



# AUZO SAREA

## ZAHARTZE OSASUNGARRI ETA DUINERAKO, INGURUNE JASANGARRIAN



*“Zahartze osasungarri eta jasangarria ingurune duin batean lortzeko Auzokide Sarea”*  
martxan jarri nahi dugun auzokideak gara, Leioako nagusien bizitza hobetzea bilatzen  
dugun pertsona taldea.

Leioako nagusien egoera hobeto ezagutzeko, Udaleko Gizarte-Ongizate sailarekin lan-  
kidezkan, hurrengo galdetegia sortu dugu.

60 urte baino goragoko leioaztarra bazara hurrengo galdetegia betetzea eskatzen di-  
zugu Leioako nagusien errealitatea hobeto ezagutzeko. Auzokide Sare bezala ez dugu  
soilik nagusien beharrak ezagutu nahi, baizik eta argi utzi nahi dugu nagusiok ere  
asko eskaini dezakegula komunitatean.

Gure galdetegiaren xede-taldea ez bazara, baina zure inguruan adineko pertsonak  
badaude, senideak, lagunak, auzokideak... galdetegi hau helarazten edota betetzen  
laguntzea eskatzen dizugu. Ziur nagusiren bat hurbil duzula! Soilik minitu batzuk es-  
kaini beharko diozu.

Leioako Udalak gizarte-zerbitzuetako, garapenerako lankidetzako, animalien babeseko, adikzioen prebentzioko eta berdintasuneko programekin lotutako plan-  
gintzaren, antolaketaren eta kudeaketaren arloko datuak lantzen ditu, baita eskaeren eta espedienteen kudeaketakoak ere, Euskadi Toki Erakundeei buruzko  
2/2016 Legearen, Toki-araubidearen oinarriak arautzen dituen 7/1985 Legearen, eta abenduaren 5eko 12/2008 Euskadiko Gizarte Zerbitzuei buruzko Legearen  
arabera. Datu pertsonalak gizarte-ekintzaren arloan eskumena duten Administrazio Publikoei jakinarazi ahal izango zaizkie, hala nola Aldundiari, Eusko Jaurla-  
ritzari edo beste foru-erakunde eta erakunde pribatu batzuei. Interesduenak eskubidea du bere datuak eskuratzeko, zuzentzeko edo ezabatzeko, bai eta datuak  
tratatzeari mugak jartzeko edo aurka egiteko ere, Udalaren helbidera edo alkatetza@leioa.eus helbide elektronikora jakinarazpen bat bidalita, bai eta www.leioa.  
eus gardentasun-atarian informazio gehiago jasotzeko ere.

**Sexua:**  Gizona  Emakumea  Beste bat

**Adina:** \_\_\_\_\_

**Auzoa:** \_\_\_\_\_



# AUZO SAREA ZAHARTZE OSASUNGARRI ETA DUINERAKO, INGURUNE JASANGARRIAN

## Hurrengo kasuetan zein neurritan zaude pozik?

Bakoitzak 1tik 5era bitarteko zenbakiekin adierazi. (1. "Ez nago batere pozik" 2. "Ez oso pozik" 3. "Eregular, ez oso pozik ezta gutxi ere" 4. "Nahiko pozik nago" 5. "Oso pozik nago")

Erabakiak hartzeko zure gaitasunarekin.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Zure pentsamenduak eta iritziak modu askean adierazteko duzun askatasunarekin.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Besteengandik jasotzen duzun tratu eta errespetuarekin.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Gizartearen duzun posizio eta errekonozimenduarekin.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Zure itxura fisikoarekin.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

## Zein maiztasunez sentitzen zara....?

Bakoitzak 1tik 5era bitarteko zenbakiekin adierazi. (1. "Inoiz ere ez" 2. "Gutxitan" 3. "Batzuetan" 4. "Askotan" 5. "Beti")

Pozik, alai.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Kezkati, urduri.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Baliagarri.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Aspertuta, apatikoa.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Ilusioz beterik, gauzak egiteko gogoz.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Zure buruaz ziur.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Bakarrik.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5



## Etxetik irteteko laguntza behar duzu?

BAI     EZ

## Etxetik irteteko zure ingurukoen laguntza duzu? Senideak, lagunak, auzokideak...

BAI     EZ

## Laguntza/konpainia zerbitzu bat izatea gustatuko litzaizuke edo beharko zenuke? Hainbat jardueratan lagunduko zizuten voluntarioekin.

