Wist je dat?

Dr. Ragnar Van Acker
Vlaams Instituut Gezond Leven

vlaamse ouderenraad

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

vlaamse ouderenraad

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Wat is de verhouding van ouderen (67+) vs. 18-67-jarigen in 2030-2040?

Tip: in 2017 was dit 1 op 4

1 op 3

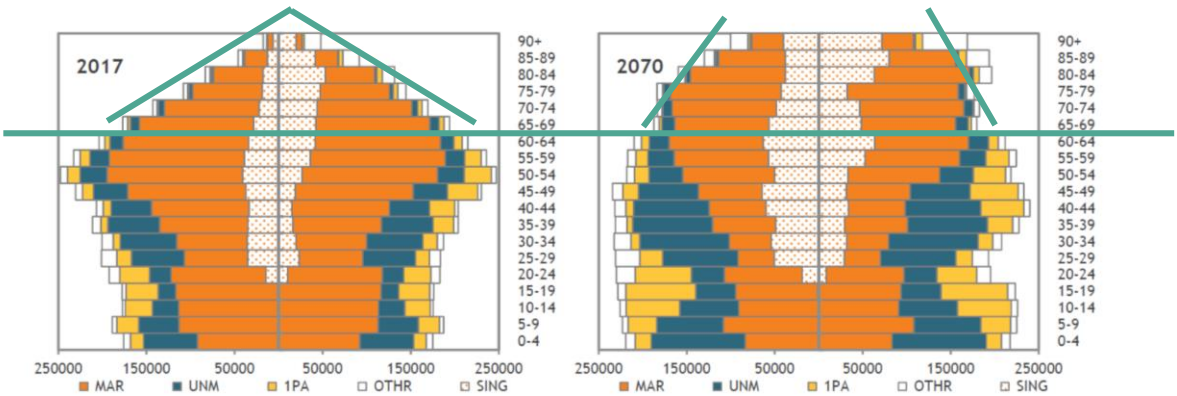
1 op 2,5

Tabel 11 **Vlaams Gewest - bevolkingsaantallen, leeftijdsstructuur en bevolkingsloop**
Bevolking en saldi in duizendtallen

	Aantallen op 01/01	Verdeling volgens leeftijd					Afhankelijkheids-coëfficiënt van de ouderen	Natuurlijk saldo	Internationaal migratiesaldo	Intern migratiesaldo
		0-17	18-29	30-66	67-84	85+	67+/18-66			
1991	5767,9	21,6%	18,4%	47,7%	11,0%	1,3	18,7%	14,9	6,8	5,3
2000	5940,3	20,6%	15,1%	49,7%	12,9%	1,8%	22,6%	4,4	5,8	2,2
2010	6252,0	19,6%	14,4%	49,9%	13,9%	2,2%	25,0%	11,5	34,4	6,6
2017	6516,0	19,4%	14,1%	49,0%	14,6%	2,9%	27,7%	3,8	22,5	9,0
2020	6617,4	19,6%	13,9%	48,4%	15,0%	3,1%	29,1%	9,9	15,8	9,8
2030	6902,3	19,8%	13,5%	45,4%	17,8%	3,5%	36,1%	7,3	6,9	10,2
2040	7149,0	19,9%	13,7%	42,7%	19,0%	4,8%	42,1%	5,6	6,4	10,7
2050	7349,0	20,0%	13,9%	42,2%	17,6%	6,3%	42,6%	2,2	4,8	11,0
2060	7530,5	20,3%	13,9%	42,2%	17,1%	6,6%	42,1%	5,0	3,9	11,3
2070	7766,9	20,2%	13,9%	42,5%	16,7%	6,7%	41,4%	12,5	3,3	11,5

Bronnen:
1991-2017: waarnemingen, RR-Statbel.
2018-2070: Demografische vooruitzichten 2017-2070, FPB-Statbel.

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN



MAR = lid van een huishouden bestaande uit een gehuwd koppel; **UNM** = lid van een huishouden bestaande uit een samenwonend koppel; **MPA** = lid van een eenoudergezin; **SING** = éénpersoonshuishouden; **OTHR** = lid van een 'overig' huishoudenstype.

Bronnen:
1991-2016: RR-Statbel en berekeningen FPB.
2017-2070: Demografische vooruitzichten 2017-2070, FPB-Statbel.
Opmerking: bij conventie worden in de leeftijdspiramiden de mannen links en de vrouwen rechts weergegeven.

