

Was bewegt Sie?

In unserem Fragebogen geht es um die Themen Gesundheit, Bewegung und Sport.

Alle Daten werden anonymisiert verarbeitet.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

1. Wie schätzen Sie Ihren allgemeinen Gesundheitszustand ein?

- ausgezeichnet sehr gut gut
 weniger gut schlecht

2. Wie bewegen Sie sich hauptsächlich im Alltag fort? (Mehrfachnennung möglich)

- zu Fuß Fahrrad PKW
 Taxi Bus

3. Bitte beschreiben Sie Ihre überwiegenden Bewegungsaktivitäten außerhalb von Vereinen

(Mehrfachnennung möglich)

- Wandern Joggen Spazieren gehen
 Walking Radfahren Schwimmen
 Gymnastik/Yoga im Garten arbeiten
 Fortbewegung mit Rollator/Rollstuhl

.....

4. Wo und gegebenenfalls mit wem üben Sie diese aus?

- zuhause allein zuhause mit Partner/in
 außer Haus allein außer Haus mit Partner/in
 außer Haus mit Anderen

Bitte umblättern



5. Welche Bewegungsangebote von Vereinen und anderen Einrichtungen kennen Sie?

Ich kenne

.....

.....

.....

Ich kenne keine

6. Nutzen Sie Bewegungsangebote in Vereinen oder anderen Einrichtungen?

(Mehrfachnennung möglich)

Ich bin: Sportvereinsmitglied
 Teilnehmer/in einer Bewegungs-/Sportgruppe

Bitte nennen Sie uns Ihren Verein/Initiative:

.....

.....

Ich nutze folgende Angebote:

- Ballspiele Tennis/ Golf Schwimmen
- Gymnastik/Fitnessgymnastik
- Fitness-Studio Tanzen
- Herz-/Koronarsport Seniorengymnastik

Sonstige

.....

.....

7. Welche Möglichkeiten zur Bewegung oder gemeinsame Aktivitäten für ältere Menschen wünschen Sie sich? (Mehrfachnennung möglich)

Angebote zur Förderung...

- der körperlichen Fitness
- von Körper und Geist
- der Gesundheitsprävention
- der Entspannung
- des Spiels
- der Gemeinschaft und Geselligkeit

Angebote...

- im Wasser
- im Sportraum
- in der Natur
- Studio mit Geräten

8. Wie könnten Sie einen Angebotsort erreichen?

- Ich besitze einen PKW und fahre Auto
- Die nächste Bushaltestelle ist gut erreichbar
- Nur zu Fuß oder Fahrrad

9. Wieviel Zeit würden Sie für ein interessantes Bewegungsangebot zusätzlich aufwenden?

- 30 Min.
- 60 Min.
- Einmal/Woche
- Zweimal/Woche

10. Wann sollten passende Angebote stattfinden?

- Flexibel nach Absprache
- Immer zur festen Zeit

Falls immer zur festen Zeit dann:

- Wochentags
- Samstags
- Sonntags

- vormittags: ab 8 Uhr ab 10 Uhr
- nachmittags: ab 14 Uhr ab 16 Uhr
- abends: ab 18 Uhr ab 20 Uhr

- ganzjährig
- nur im Sommer
- nur im Winter

11. Würden Sie einen Kostenbeitrag pro Monat zahlen?

- Nein Falls ja pro Monat:
 Ja bis 5€ bis 10€ bis 20€

12. Welche Informationswege nutzen Sie und wie würden Sie gerne informiert werden?

- Tageszeitung/ Beilage
- Prospekt/Broschüre
- Internet/Homepage
- Social Media (Facebook, Instagram)
- Messenger (Whatsapp, Signal)

-

13. Für welche weitere Themen im Blick auf einen aktiven gesunden Lebensstil interessieren Sie sich?

- allgemeine Gesundheit
- Ernährung
- kognitive Leistungsfähigkeit
- Sicherheit
- Vorsorge (Betreuungsverfügung, Patientenverfügung)
- Wirtschaft und Finanzen

- Sonstiges

.....

.....

14. Weitere Anmerkungen

.....

.....

Hier noch Fragen für unsere Statistik und Auswertung.

Sie sind

- weiblich männlich divers

Zu welcher Altersgruppe gehören Sie?

- 55 – 60 61 – 65 66 – 70
 71 – 75 76 – 80 81 und älter

Stehen Sie am Ende des Berufslebens oder sind Sie im Ruhestand?

- am Ende des Berufslebens
 kurz nach Eintritt in Rente
 länger als 5 Jahre in Rente

Wohnen Sie alleine oder... ?

- Ich wohne alleine
 zusammen mit Partner/in
 mit Unterstützung (Angehörige o.ä.)

In welchem Umkreis von Schwäbisch Hall/ Zentrum wohnen Sie?

- 0 – 3 km 4 – 7 km 8 – 12 km
 13 – 19 km 20 – mehr km

Vielen Dank für die Beantwortung!

Sie helfen uns, das Angebot in Schwäbisch Hall zu verbessern.

Die Initiative „Gesund und aktiv älter werden in Schwäbisch Hall“ interessiert sich für Ihre Themen rund um das Thema Gesundheit, Bewegung und Sport.

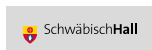
Wichtig ist uns dabei, die Bedürfnisse und Vorstellungen älterer Menschen für ein bedarfsgerechtes Angebot kennenzulernen.

Sagen Sie uns was Sie bewegt.

Antworten Sie uns bequem per Post mit beiliegendem Antwortkuvert. Das Porto übernehmen wir für Sie. Oder werfen Sie den Fragebogen im Haus der Bildung, im Kocherquartier, ein.

Die digitale Version des Fragebogens finden Sie Online unter
www.aktivundgesundinSHA.de

Unterstützt durch:



Mehrgenerationentreff
Salinenstraße 6-10
74523 Schwäbisch Hall
steuerung@schwaebischhall.de
0791 / 970 66 50