

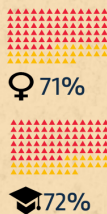


Hoe beïnvloeden de coronamaatregelen ons welzijn?

Focus van de bevraging

... ligt op het volgen van de coronamaatregelen en hoe de maatregelen ons mentaal, sociaal, en fysiek welzijn op de proef stellen.

De vragenlijst kon ingevuld worden van vrijdag 10 april tot en met zondag 19 april en werd vervolledigd door 821 Vlamingen.



de gemiddelde leeftijd is 39 jaar



Bezorgdheid daalt

Te bezorgd zijn is niet goed voor het mentaal welzijn. Het is dus goed dat de bezorgdheid om besmet te geraken of anderen te besmetten daalt.

Zoeken naar een gevoelig evenwicht

Anderzijds kan een gebrek aan zorgen leiden tot het minder goed opvolgen van de maatregelen.



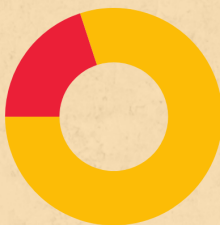
32%

vertoont verhoogde angstklachten

Zij hebben meer moeite om de maatregelen vol te houden en hebben veel zorgen.

67% is bezorgd om zelf besmet te geraken

83% is bezorgd om het virus te verspreiden



20%

geeft aan meer middelen (roken, alcohol en/of drugs) te gebruiken



30%

geeft aan **even** fysiek actief te zijn

30%

geeft aan **meer** fysiek actief te zijn

30%

geeft aan **minder** fysiek actief te zijn

Alleenwonenden ervaren meer...

➤ slaapproblemen

➤ sociaal isolement

... in vergelijking met mensen die met minstens één iemand anders samenwonen.

Deze groep ervaart iets meer angst, depressieve klachten, slaapproblemen en sociale isolatie.

Deelnemen aan dit onderzoek?

Deelnemen kan vanaf 1 mei via deze [link](#).