BAI     EZ

## Nora joateko laguntza izatea gustatuko litzaizuke edo beharko zenuke? Markatu dagozkionak.

Etxetik irteteko     Paseatzerako joateko     Herriko gune batera hurbiltzeko: Kultur Leioa, Nagusien Etxeak...     Medikura joateko     Erosketak egitera joateko     Beste batzuk \_\_\_\_\_

# AUZO SAREA ZAHARTZE OSASUNGARRI ETA DUINERAKO, INGURUNE JASANGARRIAN

## Adierazi zein mailatan deskribatzen zaituzten ondorengo baieztapenek.

Bakoitzatik 4ra bitarteko zenbakiarekin adierazi. (1. "Askotan horrela sentitzen naiz" 2. "Maiz horrela sentitzen naiz" 3. "Oso gutxitan sentitzen naiz horrela" 4. "Inoiz ez naiz horrela sentitzen")

- Gauzak bakarrik egiterakoan zenbatero sentitzen zara zoritzarrekoa.....  1  2  3  4
- Hitz egiteko inor ez duzula zenbatero sentitzen duzu.....  1  2  3  4
- Bakarrik sentitzea ezin duzula jasan zenbatero sentitzen duzu.....  1  2  3  4
- Inork ulertzen ez zaituela zenbatero sentitzen duzu.....  1  2  3  4
- Zenbatero egoten zara norbaitek deitu edo idaztearen zain.....  1  2  3  4
- Zenbatero sentitzen zara guztiz bakarrik.....  1  2  3  4
- Zenbatero sentitzen duzu zure inguruko guztiengana iristeko eta haien komunikatzeko gai ez zarela.....  1  2  3  4
- Lagunartearen beharra zenbatero sentitzen duzu.....  1  2  3  4
- Lagunak egiteko zailtasunak dituzula zenbatero sentitzen duzu.....  1  2  3  4
- Zenbatero sentitzen zara isildua eta baztertua besteen aldetik.....  1  2  3  4



## Norbait konpainia egiteko zurekin egotea gustatuko litzaituke edo beharko zenuke? Elkarrekin egoteko, hitz egiteko, kafe bat hartzeko...

- BAI  EZ

## Zer gustatzen edo interesatzen zaizu? Dagozkion guztiak adierazi.

- |   |  |   |   |  |  |  |
|---|--|---|---|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Paseatza               | <input type="checkbox"/> Hondartzara joatea        | <input type="checkbox"/> Kafe bat hartzea | <input type="checkbox"/> Gimnasia                 | <input type="checkbox"/> Yoga                          | <input type="checkbox"/> Pilates             | <input type="checkbox"/> Igeriketa                             |
| <input type="checkbox"/> Zinema                 | <input type="checkbox"/> Antzerkia                 | <input type="checkbox"/> Kontzertuak      | <input type="checkbox"/> Liburu aurkezpenak       | <input type="checkbox"/> Tertuliak                     | <input type="checkbox"/> Liburuak irakurtzea | <input type="checkbox"/> Egunkaria irakurtzea                  |
| <input type="checkbox"/> Aldizkariak irakurtzea | <input type="checkbox"/> Nagusien Etxeetara joatea | <input type="checkbox"/> Mezara joatea    | <input type="checkbox"/> Mahai jokoearea jolastea | <input type="checkbox"/> Mugikorra erabiltzera ikastea |  | <input type="checkbox"/> Teknologia berriak erabiltzen ikastea |

## Kultur Leioaren programaketa ezagutzen duzu? Dagozkion guztiak adierazi.

- |  |   |   |  |   |  |   |
|--|---|---|--|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Zura tailerra | <input type="checkbox"/> Zeramika           | <input type="checkbox"/> Marrazketa eta pintura | <input type="checkbox"/> Eskulanak                                 | <input type="checkbox"/> Altzarien zaharberritzea | <input type="checkbox"/> Ehoziri-lan                 | <input type="checkbox"/> Puntu eta kaka orratza |
| <input type="checkbox"/> Igeriketa     | <input type="checkbox"/> Kontakizun laburra | <input type="checkbox"/> Jantzigintza           | <input type="checkbox"/> Mugimendua eta erlaxazioa musikaren bidez |   | <input type="checkbox"/> Argazkilariaritzan digitala |   |

