



ANKIETA WSTĘPNA DLA UCZESTNIKÓW PROJEKTU „AKTYWNY SENIOR W GMINIE GIZAŁKI”

Szanowni Państwo, prosimy o wypełnienie poniższej ankiety.

Ankieta ta pomoże nam sprawdzić w jakiej sytuacji społecznej znajdują się Państwo przed rozpoczęciem udziału w projekcie „AKTYWNY SENIOR W GMINIE GIZAŁKI”.

Ankieta jest anonimowa a wszystkie odpowiedzi będą traktowane poufnie.

1. Dane ogólne

Wiek:.....

Płeć: ☐ kobieta ☐ mężczyzna

Miejsce zamieszkania:.....

2. Stan zdrowia i aktywność fizyczna

2.1. Jak oceniasz swój obecny stan zdrowia ?

☐ bardzo dobry

☐ dobry

☐ średni

☐ zły

2.2. Czy masz przeciwwskazania zdrowotne do aktywności fizycznej ?

☐ tak

☐ nie

Jeśli tak, prosimy o podanie jakie:.....

.....

2.3. Czy regularnie uczestniczysz w zajęciach ruchowych (np. gimnastyka, spacer) ?

☐ tak

☐ nie

2.4. Czy chcesz poprawić swoją sprawność fizyczną ?

☐ tak

☐ nie

☐ nie wiem



3. Zainteresowania i oczekiwania

3.1. Co skłoniło Ciebie do udziału w projekcie ? (można zaznaczyć kilka)

- ☐ chęć poprawy zdrowia
- ☐ spotkania towarzyskie
- ☐ ciekawość nowych form aktywności
- ☐ inne:.....

3.2. Które z proponowanych zajęć najbardziej Ciebie interesują ? (można zaznaczyć kilka)

- ☐ zajęcia usprawniające ruchowe
- ☐ zajęcia warsztatowe (wyrabianie świec i mydełek zapachowych, decoupage itp.)
- ☐ zajęcia kulinarne warsztatowe
- ☐ zajęcia ruchowe na basenie
- ☐ zwiedzanie Palmiarni Poznańskiej
- ☐ zajęcia kulinarne zdrowy styl życia

3.3. Jakie są twoje oczekiwania wobec tych zajęć ?

.....

3.4. Czy masz jakieś obawy związane z udziałem w zajęciach ?

- ☐ tak
- ☐ nie

Jeśli tak, prosimy opisać

.....

4. Udział w życiu społecznym

4.1. Jak często bierzesz udział w wydarzeniach społecznych, kulturalnych lub edukacyjnych ?

- ☐ bardzo często
- ☐ czasami
- ☐ rzadko
- ☐ wcale

4.2. Czy chciałbyś/abyś częściej uczestniczyć w takich wydarzeniach ?

- ☐ tak
- ☐ nie
- ☐ nie wiem

DZIĘKUJEMY ZA WYPEŁNIENIE ANKIETY