,3% meer</p> <p>12-18 jaar ongezonde snacks 29,0% meer 59,1% evenveel 11,9% minder</p> <p>18-25 jaar ongezonde snacks 30,9% meer 53,2% evenveel 15,9% minder</p>		
GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020c N= 4.071 jongeren 12-18 jaar			18 en 29 mei 2020 In vergelijking met vóór de coronacrisis: 22% eet minder gezond, 18% eet gezonder			

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021b 4-17 jaar N = ±9.500 (2019) en N = ±8.700 (2020) bij de hele populatie	Overgewicht 2019 4-11 jaar: 11,7% 12-17 jaar: 14,5%			Overgewicht 2020: 4-11 jaar: 12,8% 12-17 jaar: 16,3%		
Lifelines Corona Research, 2021b 18-30-jarigen N=30.000 (totaal 18+)		BMI 30-mrt 24,36 6-apr 24,31 13-apr 24,39 20-apr 24,38 27-apr 24,24	BMI 4-mei 24,35 18-mei 24,07 1-jun 24,12 15-jun 24,13 13-jul 24,28	BMI 10-aug 24,21 7-sep 24,18 12-okt 24,20 2-nov 24,22 30-nov 23,97	BMI 11-jan 24,22 1-mrt 24,15 29-mrt 24,17 26-apr 24,18	BMI 24-mei 24,16 28-jun 24,42
Alcohol-gebruik						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25		(veel) meer alcohol t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 16,9%	(veel) meer alcohol 7-12 mei 21,8% 27 mei-1 jun 20,9% 17-21 jun 19,9%	(veel) meer alcohol 19-23 aug 23,6% 30 sep-4 okt 16,5% 11-15 nov 15,7%	(veel) meer alcohol 30 dec-3 jan 21,0% 10-14 feb 22,5% 24-28 mrt 20,7%	(veel) meer alcohol 5-9 mei 17,3%

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
GGD'en, 2021a 16-24 jaar N varieert per meting; N=544 in de laatste meting		(veel) minder alcohol 17-24 apr 52,4%	8-12 jul 17,5% (veel) minder alcohol 7-12 mei 50,5% 27 mei- jun 44,1% 17-21 jun 39,8% 8-12 jul 42,5%	(veel) minder alcohol 19-23 aug 36,2% 30 sep-4 okt 46,6% 11-15 nov 54,3%	(veel) minder alcohol 30 dec-3 jan 48,2% 10-14 feb 50,1% 24-28 mrt 53,7%	(veel) minder alcohol 5-9 mei 52,7%
CBS, 2021a N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder; percentages gaan over degenen die in het afgelopen jaar wel eens gedronken hebben				Verandering in alcoholgebruik door coronamaatregelen (drinkers van 18-25 jaar): 12,0% meer 51,7% evenveel 36,3% minder 0,0% gestopt		
Roken						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a		(veel) meer tabak t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 38,9%	(veel) meer tabak 7-12 mei 45,1% 27 mei-1 jun 44,6% 17-21 jun 48,1%	(veel) meer tabak 19-23 aug 42,0% 30 sep-4 okt 22,6% 11-15 nov 41,6%	(veel) meer tabak 30 dec-3 jan 40,8% 10-14 feb 40,2% 24-28 mrt 51,1%	(veel) meer tabak 5-9 mei 42,9%