## Herriko kirol ekimenak ezagutzen dituzu? Ezagutzen dituzunak adierazi

- Pilates  Nagusientzako gimnasia  Aquafitness  Luzaketak  Tonifikazioa

# AUZO SAREA ZAHARTZE OSASUNGARRI ETA DUINERAKO, INGURUNE JASANGARRIAN

## Nagusien Etxeetan antolatzen diren ekintzak ezagutzen dituzu? Ezagutzen dituzunak adierazi.

- |  |  |  |  |   |                                      |
|--|--|--|--|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Yoga              | <input type="checkbox"/> Memoriaren estimulazioa | <input type="checkbox"/> Korala              | <input type="checkbox"/> Aretoko dantza      | <input type="checkbox"/> Eskulan ezberdinak lantzeko tailerra | <input type="checkbox"/> Bingo       |
| <input type="checkbox"/> Sevillanak        | <input type="checkbox"/> Smarthphone tailerra    | <input type="checkbox"/> Dantza koreografiak | <input type="checkbox"/> Ongizate emozionala | <input type="checkbox"/> Txokolatada                          | <input type="checkbox"/> Risoterapia |
| <input type="checkbox"/> Karta txapelketak | <input type="checkbox"/> Txangoak                | <input type="checkbox"/> Musikaren historia  |  |   |                                      |

## Herrigune Leioaren Ekintza Tailerra ezagutzen duzu?

- BAI     EZ

## Herrigune Leioaren lantalde edo ekimen komunitarioen bat ezagutzen duzu? Ezagutzen dituzunak adierazi.

- |   |                                    |                                     |   |                                    |  |
|---|------------------------------------|-------------------------------------|---|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Oinezkoen Pausora Martxa       | <input type="checkbox"/> Irakaleak | <input type="checkbox"/> Astronomia | <input type="checkbox"/> Konpontzaileak | <input type="checkbox"/> Eskulanak | <input type="checkbox"/> Leioan zelan bizi |
| <input type="checkbox"/> Landareen ezaugarri eta onurak |                                    |                                     |   |                                    | <input type="checkbox"/> Frantsesa         |

## Herriko elkartek ezagutzen dituzu? Ezagutzen dituzunak adierazi.

- |  |   |                                  |   |  |  |
|--|---|----------------------------------|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Andrak              | <input type="checkbox"/> Leioa Mendi Taldea | <input type="checkbox"/> Zazpi   | <input type="checkbox"/> Gure ohiturak    | <input type="checkbox"/> Lamiako maskarada | <input type="checkbox"/> Comunidad cultural castellana |
| <input type="checkbox"/> Coral S.J. Bautista | <input type="checkbox"/> Epi y Blas         | <input type="checkbox"/> Bilaiña | <input type="checkbox"/> Cineforum Perseo |  |  |

## Hurrengo jardueretako batean parte hartzen duzu? Zeinetan adierazi.

- |   |  |  |                                    |  |  |
|---|--|--|------------------------------------|--|--|
| <input type="checkbox"/> Zura tailerra      | <input type="checkbox"/> Zeramika                                  | <input type="checkbox"/> Marrazketa eta pintura  | <input type="checkbox"/> Eskulanak | <input type="checkbox"/> Altzarien zaharberritze | <input type="checkbox"/> Ehoziri-lan     |
| <input type="checkbox"/> Kontakizun laburra | <input type="checkbox"/> Jantzigintza                              | <input type="checkbox"/> Argazkilaritza digitala | <input type="checkbox"/> Pilates   | <input type="checkbox"/> Nagusientzako gimnasia  | <input type="checkbox"/> Aquafitness     |
| <input type="checkbox"/> Tonifikazioa       | <input type="checkbox"/> Kantua                                    | <input type="checkbox"/> Euskal Dantzak          | <input type="checkbox"/> Bingo     | <input type="checkbox"/> Gimnasia                | <input type="checkbox"/> Memoria         |
| <input type="checkbox"/> Euskera            | <input type="checkbox"/> Mugimendua eta erlaxazioa musikaren bidez | <input type="checkbox"/> Beste batzuk: _____     |                                    |  | <input type="checkbox"/> Aretoko dantzak |

## Jardueretako batean ere parte hartzen ez baduzu... Zergatik ez duzu mota horretako ekimenetan parte hartzen?

- Garestiak dira     Ez daukat norekin joan     Ez dut heltzeko aukerarik     Ez ditut ezagutzen     Ez zaizkit interesatzen

## “AUZOKIDE SAREAREN” barruan ze motako ekintzetan parte hartza gustatuko litzaizuke? Interesatzen zaizkizunak adierazi.

