

100%

Vennligst velg ditt foretrukne språk /
Ver vennleg og vel det føretrekte språket ditt /
Please select your preferred language

- ☐ Norsk bokmål
- ☐ Norsk nynorsk
- ☐ English

Vennligst velg ditt foretrukne språk /
Ver vennleg og vel det føretrekte språket ditt /
Please select your preferred language

- ☐ Norsk bokmål
- ☐ Norsk nynorsk
- ☐ English

Folkehelseundersøkinga i <Value of "f('fylke')"> 2025

Dette er ei undersøking om livskvalitet, helse, trivsel og andre forhold som har tyding for folkehelsa. Dersom du vil lese meir om undersøkinga, finn du informasjon på [<Value of "f\('fylkeslink'\)">](#)

Undersøkinga vil ta ca. 15 minutt og du blir med i trekkinga av ti <Value of "f('gave')">.

Vil du delta i Folkehelseundersøkinga i Vestfold 2025?

Du er invitert til Folkehelseundersøkinga i Vestfold. Dette er ei spørjeundersøking som blir gjennomført av Folkehelseinstituttet (FHI) i samarbeid med Vestfold fylkeskommune. Vi gjennomfører denne undersøkinga for å skaffe kunnskap som fylkes- og bustadkommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet.

Deltaking er frivillig, og du kan når som helst be om å få opplysningane dine sletta. Deltaking inneber at du svarer på eit spørjeskjema om helseåtfærd, trivsel og livskvalitet. I tillegg samlar vi inn namnet ditt, fødselsnummeret ditt og kontaktinformasjonen din.

Folkehelseinstituttet (FHI) er ansvarleg for undersøkinga og får hjelp av databehandlaren vår Ideas2evidence til å gjennomføre spørjeundersøkinga.

Opplysningane dine blir brukte i tråd med personvernregelverket. Du kan gjerne lese meir om personvernet ditt og korleis opplysningane dine blir brukte lenger nede på denne sida.

Vil du delta i Folkehelseundersøkinga i Telemark 2025?

Du er invitert til Folkehelseundersøkinga i Telemark. Dette er ei spørjeundersøking som blir gjennomført av Folkehelseinstituttet (FHI) i samarbeid med Telemark fylkeskommune. Vi gjennomfører denne undersøkinga for å skaffe kunnskap som fylkes- og bustadkommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet.

Deltaking er frivillig, og du kan når som helst be om å få opplysningane dine sletta. Deltaking inneber at du svarer på eit spørjeskjema om helseåtfærd, trivsel og livskvalitet. I tillegg samlar vi inn namnet ditt, fødselsnummeret ditt og kontaktinformasjonen din.

Folkehelseinstituttet (FHI) er ansvarleg for undersøkinga og får hjelp av databehandlaren vår Ideas2evidence til å gjennomføre spørjeundersøkinga.

Opplysningane dine blir brukte i tråd med personvernregelverket. Du kan gjerne lese meir om personvernet ditt og korleis opplysningane dine blir brukte lenger nede på denne sida.

- ☐ Ja, eg samtykkjer
- ☐ Nei, eg samtykkjer ikkje

► Meir om personvern

Formålet med undersøkinga

Hovudformålet med undersøkinga er å skaffe kunnskap som fylket og bustadkommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet.

Kvifor får du spørsmål om å delta?

Du er tilfeldig trekt frå Folkeregisteret. Vi har henta kontaktinformasjonen din frå kontakt- og reservasjonsregisteret, med heimel i lov om folkeregistrering §§ 10-1 og 10-2.

Kven er ansvarleg for Folkehelseundersøkinga?

Folkehelseinstituttet (FHI) er behandlingsansvarleg for Folkehelseundersøkinga.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta. Det får ingen negative konsekvensar for deg om du ikkje vil delta, eller om du seinare ber om å få opplysningane dine sletta.

Kva inneber det for deg å delta?

Du svarar på eit spørjeskjema som tek om lag 15–20 minutt. Det blir spurt om helse, helseåtfærd, trivsel og livskvalitet.