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
16-24 jaar N varieert per meting; N=544 in de laatste meting		(veel) minder tabak 17-24 apr 22,2%	8-12 jul 42,4% (veel) minder tabak 7-12 mei 25,5% 27 mei-1 jun 22,9% 17-21 jun 29,6% 8-12 jul 27,3%	(veel) minder tabak 19-23 aug 18,5% 30 sep-4 okt 29,0% 11-15 nov 30,6%	(veel) minder tabak 30 dec-3 jan 28,6% 10-14 feb 41,4% 24-28 mrt 29,8%	(veel) minder tabak 5-9 mei 32,7%
Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021b 16-30 jaar N = ±9.500 (2019) en N = ±8.700 (2020) bij de hele populatie	Jaarprevalentie roken 2019 16-20 jaar: 15,9% 20-30 jaar: 30,6%			Jaarprevalentie roken 2020: 16-20 jaar: 14,6% 20-30 jaar: 25,7%		Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut 16-30 jaar
Drugs-gebruik						
Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021b 16-30 jaar	Afgelopen jaar cannabis gebruikt 2019: 16-20 jaar: 15,8% 20-30 jaar: 18,8%			Afgelopen jaar cannabis gebruikt 2020: 16-20 jaar: 18,9% 20-30 jaar: 21,0%		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
N = ±9.500 (2019) en N = ±8.700 (2020) bij de hele populatie	Afgelopen jaar andere drugs gebruikt 2019: 16-20 jaar: 4,9% 20-30 jaar: 15,9%			Afgelopen jaar andere drugs gebruikt 2020: 16-20 jaar: 7,6% 20-30 jaar: 14,1%		
Van Beek et al., 2021 N = 3.765 jonge uitgaanders van 16 t/m 35 jaar	Percentage minimaal 1x gebruikt Tweede kwartaal 2019 Alcohol 96,8% Tabak 47,4% Cannabis 43,1% Lachgas 20,7% Ecstasy 39,7% Cocaïne 21,8% Amfetamine 15,9% Derde kwartaal 2019 Alcohol 96,7% Tabak 48,3% Cannabis 41,6% Lachgas 20,7% Ecstasy 42,0%	Percentage minimaal 1x gebruikt 15 maart – 31 mei Alcohol 94,6% Tabak 40,7% Cannabis 39,7% Lachgas 9,6% Ecstasy 26,7% Cocaïne 18,9% Amfetamine 9,6%	Percentage minimaal 1x gebruikt 1 juni – 1 september Alcohol 96,4% Tabak 44,3% Cannabis 40,0% Lachgas 10,3% Ecstasy 28,0% Cocaïne 20,9% Amfetamine 12,1%			

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
	Cocaine 23,5% Amfetamine 19,8%					
Seksueel risico-gedrag						
Rutgers/Soa Aids Nederland, 2020 Jongeren van 16-20 jaar N=5218 (mei 2020) en N=4091 (december 2020)	Singles die bij laatste keer seks geen condoom gebruikten: 58%	Wens om op soa te testen maar niet gedaan: 8%			Singles die bij laatste keer seks geen condoom gebruikten: 66% Wens om op soa te testen maar niet gedaan: 8%	
Overig						
GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020c N= 4.071 jongeren 12-18 jaar			18 en 29 mei 2020 In vergelijking met vóór de coronacrisis: 11% drinkt minder alcohol, 4% meer (76% n.v.t.) 2% rookt minder, 3% rookt meer (93% n.v.t.)			

Referentie	Vóór corona (2019)	1^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2^e lockdown (half december 2020–april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020c N= 4.071 jongeren 12-18 jaar			18 en 29 mei 2020 In vergelijking met voor de coronacrisis: 31% slaapt slechter, 23% slaapt beter 9% gamet minder, 34% gamet meer			
GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020a; GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2020b; GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2021a Jongvolwassenen van 18-27 jaar, N=3.553 bij de hele populatie				Sept '20: 32% drinkt meer alcohol t.o.v. vóór corona 24% eet ongezonder t.o.v. vóór corona 28% slaapt slechter t.o.v. vóór corona	Nov '20: 43% drinkt meer alcohol t.o.v. vóór corona 21% eet ongezonder t.o.v. vóór corona 28% slaapt slechter t.o.v. vóór corona Feb '21: 60% beweegt minder t.o.v. vóór corona 33% eet ongezonder t.o.v. voor corona 39% slaapt slechter t.o.v. voor corona	

