

Folkehelseundersøkelsen i Akershus 2025

intro

Folkehelseundersøkelsen i [fylke] 2025 Dette er en undersøkelse om livskvalitet, helse, trivsel og andre forhold som har betydning for folkehelsen. Dersom du vil lese mer om undersøkelsen, finner du informasjon på [lenke til infoside].

Undersøkelsen vil ta ca. 15-20 minutter og du blir med i trekningen av [premie].

samtykketekst

Vil du delta i Folkehelseundersøkelsen i [fylke] 2025?

Du er invitert til Folkehelseundersøkelsen i [fylke]. Det er en spørreundersøkelse som gjennomføres av Folkehelseinstituttet (FHI) i samarbeid med [fylke] fylkeskommune. Vi gjennomfører denne undersøkelsen for å skaffe kunnskap som fylkes- og bostedskommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet.

Deltakelse er frivillig, og du kan når som helst be om å få dine opplysninger slettet. Deltakelse innebærer at du svarer på et spørreskjema om helseatferd, trivsel og livskvalitet. I tillegg samler vi inn ditt navn, fødselsnummer og din kontaktinformasjon. Folkehelseinstituttet (FHI) er ansvarlig for undersøkelsen og får hjelp av vår databehandler Ideas2evidence til å gjennomføre spørreundersøkelsen.

Hvis du samtykker til å delta, kan svarene dine bli delt for forskning, med fylkeskommuner eller lignende. Svarene dine vil bli koblet med informasjon fra ulike registre. Opplysningene som samles inn om deg vil bli lagret på ubestemt tid. Opplysningene dine brukes i tråd med personvernregelverket. Du kan gjerne lese mer om ditt personvern og hvordan opplysningene dine brukes lenger ned på denne siden.

samtykke

- ☐ Ja, jeg ønsker å delta (1)
☐ Nei, jeg ønsker ikke å delta (2)

samtykke_mer_akershus_buskerud

► Mer om personvern

Formålet med undersøkelsen

Hovedformålet med undersøkelsen er å skaffe kunnskap som fylkes- og bostedskommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du er tilfeldig trukket fra Folkeregisteret. Din kontaktinformasjon har vi hentet fra kontakt- og reservasjonsregisteret, med hjemmel i lov om folkeregistrering §§ 10-1 og 10-2.

Hvem er ansvarlig for Folkehelseundersøkelsen?

Det er Folkehelseinstituttet (FHI) som er behandlingsansvarlig for Folkehelseundersøkelsen.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i Folkehelseundersøkelsen. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta, eller hvis du senere velger å be om å få dine opplysninger slettet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Du svarer på et spørreskjema som tar omtrent 15-20 minutter. Det blir spurt om helse, helseatferd, trivsel og livskvalitet.

Hvis du samtykker til å delta, kan svarene dine bli delt med forskningsprosjekter, studentprosjekter, fylkeskommuner eller lignende.

Dine svar kan bli koblet med informasjon fra ulike registre, f.eks. helseregistre, registre hos SSB, andre helseundersøkelser, folkehelseundersøkelser og lignende. Dette gir bedre kunnskap om helse og levevaner i befolkningen. Ingen vil kunne kjenne deg igjen i det som publiseres fra Folkehelseundersøkelsen.

Fylkeskommunen/bostedskommunen vil kunne få oversendt indirekte identifiserbare filer for analyser. Alle direkte personidentifiserende kjennetegn, som navn eller fødselsnummer, og opplysninger som kan brukes til å identifisere deltakerne blir fjernet fra datafilene før oversendelse. Det kan også søkes om indirekte identifiserbare data av analysemiljøer innen offentlig plan- og kartlegging.

Du kan bli kontaktet igjen senere for å delta i nye spørreundersøkelser eller andre former for innsamling til forskning. Det er helt frivillig å delta i disse.

Utdypende om personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger **Hvordan lagres og brukes opplysningene dine?**

FHI lagrer opplysningene dine i to separate databaser:

- I en database lagres navnet ditt, kontaktinformasjon og fødselsnummer
- I en annen database lagres svarene dine fra spørreskjemaet.

Tilgangen til disse databasene er strengt regulert. Bare noen få ansatte i FHI har tilgang til begge databasene, og de har taushetsplikt.

Videre bruk av dine svar på spørreundersøkelsen

Når forskere eller andre søker om tilgang til svarene dine, skjer dette uten navn eller fødselsnummer. Opplysningene vil kunne være indirekte identifiserende.

Hvis svarene dine skal kobles med andre registre (for eksempel helseregistre), brukes en koblingsnøkkel. Det betyr at fødselsnummeret ditt byttes ut med en deltaker-ID. De som får utlevert dine opplysninger får kun se denne ID-en, ikke navnet ditt eller fødselsnummeret ditt.

Hvor lenge lagrer vi opplysningene dine?

Målet med Fylkehelseundersøkelsen er å følge utviklingen i helse og levekår over tid, vi vil derfor lagre opplysningene dine uten tidsbegrensning. Dette gjør vi for opplysningene kan brukes i fremtidig forskning og til å planlegge tiltak for bedre folkehelse.

Du kan når som helst be om at opplysningene dine blir slettet.

Hva gir oss rett til å behandle opplysningene dine

Vi behandler opplysningene dine fordi vi skal bidra til kunnskap som er til nytte for samfunnet. Dette er tillatt etter personvernreglene (GDPR), som sier at vi kan bruke personopplysninger når det er nødvendig for oppgaver i allmennhetens interesse artikkel 6 nr. 1 bokstav e) og artikkel 9, nr. 2 bokstav j)). Dette støttes i lov om folkehelsearbeid § 25, jf. forskrift om oversikt over folkehelsen, § 7

Dine rettigheter

Så lenge FHI kan koble opplysningene til deg, har du rett til:

- Å be om innsyn i hvilke opplysninger vi har om deg
- Å be om at opplysningene blir rettet eller slettet
- Å protestere mot hvordan vi bruker opplysningene dine

Hvis du tar kontakt med oss for å bruke disse rettighetene, vil du få svar innen én måned.

Du har også rett til å klage til Datatilsynet hvis du mener vi behandler opplysningene dine feil.

Du får ikke direkte tilbakemelding på svarene dine, men du kan følge med på hvordan opplysningene brukes på nettsidene våre: Folkehelseundersøkelsene i fylkene - FHI

Kontaktinformasjon

Hvis du har spørsmål eller vil utøve dine rettigheter, ta kontakt på epost: fhus-deltaker@fhi.no

Dersom du har spørsmål om personvernet eller rettighetene dine kan du også ta kontakt med personvernombudet til FHI personvernombud@fhi.no.

samtykke_confirm

Du har svart "Nei" på spørsmålet om samtykke.