Dersom du samtykkjer til å delta, kan svara dine bli delte med forskingsprosjekt, studentprosjekt, fylkeskommunar eller liknande.

Svara dine kan bli kopla med informasjon frå ulike register, t.d. helseregister, register hos SSB, andre helseundersøkingar, folkehelseundersøkingar og liknande. Dette gir betre kunnskap om helse og levevanar i befolkninga. Ingen vil kunne kjenne deg att i det som blir publisert frå Folkehelseundersøkinga.

Fylkeskommunen/bustadkommunen kan få oversende indirekte identifiserbare filer for analysar. Alle direkte personidentifiserande kjenneteikn – som namn eller fødselsnummer – og opplysningar som kan brukast til å identifisere deltakarane, blir fjerna frå datafilene før oversending. Analysemiljø innan offentleg plan- og kartlegging kan òg søkje om indirekte identifiserbare data.

Du kan bli kontakta igjen seinare for å delta i nye spørjeundersøkingar eller andre former for innsamling til forskning. Det er heilt frivillig å delta i desse.

Utdjupande om personvern – korleis vi oppbevarer og brukar opplysningane dine

Korleis blir opplysningane dine lagra og brukte?

FHI lagrar opplysningane dine i to separate databasar:

- I éin database blir namnet ditt, kontaktinformasjon og fødselsnummer lagra.
- I ein annan database blir svara dine frå spørjeskjemaet lagra.

Tilgangen til desse databasane er strengt regulert. Berre nokre få tilsette i FHI har tilgang til begge databasane, og dei har teieplikt.

Vidare bruk av svara dine på undersøkinga

Når forskarar eller andre søkjer om tilgang til svara dine, skjer dette utan namn eller fødselsnummer. Opplysningane kan vere indirekte identifiserande.

Dersom svara dine skal koplast med andre register (til dømes helseregister), blir ein koplingsnøkkel brukt. Det betyr at fødselsnummeret ditt blir bytt ut med ein deltakar-ID. Dei som får utlevert opplysningane dine, får berre sjå denne ID-en – ikkje namnet ditt eller fødselsnummeret ditt.

Kva gir oss rett til å behandle opplysningane dine

Vi behandlar opplysningane dine for å bidra med kunnskap som er til nytte for samfunnet. Dette er tillate etter personvernregelverket (GDPR), som opnar for bruk av personopplysningar når det er nødvendig for oppgåver i allmenn interesse, artikkel 6 nr. 1 bokstav e), og for forskingsføremål, artikkel 9 nr. 2 bokstav j). Dette er heimla i folkehelselova § 25, jf. forskrift om oversikt over folkehelsa § 7.

Rettane dine

So lenge FHI kan kople opplysningane til deg, har du rett til å:

- Be om innsyn i kva opplysningar vi har om deg.
- Be om at opplysningane blir retta eller sletta.
- Protestere mot korleis vi brukar opplysningane dine.

Dersom du tek kontakt med oss for å bruke desse rettane, får du svar innan éin månad.

Du har òg rett til å klage til Datatilsynet dersom du meiner vi behandlar opplysningane dine feil.

Du får ikkje direkte tilbakemelding på svara dine, men du kan følgje med på korleis opplysningane blir brukte på nettsidene våre:

[Folkehelseundersøkingane i fylka – FHI.](#)

Kontaktinformasjon

Dersom du har spørsmål eller vil utøve rettane dine, kontakt oss på e-post: fhus-deltaker@fhi.no

Har du spørsmål om personvern eller rettane dine, kan du òg kontakte personvernombudet til FHI på personvernombud@fhi.no.

Du har svart "Nei" på spørsmålet om samtykke.

Utan samtykke kan du dessverre ikkje delta i undersøkinga.

- Viss du kryssa feil, kan du gå tilbake og endre svaret ditt.
- Viss du trykkjer **Neste**, vil undersøkinga avsluttast.

I kva grad trivst du i nærmiljøet ditt?