Tabel 2.2 Samenvatting resultaten leefstijl bij ouderen

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (maart-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020-april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Bewegen						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a Leeftijd 70+ N varieert per ronde, 40.000 – 65.000 respondenten (16 jaar en ouder)		(veel) minder sporten/bewegen t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 51,4% (veel) meer sporten/bewegen 17-24 apr 8,1%	(veel) minder sporten/bewegen 7-12 mei 47,9% 27 mei-1 juni 39,7% 17-21 jun 34,6% 8-12 jul 30,1% (veel) meer sporten/bewegen 7-12 mei 10,2% 27 mei-1 jun 12,3% 17-21 jun 11,0% 8-12 jul 10,4%	(veel) minder sporten/bewegen 19-23 aug 30,2% 30 sep- 4 okt 24,8% 11-15 nov 35,4% (veel) meer sporten/bewegen: 19-23 aug 8,5% 30 sep- 4 okt 8,3% 11-15 nov 9,1%	(veel) minder sporten/bewegen: 30 dec-3 jan 45,1% 10-14 feb 46,3% 24-28 mrt 36,7% (veel) meer sporten/bewegen 30 dec-3 jan 7,7% 10-14 feb 9,5% 24-28 mrt 12,7%	(veel) minder sporten/bewegen 5-9 mei 36,9% (veel) meer sporten/bewegen 5-9 mei 10,9%
Floor et al., 2021 N= 275 deelnemers van OldStars Gutter & Stuij, 2021 (N= 14 trainers OldStars (focusgroepen) + 10		39% bewoog tijdens de lockdown minder dan vóór de lockdown 16% bewoog juist méér 60% heeft tijdens de lockdown andere beweegactiviteiten gedaan dan normaal. Tijdens de lockdown werd de sport zelf het meest	20% bewoog na de lockdown minder dan vóór de lockdown. 18% bewoog juist méér. Na de lockdown is 81% van de respondenten weer met Walking Football of Walking Hockey gestart.			

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (maart-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020-april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
deelnemers (interviews)		gemist (95%). 89% miste hun teamgenoten				
CBS, 2021a N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder, N bij 65+ onbekend				Verandering in sporten en bewegen door corona-maatregelen: 65+ 26,5% minder 66,3% evenveel 7,2% meer		
NOC-NSF, 2021					Sport-deelname ouderen: Afname: 65 t/m 69 jaar > van 61% (2019) naar 56% (2020). 75 t/m 79 jaar > van 55% (2019) naar 49% (2020).	
Duijvestijn, 2021 65 jaar en ouder N=1700-2400 per kwartaal bij 12+ *significant hoger dan vorig jaar zelfde kwartaal	Voldoen aan beweegrichtlijnen per kwartaal: 1: 39,5% 2: 33,3% 3: 46,5% 4: 41,6% Wekelijks sporten per kwartaal:	Voldoen aan Beweegrichtlijnen per kwartaal: 1: 42,5% Wekelijks sporten per kwartaal: 1: 40,4%	Voldoen aan Beweegrichtlijnen per kwartaal: 2: 44,6%* Wekelijks sporten per kwartaal: 2: 37,4%	Voldoen aan Beweegrichtlijnen per kwartaal: 3: 38,6% 4: 41,8% Wekelijks sporten per kwartaal: 3: 36,3%		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (maart-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020-april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
	1: 32,4% 2: 32,2% 3: 38,0% 4: 38,7%			4: 37,4%		
Eetgedrag en BMI						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a Leeftijd 70+ N varieert per ronde, 40.000 – 65.000 respondenten (16 jaar en ouder)		(veel) minder gezond eten t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 5,2% (veel) gezonder eten: 17-24 apr 6,3%	(veel) minder gezond eten: 7-12 mei 4,8% 27 mei-1 jun 4,0% 17-21 jun 3,9% 8-12 jul 3,3% (veel) gezonder eten: 7-12 mei 9,2% 27 mei-1 jun 9,0% 17-21 jun 9,2% 8-12 jul 8,3%	(veel) minder gezond eten: 19-23 aug 3,3% 30 sep- 4 okt 2,5% 11-15 nov 3,3% (veel) gezonder eten: 19-23 aug 9,8% 30 sep-4 okt 10,2% 11-15 nov 10,2%	(veel) minder gezond eten: 30 dec-3 jan 4,7% 10-14 feb 4,2% 24-28 mrt 3,7% (veel) gezonder eten: 30 dec-3 jan 9,2% 10-14 feb 10,8% 24-28 mrt 10,3%	(veel) minder gezond eten: 5-9 mei 3,9% (veel) gezonder eten: 5-9 mei 9,3%
CBS, 2021a N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder				Verandering in voedselconsumptie door coronamaatregelen: 65+ fruit 0,7% minder 95,2% evenveel 4,2% meer 65+ groenten 1,2% minder		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (maart-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020-april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
				96,7% evenveel 2,0% meer 65+ ongezonde snacks 8,3% meer 81,0% evenveel 10,7% minder		
Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021b 65+	Overgewicht 2019: 57,9%			Overgewicht 2020: 58,1%		
Lifelines Corona Research, 2021b N=30.000 (totaal 18+)		BMI 65 jaar en ouder 30-mrt 26,13 6-apr 26,16 20-apr 26,18	BMI 65 jaar en ouder 4-mei 26,17 18-mei 26,16 1-jun 26,11 15-jun 26,13 13-jul 26,06	BMI 65 jaar en ouder 10-aug 26,06 7-sep 26,04 12-okt 26,05 2-nov 26,03 30-nov 26,00	BMI 65 jaar en ouder 11-jan 26,09 1-mrt 26,11	