Uten samtykke kan du dessverre ikke delta i undersøkelsen.

Hvis du krysset feil, kan du gå tilbake og endre svaret ditt. Hvis du trykker Neste, vil undersøkelsen avsluttes.

FK8G4intro**BAKGRUNNEN DIN**

FK8G4S1

Er du gift, samboer, enslig eller har du kjæreste?

Flere svar mulig.

- ☐ Gift / registrert partner (1)
 - ☐ Samboende (2)
 - ☐ Har kjæreste (som du ikke bor sammen med) (3)
 - ☐ Enslig (4)
 - ☐ Enke/enkemann (5)
-

FK8G4S2

Hvor mange personer bor det i husstanden din?

Regn med deg selv.

- ☐ 1 (1)
 - ☐ 2 (2)
 - ☐ 3 (3)
 - ☐ 4 (4)
 - ☐ 5 eller flere (5)
-

FK8G4S3

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

- ☐ 0 (0)
 - ☐ 1 (1)
 - ☐ 2 (2)
 - ☐ 3 (3)
 - ☐ 4 (4)
 - 5 eller flere (5)
-

FK8G4S3a

Kryss av for hvilke(n) aldersgruppe(r) ditt/dine barn tilhører?

Flere svar mulig.

- ☐ Før barnehagealder (1)
 - ☐ Barnehagealder (2)
 - ☐ Barneskolealder (1.-4.trinn) (3)
 - ☐ Barneskolealder (5.-7.trinn) (4)
 - ☐ Ungdomsskolealder (8.-10.trinn) (5)
 - ☐ Videregående skolealder (6)
-

FK8G5S1

Er du, og minst én av dine foreldre, født utenfor Norge?

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)

FK8G5S1a

I hvilket land er du født?

- ☐ Norge (000)
- ☐ Afghanistan (404)
- ☐ Albania (111)
- ☐ Algerie (203)
- ☐ Andorra (114)
- ☐ Angola (204)
- ☐ Antigua og Barbuda (603)
- ☐ Argentina (705)
- ☐ Armenia (406)
- ☐ Aserbajdsjan (407)
- ☐ Australia (805)
- ☐ Bahamas (605)
- ☐ Bahrain (409)
- ☐ Bangladesh (410)
- ☐ Barbados (602)
- ☐ Belarus (120)
- ☐ Belgia (112)
- ☐ Belize (604)
- ☐ Benin (229)
- ☐ Bhutan (412)
- ☐ Bolivia (710)
- ☐ Bosnia-Hercegovina (155)
- ☐ Botswana (205)
- ☐ Brasil (715)
- ☐ Brunei (416)
- ☐ Bulgaria (113)
- ☐ Burkina Faso (393)
- ☐ Burundi (216)
- ☐ Canada (612)
- ☐ Chile (725)
- ☐ Colombia (730)
- ☐ Cookøyene (809)
- ☐ Costa Rica (616)
- ☐ Cuba (620)
- ☐ Danmark (101)
- ☐ De forente arabiske emirater (426)
- ☐ Den dominikanske republikk (624)
- ☐ Den sentralafrikanske republikk (337)
- ☐ Djibouti (250)
- ☐ Dominica (622)
- ☐ Ecuador (735)
- ☐ Egypt (249)
- ☐ Ekvatorial-Guinea (235)
- ☐ El Salvador (672)
- ☐ Elfenbenskysten (239)
- ☐ Eritrea (241)
- ☐ Estland (115)
- ☐ Eswatini (357)
- ☐ Etiopia (246)
- ☐ Fiji (811)
- ☐ Filippinene (428)
- ☐ Finland (103)
- ☐ Frankrike (117)

- ☐ Gabon (254)
- ☐ Gambia (256)
- ☐ Georgia (430)
- ☐ Ghana (260)
- ☐ Grenada (629)
- ☐ Guatemala (632)
- ☐ Guinea (264)
- ☐ Guinea-Bissau (266)
- ☐ Guyana (720)
- ☐ Haiti (636)
- ☐ Hellas (119)
- ☐ Honduras (644)
- ☐ India (444)
- ☐ Indonesia (448)
- ☐ Irak (452)
- ☐ Iran (456)
- ☐ Irland (121)
- ☐ Island (105)
- ☐ Israel (460)
- ☐ Italia (123)
- ☐ Jamaica (648)
- ☐ Japan (464)
- ☐ Jemen (578)
- ☐ Jordan (476)
- ☐ Kambodsja (478)
- ☐ Kamerun (270)
- ☐ Kapp Verde (273)
- ☐ Kasakhstan (480)
- ☐ Kenya (276)
- ☐ Kina (484)
- ☐ Kirgisistan (502)
- ☐ Kiribati (815)
- ☐ Komorene (220)
- ☐ Kongo, Den demokratiske republikken (279)
- ☐ Kongo, Republikken (278)
- ☐ Kosovo (161)
- ☐ Kroatia (122)
- ☐ Kuwait (496)
- ☐ Kypros (500)
- ☐ Laos (504)
- ☐ Latvia (124)
- ☐ Lesotho (281)
- ☐ Libanon (508)
- ☐ Liberia (283)
- ☐ Libya (286)
- ☐ Liechtenstein (128)
- ☐ Litauen (136)
- ☐ Luxembourg (129)
- ☐ Madagaskar (289)
- ☐ Malawi (296)
- ☐ Malaysia (512)
- ☐ Maldivene (513)
- ☐ Mali (299)
- ☐ Malta (126)
- ☐ Marokko (303)
- ☐ Marshalløyene (835)
- ☐ Mauritania (306)

