

## REPORT

### VITE IN MOVIMENTO Stili di vita per guadagnare salute

**5 aprile 2018**

Ore 20.30 Via Salasco 9  
Casa di Riposo Il Mughetto  
Ceresole d'Alba (CN)

**12 aprile 2018**

Ore 20.30 Via Bonafous 11  
Villa Monsignor Sampò  
Cortemilia (CN)



Nell'ambito degli eventi info-formativi previsti dal progetto Talenti Latenti, il Consorzio Cooperative Sociali SOCIALCOOP si è resa promotrice di stili di vita sani attraverso la valorizzazione del movimento e della dieta sana ed equilibrata. Ha infatti presentato l'iniziativa "Vite in Movimento. Stili di vita per guadagnare salute" nelle serate del 5 aprile a Ceresole d'Alba e del 12 aprile a Cortemilia.

Ai partecipanti agli incontri serali è stato consegnato un questionario di valutazione per la rilevazione, in forma anonima, della soddisfazione, del gradimento e riportare eventuali riflessioni.

Il questionario proposto ha inoltre consentito la rilevazione delle preferenze (giorno e orario) rispetto alla possibile partecipazione dei soggetti interessati ai Gruppi di Cammino che si sarebbero attivati successivamente alla presentazione del progetto "Vite in Movimento. Stili di vita per guadagnare salute".

Nelle pagine che seguono sono riportati i dati emersi dall'elaborazione dei questionari (ovvero informazioni di tipo sia quantitativo che qualitativo).

I dati sono riportati al fine di consentire agli organizzatori dei Gruppi di Cammino una maggiore conoscenza dei partecipanti di Ceresole d'Alba e di Cortemilia, nonché il monitoraggio e la valutazione dell'intervento realizzato.

#### DATI QUANTITATIVI

Tenendo conto che hanno compilato i questionari, **in totale N= 64** persone, ovvero **N= 36 a Ceresole d'Alba** e **N=28 a Cortemilia** si riporta quanto segue:

CERESOLE d'ALBA		
Genere	Frequenza	Percentuale valida
F	28	77.8
M	8	22.2
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMLIA		
Genere	Frequenza	Percentuale valida
F	24	88.9
M	3	11.1
<b>Totale</b>	<b>27</b>	<b>100,0</b>

L'età media è di:

- 56.86 anni (range 28-77 anni – Dev.Standard 13.70) per il gruppo di Ceresole d'Alba;
- 54.89 anni (range 34-80 anni - Dev.Standard 12.43) per il gruppo di Cortemilia.

CERESOLE d'ALBA		
Condizione Professionale	Frequenza	Percentuale valida
Autonomo	3	8.3
Casalinga	3	8.3
Dipendente	11	30.6
Disoccupata	1	2.8
Pensionato	16	44.4
Altro	2	5.6
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Condizione Professionale	Frequenza	Percentuale valida
Autonomo	1	3.6
Casalinga	3	10.7
Dipendente	11	39.3
Operaio	5	17.9
Pensionato	8	28.6
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>

CERESOLE d'ALBA		
Partecipa in qualità di:	Frequenza	Percentuale valida
Cittadino	25	69.4
dipendente (Opera, Socialcoop)	10	27.8
Familiare di dipendente	1	2.8
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Partecipa in qualità di:	Frequenza	Percentuale valida
Cittadino	19	67.9
dipendente (Opera)	8	28.6
Familiare di dipendente	1	3.6
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>

CERESOLE d'ALBA		
Luogo di residenza	Frequenza	Percentuale valida
Asti	1	2.8
Caramagna	1	2.8
Carmagnola	2	5.6
Ceresole d'Alba	25	64.9
Montà d'Alba	1	2.8
Poirino	3	8.3
S. Damiano d'Asti	1	2.8
Santo Stefano	1	2.8
Valfenera	1	2.8
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Luogo di residenza	Frequenza	Percentuale valida
Alba	1	3.6
Asti	1	3.6
Bubbio	1	3.6
Castelletto Uzzone	1	3.6
Cortemilia	11	39.3
Cravanzana	9	32.1
Feisoglio	1	3.6
Perletto	2	7.1
Serole	1	3.6
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>