- |                                    |   |  |  |  |   |
|------------------------------------|---|--|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Dantza    | <input type="checkbox"/> Mendi irteerak | <input type="checkbox"/> Memoria klaseak | <input type="checkbox"/> Burua aktibatzeko espazioak | <input type="checkbox"/> Elkar-hizketa | <input type="checkbox"/> Cine forum                         |
| <input type="checkbox"/> Tertuliak | <input type="checkbox"/> Antzerkia      | <input type="checkbox"/> Jolasak         | <input type="checkbox"/> Margolaritza                | <input type="checkbox"/> Musika        | <input type="checkbox"/> Beste batzuk (Esaguzu zein): _____ |

## “AUZOKIDE SAREAREN” barruan ekimen horretan/horietan parte hartuko zenuke...

Dohain izango balira.....  BAI     EZ

Norbaitek heltzen lagunduko balizu / Bertara hurbilduko balizu / Joan-etorrian lagunduko balizu...  BAI     EZ

Auzokide sarea osatzen duten pertsonek lagunduko balizute.....  BAI     EZ



# RED VECINAL PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y DIGNO EN UN ENTORNO SOSTENIBLE



Somos un **grupo de vecinas** que estamos construyendo una “*Red vecinal para lograr un envejecimiento saludable y digno en un entorno sostenible*” que quiere mejorar la vida de las personas mayores de Leioa. Para conocer la situación de los mayores del municipio hemos diseñado esta encuesta en colaboración con el área de Bienestar Social del Ayuntamiento.

Si eres una persona mayor de 60 años te pedimos que rellenes esta encuesta para que podamos conocer tu realidad. Queremos que sepas que como Red Vecinal no solo queremos ayudar a las personas mayores en función de sus necesidades, sino que nuestro objetivo también es concienciar a la ciudadanía de que los mayores también tenemos mucho que aportar en esta comunidad.

Si no eres el perfil de la encuesta, pero tienes mayores a tu alrededor, familiares, amig@s, vecin@s... ¡Seguro que tienes alguna persona mayor cerca! Te pedimos que nos ayudes a hacerles llegar esta información, y que si fuera necesario les ayudes a llenar este cuestionario. Solo te llevará unos minutos.

El Ayuntamiento de Leioa trata datos en el ámbito de la planificación, organización y gestión relacionada con los programas de servicios sociales, cooperación al desarrollo, protección animal, prevención de adicciones e igualdad, así como la gestión de solicitudes y expedientes de acuerdo con la Ley 2/2016 de Instituciones Locales de Euskadi, Ley 7/1985 de Bases del Régimen Local y Ley 12/2008, de 5 de diciembre, de Servicios Sociales de Euskadi. Los datos personales podrán ser comunicados a Administraciones Públicas con competencia en materia de acción social como Diputación, Gobierno Vasco u otras entidades forales y privadas. La persona interesada tiene derecho de acceso, rectificación, supresión de sus datos, y la limitación u oposición a su tratamiento mediante el envío de una comunicación a la dirección del Ayuntamiento o al correo electrónico [alkatetza@leioa.eus](mailto:alkatetza@leioa.eus), así como ampliar información en el portal de transparencia en [www.leioa.eus](http://www.leioa.eus).

**Sexo:**  Hombre  Mujer  Otro

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Barrio:** \_\_\_\_\_



# RED VECINAL PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y DIGNO EN UN ENTORNO SOSTENIBLE

## ¿En qué medida estas satisfecho/a con los siguientes supuesto?

Señala con un número del 1 al 5 cada una de ellas. (1. "Nada satisfecho/a" 2. "Poco satisfecho/a" 3. "Regular, ni mucho ni poco satisfecho/a" 4. "Bastante satisfecho/a" 5. "Muy satisfecho/a")

Con tu capacidad para tomar decisiones.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Con la libertad que tienes para expresar tus pensamientos u opiniones.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Con el respeto y el trato que obtienes de los demás.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Con tu posición y reconocimiento en la sociedad.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Con tu apariencia física.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

## ¿Con qué frecuencia te sientes.....?

Señala con un número del 1 al 5 cada una de ellas. (1. "Nunca" 2. "Rara vez" 3. "Algunas veces" 4. "A menudo" 5. "Siempre" )

Feliz, alegre.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Intranquilo/nervioso.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Útil.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Aburrido/a apático/a.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Ilusionado/a con ganas de hacer cosas.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Seguro/a de tí mismo/a.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Solo/a.....	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5



## ¿Necesitas ayuda para salir de casa?

SI     NO

## ¿Tienes ayuda de alguien de tu entorno para salir de casa? Familiares, amigos, vecinos...

SI     NO

## ¿Te gustaría / necesitarías contar con un servicio de acompañamiento? Con voluntarios/as que te ayudasen en diferentes actividades.

