**Ankieta dla seniorów (osób powyżej 60 roku życia)**

**w celu określenia sytuacji i potrzeb osób starszych zamieszkałych w gminie Rabka-Zdrój**

Badanie ankietowe jest elementem konsultacji społecznych w sprawie polityki senioralnej miasta i gminy Rabka-Zdrój. Konsultacje mają na celu zebranie informacji, uwag i opinii na temat poziomu życia i potrzeb seniorów w Rabce-Zdroju. Wypełnione ankiety w wersji papierowej można składać w Urzędzie Miejskim w Rabce-Zdroju, ul. Parkowa 2, 34-700 Rabka-Zdrój.

**Instrukcja**: Prosimy o zaznaczenie odpowiedzi w formie: X w kratce lub wpisanie odpowiedzi zgodnie z zadanym pytaniem. Ankieta jest anonimowa (proszę nie podpisywać ankiety).

**Uwaga! Ankietę należy wypełnić tylko raz. Jeśli już wypełniał/a Pan/i tę ankietę w innym miejscu proszę jej nie wypełniać po raz kolejny.**

**I AKTYWNOŚĆ**

**Aktywność zawodowa** *(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | pracuję zawodowo |
|  |  |
|  | jestem emerytem/emerytką |
|  |  |
|  | jestem rencistą/rencistką |
|  |  |
|  | Działam jako wolontariusz |
|  |  |
|  | pomagam w rodzinie np. w opiece nad wnukami |
|  |  |
|  | pomagam w opiece osoby niepełnosprawnej |
|  |  |
|  | Inna, jaka? ……………………………………………………………………………………………………………………………………… |

**Czy czuje się Pani/Pan osobą niezależną od innych?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | tak |
|  |  |
|  | nie |
|  |  |
|  | częściowo |

**Jak ocenił(a)by Pan(i) swój aktualny stan zdrowia?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | dobrze |
|  |  |
|  | przeciętnie |
|  |  |
|  | źle |

**Jak ocenia Pani/Pan swoją sytuację w poniższych obszarach?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sytuacja** | **zła** | **średnia** | **dobra** | **trudno powiedzieć** |
| materialna |  |  |  |  |
| mieszkaniowa |  |  |  |  |
| zdrowotna |  |  |  |  |
| sytuacja rodzinna |  |  |  |  |
| sytuacja społeczna |  |  |  |  |

**Czy umie Pani/Pan korzystać z komputera i Internetu?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | tak |
|  |  |
|  | nie |

**Czy podejmuje Pan/i aktywność na rzecz dalszej edukacji?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | tak |
|  |  |
|  | nie |

**Jaki jest Pani/Pana poziom zaangażowania społecznego i obywatelskiego** *(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | jestem członkiem lub działaczem stowarzyszenia/fundacji lub innej organizacji społecznej |
|  |  |
|  | jestem stałym wolontariuszem – pomagam systematycznie przez dłuższy okres czasu |
|  |  |
|  | jestem wolontariuszem akcyjnym – angażuję się w przy okazji różnych wydarzeń np. kulturalnych |
|  |  |
|  |  |
|  | uczęszczam do dziennego ośrodka wsparcia/pobytu lub innej tego typu placówki |
|  |  |
|  | uczestniczę w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku |
|  |  |
|  | Inna aktywność, jaka? ……………………………………………………………………………………………………………………… |
|  |  |
|  | Nie angażuje się w działania społeczne |

**W jaki sposób spędza Pan/i czas wolny?** *(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | oglądam telewizję |
|  |  |
|  | spędzam czas na wolnym powietrzu (spaceruję, pracuję w ogrodzie) |
|  |  |
|  | spotykam się ze znajomymi/rodziną |
|  |  |
|  |  |
|  | korzystam z Internetu |
|  |  |
|  | działam w organizacji pozarządowej |
|  |  |
|  | uprawiam sport |
|  |  |
|  | chodzę do kina, na zajęcia w Centrum Kultury, Sportu i Promocji lub bibliotece |
|  |  |
|  | uczę się nowych rzeczy |
|  |  |
|  | Inne, jakie? ………………………………………………………………………………………………………………………………… |
|  |  |

**Skąd pozyskuje Pani/Pan informacje o wydarzeniach?** *(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | Internet |
|  |  |
|  | tablice ogłoszeń |
|  |  |
|  | sołtys |
|  |  |
|  | czytam książki, gazety |
|  |  |
|  | znajomi/rodzina |
|  |  |
|  | lokalna gazeta |
|  |  |
|  | Inne, jakie? ………………………………………………………………………………………………………………………………… |

**Proszę wskazać, jakimi kryteriami się Pani/Pan kieruje w wyborze zajęć dla seniorów?** *(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | Chcę zdobywać nowe umiejętności i podnosić swoje kompetencje |
|  |  |
|  | Chcę poznawać nowych ludzi |
|  |  |
|  | Chcę w interesujący sposób zagospodarować swój czas |
|  |  |
|  | Chcę być na bieżąco z dynamicznie zmieniającym się światem |
|  |  |
|  | To ucieczka od samotności i monotonii dnia powszedniego |
|  |  |
|  | Chcę realizować swoje pasje |
|  |  |
|  | Inne powody, jakie? …………………………………………………………………………………………………………………………… |

