

Annexos

Annex 1. Model de qüestionari per a la ciutadania

Benvolgut, benvolguda,

Des de l'Ajuntament de/d'[nom municipi] et convidem a contestar una enquesta sobre condicions de salut de la població. L'enquesta tracta de diferents temes, com ara l'estat general de salut, l'estil de vida, l'alimentació, la pràctica esportiva i preocupacions sobre la salut, per tal de conèixer en quins aspectes està millor o pitjor la salut de la població de/d'[nom municipi]. Les dades recollides ens permetran saber quins serveis i polítiques són més importants reforçar per millorar la salut de la població i fer de/d'[nom municipi] un entorn més saludable. L'enquesta és completament anònima. És a dir, no es demana cap dada personal, ja que la informació només s'utilitza per fer estadístiques a escala de ciutat. Respondre a l'enquesta és voluntari i pots deixar sense contestar alguna pregunta si ho creus convenient. Agraïm molt la teva col·laboració: creiem que per millorar les polítiques i els serveis públics cal consultar les persones a qui van dirigits. En el díptic que t'entreguem tens les dades de contacte de l'Ajuntament, per si vols més informació sobre l'estudi. Confirmes que desitges fer l'enquesta?

- Sí
- No (fi de l'enquesta)

1. A quin barri/zona de/d'[nom municipi] vius?

- Nucli urbà
- Barri 1
- Barri 2
- Etc.
- No sap el barri. Cal indicar el nom del carrer: _____

2. Durant l'última setmana, quants dies vas esmorzar abans de sortir de casa?

- Cada dia
- 4-6 dies a la setmana
- 1-3 dies a la setmana
- Mai
- NS/NC

3. Quantes racions de fruita i verdura consumeixes normalment al dia?

- 0 al dia
- 1 al dia
- 2 al dia
- 3 al dia
- 4 al dia
- 5 al dia
- Més de 5 al dia
- NS/NC

4. Quantes vegades a la setmana consumeixes els tipus d'aliments següents?

- Carn
 - 0 a la setmana
 - 1 a la setmana
 - 2 a la setmana
 - 3 a la setmana
 - 4 a la setmana
 - 5 a la setmana
 - Més de 5 a la setmana
 - NS/NC
- Peix
 - 0 a la setmana
 - 1 a la setmana
 - 2 a la setmana
 - 3 a la setmana
 - 4 a la setmana
 - 5 a la setmana
 - Més de 5 a la setmana
 - NS/NC
- Llegums
 - 0 a la setmana
 - 1 a la setmana
 - 2 a la setmana
 - 3 a la setmana
 - 4 a la setmana
 - 5 a la setmana
 - Més de 5 a la setmana
 - NS/NC

5. Durant la setmana passada, quant de temps vas dormir diàriament, de mitjana?
- Menys de 5 hores
 - 5 hores
 - 6 hores
 - 7 hores
 - 8 hores
 - 9 hores
 - 10 hores
 - Més de 10 hores
 - NS/NC
6. Quina d'aquestes frases descriu millor la freqüència amb què fas alguna activitat física en el teu temps lliure?
- No faig exercici. El temps lliure l'ocupo de manera gairebé completament sedentària (llegir, mirar la TV, etc.)
 - Faig alguna activitat física o esportiva ocasional (caminar o passejar, bicicleta, jardineria, gimnàstica suau, activitats a l'aire lliure...)
 - Faig activitat física diverses vegades al mes (gimnàstica, córrer, natació, ciclisme, jocs d'equip, etc.)
 - Faig entrenament esportiu o físic diverses vegades a la setmana
 - NS/NC
7. Utilitzes algun equipament esportiu de/d'[nom municipi]?
- Sí. Quin o quins? _____
 - No
 - NS/NC
8. Quin mitjà de transport utilitzes habitualment en els teus desplaçaments?
- Desplaçaments per anar a treballar o estudiar (sigui dins o fora de/d'[nom municipi])
 - Cotxe o moto
 - Transport públic
 - A peu
 - Bicicleta o patinet
 - Altres
 - No em desplaço
 - NS/NC
 - Desplaçaments dins de/d'[nom municipi] (excepte treball o estudis)
 - Cotxe o moto
 - Transport públic
 - A peu