Alla domanda **“Come è venuto a conoscenza dell’evento di stasera?”**, i partecipanti hanno risposto come segue:

CERESOLE d'ALBA		
Come venuto a conoscenza	Frequenza	Percentuale valida
locandina	12	33.3
passaparola	13	36.1
sul luogo di lavoro	11	30.6
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Come venuto a conoscenza	Frequenza	Percentuale valida
locandina	5	17.9
passaparola	14	50.0
sul luogo di lavoro	9	32.1
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>

**“Consiglierebbe ad altre persone (amici, parenti, colleghi, ecc.) il corso che ha frequentato?”**, i partecipanti sia di Ceresole che di Cortemilia hanno risposto **“Sì”** per il **100%**.

Ai partecipanti sono state proposte delle domande inerenti le loro abitudini e stili di vita in particolare rispetto all'alimentazione, il fumo, l'uso di bevande alcoliche, il movimento/attività fisica, la percezione del proprio stato di salute, e infine sono stati rilevati i parametri (peso e altezza) utili al calcolo del BMI (Body Mass Index – Indice di massa corporea).

Si riportano di seguito le risposte ricevute, sempre distinguendo i sottocampioni di Ceresole e Cortemilia.

➤ In riferimento alle abitudini legate all'uso di tabacco:

CERESOLE d'ALBA		
E' un fumatore?	Frequenza	Percentuale valida
NO	30	83.3
Occasionalmente	1	2.8
SI	5	13.9
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
E' un fumatore?	Frequenza	Percentuale valida
NO	21	75.0
Occasionalmente	1	3.6
SI	6	21.4
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>

➤ In riferimento alle abitudini legate al movimento/sedentarietà:

CERESOLE d'ALBA		
Il suo lavoro prevede attività fisica?	Frequenza	Percentuale valida
Nulla/Scarsa	14	38.9
Moderata	14	38.9
Intensa	8	22.2
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Il suo lavoro prevede attività fisica?	Frequenza	Percentuale valida
Nulla/Scarsa	6	22.2
Moderata	15	55.6
Intensa	6	22.2
<b>Totale</b>	<b>27</b>	<b>100,0</b>

CERESOLE d'ALBA		
Saprebbe indicare quanti passi al giorno percorre?	Frequenza	Percentuale e valida
Non so	10	27.8
Meno di 5.000 al giorno	9	25.0
Tra 5.000 e 10.000	10	27.8
Più di 10.000	7	19.4
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Saprebbe indicare quanti passi al giorno percorre?	Frequenza	Percentuale valida
Non so	8	28.6
Meno di 5.000 al giorno	3	10.7
Tra 5.000 e 10.000	12	42.9
Più di 10.000	5	17.9
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100.0</b>

CERESOLE d'ALBA		
Quanto tempo al giorno passa davanti alla TV, PC, smartphone?	Frequenza	Percentuale valida
Meno di 1 ora	12	33.3
Tra 1 e 3 ore	19	52.8
Più di 3 ore	5	13.9
<b>Totale</b>	<b>34</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Quanto tempo al giorno passa davanti alla TV, PC, smartphone?	Frequenza	Percentuale valida
Meno di 1 ora	8	28.6
Tra 1 e 3 ore	18	64.3
Più di 3 ore	2	7.1
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100.0</b>

CERESOLE d'ALBA		
Quale di queste frasi si addice maggiormente al suo stile di vita	Frequenza	Percentuale valida
Pratico regolarmente attività fisica (almeno 3 volte la settimana)	9	26.5
Pratico attività fisica 1-2 volte la settimana	13	38.2
Pratico attività fisica meno di una volta a settimana	12	35.3
<b>Totale</b>	<b>34</b>	<b>100,0</b>

CORTEMILIA		
Quale di queste frasi si addice maggiormente al suo stile di vita	Frequenza	Percentuale valida
Pratico regolarmente attività fisica (almeno 3 volte la settimana)	9	32.1
Pratico attività fisica 1-2 volte la settimana	8	28.6
Pratico attività fisica meno di una volta a settimana	11	39.3
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100.0</b>

- In riferimento alle **abitudini e stili di vita alimentari (cibo e bevande)** si riportano i dati (media e deviazione standard) rispetto al peso e altezza per ciascun gruppo di partecipanti a Ceresole d'Alba e Cortemilia; invece per quanto riguarda il BMI si riportano i valori in base alla suddivisione Sottopeso – Normopeso e Sovrappeso/Obesità (riferimento [www.obesità.org](http://www.obesità.org)).

