

De Oorzaak Wekelijkse Bevragingen_W3

Survey Flow

EmbeddedData

ExternalDataReferenceValue will be set from Panel or URL.

Standard: Informatie & Logo's (2 Questions)

Standard: Jouw geluidservaring en levenskwaliteit afgelopen week (15 Questions)

Standard: Jouw aanpak voor geluid (11 Questions)

Standard: Jouw Tinnitus (4 Questions)

Standard: GAD 7 + PHQ 9 (4 Questions)

Standard: Comments (1 Question)

Page Break

Start of Block: Informatie & Logo's

Q1

Welkom terug in een nieuwe vragenlijst van je sensor meetperiode. De officiële meetperiode start op maandag 17 maart en eindigt op zondag 27 april. Tussen deze momenten verwachten we dat de sensor aan de gevel van je slaapkamerraam hangt en stroom krijgt.

Wekelijkse vragenlijsten bestaan uit wekelijks terugkomend deel, aangevuld met extra informatie die we nodig hebben om jouw antwoorden beter te kunnen interpreteren

Dankjewel alvast om deze vragenlijsten wekelijks op tijd in te vullen. **De knop om de vragenlijst te starten vind je onderaan deze pagina.**

Q2 Heb je vragen over het onderzoek of je rechten als studiedeelnemer, nu, tijdens of na je deelname, dan kan je contact opnemen met deoorzaak@uantwerpen.be, of bekijk onze veelgestelde vragen op www.deoorzaak.be.

End of Block: Informatie & Logo's

Start of Block: Jouw geluidservaring en levenskwaliteit afgelopen week

Q1

Jouw geluidservaring en levenskwaliteit afgelopen week We starten de vragenlijst met een aantal vragen over je levenskwaliteit en eventuele hinder ten gevolge van omgevingsgeluid.

General_SoundApprec 1. Wat is je algemene appreciatie van het omgevingsgeluid deze week, in en om je woning?

- ☐ Zeer onaangenaam
- ☐ Eerder onaangenaam
- ☐ Neutraal (niet onaangenaam, noch aangenaam)
- ☐ Eerder aangenaam
- ☐ Zeer aangenaam

Page Break



Sources_Annoyance 2. Als je denkt aan de voorbije week, in welke mate ondervond je bij je thuis, dit wil zeggen in en om je woning, geluidshinder van onderstaande bronnen van omgevingsgeluid?

	<i>Niet van toepassing</i>	Helemaal niet gehinderd	Een beetje gehinderd	Tamelijk gehinderd	Ernstig gehinderd	Exteem gehinderd
Luchtverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Treinverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wegverkeer	☐	☐	☐	☐	☐	☐
School/jeugd	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Buren	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Bouwwerven	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Industrie	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Prioritaire voertuigen (ambulance, brandweer, enz.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Sources_Annoy_Other **Andere bronnen**

	Helemaal niet gehinderd	Een beetje gehinderd	Tamelijk gehinderd	Ernstig gehinderd	Extreem gehinderd
1	☐	☐	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐	☐	☐

Page Break



Sources_Enjoy 3. Wat vond je het meest **aangename** 😊 omgevingsgeluid dat je afgelopen week hebt gehoord

- ☐ Stilte
- ☐ Vogels
- ☐ Regen
- ☐ Andere natuurgeluiden (bomen, ...)
- ☐ Muziek
- ☐ Ontspannende Video's
- ☐ Radio
- ☐ Andere mensen (die fietsen, wandelen, ...)
- ☐ Mijn huisdier(en)
- ☐ (Spelende) kinderen
- ☒ Geen van bovenstaande

Sources_Enjoy_Text Als er nog andere **aangename** 😊 omgevingsgeluiden zijn die niet in het lijstje staan, mag je die hier aanvullen:

Page Break

Exceptions_Sound 4. Waren er deze week uitzonderlijke omstandigheden op vlak van (omgevings)geluid in de buurt van de sensor (bijv. vakantie, verblijf in het buitenland, renovatiewerkzaamheden, straatfeest, ...)?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Display this question:

If 4. Waren er deze week uitzonderlijke omstandigheden op vlak van (omgevings)geluid in de buurt van... = Ja

ExceptionsSound_TEXT Indien ja, welke?

Page Break



Symptoms 5. We noemen een paar symptomen. Kunt je bij de volgende klachten aanduiden hoe vaak je er de afgelopen week last van hebt gehad?