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

vlaamse ouderenraad

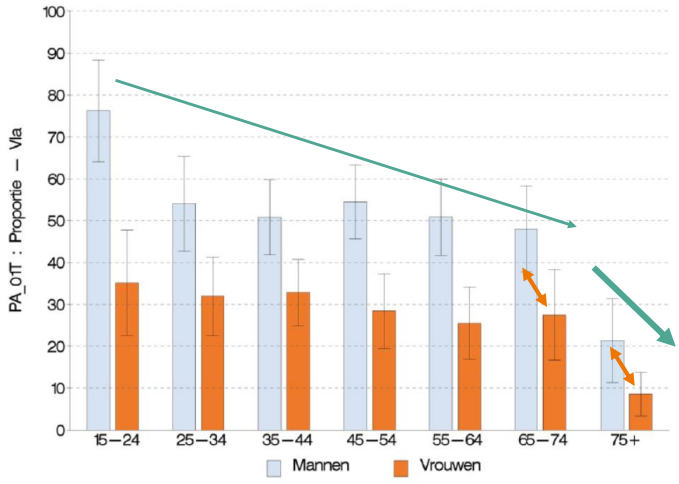
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

37% van de 65- tot 74-jarigen in Vlaanderen beweegt minstens 30 minuten per dag aan matige tot hoog intensieve beweging.
→ Hoeveel % is dit bij 75-plussers?

14%

20%

Percentage van de bevolking (van 15 jaar en ouder) dat minstens 30 minuten per dag aan (minstens matige) lichaamsbeweging besteedt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2013 – Vlaams Gewest

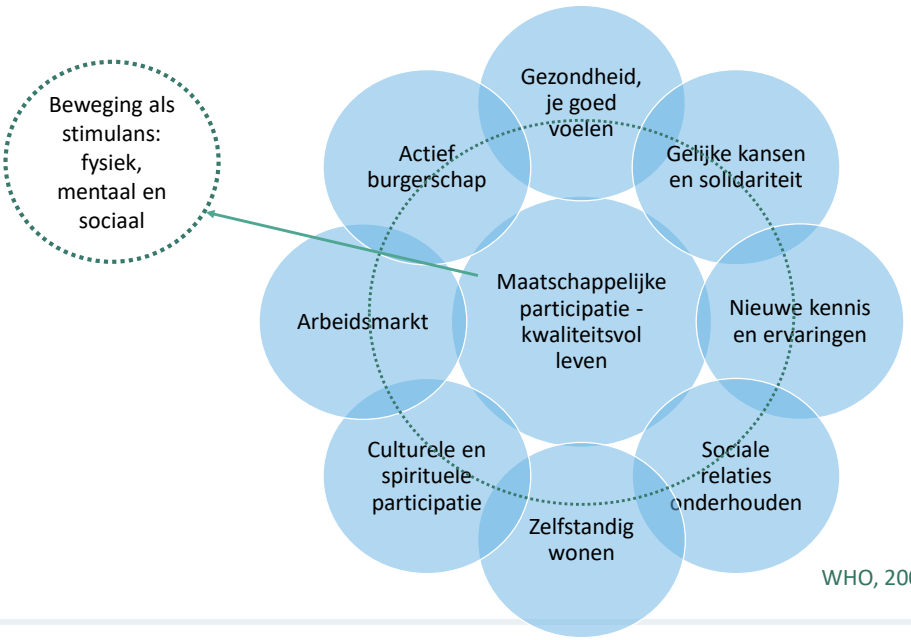


Gezondheidsenquête, België, 2013

Actief ouder worden of Active Ageing: wat houdt het in?

Levenslang betrokken blijven in alle domeinen van het leven

Levenslang fysiek actief blijven



WHO, 2002 en Vlaamse Ouderenraad, 2012

Vlaamse Ouderenraad

Vlaams Instituut Gezond Leven

Het aandeel 'te voet' binnen alle verplaatsingen bedraagt bij Vlaamse ouderen 19,5%, wat hoger is dan bij andere generaties. Wat is het aandeel met de fiets incl. e-fiets?