<b>CERESOLE d'ALBA</b>		
<b>Peso: media 66.18 Kg</b> (Dev.Standard 12.39)		
<b>Altezza: media 166 cm</b> (Dev.Standard 7.71)		
BMI – Indice di Massa Corporea	Frequenza	Percentuale valida
Sottopeso < 18.5	0	0
Normopeso da 18.5 a 24.9	16	<b>47.1</b>
Sovrappeso da 25.0 a 29.9	15	<b>44.1</b>
Obesità classe I da 30.0 a 34.9	3	<b>8.8</b>
Obesità classe II da 35.0 a 39.9	0	0
Obesità classe III da >40	0	0
<b>Totale</b>	<b>34</b>	<b>100,0</b>

<b>CORTEMILIA</b>		
<b>Peso: media 63.61 Kg</b> (Dev.Standard 12.48)		
<b>Altezza: media 163.71 cm</b> (Dev.Standard 6.73)		
BMI – Indice di Massa Corporea	Frequenza	Percentuale valida
Sottopeso < 18.5	0	0
Normopeso da 18.5 a 24.9	19	<b>67.8</b>
Sovrappeso da 25.0 a 29.9	6	<b>21.4</b>
Obesità classe I da 30.0 a 34.9	3	<b>10.8</b>
Obesità classe II da 35.0 a 39.9	0	0
Obesità classe III da >40	0	0
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100,0</b>

<b>CERESOLE d'ALBA</b>		
Quanto è soddisfatto del suo peso attuale?	Frequenza	Percentuale valida
Molto	7	<b>20.0</b>
Abbastanza	18	<b>51.4</b>
Nulla	10	<b>28.6</b>
<b>Totale</b>	<b>35</b>	<b>100,0</b>

<b>CORTEMILIA</b>		
Quanto è soddisfatto del suo peso attuale?	Frequenza	Percentuale valida
Molto	3	<b>10.7</b>
Abbastanza	18	<b>64.3</b>
Nulla	7	<b>25</b>
<b>Totale</b>	<b>28</b>	<b>100.0</b>

<b>CERESOLE d'ALBA</b>		
Quanti pasti consuma abitualmente durante la giornata (compresi gli spuntini)?	Frequenza	Percentuale valida
2	2	<b>5.6</b>
3	17	<b>47.2</b>
4	13	<b>36.1</b>
5 o più	4	<b>11.1</b>
<b>Totale</b>	<b>36</b>	<b>100,0</b>

<b>CORTEMILIA</b>		
Quanti pasti consuma abitualmente durante la giornata (compresi gli spuntini)?	Frequenza	Percentuale valida
2	2	<b>7.4</b>
3	15	<b>55.6</b>
4	9	<b>33.3</b>
5 o più	1	<b>3.7</b>
<b>Totale</b>	<b>27</b>	<b>100.0</b>

<b>CERESOLE d'ALBA</b>		
Quante volte la settimana consuma dolci?	Frequenza	Percentuale valida
1 o 2 volte la settimana	17	<b>41.2</b>
3 o 4 volte la settimana	9	<b>26.5</b>
Più di 4 volte la settimana	11	<b>32.4</b>
<b>Totale</b>	<b>34</b>	<b>100,0</b>

<b>CORTEMILIA</b>		
Quante volte la settimana consuma dolci?	Frequenza	Percentuale valida
1 o 2 volte la settimana	13	<b>48.1</b>
3 o 4 volte la settimana	6	<b>22.2</b>
Più di 4 volte la settimana	8	<b>29.6</b>
<b>Totale</b>	<b>27</b>	<b>100.0</b>

CERESOLE d'ALBA		
Quanta acqua beve in media nella giornata?	Frequenza	Percentuale valida
Meno di un litro	7	19.4
Da un litro a due litri	25	69.4
Più di due litri	4	11.2
<b>Totale</b>	36	100,0