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Alcoholgebruik						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a Ouderen van 70 jaar en ouder N varieert per ronde 40.000 tot 65.000 respondenten (16 jaar en ouder)		(veel) meer alcohol t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 5,3%	(veel) meer alcohol 7-12 mei 6,1% 27 mei-1 jun 5,4% 17-21 jun 5,2% 8-12 jul 4,1%	(veel) meer alcohol 19-23 aug 4,1% 30 sep-4 okt 3,4% 11-15 nov 3,7%	(veel) meer alcohol 30 dec-3 jan 4,6% 10-14 feb 4,1% 24-28 mrt 4,9%	(veel) meer alcohol 5-9 mei 4,3%
		(veel) minder alcohol 17-24 apr 17,0%	(veel) minder alcohol 7-12 mei 18,8% 27 mei- jun 19,3% 17-21 jun 18,2% 8-12 jul 19,0%	(veel) minder alcohol 19-23 aug 21,2% 30 sep-4 okt 19,4% 11-15 nov 22,5%	(veel) minder alcohol 30 dec-3 jan 24,7% 10-14 feb 26,1% 24-28 mrt 25,3%	(veel) minder alcohol 5-9 mei 27,1%
CBS, 2021a N=3.000 bij hele populatie van 12 jaar en ouder; percentages gaan over degenen die in het afgelopen jaar wel eens gedronken hebben				Verandering in alcoholgebruik door coronamaatregelen (drinkers van 65+): 1,2% meer 89,3% evenveel 9,0% minder 0,5% gestopt		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Roken						
RIVM GGD GHOR Nederland en 25 GGD'en, 2021a		(veel) meer tabak t.o.v. de periode vóór corona: 17-24 apr 11,7%	(veel) meer tabak 7-12 mei 18,5% 27 mei-1 jun 18,5% 17-21 jun 16,5% 8-12 jul 13,1%	(veel) meer tabak 19-23 aug 17,5% 30 sep-4 okt 15,6% 11-15 nov 16,4%	(veel) meer tabak 30 dec-3 jan 17,6% 10-14 feb 20,5% 24-28 mrt 22,5%	(veel) meer tabak 5-9 mei 18,8%
Ouderen van 70 jaar en ouder		(veel) minder tabak 17-24 apr 12,7%	(veel) minder tabak 7-12 mei 18,9% 27 mei-1 jun 14,8% 17-21 jun 19,6% 8-12 jul 16,5%	(veel) minder tabak 19-23 aug 17,1% 30 sep-4 okt 19,1% 11-15 nov 24,9%	(veel) minder tabak 30 dec-3 jan 27,5% 10-14 feb 20,1% 24-28 mrt 18,8%	(veel) minder tabak 5-9 mei 23,4%
N varieert per ronde 40.000 tot 65.000 respondenten (16 jaar en ouder)						
Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2021b	Jaarprevalentie roken 2019: 11,5%			Jaarprevalentie roken 2020: 11,0%		
65+						
N = ±9.500 (2019) en N = ±8.700 (2020) bij de hele populatie						