- ☐ I stor grad
- ☐ I nokon grad
- ☐ I liten grad

☐ Ikkje i det heile

Tenk på nærmiljøet ditt og kommunen din.

Korleis opplever du tilgjengelegheita til **kulturtilbod** (til dømes kino, bibliotek, kulturhus, konsertar og teater)?

Tilgjengelegheita er:

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårleg
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårleg
- ☐ Veit ikkje

Korleis opplever du tilgjengelegheita til **idrettstilbod** (til dømes idrettshall, symjehall, treningssenter, ski-/lysløyper)?

Tilgjengelegheita er:

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårleg
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårleg
- ☐ Veit ikkje

Korleis opplever du tilgjengelegheita til **butikkar, serveringsstader og andre servicetilbod**?

Tilgjengelegheita er:

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårleg
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårleg
- ☐ Veit ikkje

Korleis opplever du tilgjengelegheita til **offentleg transport**?

Tilgjengelegheita er:

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårleg
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårleg
- ☐ Veit ikkje

Korleis opplever du tilgjengelegheita til **natur- og friluftsområde**, inkludert parkar og andre grøntareal?

Tilgjengelegheita er:

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårleg
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårleg
- ☐ Veit ikkje

Korleis opplever du tilgjengelegheita til **kystlinje/strand eller sjø/innsjø** der du bur?

Tilgjengelegheita er:

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårleg
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårleg
- ☐ Veit ikkje
- ☐ Bur ikkje i nærleiken av sjø eller innsjø

Opplever du at **gang- og sykkelveg**ar er godt utbygde i ditt nærområde?

- ☐ Svært godt
- ☐ Godt
- ☐ Verken godt eller dårleg
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårleg
- ☐ Veit ikkje

Kor ofte deltek du i **organisert aktivitet / frivillig arbeid**, som t.d. idrettslag, politiske lag, trussamfunn, kor eller liknande?

- ☐ Dagleg
- ☐ Vekentleg
- ☐ 1-3 gonger per månad
- ☐ Sjeldnare
- ☐ Aldri

Når du deltek i **organisert aktivitet / frivillig arbeid** er du hovudsakleg:

- ☐ Deltakar, på t.d. trening, kor eller liknande
- ☐ Frivillig bidragsytar, t.d. trenar, styreverv, frivillig i humanitær organisasjon eller liknande
- ☐ Begge delar / det varierer

Kor ofte deltek du i **annan aktivitet**, som for eksempel klubb, møter, treffe vener, trimturar med vener/kollegaer eller andre?

- ☐ Dagleg
- ☐ Vekentleg
- ☐ 1-3 gonger per månad

☐ Sjeldnare

☐ Aldri

Korleis vurderer du alt i alt **di eiga helse**?

Vil du seie at ho er:

☐ Svært god

☐ God

☐ Verken god eller dårleg

☐ Dårlig

☐ Svært dårleg

Korleis vurderer du **tannhelsa di**?

Vil du seie at ho er:

☐ Svært god

☐ God

☐ Verken god eller dårleg

☐ Dårlig

☐ Svært dårleg

Når var du **sist** hos tannlege/tannpleiar?

☐ 0-2 år sidan

☐ 3-5 år sidan

☐ Meir enn 5 år sidan

Kvifor er det meir enn 5 år sidan du var hos tannlege/tannpleiar?

Fleire svar mogleg.

☐ Økonomiske årsaker

☐ Redsle/frykt

☐ Problem med transport/reiseveg

☐ Andre årsaker

Kor høg er du, utan sko?

Oppgje i cm.

Kor mykje veg du, utan klede og sko?

Oppgje i heile kg. (Dersom du er gravid, oppgje vekt før graviditet.)

I kva grad har du vore plaga av...

