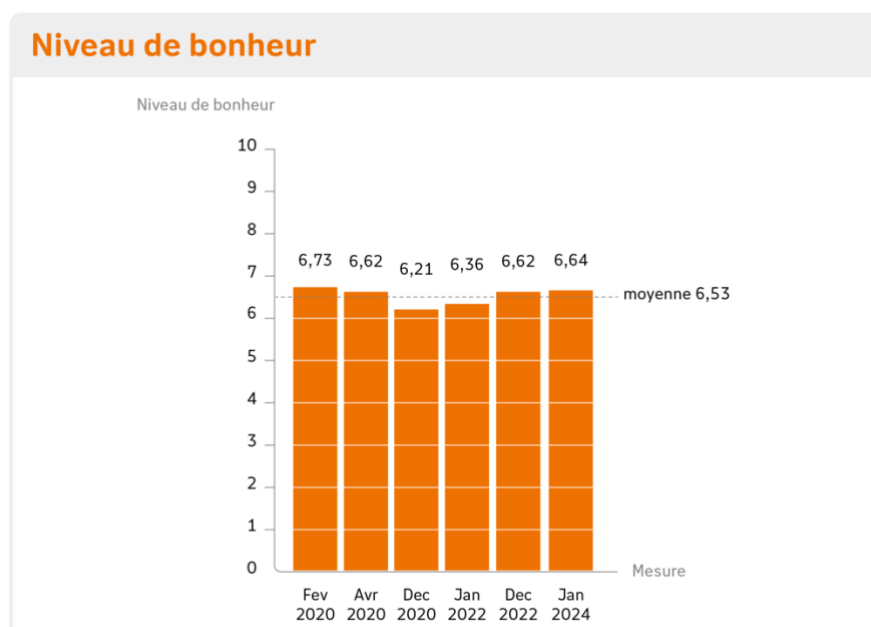


Enquête UGent-NN sur le bonheur : Les Belges sont de nouveau aussi heureux qu'avant la pandémie, la satisfaction financière est (encore plus) importante pour le bonheur

Bruxelles, le 18 mars 2024 - "Ça va", tel est le constat de l'enquête nationale sur le bonheur menée par l'UGent et l'assureur NN : en moyenne, les Belges attribuent à leur vie une note de 6,64 sur 10 sur l'échelle du bonheur. Cela s'approche du niveau de bonheur observé avant la crise du Covid-19. Il est intéressant de noter que, pour la première fois, la satisfaction financière s'est avérée être le paramètre le plus important du bonheur. "L'argent ne fait pas le bonheur, entend-on souvent dire, mais notre enquête montre le contraire : la satisfaction financière est le facteur de bonheur le plus important, a déclaré Lieven Annemans.

"Ça va", le Belge donne au bonheur une note de 6,64 sur 10



"Ça va", selon la dernière enquête sur le bonheur national réalisée par l'UGent et l'assureur NN. En moyenne, les Belges attribuent à leur vie une note de 6,64 sur 10. Après presque quatre ans, la satisfaction des Belges à l'égard de leur vie est donc revenue au même niveau qu'avant la crise du covid. Avant la pandémie, les Belges obtenaient une note moyenne de 6,73 sur 10, mais après

l'épidémie, cette note a chuté jusqu'en décembre 2020 - au milieu de la deuxième vague - où elle a atteint son niveau le plus bas.

Après la longue période de deux ans marquée par la pandémie - du début de la deuxième vague en décembre 2020 jusqu'à huit mois après la fin des mesures covid en décembre 2022 - les niveaux de bonheur ont commencé à augmenter lentement l'année dernière. Aujourd'hui, au bout d'un peu plus d'un an, le niveau de bonheur des Belges semble se stabiliser.

« Cela ne semble pas être le cas à première vue, mais un score de 6,64 est plutôt une bonne nouvelle », a déclaré **Sara Claes, étudiante en doctorat à l'université de Gand**. « Ces quatre dernières années, le monde a été bouleversé. Non seulement la pandémie, mais aussi l'inflation, la crise énergétique et différentes guerres ont affecté notre société de manière drastique. Malgré tout, les Belges sont à nouveau presque aussi heureux qu'avant la pandémie. Mais il ne faut pas non plus s'emballer : cette stabilisation est une bonne chose, mais elle pourrait certainement être meilleure ».

C'est particulièrement le cas chez les Belges âgés de 35 à 49 ans, dont le niveau de bonheur est à la traîne. Avec un niveau de bonheur de 6,31, ce groupe obtient un score non seulement inférieur à la moyenne belge, mais aussi beaucoup plus bas qu'avant le début de la pandémie (6,7).