Tabel 2.3 Samenvatting resultaten leefstijl bij werkenden en thuiswerkers

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Zitten en bewegen						
Oude Hengel et al., 2021 N= 10.616 (medio 2020) N= 9.829 (eind 2020) N= 8.911 (maart 2021)	Uren per dag zitten Werk: 6,55/6,76* Vrije tijd: 3,33 * De percentages van 2019 verschillen omdat alleen deelnemers zijn geselecteerd die respectievelijk de eerste of derde meting hebben ingevuld.		Uren per dag zitten Werk: 7,10 Vrije tijd: 4,22	Uren per dag zitten Werk: - Vrije tijd: 5,0 Aantal dagen per week bewegen: 4,44 Aantal dagen per week intensief bewegen: 1,81	Uren per dag zitten Werk: 7,24 Vrije tijd: 4,53 Aantal dagen per week bewegen: 4,73 Aantal dagen per week intensief bewegen: 1,67	
Van der Poel & Pulles, 2020 Literatuuronderzoek	Minstens 1x per maand sporten: 74% (feb 2019) 4x per maand sporten: 66% (feb 2019)	Minstens 1x per maand sporten: maart 68% en april 62% 4x per maand sporten: 55%. Nederlanders maken vaker een ommetje of fietstochtje, omdat ze zich nu				

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
		<p>minder van/ naar werk verplaatsen (afname van 8 naar 3,6 verplaatsingen per drie dagen).</p> <p>Topsport: De maatregelen hebben mogelijk zowel fysieke als mentale gevolgen voor topsporters. Doordat er minder/anders wordt getraind en gebrek aan reguliere wedstrijden.</p>				
Van den Dool, 2020 (n= 1.000)		<p>Mensen zijn minder gaan sporten en ook minder uren: In april sportte 18% helemaal niet t.o.v. 13% tijdens 'normale' lente. Per saldo: 49% sportte evenveel 38% sportte minder 13% sportte meer</p>				

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
		<p>Wandelen en fietsen naar het werk zijn sterk afgenomen evenals het lunchwandelen. Recreatief wandelen en fietsen is daarentegen redelijk vergelijkbaar met een 'normale' lente.</p> <p>Het meest getroffen is de sportdeelname via sportverenigingen: 2/3 van de clubsporters is minder uren gaan sporten.</p> <p>De sport-/beweegdeelname in therapeutisch verband lijdt onder de maatregelen om de verspreiding van het</p>				

Referentie	Vóór corona (2019)	1^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
		<p>coronavirus te beperken (van 4% naar 1%). Bijv. door stilvallen van fysiotherapie.</p> <p>Meer mensen sporten alleen (61% tov 46%) dan tijdens 'normale' lente.</p> <p>De verenigingssporters missen het contact met medesporters het meest.</p>				

Tabel 2.4 Samenvatting resultaten leefstijl bij mensen met verschillende opleidingsniveaus

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Bewegen						
de Boer et al., 2021 N= 17,749		31 maart 2020 Odds Ratio (OR) afname matige tot intensieve lichaamsbeweging laag opgeleid: 0,91 midden opgeleid: 1,00 (*) hoog opgeleid: 0,88 (**) Odds Ratio (OR) toename matige tot intensieve lichamelijke activiteit: laag opgeleid: 0,86 (**) midden opgeleid: 1,00 (*) Hoog opgeleid: 1,86 (**) (*) ref categorie (**) significante odds ratio		14 december 2020 Odds Ratio (OR) afname matige tot intensieve lichaamsbeweging laag opgeleid: 1,23 (**) midden opgeleid: 1,00 (*) Hoog opgeleid: 0,80 (**) Odds Ratio (OR) toename matige tot intensieve lichamelijke activiteit: laag opgeleid: 0,83 (**) midden opgeleid: 1,00 (*) Hoog opgeleid: 1,21 (**) (*) ref categorie (**) significante odds ratio		
Bewegen						

