

## RESULTATEN VRAGENLIJST RONDE 2

### “IMPACT VAN COVID-19 OP LAAGGELETTERDEN EN MENSEN MET EEN LICHT VERSTANDELIJKE BEPERKING”

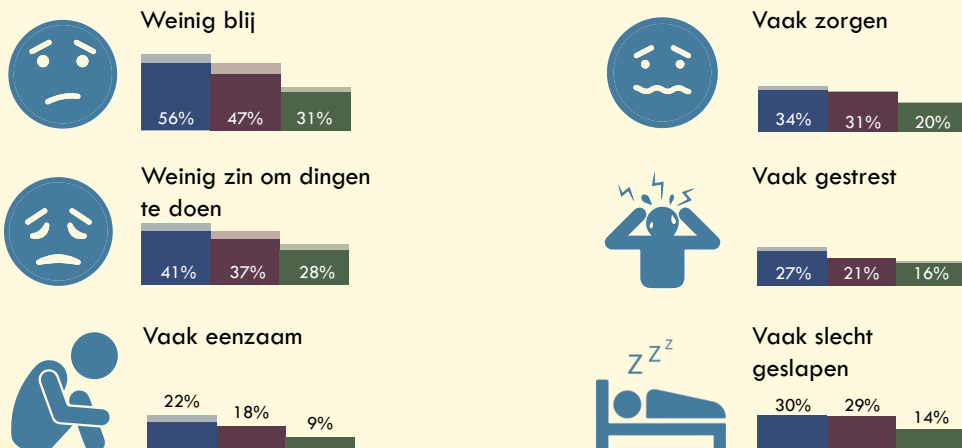
Nederland heeft inmiddels meer dan een jaar met corona en de coronamaatregelen te maken. Welke impact corona gedurende deze periode op laaggeletterden en mensen met een licht verstandelijk beperking (LVB) heeft, is nog niet duidelijk in beeld. Middels een speciaal voor hen ontwikkeld vragenlijstenonderzoek, wordt hier inzicht in verkregen. Hierbij wordt gekeken naar de mentale gezondheid, en naar waar extra aandacht of ondersteuning nodig is. In deze factsheet delen we de belangrijkste resultaten met u.

#### Wie heeft de tweede vragenlijst ingevuld?

De vragenlijst is in april 2021 door 351 mensen die moeite hebben met lezen en schrijven ingevuld. Op basis van de vraag “Krijg jij thuis hulp zoals zorg of begeleiding?” is de groep verdeeld in twee groepen. Binnen de groep mensen met een LVB zijn alleen mensen meegenomen die thuis zorg of begeleiding ontvangen. Daarnaast hebben 2.930 panelleden van GGD Gelderland-Zuid en Gelderland-Midden dezelfde vragenlijst ingevuld. Dit panel maakt het mogelijk om een vergelijking tussen de groepen te maken.



#### Resultaten mentale gezondheid



\* Op basis van geslacht en leeftijd is het een goede afspiegeling van laaggeletterden en mensen met een LVB in Nederland.

\*\*Het GGD panel is niet representatief voor de bevolking in de regio. Er nemen meer vrouwen, ouderen en hoogopgeleiden deel. Voor de vergelijking met de onderzoeksdoelgroep is het panel gewogen op de factoren geslacht en leeftijd.



Radboudumc



Gelderland-Midden



Gelderland-Zuid



Gelderse Poort

## Oppakken activiteiten en sociale contacten geeft energie.

De resultaten laten zien dat het met een kleine groep mensen beter gaat dan in de winter 2020. Het aantal mensen dat zich bijna nooit blij voelt of bijna nooit dingen wilt doen is kleiner geworden. In de gesprekken komt naar voren dat vooral meer perspectief en de zomer die in zicht is, bijdragen aan een positiever gevoel.

Mensen durven weer wat meer buiten de deur te komen en af te spreken. Dit lijkt een positief effect op de mentale gezondheid te hebben.

## Versoepelingen en onduidelijkheid regels geven stress.

Er wordt aangegeven dat de versoepelingen ook stress met zich mee brengen. Het is wennen om weer onder de mensen te zijn. Het voelt nog niet voor iedereen veilig. Daarnaast is het niet voor iedereen duidelijk welke regels er nu gelden.