	Nooit	1 dag	2 dagen	3 - 6 dagen	Elke dag
Hoofdpijn	☐	☐	☐	☐	☐
Duizeligheid	☐	☐	☐	☐	☐
Hartkloppingen	☐	☐	☐	☐	☐
Maag- en darmklachten	☐	☐	☐	☐	☐
Psychische stoornissen (bijvoorbeeld angst, depressie, psychose,...)	☐	☐	☐	☐	☐
Slaperigheid (verlangen naar slaap met een afname van alertheid)	☐	☐	☐	☐	☐
Vermoeidheid (algemene staat van zwakte door stress, emotionele of mentale activiteit, ziekte, enz.)	☐	☐	☐	☐	☐
Slapeloosheid	☐	☐	☐	☐	☐
Overgevoeligheid voor geluid	☐	☐	☐	☐	☐

Page Break



SleepQuality 6. De volgende vragen gaan over je slaapkwaliteit tijdens de afgelopen week. Geef aan hoe vaak zich de volgende situaties hebben voorgedaan:

	Nooit	1 nacht	2 nachten	3 - 6 nachten	Elke nacht
Heb je moeite gehad met inslapen?	☐	☐	☐	☐	☐
Ben je 's nachts wakker geworden?	☐	☐	☐	☐	☐
Heb je 's ochtends wakker gelegen in bed?	☐	☐	☐	☐	☐
Heb je je 's morgens overslapen?	☐	☐	☐	☐	☐
Heb je je 's ochtends uitgerust gevoeld?	☐	☐	☐	☐	☐

Page Break



Snoring 7. Gebruik de volgende schaal om aan te geven of en hoe luid je de afgelopen week gemiddeld hebt gesnurkt (zoals beschreven door je bedpartner of kamergenoot) en hoe luid een eventuele bedpartner of kamergenoot heeft gesnurkt. 0 |Helemaal geen snurken 1-3 |Zacht snurken: geen invloed op de nachtrust van de bedpartner 4-6 |Luid snurken: hindert de bedpartner 7-9 |Zeer luid snurken: hindert de personen in de nabijheid 10 |Bedpartner gaat in een ander vertrek slapen

Ik weet het niet/ niet van toepassing

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hoe luid snurk je zelf, zoals beschreven door iemand anders?	
Hoe luid snurkt je bedpartner of kamergenoot?	

Page Break



Napping 8. Stel je een aantal dagdagelijkse situaties voor. Hoe groot was de kans de afgelopen week, dat je zou indutten in onderstaande situaties. *Geldt er een situatie niet voor jou, omdat je bijvoorbeeld nooit met de wagen rijdt? Duid dan "niet" aan.*

	Niet	Klein	Redelijk	Groot
Iets zitten lezen	☐	☐	☐	☐
TV kijken	☐	☐	☐	☐
Passief zitten in een openbare plaats (bv. theater of vergadering)	☐	☐	☐	☐
Als passagier in een wagen met een rit gedurende 1 uur, zonder onderbreking	☐	☐	☐	☐
Neerliggen om uit te rusten in de namiddag wanneer de omstandigheden het toelaten	☐	☐	☐	☐
Neerzitten en met iemand praten	☐	☐	☐	☐
Rustig zitten na het middagmaal zonder alcohol	☐	☐	☐	☐
In de wagen wanneer je minuten moet wachten in de file	☐	☐	☐	☐

Page Break



PerceivedStress In de afgelopen week, hoe vaak voelde je dat...

	Nooit	Nauwelijks	Soms	Vrij vaak	Heel erg vaak
je nerveus en gestrest was	☐	☐	☐	☐	☐
je niet kon omgaan met alle dingen die je moest doen	☐	☐	☐	☐	☐
de moeilijkheden zich zo hoog opstapelden dat je ze niet kon overwinnen	☐	☐	☒	☒	☐

Page Break

WOM_Project 9. Met wie heb je de afgelopen week over omgevingsgeluid of het project De Oorzaak gesproken (meerdere opties mogelijk)?

- ☐ Familie
 - ☐ Vrienden
 - ☐ Collega's
 - ☐ Buren
 - ☐ Andere personen, namelijk
-
- ☐ ☒ Niemand

Dashboard 10. Hoe vaak keek je afgelopen week naar de geluidsmetingen op jouw dashboard?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ Enkele keren, maar niet elke dag
- ☐ Eén keer per dag
- ☐ Meerdere keren per dag

End of Block. Jouw geluidservaring en levenskwaliteit afgelopen week

Start of Block: Jouw aanpak voor geluid

Q1

Jouw geluidsbeheer en gehoorbescherming afgelopen week Nu enkele vragen over je levenskwaliteit en eventuele hinder ten gevolge van omgevingsgeluid.

