# **Ty**

# **ENQUETE BIEN-ÊTRE et LIEU de RESIDENCE**

# *Nous menons une enquête sur le bien-être des habitants en ville. Nous abordons donc* ***votre ressenti****, mais également certaines caractéristiques de votre lieu de résidence.* ***Vos réponses doivent refléter ce que vous éprouvez ou pensez actuellement (et non pas en général).*** *Il n’y a pas de bonne ou mauvaise réponse, ces réponses sont personnelles et resteront confidentielles. Nous ne réalisons aucune analyse individuelle, seulement des analyses statistiques globales.*

1. **LE BIEN-ÊTRE**

Gardez à l'esprit vos normes, vos espoirs, vos plaisirs et vos préoccupations. Nous vous demandons de penser à votre **vie au cours de la dernière semaine**, dans votre lieu de résidence ou à proximité.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | pas du tout | un peu | modéré-ment | beaucoup | extrêmement |
| 1. | La douleur physique vous empêche-t-elle de faire ce dont vous avez envie ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. | Avez-vous besoin d'un traitement médical quotidiennement ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. | Aimez-vous votre vie ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. | Estimez-vous que votre vie a du sens ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. | Êtes-vous capable de vous concentrer ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. | Vous sentez-vous en sécurité dans votre vie quotidienne ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7a | Vivez-vous dans un environnement sain ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7b | Êtes-vous gêné par le bruit là où vous vivez ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Les questions suivantes portent sur la façon dont vous vivez ou avez pu accomplir certaines choses **au cours de la dernière semaine**.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | pas du tout | un peu | modéré-ment | beaucoup | extrêmement |
| 8. | Avez-vous assez d'énergie dans votre vie quotidienne ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. | Acceptez-vous votre apparence physique ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. | Avez-vous assez d'argent pour satisfaire vos besoins ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. | Avez-vous accès aux informations nécessaires pour votre vie quotidienne ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. | Avez-vous souvent l'occasion de pratiquer des loisirs ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | très difficilement | difficilement | assez facilement | facilement | très facilement |
| 13. | Comment arrivez-vous à vous déplacer ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | très insatisfait(e) | insatisfait(e) | ni satisfait(e) ni insatisfait(e) | satisfait(e) | très satisfait (e) |
| 14. | Êtes-vous satisfait(e) de votre sommeil ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. | Êtes-vous satisfait(e) de votre capacité à effectuer les tâches de la vie quotidienne ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. | Êtes-vous satisfait(e) de votre capacité à effectuer votre activité professionnelle ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. | Êtes-vous satisfait(e) de vous ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. | Êtes-vous satisfait(e) de vos relations avec les autres ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. | Êtes-vous satisfait(e) de votre vie sexuelle ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. | Êtes-vous satisfait(e) du soutien de vos amis ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. | Êtes-vous satisfait(e) de votre lieu de vie ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. | Êtes-vous satisfait(e) de votre accès aux services de santé ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23a | Êtes-vous satisfait(e) de votre moyen de transport ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23b | Êtes-vous satisfait(e) de votre environnement physique à l’endroit où vous vivez ? (pollution, bruit, climat esthétique) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

La question suivante fait référence à la fréquence à laquelle vous avez ressenti ou vécu certaines choses **au cours de la dernière semaine.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | jamais | une fois par semaine | quelques fois par semaine | presque tous les jours | tous les jours |
| 24. | Avez-vous des sentiments négatifs tels que la mélancolie, le désespoir, l'anxiété ou la dépression ? | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

# En synthèse, en pensant à la semaine écoulée :

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | très faible | faible | ni faible ni bonne | bonne | très bonne |
| 25. | Comment évaluez-vous votre qualité de vie ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | très insatisfait(e) | insatisfait(e) | ni satisfait(e) ni insatisfait(e) | satisfait(e) | très satisfait (e) |
| 26. | Êtes-vous satisfait(e) de votre santé ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**II.** **CARACTÉRISTIQUES DE LA NATURE AUTOUR DE VOUS**

Quels sont les types d'espaces verts et de nature de votre lieu de résidence / à proximité de votre lieu de résidence (que vous voyez de chez vous ou auquel vous avez accès en moins de 15 min à pied) ?

