

Bien-être des participants après un an de pandémie

La pandémie a affecté tout le monde, mais pas de façon égale.

Les jeunes, les personnes ayant un plus faible revenu, et les personnes avec des conditions de santé ont 2 à 3 fois plus de risque d'avoir des symptômes de stress et de dépression.

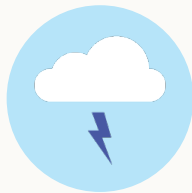


Chronicité



Nous avons observé des symptômes de **dépression et d'insomnie de faible intensité, mais persistants**, chez les participants en général, ce qui pourrait mener à une éventuelle détérioration.

Jeunes



Les jeunes (15-25 ans) rapportent **plus de stress** que les autres groupes d'âge. Leur niveau de stress a **augmenté dans le temps**, tandis que celui des autres groupes est resté stable.

Adaptation



Les personnes vivant avec des maladies chroniques se sont tournées vers **l'autogestion** et **les réseaux de soutien** pour pallier l'accès limité aux services.

Méthodes

Données recueillies entre le 29 avril 2020 et le 2 mars 2021, auprès de **2898 participants**, surtout des femmes, (81%), âgés de 43 ans en moyenne.