

Badanie Zdrowia Publicznego w roku Akershus 2025

intro - intro

Badanie Zdrowia Publicznego w roku [fylke] 2025 Oto ankieta dotycząca jakości życia, zdrowia, dobrego samopoczucia i innych czynników wpływających na zdrowie publiczne. Więcej informacji na temat badania znaleźć można tu: Badanie Zdrowia Publicznego – [lenke til infoside] powiat.

Udział w badaniu potrwa mniej więcej 15-20 minut, dzięki niemu wezmiesz udział w losowaniu. [premie]

samtykketekst

Czy chcesz wziąć udział w Badaniu Zdrowia Publicznego w [fylke] 2025?

Zapraszamy do udziału w Badaniu Zdrowia Publicznego [fylke]. Oto ankieta stworzona przez Norweski Instytut Zdrowia Publicznego (FHI) we współpracy [fylke] z władzami powiatowymi. Niniejsze badanie przeprowadzamy w celu uzyskania wiedzy, którą w swojej pracy dotyczącej zdrowia publicznego będą mogły wykorzystać władze wojewódzkie i gminne.

Uczestnictwo jest dobrowolne, każdy użytkownik może w dowolnym momencie zażądać usunięcia swoich danych. Udział w badaniu polega na wypełnieniu ankiety dotyczącej zachowań zdrowotnych, dobrego samopoczucia i jakości życia. Ponadto zapisujemy twoje imię i nazwisko, numer ewidencyjny i informacje do kontaktu. Za badanie odpowiedzialny jest Norweski Instytut Zdrowia Publicznego (FHI), któremu w jego przeprowadzeniu pomaga współpracująca z nami firma, Ideas2evidence, która zajmuje się przetwarzaniem danych

Za badanie odpowiedzialny jest Norweski Instytut Zdrowia Publicznego (FHI), któremu w jego przeprowadzeniu pomaga współpracująca z nami firma, Ideas2evidence, która zajmuje się przetwarzaniem danych. Twoje odpowiedzi zostaną zestawione z informacjami z różnych rejestrów. Zebrane dane będą przechowywane przez nieokreślony czas. Twoje dane będą przetwarzane w sposób zgodny z przepisami o przetwarzaniu danych osobowych. Zachęcamy do zaponania się z informacjami na temat sposobu dalszego wykorzystywania danych.

samtykke

- ☐ Tak, chcę wziąć udział w badaniu (1)
- ☐ Nie, nie chcę brać udziału w badaniu (2)

samtykke_mer_akershus

► Więcej informacji na temat ochrony danych osobowych

Cel badania

Głównym celem badania jest uzyskanie wiedzy, którą władze województwa i twojej gminy zamieszkania będą mogły wykorzystać podczas pracy na rzecz zdrowia publicznego.

Dlaczego otrzymałeś propozycję udziału?

Zostałeś wybrany losowo z Folkeregisteret [Rejestru Ludności]. Informacje kontaktowe uzyskaliśmy z kontakt-og reservasjonsregisteret [Centralnego Rejestru Kontaktów i Zastrzeżeń] zgodnie z przepisami o ewidencji ludności, §§ 10-1 i 10-2.

Kto jest odpowiedzialny za Badanie Zdrowia Publicznego?

Za Badanie Zdrowia Publicznego odpowiedzialny jest Instytut Zdrowia Publicznego (FHI)

Udział w badaniu jest dobrowolny

Udział w Badaniu Zdrowia Publicznego jest dobrowolny. Nie poniesiesz żadnych negatywnych konsekwencji, jeśli nie zechcesz wziąć udziału w badaniu lub jeśli później zdecydujesz się poprosić o usunięcie swoich danych.

Co oznacza dla Ciebie udział w tym badaniu?

Wypełniasz ankietę, co zajmuje około 15–20 minut. Pytania dotyczą zdrowia, zachowań zdrowotnych, samopoczucia i jakości życia.

Jeśli wyrazisz zgodę na udział, Twoje odpowiedzi mogą zostać udostępnione projektom badawczym, projektom studenckim, władzom lokalnym lub podobnym podmiotom.

Twoje odpowiedzi mogą zostać połączone z informacjami z różnych rejestrów, np. rejestrów zdrowia, rejestrów SSB, innych badań zdrowotnych, badań zdrowia publicznego i tym podobnych. Pozwala to uzyskać lepszą wiedzę na temat zdrowia i stylu życia ludności. Nikt nie będzie w stanie rozpoznać Cię w publikacjach wynikających z Badania Zdrowia Publicznego.

Województwo/gmina zamieszkania może otrzymać do analizy pliki umożliwiające pośrednią identyfikację. Wszystkie cechy umożliwiające bezpośrednią identyfikację osób, takie jak imię i nazwisko lub numer identyfikacyjny (PESEL), oraz informacje, które mogą posłużyć do identyfikacji uczestników, zostaną usunięte z plików danych przed ich przesłaniem. Również środowiska analityczne zajmujące się planowaniem i mapowaniem publicznym mogą ubiegać się o udostępnienie danych umożliwiających pośrednią identyfikację osób.

Być może w przyszłości skontaktujemy się z Tobą ponownie, aby poprosić Cię o udział w nowych ankietach lub innych formach gromadzenia danych do celów badawczych. Udział w tych badaniach jest całkowicie dobrowolny.

Więcej informacji na temat ochrony prywatności – w jaki sposób przechowujemy i wykorzystujemy Twoje dane

W jaki sposób przechowywane i wykorzystywane są Twoje dane osobowe?

Instytut Zdrowia Publicznego (FHI) przechowuje Twoje dane w dwóch oddzielnych bazach danych:

- W pierwszej bazie danych przechowywane są Twoje imię i nazwisko, dane kontaktowe oraz numer identyfikacyjny
- Do drugiej bazy danych trafiają odpowiedzi udzielone w ankiecie.

Dostęp do tych baz danych jest ściśle regulowany. Tylko kilku pracowników FHI ma dostęp do obu baz danych i są oni zobowiązani do zachowania poufności.

Dalsze wykorzystanie odpowiedzi udzielonych w ankiecie

Kiedy naukowcy lub inne osoby ubiegają się o dostęp do Twoich odpowiedzi, odbywa się to bez podawania imienia i nazwiska lub numeru ID. Informacje te mogą umożliwiać pośrednią identyfikację.

Jeśli Twoje odpowiedzi mają być powiązane z innymi rejestrami (na przykład rejestrami zdrowia), wtedy używany jest tzw. klucz łączący. Oznacza to, że Twój numer identyfikacyjny zostanie zastąpiony identyfikatorem uczestnika. Osoby, które otrzymają Twoje dane, będą widzieć tylko ten identyfikator, a nie Twoje imię i nazwisko czy numer identyfikacyjny (PESEL).

Jak długo przechowujemy Twoje dane?

Celem Badania Zdrowia Publicznego jest śledzenie zmian w stanie zdrowia i warunkach życia na przestrzeni czasu, dlatego będziemy przechowywać Twoje dane bez ograniczeń czasowych. Robimy to, aby dane te mogły być wykorzystane w przyszłych badaniach naukowych oraz do planowania działań na rzecz poprawy zdrowia publicznego.

W każdej chwili możesz poprosić o usunięcie swoich danych.

