

Rada Seniorów w Starych Babicach pyta starszych mieszkańców gminy.



SZANOWNI SENIORZY, ta ankieta została przygotowana przez Gminną Radę Seniorów w Starych Babicach w celu poznania potrzeb mieszkających tutaj starszych ludzi. Uzyskane informacje posłużą między innymi do przygotowania dokumentu strategicznego a potem działań mających na celu poprawę jakości życia osób mających 60 i więcej lat. Ankieta jest anonimowa.

1. Czy mieszka Pani/Pan w Starych Babicach od urodzenia?

- Tak
- Nie

2. Z kim Pan/Pani mieszka?*

- samodzielnie (sam/ sama)
- z żoną/mężem
- z wielopokoleniową rodziną (dziećmi i wnukami)
- z innymi seniorami bo mieszkam w Domu Pomocy
- Inne

3. proszę podać swój wiek *

- 60-65 lat
- 66-70 lat
- 71-75 lat
- 76-80 lat
- 81-85 lat
- 86 i więcej lat

4. proszę podać swoją płeć

- kobieta
- mężczyzna

5. Proszę wymienić 3 główne problemy dnia codziennego?

Czyli takie które spotykają /pana/Panią najczęściej i są najbardziej uciążliwe z punktu widzenia mieszkańca Starych Babic.

6. Z których wymienionych niżej form wsparcia korzystał Pan /Pani w ciągu ostatniego roku?*

dowolna liczba wyborów

- Usług lekarza pierwszego kontaktu
- Usług lekarzy specjalistów
- Badań diagnostycznych
- Badań kontrolnych
- Usług ambulatoryjnych (proste zabiegi)
- Poradni geriatrycznej
- Ratownictwa medycznego (pogotowia)
- Usług rehabilitacyjnych
- Usług pielęgniarki środowiskowej
- Usług opiekunki z pomocy społecznej
- Pobytu w szpitalu
- Pobytu w sanatorium
- Porad psychologa lub psychiatry
- Zdrowotnych programów profilaktycznych
- Zakupu leków, od ręki w miejscowej aptece
- Pomocy osób spoza rodziny w pracach domowych
- Możliwości zakupu obiadów w lokalnym barze/stołówce
- Jakie jeszcze inne.....

7. Z których form wsparcia nie mogła Pani/Pan skorzystać w ostatnim roku, mimo takiej potrzeby? *

dowolna liczba wybranych punktów

- Usług lekarza pierwszego kontaktu
- Usług lekarza rodzinnego
- Badań diagnostycznych
- Badań kontrolnych
- Usług ambulatoryjnych (proste zabiegi)
- Poradni geriatrycznej
- Ratownictwa medycznego (pogotowia)
- Usług rehabilitacyjnych

- Usług pielęgniarki środowiskowej
- Usług opiekunki z pomocy społecznej
- Pobytu w szpitalu
- Pobytu w sanatorium
- Porady psychologa lub psychiatry
- Zdrowotnych programów profilaktycznych
- Szybkiego zakupu leków (od zaraz) w miejscowej aptece
- Pomocy osób spoza rodziny w pracach domowych
- możliwości zakupu obiadów w lokalnym barze/stołówce
- Inne

8. Jeśli oczekuje Pan/Pani pomocy to od kogo w pierwszej kolejności?*

proszę zaznaczyć tylko 4 odpowiedzi

- pomoc społeczna
- rodzina
- sąsiedzi
- przyjaciele
- rówieśnicy
- organizacje charytatywne
- organizacje seniorskie
- Urząd Gminy
- Parafia/Kościół
- policja/wymiar sprawiedliwości
- jeśli jest jeszcze ktoś inny proszę wymienić

Na kolejnej stronie prezentujemy 5 pytań dotyczących Państwa kondycji. Proszę zaznaczać natężenie występowania wymienianych niedogodności, ograniczeń bądź problemów NA SKALI 0-10 gdzie 0 oznaczania brak problemu a 10 największe z możliwych jego natężenie.

9. Problem z mobilnością (możliwością poruszania oraz przemieszczania się).

proszę zaznaczyć w jakim stopniu może Pani/Pan określić swoją aktualną sytuację

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

brak problemu z poruszaniem i
przemieszczaniem

problem występuje

niemożność poruszania się /
problemy ekstremalne

10. Zależność od innych osób/instytucji

proszę zaznaczyć w jakim stopniu może Pani/Pan określić swoją aktualną sytuację

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

jestem samodzielny/na

w pewnym stopniu zależny/na

całkowita zależność od opiekunów

11. Codzienna aktywność (praca, nauka, prace domowe, czas wolny, kontakty społeczne).

proszę zaznaczyć w jakim stopniu może Pani/Pan określić swoją aktualną sytuację

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

bez problemu

pewne problemy

niemożność lub problemy
ekstremalne

12. Niepokój, smutek, poczucie oddalenia od innych, osamotnienia, niechęć do wyjścia z domu

proszę zaznaczyć w jakim stopniu może Pani/Pan określić swoją aktualną sytuację

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

nie odczuwam

odczuwam w pewnym stopniu

silnie odczuwam , to główny mój
problem

13. dyskomfort fizyczny/niesprawność/ ból/choroba przewlekła

proszę zaznaczyć w jakim stopniu może Pani/Pan określić swoją aktualną sytuację

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

brak problemów

pewne problemy

silny problem , dominujący w
codziennym życiu

14. Co najchętniej CHCIAŁBY Pan/Pani robić w WOLNYM CZASIE ?*

można wybrać i zaznaczyć tylko 6 punktów z listy 20 punktów-, PROSZĘ ZASTANOWIĆ SIĘ NAD WYBOREM

- zorganizowane dla większych grup wyjazdy i wycieczki
- wyjazdy grupowe do kina, teatru, na wystawy, muzeum
- czas spędzać w ruchu - prowadzone przez trenerów zajęcia ruchowe w grupie, sportowe, gimnastyczne, pływanie, taniec itp
- edukować się, w tym też na Uniwersytecie III Wieku
- angażować się w życie miejscowej parafii i wspólnoty kościelnej
- aktywna indywidualna turystyka piesza lub/i rowerowa
- uprawiać swoje hobby; szydełkowanie, wyszywanie, łowienie ryb, akwarystyka itp.
- praca wolontariusza na rzecz potrzebujących ludzi lub zwierząt
- prywatne życie towarzyskie z przyjaciółmi, spotkania/ pogawędki przy stole
- spotkania z rówieśnikami poza domem gry karciane, planszowe, rozmowy itp
- opieka nad starszą osobą z rodziny
- przebywanie razem rodziną
- oglądanie telewizji /słuchanie radia
- "buszowanie" w Internecie (korespondencja, Fb, fora społecznościowe, portale informacyjne , blogi itp)
- czytanie/słuchanie książek
- zorganizowane zajęcia z innymi seniorami, na przykład w lokalnym Klubie
- opieka nad wnukami
- praca zarobkowa
- w sanatorium lub na wczasach
- jakie jeszcze inne, których brak na w/w liście.....

15. Co można by zmienić w Starych Babcicach ABY ŻYCIE MIESZKAJĄCYCH TU osób starszych było JESZCZE LEPSZE ?

16. W jaki sposób najlepiej informować Pana/Panią i ciekawych ofertach zajęć dla seniorów?*