- Bicicleta o patinet
 - Altres
 - No em desplaço
 - NS/NC
- Desplaçaments fora de/d'[nom municipi] (excepte treball o estudis)
 - Cotxe o moto
 - Transport públic
 - A peu
 - Bicicleta o patinet
 - Altres
 - No em desplaço
 - NS/NC
9. Ens pots indicar, en aquesta escala, la teva opinió sobre el teu estat de salut en general en el dia d'avui?
Imatge amb escala de 0 a 100
10. Tens alguna malaltia, problema de salut mental, discapacitat crònica o de llarga durada?
- No
 - Sí. Quina? _____
 - NS/NC
11. A causa d'un problema de salut, necessites l'ajuda o la companyia d'altres persones per fer les activitats habituals de la vida quotidiana?
- Sí, regularment
 - Sí, a vegades
 - No necessito ajuda
 - NS/NC
12. Cuides alguna persona gran, o alguna persona amb alguna malaltia, dependència o discapacitat crònica?
- Sí. Quantes hores setmanals aproximadament? _____
 - No
 - NS/NC
13. En el darrer mes, quantes vegades has anat a algun d'aquests serveis per un problema de salut propi?
- Hospital
 - Cap
 - 1 vegada

- 2 vegades
- 3 vegades
- 4 vegades
- 5 vegades
- Més de 5 vegades
- NS/NC
- Ambulatori públic (CAP)
 - Cap
 - 1 vegada
 - 2 vegades
 - 3 vegades
 - 4 vegades
 - 5 vegades
 - Més de 5 vegades
 - NS/NC
- Centre mèdic privat o mútua
 - Cap
 - 1 vegada
 - 2 vegades
 - 3 vegades
 - 4 vegades
 - 5 vegades
 - Més de 5 vegades
 - NS/NC

14. De les situacions següents, quina descriu millor el teu comportament respecte al tabac?

- Actualment no fumo gens
- Actualment fumo ocasionalment (menys d'un cop al dia)
- Actualment fumo cada dia
- NS/NC

15. En les últimes dues setmanes, has begut alcohol alguna vegada, incloent-hi vi i cervesa?

- Sí, diàriament
- Sí, ocasionalment
- No
- NS/NC

16. En un dia normal entre setmana, quantes hores diries que ets passes mirant una pantalla (ordinador, tauleta, mòbil, TV)?

- A la feina o centre educatiu
 - Menys d'1 hora
 - 1-2 hores
 - 3-4 hores
 - 5-6 hores
 - 7-8 hores
 - Més de 8 hores
 - NS/NC
- Fora de la feina o del centre educatiu
 - Menys d'1 hora
 - 1-2 hores
 - 3-4 hores
 - 5-6 hores
 - 7-8 hores
 - Més de 8 hores
 - NS/NC

17. Laboralment, en quina de les situacions següents et trobes actualment?

- Empleat/ada a temps complet
- Empleat/ada a temps parcial
- Faig feines esporàdiques o eventuais
- Autònom/a sense empleats/des
- Autònom/a amb empleats/des
- Estudiant
- Jubilat/ada o pensionista
- No treballo per decisió pròpia
- Aturat/ada buscant feina. Temps aproximat que fa que busques feina (cal indicar-ho en mesos): _____
- Altres situacions. Cal especificar: _____
- NS/NC

18. Quantes hores has treballat al dia de mitjana durant la darrera setmana?

- Menys de 2 hores
- Entre 2 i 3 hores
- Entre 4 i 5 hores
- Entre 6 i 7 hores
- Entre 8 i 9 hores
- Entre 10 i 11 hores
- Més d'11 hores

- No treballa
- NS/NC

19. Aproximadament, quins són els ingressos familiars nets que entren cada mes a casa teva?

- Inferiors a 500 €
- Entre 501 i 1.000 €
- Entre 1.001 € i 2.000 €
- Entre 2.001 € i 3.000 €
- Entre 3.001 € i 4.000 €
- Més de 4.000 €
- NS/NC

20. Tenint en compte el total d'ingressos que entren a casa teva (sigui en forma de sous, ajuts o pensions), com acostumes a arribar a final de mes?

- Amb molta dificultat
- Amb dificultat
- Amb certa dificultat
- Amb certa facilitat
- Amb facilitat
- Amb molta facilitat
- NS/NC

21. L'habitatge on vius és...?

- Lloguer sencer
- Lloguer compartit
- Propietat amb pagaments pendents
- Propietat sense pagaments pendents
- Ocupat (hi visc sense autorització del propietari)
- Altres situacions. Cal especificar: _____
- NS/NC

22. El teu habitatge té algun dels inconvenients següents?

- Poca ventilació
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- Humitats
 - Sí
 - No
 - NS/NC

- Falta de llum
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- Excés de soroll
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- Baixa temperatura a l'hivern
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- Excés de temperatura a l'estiu
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- Massa petit per al total de persones que hi viuen
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- És en una finca deteriorada o poc agradable
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- És en una zona/entorn deteriorat o poc agradable
 - Sí
 - No
 - NS/NC
- Altres inconvenients
 - Sí
 - No
 - NS/NC