Na jakiej podstawie prawnej przetwarzamy Twoje dane

Przetwarzamy Twoje dane, ponieważ chcemy przyczynić się do rozwoju wiedzy, która przynosi korzyści społeczeństwu. Jest to dozwolone i zgodnie z przepisami o ochronie danych osobowych (RODO), które stanowią, że można wykorzystywać dane osobowe, gdy jest to niezbędne do realizacji zadań realizowanych w interesie publicznym art. 6 ust. 1 lit. e) i art. 9 ust. 2 litera j). Jest to zgodne z ustawą o działaniach w zakresie zdrowia publicznego § 25, por. rozporządzenie w sprawie przeglądu stanu zdrowia publicznego § 7

Twoje prawa

Przez okres, w którym FHI może powiązać te informacje z Tobą, masz prawo do:

- żądania wglądu do informacji, które posiadamy na Twój temat żądania poprawienia lub usunięcia danych zgłoszenia sprzeciwu wobec sposobu wykorzystywania Twoich danych
- Jeśli skontaktujesz się z nami w celu skorzystania z niniejszych praw, otrzymasz odpowiedź w ciągu jednego miesiąca.
- Ponadto, jeśli uważasz, że przetwarzamy Twoje dane w niewłaściwy sposób, masz prawo złożyć skargę do organu nadzorczego ds. ochrony danych.

Nie otrzymasz bezpośredniej odpowiedzi na swoje pytania, ale możesz śledzić, w jaki sposób informacje są wykorzystywane na naszych stronach internetowych: Badania Zdrowia Publicznego w województwach - Instytut Zdrowia Publicznego (FHI)

Informacje kontaktowe

W przypadku pytań lub chęci skorzystania ze swoich praw prosimy o kontakt mailowy: fhus-deltaker@fhi.no

Pytania dotyczące ochrony danych osobowych lub przysługujących Ci praw można również kierować do inspektora ochrony danych osobowych w FHI personvernombud@fhi.no.

samtykke_confirm

Odpowiedziałeś(-aś) „Nie” na pytanie dotyczące zgody.

Niestety, bez wyrażenia zgody nie możesz wziąć udziału w badaniu.

Jeżeli zaznaczyłeś(-aś) nieprawidłową odpowiedź, możesz wrócić i ją zmienić. Jeśli naciśniesz przycisk Dalej, badanie zostanie zakończone.

FK8G4S1

Czy jesteś w związku małżeńskim, w związku nieformalnym, samotny(-na) lub masz partnera(-kę)?

Możliwe kilka odpowiedzi.

- ☐ Żonaty/zamężna / zarejestrowany partner (1)
- ☐ W nieformalnym związku (2)
- ☐ Mam partnera(-kę) (z którym(-rą) nie mieszkam) (3)
- ☐ Samotny(-na) (4)
- ☐ Wdowa/wdowiec (5)

FK8G4S2

Ile osób mieszka w Twoim gospodarstwie domowym?

Łącznie z Tobą.

- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 lub więcej (5)

FK8G4S3

Jaką liczbą dzieci poniżej 18 roku życia się opiekujesz/za ile dzieci poniżej 18 roku życia jesteś odpowiedzialny?

- ☐ 0 (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 lub więcej (5)

FK8G4S3a

Wstaw krzyżyk (i) przy grupie wiekowej (grupach wiekowych), do której należy (ą) twoje dziecko (dzieci)?

Kilka możliwych odpowiedzi.

- ☐ Młodsze, niż dzieci w wieku przedszkolny (1)
- ☐ Dzieci w wieku przedszkolnym (2)
- ☐ Dzieci uczęszczające do szkoły podstawowej (klasy 1-4) (3)
- ☐ Dzieci uczęszczające do szkoły podstawowej (klasy 1-7) (4)
- ☐ Dzieci uczęszczające do gimnazjum (klasy 8-10) (5)
- ☐ Dzieci uczęszczające do liceum (6)

FK8G5S1

Czy jesteś, i co najmniej jedno z rodziców urodzone poza Norwegią?

- ☐ Tak (1)
- ☐ Nie (2)

FK8G5S1a

W jakim kraju się urodziłeś(-aś)?

- Norwegia (000)
- Afganistan (404)
- Albania (111)
- Algeria (203)
- Andora (114)
- Angola (204)
- Antigua og Barbuda (603)
- Argentyna (705)
- Armenia (406)
- Azerbejdżan (407)
- Australia (805)
- Bahamy (605)
- Bahrajn (409)
- Bangladesz (410)
- Barbados (602)
- Białoruś (120)
- Belgia (112)
- Belize (604)
- Benin (229)
- Bhutan (412)
- Boliwia (710)
- Bośnia i Hercegowina (155)
- Botswana (205)
- Brazylia (715)
- Brunei (416)
- Bułgaria (113)
- Burkina Faso (393)
- Burundi (216)
- Kanada (612)
- Chile (725)
- Kolumbia (730)
- Wyspy Cooka (809)
- Costa Rica (616)
- Kuba (620)
- Dania (101)
- Zjednoczone Emiraty Arabskie (426)
- Republika Dominikany (624)
- Republika Środkowoafrykańska (337)
- Dżibuti (250)
- Dominika (622)
- Ekwador (735)
- Egipt (249)
- Gwinea Równikowa (235)
- Salvador (672)
- Wybrzeże Kości Słoniowej (239)
- Erytrea (241)
- Estonia (115)
- Eswatini (357)
- Etiopia (246)
- Fidżi (811)
- Filipiny (428)
- Finlandia (103)
- Francja (117)
- Gabon (254)
- Gambia (256)
- Gruzja (430)
- Ghana (260)

- Grenada (629)
- Gwatemala (632)
- Gwinea (264)
- Gwinea-Bissau (266)
- Gujana (720)
- Haiti (636)
- Grecja (119)
- Honduras (644)
- Indie (444)
- Indonezja (448)
- Irak (452)
- Iran (456)
- Irlandia (121)
- Islandia (105)
- Izrael (460)
- Włochy (123)
- Jamajka (648)
- Japonia (464)
- Jemen (578)
- Jordania (476)
- Kambodża (478)
- Kamerun (270)
- Republika Zielonego Przylądka (273)
- Kazachstan (480)
- Kenia (276)
- Chiny (484)
- Kirgistan (502)
- Kiribati (815)
- Komory (220)
- Kongo, Republika Demokratyczna (279)
- Kongo, Republika (278)
- Kosowo (161)
- Chorwacja (122)
- Kuwejt (496)
- Cypr (500)
- Laos (504)
- Łotwa (124)
- Lesotho (281)
- Liban (508)
- Liberia (283)
- Libia (286)
- Liechtenstein (128)
- Litwa (136)
- Luksemburg (129)
- Madagaskar (289)
- Malawi (296)
- Malezja (512)
- Malediwy (513)
- Mali (299)
- Malta (126)
- Maroko (303)
- Wyspy Marshalla (835)
- Mauretania (306)
- Mauritius (307)
- Meksyk (652)
- Mikronezja (826)
- Mołdawia (138)

- Monako (130)
- Mongolia (516)
- Czarnogóra (160)
- Mozambik (319)
- Myanmar (Birma) (420)
- Namibia (308)
- Nauru (818)
- Holandia (127)
- Nepal (528)
- Nowa Zelandia (820)
- Nikaragua (664)
- Niger (309)
- Nigeria (313)
- Niue (821)
- Korea Północna (488)
- Macedonia Północna (156)
- Oman (520)
- Pakistan (534)
- Palau (839)
- Palestyna (524)
- Panama (668)
- Papua-Nowa Gwinea (827)
- Paragwaj (755)
- Peru (760)
- Polska (131)
- Portugalia (132)
- Katar (540)
- Rumunia (133)
- Rosja (140)
- Rwanda (329)
- Saint Kitts i Nevis (677)
- Saint Lucia (678)
- Saint Vincent i Grenadyny (679)
- Wyspy Salomona (806)
- Samoa (830)
- San Marino (134)
- Wyspy Świętego Tomasza i Książęca (333)
- Arabia Saudyjska (544)
- Senegal (336)
- Serbia (159)
- Seszele (338)
- Sierra Leone (339)
- Singapur (548)
- Słowacja (157)
- Słowenia (146)
- Somalia (346)
- Hiszpania (137)
- Sri Lanka (424)
- Wielka Brytania (139)
- Sudan (356)
- Surinam (765)
- Szwajcaria (141)
- Szwecja (106)
- Syria (564)
- Afryka Południowa (359)
- Korea Południowa (492)
- Sudan Południowy (355)