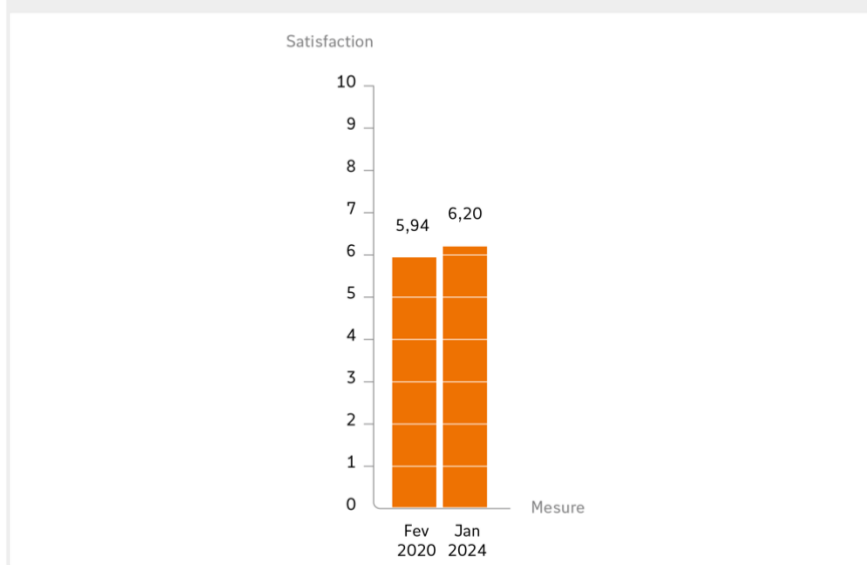
Lieven Annemans, économiste de la santé et du bien-être à l'Université de Gand : « *Ce groupe d'âge obtient de moins bons résultats que les autres en ce qui concerne les facteurs clés du bonheur, tels que la satisfaction financière et la tranquillité d'esprit. Cela influence indéniablement le résultat global, mais ce qui revêt une importance cruciale, c'est qu'ils affirment également que leur vie a moins de sens que celle des autres tranches d'âge. Ce dernier point n'est pas surprenant. Les recherches nous montrent que les personnes âgées trouvent davantage de sens à leur vie de sens à leur vie, tandis que les jeunes sont encore en quête de sens et de signification dans leur existence. Ils cherchent encore à déterminer ce qu'ils considèrent réellement important et précieux, ainsi que la manière d'interpréter leur vie à la lumière de ces valeurs.*»

L'argent fait (de plus en plus) le bonheur

De nombreux éléments contribuent au bonheur, mais aujourd'hui, la satisfaction financière semble exercer une influence significative sur le sentiment général de bonheur. « *On entend souvent dire que l'argent ne fait pas le bonheur* », déclare **Lieven Annemans**. « *Cette année, notre enquête montre pourtant que la satisfaction financière et la tranquillité d'esprit sont les principaux éléments constitutifs du bonheur. C'était également le cas il y a quatre ans, avant l'apparition de la pandémie. Toutefois, si la tranquillité d'esprit était alors le facteur le plus déterminant, il semble que ce soit aujourd'hui la satisfaction financière qui l'emporte.*»

Malgré l'augmentation de l'inflation, les Belges semblent aujourd'hui plus satisfaits de leur situation financière. Avant la pandémie, la satisfaction à l'égard de la situation financière atteignait une moyenne de 5,94 ; en 2024, elle est nettement plus élevée, à 6,2.

Satisfaction à l'égard de la situation financière



Sara Claes, étudiante en doctorat : « Il est important de noter ici que nous parlons du degré de satisfaction des personnes par rapport à leur situation financière. Cette satisfaction implique une comparaison, par exemple avec d'autres, ou avec le passé, ... Néanmoins, on ne peut pas vraiment dire que la satisfaction financière des Belges soit élevée. Une récente enquête auprès des électeurs flamands a d'ailleurs montré qu'il y avait une marge d'amélioration, car de nombreux électeurs sont préoccupés par le pouvoir d'achat et l'économie de notre pays ».

Les cinq facteurs qui influencent le plus notre bonheur sont la tranquillité d'esprit, la santé, le fait d'avoir une vie qui fait sens et la qualité du sommeil.

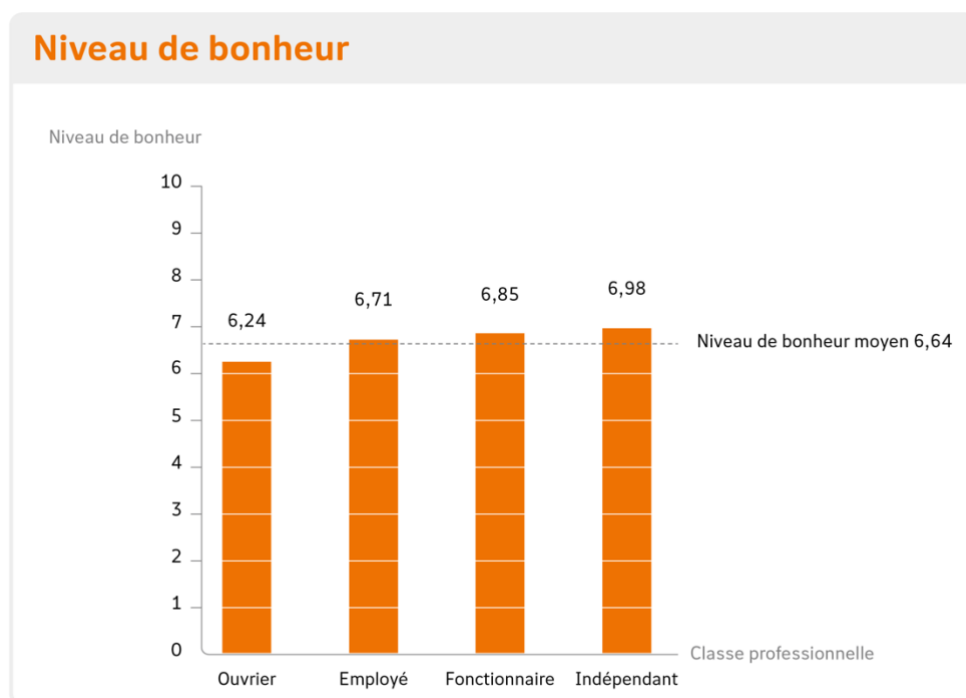
Les travailleurs indépendants constituent le groupe de travailleurs le plus heureux

