



ENCUESTA SOBRE BIENESTAR PARA LA PARTICIPACIÓN DE LOS VALLES DE EZCABARTE, JUSLAPEÑA Y OLAIBAR EN UN “GRAN LUGAR PARA VIVIR”

Los Ayuntamientos y Concejos de los Valles con el apoyo de Agresta y El Buen Vivir, están desarrollando la Agenda Local 21. El Buen Vivir está poniendo en marcha la iniciativa “[Gran lugar para vivir](#)”, una red de municipios trabajando en la calidad de vida, entendida como la combinación del bienestar subjetivo y la sostenibilidad del entorno. Esta es una encuesta sobre el bienestar subjetivo complementaria a la encuesta del diagnóstico es anónima y se tarda menos de 15 minutos en rellenar. Si ya has completado la encuesta on-line no es necesario que cumplimentes el formato impreso. En septiembre realizaremos una reunión para presentar los resultados, que será convocada con antelación suficiente. Toda la información sobre la agenda está disponible en la web: https://elbuenvivir.org/al21_ez-ju-ol/

¡Muchas gracias por tu participación, fundamental para que tengamos un buen diagnóstico!

Por favor, contesta a las siguientes preguntas eligiendo la opción que mejor se ajuste a tu opinión. Por favor, contesta todas las preguntas:

1. APRECIACIÓN Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA

1.1. Imagínate una escalera con 10 peldaños. Si el peldaño de arriba es un 10 y el más bajo un 0 ¿en que peldaño de la escalera te sientes, personalmente, en este momento?

0__ 1__ 2__ 3__ 4__ 5__ 6__ 7__ 8__ 9__ 10__

1.2. Actualmente, ¿cuál es tu grado de satisfacción con tu vida en general?

0__ 1__ 2__ 3__ 4__ 5__ 6__ 7__ 8__ 9__ 10__

1.3. Actualmente, ¿cómo evaluarías tu calidad de vida?

0__ 1__ 2__ 3__ 4__ 5__ 6__ 7__ 8__ 9__ 10__

1.4. ¿Experimentas emociones como alegría frecuentemente?

0__ 1__ 2__ 3__ 4__ 5__ 6__ 7__ 8__ 9__ 10__

1.5. ¿Experimentas emociones como tristeza y enfado frecuentemente?

0__ 1__ 2__ 3__ 4__ 5__ 6__ 7__ 8__ 9__ 10__

1.6. En general, ¿en qué medida sientes que las cosas que haces en tu vida merecen la pena?

0__ 1__ 2__ 3__ 4__ 5__ 6__ 7__ 8__ 9__ 10__

2. BIENESTAR PERSONAL Y PSICOLÓGICO

2.1. Vivo una vida con propósito y significado.

En completo desacuerdo__ En desacuerdo__ Ni en acuerdo ni en desacuerdo__

En acuerdo__ En completo acuerdo__



2.2. Me siento optimista sobre mi futuro.

En completo desacuerdo__ En desacuerdo__ Ni en acuerdo ni en desacuerdo__
En acuerdo__ En completo acuerdo__

2.3. Me siento útil

En completo desacuerdo__ En desacuerdo__ Ni en acuerdo ni en desacuerdo__
En acuerdo__ En completo acuerdo__

2.4. Me doy cuenta y soy capaz de apreciar las pequeñas cosas en la vida.

En completo desacuerdo__ En desacuerdo__ Ni en acuerdo ni en desacuerdo__
En acuerdo__ En completo acuerdo__

2.5. Puedo disfrutar de la vida

En completo desacuerdo__ En desacuerdo__ Ni en acuerdo ni en desacuerdo__
En acuerdo__ En completo acuerdo__

3. SALUD

3.1. ¿Cómo evaluarías el estado general de tu salud?

Muy malo__ Malo__ Ni bueno ni malo__ Bueno__ Muy bueno__

3.2. ¿Cuál es tu satisfacción con el estado general de tu salud?

Muy insatisfecho/a__ Insatisfecho/a__ Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a__
Satisfecho/a__ Muy satisfecho/a__

3.3. ¿Tienes energía personal suficiente para realizar tus actividades diarias?

