

# Οι Έλληνες & η νέα καθημερινότητα

Ένα χρόνο μετά το πρώτο Lockdown



Ξένια Κούρτογλου

Ιδρύτρια Focus Bari, e-satisfaction, the next U  
Mentor & Coach, Ψυχοθεραπεύτρια, Συγγραφέας

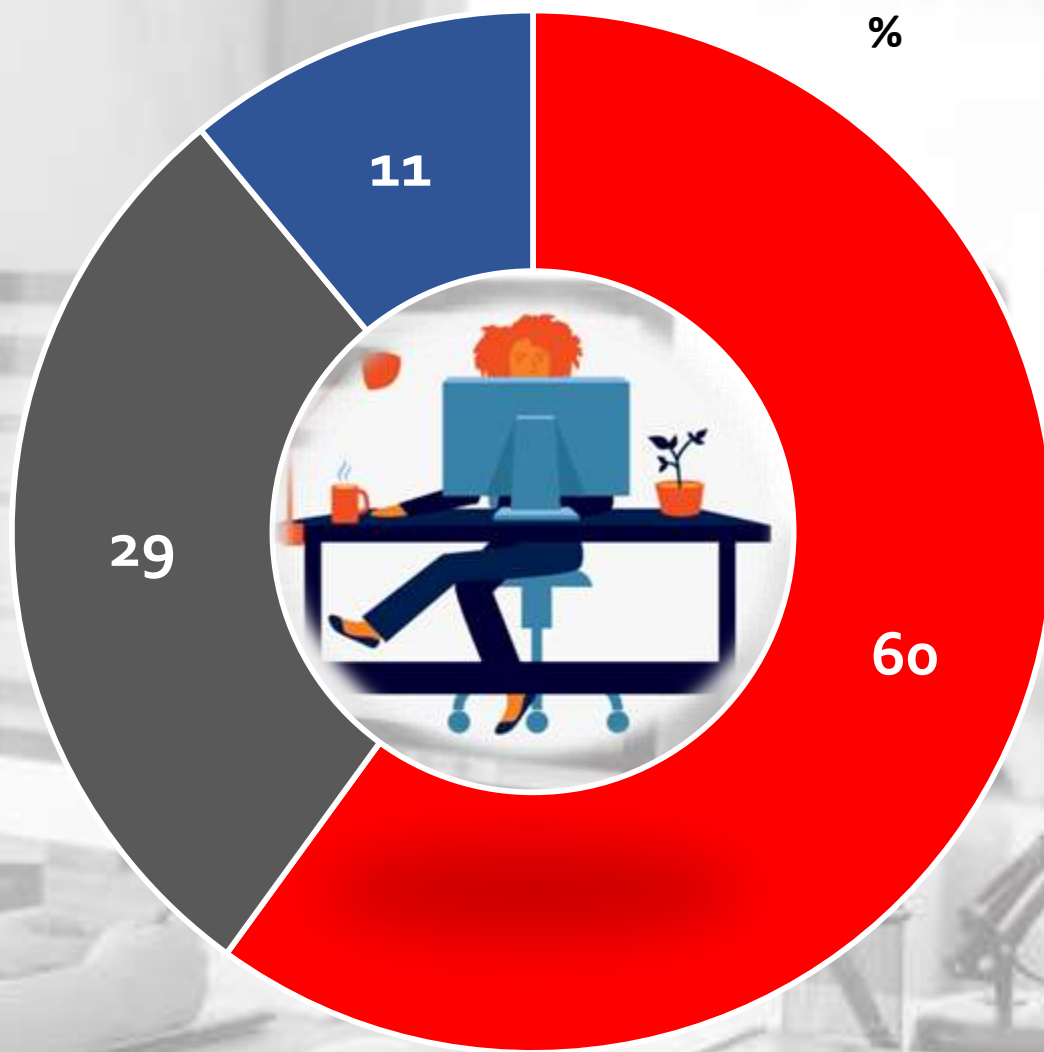


# Η ταυτότητα της Έρευνας

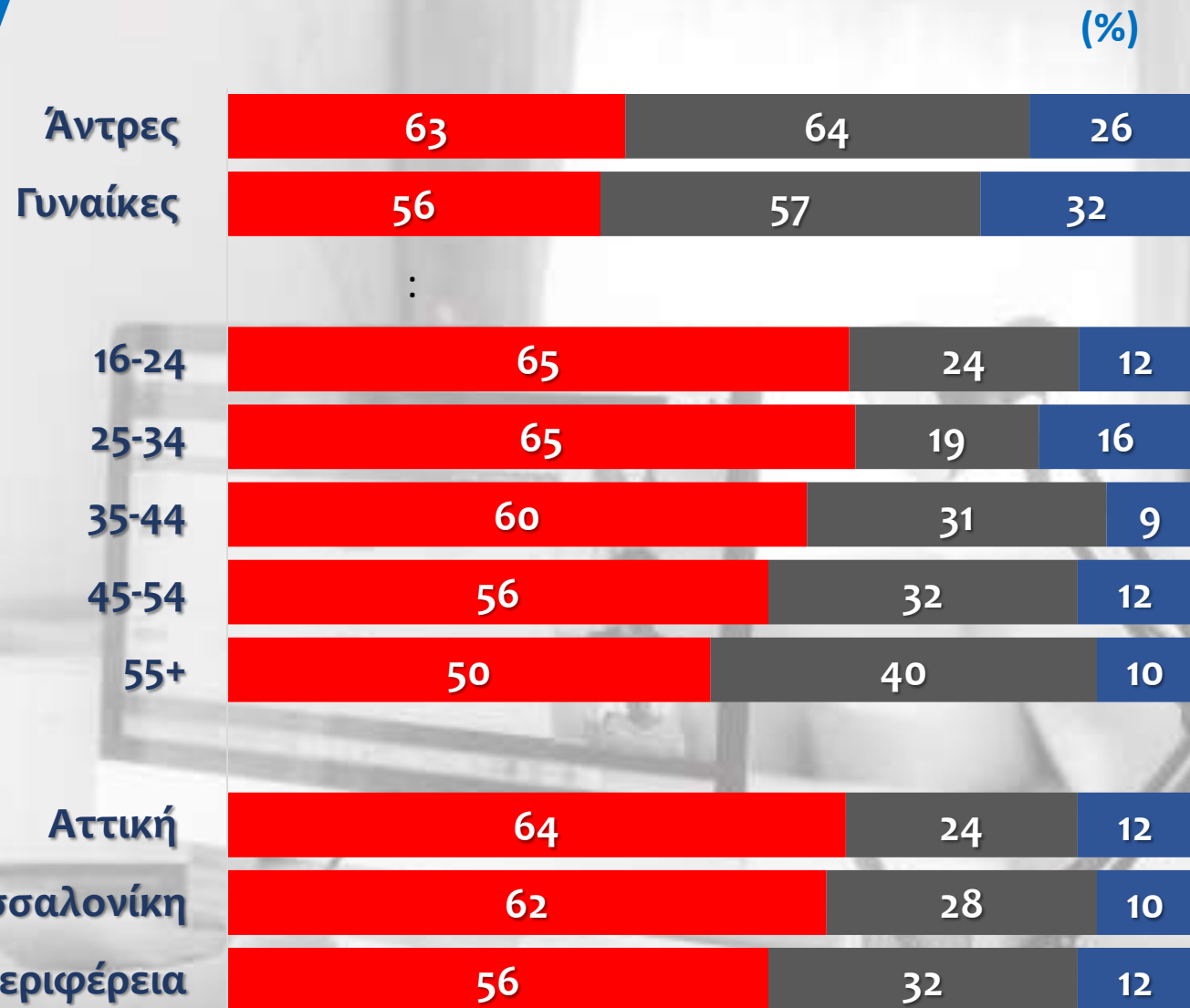


- ✓ Online Ποσοτική Πανελλαδική Έρευνα CAWI
- ✓ Focusonline panel
- ✓ Άντρες και Γυναίκες 16-64 χρόνων
- ✓ Δείγμα : 622 άτομα
- ✓ 9-10 Φεβρουαρίου 2021
- ✓ Fieldwork, επεξεργασία, ανάλυση : Ομάδα Focus Bari, Voxco Software
- ✓ Πρωτοβουλία Focus Bari στο πλαίσιο συνεχών ερευνών κοινής γνώμης & παρακολούθησης της Ελληνικής Κοινωνίας