Les travailleurs indépendants semblent prendre en main non seulement leur travail, mais aussi leur bonheur. Avec un score de 6,98, ils constituent la catégorie professionnelle la plus heureuse.

Prof. Dr. Lieven Annemans : « Notre étude montre que plusieurs facteurs y contribuent. Par rapport aux autres catégories professionnelles, les indépendants disent plus souvent qu'ils mènent une vie pleine de sens. En moyenne, ils sont également plus impliqués ou ont des relations plus chaleureuses avec les autres que les autres travailleurs, et - ce qui est peut-être un peu surprenant - ils évaluent plus positivement leur tranquillité d'esprit. »

Ceci étant dit, il est crucial que les travailleurs indépendants aient la possibilité de relâcher occasionnellement la pression. Ceux qui parviennent facilement à s'octroyer des périodes de congé tendent également à connaître une plus grande satisfaction et à obtenir de meilleurs résultats en termes de bonheur. Toutefois, 30 % des indépendants déclarent avoir du mal à

prendre des vacances. En outre, environ 35 % des indépendants travaillent plus de 5 jours par semaine et 9,5 % travaillent même 7 jours sur 7. Il y a donc là aussi matière à amélioration.



####

À propos de l'enquête

Quel est le niveau de bonheur des Belges ? Qu'est-ce qui détermine notre bonheur ? Les seniors sont-ils aujourd'hui plus heureux que les adolescents ? Quelle est la relation entre la personnalité et le sentiment de bonheur ? Quel est l'impact de bonnes relations sociales ? Le Belge est-il prêt pour une vie longue et heureuse ?

Depuis 2017, l'enquête nationale sur le bonheur de l'UGent-NN réalisée par UGent et l'assureur-vie NN analyse ce qui rend les Belges heureux et comment nous pouvons promouvoir le bonheur dans notre société.

En janvier 2024, une nouvelle édition de l'enquête a été menée auprès d'un échantillon représentatif de 1 536 Belges. Comme toujours, les participants sont représentatifs en termes d'âge, de sexe, de région et de catégorie professionnelle. Cette enquête récente a permis de dresser un bilan des quatre dernières années.

La particularité de l'enquête est qu'elle a été réalisée dans l'anonymat le plus complet. Le bonheur peut être un sujet sensible, il est donc important que les personnes puissent être elles-mêmes et répondre à toutes les questions en toute sincérité.

Plus d'informations sur l'enquête : www.gelukkigebelgen.be

Contact presse

Annelore Van Herreweghe

NN Insurance Belgium

annelore.van.herreweghe@nn.be

0494 170 200

Bettina Van der Vennet

FINN Agency

bettina.vandervennet@finn.agency

0491 88 78 76

À propos de NN

Une longue vie n'a de valeur que si elle est heureuse. En tant qu'assureur-vie, NN dispose de solutions concrètes en matière de protection (décès, invalidité) et de pensions (branche 23). Mais NN voit plus loin : outre votre bien-être financier, NN s'intéresse également à votre bien-être mental et physique : les trois piliers d'une vie longue et heureuse.

En tant qu'assureur-vie, NN mène et inspire le débat sur une vie longue et heureuse. Pour ce faire, NN adopte toujours une approche inclusive impliquant des experts, des décideurs politiques et les Belges eux-mêmes. Depuis 2017, NN a développé son expertise sur le bonheur par le biais d'une chaire NN à l'Université de Gand. Le professeur Lieven Annemans et son équipe étudient ce qui rend les Belges heureux et comment ils peuvent travailler ensemble à une vie heureuse. En outre, NN produit deux fois par an le baromètre de la sérénité financière en collaboration avec l'agence de recherche indépendante Indiville.

NN compte 1 million de clients en Belgique et appartient au groupe NN, un assureur international pouvant se targuer d'une excellente position de capital et actif dans 11 pays à travers le monde. NN sert ses clients par l'intermédiaire de son réseau de banques et de courtiers partenaires, qui ne cesse de s'étendre.

Pour plus d'informations sur NN : www.nn.be.