- ☐ Mauritius (307)
- ☐ Mexico (652)
- ☐ Mikronesia (826)
- ☐ Moldova (138)
- ☐ Monaco (130)
- ☐ Mongolia (516)
- ☐ Montenegro (160)
- ☐ Mosambik (319)
- ☐ Myanmar (Burma) (420)
- ☐ Namibia (308)
- ☐ Nauru (818)
- ☐ Nederland (127)
- ☐ Nepal (528)
- ☐ New Zealand (820)
- ☐ Nicaragua (664)
- ☐ Niger (309)
- ☐ Nigeria (313)
- ☐ Niue (821)
- ☐ Nord-Korea (488)
- ☐ Nord-Makedonia (156)
- ☐ Oman (520)
- ☐ Pakistan (534)
- ☐ Palau (839)
- ☐ Palestina (524)
- ☐ Panama (668)
- ☐ Papua Ny-Guinea (827)
- ☐ Paraguay (755)
- ☐ Peru (760)
- ☐ Polen (131)
- ☐ Portugal (132)
- ☐ Qatar (540)
- ☐ Romania (133)
- ☐ Russland (140)
- ☐ Rwanda (329)
- ☐ Saint Kitts og Nevis (677)
- ☐ Saint Lucia (678)
- ☐ Saint Vincent og Grenadinene (679)
- ☐ Salomonøyene (806)
- ☐ Samoa (830)
- ☐ San Marino (134)
- ☐ São Tomé og Príncipe (333)
- ☐ Saudi-Arabia (544)
- ☐ Senegal (336)
- ☐ Serbia (159)
- ☐ Seychellene (338)
- ☐ Sierra Leone (339)
- ☐ Singapore (548)
- ☐ Slovakia (157)
- ☐ Slovenia (146)
- ☐ Somalia (346)
- ☐ Spania (137)
- ☐ Sri Lanka (424)
- ☐ Storbritannia (139)
- ☐ Sudan (356)
- ☐ Surinam (765)
- ☐ Sveits (141)
- ☐ Sverige (106)

- ☐ Syria (564)
- ☐ Sør-Afrika (359)
- ☐ Sør-Korea (492)
- ☐ Sør-Sudan (355)
- ☐ Tadsjikistan (550)
- ☐ Taiwan (432)
- ☐ Tanzania (369)
- ☐ Thailand (568)
- ☐ Togo (376)
- ☐ Tonga (813)
- ☐ Trinidad og Tobago (680)
- ☐ Tsjad (373)
- ☐ Tsjekkia (158)
- ☐ Tunisia (379)
- ☐ Turkmenistan (552)
- ☐ Tuvalu (816)
- ☐ Tyrkia (143)
- ☐ Tyskland (144)
- ☐ Uganda (386)
- ☐ Ukraina (148)
- ☐ Ungarn (152)
- ☐ Uruguay (770)
- ☐ USA (684)
- ☐ Usbekistan (554)
- ☐ Vanuatu (812)
- ☐ Vatikanstaten (154)
- ☐ Venezuela (775)
- ☐ Vest-Sahara (304)
- ☐ Vietnam (575)
- ☐ Zambia (389)
- ☐ Zimbabwe (326)
- ☐ Østerrike (153)
- ☐ Øst-Timor (537)
- ☐ Annet (990)

FK8G5S1a1

Oppgi hvilket land du er født i:

FK8G5S1d

Hvor lenge har du bodd i Norge?

- ☐ Mindre enn ett år (1)
- ☐ 1-4 år (2)
- ☐ 5-9 år (3)
- ☐ 10-19 år (4)
- ☐ 20-29 år (5)
- ☐ 30 år eller mer (6)
- ☐ Jeg har bodd i Norge hele livet (7)

FK8G1S1

Hva er din høyeste **fullførte utdanning**?

- ☐ Grunnskole eller tilsvarende (f.eks. framhaldsskole, folkehøgskole) (1)
- ☐ Videregående skole eller tilsvarende (f.eks. yrkesskole, gymnas) (2)
- ☐ Fagskole (3)
- ☐ Høyskole/universitet, årsstudium eller tilsvarende (mindre enn 2 år) (4)
- ☐ Høyskole/universitet, bachelorgrad, cand.mag. eller tilsvarende (2-4 år) (5)
- ☐ Høyskole/universitet, mastergrad, hovedfag eller tilsvarende (mer enn 4 år) (6)
- ☐ Ingen fullført utdanning (7)

FK8G3S1

Hvilken arbeids- eller livssituasjon er du i?

Flere svar mulig.

- ☐ Yrkesaktiv heltid (32 timer eller mer per uke) (1)
- ☐ Yrkesaktiv deltid (mindre enn 32 timer per uke) (2)
- ☐ Selvstendig næringsdrivende (3)
- ☐ Sykmeldt (4)
- ☐ Arbeidsledig (5)
- ☐ Uføretrygdet / mottar arbeidsavklaringspenger (6)
- ☐ Mottar sosialstønad (7)
- ☐ Alders- eller førtidspensjonist (8)
- ☐ Skoleelev eller student (9)
- ☐ Vernepliktig (10)
- ☐ Hjemmearbeidende (11)

FK8G2S1

Dersom du bor alene, tenk på din samlede inntekt. **Dersom du bor sammen med andre**, tenk på den samlede inntekten til alle i husholdningen.

Hvor lett eller vanskelig er det for deg/dere å få pengene til å strekke til i det daglige, med denne inntekten?

- ☐ Svært vanskelig (1)
- ☐ Vanskelig (2)
- ☐ Forholdsvis vanskelig (3)
- ☐ Forholdsvis lett (4)
- ☐ Lett (5)
- ☐ Svært lett (6)
- ☐ Vet ikke (7)

FK8G2S2

Hvor stor uforutsett utgift vil du / husholdningen kunne dekke i løpet av en måned uten å måtte ta opp ekstra lån, selge eiendeler eller motta hjelp fra andre?

- ☐ Ingenting (1)
- ☐ Inntil 5 000 kroner (2)
- ☐ Inntil 10 000 kroner (3)
- ☐ Inntil 20 000 kroner (4)
- ☐ Inntil 50 000 kroner (5)
- ☐ Inntil 100 000 kroner (6)
- ☐ 100 000 kroner eller mer (7)
- ☐ Vet ikke (8)

FK1intro**NÆRMILJØET, KOMMUNEN**

FK1G1S1

I hvilken grad trives du i nærmiljøet ditt?

- ☐ I stor grad (1)
 - ☐ I noen grad (2)
 - ☐ I liten grad (3)
 - ☐ Ikke i det hele tatt (4)
-

FK1G2intro**Tilgang på fasiliteter og servicetilbud lokalt**

Tenk på ditt nærmiljø og din kommune.

FK1G2S1

Hvordan opplever du tilgjengeligheten til **kulturtilbud** (eksempelvis kino, bibliotek, kulturhus, konserter og teater)?

Tilgjengeligheten er:

- ☐ Svært god (1)
 - ☐ God (2)
 - ☐ Verken god eller dårlig (3)
 - ☐ Dårlig (4)
 - ☐ Svært dårlig (5)
 - ☐ Vet ikke (6)
-

FK1G2S2 - FK1G2S2

Hvordan opplever du tilgjengeligheten til **idrettstilbud** (eksempelvis idrettshall, svømmehall, treningssenter, ski/løyper)?