- ☐ Tadżikistan (550)
- ☐ Tajwan (432)
- ☐ Tanzania (369)
- ☐ Tajlandia (568)
- ☐ Togo (376)
- ☐ Tonga (813)
- ☐ Trinidad i Tobago (680)
- ☐ Czad (373)
- ☐ Czechy (158)
- ☐ Tunezja (379)
- ☐ Turkmenistan (552)
- ☐ Tuvalu (816)
- ☐ Turcja (143)
- ☐ Niemcy (144)
- ☐ Uganda (386)
- ☐ Ukraina (148)
- ☐ Węgry (152)
- ☐ Urugwaj (770)
- ☐ USA (684)
- ☐ Uzbekistan (554)
- ☐ Vanuatu (812)
- ☐ Watykan (154)
- ☐ Wenezuela (775)
- ☐ Sahara Zachodnia (304)
- ☐ Wietnam (575)
- ☐ Zambia (389)
- ☐ Zimbabwe (326)
- ☐ Austria (153)
- ☐ Timor Wschodni (537)
- ☐ Inne (990)

FK8G5S1a1

Podaj kraj, w którym się urodziłeś:

FK8G5S1d

Od jak dawna mieszkasz w Norwegii?

- ☐ Mniej niż rok (1)
- ☐ 1-4 lata (2)
- ☐ 5-9 lat (3)
- ☐ 10-19 lat (4)
- ☐ 20-29 lat (5)
- ☐ 30 lat lub więcej (6)
- ☐ Mieszkam w Norwegii od urodzenia. (7)

FK8G1S1

Jakie jest Twoje najwyższe ukończone wykształcenie?

- ☐ Szkoła podstawowa lub jej odpowiednik (np. szkoła średnia, szkoła ludowa) (1)

- ☐ Szkoła średnia lub jej odpowiednik (np. szkoła zawodowa, liceum) (2)
- ☐ Szkoła zawodowa (3)
- ☐ Szkoła wyższa/universytet, studia roczne lub równoważne (mniej niż 2 lata) (4)
- ☐ Szkoła wyższa/universytet, tytuł licencjata, magister lub równoważny (2-4 lata) (5)
- ☐ Szkoła wyższa/universytet, tytuł magistra, kierunek główny lub równoważny (ponad 4 lata) (6)
- ☐ Brak ukończonego wykształcenia (7)

FK8G3S1

W jakiej sytuacji zawodowej lub życiowej się znajdujesz?

Możliwe kilka odpowiedzi.

- ☐ Osoba aktywna zawodowo, zatrudniona w pełnym wymiarze czasu pracy (32 godziny lub więcej tygodniowo) (1)
- ☐ Zatrudniony(-na) w niepełnym wymiarze godzin (mniej niż 32 godziny tygodniowo) (2)
- ☐ Osoba prowadząca działalność gospodarczą (3)
- ☐ Na zwolnieniu lekarskim (4)
- ☐ Bezrobotny(-na) (5)
- ☐ Osoba niepełnosprawna / otrzymująca zasiłek z tytułu niezdolności do pracy (6)
- ☐ Otrzymująca zasiłek socjalny (7)
- ☐ Emeryt lub rencista (8)
- ☐ Uczeń/uczenica lub student(ka) (9)
- ☐ Osoba podlegająca obowiązkowi służby wojskowej (10)
- ☐ Osoba pracująca w domu (11)

FK8G2S1

Jeśli mieszkasz sam(a), weź pod uwagę swoje całkowite dochody. Jeśli mieszkasz z innymi osobami, weź pod uwagę całkowite dochody wszystkich członków gospodarstwa domowego.

Jak łatwo lub trudno jest Wam wszystkim związać koniec z końcem przy tych dochodach?

- ☐ Bardzo trudno (1)
- ☐ Trudno (2)
- ☐ Stosunkowo trudno (3)
- ☐ Stosunkowo łatwo (4)
- ☐ Łatwo (5)
- ☐ Bardzo łatwo (6)
- ☐ Nie wiem (7)

FK8G2S2

Jak duże nieprzewidziane wydatki będą w stanie pokryć Wasze gospodarstwo domowe w ciągu miesiąca bez konieczności zaciągania dodatkowych kredytów, sprzedaży majątku lub pomocy innych osób?

- ☐ Żadne (1)
- ☐ Do 5000 koron (2)
- ☐ Do 10 000 koron (3)
- ☐ Do 20 000 koron (4)
- ☐ Do 50 000 koron (5)
- ☐ Do 100 000 koron (6)
- ☐ 100 000 koron lub więcej (7)
- ☐ Nie wiem (8)

FK1intro

OKOLICA, GMINA

FK1G1S1

W jakim stopniu czujesz się dobrze w swoim najbliższym otoczeniu?

- ☐ W dużym stopniu (1)
- ☐ W pewnym stopniu (2)
- ☐ W małym stopniu (3)
- ☐ W ogóle (4)

FK1G2wstęp

Dostęp do lokalnych udogodnień i usług

Pomyśl o swoim najbliższym otoczeniu i gminie.

FK1G2S1

Jak oceniasz dostępność oferty kulturalnej (takiej jak kina, biblioteki, domy kultury, koncerty i teatry)?

Dostępność jest:

- ☐ Bardzo dobra (1)
- ☐ Dobra (2)
- ☐ Ani dobra ani zła (3)
- ☐ Słaba (4)
- ☐ Bardzo słaba (5)
- ☐ Nie wiem (6)

FK1G2S2

Jak oceniasz dostępność oferty sportowej (np. hale sportowe, baseny, siłownie, trasy narciarskie/oświetloner)?

Dostępność jest:

- ☐ Bardzo dobra (1)
- ☐ Dobra (2)
- ☐ Ani dobra ani słaba (3)
- ☐ Słaba (4)
- ☐ Bardzo słaba (5)
- ☐ Nie wiem (6)

FK1G2S3

Jak oceniasz dostępność sklepów, restauracji i innych usług?

Dostępność jest:

- ☐ Bardzo dobra (1)
- ☐ Dobra (2)
- ☐ Ani dobra ani słaba (3)
- ☐ Słaba (4)
- ☐ Bardzo słaba (5)
- ☐ Nie wiem (6)

FK1G2S4

Jak oceniasz dostępność transportu publicznego?

Dostępność jest:

- ☐ Bardzo dobra (1)
- ☐ Dobra (2)
- ☐ Ani dobra ani słaba (3)
- ☐ Słaba (4)
- ☐ Bardzo słaba (5)
- ☐ Nie wiem (6)

FK1G2S5

Jak oceniasz dostępność natury i terenów rekreacyjnych, w tym parków i innych terenów zielonych?

Dostępność jest:

- ☐ Bardzo dobra (1)
- ☐ Dobra (2)
- ☐ Ani dobra ani słaba (3)
- ☐ Słaba (4)
- ☐ Bardzo słaba (5)
- ☐ Nie wiem (6)

FK1G2S7

Jak oceniasz stan chodników i dróg rowerowych w Twojej okolicy?