SI     NO

## ¿A dónde te gustaría o necesitarías que te acompañásemos? Marca las que correspondan.

Salir de casa     Salir a pasear     Salir a algún espacio del municipio: Kultur Leioa, Hogares de Mayores...     Ir al médico     A las compras     Otros \_\_\_\_\_

# RED VECINAL PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y DIGNO EN UN ENTORNO SOSTENIBLE

## Indica en qué grado te describen las siguientes afirmaciones.

Señala con un número del 1 al 4 cada una de ellas. (1. "Me siento así a menudo" 2. "Me siento así con frecuencia" 3. "Raramente me siento así" 4. "Nunca me siento de ese modo")

- Con qué frecuencia te sientes infeliz haciendo cosas solo.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia sientes que no tienes a nadie con quién hablar.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia sientes que no puedes aguantar sentirte solo.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia sientes que nadie te entiende.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia te encuentras esperando que alguien te llame o escriba.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia te sientes completamente solo.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia te sientes incapaz de llegar a todos los que te rodean y comunicarte con ellos.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia te sientes necesitado de compañía.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia sientes que te es difícil hacer amigos/as.....  1  2  3  4
- Con qué frecuencia te sientes silenciado y excluido por los demás.....  1  2  3  4



## ¿Te gustaría / necesitarías que alguien quedase contigo para hacerte compañía? Estar un rato, charlar, tomar un café...

- SI  NO

## ¿Qué te gusta / interesa hacer? Marca las que correspondan.

- |   |   |  |   |   |   |  |
|---|---|--|---|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Pasear           | <input type="checkbox"/> Ir a la playa          | <input type="checkbox"/> Tomar un café | <input type="checkbox"/> Gimnasia                 | <input type="checkbox"/> Yoga                     | <input type="checkbox"/> Pilates                                | <input type="checkbox"/> Natación          |
| <input type="checkbox"/> Cine             | <input type="checkbox"/> Teatro                 | <input type="checkbox"/> Conciertos    | <input type="checkbox"/> Presentaciones de libros | <input type="checkbox"/> Tertulias                | <input type="checkbox"/> Leer libros                            | <input type="checkbox"/> Leer el periódico |
| <input type="checkbox"/> Leer una revista | <input type="checkbox"/> Ir al Hogar de Mayores | <input type="checkbox"/> Ir a misa     | <input type="checkbox"/> Jugar a juegos de mesa   | <input type="checkbox"/> Aprender a usar el móvil | <input type="checkbox"/> Aprender a usar las nuevas tecnologías |  |

## ¿Conoces la programación cultural de Leioa? Marca las que conozcas.

- |   |                                       |   |  |  |   |  |
|---|---------------------------------------|---|--|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Taller de madera | <input type="checkbox"/> Cerámica     | <input type="checkbox"/> Dibujo y pintura   | <input type="checkbox"/> Manualidades                                  | <input type="checkbox"/> Restauración de muebles | <input type="checkbox"/> Encaje de bolillos | <input type="checkbox"/> Punto y ganchillo |
| <input type="checkbox"/> Natación         | <input type="checkbox"/> Relato breve | <input type="checkbox"/> Corte y confección | <input type="checkbox"/> Movimiento y relajación a través de la música |  | <input type="checkbox"/> Fotografía digital |  |

## ¿Conoces las actividades deportivas de tu municipio? Marca las que conozcas.

- |                                  |   |                                      |  |                                       |
|----------------------------------|---|--------------------------------------|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Pilates | <input type="checkbox"/> Gimnasia para la 3. edad | <input type="checkbox"/> Aquafitness | <input type="checkbox"/> Estiramientos | <input type="checkbox"/> Tonificación |
|----------------------------------|---|--------------------------------------|--|---------------------------------------|

# RED VECINAL PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y DIGNO EN UN ENTORNO SOSTENIBLE

## ¿Conoces las actividades que se organizan en los Hogares de Mayores de Leioa?

- Marca las que conozcas.
- |   |   |  |  |   |                                      |
|---|---|--|--|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Yoga                 | <input type="checkbox"/> Estimulación de la memoria | <input type="checkbox"/> Coral                 | <input type="checkbox"/> Bailes de salón     | <input type="checkbox"/> Taller multidistiplinar de labores | <input type="checkbox"/> Bingo       |
| <input type="checkbox"/> Sevillanas           | <input type="checkbox"/> Talleres de Smarthphone    | <input type="checkbox"/> Coreografía de bailes | <input type="checkbox"/> Bienestar emocional | <input type="checkbox"/> Chocolatada                        | <input type="checkbox"/> Risoterapia |
| <input type="checkbox"/> Campeonato de cartas | <input type="checkbox"/> Excursiones                | <input type="checkbox"/> Historia de la música |  |   |                                      |