Tilgjengeligheten er:

- ☐ Svært god (1)
 - ☐ God (2)
 - ☐ Verken god eller dårlig (3)
 - ☐ Dårlig (4)
 - ☐ Svært dårlig (5)
 - ☐ Vet ikke (6)
-

FK1G2S3

Hvordan opplever du tilgjengeligheten til **butikker, spisesteder og andre servicetilbud**?

Tilgjengeligheten er:

- ☐ Svært god (1)
- ☐ God (2)

- ☐ Verken god eller dårlig (3)
- ☐ Dårlig (4)
- ☐ Svært dårlig (5)
- ☐ Vet ikke (6)

FK1G2S4

Hvordan opplever du tilgjengeligheten til offentlig transport?

Tilgjengeligheten er:

- ☐ Svært god (1)
- ☐ God (2)
- ☐ Verken god eller dårlig (3)
- ☐ Dårlig (4)
- ☐ Svært dårlig (5)
- ☐ Vet ikke (6)

FK1G2S5

Hvordan opplever du tilgjengeligheten til **natur- og friluftsområder**, inkludert parker og andre grøntarealer?

Tilgjengeligheten er:

- ☐ Svært god (1)
- ☐ God (2)
- ☐ Verken god eller dårlig (3)
- ☐ Dårlig (4)
- ☐ Svært dårlig (5)
- ☐ Vet ikke (6)

FK1G2S7

Hvordan opplever du at **gang- og sykkelvei** er utbygd i ditt nærområde?

- ☐ Svært godt (1)
- ☐ Godt (2)
- ☐ Verken godt eller dårlig (3)
- ☐ Dårlig (4)
- ☐ Svært dårlig (5)
- ☐ Vet ikke (6)

FK1G2S6

Hvordan opplever du tilgjengeligheten til **kystlinje/strand** eller **sjøen** der du bor?

Tilgjengeligheten er:

- ☐ Svært god (1)
- ☐ God (2)
- ☐ Verken god eller dårlig (3)
- ☐ Dårlig (4)
- ☐ Svært dårlig (5)
- ☐ Vet ikke (6)
- ☐ Bor ikke i nærheten av sjø eller innsjø (7)

FK8G4S3b

Opplever du at skoleveien i nærmiljøet ditt er trafikksikker?

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)
- ☐ Vet ikke (3)

FK3intro**HELSE**

FK3G1S1

Hvordan vurderer du alt i alt **din egen helse**?

Vil du si at den er:

- ☐ Svært god (1)
- ☐ God (2)
- ☐ Verken god eller dårlig (3)
- ☐ Dårlig (4)
- ☐ Svært dårlig (5)

FK3G1S2

Hvordan vurderer du **tannhelsen din**?

Vil du si at den er:

- ☐ Svært god (1)
- ☐ God (2)
- ☐ Verken god eller dårlig (3)
- ☐ Dårlig (4)
- ☐ Svært dårlig (5)

FK3G1S3 - FK3G1S3

Når var du sist hos tannlege/tannpleier?

- ☐ 0-2 år siden (1)
- ☐ 3-5 år siden (2)
- ☐ Mer enn 5 år siden (3)

FK3G2intro**Kroppshøyde og vekt****FK3G2S1**

Hvor høy er du, uten sko?

Oppgi i cm.

FK3G2S2

Hvor mye veier du, uten klær og sko?

Oppgi i hele kg. (Hvis du er gravid, oppgi vekt før graviditet.)

--

FK3G3intro

Psykiske plager

FK3G3S1

I løpet av den siste uken, i hvilken grad har du vært plaget av følgende:

	Ikke plaget (1)	Litt plaget (2)	Ganske mye plaget (3)	Veldig mye plaget (4)
Nervøsitet eller indre uro? (1)	?	?	?	?
Redsel eller engstelse? (2)	?	?	?	?
En følelse av håpløshet med tanke på fremtiden? (3)	?	?	?	?
Nedtrykthet eller tungsindighet? (4)	?	?	?	?
Bekymring eller uro? (5)	?	?	?	?

FK3G4intro

Søvn

FK3G4S1

Følgende spørsmål om søvnen din gjelder hvordan du vanligvis har det nå.

	Aldri/sjelden (1)	Av og til (2)	1-2 ganger per uke (3)	Minst 3 ganger per uke (4)
Hvor ofte har du vanskelig for å sovne om kvelden? (1)	?	?	?	?
Hvor ofte har du gjentatte oppvåkninger om natten? (2)	?	?	?	?
Hvor ofte er du trøtt eller søvnig på dagtid? (3)	?	?	?	?

FK3G4S2

Om du har søvnvansker, hvor lenge har de vart?

- ☐ Mindre enn 1 måned (1)
- ☐ 1-2 måneder (2)
- ☐ 3-6 måneder (3)
- ☐ 7-12 måneder (4)
- ☐ Mer enn 1 år (5)
- ☐ Jeg har ikke søvnvansker (6)

FK3G4S3

Hvor mange timer sover du vanligvis per natt på hverdager?

Ta et gjennomsnitt.

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

FK3G5intro**Langvarige helseproblemer og funksjonsnedsettelse**

FK3G5S1

Har du noen langvarige **sykdommer** eller **helseproblemer**? Vi tenker også på sykdommer eller problemer som er sesongbetonte, eller som kommer og går.

Betingelsen er at den/de har vart, eller forventes å vare i minst seks måneder.

- ☐ Ja (1)
☐ Nei (2)

FK3G5S1a

I hvilken grad påvirker disse sykdommene eller helseproblemene din hverdag?

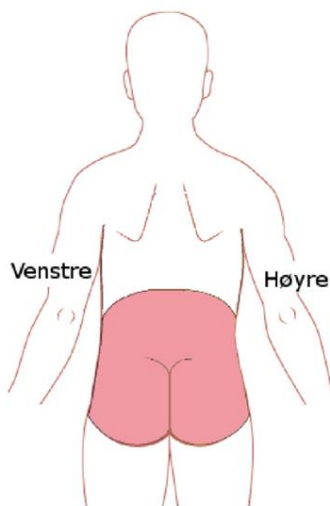
- ☐ I stor grad (1)
☐ I noen grad (2)
☐ I liten grad (3)
☐ Ikke i det hele tatt (4)

FK3G5S3

Har du i dagliglivet vansker med noe av det følgende:

	Ingen vansker (1)	Noen vansker (2)	Store vansker (3)	Klarer det ikke i det hele tatt (4)
Å se klart, selv med bruk av briller eller linser? (1)	☐	☐	☐	☐
Å høre, selv med bruk av høreapparat? (2)	☐	☐	☐	☐
Å gå, for eksempel i trapper? (3)	☐	☐	☐	☐
Å konsentrere deg eller huske ting? (4)	☐	☐	☐	☐
Å kle av og på deg, selv eller vaske deg uten hjelp? (5)	☐	☐	☐	☐

FK3G6intro**Nakke- og korsryggsmerter**



FK3G6S1

I løpet av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i **korsryggen**?

