

GEZOND LEVEN

Ervaringen van Utrechters in een kwetsbare situatie met gezond leven, hun gezondheid en corona





meetellen
UTRECHT



Gemeente Utrecht

de omslag
zinvolle zaken



RAPPORTAGE

GEZOND LEVEN

Ervaringen van Utrechters in een
kwetsbare situatie met gezond
leven, hun gezondheid en corona



PEILING 9
September 2021

meetellen
UTRECHT



Wie deden mee aan het onderzoek?

- 131 panelleden vulden de vragenlijst in
- 21 panelleden zijn geïnterviewd



- 29% heeft een migratieachtergrond
- 5% was dakloos in de afgelopen drie maanden

Resultaten

- Eenzaamheid
- Stress
- Psychische gezondheid
- Zorg en hulpverlening
- Leefstijl
- Meedoen in de maatschappij

Eenzaamheid

- 54% van de panelleden voelt zich eenzamer door de coronacrisis
- In totaal is 76% van de panelleden eenzaam
 - 45% is ernstig eenzaam
 - 31% is matig eenzaam

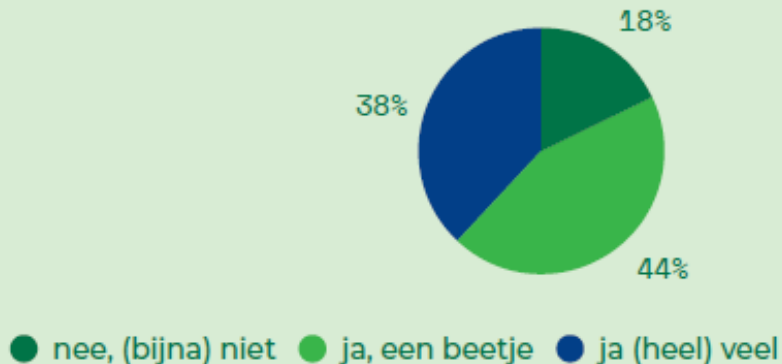
'Door de corona ben ik ook nog veel eenzamer geworden. Deze week heb ik alle avonden in mijn eentje gezeten. Het is verschrikkelijk hier in mijn eentje. Niet enkel een avond hoor, ook niet twee avonden, zelfs niet drie avonden maar vijf avonden op een rij alleen zitten, het is verschrikkelijk.'

- 31% heeft onvoldoende mensen om zich heen die kunnen helpen bij ziekte

Stress

- 55% van de panelleden ervaart meer stress door de coronacrisis
- In totaal heeft 38% van de panelleden (heel) veel last van stress
 - De coronacrisis is de meest genoemde stressbron: 52% van de panelleden met stress noemt de coronacrisis als stressbron

HEB JE IN DE AFGELOPEN 4 WEKEN LAST GEHAD VAN STRESS?



Psychische gezondheid

- 46% van de panelleden voelt zich angstiger of depressiever door de coronacrisis

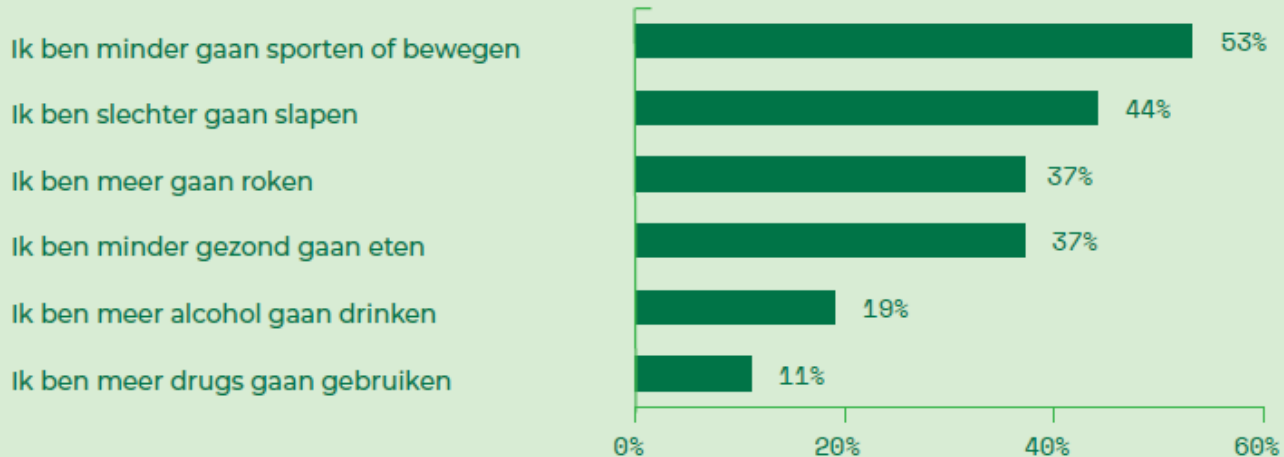
'Corona is heel heftig. Ik ben mijn hele zelf verloren. Ik heb ook mijzelf toen een hersenschudding geslagen. [...] Alles viel weg, alles instabiel. Ik kreeg geen hulp en ja het was voor mij heel moeilijk. [...] Al mijn structuur valt weg. En ze kijken alleen om naar ouderen, maar niet naar mensen die alleen wonen.'

- 48% van de panelleden heeft minder controle over hun leven door de coronacrisis
- Enkele panelleden waarderen de rust en betrokkenheid in de coronatijd

'Mensen willen ook wel iets voor de ander betekenen'

Leefstijl

IMPACT VAN CORONA OP LEEFSTIJL, IN PERCENTAGES



‘De coronasituatie [...] zorgt dat je toch minder op je eten let en bewegen op dit moment ook gewoon minder mogelijk is’.

Zorg en hulpverlening

- 12% heeft een behandeling nodig gehad in de afgelopen 12 maanden, maar heeft deze niet ontvangen
- Meest genoemde reden hiervoor is de coronacrisis

'In het begin heeft de GGZ ook een tijdje alleen op afstand gewerkt en dat had heel veel invloed op mij. [...] Alsof opeens je behandeling wordt stopgezet. [...] Ik verloor ook een beetje hoop daarmee want behandeling volgen gaf me ook een beetje hoop dat het beter kon worden.'

Meedoen in maatschappij

- 49% van de panelleden heeft door de coronacrisis minder (vrijwilligers)werk kunnen doen
- Panelleden geven aan dat zij minder mee kunnen doen in de maatschappij vanwege de coronacrisis

'Normaliter zeer actief, betrokken, sociaal. Nu kluizenaar!'

- 32% van de panelleden is er tijdens de coronacrisis financieel op achteruit gegaan

Aanbeveling

Houd rekening met de blijvende impact van de coronacrisis op gezondheid

- Coronacrisis heeft grote invloed op het leven van Utrechters in een kwetsbare situatie
- De lange termijneffecten zijn nog niet goed te overzien
- Tijdig inspelen op lange termijn gevolgen, zoals:
 - Wegvallen van (vrijwilligers)werk met mogelijk financiële gevolgen
 - Uitstel van zorg
 - Negatieve ontwikkelingen in leefstijl

