



"BIZITZEKO LEKU BIKAINA" EKIMENAREN BAITAKO ONGIZATEARI BURUZKO INKESTA EZKABARTE, XULAPAIN ETA OLAIBAR BAILAREK PARTE HARTZEKO

Bailaretako udalek eta kontzejuek, Agresta eta El Buen Vivir erakundeekin laguntzarekin, Tokiko Agenda 21 garatzen ari dira. El Buen Vivir "Bizitzeko leku bikaina" ("[Gran lugar para vivir](https://elbuenvivir.org/al21_ez-ju-ol/)") ekimena martxan jartzen ari da, bizi-kalitatean lan egiten duten udalerrien sarea, ongizate subjektiboaren eta ingurunearen iraunkortasunaren arteko konbinazio gisa ulertuta. Ongizate subjektiboari buruzko inkesta bat da, diagnostikoaren inkestaren osagarria, anonimoa da eta 15 minutu baino gutxiago behar dira betetzeko. Inkesta on-line egin baduzu, ez duzu inprimatutako formatua bete behar. Irailean bilera bat egingo dugu emaitzak aurkezteko, eta behar besteko aurrerapenarekin deituko dugu. Agendari buruzko informazio guztia hemen eskura daiteke: https://elbuenvivir.org/al21_ez-ju-ol/

Eskerrik asko zure parte-hartzeagatik, funtsezkoa da diagnostiko on bat osatu dezagun!

Mesedez, erantzun galdera hauei zure iritzira ondoen egokitzen den erantzuna aukeratuz.
Mesedez, bete galdera guztiak:

1. BIZITZAREKIKO ESTIMAZIOA ETA GOGOBETETZEA

1.1. Imaginatu eskailera bat 10 mailarekin. Goiko maila 10 bada eta txikiena 0 bada, eskailerako zein mailatan sentitzen zara zu une honetan?

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

1.2. Gaur egun, zenbateraino zaude pozik zure bizitzarekin, oro har?

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

1.3. Gaur egun, nola ebaluatuko zenuke zure bizi-kalitatea?

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

1.4. Poztasuna bezalako emozioak sentitzen dituzu maiz?

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

1.4. Tristura eta haserrea bezalako emozioak esperimendatzen dituzu maiz?

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

1.5. Oro har, zein neurritan sentitzen duzu zure bizitzan egiten dituzun gauzek merezi dutela?

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



2. ONGIZATE PERTSONALA ETA PSIKOLOGIKOA

2.1. Asmo eta esanahi handiko bizitza bizi dut.

Erabat desados ___ Desados ___ Ez ados eta ez desados ___
Ados___ Erabat ados ___

2.2. Bai kor sentitzen naiz nire etorkizunaz.

Erabat desados ___ Desados ___ Ez ados eta ez desados ___
Ados___ Erabat ados ___

2.3. Baliagarri sentitzen naiz.

Erabat desados ___ Desados ___ Ez ados eta ez desados ___
Ados___ Erabat ados ___

2.4. Bizitzan dauden gauza txikiez konturatzen naiz eta horiek estimatzeko gai naiz.

Erabat desados ___ Desados ___ Ez ados eta ez desados ___
Ados___ Erabat ados ___

2.5. Bizitzaz goza dezaket.

Erabat desados ___ Desados ___ Ez ados eta ez desados ___
Ados___ Erabat ados ___

3. OSASUNA

3.1. Nola ebaluatuko zenuke zure osasunaren egoera orokorra?

Oso txarra___ Txarra ___ Ez ona eta ez txarra ___ Ona___ Oso ona___

3.2. Zein da zure gogobetetasuna zure osasunaren egoera orokorrarekin?

Ez nago batere pozik___ Ez nago pozik___ Ez asegabe eta ez pozik ___
Pozik ___ Oso pozik ___

3.3. Ba al duzu eguneroko jarduerak egiteko adina energia pertsonal?

Inoiz ez edo ia inoiz ez___ Oso gutxitan___ Batzuetan___ Askotan___ Beti edo ia beti___

3.4. Zer maiztasunekin igarotzen dituzu 30 minutu kirola edo jarduera fisikoak egiten (oinez eta bizikletaz ibiltzea barne)?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___
Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___
Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___
Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___
Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___