	Ikkje plaga	Litt plaga	Ganske mykje plaga	Veldig mykje plaga
...nervøsit e t eller indre uro <u>den siste veka</u> ?	☐	☐	☐	☐
...redse eller engstelse <u>den siste veka</u> ?	☐	☐	☐	☐
...ei kjensle av <u>håpløyse</u> med tanke på framtida <u>den siste veka</u> ?	☐	☐	☐	☐
...nedtryktheit eller <u>tungsinn</u> <u>den siste veka</u> ?	☐	☐	☐	☐
...bekymring eller uro <u>den siste veka</u> ?	☐	☐	☐	☐

Følgjande spørsmål om søvnen din gjeld korleis du vanlegvis har det no.

Kor ofte...

	Aldri/sjeldan	Av og til	1-2 gonger per veke	Minst 3 gonger per veke
...har du vanskeleg for å sovne om kvelden?	☐	☐	☐	☐
...har du gjentekne oppvakningar om natta?	☐	☐	☐	☐
...er du trøytt eller søvnig på dagtid?	☐	☐	☐	☐

Om du har søvnvanskar, kor lenge har dei vart?

- ☐ Mindre enn 1 månad
- ☐ 1-2 månader
- ☐ 3-6 månader
- ☐ 7-12 månader
- ☐ Meir enn 1 år
- ☐ Eg har ikkje søvnvanskar

Kor mange timar søvn får du **vanlegvis** per natt på kvardagar?

Ta eit gjennomsnitt.

Velg et alternativ ▼

Har du nokre langvarige **sjukdomar** eller **helseproblem**? Vi tenkjer òg på sjukdomar eller problem som er sesongprega, eller som kjem og går.

Vilkåret er at den/dei har vart, eller er venta å vare i minst seks månader.

- ☐ Ja
- ☐ Nei

Korleis påverkar desse sjukdomane eller helseproblema kvardagen din?

- ☐ I stor grad
- ☐ I nokon grad
- ☐ I liten grad
- ☐ Ikkje i det heile

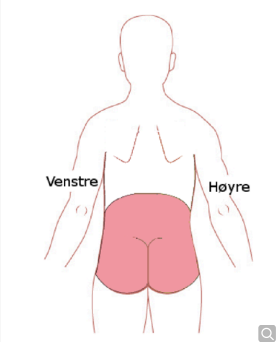
Har du nokon **funksjonsnedsetjingar** eller har du **plager som følgje av skade**?

Vi tenker òg på plager som kjem og går.

- ☐ Ja
- ☐ Nei

Korleis påverkar funksjonsnedsetjinga (plagene) kvardagen din

- ☐ I stor grad
- ☐ I nokon grad
- ☐ I liten grad
- ☐ Ikkje i det heile



I løpet av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt smerter i korsryggen?

- ☐ Ja
- ☐ Nei

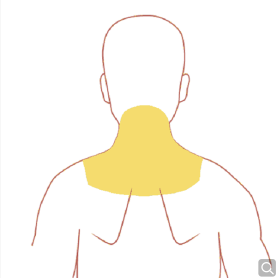
Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt smerter i korsryggen?

Smerter delar av dagen tel som éin dag.

Velg et alternativ ▼

Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har smertene i korsryggen ført til at du har måtta avgrense dine vanlege aktivitetar eller endre dine daglege rutinar?

Velg et alternativ ▼



I løpet av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt smerter i nakken?

- ☐ Ja
- ☐ Nei

Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har du hatt smerter i nakken?

Smerter delar av dagen tel som éin dag.

Velg et alternativ 

Kor mange av dei siste 28 dagane (4 vekene), har smertene i nakken ført til at du har måtta avgrense dine vanlege aktivitetar eller endre dine daglege rutinar?

Velg et alternativ 

Kor mange personar står deg så nær at du kan rekne med dei dersom du har store personlege problem?

Rekn òg med næraste familie.

- ☐ Ingen
- ☐ 1-2
- ☐ 3-5
- ☐ 6 eller fleire

Kor stor interesse viser andre for det du gjer?

Vil du seie at dei viser:

- ☐ Stor interesse
- ☐ Noko interesse
- ☐ Verken stor eller lita interesse
- ☐ Lita interesse
- ☐ Ingen interesse

Kor lett er det å få praktisk hjelp frå naboar om du skulle trenge det?