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | ne s'applique pas | s’applique légèrement | s’applique modérément | s’applique fortement | s'applique pleinement |
| 27. | Champs, prairies | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28. | Forêt et / ou bois | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29. | Espaces bleus (berge, lac, canal, rivière, plage, etc) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30. | Jardin privatif | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31. | Parcs urbains (publics / privés) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32. | Squares | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33. | Espaces verts de jeux et sports | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34. | Jardins partagés | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35. | Parterres de fleurs | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36. | Promenades plantées | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37. | Broussailles et zones de végétation non entretenues | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38. | Jardins potagers | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39. | Arbres, groupés ou non, dans la/les rues | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40. | Jardin sur le toit | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41. | Bord de route avec végétation | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42. | Balcon(s) fleuris, et/ou avec potager | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43. | Noues végétales (fossé avec de la végétation visant à récupérer les eaux de pluie) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44. | Terrasse fleurie, et/ou avec potager | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45 | Jardinière(s) fleurie(s) suspendue(s) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Par rapport à cette nature située à proximité de votre lieu de résidence, pouvez-vous indiquer votre degré d’accord avec les affirmations suivantes

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Pas du tout d’accord | Pas d’accord | N’a pas d’avis | D’accord | Tout à fait d’accord |
|  | La nature autour de moi comprend une grande variété de végétaux | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | La nature autour de moi accueille des végétaux de différentes tailles | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | La nature autour de moi accueille une grande variété d’animaux (insectes, oiseaux par exemple) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | La nature autour de moi comprend des végétaux des couleurs variées | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | La nature autour de moi comprend des végétaux dont les feuilles ont des formes très différentes | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | La nature autour de moi est dense | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | La nature autour de moi est clairsemée, éparpillée | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**46) En moyenne, quelle est la distance à pied à l'espace vert le plus proche de votre résidence ?**

Entre 0 et 300 mètres, soit 5 minutes à pied

Entre 300 et 500 mètres, soit 8 minutes à pied

Entre 501 mètres et 1 km, soit 15 minutes à pied

Entre 1km et 3km

Plus de 3 km

**III.** **EXPOSITION À LA NATURE**

Au cours de la dernière semaine, à quelle fréquence vous êtes-vous exposé pendant **plus de 5 minutes** à ?

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | pas cette semaine | une fois par semaine | quelques fois par semaine | presque tous les jours | tous les jours |
| 47. | Des arbres et/ou des éléments naturels à proximité de votre résidence | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48. | Un jardin privatif | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49. | La vue d’espace naturel lorsque vous vous déplacez (trajet pour aller au travail, en faisant vos courses par exemple) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 50. | Des plantes d'intérieur, sur le balcon | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 51. | Des animaux domestiques | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ~~52.~~ | ~~Des photographies d'éléments naturels~~ | ~~1~~ | ~~2~~ | ~~3~~ | ~~4~~ | ~~5~~ |
| ~~53.~~ | ~~Des images d’éléments naturels par des films, documentaires ou jeux vidéos~~ | ~~1~~ | ~~2~~ | ~~3~~ | ~~4~~ | ~~5~~ |

**IV.** **ACTIVITÉS DANS LA NATURE**

Au cours de la dernière semaine, pendant votre temps libre, à quelle fréquence avez-vous réalisé les types d'exercices suivants pendant **plus de 15 minutes dans des espaces verts** (forêt, parc, jardin) **ou bleus** (plage, bord de rivière, lac)?

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | pas cette semaine | Une fois | Quelques fois | Presque tous les jours | Tous les jours |
| 54. | Interactions sociales (p. ex., rencontrer des amis, des voisins, sortir avec les enfants…) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 55. | Activités culturelles (peinture, lecture, etc.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 56. | Observer la nature | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 57. | Flâner, se reposer | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 58. | Jardiner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 59. | **Réaliser un exercice fort dans un espace** (p. ex., course à pied, football, judo, patin à roulettes, natation vigoureuse, vélo vigoureux sur de longues distances) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 60. | **Réaliser un exercice modéré dans un espace** (p. ex., marche rapide, vélo facile, natation facile, danse) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 61. | **Réaliser un exercice doux, léger, dans un espace** (p. ex., marche facile, promener le chien, yoga, pêche au bord de la rivière) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 62. | **Réaliser une activité sédentaire dans un espace** (p. ex., être assis, allongé dans un espace vert ou en voiture, en moto, en bateau) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**V.** **CARACTÉRISTIQUES PERÇUES**

Par rapport à la qualité des espaces verts les plus proches de votre résidence ou ceux où vous vous rendez habituellement, êtes-vous satisfait de ?