- ☐ Bardzo dobry (1)
- ☐ Dobry (2)
- ☐ Ani dobry ani zły (3)
- ☐ Zły (4)
- ☐ Bardzo zły (5)
- ☐ Nie wiem (6)

FK1G2S6

Jak oceniasz dostępność linii brzegowej/plaży lub morza tam, gdzie mieszkasz?

Dostępność jest:

- ☐ Bardzo dobra (1)
- ☐ Dobra (2)
- ☐ Ani dobra ani zła (3)
- ☐ Zła (4)
- ☐ Bardzo słaba (5)
- ☐ Nie wiem (6)
- ☐ Nie mieszkam w pobliżu morza czy jeziora (7)

FK8G4S3b

Czy uważasz, że droga do szkoły w Twojej okolicy jest bezpieczna biorąc pod uwagę ruch drogowy?

- ☐ Tak (1)
- ☐ Nie (2)
- ☐ Nie wiem (3)

FK3intro

ZDROWIE

FK3G1S1

Jak ogólnie oceniasz swoje zdrowie?

Czy powiedział(a)byś, że jest ono:

- ☐ Bardzo dobre (1)
- ☐ Dobre (2)
- ☐ Ani dobre, ani złe (3)
- ☐ Złe (4)
- ☐ Bardzo złe (5)

FK3G1S2

Jak oceniasz stan swojego uzębienia?

Czy powiedział(a)byś, że jest on:

- ☐ Bardzo dobry (1)
- ☐ Dobry (2)
- ☐ Ani dobry, ani zły (3)
- ☐ Zły (4)
- ☐ Bardzo zły (5)

FK3G1S3

Kiedy ostatnio byłeś(-aś) u dentysty/higienisty stomatologicznego?

- ☐ 0-2 lat/rok/lata temu (1)
- ☐ 3-5 lat temu (2)
- ☐ Więcej niż 5 lat temu (3)

FK3G2intro

Wzrost i waga ciała

FK3G2S1

Ile masz wzrostu, bez butów?

Podaj wzrost w cm.

FK3G2S2

Ile ważysz, ubez ubrań i butów?

Podaj wagę w pełnych kg.

(Jeśli jesteś w ciąży, podaj wagę przed ciążą.)

FK3G3intro

Problemy psychiczne

FK3G3S1

W ciągu ostatniego tygodnia, w jakim stopniu dokuczały Ci następujące objawy:

	Nie dokuczało mi to (1)	Trochę mi to dokuczało (2)	Dość mocno mi to dokuczało (3)	Bardzo mocno mi to dokuczało (4)
Nerwowość lub wewnętrzny niepokój? (1)	?	?	?	?
Strach lub lęk? (2)	?	?	?	?
Uczucie bezradności w związku z przyszłością? (3)	?	?	?	?
Przygnębienie lub melancholia? (4)	?	?	?	?
Zaniepokojenie lub niepokój? (5)	?	?	?	?

FK3G4intro

Sen

FK3G4S1

Poniższe pytania dotyczące snu odnoszą się do tego, jak zazwyczaj się czujesz.

	Nigdy/rzadko (1)	Czasami (2)	1-2 razy w tygodniu (3)	Co najmniej 3 razy w tygodniu (4)
Jak często masz trudności z zasypianiem wieczorem? (1)	?	?	?	?
Jak często budzisz się w nocy? (2)	?	?	?	?
Jak często jesteś zmęczony lub senny w ciągu dnia? (3)	?	?	?	?

FK3G4S2

Jeśli masz problemy ze snem, od jak dawna trwają?

- ☐ Mniej niż 1 miesiąc (1)
- ☐ 1-2 miesiące (2)
- ☐ 3-6 miesięcy (3)
- ☐ 7-12 miesięcy (4)
- ☐ Ponad 1 rok (5)
- ☐ Nie mam problemów ze snem (6)

FK3G4S3

Ile godzin zazwyczaj śpisz w ciągu nocy w dni powszednie?

Podaj średnią.

- ☐ Mniej niż 5 godzin (1)
- ☐ 5 godzin (2)
- ☐ 5 godzin i 15 minut (3)
- ☐ 5 godzin i 30 minut (4)
- ☐ 5 godzin i 45 minut (5)
- ☐ 6 godzin (6)
- ☐ 6 godzin i 15 minut (7)
- ☐ 6 godzin i 30 minut (8)
- ☐ 6 godzin i 45 minut (9)
- ☐ 7 godzin (10)
- ☐ 7 godzin i 15 minut (11)
- ☐ 7 godzin i 30 minut (12)
- ☐ 7 godzin i 45 minut (13)
- ☐ 8 godzin (14)
- ☐ 8 godzin i 15 minut (15)
- ☐ 8 godzin i 30 minut (16)
- ☐ 8 godzin i 45 minut (17)
- ☐ 9 godzin (18)
- ☐ 9 godzin i 15 minut (19)
- ☐ 9 godzin i 30 minut (20)
- ☐ 9 godzin i 45 minut (21)
- ☐ 10 godzin (22)
- ☐ 10 godzin i 15 minut (23)
- ☐ 10 godzin i 30 minut (24)
- ☐ 10 godzin i 45 minut (25)
- ☐ 11 godzin (26)
- ☐ 11 godzin i 15 minut (27)
- ☐ 11 godzin i 30 minut (28)
- ☐ 11 godzin i 45 minut (29)
- ☐ 12 godzin (30)
- ☐ Mer enn 12 timer (31)

FK3G5intro

Długotrwałe problemy zdrowotne i niepełnosprawność

FK3G5S1

Czy cierpisz na jakieś długotrwałe choroby lub problemy zdrowotne? Mamy tu również na myśli choroby lub problemy, które mają charakter sezonowy lub pojawiają się i ustępują.

Warunkiem jest, aby trwały one lub miały trwać co najmniej sześć miesięcy.

- ☐ Tak (1)
- ☐ Nie (2)

FK3G5S1a

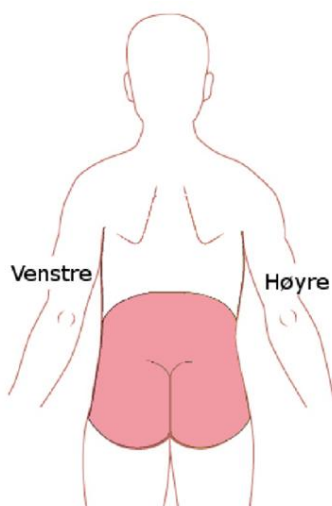
W jakim stopniu te choroby lub problemy zdrowotne wpływają na Twoje codzienne życie?

- ☐ W dużym stopniu (1)
- ☐ W pewnym stopniu (2)
- ☐ W niewielkim stopniu (3)
- ☐ W ogóle (4)

FK3G5S3

Czy w życiu codziennym masz trudności z którymś z poniższych aspektów:

	Brak trudności (1)	Pewne trudności (2)	Duże trudności (3)	W ogóle nie dają rady (4)
Widzenie, nawet przy użyciu okularów lub soczewek? (1)	☐	☐	☐	☐
Słyszenie, nawet przy użyciu aparatu słuchowego? (2)	☐	☐	☐	☐
Chodzenie, na przykład po schodach? (3)	☐	☐	☐	☐
Koncentracja lub zapamiętywanie rzeczy? (4)	☐	☐	☐	☐
Samodzielne ubieranie się i rozbieranie lub mycie się bez pomocy? (5)	☐	☐	☐	☐

FK3G6intro**Bóle szyi i dolnej części pleców****FK3G6S1**

Czy w ciągu ostatnich 28 dni (4 tygodni), odczuwałeś(-aś) ból w dolnej części pleców?

Kliknij zdjęcie, aby powiększyć.