Er det:

- ☐ Svært lett
- ☐ Lett
- ☐ Verken lett eller vanskeleg
- ☐ Vanskeleg
- ☐ Svært vanskeleg

Kor ofte kjenner du...

	Aldri	Sjeldan	Av og til	Ofte	Svært ofte
...at du saknar nokon å vere saman med?	☐	☐	☐	☐	☐
...deg utanfor?	☐	☐	☐	☐	☐
...deg isolert frå andre?	☐	☐	☐	☐	☐

Kor ofte trenar eller mosjonerer du vanlegvis?

Med mosjon meiner vi at du t.d. går tur, går på ski, sym eller driv trening/idrett. Inkluder òg eventuell mosjon/trening til/frå jobb. Ta eit gjennomsnitt.

- ☐ Aldri

- ☐ Sjeldnare enn ein gong i veka
- ☐ Ein gong i veka
- ☐ 2-3 gonger i veka
- ☐ 4-5 gonger i veka
- ☐ Omtrent kvar dag

Kor hardt trenar eller mosjonerer du?

Ta eit gjennomsnitt.

- ☐ Tek det roleg utan å bli andpusten eller sveitt
- ☐ Tek det så hardt ut at eg blir andpusten og/eller sveitt
- ☐ Tek meg nesten heilt ut

Kor lenge held du på kvar gong?

Ta eit gjennomsnitt.

- ☐ Mindre enn 15 minutt
- ☐ 15 minutt - 29 minutt
- ☐ 30 minutt - 1 time
- ☐ Meir enn 1 time

	Sjeldan/aldri	1-3 gonger per månad	1 gong per veke	2-3 gonger per veke	4-6 gonger per veke	1 gong per dag	Fleire gonger per dag
Kor ofte drikk du vanlegvis sukkerhaldig brus/saft/leskedrikk (inkludert iste, energidrikk, sportsdrikk og nektar)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kor ofte et du vanlegvis frukt eller bær (rekn ikkje med juice eller fruktsaft)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kor ofte et du vanlegvis grønnsaker (inkludert salat)? <i>Rekn ikkje med poteter.</i>	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kor ofte et du fisk (som pålegg, til lunsj eller middag)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Hender det at du røyker?

Dette inkluderer berre tobakkshaldige produkt, ikkje e-sigarettar.

- ☐ Ja
- ☐ Nei

Kor ofte røyker du?

- ☐ Dagleg
- ☐ Av og til

Har du røykt tidlegare?

Om du tidlegare har røykt både dagleg og av og til, vel "Ja, dagleg".

- ☐ Ja, dagleg
- ☐ Ja, av og til
- ☐ Nei

Hender det at du brukar snus?

- ☐ Ja
- ☐ Nei

Kor ofte brukar du snus?

- ☐ Dagleg
- ☐ Av og til

Har du brukt snus tidlegare?

Om du tidlegare har brukt snus både dagleg og av og til, vel "Ja, dagleg".

- ☐ Ja, dagleg
- ☐ Ja, av og til
- ☐ Nei

Hender det at du brukar e-sigarett/vape?

- ☐ Ja
- ☐ Nei

Kor ofte brukar du e-sigarett/vape?

- ☐ Dagleg
- ☐ Av og til

Har du brukt e-sigarett/vape tidlegare?

Om du tidlegare har brukt e-sigarett/vape både dagleg og av og til, vel "Ja, dagleg".

- ☐ Ja, dagleg
- ☐ Ja, av og til
- ☐ Nei

Har du nokon gong drukke alkohol?

Vi tenkjer her på alkoholhaldige drikkar, som øl, vin, brennevin, rusbrus med vidare.

- ☐ Ja
- ☐ Nei

I løpet av dei siste 12 månadene, kor ofte har du drukke alkohol?

- ☐ Aldri
- ☐ Månadleg eller sjeldnare
- ☐ 2-4 gonger i månaden
- ☐ 2-3 gonger i veka
- ☐ 4 gonger i veka eller meir

Kor mange alkoholeiningar tek du på ein "typisk" dag når du drikk alkohol?