**II OCENA SYTUACJI W GMINIE**

**Czy uważa się Pani/Pan za dobrze poinformowaną/ego o tym, co się dzieje w gminie?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | tak |
|  |  |
|  | nie |
|  |  |
|  | Trudno powiedzieć |

**Jak ocenia Pani/Pan:** *(Proszę wskazać jedną odpowiedź przy każdym zagadnieniu)*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategoria** | **dobrze** | **średnio** | **źle** | **trudno powiedzieć** |
| dostęp do opieki medycznej |  |  |  |  |
| dostęp do pomocy społecznej – ośrodki pomocy społecznej, instytucje publiczne oraz organizacje pozarządowe |  |  |  |  |
| dostęp do edukacji |  |  |  |  |
| dostęp do rynku pracy |  |  |  |  |
| dostęp do instytucji kultury, np.kino, ośrodek kultury |  |  |  |  |
| dostęp do instytucji publicznych – np. Urząd Miasta |  |  |  |  |
| dostęp do infrastruktury sportowej |  |  |  |  |
| transport |  |  |  |  |
| przekazywanie informacji ważnych dla seniorów (np. oferta spędzania wolnego czasu, edukacja, dostępne wsparcie) |  |  |  |  |

**Jakie są Pani/Pana zdaniem największe problemy osób starszych w naszej gminie?** *Proszę wybrać maksymalnie 4 odpowiedzi.*

|  |  |
| --- | --- |
|  | ubóstwo |
|  |  |
|  | niepełnosprawność |
|  |  |
|  | brak wsparcia ze strony rodziny |
|  |  |
|  | problemy ze zdrowiem |
|  |  |
|  | samotność |
|  |  |
|  | nieporadność życiowa |
|  |  |
|  | bariery architektoniczne (np. brak podjazdów, wind) |
|  |  |
|  | bariery transportowe (niewystarczająca komunikacja publiczna) |
|  |  |
|  | utrudniony dostęp do placówek rehabilitacyjnych |
|  |  |
|  | utrudniony dostęp do usług opiekuńczych |
|  |  |
|  | brak akceptacji w środowisku lokalnym (stereotypizacja) |
|  |  |
|  | brak poczucia bezpieczeństwa (naciągacze, ruch uliczny) |
|  |  |
|  | niskie renty i emerytury |
|  |  |
|  | Inne, jakie? ………………………………………………………………………………………………………………………………… |

**Proszę zaznaczyć sfery życia społecznego w ramach, których w swoim lokalnym środowisku dostrzega Pani/Pan największe braki w stosunku do potrzeb seniorów.** *(Proszę wybrać maksymalnie 5 odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | ochrona zdrowia (np. dostępność i jakość opieki zdrowotnej, dostęp do specjalistów i rehabilitacji) |
|  |  |
|  | profilaktyka i edukacja zdrowotna (np. programy badań przesiewowych, szczepień ochronnych) |
|  |  |
|  | propagowanie zdrowego trybu życia |
|  |  |
|  | relacje międzyludzkie (w tym relacje rodzinne) |
|  |  |
|  | opieka społeczna (np. wsparcie dla seniorów i osób chorych, asystenci) |
|  |  |
|  | stała oferta kulturalna, dostosowana do potrzeb seniorów (np. biblioteka, GOK, kino, teatr) |
|  |  |
|  | rekreacja i aktywność ruchowa (np. infrastruktura rekreacyjna, basen, organizacja zajęć) |
|  |  |
|  | możliwości rozwijania hobby i zainteresowań tematycznych |
|  |  |
|  | integracja międzypokoleniowa |
|  |  |
|  | mechanizmy wpływu na władzę samorządową i uczestnictwo seniorów w życiu publicznym |
|  |  |
|  | dostęp do psychologa |
|  |  |
|  | dostęp do usług opiekuńczych |
|  |  |
|  | oferta edukacyjna dostosowana do potrzeb seniorów |
|  |  |
|  | Inne, jakie? ………………………………………………………………………………………………………………………………… |
|  |  |
|  | nie dostrzegam problemów w powyższych zakresach |

**Co utrudnia Pani/Panu korzystanie z różnych form aktywności dla seniorów?** *(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | duża odległość od siedzib, fundacji, stowarzyszeń |
|  |  |
|  | ograniczona oferta transportu/brak dogodnej komunikacji publicznej |
|  |  |
|  | bariery architektoniczne |
|  |  |
|  | niechęć otoczenia i negatywne nastawienie domowników do aktywności seniora) |
|  |  |
|  | niechęć do wychodzenia z domu |
|  |  |
|  | brak czasu |
|  |  |
|  | brak środków finansowych |
|  |  |
|  | brak chęci do podejmowania aktywności |
|  |  |
|  | brak informacji o różnych inicjatywach podejmowanych w gminie/mieście |
|  |  |
|  | zły stan zdrowia |
|  |  |
|  | inne, jakie? ………………………………………………………………………………………………………………………………… |
|  |  |
|  | nie dostrzegam utrudnień w byciu aktywnym seniorem |