- ☐ Tak (1)
☐ Nie (2)

FK3G6S1a_ah

Ile razy w ciągu ostatnich 28 dni (4 tygodni) odczuwałeś(-aś) ból w dolnej części pleców?

Ból przez część dnia liczy się jako jeden dzień.

- ☐ 1-5 dni (1)
☐ 6-10 dni (2)

- ☐ 11-15 dni (3)
- ☐ 16-20 dni (4)
- ☐ 21-27 dni (5)
- ☐ Wszystkie 28 dni (6)

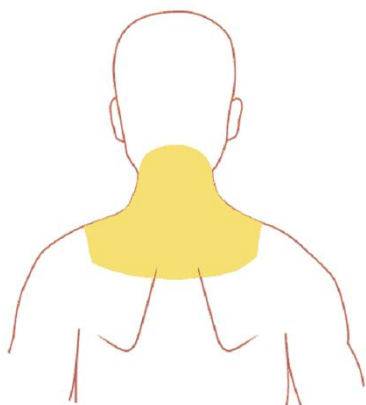
FK3G6S1b_ah

Ile razy w ciągu ostatnich 28 dni (4 tygodni), ból w dolnej części pleców spowodował, że musiały(-aś) ograniczyć swoje zwykłe czynności lub zmienić codzienne nawyki

- ☐ Ani razu (0)
- ☐ 1-5 dni (1)
- ☐ 6-10 dni (2)
- ☐ 11-15 dni (3)
- ☐ 16-20 dni (4)
- ☐ 21-27 dni (5)
- ☐ Wszystkie 28 dni (6)

Ile razy w ciągu ostatnich 28 dni (4 tygodni), ból w dolnej części pleców spowodował, że musiały(-aś) ograniczyć swoje zwykłe czynności lub zmienić codzienne nawyki

FK3G6S2



Czy w ciągu ostatnich 28 dni (4 tygodni), odczuwałaś(-aś) ból w szyi?

Kliknij zdjęcie, aby powiększyć.

- ☐ Tak (1)
- ☐ Nie (2)

FK3G6S2a_ah

Ile razy w ciągu ostatnich 28 dni (4 tygodni), odczuwałaś(-aś) ból szyi?

Ból przez część dnia liczy się jako jeden dzień.

- ☐ 1-5 dni (1)
- ☐ 6-10 dni (2)
- ☐ 11-15 dni (3)
- ☐ 16-20 dni (4)
- ☐ 21-27 dni (5)
- ☐ Wszystkie 28 dni (6)

FK3G6S2b_ah

Ile razy w ciągu ostatnich 28 dni (4 tygodni), ból szyi spowodował, że musiały(-aś) ograniczyć swoje zwykłe czynności lub zmienić codzienne nawyki?

- ☐ Ani razu (0)
- ☐ 1-5 dni (1)
- ☐ 6-10 dni (2)
- ☐ 11-15 dni (3)
- ☐ 16-20 dni (4)
- ☐ 21-27 dni (5)
- ☐ Wszystkie 28 dni (6)

FK5G1intro

ZACHOWANIA ZWIĄZANE ZE ZDROWIEM

Aktywność fizyczna

FK5G1S1

Jak często zazwyczaj trenujesz lub uprawiasz sport?

Przez ćwiczenia fizyczne rozumiemy np. spacer, jazdę na nartach, pływanie lub uprawianie sportu. Należy również uwzględnić ewentualne ćwiczenia fizyczne/trening w drodze do/z pracy. Należy podać średnią wartość.

- ☐ Nigdy (1)
- ☐ Rzadziej niż raz w tygodniu (2)
- ☐ Raz w tygodniu (3)
- ☐ 2-3 razy w tygodniu (4)
- ☐ 4-5 razy w tygodniu (5)
- ☐ Mniej więcej codziennie (6)

FK5G1S1a

Jak intensywnie trenujesz lub ćwiczysz?

Należy podać średnią wartość.

- ☐ Robię to spokojnie, bez zadyszki i pocenia się (1)
- ☐ Robię to tak intensywnie, że mam zadyszkę i/lub się pocę (2)
- ☐ Robię to prawie na 100% (3)

FK5G1S1b

Jak długo to trwa za każdym razem?

Podaj średnią.

- ☐ Mniej niż 15 minut (1)
- ☐ 15 minut – 29 minut (2)
- ☐ 30 minut – 1 godzina (3)
- ☐ Ponad 1 godzinę (4)

FK5G1S2

Jeśli wykonujesz pracę zarobkową lub niezarobkową, jak opisałbyś swoją pracę?

Wybierz odpowiedź, która najlepiej pasuje.

- ☐ Praca głównie siedząca (np. praca biurowa, montaż) (1)
- ☐ Praca wymagająca częstego chodzenia (np. praca sprzedawcy, lekka praca fizyczna, nauczanie) (2)
- ☐ Praca wymagająca częstego chodzenia i podnoszenia ciężarów (np. opiekun/-ka, pracownik budowlany) (3)
- ☐ Ciężka praca fizyczna (4)
- ☐ Nie wykonuję pracy zarobkowej ani niezarobkowej (5)

FK5G2intro

Dieta

FK5G2S1

	Rzadko/nigdy (1)	1–3 razy w miesiącu (2)	1 raz w tygodniu (3)	2–3 razy w tygodniu (4)	4–6 razy w tygodniu (5)	1 raz dziennie (6)	Kilka razy dziennie (7)
Jak często pijesz zazwyczaj słodzone napoje gazowane/soki/napoje bezalkoholowe (w tym mrożoną herbatę, napoje energetyczne, napoje dla sportowców i nektary)? (1)	?	?	?	?	?	?	?
Jak często zazwyczaj spożywasz owoce zwykłe lub jagodowe (nie licząc soków owocowych)? (2)	?	?	?	?	?	?	?
Jak często zazwyczaj jesz warzywa (w tym sałatę)? Ziemniaków nie należy brać pod uwagę. (3)	?	?	?	?	?	?	?
Jak często jesz ryby (jako dodatek do kanapek, na lunch lub obiadokolację)? (4)	?	?	?	?	?	?	?
Jak często spożywasz mięso / przetworzone produkty mięsne pochodzące od świń, bydła, jagniąt / owiec lub kóz (w porze lunchu, kolacji lub jako dodatek do pieczywa)? (5)	?	?	?	?	?	?	?
Jak często jesz obiadokolację bez mięsa/ryb (wegetariańską)? (6)	?	?	?	?	?	?	?
Jak często spożywasz produkty pełnoziarniste (takie jak pieczywo pełnoziarniste, musli, owsianka i makaron pełnoziarnisty)? (7)	?	?	?	?	?	?	?

FK5G3intro

Tytoń

FK5G3S1

Czy zdarza się, że palisz?

Obejmuje to wyłącznie produkty zawierające tytoń, nie e-papierosy.

- ☐ Tak (1)
- ☐ Nie (2)

FK5G3S1a

Jak często palisz?

- ☐ Codziennie (1)
- ☐ Od czasu do czasu (2)

FK5G3S1b

Czy paliłeś wcześniej?

Jeśli wcześniej paliłeś zarówno codziennie, jak i sporadycznie, wybierz opcję „Tak, codziennie”.

- ☐ Tak, codziennie (1)
- ☐ Tak, od czasu do czasu (2)
- ☐ Nie (3)

FK5G3S2

Czy zdarza się, że zażywasz snus?

- ☐ Tak (1)
- ☐ Nie (2)

FK5G3S2a

Jak często zażywasz snus?

- ☐ Codziennie (1)
- ☐ Od czasu do czasu (2)

FK5G4intro

Alkohol

FK5G4intro_alt

Alkohol i inne używki

FK5G4S1

Czy kiedykolwiek piłeś alkohol?