Éi eining alkohol tilsvavar éi lita flaske øl, eitt glas vin eller éin drink.

- ☐ 1-2
- ☐ 3-4
- ☐ 5-6
- ☐ 7-9
- ☐ 10 eller fleire

Kor ofte drikk du **seks alkoholeiningar eller meir** ved eit og same høve?

Éi eining alkohol tilsvavar éi lita flaske øl, eitt glas vin eller éin drink.

- ☐ Aldri
- ☐ Sjeldnare enn månadleg
- ☐ Månadleg
- ☐ Vekentleg
- ☐ Dagleg eller nesten dagleg

Eg veit korleis eg kan styrkje og ta vare på den fysiske helsa mi.

- ☐ Heilt sikker
- ☐ Ganske sikker
- ☐ Verken sikker eller usikker
- ☐ Ganske usikker
- ☐ Svært usikker

Eg veit korleis eg kan styrkje og ta vare på mi psykiske helse.

- ☐ Heilt sikker
- ☐ Ganske sikker
- ☐ Verken sikker eller usikker
- ☐ Ganske usikker
- ☐ Svært usikker

Under er tre nasjonale kampanjar som har vore eller pågår. Svar "Ja" eller "Nei" på om du har høyrte om kampanjane.

Ja Nei

"5 om dagen". Om kor mykje frukt og grønt vi bør ete kvar dag

☐ ☐

Ja Nei

"ABC for god psykisk helse: Gjer noko aktivt - Gjer noko saman - Gjer noko meningsfylt" ☐ ☐

"Dine 30". Ei oppmoding om minst 30 minutt dagleg fysisk aktivitet ☐ ☐

Det følgjande spørsmålet gjeld nye skadar i perioden, ikkje behandling av gamle skadar. 'Oppsøkt lege' inkluderer både fastlege, legevakt og kontakt med spesialisthelsetenesta.

Har du i løpet av dei siste 12 månadene vore utsett for éin eller fleire skadar som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?

- ☐ Ja, éin
- ☐ Ja, fleire
- ☐ Nei

Kva var årsaka til skaden?

Viss meir enn éi skade, tenk på den alvorlegaste.

- ☐ Ullukke/uhell
- ☐ Vald/overfall
- ☐ Skada deg sjølv med vilje
- ☐ Anna årsak
- ☐ Ønskjer ikkje å svare

Kva heldt du på med då skaden skjedde?

- ☐ Inntektsgeivande arbeid
- ☐ Utdanning
- ☐ Idrett, sport, trening
- ☐ Friluftsliv, jakt, fiske
- ☐ Husarbeid, hagearbeid
- ☐ Leik, hobby
- ☐ Anna aktivitet

Eig eller leiger du bustaden din?

- ☐ Eig
- ☐ Leiger
- ☐ Bur gratis hos familie eller vener

Kor sannsynleg er det at du byter bustad dei neste 10 åra?

- ☐ Svært sannsynleg
- ☐ Litt sannsynleg
- ☐ Litt usannsynleg
- ☐ Svært usannsynleg

Kvifor er det usannsynleg at du byter bustad dei neste 10 åra?

Fleire svar er mogleg

- ☐ Eg/vi er nøgde med bustaden
- ☐ Eg/vi treng plassen i bustaden til familie og besøk
- ☐ Eg/vi er nøgde med hagen/uteområdet
- ☐ Eg/vi trivst i nabolaget der bustaden ligg
- ☐ Eg/vi finn ikkje høveleg bustad i ønskja området
- ☐ Eg/vi har ikkje råd til å bytte bustad
- ☐ Eg/vi har ikkje kapasitet til å bytte bustad
- ☐ Anna årsak

Kva er viktigast for deg i ein framtidig bustad?

