

FACTSHEET OPSTERLAND

Opsterland combineert een relatief hoge levenstevredenheid en sterke woon- en leefkwaliteit met structurele maatschappelijke uitdagingen op het gebied van gezondheid, demografie en sociale verbondenheid. De meest recente brede-welvaartspatronen laten zien dat inwoners hun leven overwegend positief beoordelen, terwijl onderliggende trends richting vergrijzing, zorgdruk en participatie blijvende aandacht vragen.

Deze factsheet is gebaseerd op gegevens en analyses uit publiek beschikbare monitors, statistieken en onderzoeksprogramma's van verschillende kennis- en onderzoeksinstituten. [Bekijk hier het overzicht van de gebruikte bronnen.](#)

GELUK



Opsterland behoort tot de Friese gemeenten waar een groot deel van de inwoners het eigen leven positief waardeert. De ervaren tevredenheid ligt rond het provinciale niveau en sluit aan bij het bredere Friese beeld waarin de meerderheid van de inwoners zich gelukkig voelt. De kwaliteit van wonen, leefomgeving en sociale omgeving vormt een stabiel fundament, maar demografische ontwikkelingen beïnvloeden de toekomstige ontwikkeling van brede welvaart.

GEZONDHEID



- De ervaren gezondheid in Opsterland is vergelijkbaar met het Friese gemiddelde. Een aanzienlijk deel van de inwoners ervaart de eigen gezondheid als goed, maar tegelijkertijd is sprake van bekende regionale risicofactoren.
- Een aanzienlijk aandeel inwoners heeft overgewicht (**ongeveer 55–58%**).
- Het aandeel inwoners dat voldoet aan de beweegrichtlijnen ligt onder het gewenste niveau, in lijn met bredere Friese trends.
- Chronische aandoeningen komen iets vaker voor door de relatief oudere bevolkingssamenstelling.
- Door vergrijzing en veranderingen in leefstijl zal de druk op gezondheid en zorg in de komende jaren toenemen.

SOCIALE BASIS



- Net als veel andere gemeenten in Fryslân heeft Opsterland te maken met een ouder wordende bevolking en een afnemende verhouding tussen werkenden en niet-werkenden. Deze ontwikkeling beïnvloedt voorzieningen, informele zorg en leefbaarheid.
- Het aandeel **65-plussers** ligt boven het landelijke gemiddelde en blijft groeien.
- Ongeveer **40–43%** van de inwoners voelt zich matig tot ernstig eenzaam, vergelijkbaar met veel plattelandsgemeenten.
- Vrijwilligerswerk en verenigingsleven vormen een belangrijke sociale pijler, maar staan onder druk door demografische verschuivingen.
- Een deel van de inwoners maakt zich zorgen over het behoud van voorzieningen en gemeenschapsstructuren.
- De sociale cohesie is traditioneel sterk, maar netwerken worden kwetsbaarder.



HEEFT DE JEUGD DE TOEKOMST?

- Het welzijn van jongeren en jongvolwassenen in Opsterland volgt grotendeels de bredere Friese en landelijke trends. Middelengebruik onder jongeren ligt rond het regionale gemiddelde, vooral waar het gaat om experimenteel gebruik.
- Net als elders nemen signalen van mentale druk en eenzaamheid onder jongvolwassenen toe.
- Het aandeel jongeren dat gebruikmaakt van jeugdzorg ligt rond het landelijke niveau.
- Eenzaamheid onder jongvolwassenen blijft een relevante trend, in lijn met provinciale ontwikkelingen.



TROTS

Opsterland kan trots zijn op de sterke waardering voor de woon- en leefomgeving en de relatief stabiele sociale samenhang. In vergelijking met veel andere gemeenten ervaren inwoners een hoge mate van rust, veiligheid en verbondenheid met de directe leefomgeving. De combinatie van dorpskernen, ruimte en actieve gemeenschappen biedt gunstige voorwaarden voor vitaliteit, bewegen en informele steunstructuren.

INZET VITALITEIT EN BEWEGEN

Waarom juist in Opsterland inzetten op vitaliteit en bewegen?

- Het bevordert sociale contacten en vermindert isolatie en eenzaamheid. Het vergroot daarmee de kans op actieve deelname in het sociale leven.
- Sportdeelname correleert met hogere ervaren levenskwaliteit.
- Draagt bij aan zelfvertrouwen, eigenwaarde, veerkracht en een betere mentale gezondheid (stressreductie, betere slaap), wat vooral voor jongeren van groot belang is.
- Verenigingen vormen één van de belangrijkste dragers van gemeenschapsnetwerken, ze verbinden generaties en versterken sociale cohesie.
- Vrijwillige inzet in sport, cultuur, buurt of politiek stimuleert lokaal leiderschap en samenwerking.
- Verenigingen kunnen dienen als toegangspoort voor participatie in andere domeinen.
- Sport verhoogt de binding tussen burger en lokale overheid via sportstimuleringsbeleid. Positieve ervaringen met publieke sportvoorzieningen vergroten het vertrouwen in gemeente-initiatieven, wat bijdraagt aan het vertrouwen in instituties, wat leidt tot politieke participatie en democratische betrokkenheid.

Dit is een collectieve boodschap van organisaties die zich inzetten voor brede welvaart, gezondheid, leefbaarheid, cultuur, sport en verenigingsleven in Fryslân.