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
Duijvestijn, 2021 N=1700-2400 per kwartaal bij hele populatie van 12+	<p>Voldoen aan Beweegrichtlijnen per kwartaal:</p> <p>laag opgeleid 1: 41,1% 2: 37,8% 3: 37,0% 4: 37,4%</p> <p>midden opgeleid 1: 46,0% 2: 49,4% 3: 55,8% 4: 48,8%</p> <p>hoog opgeleid 1: 51,9% 2: 61,3% 3: 62,2% 4: 54,6%</p> <p>% wekelijkse sporters per kwartaal: laag opgeleid 1: 26,2% 2: 25,7% 3: 31,7 % 4: 34,5% midden opgeleid 1:49,4 % 2:48,6%</p>	<p>Voldoen aan Beweegrichtlijnen per kwartaal:</p> <p>laag opgeleid: 1: 39,4%</p> <p>midden opgeleid 1: 50,7%</p> <p>hoog opgeleid 1: 57,6%</p> <p>% wekelijkse sporters per kwartaal: laag opgeleid: 1: 34,0%</p> <p>midden opgeleid 1: 51,2%</p>	<p>Voldoen aan Beweegrichtlijnen per kwartaal:</p> <p>laag opgeleid: 2: 44,1%</p> <p>midden opgeleid 2: 59,9%*</p> <p>hoog opgeleid 2: 67,6%</p> <p>% wekelijkse sporters per kwartaal: laag opgeleid: 2: 33,0%</p> <p>midden opgeleid 2: 49,1%</p>	<p>Voldoen aan Beweegrichtlijnen per kwartaal:</p> <p>laag opgeleid: 3: 36,0% 4: 35,3%</p> <p>midden opgeleid 3: 49,4% 4: 49,0%</p> <p>hoog opgeleid 3: 61,0% 4: 61,7%</p> <p>% wekelijkse sporters per kwartaal: laag opgeleid: 3: 26,3% 4: 25,1%* midden opgeleid 3: 47,9% 4: 46,5%</p>		

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (mrt-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 – april 2021)	Versoepelingen maatregelen mei-september 2021
	3:49,5% 4:46,0 % hoog opgeleid 1:63,2 % 2:68,8% 3:65,0% 4:66,0%	hoog opgeleid 1: 64,3%	hoog opgeleid 2: 68,8% *significant hoger dan vorig jaar zelfde kwartaal	hoog opgeleid 3: 70,9% 4: 69,2% *significant lager dan vorig jaar zelfde kwartaal		

Tabel 2.5 Samenvatting resultaten leefstijl bij zwangere vrouwen

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (maart-april 2020)	Versoepeling Maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020- april 2021)
Middelengebruik					
Van Blarikom et al., 2020 N= 14 zorgverleners en 7 zwangere vrouwen		Maart-juni 2020 Door beperkingen in face tot face contact vonden zorgverleners het moeilijker om vast te stellen of zwangeren die behandeld werden voor een verslaving zich onthielden van drugs.			