NoiseExposure_Where Waar werden je oren de afgelopen week blootgesteld aan geluid (meerdere opties mogelijk)?

- ☐ Woonomgeving
- ☐ In mijn vrije tijd
- ☐ Op het werk

Page Break

Display this question:

If Waar werden je oren de afgelopen week blootgesteld aan geluid (meerdere opties mogelijk)? = Woonomgeving

Residence_Annoyance In hoeverre ga je akkoord met onderstaande stellingen, waarbij 0 staat voor helemaal niet akkoord en 10 voor helemaal akkoord? De afgelopen week

	Helemaal niet akkoord	Helemaal akkoord									
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
kon ik geluiden in mijn woonomgeving goed verdragen.											
ervaarde ik geluiden in mijn woonomgeving als te luid.											

Page Break

Display this question:

If Waar werden je oren de afgelopen week blootgesteld aan geluid (meerdere opties mogelijk)? = Woonomgeving

Residence_Strategies Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden **in je woonomgeving** beter te kunnen tolereren (meerdere opties mogelijk)?

- ☐ ☒ Geen
- ☐ Gehoorbescherming
- ☐ Noise cancelling headphones
- ☐ Je korter in luide omgevingen begeven
- ☐ Je niet in luide omgevingen begeven
- ☐ Andere: ... _____

Display this question:

If Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je woonomgeving beter te kunn... = Gehoorbescherming

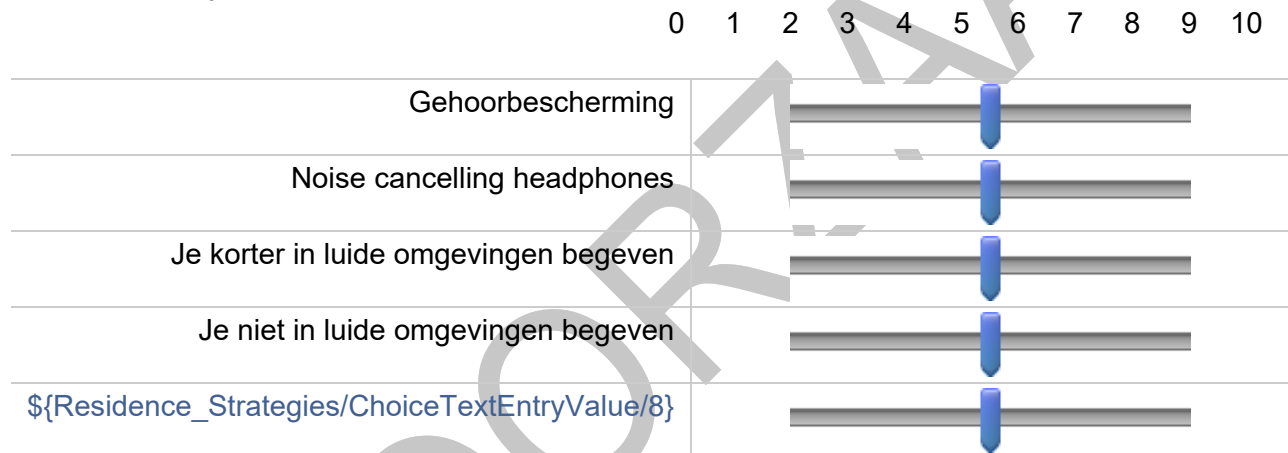
Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je woonomgeving beter te kunn... = Noise cancelling headphones

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je woonomgeving beter te kunn... = Je korter in luide omgevingen begeven

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je woonomgeving beter te kunn... = Je niet in luide omgevingen begeven

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je woonomgeving beter te kunn... = Andere: ...

Residence_Strat_Freq Hoe vaak heb je deze strategieën toegepast, waarbij 0 staat voor nooit en 10 voor altijd?



Page Break

Display this question:

If Waar werden je oren de afgelopen week blootgesteld aan geluid (meerdere opties mogelijk)? = In mijn vrije tijd

FreeTime_Annoyance In hoeverre ga je akkoord met onderstaande stellingen, waarbij 0 staat voor helemaal niet akkoord en 10 voor helemaal akkoord? De afgelopen week

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

kon ik geluiden in mijn vrije tijd goed verdragen.	
ervaarde ik geluiden in mijn vrije tijd als te luid.	