Fleire svar er mogleg

- ☐ At den er tilpassa alderen og helsa mi
- ☐ Meir plass
- ☐ Mindre plass
- ☐ Eigen hage/uteområde
- ☐ Mindre vedlikehald
- ☐ Låge bukostnader
- ☐ Sosialt bumiljø, t.d. moglegheit til sosial omgang med naboar
- ☐ Nærleik til natur
- ☐ Nærleik til kollektivtransport
- ☐ Nærleik til service- og kulturtilbod som butikk, apotek, bibliotek og serveringsstader
- ☐ Anna

Viss du tenkjer på dei siste 12 månadene, kor plaga er du av støy frå **vegtrafikk** når du er heime?

Med heime meiner vi både innandørs og på uteareal som høyrer til bustaden.

- ☐ Ikkje plaga
- ☐ Litt plaga
- ☐ Middels plaga
- ☐ Mykje plaga
- ☐ Svært mykje plaga

Viss du tenkjer på dei siste 12 månadene, kor plaga er du av støy frå **andre utandørs støykjelder enn vegtrafikk** når du er heime?

Med heime meiner vi både innandørs og på uteareal som høyrer til bustaden.

- ☐ Ikkje plaga
- ☐ Litt plaga
- ☐ Middels plaga
- ☐ Mykje plaga
- ☐ Svært mykje plaga

Ikkje engasjert i det heile Svært engasjert

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

Tenk på korleis du har følt deg dei siste 7 dagane. I kva grad var du **rolig og avslappa**?

Ikkje roleg og avslappa i det heile

Svært roleg og avslappa

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

Tenk på korleis du har følt deg dei siste 7 dagane. I kva grad var du **engsteleg**?

Ikkje engsteleg i det heile

Svært engsteleg

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

Tenk på korleis du har følt deg dei siste 7 dagane. I kva grad var du **takksam**?

Ikkje takksam i det heile

Svært takksam

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

Tenk på korleis du har følt deg dei siste 7 dagane. I kva grad var du **lukkeleg**?

Ikkje lukkeleg i det heile

Svært lukkeleg

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

Kor einig er du i påstandane nedanfor?

Heilt ueinig

Heilt einig

Mine sosiale relasjonar er støttande og givande

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

Eg bidreg aktivt til andre si lukke og livskvalitet

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

Kor ofte er du saman med gode vener?

Rekn ikkje med medlemmar av din eigen familie.

- ☐ Om lag dagleg
- ☐ Om lag kvar veke, men ikkje dagleg
- ☐ Om lag kvar månad, men ikkje vekeleg
- ☐ Nokre gonger i året
- ☐ Sjeldnare enn kvart år
- ☐ Har ingen gode vener

Vil du stort sett seie at folk flest er til å stole på, eller at ein ikkje kan vere for forsiktig når ein har med andre å gjere?

Kan ikkje vere for forsiktig

Folk flest er til å stole på

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

I kva grad kjenner du at du høyrer til på staden der du bur?

Kjenner ikkje tilhøyrslø i det heile					Kjenner sterk grad av tilhøyrslø					
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Alt i alt, kor trygg kjenner du deg når du er ute og går i nærmiljøet?

Ikkje trygg i det heile					Svært trygg					
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Nedanfor følgjer nokre utsegn om oppleving av kontroll i livet. Kor einig eller ueinig er du?

	Svært einig	Nokså einig	Verken einig eller ueinig	Nokså ueinig	Svært ueinig
Eg har lite kontroll over det som skjer med meg	☐	☐	☐	☐	☐
Nokre av problema eg har kan eg rett og slett ikkje løyse	☐	☐	☐	☐	☐
Det er lite eg kan gjere for å forandre sider ved livet mitt som er viktige	☐	☐	☐	☐	☐
Stilt overfor problem i livet mitt kjenner eg meg ofte hjelpeløs	☐	☐	☐	☐	☐
Nokre gonger kjenner eg det som om eg berre blir dytta hit og dit her i livet	☐	☐	☐	☐	☐

Kva er din **høgaste fullførte** utdanning?