Tabel 2.6 Samenvatting resultaten leefstijl bij mensen met een chronische ziekte

Referentie	Vóór corona (2019)	1 ^e lockdown (maart-april 2020)	Versoepeling maatregelen (mei-juli 2020)	Verdere aanscherping maatregelen (augustus-half december 2020)	2 ^e lockdown (half december 2020 - april 2021)
Bewegen					
<p>Floor et al., 2020 N= 143 deelnemers aan de Nationale Diabetes Challenge (NDC) Light</p> <p>Dellas & Stuij, 2020 N = 12 deelnemers + 5 professionals</p>	<p>Respondenten die hun gezondheid als (zeer) goed ervaren bewogen voor de coronatijd meer dan respondenten met een matige gezondheid.</p>	<p>45% bewoog tijdens de lockdown minder dan vóór de lockdown.</p> <p>17% bewoog juist méér</p> <p>In de lockdown is het beweeggedrag van respondenten met een (zeer) goede ervaren gezondheid meer constant gebleven dan het beweeggedrag van respondenten met een matige gezondheid. Respondenten met een matige gezondheid hebben vaker meer dan minder bewogen.</p> <p>Tijdens de lockdown heeft ongeveer een derde van de respondenten andere beweegactiviteiten gedaan dan dat zij normaal gesproken zouden doen. Ongeveer de helft heeft geen andere beweegactiviteiten uitgevoerd.</p>	<p>29% bewoog na de lockdown minder dan vóór de lockdown.</p> <p>20% bewoog juist méér.</p>		

Bijlage 3 Methodologie van dit project

Voor de rapportages binnen dit project wordt gebruik gemaakt van bronnen die (1) passen binnen de **afbakening** van de opdracht en die (2) van voldoende **wetenschappelijke kwaliteit** zijn.

Afbakening van de opdracht

We includeren onderzoek dat betrekking heeft op de volgende **aspecten van het dagelijks leven** van Nederlanders gedurende de corona-crisis: welbevinden/psychische gezondheid, lichamelijke gezondheid, sociale relaties & eenzaamheid, leefstijl, economische situatie (positie op de arbeidsmarkt, inkomen, schulden), onderwijs en bredere maatschappelijke factoren (sociale cohesie, vertrouwen, solidariteit). Daarnaast zijn er nog andere maatschappelijke gevolgen van corona zoals huiselijk geweld, thuis werken en vakantie. Ook includeren we onderzoek naar de ervaring van mensen met **zorg en preventie** (inclusief digitale zorg) en met veranderingen in de **organisatie van de zorg**.

In dit project besteden we in het bijzonder aandacht aan groepen die (mogelijk) extra kwetsbaar zijn als het gaat om de gevolgen van de coronacrisis en de coronamaatregelen. Onderzoek naar deze **kwetsbare groepen** vindt plaats binnen het ZonMw programma en betreft onder andere: mensen met psychische klachten; mensen met een verstandelijke beperking; mantelzorgers; dak- en thuislozen; mensen met een chronische ziekte; ouderen; gezinnen met jonge kinderen.

Een aantal onderwerpen die in eerdere rapportages wel zijn meegenomen valt **buiten de scope van de huidige opdracht**. Het gaat om: het draagvlak voor en de naleving van de coronamaatregelen over de tijd; (determinanten van) vaccinatiebereidheid en de omvang van uitgestelde, afgeschaalde, vermeden of niet gegeven zorg en het maken van een inschatting van de gezondheidseffecten hiervan. Over deze onderwerpen rapporteert het RIVM separaat via het COVID-19 programma van het RIVM, waaronder ook de resultaten van de corona gedragsunit.

Beoordeling wetenschappelijke kwaliteit

Het merendeel van de onderzoeken die we includeren in onze rapporten is door ZonMw gefinancierd en heeft daarmee al een uitgebreide kwaliteitstoets doorstaan middels een review door wetenschappers. In de uitvoering en of rapportage van een onderzoek kan echter worden afgeweken van de vooraf aangevoerde kwaliteitscriteria. Om die reden toetsen we globaal de wetenschappelijke kwaliteit van de onderzoeken. Daarnaast voegen we, in overleg met ZonMw, rapportages toe van onderzoek dat niet door ZonMw is gefinancierd. Deze extra studies toetsen we uiteraard ook op kwaliteit. Bij de globale beoordeling van de wetenschappelijke kwaliteit van onderzoeken, letten we op deze punten: Welke wetenschappelijke methoden zijn gebruikt voor de gegevensverzameling: semigestructureerde interviews, focusgroepen, panelonderzoek of vragenlijst onderzoek? Was de steekproef van voldoende omvang? Wat het onderzoek representatief? Is het onderzoek cross-sectioneel of is er sprake van herhaalde metingen?