Page Break

Display this question:

If Waar werden je oren de afgelopen week blootgesteld aan geluid (meerdere opties mogelijk)? = In mijn vrije tijd

FreeTime_Strategies Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden **in je vrije tijd** beter te kunnen tolereren (meerdere opties mogelijk)?

- ☐ ☒ Geen
 - ☐ Gehoorbescherming
 - ☐ Noise cancelling headphones
 - ☐ Je korter in luide omgevingen begeven
 - ☐ Je niet in luide omgevingen begeven
 - ☐ Andere: ... _____
-

Display this question:

If Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je vrije tijd beter te kunnen...
= Gehoorbescherming

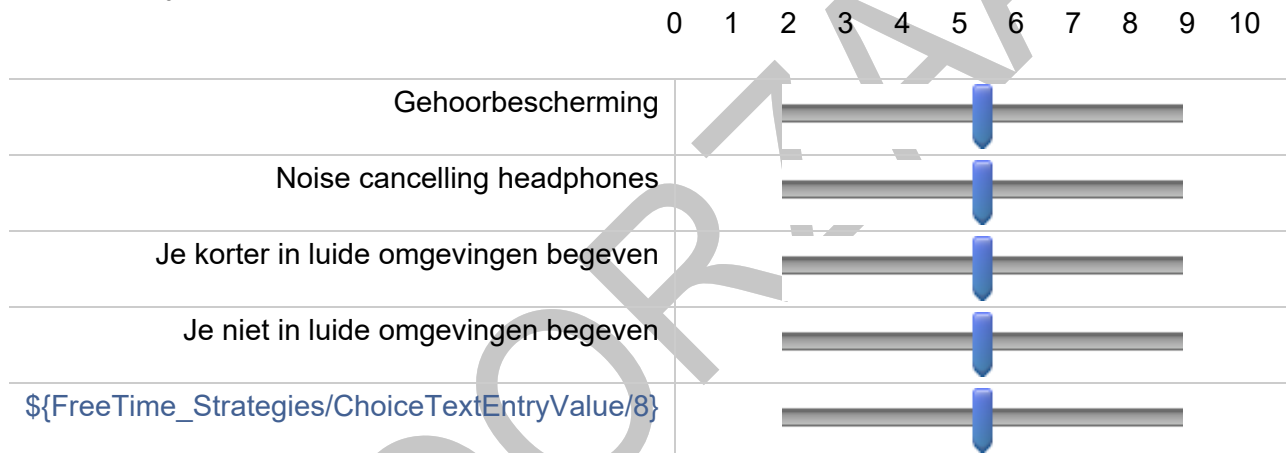
Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je vrije tijd beter te kunnen... = Noise cancelling headphones

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je vrije tijd beter te kunnen... = Je korter in luide omgevingen begeven

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je vrije tijd beter te kunnen... = Je niet in luide omgevingen begeven

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden in je vrije tijd beter te kunnen... = Andere: ...

FreeTime_Strat_Freq Hoe vaak heb je deze strategieën toegepast, waarbij 0 staat voor nooit en 10 voor altijd?



Page Break

Display this question:

If Waar werden je oren de afgelopen week blootgesteld aan geluid (meerdere opties mogelijk)? = Op het werk

Work_Annoyance In hoeverre ga je akkoord met onderstaande stellingen, waarbij 0 staat voor helemaal niet akkoord en 10 voor helemaal akkoord? De afgelopen week

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

kon ik geluiden op het werk goed verdragen.	
ervaarde ik geluiden op het werk als te luid.	

Page Break

Display this question:

If Waar werden je oren de afgelopen week blootgesteld aan geluid (meerdere opties mogelijk)? = Op het werk

Work_Strategies Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden **op het werk** beter te kunnen tolereren (meerdere opties mogelijk)?