CORTEMILIA		
Quanta acqua beve in media nella giornata?	Frequenza	Percentuale valida
Meno di un litro	3	10.7
Da un litro a due litri	16	57.1
Più di due litri	9	32.2
<b>Totale</b>	28	100.0

CERESOLE d'ALBA		
Consuma regolarmente bevande alcoliche (vino/birra)?	Frequenza	Percentuale valida
Sì, tutti i giorni	6	17.1
3 o 4 giorni la settimana	6	17.1
Mai/Raramente	23	65.8
<b>Totale</b>	36	100,0

CORTEMILIA		
Consuma regolarmente bevande alcoliche (vino/birra)?	Frequenza	Percentuale valida
Sì, tutti i giorni	2	7.1
3 o 4 giorni la settimana	6	21.4
Mai/Raramente	20	71.4
<b>Totale</b>	28	100.0

➤ In riferimento alla percezione soggettiva di salute:

CERESOLE d'ALBA		
Nelle ultime 4 settimane ha reso meno di quanto avrebbe voluto (lavoro, vita quotidiana) a causa della sua salute fisica?	Frequenza	Percentuale valida
Sì	3	8.3
NO	27	75.0
In parte	6	16.7
<b>Totale</b>	36	100,0

CORTEMILIA		
Nelle ultime 4 settimane ha reso meno di quanto avrebbe voluto (lavoro, vita quotidiana) a causa della sua salute fisica?	Frequenza	Percentuale valida
Sì	0	0
NO	23	88.5
In parte	3	11.5
<b>Totale</b>	26	100.0

CERESOLE d'ALBA		
Per quanto tempo nelle ultime 4 settimane si è sentito pieno di energia?	Frequenza	Percentuale valida
Sempre/Spesso	7	20.6
Per metà del tempo	19	55.9
Mai/Quasi mai	8	23.5
<b>Totale</b>	34	100,0

CORTEMILIA		
Per quanto tempo nelle ultime 4 settimane si è sentito pieno di energia?	Frequenza	Percentuale valida
Sempre/Spesso	12	44.4
Per metà del tempo	13	48.1
Mai/Quasi mai	2	7.4
<b>Totale</b>	27	100.0

CERESOLE d'ALBA		
In generale direbbe che la sua salute è	Frequenza	Percentuale valida
Eccellente/molto buona	8	22.2
Discreta	27	75.0
Scadente	1	2.8
<b>Totale</b>	36	100,0

CORTEMILIA		
In generale direbbe che la sua salute è	Frequenza	Percentuale valida
Eccellente/molto buona	7	25.0
Discreta	20	71.4
Scadente	1	3.6
<b>Totale</b>	28	100.0

Per quanto riguarda il grado di **soddisfazione dei contenuti dell'evento** i partecipanti:

- di Ceresole d'Alba (N=34) ritengono di essere decisamente soddisfatti (il 97.4%, N=33) attribuendo un altro punteggio sulla scala Likert (1-10) proposta (modalità >=6-10), con una **media di 8.71**.
- di Cortemilia (N=24) ritengono di essere decisamente soddisfatti (il 95.8%, N=23) attribuendo un altro punteggio sulla scala Likert (1-10) proposta (modalità >=6-10), con una **media di 8.42**.

Alla domanda **"Quale grado di innovazione attribuisce ai contenuti trattati questa sera rispetto alla sua pregressa conoscenza sul tema?"**, i rispondenti:

- di Ceresole d'Alba (N=31) ritengono di essere decisamente soddisfatti (il 83.9%, N=26) attribuendo un altro punteggio sulla scala Likert (1-10) proposta (modalità >=6-10), con una **media di 7.58**.
- di Cortemilia (N=20) ritengono di essere decisamente soddisfatti (il 85%, N=17) attribuendo un altro punteggio sulla scala Likert (1-10) proposta (modalità >=6-10), con una **media di 7.45**.

Inoltre i rispondenti hanno espresso la propria soddisfazione per alcuni aspetti relativi alla conduzione e allo svolgimento dell'evento attribuendo un punteggio alla scala Likert (1-10) proposta.