- ☐ Grunnskule eller tilsvarande (t.d. framhaldsskule, folkehøgskule)
- ☐ Vidaregåande skule eller tilsvarande (t.d. yrkesskule, gymnas)
- ☐ Fagskule
- ☐ Høgskule/universitet, årsstudium eller tilsvarande (mindre enn 2 år)
- ☐ Høgskule/universitet, bachelorgrad, cand.mag. eller tilsvarande (2-4 år)
- ☐ Høgskule/universitet, mastergrad, hovudfag eller tilsvarande (meir enn 4 år)
- ☐ Ingen fullført utdanning

Dersom du bur åleine, tenk på di samla inntekt. **Dersom du bur saman med andre**, tenk på den samla inntekta til alle i hushaldet.

Kor lett eller vanskeleg er det for deg/dykk å få pengane til å strekkje til i det daglege, med denne inntekta?

- ☐ Svært vanskeleg
- ☐ Vanskeleg
- ☐ Forholdsvis vanskeleg
- ☐ Forholdsvis lett
- ☐ Lett
- ☐ Svært lett
- ☐ Veit ikkje

Kva for arbeids- eller livssituasjon er du i?

Fleire svar mogleg.

- ☐ Yrkesaktiv heiltid (32 timar eller meir per veke)
- ☐ Yrkesaktiv deltid (mindre enn 32 timar per veke)
- ☐ Sjølvstendig næringsdrivande
- ☐ Sjukmeld
- ☐ Arbeidslaus
- ☐ Uføretrygda/mottar arbeidsavklaringspengar
- ☐ Mottar sosialstønad
- ☐ Alders- eller førtidspensjonist
- ☐ Skuleelev eller student
- ☐ Vernepliktig
- ☐ Heimearbeidande

Er du gift, sambuar, einsleg eller har du kjærast?

- ☐ Gift / registrert partnar
- ☐ Sambuar
- ☐ Har kjærast (som du ikkje bur saman med)
- ☐ Einsleg
- ☐ Enkje/enkjemann

Kor mange personar bur det i husstanden din?

Rekn med deg sjølv.

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5 eller fleire

Kor mange barn under 18 år har du omsorg/ansvar for?

Velg et alternativ 

Kryss av for kva for aldersgruppe(r) barnet ditt / barna dine høyrer til?

Fleire svar mogleg.

- ☐ Før barnehagealder
- ☐ Barnehagealder
- ☐ Barneskulealder (1.-4.trinn)
- ☐ Barneskulealder (5.-7.trinn)
- ☐ Ungdomsskulealder (8.-10.trinn)
- ☐ Vidaregåande skulealder

Er du, og minst éin av foreldra dine, fødd utanfor Noreg?

- ☐ Ja
- ☐ Nei

Kor lenge har du budd i Noreg?

Velg et alternativ 

Trekking av premiar

Som takk for at du har teke deg tid til å svare, kan du vere med i trekkinga av <Value of "f('gave')">. Dersom du ønskjer å vere med i trekkinga, treng vi samtykket ditt til at vi kan gje kontaktinformasjonen din til <Value of "f('fylke')"> fylkeskommune, som deler ut premiar.

Godkjenner du at vi deler e-posten din med <Value of "f('fylke')"> fylkeskommune?

- ☐ Ja, eg samtykkjer
- ☐ Nei, eg ønskjer ikkje å delta i trekkinga av premie

Vi har registrert følgjande e-postadressa på deg:

<Value of "f('email')">

Er dette rett?

- ☐ Ja, e-postadressa er korrekt
- ☐ Nei, eg ønskjer å bli kontakta på ei anna e-postadresse

Oppgje e-postadressa di nedanfor slik at vi har høve til å kontakte deg.

Ver venleg og skriv inn e-postadressa di her:

Ver venleg og gjenta:

Tusen takk for at du tok deg tid til å fylle ut spørjeskjemaet!

Har du nokre kommentarar eller tekniske merknader?

Trykk på "Neste" nede til høgre for å avslutte og sende inn svara dine.

Ditt svar er no registrert. Takk for at du deltok i undersøkinga!

[<Value of "f\('fylkeslink'\)">](f('fylkeslink'))

Avslutt