- ☐ ☒ Geen
- ☐ Gehoorbescherming
- ☐ Noise cancelling headphones
- ☐ Je korter in luide omgevingen begeven
- ☐ Je niet in luide omgevingen begeven
- ☐ Andere: ... _____

Display this question:

If Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden op het werk beter te kunnen
tole... = Gehoorbescherming

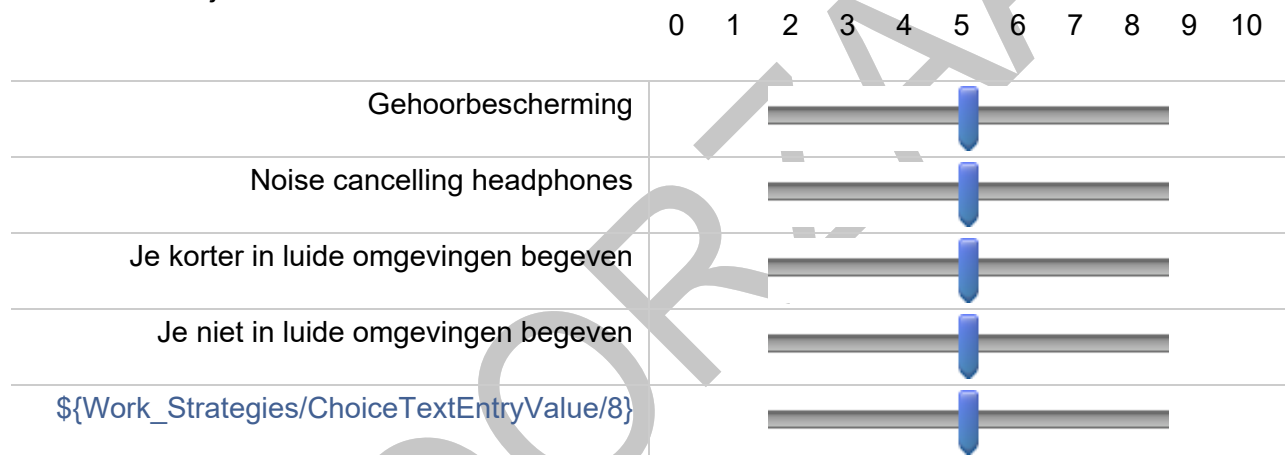
Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden op het werk beter te kunnen
tole... = Noise cancelling headphones

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden op het werk beter te kunnen
tole... = Je korter in luide omgevingen begeven

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden op het werk beter te kunnen
tole... = Je niet in luide omgevingen begeven

Or Welke strategieën heb je de afgelopen week toegepast om geluiden op het werk beter te kunnen
tole... = Andere: ...

Work_Strategies_Freq Hoe vaak heb je deze strategieën toegepast, waarbij 0 staat voor nooit
en 10 voor altijd?



End of Block: Jouw aanpak voor geluid

Start of Block: Jouw Tinnitus

Q1

Jouw Tinnitus

Tinnitus 3. Heb je tinnitus/oorsuizen? *Tinnitus is het waarnemen van een geluid (pieptoon, geruis of andere) zonder dat er een geluidsbron in de omgeving aanwezig is.*

- ☐ Ja
- ☐ Ik weet het niet
- ☐ Nee

Display this question:

If 3. Heb je tinnitus/oorsuizen? *Tinnitus is het waarnemen van een geluid (pieptoon, geruis of ander...*
= Ja

Or 3. Heb je tinnitus/oorsuizen? *Tinnitus is het waarnemen van een geluid (pieptoon, geruis of ander...* = Ik weet het niet

Tinn_Loud_Extreme Hoe luid waren je oorsuizingen gedurende de vorige week **in hun ergste vorm**, waarbij 0 instaat voor "stil" en 10 voor "zeer luid, kan niet erger"

Not Applicable

0 1 1 2 2 3 3 4 4 5 5 6 6 7 7 8 8 9 9 10

Linkeroor	
Rechteroer	

Display this question:

If 3. Heb je tinnitus/oorsuizen? Tinnitus is het waarnemen van een geluid (pieptoon, geruis of ander...
= Ja

Or 3. Heb je tinnitus/oorsuizen? Tinnitus is het waarnemen van een geluid (pieptoon, geruis of
ander... = Ik weet het niet

Tinn_Loud_Average Hoe luid waren je oorsuizingen gedurende de vorige week **gemiddeld**,
waarbij 0 instaat voor "stil" en 10 voor "zeer luid, kan niet erger"

Not Applicable

0 1 1 2 2 3 3 4 4 5 5 6 6 7 7 8 8 9 9 10

Linkeroor	
Rechteroer	

End of Block: Jouw Tinnitus

Start of Block: GAD 7 + PHQ 9

Mental_Resilience Jouw mentale weerbaarheid In aanvulling op de wekelijks terugkomende vragen, willen we je deze week ook vragen stellen over jouw mentale weerbaarheid. In het volgende deel van deze bevraging worden eventuele angst en depressie bevestigd. Deze informatie is belangrijk bij het interpreteren van je antwoorden over hoe je geluid ervaart en hoe geluid impact heeft op je levenskwaliteit. In de afgelopen 2 weken, hoe vaak heb je last gehad van onderstaande problemen?