Mamy tu na myśli napoje alkoholowe, takie jak piwo, wino, napoje spirytusowe, napoje alkoholowe i inne.

- ☐ Tak (1)

- ☐ Nie (2)

FK5G4S1a

W ciągu ostatnich 12 miesięcy, jak często piłeś alkohol?

- ☐ Nigdy (1)
☐ Raz w miesiącu lub rzadziej (2)
☐ 2–4 razy w miesiącu (3)
☐ 2–3 razy w tygodniu (4)
☐ 4 razy w tygodniu lub częściej (5)

FK5G4S1a1

Ile jednostek alkoholu spożywasz w ciągu „typowego” dnia, kiedy pijesz alkohol?

Jedna jednostka alkoholu odpowiada jednej małej butelce piwa, jednej lampce wina lub jednemu drinkowi.

- ☐ 1-2 (1)
☐ 3-4 (2)
☐ 5-6 (3)
☐ 7-9 (4)
☐ 10 lub więcej (5)

FK5G4S1a2

Jak często pijesz sześć jednostek alkoholu przy jednej i tej samej okazji?

Jedna jednostka alkoholu odpowiada jednej małej butelce piwa, jednej lampce wina lub jednemu drinkowi.

- ☐ Nigdy (1)
☐ Rzadziej niż raz w miesiącu (2)
☐ Raz w miesiącu (3)
☐ Raz w tygodniu (4)
☐ Codziennie lub prawie codziennie (5)

FK5G4S2

Czy kiedykolwiek próbowałeś(-aś) lub zażywałeś narkotyki, takie jak haszysz/marihuana, amfetamina, kokaina, crack, khat, ecstasy, LSD, GHB, heroina?

- ☐ Tak (1)
☐ Nie (2)
☐ Nie chcę odpowiadać (3)

FK5G4S2a

W ciągu ostatnich 12 miesięcy, jak często zażywałeś(-aś) haszysz, marihuanę lub inne produkty z konopi indyjskich?

- ☐ Nie zażywałem(-am) w ciągu ostatnich 12 miesięcy (1)
☐ Rzadziej niż raz w miesiącu (2)
☐ Raz w miesiącu (3)
☐ Raz w tygodniu (4)
☐ Codziennie lub prawie codziennie (5)
☐ Nie chcę odpowiadać (6)

FK5G4S2b

W ciągu ostatnich 12 miesięcy, jak często zażywałeś(-aś) inne środki odurzające (takie jak amfetamina, kokaina, crack, khat, ecstasy, LSD, GHB i heroina)?

- ☐ Nie zażywałem(-am) w ciągu ostatnich 12 miesięcy (1)
- ☐ Rzadziej niż raz w miesiącu (2)
- ☐ Raz w miesiącu (3)
- ☐ Raz w tygodniu (4)
- ☐ Codziennie lub prawie codziennie (5)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (6)

FK5G4S3

W ciągu ostatnich 12 miesięcy, jak często stosowałeś(-aś) leki na receptę w większych dawkach / częściej niż zalecił lekarz lub stosowałeś leki na receptę, które nie zostały Ci przepisane?

Leki na receptę to na przykład tabletki nasenne, leki uspokajające/przeciwłękowe, silne środki przeciwbólowe i leki stosowane w leczeniu ADHD.

- ☐ Nie stosowałem(-am) takich leków w ciągu ostatnich 12 miesięcy (1)
- ☐ Rzadziej niż raz w miesiącu (2)
- ☐ Raz w miesiącu (3)
- ☐ Raz w tygodniu (4)
- ☐ Codziennie lub prawie codziennie (5)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (6)

FK4G1intro**WSPARCIE SPOŁECZNE, SAMOTNOŚĆ****Wsparcie społeczne****FK4G1S1**

Ile osób jest ci tak bliskich, że możesz na nie liczyć, jeśli masz poważne problemy osobiste?

Weź również pod uwagę najbliższą rodzinę.

- ☐ Ani jedna (1)
- ☐ 1-2 (2)
- ☐ 3-5 (3)
- ☐ 6 lub więcej (4)

FK4G1S2

Jak bardzo inni interesują się tym, co robisz?

Czy powiesz, że wykazują:

- ☐ Duże zainteresowanie (1)
- ☐ Pewne zainteresowanie (2)
- ☐ Ani duże ani małe zainteresowanie (3)
- ☐ Małe zainteresowanie (4)
- ☐ Nie wykazują żadnego zainteresowania (5)

FK4G1S3

Jak łatwo jest uzyskać praktyczną pomoc od sąsiadów, jeśli jej potrzebujesz?

Czy jest to:

- ☐ Bardzo łatwe (1)
- ☐ Łatwe (2)
- ☐ Ani łatwe ani trudne (3)
- ☐ Trudne (4)
- ☐ Bardzo trudne (5)

FK4G2intro**Samotność****FK4G2S1**

	Nigdy (1)	Rzadko (2)	Czasami (3)	Często (4)	Bardzo często (5)
Jak często czujesz, że brakuje Ci kogoś, z kim mógłbyś spędzać czas? (1)	☐	☐	☐	☐	☐
Jak często czujesz się wykluczony(-na)? (2)	☐	☐	☐	☐	☐
Jak często czujesz się odizolowany(-na) od innych? (3)	☐	☐	☐	☐	☐

FK7G1intro**JAKOŚĆ ŻYCIA**

Teraz pojawi się kilka pytań, na które należy odpowiedzieć w skali od 0 do 10.

FK7G1S1

Ogólnie rzecz biorąc, jak bardzo jesteś obecnie zadowolony(-na) ze swojego życia?

- ☐ 0 - W ogóle niezadowolony(-na) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo zadowolony(-na) (10)

FK7G1S2

Jak myślisz, jak bardzo będziesz zadowolony(-na) ze swojego życia za pięć lat?

- ☐ 0 - W ogóle niezadowolony(-a) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)

- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo zadowolony(-a) (10)

FK7G1S3

Ogólnie rzecz biorąc, w jakim stopniu uważasz, że to, co robisz w życiu, ma sens?

- ☐ 0 - Nie ma żadnego sensu (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Ma bardzo dużo sensu (10)

FK7G2S1

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu byłeś(-aś) szczęśliwy(-wa)?

- ☐ 0 - W ogóle nie byłem(-am) szczęśliwy(-wa) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo zadowolony(-na) (10)

FK7G3S1

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu byłeś(-aś) zaniepokojony(-na)?

- ☐ 0 - W ogóle nie byłem(-am) zaniepokojony(-na) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo zaniepokojony(-na) (10)

FK7G3S2

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu czułeś(-aś) się przygnębiony(-na) lub smutny(-na)?

- ☐ 0 - W ogóle nie czułem(-am) się przygnębiony(-na) lub smutny(-na) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo przygnębiony(-na) lub smutny(-na) (10)

FK7G3S3

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu byłeś(-aś) zirytowany(-na)?

- ☐ 0 - W ogóle nie czułem(-am) się zirytowany(-na) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo zirytowany(-na) (10)

FK7G4S1

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu czułeś(-aś) się samotny(-na)?

- ☐ 0 - W ogóle nie czułem(-am) się samotny(-na) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo samotny(-na) (10)

FK7G5S1

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu byłeś(-aś) zaangażowany(-na)?

- ☐ 0 - W ogóle niezaangażowany(-na) (0)
- ☐ 1 (1)

- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo zaangażowany(-na) (10)

FK7G2S2

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu byłeś(-aś) spokojny(-na) lub zrelaksowany(-na)?