23. Valora les frases següents, relacionades amb el suport afectiu que reps d'altres persones:

- Tens persones que es preocupen del que et passa
 - Gens
 - Poc
 - Regular
 - Bastant
 - Molt
 - NS/NC

- Tens la possibilitat de parlar amb algú dels teus problemes personals
 - Gens
 - Poc
 - Regular
 - Bastant
 - Molt
 - NS/NC
- Tens invitacions per distreure't i sortir amb altres persones
 - Gens
 - Poc
 - Regular
 - Bastant
 - Molt
 - NS/NC
- Reps ajuda quan estàs malalt/a
 - Gens
 - Poc
 - Regular
 - Bastant
 - Molt
 - NS/NC
- A la teva família us ajudeu i us doneu suport els uns als altres
 - Gens
 - Poc
 - Regular
 - Bastant
 - Molt
 - NS/NC
- Gaudeixes de les activitats que fas en el dia a dia
 - Gens
 - Poc
 - Regular
 - Bastant
 - Molt
 - NS/NC

24. Disposes de temps lliure durant la setmana per poder fer el que vulguis?

- Gens
- Poc
- Regular
- Bastant

- Molt
- NS/NC

25. Quin nivell d'estrès sents en la teva vida diària?

- Gens
- Poc
- Regular
- Bastant
- Molt
- NS/NC

26. Com valoreu els aspectes següents de/d'[nom municipi]?

- Els equipaments esportius
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- La comoditat per passejar i desplaçar-se a peu
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- L'ordenació del trànsit i la seguretat viària
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- La quantitat de parcs i places
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC

- L'estat dels parcs i places (neteja, manteniment...)
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- L'estat de les voreres i els carrers (neteja, manteniment...)
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- Els serveis sanitaris públics (ambulatoris)
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- La facilitat de comprar aliments sans o frescos a bon preu (fruita, verdura, ous, llegum, peix, carn...)
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- Els horts urbans
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- Els espais naturals del municipi (zones fluvials, marítimes, costaneres, boscos...)
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament

- Molt malament
- NS/NC
- Les rutes verdes
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC
- Els carrils bici
 - Molt bé
 - Bé
 - Regular
 - Malament
 - Molt malament
 - NS/NC

27. En una escala de l'1 (molt dolenta) al 5 (molt bona) com diries que és a [nom municipi]...

- La qualitat de l'aire
 - Molt dolenta
 - Dolenta
 - Regular
 - Bona
 - Molt bona
 - NS/NC
- La qualitat de l'aigua de consum (sabor, olor)
 - Molt dolenta
 - Dolenta
 - Regular
 - Bona
 - Molt bona
 - NS/NC
- El sistema de recollida d'escombraries i reciclatge
 - Molt dolent
 - Dolent
 - Regular
 - Bo
 - Molt bo
 - NS/NC

- El nivell de soroll
 - Molt dolent
 - Dolent
 - Regular
 - Bo
 - Molt bo
 - NS/NC

28. T'has vist d'alguna manera afectat a [nom municipi] alguna vegada per:

- Plagues d'animals (insectes, coloms, ratolins...)
 - No
 - Sí. Cal especificar: _____
 - NS/NC
- Al·lèrgies provocades per l'entorn (pol·len, insectes, etc.)
 - No
 - Sí. Cal especificar: _____
 - NS/NC

29. En general, t'agrada viure a [nom municipi]?

- Molt
- Bastant
- Regular
- Poc
- Gens
- NS/NC

30. Què és el que més t'agradaria millorar de la teva salut personal? (Resposta oberta)

31. I pensant en el conjunt de la ciutat, què creus que cal fer perquè [nom municipi] sigui més saludable? (Resposta oberta)

32. On has nascut?

- A [nom municipi]
- A la resta de Catalunya
- A la resta d'Espanya
- A l'estranger. Cal especificar país: _____
- NS/NC

33. Quants anys tens?

34. Ets...

- Home
- Dona
- Altres

35. Amb qui convius al teu habitatge?

- Sol/a
- Amb la parella
- Amb un o més fills/es de +16 anys
- Amb un o més fills/es de 0-16 anys
- Amb el meu pare
- Amb la meva mare
- Amb altres familiars
- Amb altres persones que no són família
- NS/NC

36. Quin és el teu nivell d'estudis?

- Sense estudis
- Primària incompleta
- Primària completa
- Estudis secundaris incomplets
- Estudis secundaris complets
- Estudis superiors incomplets
- Estudis superiors complets
- Altres. Cal especificar: _____
- NS/NC

Ja hem acabat. Moltes gràcies per la teva col·laboració! (Resposta oberta)

Apuntar sense preguntar: On s'ha fet l'enquesta?

- Domicili particular
- Carrer
- OAC
- Altres. Cal especificar: _____

Observacions que es vulguin fer constar