4. DENBORAREN BALANTZEA

4.1. Gustuko ditudan gauzak egiteko denbora libre nahikoa daukat.

Erabat desados ___ Desados ___ Ez ados eta ez desados ___ Ados ___ Erabat ados ___

4.2. Gauzak estresatuta eta presa handiz egiten ditut.

Erabat ados ___ Ados ___ Ez ados eta ez desados ___ Desados ___ Erabat desados ___

5. ETENGABEKO IKASKUNTZA, ARTEA ETA KULTURA

5.1. Zer maiztasunekin parte hartzen duzu ikastaroren batean (eskulanak, bestelako arte-, kirol- edo kultura-jarduera batzuk eta abar barne)?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

5.2. Zer maiztasunekin pasatzen duzu denbora zerbait berriari buruz modu informalean ikasten?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

5.3. Zein da zure etengabeko ikaskuntza-mailarekiko gogobetetzea?

Ez nago batere pozik ___

Ez nago pozik ___

Ez asegabe eta ez pozik ___

Pozik ___

Oso pozik ___

6. GURE KOMUNITATEA

6.1. Seguru sentitzen naiz nire komunitatean gauzez bakarrik ibiltzean.

Erabat desados ___

Ez nago ados ___

Ez ados eta ez desados ___

Ados ___

Oso ados ___



6.2. Bizi naizen komunitatekoa naizela sentitzen

dut.

Erabat desados ___

Ez nago ados ___

Ez ados eta ez desados ___

Ados ___

Oso ados ___

6.3. Konfiantza dut nire auzokideengan eta nire komunitateko negozioren.

Erabat desados ___

Ez nago ados ___

Ez ados eta ez desados ___

Ados ___

Oso ados ___

6.4. Zer maiztasunekin laguntzen diezu lagunei edo bizilagunei modu informalean?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

6.5. Zenbatean behin aritzen zara lankidetzan karitatezko erakundeetan eta GKEetan boluntario-lanetan?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

7. GURE HARREMANAK

7.1. Pozik zaude zure harreman pertsonalekin?

Ez nago batere pozik ___

Ez nago pozik ___

Ez asegabe eta ez pozik ___

Pozik ___

Oso pozik ___

7.2. Arazoren bat izanez gero, lagunduko dizun inor ba al duzu?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___



Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

7.3. Kontu pertsonalak eztabaidatzeko pertsonarik ba al duzu?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

7.4. Zer maiztasunekin biltzen zara ezagunekin, lagunekin edo lankideekin?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

7.5. Zenbateko maiztasunez parte hartzen duzu klub, sozietate edo elkarte baten (formala edo informala izan) gizarte-jardueraren batean?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

7.6. Zer maiztasunekin sentitzen zara bakarrik (bakarrik egon nahi gabe)?

Inoiz ez edo ia inoiz ez (urtean oso gutxitan) ___

Gutxitan (hilean behin baino gutxiagotan) ___

Batzuetan (Hilean 1-3 aldiz) ___

Nahiko maiz (Astean behin edo bitan) ___

Beti edo ia beti (egunero edo ia egunero) ___

8. ENPLEGUA, EKONOMIA ETA ETXEBIZITZA

8.1. Zein da zure egungo lan-egoerarekiko gogobetetzea?

Ez nago batere pozik ___

Ez nago pozik ___

Ez asegabe eta ez pozik ___

Pozik ___

Oso pozik ___



8.2. Lanean ari bazara, zein da zure enpleguarekiko gogobetetze orokorra?

- Ez nago batere pozik ___
- Ez nago pozik ___
- Ez asegabe eta ez pozik ___
- Pozik ___
- Oso pozik ___

8.3. Zein da bizi zaren etxebizitzarekin duzun gogobetetzea?

- Ez nago batere pozik ___
- Ez nago pozik ___
- Ez asegabe eta ez pozik ___
- Pozik ___
- Oso pozik ___

8.4. Zein da zure egungo egoera ekonomikoarekiko gogobetetasuna?

- Ez nago batere pozik ___
- Ez nago pozik ___
- Ez asegabe eta ez pozik ___
- Pozik ___
- Oso pozik ___

8.5. Nahi dituzun gauzak erosteko adina diru baduzu?

- Inoiz ez edo ia inoiz ez ___
- Kasu bakanetan ___
- Batzuetan ___
- Nahiko maiz ___
- Beti edo ia beti ___

9. GOBERNANTZA

9.1. Oro har, zein gardentzat jotzen duzu gobernua bere maila guztietan, enpresa pribatua eta gizarte zibileko erakundeak?