Trykk på bildet for å forstørre.

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)

FK3G6S1a_ah

Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i **korsryggen**?

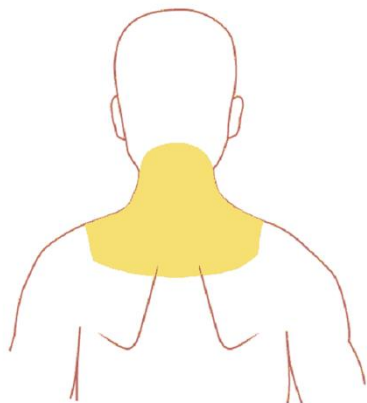
Smerter deler av dagen teller som én dag.

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

FK3G6S1b_ah

Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har smertene i korsryggen medført at du har måttet begrense dine vanlige aktiviteter eller endre dine daglige rutiner?

- ☐ Ingen dager (0)
- ☐ 1-5 dager (1)
- ☐ 6-10 dager (2)
- ☐ 11-15 dager (3)
- ☐ 16-20 dager (4)
- ☐ 21-27 dager (5)
- ☐ Alle 28 dager (6)

FK3G6S2

I løpet av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i **nakken**?

Trykk på bildet for å forstørre.

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)

FK3G6S2a_ah

Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i **nakken**?

Smerter deler av dagen teller som én dag.

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

FK3G6S2b_ah

Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har smertene i nakken medført at du har måttet begrense dine vanlige aktiviteter eller endre dine daglige rutiner?

- ☐ Ingen dager (0)
- ☐ 1-5 dager (1)
- ☐ 6-10 dager (2)
- ☐ 11-15 dager (3)
- ☐ 16-20 dager (4)
- ☐ 21-27 dager (5)
- ☐ Alle 28 dager (6)

FK5G1intro**HELSERELATERT ATFERD****Fysisk aktivitet**

FK5G1S1

Hvor ofte trener eller mosjonerer du vanligvis?

Med mosjon mener vi at du f.eks. går tur, går på ski, svømmer eller driver trening/idrett. Inkluder også eventuell mosjon/trening til/fra jobb. Ta et gjennomsnitt.

- ☐ Aldri (1)
 - ☐ Sjeldnere enn én gang i uken (2)
 - ☐ Én gang i uken (3)
 - ☐ 2-3 ganger i uken (4)
 - ☐ 4-5 ganger i uken (5)
 - ☐ Omtrent hver dag (6)
-

FK5G1S1a

Hvor hardt trener eller mosjonerer du?

Ta et gjennomsnitt.

- ☐ Tar det rolig uten å bli andpusten eller svett (1)
 - ☐ Tar det så hardt ut at jeg blir andpusten og/eller svett (2)
 - ☐ Tar meg nesten helt ut (3)
-

FK5G1S1b

Hvor lenge holder du på hver gang?

Ta et gjennomsnitt.

- ☐ Mindre enn 15 minutter (1)
 - ☐ 15 minutter - 29 minutter (2)
 - ☐ 30 minutter - 1 time (3)
 - ☐ Mer enn 1 time (4)
-

FK5G1S2

Hvis du er i lønnet eller ulønnet arbeid, hvordan vil du beskrive arbeidet ditt?

Velg svaralternativet som passer best.

- ☐ For det meste stillesittende arbeid (f.eks. skrivebordsarbeid, montering) (1)
- ☐ Arbeid som krever at du går mye (f.eks. ekspeditørarbeid, lett industriarbeid, undervisning) (2)
- ☐ Arbeid der du går og løfter mye (f.eks. pleier, bygningsarbeider) (3)
- ☐ Tungt kroppsarbeid (4)
- ☐ Er ikke i lønnet eller ulønnet arbeid (5)

	Sjelden/aldri (1)	1-3 ganger per måned (2)	1 gang per uke (3)	2-3 ganger per uke (4)	4-6 ganger per uke (5)	1 gang per dag (6)	Flere ganger per dag (7)
Hvor ofte drikker du vanligvis sukkerholdig brus/saft/leskedrikk (inkludert iste, energidrikk, sportsdrikk og nektar)? (1)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte spiser du vanligvis frukt eller bær (regn ikke med juice eller fruktsaft)? (2)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte spiser du vanligvis grønnsaker (inkludert salat)? Regn ikke med poteter. (3)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte spiser du fisk (som pålegg, til lunsj eller middag)? (4)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte spiser du kjøtt / bearbeidede kjøttprodukter av svin, storfe, lam / sau eller geit (til lunsj, til middag eller som pålegg)? (5)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte spiser du middag uten kjøtt / fisk (vegetarisk)? (6)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte spiser du grove kornprodukter (som grovbrød, mysli, havregrøt og fullkornspasta)? (7)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

FK5G3intro**Tobakk**

FK5G3S1

Hender det at du røyker?

*Dette inkluderer kun tobakksholdige produkter, **ikke e-sigaretter**.*

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)

FK5G3S1a

Hvor ofte røyker du?

- ☐ Daglig (1)
- ☐ Av og til (2)

FK5G3S1b

Har du røykt tidligere?

Hvis du tidligere har røykt både daglig og av og til, velg "Ja, daglig".

- ☐ Ja, daglig (1)
- ☐ Ja, av og til (2)
- ☐ Nei (3)

FK5G3S2

Hender det at du bruker snus?

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)

FK5G3S2a

Hvor ofte bruker du snus?

- ☐ Daglig (1)
- ☐ Av og til (2)

FK5G4intro**Alkohol**

FK5G4intro_alt**Alkohol og andre rusmidler**

FK5G4S1

Har du noen gang drukket alkohol?

Vi tenker her på alkoholholdige drikker, som øl, vin, brennevin, rusbrus med videre.

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)

FK5G4S1a

I løpet av de siste 12 månedene, hvor ofte har du drukket alkohol?

- ☐ Aldri (1)
- ☐ Månedlig eller sjeldnere (2)
- ☐ 2-4 ganger i måneden (3)
- ☐ 2-3 ganger i uken (4)
- ☐ 4 ganger i uken eller mer (5)

FK5G4S1a1

Hvor mange alkoholenheter tar du på en "typisk" dag når du drikker alkohol?

Én enhet alkohol tilsvarer én liten flaske øl, ett glass vin eller én drink.

- ☐ 1-2 (1)
- ☐ 3-4 (2)
- ☐ 5-6 (3)
- ☐ 7-9 (4)
- ☐ 10 eller flere (5)

FK5G4S1a2

Hvor ofte drikker du seks alkoholenheter eller mer ved én og samme anledning?

