

## АНКЕТА

### Мнение населения города Могилева по вопросам сохранения и укрепления здоровья

Просим Вас принять участие в исследовании, посвященном вопросам сохранения здоровья, оценки уровня и качества жизни населения нашего города. Прежде чем ответить на вопрос, внимательно ознакомьтесь с вариантами ответов. Будьте, пожалуйста, внимательны и откровенны. Опрос анонимный, и свою фамилию указывать не нужно. Заранее благодарим Вас за помощь.

#### 1. ЧТО НА ВАШ ВЗГЛЯД В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ВЛИЯЕТ НА УРОВЕНЬ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА?

	Образ жизни
	Наследственность
	Качество медицинского обслуживания
	Социально-экономические условия
	Экологическая обстановка
	Состояние психического здоровья

#### 2. КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ СОСТОЯНИЕ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ?

	Хорошее
	Скорее хорошее
	Удовлетворительное
	Скорее плохое
	Плохое
	Затрудняюсь ответить

#### 3. КАКОВО ВАШЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ?

	Я веду здоровый образ жизни и всегда забочусь о своем здоровье
	Я пытаюсь вести здоровый образ жизни, но пока не все получается
	Я не веду здоровый образ жизни, но в будущем планирую изменить ситуацию
	Я не веду здоровый образ жизни и не собираюсь ничего менять

#### 4. КАКИЕ ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ ВЫ ИМЕЕТЕ?

	Люблю выпить (алкоголь)
	Курю (никотин)
	Употребляю легкие наркотики
	Употребляю тяжелые наркотики
	Люблю много есть
	Ленивый (ая) (мало двигаюсь)
	Не имею вредных привычек

#### 5. КУРИТЕ ЛИ ВЫ?

	Никогда не пробовал
	Курил, но бросил более 2-х лет назад
	Курил, но бросил в течение 1-2 лет
	Курю от случая к случаю
	Курю постоянно (выкуриваю менее 1 пачки в сутки)
	Курю постоянно (выкуриваю примерно 1 пачку в сутки)
	Курю постоянно (выкуриваю более 1 пачки в сутки)

#### 6. КАК ЧАСТО ВЫ УПОТРЕБЛЯЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННЫЕ НИЖЕ ПРОДУКТЫ? (дайте ответ по каждой строке)

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Несколько раз в месяц	Несколько раз в год	Не употребляю
Энергетические Напитки	1	2	3	4	5
Пиво	1	2	3	4	5
Легкие вина	1	2	3	4	5
Крепкие алкогольные напитки	1	2	3	4	5

**7. ПРОБОВАЛИ ЛИ ВЫ КОГДА-ЛИБО НАРКОТИЧЕСКИЕ, ТОКСИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА?**

Да	Нет
----	-----

**8. СООТВЕТСТВУЕТ ЛИ ВАШ ВЕС НОРМЕ?**

	Да
	Нет, ниже нормы
	Нет, превышает норму
	Нет, у меня ожирение
	Затрудняюсь ответить

**9. КАК ВЫ ПИТАЕТЕСЬ?**

	Предпочитаю фастфуд
	Отдаю предпочтение домашней кухне
	Перебиваюсь редкими перекусами, питаюсь в ресторанах или кафе

**10. КАК ЧАСТО ВЫ УПОТРЕБЛЯЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННЫЕ НИЖЕ ПРОДУКТЫ? (дайте ответ по каждой строке)**

	Ежедневно	3-4 раза в неделю	1-2 раза в неделю	Очень редко	Никогда
Морепродукты, рыба	1	2	3	4	5
Овощи	1	2	3	4	5
Фрукты	1	2	3	4	5

**11. КАК ЧАСТО ВЫ ИСПЫТЫВАЕТЕ ЧУВСТВО НЕРВНОГО НАПРЯЖЕНИЯ?**

Очень часто	Часто	Иногда	Редко	Никогда
-------------	-------	--------	-------	---------

**12. ЧТО НА ВАШ ВЗГЛЯД ЯВЛЯЕТСЯ НАИБОЛЕЕ ДЕЙСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ?**

	Физическая активность
	Прогулки на свежем воздухе
	Закаливание
	Правильное питание
	Отказ от вредных привычек

**13. КАКИЕ ВИДЫ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК ВЫ ПРЕДПОЧИТАЕТЕ?**

	Ходьба, бег
	Пилатес, йога
	Силовые нагрузки
	Танцы
	Другое (напишите):

**14. КАКОЙ ОТДЫХ ВЫ ПРЕДПОЧИТАЕТЕ?**

	Культурный (музеи, театры, выставки и др.)
	Активный (турпоходы, рыбалка, велопробежки и др.)
	С семьей на даче (в деревне)
	За границей
	Дома у телевизора
	Другое (напишите):