Hanno risposto come indicato nella tabella che segue:

Aspetti della conduzione	Ceresole d'Alba (N=34) <u>media</u>	Cortemilia (N=24) <u>media</u>
Competenza del docente in merito all'argomento trattato	<b>9.00</b>	<b>8.36</b>
Chiarezza nella esposizione degli argomenti trattati	<b>9.15</b>	<b>8.52</b>
Capacità del docente di tenere viva l'attenzione	<b>8.94</b>	<b>8.48</b>
Disponibilità al confronto	<b>8.97</b>	<b>8.37</b>
Orario in cui si svolge l'evento	<b>8.76</b>	<b>7.58</b>

## DATI QUALITATIVI

La scheda di monitoraggio utilizzata ha proposto ai partecipanti alla serata delle risposte aperte alle quali hanno fornito le seguenti affermazioni. Hanno riportato quanto di seguito indicato.

Alla domanda: **"In particolare, quale informazione che NON conosceva l'ha colpita?"** riportano:

- alimentazione e movimento
- riguardo l'alimentazione
- Beneficio camminata
- Beneficio camminata
- nutrizione
- combinazioni del cibo
- più che altro, ho ottenuto conferme a conoscenze personali pregresse
- acidi ialuronici
- nutrizione e perdita di peso
- il fruttosio è poco consigliabile

Alla domanda: **"Tra gli argomenti trattati nel corso della serata, può segnalare quelli per i quali ritiene necessari ulteriori approfondimenti?"**:

- la piramide alimentare
- tutti
- alimentazione
- dieta
- dieta
- tutte
- l'esigenza di camminare
- movimenti e acidi ialuronici

- il movimento
- tutti
- soia?
- tutti
- la relazione tra attività fisica e benessere psicologico
- imparare a nutrirsi meglio

**Alla “domanda che avrebbe desiderato formulare ai relatori”:**

- cambiando l'età cambia l'alimentazione?
- considero l'esposizione già molto esaustiva!

**Infine alla possibilità di esprimere “Eventuali commenti (ad es. aspetti problematici o che ha apprezzato, altro ...)”, hanno affermato:**

- considero l'esposizione già molto esaustiva!
- ottimo il suggerimento del gruppo di camminata!
- tutto interessante, da mettere in pratica

A fronte delle indicazioni rilevate sulle preferenze espresse dai partecipanti, sono stati avviati:

- **Tre Gruppi di Cammino su Ceresole d'Alba** che prenderanno avvio nelle seguenti date:
  - Sabato 5 maggio 2018 h. 9-10 con ritrovo presso la Residenza “Il Mughetto”
  - Sabato 19 maggio h. 9-10 con ritrovo presso “Maxisconto”
  - Sabato 26 maggio 2018 h. 9-10 con ritrovo presso Campi da Tennis della GAI
- **Tre Gruppi di Cammino su Cortemilia** che si avvieranno nelle seguenti date:
  - Domenica 13 maggio 2018 h. 9.30-10.30 con ritrovo presso Corpo Forestale dello Stato
  - Sabato 19 maggio 2018 h. 9.30-10.30 con ritrovo presso Chiesa La Pieve di Santa Maria
  - Sabato 26 maggio 2018 h. 9.30-10.30 con ritrovo presso Corso Divisioni Alpine dell'ASLCN2

Segue in allegato il Questionario utilizzato per il monitoraggio e la valutazione delle serate introduttive al progetto “Vite in Movimento. Stili di vita per guadagnare salute”.

**VITE IN MOVIMENTO**  
**Stili di vita per guadagnare salute**

**5 aprile 2018**  
 Ore 20.30 Via Salasco 9  
 Casa di Riposo Il Mughetto  
 Ceresole d'Alba (CN)

**12 aprile 2018**  
 Ore 20.30 Via Bonafous 11  
 Villa Monsignor Sampò  
 Cortemilia (CN)



Il seguente questionario, in forma anonima,  
 ha lo scopo di rilevare alcuni dati utili ad organizzare al meglio i Gruppi di Cammino.