Én enhet alkohol tilsvarer én liten flaske øl, ett glass vin eller én drink.

- ☐ Aldri (1)
- ☐ Sjeldnere enn månedlig (2)
- ☐ Månedlig (3)
- ☐ Ukentlig (4)
- ☐ Daglig eller nesten daglig (5)

FK5G4S2

Har du noen gang prøvd eller brukt narkotiske stoffer som for eksempel hasj / cannabis, amfetamin, kokain, crack, khat, ecstasy, LSD, GHB, heroin?

- ☐ Ja (1)
- ☐ Nei (2)
- ☐ Ønsker ikke svare (3)

FK5G4S2a

I løpet av de siste 12 månedene, hvor ofte har du brukt hasj, marihuana eller andre cannabisprodukter?

- ☐ Ikke brukt siste 12 måneder (1)
- ☐ Sjeldnere enn månedlig (2)
- ☐ Månedlig (3)
- ☐ Ukentlig (4)
- ☐ Daglig eller nesten daglig (5)
- ☐ Ønsker ikke å svare (6)

FK5G4S2b

I løpet av de siste 12 månedene, hvor ofte har du brukt andre narkotiske stoffer (som amfetamin, kokain, crack, khat, ecstasy, LSD, GHB og heroin)?

- ☐ Ikke brukt siste 12 måneder (1)
- ☐ Sjeldnere enn månedlig (2)
- ☐ Månedlig (3)
- ☐ Ukentlig (4)
- ☐ Daglig eller nesten daglig (5)
- ☐ Ønsker ikke å svare (6)

FK5G4S3

I løpet av de siste 12 månedene, hvor ofte har du brukt reseptbelagte legemidler i større dose / hyppigere enn det legen har anbefalt, eller brukt reseptbelagte legemidler som ikke var foreskrevet deg?

Reseptbelagte legemidler kan eksempelvis være sovetabletter, beroligende / angstdempende medisiner, kraftige smertestillende og medisiner i behandling av ADHD.

- ☐ Ikke brukt siste 12 måneder (1)
- ☐ Sjeldnere enn månedlig (2)
- ☐ Månedlig (3)
- ☐ Ukentlig (4)
- ☐ Daglig eller nesten daglig (5)
- ☐ Ønsker ikke å svare (6)

FK4G1intro**SOSIAL STØTTE, ENSOMHET****Sosial støtte**

FK4G1S1

Hvor mange personer står deg så nær at du kan regne med dem hvis du har store personlige problemer?

Regn også med nærmeste familie.

- ☐ Ingen (1)
 - ☐ 1-2 (2)
 - ☐ 3-5 (3)
 - ☐ 6 eller flere (4)
-

FK4G1S2

Hvor stor interesse viser andre for det du gjør?

Vil du si at de viser:

- ☐ Stor interesse (1)
 - ☐ Noe interesse (2)
 - ☐ Verken stor eller liten interesse (3)
 - ☐ Liten interesse (4)
 - ☐ Ingen interesse (5)
-

FK4G1S3

Hvor lett er det å få praktisk hjelp fra naboer om du skulle trenge det?

Er det:

- ☐ Svært lett (1)
 - ☐ Lett (2)
 - ☐ Verken lett eller vanskelig (3)
 - ☐ Vanskelig (4)
 - ☐ Svært vanskelig (5)
-

FK4G2intro**Ensomhet**

FK4G2S1

	Aldri (1)	Sjelden (2)	Av og til (3)	Ofte (4)	Svært ofte (5)
Hvor ofte føler du at du savner noen å være sammen med? (1)	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte føler du deg utenfor? (2)	☐	☐	☐	☐	☐
Hvor ofte føler du deg isolert fra andre? (3)	☐	☐	☐	☐	☐

FK7G1intro**LIVSKVALITET**

Nå kommer flere spørsmål hvor du skal svare på en skala som går fra 0 til 10.

FK7G1S1

Alt i alt, hvor fornøyd er du med livet ditt for tiden?

- ☐ 0 - Ikke fornøyd i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært fornøyd (10)

FK7G1S2

Hvor fornøyd tror du at du vil være med livet ditt fem år fra nå?

- ☐ 0 - Ikke fornøyd i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært fornøyd (10)

FK7G1S3

Alt i alt, i hvilken grad opplever du at det du gjør i livet er meningsfylt?

- ☐ 0 - Ikke meningsfylt i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært meningsfylt (10)

FK7G2S1

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **glad**?

- ☐ 0 - Ikke glad i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært glad (10)

FK7G3S1

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **bekymret**?

- ☐ 0 - Ikke bekymret i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært bekymret (10)

FK7G3S2

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **nedfor** eller **trist**?

- ☐ 0 - Ikke nedfor eller trist i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært nedfor eller trist (10)

FK7G3S3

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **irritert**?

- ☐ 0 - Ikke irritert i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)

- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært irritert (10)

FK7G4S1

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **ensom**?

- ☐ 0 - Ikke ensom i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært ensom (10)

FK7G5S1

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **engasjert**?

- ☐ 0 - Ikke engasjert i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært engasjert (10)

FK7G2S2

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **rolig og avslappet**?

- ☐ 0 - Ikke rolig og avslappet i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært rolig og avslappet (10)

FK7G3S4

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **engstelig**?

- ☐ 0 - Ikke engstelig i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært engstelig (10)

FK7G2S3

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **takknemlig**?

- ☐ 0 - Ikke takknemlig i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært takknemlig (10)

FK7G2S4

Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du **lykkelig**?

- ☐ 0 - Ikke lykkelig i det hele tatt (0)
- ☐ 1 (1)
- ☐ 2 (2)
- ☐ 3 (3)
- ☐ 4 (4)
- ☐ 5 (5)
- ☐ 6 (6)
- ☐ 7 (7)
- ☐ 8 (8)
- ☐ 9 (9)
- ☐ 10 - Svært lykkelig (10)

FK7G6intro**SOSIALE RELASJONER, DELTAKELSE OG TILHØRIGHET****FK7G6S1**

Hvor enig er du i påstandene nedenfor?

	0 - Helt uenig (0)	1 (1)	2 (2)	3 (3)	4 (4)	5 (5)	6 (6)	7 (7)	8 (8)	9 (9)	10 - Helt enig (10)
Mine sosiale relasjoner er støttende og givende (1)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Jeg bidrar aktivt til andres lykke og livskvalitet (2)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

FK7G6S2_ah - FK7G6S2_ah

Hvor ofte er du sammen med gode venner?

