# Évaluation du bien-être durant le confinement en lien avec le COVID-19

Ce questionnaire étudie les facteurs pouvant avoir un impact sur votre vécu du  
confinement en lien avec l'épidémie COVID-19.

**Il sera envoyé à plusieurs reprises à différents temps de la période de confinement et au delà.**

**Merci du temps que vous consacrerez à y répondre : il sera précieux pour mieux comprendre les effets psychologiques de cette période.**

Note : La passation de ce questionnaire dure environs 15 minutes.

## Echelle du stress

* Sur une échelle allant de 0 (absence totale de stress) à 10 (stress maximal imaginable) quel est votre niveau de stress concernant ces 3 différents domaines depuis le début de la période de confinement ?
* Niveau de stress lié au travail
  + Echelle de 0 à 10
* Niveau de stress lié à la vie personnelle
  + Echelle de 0 à 10
* Niveau de stress en général
  + Echelle de 0 à 10

## Coronavirus et confinement

* Etes-vous en accord avec la mesure de confinement ?
  + Complétement d’accord
  + Assez d’accord
  + Ni d’accord, ni par d’accord
  + Plutôt en désaccord
  + Complètement en désaccord
* Etes-vous satisfait de votre niveau d’information sur les mesures du confinement ?
  + Très satisfait
  + Plutôt satisfait
  + Ni satisfait, ni pas satisfait
  + Plutôt pas satisfait
  + Pas satisfait du tout
* Avez vous trouvé les informations officielles suffisamment claires sur le coronavirus (mode de transmission, prévention, …) ?
  + Très claires et cohérentes
  + Assez claires et cohérentes
  + Ni claires, ni floues
  + Plutôt floues ou contradictoires
  + Très floues ou contradictoires
* Etes-vous en contact avec une ou des personnes susceptible(s) d’être contaminée(s) par le coronavirus ?
  + Je suis confiné(e) à mon domicile et je suis contaminé(e)
  + Je suis confiné(e) à mon domicile sans personne contaminée
  + Je suis confiné(e) à mon domicile avec des personne(s) contaminé(es)
  + Je suis en contact direct avec des personnes ou du matériel suspectées d’être contaminé(es) à l’extérieur
  + Je suis en contact direct avec des personnes à l’extérieur de mon domicile (au travail par exemple)
  + Je sors de mon domicile mais ne suis pas en contact direct avec des personnes extérieures (sur une exploitation agricole par exemple).
* Est-ce que le manque d’accès aux matériels de protections (masques, gels hydroalcooliques) vous préoccupe ?
  + Non
  + Plutôt non
  + Plutôt oui
  + Oui
* Est-ce que l’accès aux produits de première nécessité vous préoccupe actuellement ?
  + Non, je ne suis pas inquiet à ce sujet
  + Oui, je m’inquiète mais j’ai actuellement accès à tout ce dont j’ai besoin
  + Oui, je m’inquiète et je n’ai actuellement pas accès à tout ce dont j’ai besoin

## Situation actuelle

* Combien de personnes partagent votre logement actuellement (vous inclus) ?
  + Champs
* Des membres de votre famille habitent-ils actuellement avec vous, en dehors de votre/vos enfant(s) ?
  + Oui
  + Non
* Combien de personnes vivent avec vous en dehors de vos enfants ?
  + Champs
* Actuellement, travaillez-vous ?
  + Oui, je suis en télétravail
  + Oui, je travaille à l'extérieur de mon domicile exclusivement
  + Oui, je travaille en partie en télétravail et sur mon site de travail
  + Non, je suis en chômage partiel
  + Non, je suis en arrêt maladie
  + Non, je suis en congés ou en arrêt pour garde d’enfant(s)
  + Non, je suis en recherche d’emploi
* Si oui, quelle est votre charge de travail ?
  + Moins importante qu’avant le confinement
  + Pareille qu’avant le confinement
  + Plus importante qu’avant le confinement
  + Très variable et d’évolution imprévisible
* La période de confinement va-t-elle avoir des répercussions financières sur votre budget ?
  + Très probablement
  + Probablement
  + Probablement pas
  + Certainement pas
* Cela risque-t-il de vous mettre en situation de précarité ?
  + Très probablement
  + Probablement
  + Probablement pas
  + Certainement pas
* Actuellement, avez-vous des difficultés pour :
  + Maintenir un rythme veille /sommeil satisfaisant (dormir à des horaires réguliers...)
  + Vous endormir
  + Vous sentir reposé
  + Manger au moins 2 repas par jour
  + Ne pas grignoter davantage qu’à votre habitude
  + Etablir de nouvelles routines
  + Aucune difficulté particulière
* Actuellement, à quelle fréquence avez-vous des interactions sociales avec votre famille ou des amis qui ne sont pas confinés avec vous ?
  + Directement en face à face
    - Moins d’une fois par semaine / Une fois par semaine / Plusieurs fois par semaine / Tous les jours
  + Au téléphone ou sur les réseaux sociaux
    - Moins d’une fois par semaine / Une fois par semaine / Plusieurs fois par semaine / Tous les jours

**Merci d'avoir pris le temps de répondre à l'ensemble de ces questions.**

**Nous vous souhaitons bon courage pour cette période.**

**N'hésitez pas à consulter les fiches d'aide et conseils publiées sur ce site :**

**https://centre-ressource-rehabilitation.org**