Σε σχέση με  
ένα χρόνο πριν  
οι τρεις στους  
πέντε Έλληνες  
δηλώνουν πως  
βιώνουν μια χειρότερη  
καθημερινότητα



Φαίνεται ότι οι ομάδες με την **μεγαλύτερη αναλογία σε χειρότερη καθημερινότητα φέτος** απ'ότι ένα χρόνο πριν είναι οι **άντρες** σε σύγκριση με τις γυναίκες, οι **νεότερες ηλικίες** σε σύγκριση με τις μεγαλύτερες, και οι κάτοικοι **Αττικής και Θεσσαλονίκης** σε σύγκριση με τους κατοίκους της περιφέρειας.



■ Καλύτερη καθημερινότητα 
 ■ Ίδια καθημερινότητα 
 ■ Χειρότερη καθημερινότητα



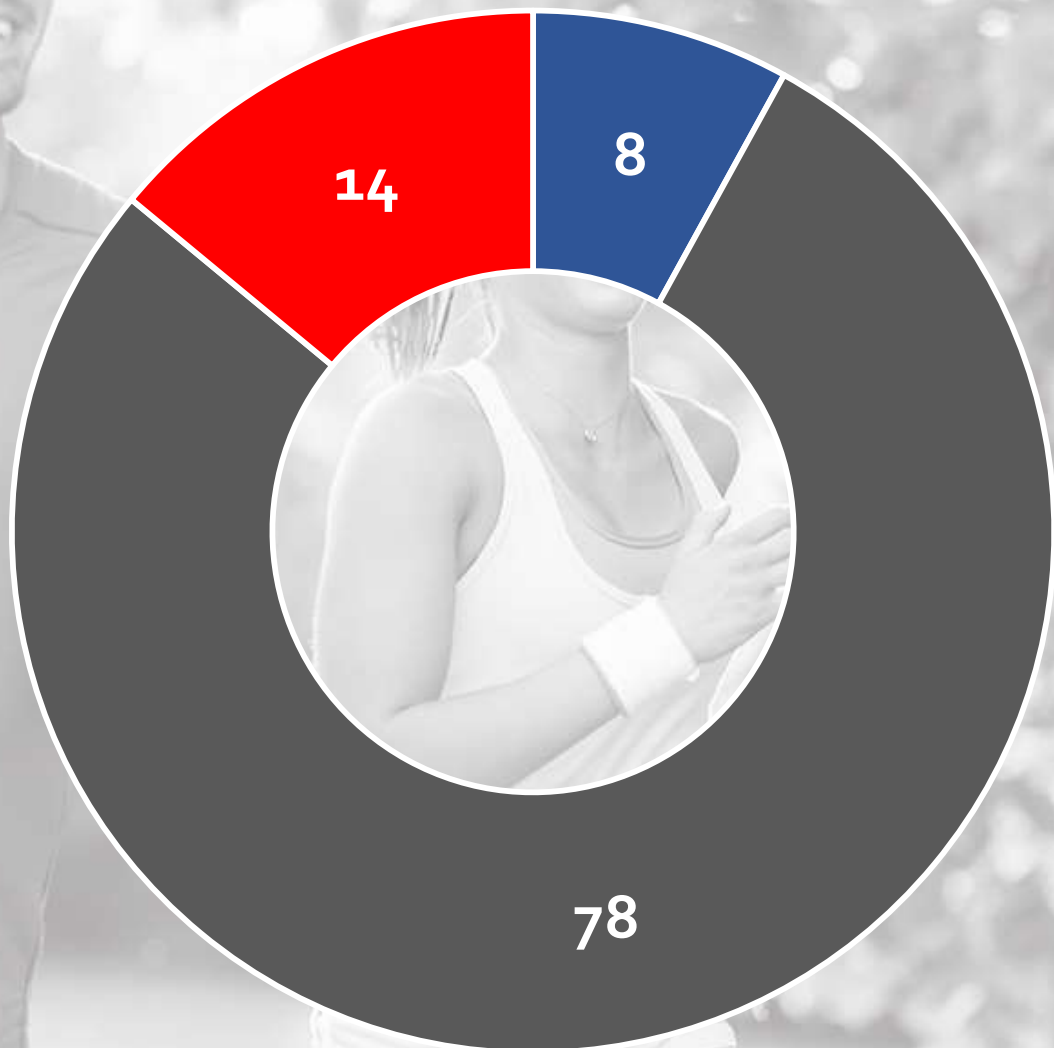
Για το  
σημαντικότερο  
60% των Ελλήνων  
που βιώνουν τώρα  
μια χειρότερη  
καθημερινότητα σε  
σχέση με πέρσι, οι  
λόγοι είναι :