- ☐ 0 - W ogóle nie byłem(-am) spokojny(-na) ani zrelaksowany(-na) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo spokojny(-na) lub zrelaksowany(-na) (10)

FK7G3S4

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu odczuwałeś(-aś) lęk?

- ☐ 0 - W ogóle nie odczuwałem(-am) lęku (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Odczuwałem(-am) bardzo duży lęk (10)

FK7G2S3

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu czułeś(-aś) wdzięczność?

- ☐ 0 - W ogóle nie odczuwałem(-am) wdzięczności. (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)

☐ 10 - Odczuwałem(-am) bardzo dużą wdzięczność (10)

FK7G2S4

Pomyśl o tym, jak się czułeś(-aś) się w ciągu ostatnich 7 dni. W jakim stopniu czułeś(-aś) się szczęśliwy(-wa)?

☐ 0 - W ogóle nie czułem(-am) się szczęśliwy(-wa) (0)

☐ 1 (1)

☐ 2 (2)

☐ 3 (3)

☐ 4 (4)

☐ 5 (5)

☐ 6 (6)

☐ 7 (7)

☐ 8 (8)

☐ 9 (9)

☐ 10 - Bardzo szczęśliwy(-wa) (10)

FK7G6intro

RELACJE SPOŁECZNE, UDZIAŁ I PRZYNALEŻNOŚĆ

FK7G6S1

W jakim stopniu zgadzasz się z poniższymi stwierdzeniami?

	0 - W ogóle się nie zgadzam (0)	1 (1)	2 (2)	3 (3)	4 (4)	5 (5)	6 (6)	7 (7)	8 (8)	9 (9)	10 - Całkowicie się zgadzam (10)
Moje relacje społeczne są wspierające i satysfakcjonujące (1)	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?
Aktywnie przyczyniam się do szczęścia i jakości życia innych osób (2)	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?

FK7G6S2_ah

Jak często spotykasz się z przyjaciółmi?

Członkowie własnej rodziny nie powinni być brani pod uwagę.

☐ Codziennie lub prawie codziennie (1)

☐ Co tydzień (2)

☐ Co miesiąc (3)

☐ Co rok (4)

☐ Rzadziej/nigdy (5)

☐ Nie mam żadnych przyjaciół (6)

FK7G6S3

Jak często spotykasz się z rodziną lub krewnymi?

Członkowie rodziny, z którymi mieszkasz nie powinni być brani pod uwagę.

☐ Codziennie lub prawie codziennie (1)

☐ Co tydzień (2)

☐ Co miesiąc (3)

- ☐ Co rok (4)
- ☐ Rzadziej/nigdy (5)

FK7G6S4

Jak często kontaktujesz się z przyjaciółmi, rodziną lub krewnymi przez telefon, SMS-y, e-mail, Snapchat, Facebook lub inne media społecznościowe?

Ci, z którymi mieszkasz nie powinni być wliczani.

- ☐ Codziennie lub prawie codziennie (1)
- ☐ Co tydzień (2)
- ☐ Co miesiąc (3)
- ☐ Co rok (4)
- ☐ Rzadziej/nigdy (5)

FK7G7S1

Czy ogólnie rzecz biorąc, powiedział(a)byś, że większość ludzi jest godna zaufania, czy też że w kontaktach z innymi nie można być zbyt ostrożnym?

- ☐ 0 - Nie można być zbyt ostrożnym (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Większość ludzi jest godna zaufania (10)

FK7G7S2

W jakim stopniu czujesz, że przynależysz do miejsca, w którym mieszkasz?

- ☐ 0 - Nie czuję żadnej przynależności (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Czuję silną więź z tym miejscem (10)

FK7G7S3

Ogólnie rzecz biorąc, jak bezpiecznie czujesz się podczas spacerów po okolicy?

- ☐ 0 - W ogóle nie czuję się bezpieczny(-na) (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)

- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Bardzo bezpieczny(-na) (10)

FK2G1intro

FK2G1S1

Jak często uczestniczysz w zorganizowanej działalności / wolontariacie, np. w klubach sportowych, ugrupowaniach politycznych, wspólnocie wyznaniowej, chórze itp.?

- ☐ Codziennie (1)
- ☐ Co tydzień (2)
- ☐ 1-3 razy w miesiącu (3)
- ☐ Rzadziej (4)
- ☐ Nigdy (5)

FK2G1S1b

Odpowiedziałeś(-aś), że nigdy lub rzadko uczestniczysz w zorganizowanych działaniach / wolontariacie. Czy to dlatego, że...?

Możliwe jest zaznaczenie kilku odpowiedzi.

- ☐ ... nie stać Cię na to (1)
- ☐ ... nie masz czasu (2)
- ☐ ... masz problemy z transportem (3)
- ☐ ... brakuje odpowiednich udogodnień i uniwersalnego projektu (4)
- ☐ ... doświadczasz trudności językowych (5)
- ☐ ... nie jesteś zainteresowany(-na) (6)
- ☐ ... nie masz z kim pójść (7)
- ☐ ... boisz się upokorzenia, wyśmiewania lub obrazy (8)
- ☐ ... przeszkadzają Ci inne okoliczności (9)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (10)
- ☐ Nie wiem (11)

FK2G1S2

Jak często uczestniczysz w innych zajęciach, takich jak kluby, spotkania, spotkania z przyjaciółmi, spacer z przyjaciółmi/znajomymi lub inne?

- ☐ Codziennie (1)
- ☐ Co tydzień (2)
- ☐ 1-3 razy w miesiącu (3)
- ☐ Rzadziej (4)
- ☐ Nigdy (5)FK4G1intro - FK4G1intro

FK10intro

USŁUGI ZDROWOTNE

FK10G1S1

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy potrzebowałeś(-aś) pomocy medycznej (konsultacji, badań lekarskich lub leczenia)?

- ☐ Tak, i zwróciłem(-am) się o pomoc (1)
- ☐ Tak, ale nie zwróciłem(-am) się o pomoc (2)
- ☐ Nie (3)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (4)
- ☐ Nie wiem (5)

FK10G1S1a

Z którymi z poniżej wymienionych służb kontaktowałeś(-aś) się w ciągu ostatnich 12 miesięcy w celu uzyskania pomocy medycznej?

Można wskazać więcej niż jedną odpowiedź.

- ☐ Lekarz pierwszego kontaktu (1)
- ☐ Pogotowie ratunkowe (2)
- ☐ Szpital publiczny (3)
- ☐ Szpital prywatny (np.. Aleris) (4)
- ☐ Prywatna opieka medyczna (np. Dr. Dropin) (5)
- ☐ Inne (6)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (7)
- ☐ Nie wiem (8)

FK10G1S1b

Jaki jest powód, dla którego nie zwróciłeś(-aś) się o pomoc medyczną?

Można wskazać więcej niż jedną odpowiedź.

- ☐ Nie stać mnie na to (1)
- ☐ Nie mam czasu (2)
- ☐ Problemy z transportem (3)
- ☐ Brak udogodnień i uniwersalnego projektu (4)
- ☐ Trudności z umówieniem wizyty (5)
- ☐ Nie wiem, gdzie się zwrócić (6)
- ☐ Wcześniej nie otrzymałem pomocy (7)
- ☐ Strach przed badaniem, leczeniem lub wykryciem przez lekarza poważnej choroby (8)
- ☐ Problemy językowe (np. trudności ze znalezieniem tłumacza) (9)
- ☐ Obawa przed upokorzeniem, wyśmianiem lub znieważeniem (10)
- ☐ Inne (11)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (12)
- ☐ Nie wiem (13)

FK10G2S1

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy potrzebowałeś(-aś) profesjonalnej pomocy w związku z problemami psychicznymi (np. lekarza pierwszego kontaktu, psychologa lub psychiatry)?