Nunca o casi nunca__ En raras ocasiones__ A veces__ Bastante frecuentemente__
Siempre o casi siempre__

3.4. ¿Con qué frecuencia pasas 30 minutos haciendo deporte o actividades físicas (incluyendo caminar y andar en bicicleta)?

Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año)__
En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __

4. BALANCE DE TIEMPO

4.1. Dispongo de tiempo libre suficiente para hacer las cosas que me gustan

En completo desacuerdo__ En desacuerdo__ Ni en acuerdo ni en desacuerdo__
En acuerdo__ En completo acuerdo__

4.2. Hago las cosas estresado/a y con mucha prisa

En completo acuerdo__ En acuerdo__ Ni en acuerdo ni en desacuerdo__ En desacuerdo__
En completo desacuerdo__

5. APRENDIZAJE PERMANENTE, ARTE Y CULTURA

5.1. ¿Con qué frecuencia participas en algún tipo de curso (incluye actividades como manualidades, otras actividades artísticas, deportivas o culturales, etc.)?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año)___
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) ___
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) ___
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) ___
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) ___

5.2. ¿Con qué frecuencia pasas tiempo aprendiendo informalmente sobre algo nuevo?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año)___
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) ___
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) ___
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) ___
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) ___

5.3. ¿Cuál es tu satisfacción con tu nivel de aprendizaje continuo?

- Muy insatisfecho/a___
- Insatisfecho/a___
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a___
- Satisfecho/a___
- Muy satisfecho/a___

6. NUESTRA COMUNIDAD

6.1. Me siento seguro/a caminando solo por la noche en mi comunidad

- En completo desacuerdo___
- En desacuerdo___
- Ni en acuerdo ni en desacuerdo___
- En acuerdo___
- En completo acuerdo___

6.2. Siento que pertenezco a la comunidad en la que vivo

- En completo desacuerdo___
- En desacuerdo___
- Ni en acuerdo ni en desacuerdo___
- En acuerdo___
- En completo acuerdo___

6.3. Confío en mis vecinos/as y en los negocios de mi comunidad

- En completo desacuerdo___
- En desacuerdo___
- Ni en acuerdo ni en desacuerdo___
- En acuerdo___
- En completo acuerdo___



6.4. ¿Con qué frecuencia ayudas informalmente a amigos/as o vecinos/as?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año) __
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __

6.5. ¿Con qué frecuencia te involucras en actividades de voluntariado en organizaciones caritativas y ONGs?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año) __
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __

7. NUESTRAS RELACIONES

7.1. ¿Cómo de satisfecho/a estás con tus relaciones personales?

- Muy insatisfecho/a __
- Insatisfecho/a __
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a __
- Satisfecho/a __
- Muy satisfecho/a __

7.2. En caso de tener un problema ¿dispones de alguien que te eche una mano?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año) __
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __

7.3. ¿Cuentas con personas con las que discutir asuntos personales?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año) __
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __

7.4. ¿Con qué frecuencia te reúnes con conocidos/as, amigos/as o colegas del trabajo?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año) __
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __



7.5. ¿Con qué frecuencia participas en algún tipo de actividad social de un club, sociedad o asociación (bien sea formal o informal)?

- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año) __
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __

7.6. ¿Con qué frecuencia te sientes solo/a (sin querer estar solo/a)?

- Siempre o casi siempre (todos los días o casi todos los días) __
- Bastante frecuentemente (1 o 2 veces a la semana) __
- A veces (De 1 a 3 veces al mes) __
- En raras ocasiones (menos de una vez al mes) __
- Nunca o casi nunca (muy pocas veces al año) __

8. EMPLEO, ECONOMÍA Y VIVIENDA

8.1. ¿Cuál es tu satisfacción con tu condición laboral actual?

- Muy insatisfecho/a __
- Insatisfecho/a __
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a __
- Satisfecho/a __
- Muy satisfecho/a __

8.2. En caso de estar trabajando, ¿cuál es tu satisfacción global con tu empleo?

- Muy insatisfecho/a __
- Insatisfecho/a __
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a __
- Satisfecho/a __
- Muy satisfecho/a __

8.3. ¿Cuál es tu satisfacción con la vivienda en la que vives?

- Muy insatisfecho/a __
- Insatisfecho/a __
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a __
- Satisfecho/a __
- Muy satisfecho/a __

8.4. ¿Cuál es tu satisfacción con tu situación económica actual?