**15. ДАЙТЕ ВАШУ ОЦЕНКУ ОСНОВНЫХ СТОРОН ГОРОДСКОЙ ЖИЗНИ (выберите один ответ в каждой строке)**

	Отлично	Хорошо	Средне	Плохо	Очень плохо	Затрудняюсь ответить
Работа городского транспорта						
Энергообеспечение						
Теплоснабжение						
Водоснабжение						

Обеспечение условий для занятий физкультурой и спортом						
Развитие культурной жизни						
Освещение улиц						
Качество образования						
Медицинское обслуживание						
Благоустройство						
Развитие местных СМИ						

**16. ОЦЕНИТЕ УРОВЕНЬ БЛАГОУСТРОЙСТВА ГОРОДА** (по пятибалльной шкале, наилучшая оценка 5 баллов, наихудшая 1 балл, 0 –затрудняюсь ответить):

	0	1	2	3	4	5
Парки						
Дорожно-тропиночная сеть						
Дополнительные пешеходные зоны и велодорожки						
Велопарковки						
Детские площадки						
Спортивные площадки						
Разбивка клумб и газонов						
WI-FI						
Скамейки						
Урны						
Площадки для сбора бытовых отходов?						
Доступность передвижения людей с ограниченными возможностями						
Освещение площадок						

**17. УДОВЛЕТВОРЕННЫ ЛИ ВЫ КУЛЬТУРНЫМИ МЕРОПРИЯТИЯМИ В МОГИЛЕВЕ?**

Да	Нет	Не знаю

**18. ЕСЛИ НЕТ, ТО КАКИЕ ПРИЧИНЫ?**

Дорогие билеты	Однообразные, неинтересные мероприятия	Все события, происходят в центре города	Другое

**19. ОТМЕТЬТЕ ГЛАВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ ГОРОДА МОГИЛЕВА**

	Загрязнение атмосферы выбросами с заводов
	Загрязнение атмосферы выхлопными газами автомобилей
	Загрязнение воды и отходы
	Их нет

**20. НАСКОЛЬКО БЕЗОПАСНО ВЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ В ГОРОДЕ?**

	Чувствую себя в полной безопасности
	В целом чувствую себя в безопасности
	Не чувствую себя в полной безопасности
	Совсем не чувствую себя в безопасности)

**21. КАКОЙ ВИД ТРАНСПОРТА В ГОРОДЕ ВЫ ПРЕДПОЧИТАЕТЕ?**

	Автобус
	Троллейбус
	Маршрутное такси
	Такси
	Личный транспорт
	Велосипед
	Мотоцикл

**22. КАКИЕ ПРОБЛЕМЫ ТРАНСПОРТНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ ПРИСУТСТВУЮТ В ГОРОДЕ МОГИЛЕВЕ?** (по пятибалльной шкале, наилучшая оценка 5 баллов, наихудшая 1 балл, 0 – затрудняюсь ответить)

	0	1	2	3	4	5
Стоимость проезда						
Длительность ожидания транспорта на остановке						
Состояние общественного транспорта						
Наличие информации о схемах движения						
Отношение водителей и кондукторов к пассажирам						
Безопасность перевозок						
Возможность добраться до нужного места назначения(наличие требуемого маршрута)						

**23. ЧТО ВАМ НРАВИТСЯ В НАШЕМ ГОРОДЕ?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**24. ЧТОБЫ ВЫ ХОТЕЛИ ИЗМЕНИТЬ В ГОРОДЕ?** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ответьте, пожалуйста, еще, на некоторые вопросы о себе:

**25. ВАШ ПОЛ:**

Мужской	Женский

**26. ВОЗРАСТ** (количество полных лет): \_\_\_\_\_

**27. ОБРАЗОВАНИЕ:**

Неполное среднее
Среднее общее
Среднее специальное
Незаконченное высшее
Высшее
Несколько высших

**28. СЕМЕЙНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ:**

Состою в браке
Холост (не замужем)
Разведен(а)
Вдовец (вдова)

**29. К КАКОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ ВЫ СЕБЯ ОТНОСИТЕ?**

Руководитель
Служащий
Предприниматель
Учащийся, студент
Рабочий
Военнослужащий, сотрудник правоохранительных органов
Временно неработающий
Пенсионер

**30. СКОЛЬКО ЛЕТ ВЫ ПРОЖИВАЕТЕ В Г.МОГИЛЕВЕ?**

До 5 лет
5 - 15 лет
15 - 25 лет
Более 25 лет

Благодарим Вас за участие в опросе!