Problemy psychiczne mogą obejmować na przykład przygnębienie, smutek, niepokój, samotność, nadmierne zamartwianie się i wewnętrzny niepokój.

- ☐ Tak, i szukałem(-am) pomocy (1)
- ☐ Tak, ale nie szukałem(-am) pomocy (2)

- ☐ Nie (3)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (4)
- ☐ Nie wiem (5)

FK10G2S1a

Z którymi z poniższych służb kontaktowałeś(-aś) się w ciągu ostatnich 12 miesięcy w związku z problemami psychicznymi?

Możliwe jest zaznaczenie kilku odpowiedzi.

- ☐ Lekarz pierwszego kontaktu (1)
- ☐ Pogotowie ratunkowe (2)
- ☐ Gminna usługa „Szybka pomoc psychiatryczna” (3)
- ☐ Inna usługa gminna (4)
- ☐ Pomoc psychiatryczna w szpitalu (5)
- ☐ Prywatny psycholog / psychiatra (6)
- ☐ Inne (7)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (8)
- ☐ Nie wiem (9)

FK10G2S1b

Jaki jest powód, dla którego nie szukałeś(-aś) pomocy w związku z problemami psychicznymi?

Możliwe jest zaznaczenie kilku odpowiedzi.

- ☐ Nie stać mnie na to (1)
- ☐ Nie mam czasu (2)
- ☐ Problemy z transportem (3)
- ☐ Brak udogodnień i uniwersalnego projektu (4)
- ☐ Trudności z umówieniem wizyty (5)
- ☐ Nie wiem, gdzie się zwrócić (6)
- ☐ Wstydzę się i martwię się, co pomyślą o mnie inni (7)
- ☐ W przeszłości nie otrzymałem pomocy (8)
- ☐ Trudności językowe (9)
- ☐ Boję się upokorzenia, wyśmiewania lub obrazy (10)
- ☐ Inne (11)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (12)
- ☐ Nie wiem (13)

FK10G3S1

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy potrzebowaleś(-aś) pomocy dentysty/hygienisty stomatologicznego?

- ☐ Tak, i zwróciłem(-aś) się o pomoc (1)
- ☐ Tak, ale nie zwróciłem(-aś) się o pomoc (2)
- ☐ Nie (3)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (4)
- ☐ Nie wiem (5)

FK10G3S1a

Czy korzystałeś(-aś) z usług publicznego czy prywatnego dentysty/hygienisty ?

- ☐ Dentysta w placówce publicznej (1)

- ☐ Dentysta prywatny (2)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (3)
- ☐ Nie wiem (4)

FK10G3S1b

Jaki jest powód, dla którego nie zwróciłeś(-aś) się o pomoc do dentysty/hygienisty stomatologicznego?

Możliwe jest udzielenie kilku odpowiedzi.

- ☐ Nie stać mnie na to (1)
- ☐ Nie mam czasu (2)
- ☐ Problemy z transportem (3)
- ☐ Brak udogodnień i uniwersalnego projektu (4)
- ☐ Trudności z umówieniem wizyty (5)
- ☐ Nie wiem, gdzie się zwrócić (6)
- ☐ Wcześniej nie otrzymałem(-am) pomocy (7)
- ☐ Strach przed badaniem lub leczeniem (8)
- ☐ Problemy językowe (9)
- ☐ Boję się upokorzenia, wyśmiewania lub obrazy (10)
- ☐ Inne (11)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (12)
- ☐ Nie wiem (13)

FK11intro

TOŻSAMOŚĆ I ORIENTACJA SEKSUALNA

FK11G1S1

Z jaką płcią się identyfikujesz?

- ☐ Kobieta (1)
- ☐ Mężczyzna (2)
- ☐ Osoba niebinarna (3)
- ☐ Inna tożsamość płciowa (4)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (5)
- ☐ Nie wiem (6)

FK11G1S2

Jaka płeć została Ci przypisana przy urodzeniu?

- ☐ Mężczyzna (1)
- ☐ Kobieta (2)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (3)
- ☐ Nie wiem (4)

FK11G1S3

Jak opisał(a)byś swoją orientację seksualną?

- ☐ Heteroseksualna (1)
- ☐ Homoseksualna (2)
- ☐ Biseksualna lub panseksualna (3)
- ☐ Lesbijka (4)

- ☐ Inna orientacja seksualna (5)
- ☐ Nie chcę odpowiadać (6)
- ☐ Nie wiem (7)

FK8G4S5

Teraz kilka pytań dotyczących Twojego mieszkania. Czy masz/macie...

	Tak (1)	Nie (2)
... wystarczająco dużo miejsca dla siebie i/lub swojej rodziny? (1)	?	?
... problemy z wilgocią lub grzybem (np. przeciekający dach, wilgoć w ścianach lub grzyb w ramach okiennych)? (2)	?	?
... problemy z małą ilością światła dziennego w mieszkaniu? (3)	?	?
... dostęp do ogrodu lub terenów zielonych poza mieszkaniem? (4)	?	?
... będąc w mieszkaniu, problemy z kurzem, zapachem lub innym zanieczyszczeniem spowodowanym ruchem ulicznym lub przemysłem w okolicy mieszkania? (5)	?	?
... będąc w mieszkaniu, problemy z hałasem powodowanym przez sąsiadów lub innym hałasem z zewnątrz (np. ruch uliczny, przemysł lub budowa)? (6)	?	?

FK8G4S5_6a

Kiedy jesteś w swoim domu, w jakim stopniu przeszkadza Ci hałas pochodzący z następujących źródeł...?

	Wcale nie przeszkadza mi (1)	Trochę mi przeszkadza (2)	Dość mocno mi przeszkadza (3)	Bardzo mocno mi to przeszkadza (4)
Sąsiedzi (1)	?	?	?	?
Ruch drogowy (2)	?	?	?	?
Transport szynowy (metro, tramwaj, pociąg) (3)	?	?	?	?
Prace budowlane i konstrukcyjne (4)	?	?	?	?
Działalność przemysłowa i gospodarcza (5)	?	?	?	?
Restauracje i życie nocne (6)	?	?	?	?
Inne źródła hałasu (7)	?	?	?	?

premie_trekning - premie_trekning

Losowanie nagród

W podziękowaniu za czas poświęcony na udzielenie odpowiedzi, możesz wziąć udział w losowaniu [premie].
Jeśli chcesz wziąć udział w losowaniu, potrzebujemy Twojej zgody na przekazanie Twoich danych kontaktowych do [fylke] władz lokalnych, które rozdają nagrody.

Czy wyrażasz zgodę na udostępnienie Twojego adresu e-mail [fylke] gminie?

- ☐ Tak, wrażam zgodę (1)
- ☐ Nie, nie chcę brać udziału w losowaniu nagród (2)

email_confirm - email_confirm

Zarejestrowaliśmy następujący adres e-mail:
[email]

Czy jest poprawny?

- ☐ Tak, adres e-mail jest poprawny (1)
- ☐ Nie, proszę o kontakt na inny adres mailowy (2)

emailNew - emailNew

Podaj swój adres e-mail poniżej, abyśmy mogli się z Tobą skontaktować

Podaj swój adres e-mail: (1) _____
Powtórz: (2) _____

avslutt - avslutt

Serdecznie dziękujemy za czas poświęcony na wypełnienie naszej ankiety!

Czy masz jakieś uwagi techniczne dotyczące formularza ankiety?

Naciśnij przycisk "Dalej" w prawym dolnym rogu, aby zakończyć i przesłać swoje odpowiedzi.

kvittering - kvittering

Twoja odpowiedź została zarejestrowana. Dziękujemy za udział w ankiecie!