15%

20%

	Autobestuurder	Fiets + elektrische-fiets
65+	60,3%	**14,7%**
Alle Vlamingen	65%	15,5%

	elektrische fiets
65+	**2,5%**
55-64	**2,9%**
45-54	0,4%
35-44	1,2%
25-34	0%

OVG 5.2, 2017

Vlaamse Ouderenraad

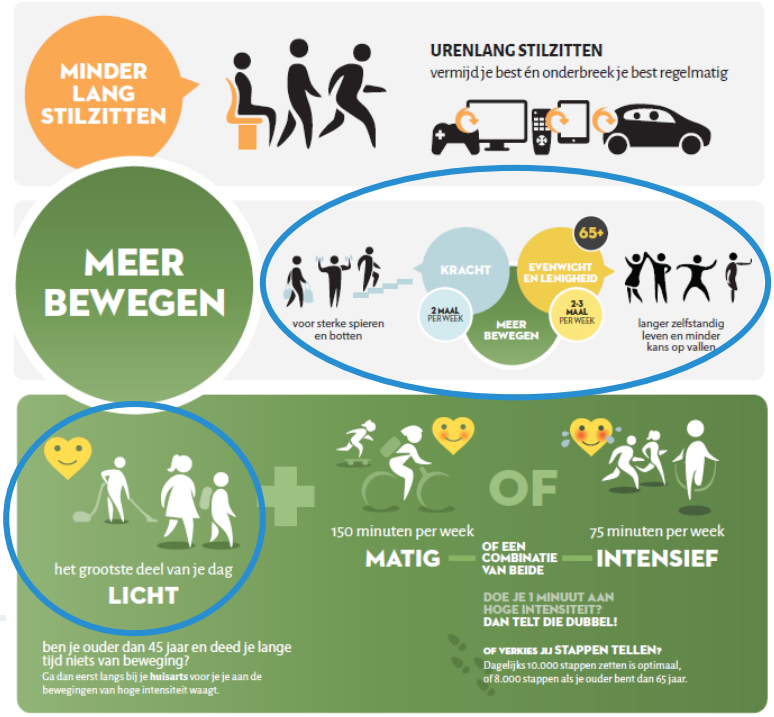
Vlaams Instituut Gezond Leven

vlaamse ouderenraad

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

Wat is één van de nieuwe gezondheidsaanbevelingen voor beweging?

- Het grootste deel van de (wakkere) dag licht intensief bewegen
- Elke dag activiteiten om je spieren, evenwicht en lenigheid te trainen



VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

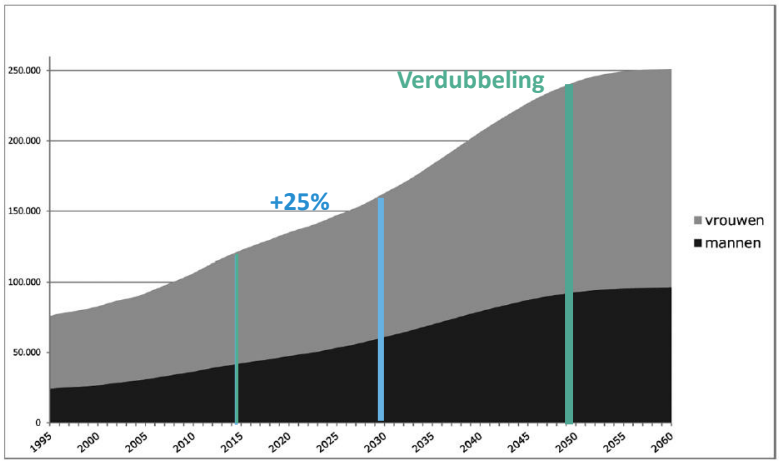
Wat is de geschatte stijging van het aantal personen met dementie in Vlaanderen tegen 2030?

Tip: 122.161 personen in 2016 (alle vormen van dementie)

25%

18%

Aantal personen met dementie in het Vlaamse Gewest 2016-2060



Jaar	Mannen	Vrouwen
2015	42.326	79.835
2030	60.993	101.825
2050	92.967	149.097

- dubbele vergrijzing
- genetica
- **leefstijl**
- …

Steyaert, J. 2016.

Beïnvloedbare risicofactor	Aandeel van ziekte: relatie met risicofactor (PAR) - Europa	Aantal - Europa
Fysieke inactiviteit	**20,3%**	**1.461.000**
Roken	13,6%	978.000
Laaggeschoold	13,6%	978.000
Depressie	10,7%	774.000
Te hoge bloeddruk	6,8%	492.000
Obesitas	4,1%	299.000
Diabetes mellitus	3,1%	222.000

Norton et al, 2014