## ¿Conoces el Laboratorio Ciudadano de Herrigune Leioa?

- SI     NO

## ¿Conoces algunas de las acciones comunitarias o grupos de trabajo de Herrigune Leioa?

- Marca cuáles.
- |  |                                   |                                     |                                      |                                       |  |                                  |
|--|-----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|--|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Marcha a paso de peatón                 | <input type="checkbox"/> Irakales | <input type="checkbox"/> Astronomía | <input type="checkbox"/> Reparadores | <input type="checkbox"/> Manualidades | <input type="checkbox"/> Leioan zelan bizi | <input type="checkbox"/> Frances |
| <input type="checkbox"/> Propiedades y beneficios de las plantas |                                   |                                     |                                      |                                       |  |                                  |

## ¿Conoces las asociaciones de tu pueblo?

- Marca cuáles.
- |  |   |                                  |   |  |  |
|--|---|----------------------------------|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Andrak              | <input type="checkbox"/> Leioa Mendi Taldea | <input type="checkbox"/> Zazpi   | <input type="checkbox"/> Gure ohiturak    | <input type="checkbox"/> Lamiako maskarada | <input type="checkbox"/> Comunidad cultural castellana |
| <input type="checkbox"/> Coral S.J. Bautista | <input type="checkbox"/> Epi y Blas         | <input type="checkbox"/> Bilaiña | <input type="checkbox"/> Cineforum Perseo |  |  |

## ¿Participas en alguna de estas actividades?

- Marca en cuáles.
- |   |  |   |                                       |   |   |  |
|---|--|---|---------------------------------------|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Taller de madera | <input type="checkbox"/> Cerámica                                      | <input type="checkbox"/> Dibujo y pintura   | <input type="checkbox"/> Manualidades | <input type="checkbox"/> Restauración de muebles  | <input type="checkbox"/> Encaje de bolillos | <input type="checkbox"/> Punto y ganchillo |
| <input type="checkbox"/> Relato breve     | <input type="checkbox"/> Corte y confección                            | <input type="checkbox"/> Fotografía digital | <input type="checkbox"/> Pilates      | <input type="checkbox"/> Gimnasia para la 3. edad | <input type="checkbox"/> Aquafitness        | <input type="checkbox"/> Estiramientos     |
| <input type="checkbox"/> Tonificación     | <input type="checkbox"/> Canto   | <input type="checkbox"/> Euskal Dantzak     | <input type="checkbox"/> Bingo        | <input type="checkbox"/> Gimnasia                 | <input type="checkbox"/> Memoria            | <input type="checkbox"/> Bailes de salón   |
| <input type="checkbox"/> Euskera          | <input type="checkbox"/> Movimiento y relajación a través de la música |   | <input type="checkbox"/> Otros: _____ |   |   |  |

## En caso de que no participes en ninguna de las actividades...

¿Cuál es el motivo por el que no participas?

- Son caras     No tengo con quien ir     No tengo como llegar     No las conozco     No me interesan

## ¿En qué tipo de actividad te gustaría participar dentro de la “RED VECINAL”?

- Marca las que correspondan.
- |                                    |   |  |   |                                    |  |
|------------------------------------|---|--|---|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Baile     | <input type="checkbox"/> Salidas al monte | <input type="checkbox"/> Clases de memoria | <input type="checkbox"/> Espacios para activar la mente | <input type="checkbox"/> Coescucha | <input type="checkbox"/> Cine forum                  |
| <input type="checkbox"/> Tertulias | <input type="checkbox"/> Teatro           | <input type="checkbox"/> Juegos            | <input type="checkbox"/> Pintura                        | <input type="checkbox"/> Música    | <input type="checkbox"/> Otras (Dinos cuales): _____ |

## ¿Participarías en esa actividad dentro de la RED VECINAL...?

- Si fueran gratis.....  SI     NO  
Si alguien te ayudaría a llegar / Te llevaría / Te acompañaría en el desplazamiento.....  SI     NO  
Si estarías acompañada/arropada por las personas de la RED.....  SI     NO