**Le chiediamo di rispondere alle seguenti brevi domande**

**Come è venuto a conoscenza  
 dell'evento di stasera?**

- sul luogo di lavoro
- locandina
- passaparola (es. da conoscenti, amici)
- altro (specificare \_\_\_\_\_)

**Età**

- SPECIFICARE \_\_\_\_\_

**Genere**

- Maschio
- Femmina

**Condizione Professionale**

- Studente
- Autonomo
- Operaio
- Dipendente
- Pensionato
- Casalinga
- Altra condizione (specificare \_\_\_\_\_)

**Il suo lavoro prevede attività fisica?**

- Nulla/Scarsa
- Moderata
- Intensa

**Partecipa in qualità di:**

- dipendente** dell'azienda:  
 Dimar SpA  
 Sebaste SpA  
 Slow Food  
 Altra Azienda (specificare \_\_\_\_\_)
- familiare** di dipendente dell'azienda:  
 Dimar SpA  
 Sebaste SpA  
 Slow Food  
 Altra Azienda (specificare \_\_\_\_\_)
- cittadino**
- Altro** (specificare \_\_\_\_\_)

**Luogo di residenza**

- SPECIFICARE \_\_\_\_\_

**E' un Fumatore?**

- SI
- NO
- Occasionalmente

**Saprebbe indicare quanti passi al giorno  
 percorre?**

- Non so
- Meno di 5.000 al giorno
- Tra 5.000 e 10.000
- Più di 10.000

### Peso attuale in Kg

SPECIFICARE \_\_\_\_\_

### Altezza in centimetri

SPECIFICARE \_\_\_\_\_

### Quanto è soddisfatto del suo peso attuale

- Molto
- Abbastanza
- Nulla

### Quale di queste frasi si addice maggiormente al suo stile di vita

- Pratico regolarmente attività fisica (almeno 3 volte la settimana)
- Pratico attività fisica 1-2 volte la settimana
- Pratico attività fisica meno di una volta a settimana

### Quanti pasti consuma abitualmente durante la giornata (compresi gli spuntini)?

- 2
- 3
- 4
- 5 o più

### Quante volte la settimana consuma dolci

- 1 o 2 volte la settimana
- 3 o 4 volte la settimana
- Più di 4 volte la settimana

### Quanta acqua beve in media nella giornata?

- Meno di un litro
- Da un litro a due litri
- Più di due litri

### Consuma regolarmente bevande alcoliche (vino/birra)?

- Sì, tutti i giorni
- 3 o 4 giorni la settimana
- Mai/Raramente

### Quanto tempo al giorno passa davanti al TV, PC, smartphone?

- Meno di 1 ora
- Tra 1 e 3 ore
- Più di 3 ore

### In generale direbbe che la sua salute è

- Eccellente/molto buona
- Discreta
- Scadente

### Nelle ultime 4 settimane ha reso meno di quanto avrebbe voluto sul lavoro o nelle altre attività quotidiane, a causa della sua salute fisica?

- Sì
- NO
- In parte

### Per quanto tempo nelle ultime 4 settimane si è sentito pieno di energia?

- Sempre/Spesso
- Per metà del tempo
- Mai/Quasi mai

### Preferenze per effettuare GRUPPI di CAMMINO

Giorni della settimana:

SPECIFICARE \_\_\_\_\_

Orari:

SPECIFICARE \_\_\_\_\_

**1. Quanto si ritiene soddisfatto/a dei contenuti dell'evento di questa sera?**

Pochissimo ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ Moltissimo

**2. Quale grado di innovazione attribuisce ai contenuti trattati questa sera rispetto alla sua pregressa conoscenza sul tema?**

Pochissimo ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ Moltissimo

**3. In particolare, quale informazione che NON conosceva l'ha colpita?**

---

---

**4. Tra gli argomenti trattati nel corso della serata, può segnalare quelli che potrebbero meglio rispondere alle sue esigenze?**

---

---

**5. Ha una domanda che avrebbe desiderato formulare ai relatori?**

---

---

**6. In quale misura si ritiene soddisfatto/a in merito ai seguenti aspetti?**

	Pochissimo					Moltissimo				
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
Competenza del docente in merito all'argomento trattato	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
Chiarezza nella esposizione degli argomenti trattati	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
Capacità del docente di tenere viva l'attenzione	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
Disponibilità al confronto	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
Orario in cui si svolge l'evento	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩

**7. Consiglierebbe ad altre persone (amici, parenti, colleghi, ecc.) l'evento che ha frequentato?**  SI  NO

**8. Eventuali commenti (ad es. aspetti problematici o che ha apprezzato, altro ...)**

---

---

**Grazie per la collaborazione**