Iedzīvotāju aptauja par veselību ietekmējošiem paradumiem

Talsu novada Veselības veicināšanas programmas sākuma un beigu posmos programmas efektivitātes novērtēšanai paredzēta Talsu novada iedzīvotāju aptauja par veselību ietekmējošiem paradumiem.

Iegūtie dati ir **anonīmi** un tiks salīdzināti arī ar Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma bāzes datiem.

Lūdzam veltīt 2–4 minūtes laika aptaujas aizpildīšanai **līdz 31. martam!** Nosūtiet anketu uz e-pastu tatjana.neilande@talsi.lv

**Jautājumu gadījumā sazinieties ar** Talsu novada pašvaldības sabiedrības veselības speciālisti Tatjanu Neilandi – [tatjana.neilande@talsi.lv.](mailto:tatjana.neilande@talsi.lv)

\*Norāda nepieciešamo jautājumu

1. **Dzimums** \*

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Vīrietis Sieviete

1. **Vecums** \*

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Mazāk par 18

19–29

30–39

40–49

50–59

60 un vairāk

1. **Dzīvesvieta** \*

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Talsi

Sabile un Abavas pagasts

Valdemārpils un Ārlavas pagasts  
Stende

Balgales pagasts

Dundagas pagasts Ģibuļu pagasts  
Īves pagasts  
Kolkas pagasts  
Ķūļciema pagasts  
Laidzes pagasts  
Laucienes pagasts  
Lībagu pagasts  
Lubes pagasts

Mērsraga pagasts

Rojas pagasts  
Strazdes pagasts Valdgales pagasts Vandzenes pagasts Virbu pagasts

1. **Vai esat piedalījies veselību veicinošās aktivitātēs ESF projektā „**[**Vietējās**](https://www.talsunovads.lv/lv/veselibas-veicinasanas-aktivitates) **\***

[**sabiedrības veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi**](https://www.talsunovads.lv/lv/veselibas-veicinasanas-aktivitates)**” Talsu novadā?**

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā *Pārejiet uz 5. jautājumu*

Nē *Pārejiet uz 6. jautājumu*

1. **Nosauciet, kādās aktivitātēs esat piedalījies! \***

*Pārejiet uz 7. jautājumu*

1. **Nosauciet iemeslus, kāpēc neesat piedalījies aktivitātēs! \***
2. **Kādas veselību veicinošas aktivitātes vēlaties apmeklēt turpmāk? \***
3. **Kāds būtu nodarbību vēlamais laiks? \***
4. **Vai nodarbojaties ar fiziskajām aktivitātēm vismaz 30 minūtes 2-3 x nedēļā? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā Nē Citas:

1. **Vai lietojat uzturā svaigus dārzeņus 6-7 dienas nedēļā? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā Nē

Citas:

1. **Vai Jums ir lieka ķermeņa masa vai aptaukošanās? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

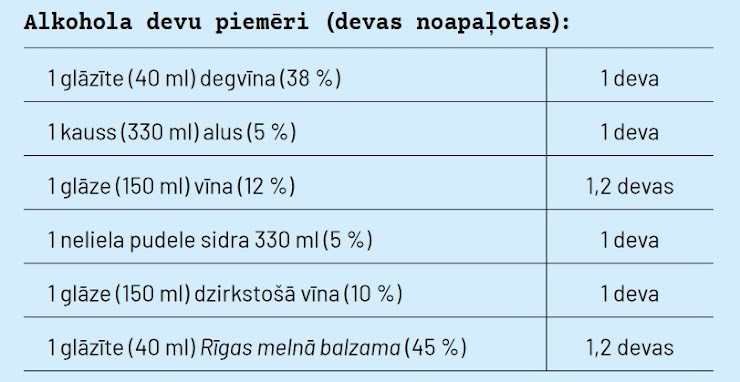
Jā  
 Nē

1. **Vai ikdienā smēķējat? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā Nē Citas:

1. **Vai pārmērīgi (vairāk nekā sešas devas vienā reizē) lietojat alkoholu? \***



*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā Nē

Citas:

1. **Vai pēdējā mēneša laikā izjūtat sasprindzinājumu, stresu, nomāktību? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā Nē Citas:

1. **Vai esat vakcinēts pret ērču encefalītu? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā Nē Citas:

1. **Vai izmantojat gaismas atstarotājus, ejot pa ielu? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

 Jā *Pārejiet uz 18. jautājumu*

 Nē *Pārejiet uz 17. jautājumu*

1. **Nosauciet iemeslus, kāpēc neizmantojat atstarotājus! \***
2. **Vai izmantojat speciālos sēdeklīšus, pārvadājot bērnus pirmsskolas vecumā? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

 Pirmsskolas vecuma bērnus nepārvadāju *Pārejiet uz 20. jautājumu*

 Jā *Pārejiet uz 20. jautājumu*

 Nē *Pārejiet uz 19. jautājumu*

1. **Nosauciet iemeslus, kāpēc neizmantojat sēdeklīšus! \***
2. **Vai pēc iespējas pārvietojaties kājām vai izmantojat velosipēdu? \***

*Atzīmējiet tikai vienu variantu.*

Jā  
Nē

Paldies, ka veltījāt laiku anketas aizpildīšanai!