Regn ikke med medlemmer av din egen familie.

- ☐ Daglig eller nesten daglig (1)
- ☐ Ukentlig (2)
- ☐ Månedlig (3)
- ☐ Årlig (4)
- ☐ Sjeldnere/aldri (5)
- ☐ Har ingen gode venner (6)

FK7G6S3

Hvor ofte er du sammen med familie eller slektninger?

Regn ikke med den familien du bor sammen med.

- ☐ Daglig eller nesten daglig (1)
- ☐ Ukentlig (2)
- ☐ Månedlig (3)
- ☐ Årlig (4)
- ☐ Sjeldnere/aldri (5)

FK7G6S4

Hvor ofte har du kontakt med venner, familie eller slektninger via telefon, SMS, epost, Snapchat, Facebook eller andre sosiale medier?

Regn ikke med de du bor sammen med.

- ☐ Daglig eller nesten daglig (1)
- ☐ Ukentlig (2)
- ☐ Månedlig (3)
- ☐ Årlig (4)
- ☐ Sjeldnere/aldri (5)

FK7G7S1

Vil du stort sett si at folk flest er til å stole på, eller at en ikke kan være for forsiktig når en har med andre å gjøre?

- ☐ 0 - Kan ikke være for forsiktig (0)
 - ☐ 1 (1)
 - ☐ 2 (2)
 - ☐ 3 (3)
 - ☐ 4 (4)
 - ☐ 5 (5)
 - ☐ 6 (6)
 - ☐ 7 (7)
 - ☐ 8 (8)
 - ☐ 9 (9)
 - ☐ 10 - Folk flest er til å stole på (10)
-

FK7G7S2

I hvilken grad føler du at du hører til på stedet der du bor?

- ☐ 0 - Føler ikke tilhørighet overhodet (0)
 - ☐ 1 (1)
 - ☐ 2 (2)
 - ☐ 3 (3)
 - ☐ 4 (4)
 - ☐ 5 (5)
 - ☐ 6 (6)
 - ☐ 7 (7)
 - ☐ 8 (8)
 - ☐ 9 (9)
 - ☐ 10 - Føler sterk grad av tilhørighet (10)
-

FK7G7S3

Alt i alt, hvor trygg føler du deg når du er ute og går i nærmiljøet?

- ☐ 0 - Ikke trygg i det hele tatt (0)
 - ☐ 1 (1)
 - ☐ 2 (2)
 - ☐ 3 (3)
 - ☐ 4 (4)
 - ☐ 5 (5)
 - ☐ 6 (6)
 - ☐ 7 (7)
 - ☐ 8 (8)
 - ☐ 9 (9)
 - ☐ 10 - Svært trygg (10)
-

FK2G1intro

Deltagelse i aktiviteter

FK2G1S1

Hvor ofte deltar du i **organisert aktivitet / frivillig arbeid**, som f.eks. idrettslag, politiske lag, trossamfunn, kor eller lignende?

- ☐ Daglig (1)

- ☐ Ukentlig (2)
- ☐ 1-3 ganger per måned (3)
- ☐ Sjeldnere (4)
- ☐ Aldri (5)

FK2G1S1b

Du svarte at du aldri eller sjelden deltar i organisert aktivitet / frivillig arbeid. Er det fordi du...?

Flere svar mulig.

- ☐ ..ikke har råd (1)
- ☐ ..ikke har tid (2)
- ☐ ..har transportproblemer (3)
- ☐ ..mangler tilrettelegging og universell utforming (4)
- ☐ ..opplever språklige utfordringer (5)
- ☐ ..ikke er interessert (6)
- ☐ ..ikke har noen å gå sammen med (7)
- ☐ ..er redd for å bli ydmyket, latterliggjort eller krenket (8)
- ☐ ..hindres av andre forhold (9)
- ☐ Ønsker ikke å svare (10)
- ☐ Vet ikke (11)

FK2G1S2

Hvor ofte deltar du i **annen aktivitet**, som for eksempel klubb, møter, treffe venner, trimturer med venner/kolleger eller andre?

- ☐ Daglig (1)
- ☐ Ukentlig (2)
- ☐ 1-3 ganger per måned (3)
- ☐ Sjeldnere (4)
- ☐ Aldri (5)

HELSETJENESTER

FK10G1S1

I løpet av de siste 12 månedene, har du hatt behov for **legehjelp** (som konsultasjon, medisinske undersøkelser eller behandling)?

- ☐ Ja, og har søkt hjelp (1)
- ☐ Ja, men har ikke søkt hjelp (2)
- ☐ Nei (3)
- ☐ Ønsker ikke å svare (4)
- ☐ Vet ikke (5)

FK10G1S1a

Hvilke(n) av de følgende tjenestene har du vært i kontakt med siste 12 måneder for **legehjelp**?

Flere svar mulig.

- ☐ Fastlege (1)
- ☐ Legevakt (2)
- ☐ Offentlig sykehus (3)
- ☐ Privat sykehus (f.eks. Aleris) (4)
- ☐ Privat legetjeneste (f.eks. Dr. Dropin) (5)
- ☐ Annet (6)
- ☐ Ønsker ikke å svare (7)
- ☐ Vet ikke (8)

FK10G1S1b

Hva er grunnen til at du ikke har søkt **legehjelp**?

Flere svar mulig.

- ☐ Har ikke råd (1)
- ☐ Har ikke tid (2)
- ☐ Transportproblemer (3)
- ☐ Manglende tilrettelegging og universell utforming (4)
- ☐ Vanskelig å få time (5)
- ☐ Vet ikke hvor jeg skal henvende meg (6)
- ☐ Har tidligere erfart å ikke få hjelp (7)
- ☐ Redsel / frykt for undersøkelse, behandling eller at lege avdekker alvorlig sykdom (8)
- ☐ Språklige utfordringer (f.eks. vansker med å få tak i tolk) (9)
- ☐ Er redd for å bli ydmyket, latterliggjort eller krenket (10)
- ☐ Annet (11)
- ☐ Ønsker ikke å svare (12)
- ☐ Vet ikke (13)

FK10G2S1

I løpet av de siste 12 månedene, har du hatt behov for profesjonell hjelp for **psykiske plager** (som fastlege, psykolog eller psykiater)?

Psykiske plager kan eksempelvis være nedstemthet, tristhet, rastløshet, ensomhet, mye bekymring og indre uro.

- ☐ Ja, og har søkt hjelp (1)
- ☐ Ja, men har ikke søkt hjelp (2)
- ☐ Nei (3)
- ☐ Ønsker ikke å svare (4)
- ☐ Vet ikke (5)

FK10G2S1a

Hvilken av de følgende tjenestene har du vært i kontakt med siste 12 måneder for **psykiske plager**?