- Muy insatisfecho/a __
- Insatisfecho/a __
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a __
- Satisfecho/a __
- Muy satisfecho/a __



8.5. ¿Dispones del dinero suficiente para comprar las cosas que quieres?

- Nunca o casi nunca__
- En raras ocasiones__
- A veces__
- Bastante frecuentemente__
- Siempre o casi siempre__

9. GOBERNANZA

9.1. En conjunto, ¿cómo de transparentes consideras al gobierno en sus distintos niveles, la empresa privada y las organizaciones de la sociedad civil?

- Totalmente opacas__
- Opacas__
- Ni transparentes ni opacas__
- Bastante transparentes__
- Muy transparentes__

9.2. En conjunto, ¿cómo de corruptas consideras al Gobierno en sus distintos niveles, la empresa privada y las organizaciones de la sociedad civil?

- Muy corruptas__
- Corruptas__
- Ni corruptas ni incorruptas__
- Incorruptas__
- Muy incorruptas__

9.3. En conjunto, ¿cuánto confías en el Gobierno en sus distintos niveles, la empresa privada y las organizaciones de la sociedad civil?

- Desconfío plenamente__
- Desconfío bastante__
- Ni confío ni desconfío__
- Confío bastante__
- Confío totalmente

10. MEDIO AMBIENTE NATURAL

10.1. ¿Cuál es tu satisfacción con tu medio ambiente próximo (teniendo en cuenta el grado de contaminación, zonas verdes, biodiversidad, agua, etc.)?

- Muy insatisfecho/a__
- Insatisfecho/a__
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a__
- Satisfecho/a__
- Muy satisfecho/a__



10.2. ¿Cuál es tu satisfacción con cómo se protege el medio ambiente de tu entorno?

- Muy insatisfecho/a ___
- Insatisfecho/a ___
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a ___
- Satisfecho/a ___
- Muy satisfecho/a ___

10.3 ¿Con qué frecuencia tienes contacto directo con la naturaleza?

- Muy insatisfecho/a ___
- Insatisfecho/a ___
- Ni insatisfecho/a ni satisfecho/a ___
- Satisfecho/a ___
- Muy satisfecho/a ___

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS:

- Edad:
 - Menor de 25 ___
 - De 25 a 34 ___
 - De 35 a 44 ___
 - De 45 a 54 ___
 - De 55 a 64 ___
 - 65 o mas ___
- Género:
 - Femenino ___
 - Masculino ___
 - Otro ___
- Etnicidad:
 - Europeo/a Hispánico/a ___
 - Negro/Africano ___
 - Asiático ___
 - Gitano ___
 - No sé/No contesto ___
- Estado civil:
 - En pareja o casado/a ___
 - Soltero/a ___
 - Divorciado/a o separado/a ___
 - Viudo/a ___
 - Otros ___



- Menores y dependientes en el hogar (personas menores de 18 años o dependientes).
Ninguna ___ 1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 o más ___
- Tamaño del hogar 1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ o más ___
- Nivel de estudios:
Educación básica obligatoria ___
Educación media (formación profesional, bachillerato, etc.) ___
Educación superior (educación universitaria o equivalente) ___
- Actividad principal:
Cuidador/a de mi casa ___
Empleado/a por cuenta ajena ___
Empleado/a por cuenta propia ___
Desempleado/a ___
Jubilado/a ___
Estudiante ___
- Ingresos en el hogar:
Menos de 12.000 € netos/año ___
Entre 12.000 y 18.000 € netos/año ___
Entre 18.000 y 24.000 € netos/años ___
Entre 24.000 y 30.000 € netos/años ___
Entre 30.000 y 36.000 € netos/año ___
Más de 36.000 € netos/año ___
- Relación con el pueblo:
Mi residencia habitual está en el pueblo ___
Vengo al pueblo los fines de semana ___
- Valle al que perteneces:
- Ezcabarte/Ezkabarte ___
- Juslapeña/Xulapain ___
- Olaibar ___

5. Si quieres, aquí puedes añadir cualquier comentario adicional que quieras compartir para considerarlo en la Agenda Local

¡Muchas gracias por tu participación!