## Wat kan helpen?



**Tip 1: Maak zorgen bespreekbaar:** Maak bespreekbaar dat het niet vreemd is dat mensen moeten wennen aan een nieuwe situatie waarin minder regels gelden. Bespreek met elkaar hoe er stap voor stap steeds meer dingen ondernomen kunnen worden. Kijk hierbij goed naar wat bij iemand past, en wat iemand aankan.



**Tip 2: Van regels naar praktijkvoorbeelden:** Is er weer een nieuwe persconferentie geweest? Bespreek dan de nieuwe regels of versoepelingen met elkaar door. Kijk ook naar wat dit in de praktijk betekent. Waar moet iemand rekening mee houden als hij bijvoorbeeld weer naar werk of school kan. Door deze situaties stap voor stap met elkaar door te spreken is iemand goed voorbereid en komt voor minder verrassingen te staan.



**Tip 3: Maak gezonde keuzes leuk:** Een gezonde leefstijl draagt bij aan een betere mentale en fysieke gezondheid. Niet iedereen heeft de juiste kennis, tijd en motivatie om hier actief mee bezig te zijn. Door activiteiten te organiseren die een gezonde leefstijl promoten, kan hier aandacht voor gevraagd worden. Denk aan een quiz met gezonde feitjes, een filmavond met een informatieve film, of een wedstrijdje met de ommetjes app. Zorg er voor dat de activiteiten laagdrempelig zijn, betrek mensen pro-actief, en denk bij het communicatiemateriaal aan het taalniveau.

## Aandacht voor groep met klein sociaal netwerk en weinig hulp.

Voor veel mensen zijn veel activiteiten afgelopen jaar stil komen te liggen. Een belangrijk moment voor sociaal contact viel hiermee ook weg. Dit in combinatie met de bezoekrestricties, heeft de sociale kring van veel mensen verkleind. In de gesprekken komt naar voren dat mensen afhankelijker zijn geworden van een klein groepje mensen om zich heen. Met name binnen de groep zonder begeleiding is er behoefte aan iemand die hen kan helpen. Hierbij wordt gesproken over hulp met administratieve en huishoudelijke klussen. Maar ook iemand waarmee ze even kunnen praten en hun zorgen mee kunnen bespreken.

**Omdat deze groep vaak niet duidelijk in beeld is bij organisaties, kan het lastig zijn om hier goed in te kunnen ondersteunen. We willen u daarom vragen na te denken wat uzelf of uw organisatie hierin kan betekenen. We delen drie behoeftes die met betrekking tot dit onderwerp naar voren kwamen:**

**Aanspreekpunt voor hulpvragen:** De groep zonder begeleiding vindt het zelf vaak moeilijk om om hulp te vragen. Of weten niet bij wie ze om hulp kunnen vragen. Afgelopen jaar is deze groep nog minder zichtbaar geworden. Bij wie kunnen zij terecht met vragen? En welke drempels moeten weggenomen worden om dit zo toegankelijk mogelijk te maken?

**Activiteiten oppakken:** Juist nu veel activiteiten weer opgepakt kunnen worden, is het belangrijk om aandacht te hebben voor deze groep. Zij zullen niet makkelijk zelf de stap zetten om weer actief ergens aan deel te nemen. Wie organiseert er een toegankelijke activiteit en wie nodigt hen uit?

**Meer sociale contacten:** Vriendschappen onderhouden is voor veel mensen lastig. Afgelopen jaar maakte dit zelfs nog wat lastiger. Nu er weer meer afgesproken kan worden, is daar dan ook veel behoefte aan. Maar relaties zijn vervaagd, en afspreken is weer even wennen wat de drempel hoog maakt. Wie kan hen net dat extra duwtje in de rug geven om weer af te spreken?

*Iedereen die heeft bijgedragen aan het onderzoek hartelijk bedankt. We nodigen u graag uit om de derde vragenlijst onder de aandacht te brengen. Van 13 september tot en met 17 oktober kan de nieuwe en tevens laatste vragenlijst ingevuld worden. Meer weten? Neem contact op met [monique.koks-leensen@radboudumc.nl](mailto:monique.koks-leensen@radboudumc.nl) of kijk op [www.academischewerkplaatsamphi.nl](http://www.academischewerkplaatsamphi.nl).*

Dit project wordt mogelijk gemaakt door:  ZonMw  
Maakt onderdeel uit van het programma COVID-19