**Jakie działania należałoby podjąć bądź usprawnić, aby osobom w wieku senioralnym mieszkającym w gminie Rabka-Zdrój żyło się lepiej?** …………………………………………………………………………………………………

**W jakich formach spędzania wolnego czasu chciałaby Pani/chciałby Pan uczestniczyć?** *(Można zaznaczyć 5 odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | zajęcia sportowe: gimnastyka, Nordic Walking, basen |
|  |  |
|  | wycieczki turystyczne (piesze i wyjazdowe) |
|  |  |
|  | zajęcia artystyczne i rękodzielnicze, fotograficzne |
|  |  |
|  | spotkania ze sztuką (wystawy, teatr, kino, opera, poezja) |
|  |  |
|  | edukacja zdrowotna w zakresie ważnych dla mnie chorób (np. cukrzyca, nadciśnienie) |
|  |  |
|  | zajęcia z dietetykiem oraz warsztaty zdrowego żywienia |
|  |  |
|  | trening psychologiczny, pamięci, twórcze myślenie |
|  |  |
|  | nauka obsługi komputera, Internet |
|  |  |
|  | taniec, gra na instrumentach, śpiew |
|  |  |
|  | majsterkowanie |
|  |  |
|  | spotkania z ciekawymi ludźmi |
|  |  |
|  | zajęcia edukacyjne, dotyczące różnych tematów, w tym nauka języka obcego |
|  |  |
|  | spotkania towarzyskie z innymi seniorami, gry towarzyskie |
|  |  |
|  | inne, jakie? ………………………………………………………………………………………………………………………………… |
|  |  |
|  | nie jestem zainteresowana/zainteresowany udział em w zorganizowanych zajęciach |

**Z jakich miejsc i form integracji korzystałaby Pani / korzystałby Pan najchętniej? /***(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | klub seniora |
|  |  |
|  | dzienny dom pobytu seniora |
|  |  |
|  | Uniwersytet Trzeciego Wieku |
|  |  |
|  | świetlica środowiskowa |
|  |  |
|  | lokalna organizacja pozarządowa działająca na rzecz seniorów |
|  |  |
|  | Centrum Kultury, Sportu i Promocji |
|  |  |
|  | obiekty sportowe i rekreacyjne |
|  |  |
|  | pomoc sąsiedzka |
|  |  |
|  | Inne, jakie……………………………………………………………………………………………………………….………………………. |
|  |  |

**Jak najlepiej Pani/Pana zdaniem dostarczać informację do seniorów:** *(Można zaznaczyć kilka odpowiedzi.)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | w gazecie lokalnej |
|  |  |
|  | na stronie internetowej gminy/miasta |
|  |  |
|  | na tablicy ogłoszeń w miejscowości/wsi |
|  |  |
|  | ogłoszenie w Urzędzie Miejskim |
|  |  |
|  | przez media społecznościowe |
|  |  |
|  | za pośrednictwem instytucji gminnych, np. Centrum Kultury, Sportu i Promocji |
|  |  |
|  | organizacje senioralne |
|  |  |
|  | inne, jakie? ………………………………………………………………………………………………………………………………… |

**Czy uważa Pani/Pan, że jest potrzeba stworzenia w Rabce-Zdroju gminnej rady seniorów[[1]](#endnote-1)?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | tak |
|  |  |
|  | nie |
|  |  |
|  | nie wiem |

**Czy byłaby Pani zainteresowana / byłby Pan zainteresowany działaniem w radzie seniorów?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | tak |
|  |  |
|  | nie |
|  |  |
|  | nie wiem |

**III METRYCZKA: (zaznacz odpowiednie pole)**

**Wiek**

|  |  |
| --- | --- |
|  | 60 – 70 lat |
|  |  |
|  | 71 – 80 lat |
|  |  |
|  | powyżej 80 lat |

**Płeć**

|  |  |
| --- | --- |
|  | kobieta |
|  |  |
|  | mężczyzna |

**Sytuacja mieszkaniowa**

|  |  |
| --- | --- |
|  | mieszkam samotnie |
|  |  |
|  | mieszkam z rodziną lub bliskimi |
|  |  |
|  | inna ……………………………………………………………………………………………………………………………………….. |

**Miejsce zamieszkania**

|  |  |
| --- | --- |
|  | miasto |
|  |  |
|  | wieś |

**Czy posiada Pan/i orzeczenie o stopniu niepełnosprawności?**

|  |  |
| --- | --- |
|  | tak |
|  |  |
|  | nie |

1. Rady seniorów powoływane są do prowadzenia dialogu z władzami samorządowymi, który służy poprawie jakości życia osób w podeszłym wieku: konsultują decyzje, podpowiadają rozwiązania, interweniują i inicjują zmiany. [↑](#endnote-ref-1)