

PROMOZIONE DELLA SALUTE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SERVIZIO DI IGIENE SANITA' PUBBLICA
DISTRETTI SANITARI

QUESTIONARIO per raccolta informazioni sui partecipanti Gruppi di Cammino



DATI GENERALI

(siglare solo una risposta)

Informazioni generali sul partecipante (siglare solo un a risposta)

1) Genere

- Maschio Femmina

2) Età

- Da 18 a 35 anni Da 66 – 80 anni
 Da 36 a 50 anni Più di 80 anni
 Da 51 – 65 anni

3) Da quanto tempo frequenta i gruppi di cammino?

- Meno di 6 mesi Più di 1 anno
 Da 6 mesi ad 1 anno Altro _____

4) Con che frequenza partecipa ai gruppi di cammino?

- Più volte la settimana Una volta al mese
 Una volta a settimana Occasionalmente

5) Come ha saputo della possibilità di partecipare ai Gruppi di Cammino?

- Dall'ASL nel corso di un incontro/conferenza o di un comunicato stampa
 Dal comune tramite avvisi, stampa locale, conferenza
 Dall'associazione sportiva che ha organizzato il corso
 Dal medico o da un altro operatore sanitario
 Da conoscenti, amici, familiari
 Da radio, giornali, internet, volantini, manifesti

SALUTE E STILI DI VITA

(è possibile siglare più risposte)

6) Qual è il beneficio più importante che ha avuto frequentando i Gruppi di Cammino?

- Ho meno dolore e rigidità quando mi muovo
- Mi stanco di meno quando cammino o faccio attività fisica
- Trascorro più tempo in compagnia di altre persone
- Mi sento meglio in generale (tono dell'umore, sensazione di benessere ...)
- Sono migliorati i miei esami (valori della pressione, esami del sangue ...)
- Non ho avuto beneficio
- Altro _____

7) Nell'ultima settimana quante volte ha svolto attività fisica intensa (bicicletta, giardinaggio, palestra attività sportive) per almeno 10 minuti consecutivi?

- Tutti o quasi tutti i giorni, almeno 30 minuti per volta
- Più volte per 1 - 2 ore in totale
- Una sola volta, o più volte ma per meno di 1 ora in totale
- Mai
- Altro _____

8) Nell'ultima settimana quante volte ha camminato per almeno 10 minuti consecutivi?

- Tutti o quasi tutti i giorni, almeno 30 minuti per volta
- Più volte per 1 - 2 ore in totale
- Una sola volta, o più volte ma per meno di 1 ora in totale
- Non ho mai camminato per più di 10 minuti
- Altro _____

9) Consiglierebbe a un amico, familiare, conoscente di partecipare al Gruppo di cammino?

- Sì
- No

GRADIMENTO E OPINIONI

(è possibile siglare più risposte)

10) Giudizio personale sull'attività ed eventuali suggerimenti

- Piacere di fare attività fisica
- Fare attività con altre persone
- Scoprire percorsi e sentieri
- Altro _____
- Fare attività all'area aperta in aree verdi
- Capacità di simpatia degli istruttori
- Nulla

11) Quale è stata la sua difficoltà principale nel frequentare i Gruppi di Cammino?

- Luogo scomodo da raggiungere
- Non ho avuto problemi
- Difficoltà per i costi
- Altro _____
- Problemi per gli orari dell'attività
- Difficoltà ad apprendere la tecnica

12) Come giudica in generale la sua esperienza di Gruppo di cammino?

- Ottima Non del tutto soddisfacente
 Molto buona Negativa
 Abbastanza buona
 Altro _____

13) Ha dei suggerimenti o proposte?

Data compilazione ____/____/____