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | très insatisfait(e) | insatisfait(e) | ni satisfait(e) ni insatisfait(e) | satisfait(e) | très satisfait (e) |
| 63. | La sécurité | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 64. | La propreté | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 65. | L’esthétique, la beauté des lieux | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 66. | Le coût (coût d’accès, d’entretien) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 67. | Les horaires d’ouverture | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 68. | La signalétique | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 69. | La facilité d’accès (à pied, voiture, vélo, transports en commun) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 70. | Les espaces de mobilité (pistes, allées, circuits et promenades aménagés) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 71. | Les espaces ou installations permettant le repos (pelouse autorisée, bancs) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 72. | Les espaces ou installations permettant le loisir (aire de jeux, terrain de sport par exemple) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**VI.** **À PROPOS DE VOUS**

**73) Quel est votre âge ?**

Entre 18 et 25 ans  
Entre 26 et 34 ans  
Entre 35 et 44 ans  
Entre 45 et 55 ans  
Entre 56 et 75 ans  
76 et plus

1. **Quel est votre sexe ?**

Masculin  
Féminin  
Autre

1. **Quelle est votre situation professionnelle ?**

Employé(e) à temps plein

Employé(e) à temps partiel

Travailleur(e) indépendant(e)

Sans emploi

Au foyer

Étudiant(e)

Retraité(e)

1. **~~Combien d'heures en moyenne travaillez-vous par semaine ?~~**

~~Je ne travaille pas~~

~~Moins de 20 heures~~

~~35 heures~~

~~Entre 36 et 44 heures~~

~~Plus de 44 heures~~

1. **~~Votre temps de déplacement domicile-travail / travail – domicile par jour ?~~**

~~Moins de 30 min  
Entre 30 minutes et 1h  
Entre 1 et 2 heures  
Plus de 2 heures~~

1. **Quel est le niveau d'études le plus élevé que vous avez atteint ?**

Sans scolarité

École élémentaire

Collège

Lycée

Formation technique

Licence

Master/doctorat

1. **Quel est votre revenu net annuel – après impôts- de votre foyer?**

Moins de 17 999 €  
Entre 18 000 € et 25 999 €  
Entre 26 000 € et 35 999 €  
Entre 36 000 € et 50 999 €  
Plus de 51 000 €

1. **Quelle est votre situation civile ?**

Célibataire (jamais marié(e))  
Marié(e) ou en couple  
Séparé(e)  
Divorcé(e)  
Veuf/veuve

1. **Nombre d'enfants d'âge scolaire avec lesquels vous habitez ?**

0

1

2

3

4 et plus

1. **Y compris vous-même, combien de personnes vivent actuellement avec vous ?**

1

2

3

4

5 et plus

1. **~~Quelle est la surface de votre lieu d’habitation ?~~**

~~Entre 0 et 19m²~~

~~Entre 20 et 45 m²~~

~~Entre 46 et 65 m²~~

~~Entre 66 et 100 m²~~

~~Plus de 101m²~~

1. **~~Où habitez-vous ?~~**

~~Dans une maison individuelle avec jardin~~

~~Dans une maison de ville~~

~~Dans un appartement avec balcon ou jardin~~

~~Dans un appartement sans jardin ni balcon~~

1. **Quels problèmes de santé avez-vous actuellement (plusieurs alternatives) ?**

( ) Trouble cardiaque

( ) Hypertension artérielle

( ) Arthrite ou rhumatisme

( ) Cancer

( ) Emphysème ou bronchite chronique

( ) Diabète

( ) Cataracte

( ) Accident vasculaire cérébral

( ) Fracture, fêlure

( ) Problèmes nerveux ou émotionnels chroniques

( ) Trouble chronique du pied (oignons, ongles incarnés)

( ) Hémorroïdes

( ) Maladie de Parkinson

(...) Dépression

( ) Autre

( ...) Aucun problème

1. **Concernant votre style de vie, vous ... ?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | jamais | une fois par semaine | quelques fois par semaine | presque tous les jours | tous les jours |
| 86a. | Fumez |  |  |  |  |  |
| 86b. | Consommez de l’alcool |  |  |  |  |  |
| 86c. | Consommez des ~~drogues illicites~~ substances psychotropes (cannabis, cocaïne, calmants par exemple) |  |  |  |  |  |
| 86d. | Etes sédentaire (Faîtes moins de 30 minutes par jour d’activités physiques par exemple marche, ménage, jardinage) |  |  |  |  |  |

1. **Souhaitez-vous ajouter quelque chose ?**