	Helemaal niet	meerdere dagen	meer dan de helft van de dagen	Bijna elke dag
1. Je zenuwachtig, ongemakkelijk of gespannen voelen	☐	☐	☐	☐
2. Niet in staat zijn om te stoppen met piekeren of om controle te krijgen over het piekeren	☐	☐	☐	☐
3. Je te veel zorgen maken over verschillende dingen	☐	☐	☐	☐
4. Moeite hebben om je te ontspannen	☐	☐	☐	☐
5. Zo rusteloos zijn dat het moeilijk is om stil te zitten	☐	☐	☐	☐
6. Snel geïrriteerd of prikkelbaar zijn	☐	☐	☐	☐
7. Je bevreesd voelen alsof er iets afschuwelijks zou kunnen gebeuren	☐	☐	☐	☐
8. Weinig interesse of plezier in activiteiten hebben	☐	☐	☐	☐
9. Je neerslachtig, depressief of wanhopig voelen	☐	☐	☐	☐
10. Moeite hebben met inslapen, doorslapen of te veel slapen	☐	☐	☐	☐

11. Je moe voelen
of gebrek aan energie
hebben ☐ ☐ ☐ ☐
12. Weinig eetlust
of overmatig eten ☐ ☐ ☐ ☐
13. Een slecht
gevoel hebben over
jezelf, het gevoel
hebben dat je een
mislukking bent of dat
je jezelf of je familie
teleurgesteld hebt ☐ ☐ ☐ ☐
14. Problemen met
concentreren,
bijvoorbeeld om de
krant te lezen of om tv
te kijken ☐ ☐ ☐ ☐
15. Zo traag
bewegen of zo
langzaam spreken dat
andere mensen dit
opgemerkt kunnen
hebben? Of het
tegenovergestelde: zo
zenuwachtig of
rusteloos zijn dat je
veel meer bewoog dan
gebruikelijk ☐ ☐ ☐ ☐
16. De gedachte
hebben beter dood te
kunnen zijn of de
gedachte hebben jezelf
op een bepaalde
manier pijn te willen
doen ☐ ☐ ☐ ☐

Mental_Difficulty Als u enig probleem hebt aangekruist, hoe moeilijk maakten deze problemen het dan voor u om uw werk of uw taken in en om het huis te doen, of om met andere mensen om te gaan?

- ☐ Helemaal niet moeilijk
- ☐ Enigszins moeilijk
- ☐ Erg moeilijk
- ☐ Extreem moeilijk

Page Break

Q4 Bedankt om deze vragen in te vullen. Heb je nood aan een luisterend oor, dan kan je bij Tele-Onthaal terecht op het telefoonnummer 106, of via chat op tele-onthaal.be.

Display this question:

If Jouw mentale weerbaarheid In aanvulling op de wekelijks terugkomende vragen, willen we je deze we... = 16. De gedachte hebben beter dood te kunnen zijn of de gedachte hebben jezelf op een bepaalde manier pijn te willen doen [meerdere dagen]

Or Jouw mentale weerbaarheid In aanvulling op de wekelijks terugkomende vragen, willen we je deze we... = 16. De gedachte hebben beter dood te kunnen zijn of de gedachte hebben jezelf op een bepaalde manier pijn te willen doen [meer dan de helft van de dagen]

Or Jouw mentale weerbaarheid In aanvulling op de wekelijks terugkomende vragen, willen we je deze we... = 16. De gedachte hebben beter dood te kunnen zijn of de gedachte hebben jezelf op een bepaalde manier pijn te willen doen [Bijna elke dag]

Zelfmoordlijn Wie met vragen zit over zelfdoding kan terecht op de Zelfmoordlijn, op het gratis nummer 1813, of op zelfmoordlijn1813.be.

End of Block: GAD 7 + PHQ 9

Start of Block: Comments

Comments Je bent op het einde van deze vragenlijst. Bedankt voor het invullen! De volgende vragenlijst krijg je volgende week maandag. Laat hier eventuele opmerkingen achter.

End of Block: Comments