Για την μικρή αναλογία (11%) των Ελλήνων που δηλώνουν πως τώρα έχουν μια καλύτερη καθημερινότητα σε σχέση με πέρσι, οι λόγοι είναι :



Ένα ενθαρρυντικό στοιχείο είναι ότι η μεγάλη πλειονότητα των Ελλήνων, παρά την πανδημία, δηλώνουν πως η κατάσταση της **υγείας** τους είναι ίδια σε σχέση με ένα χρόνο πριν, ενώ μια σχετικά **μικρή αναλογία** βρίσκεται σε **χειρότερη** υγεία φέτος σε σχέση με πέρσι, αλλά και ένα 8% δηλώνουν πως η υγεία τους είναι **καλύτερη** σε σχέση με ένα χρόνο πριν



■ Καλύτερη υγεία

■ Ίδια κατάσταση υγείας

■ Χειρότερη υγεία

# Χειρότερη (14%)



- Έχω πάρει κιλά λόγω εγκλεισμού (57%)
- Έχω μελαγχολία λόγω μοναξιάς (57%)
- Βιώνω στρες/άγχος /φόβους λόγω πανδημίας , εγκλεισμού & συνθηκών (53%)
- Δεν ασκούμε/κλειστά γυμναστήρια (38%)
- Παρουσιάστηκε νέο πρόβλημα υγείας (34%)
- Φοβάμαι να πάω σε κέντρο υγείας για εξετάσεις (25%)
- Κοιμάμαι λιγότερο/άτακτα (26%)

Ποιοι είναι  
οι λόγοι που  
η υγεία  
έγινε:

# Καλύτερη (8%)



- Τρώω πιο σωστά/μαγειρεύω σπίτι (61%)
- Ασκούμε καθημερινά/τρέχω/περπατώ (54%)
- Κοιμάμαι καλύτερα/περισσότερο (45%)
- Λιγότερο στρες/εργάζομαι σπίτι/περισσότερη ηρεμία (36%)
- Περισσότερες ενέργειες πρόληψης και προστασίας της υγείας μου (35%)
- Καθιέρωσα νέες καλές συνήθειες (34%)



Όμως, το  
δυσάρεστο  
είναι ότι πάνω  
από έναν στους τρεις  
Έλληνες (36%)  
δηλώνουν ότι έχουν  
καταφύγει σε μια  
«κακή» συνήθεια μέσα  
στον χρόνο της  
πανδημίας και οι  
συνήθειες αυτές  
είναι :



Μέσα στη χρονιά της πανδημίας αύξησαν  
την χρήση σε τουλάχιστον ένα (36%) :



# Οι Έλληνες & η νέα καθημερινότητα

Ένα χρόνο μετά το πρώτο Lockdown



Ξένια Κούρτογλου

Ιδρύτρια Focus Bari, e-satisfaction, the next U  
Mentor & Coach, Ψυχοθεραπεύτρια, Συγγραφέας

THANK YOU