- Erabat opakuak ___
- Opakuak ___
- Ez gardenak, ez opakuak ___
- Nahiko gardenak ___
- Oso gardenak ___

9.2. Oro har, zer usteltzat jotzen duzu gobernua bere maila guztietan, enpresa pribatua eta gizarte zibileko erakundeak?



Oso ustelak ___
Ez ustelak eta ez zintzoak ___
Zintzoak ___
Oso zintzoak ___

Ustelak ___

9.3. Oro har, zenbaterainoko konfiantza duzu gobernuarengan, maila guztietan, enpresa pribatuengan eta gizarte zibileko erakundeengan?

Mesfidati osoa ___
Nahikoa mesfidati ___
Ez naiz fidatzen eta ez naiz mesfidatzen ___
Nahikoa konfiantza dut ___
Konfiantza osoa dut ___

10. INGURUMEN NATURALA

10.1. Zein da zure inguruko ingurumenarekin duzun gogobetetzea (kutsadura maila, berdeguneak, biodibertsitatea, ura eta abar kontuan hartuta)?

Ez nago batere pozik ___
Ez nago pozik ___
Ez asegabe eta ez pozik ___
Pozik ___
Oso pozik ___

10.2. Zein da zure gogobetetzea zure ondoko ingurumena babesteko moduarekin?

Ez nago batere pozik ___
Ez nago pozik ___
Ez asegabe eta ez pozik ___
Pozik ___
Oso pozik ___

10.3 Zein maiztasunekin duzu harreman zuzena naturarekin?

Ez nago batere pozik ___
Ez nago pozik ___
Ez asegabe eta ez pozik ___
Pozik ___
Oso pozik ___

DATU SOZIODEMOGRAFIKOAK:

- Adina:
25 urte baino gutxiago ___
25etik 34ra ___



35etik 44ra ____
45etik 54ra ____
55-64 urte ____
65 urte edo gehiago ____

- Generoa:

Emakumezkoa ____
Gizonezkoa ____
Beste bat ____

- Etnizitatea:

Europarra/Hispanikoa ____
Beltza/Afrikarra ____
Asiakoa ____
Ijitoa ____
Ez dakit/Ez dut erantzuten ____

- Egoera zibila:

Bikotekidearekin edo ezkondua ____
Ezkongabea ____
Dibortziatua edo banandua ____
Alarguna ____
Beste batzuk ____

- Etxean dauden adingabeak eta mendekoak (18 urtetik beherakoak edo mendekoak).

Bat ere ez ____ 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 edo gehiago ____

- Etxearen tamaina (logelak) 1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ edo gehiago ____

- Ikasketa-maila:

Oinarrizko hezkuntza derrigorrezkoa ____
Erdi-mailako hezkuntza (lanbide-heziketa, batxilergoa, etab.) ____
Goi-mailako hezkuntza (unibertsitate-hezkuntza edo baliokidea) ____

- Lanbide nagusia:

Nire etxeko zaintzailea ____
Besteren konturako enplegatua ____
Norberaren konturako enplegatua ____
Langabea ____
Erretiratua ____
Ikaslea ____

- Etxeko diru-sarrerak:



12.000 € garbi baino
12.000 eta 18.000 € garbi artean/urteko ____
18.000 eta 24.000 € garbi artean/urteko ____
24.000 eta 30.000 € garbi artean/urteko ____
30.000 eta 36.000 € garbi artean/urteko ____
36.000 € garbi baino gehiago/urteko ____

gutxiago/urteko ____

- Herriarekiko harremana:
Nire ohiko bizilekua herrian dago ____
Asteburuetan etortzen naiz herrira ____
- Zein bailarakoa zara:
 - Ezkabarte/Ezcabarte ____
 - Xulapain/Juslapeña ____
 - Olaibar ____

5. Nahi baduzu, hemen beste edozein iruzkin erantsi dezakezu, Tokiko Agendan kontuan hartzeko.

Eskerrik asko parte hartzeagatik!