Flere svar mulig.

- ☐ Fastlege (1)
- ☐ Legevakt (2)
- ☐ Den kommunale tjenesten «Rask psykisk helsehjelp» (3)
- ☐ Annen kommunal tjeneste (4)
- ☐ Psykisk helsehjelp på sykehus (5)
- ☐ Privat psykolog / psykiater (6)
- ☐ Annet (7)
- ☐ Ønsker ikke å svare (8)
- ☐ Vet ikke (9)

FK10G2S1b

Hva er grunnen til at du ikke har søkt hjelp for dine **psykiske plager**?

Flere svar mulig.

- ☐ Har ikke råd (1)
- ☐ Har ikke tid (2)
- ☐ Transportproblemer (3)
- ☐ Manglende tilrettelegging og universell utforming (4)
- ☐ Vanskelig å få time (5)
- ☐ Vet ikke hvor jeg skal henvende meg (6)
- ☐ Er flau og bekymret for hva andre ville tenke om meg (7)
- ☐ Har tidligere erfart å ikke få hjelp (8)
- ☐ Språklige utfordringer (9)
- ☐ Er redd for å bli ydmyket, latterliggjort eller krenket (10)
- ☐ Annet (11)
- ☐ Ønsker ikke å svare (12)
- ☐ Vet ikke (13)

FK10G3S1

I løpet av de siste 12 månedene, har du hatt behov for hjelp fra **tannlege / tannpleier**?

- ☐ Ja, og har søkt hjelp (1)
- ☐ Ja, men har ikke søkt hjelp (2)
- ☐ Nei (3)
- ☐ Ønsker ikke å svare (4)
- ☐ Vet ikke (5)

FK10G3S1a

Gikk du hos offentlig eller privat **tannlege/tannpleier**?

- ☐ Offentlig (1)
- ☐ Privat (2)
- ☐ Ønsker ikke å svare (3)
- ☐ Vet ikke (4)

FK10G3S1b

Hva er grunnen til at du ikke har søkt hjelp hos **tannlege / tannpleier**?

Flere svar mulig.

- ☐ Har ikke råd (1)
- ☐ Har ikke tid (2)

- ☐ Transportproblemer (3)
- ☐ Manglende tilrettelegging og universell utforming (4)
- ☐ Vanskelig å få time (5)
- ☐ Vet ikke hvor jeg skal henvende meg (6)
- ☐ Har tidligere erfart å ikke få hjelp (7)
- ☐ Redsel / frykt for undersøkelse eller behandling (8)
- ☐ Språklige utfordringer (9)
- ☐ Er redd for å bli ydmyket, latterliggjort eller krenket (10)
- ☐ Annet (11)
- ☐ Ønsker ikke å svare (12)
- ☐ Vet ikke (13)

FK11intro

IDENTITET OG SEKSUELL ORIENTERING

FK11G1S1

Hvilket kjønn identifiserer du deg som?

- ☐ Kvinne (1)
- ☐ Mann (2)
- ☐ Ikke-binær (3)
- ☐ Annen kjønnsidentitet (4)
- ☐ Ønsker ikke å svare (5)
- ☐ Vet ikke (6)

FK11G1S2

Hvilket kjønn ble du registrert som ved fødsel?

- ☐ Mann (1)
- ☐ Kvinne (2)
- ☐ Ønsker ikke å svare (3)
- ☐ Vet ikke (4)

FK11G1S3

Hvordan vil du beskrive din seksuelle orientering?

- ☐ Heterofil (1)
- ☐ Homofil (2)
- ☐ Bifil eller panfil (3)
- ☐ Lesbisk (4)
- ☐ Annen seksuell orientering (5)
- ☐ Ønsker ikke å svare (6)
- ☐ Vet ikke (7)

FK8G4S5

Nå kommer noen spørsmål om boligen din. Har du/dere...

	Ja (1)	Nei (2)
... stor nok plass for deg og/eller din familie? (1)	☐	☐
... problemer med fukt eller råte (f.eks. tak som lekker, fukt i vegger eller råte i vinduskarmer)? (2)	☐	☐
... problemer med lite dagslys i boligen? (3)	☐	☐
... tilgang til hage eller grøntarealer utenfor boligen? (4)	☐	☐

	Ja (1)	Nei (2)
... når du er inne i boligen din, problemer med støv, lukt eller annen forurensning på grunn av trafikk eller industri i området rundt boligen? (5)	☐	☐
... når du er inne i boligen din, problemer med støy fra naboer eller annen støy utefra (f.eks. trafikk, industri eller anlegg)? (6)	☐	☐

FK8G4S5_6a

Når du er inne i boligen din, hvor plaget er du av støy fra...?

	Ikke plaget i det hele tatt (1)	Litt plaget (2)	Ganske mye plaget (3)	Veldig mye plaget (4)
Naboer (1)	☐	☐	☐	☐
Veitrafikk (2)	☐	☐	☐	☐
Skinnegående trafikk (T-bane, trikk, tog) (3)	☐	☐	☐	☐
Bygg- og anleggsvirksomhet (4)	☐	☐	☐	☐
Industri- og næringsvirksomhet (5)	☐	☐	☐	☐
Restauranter og uteliv (6)	☐	☐	☐	☐
Andre støykilder (7)	☐	☐	☐	☐

premie_trekning**Trekning av premier**

Som takk for at du har tatt deg tid til å svare, kan du bli med i trekningen av [premie]. Dersom du ønsker å være med i trekningen, trenger vi ditt samtykke til at vi kan gi din kontaktinformasjon til [fylke] fylkeskommune, som deler ut premier.

Godkjenner du at vi deler din e-post med [fylke] fylkeskommune?

- ☐ Ja, jeg samtykker (1)
☐ Nei, jeg ønsker ikke å delta i trekningen av premie (2)

email_confirm

Vi har registrert følgende e-postadresse på deg:
[email]

Er dette korrekt?

- ☐ Ja, e-postadressen er korrekt (1)
☐ Nei, jeg ønsker å bli kontaktet på en annen e-postadresse (2)

emailNew

Oppgi din e-postadresse under slik at vi har mulighet til å kontakte deg.

Vennligst skriv e-postadressen din her: (1) _____

Vennligst gjenta: (2) _____

avslutt - avslutt

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

Har du noen tekniske tilbakemeldinger til skjemaløsningen?

Trykk på "Neste" nede til høyre for å avslutte og sende inn dine svar.

kvittring - kvittring

Ditt svar er nå registrert. Takk for at du deltok i undersøkelsen!