*Indicates required field

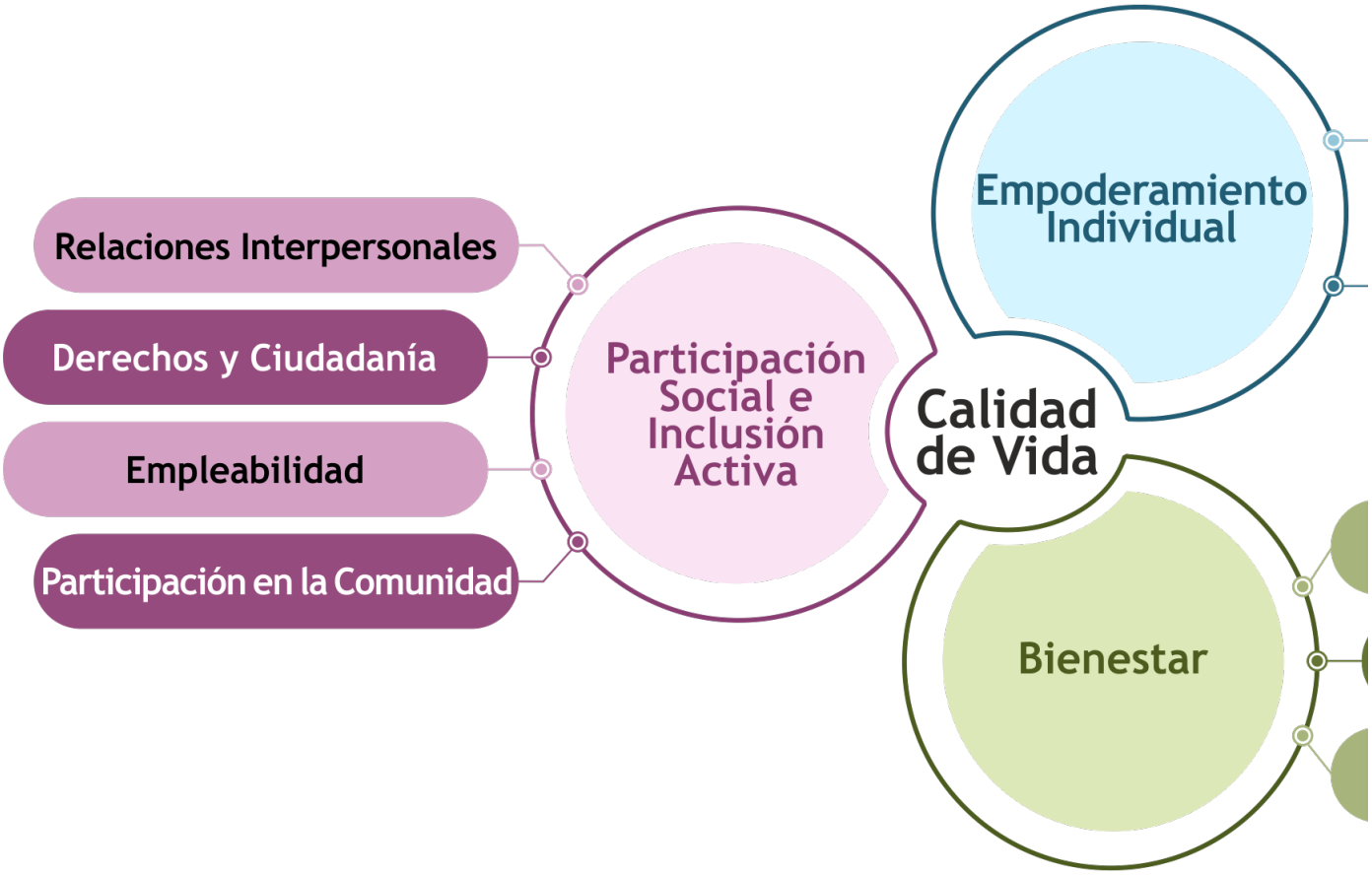
Introducción

La calidad de vida está relacionada con la posición que ocupas en la vida y en tu propia comunidad, y con tu percepción de esa posición en función de tus creencias, aspira interacción con tus objetivos y expectativas, y tu experiencia en la interacción diaria con diferentes personas, lugares, cosas y servicios con los que te encuentras.

Este cuestionario se denomina Herramienta de Evaluación de Impacto en la Calidad de Vida (QIAT). Está diseñado para que una persona que recibe un servicio de una entid de ocio y deporte, autonomía personal…), destinado a mejorar su calidad de vida, pueda opinar sobre el éxito que dicho servicio ha tenido al respecto.

La siguiente figura ofrece una visión general de las áreas de la calidad de vida que el QIAT te pide que consideres, entre las que se incluyen:

- Empoderamiento Individual (Desarrollo Personal y Autodeterminación).
- Participación Social e Inclusión Activa (Relaciones Interpersonales, Derechos y Ciudadanía, Empleabilidad y Participación en la Comunidad).
- Bienestar (Emocional, Físico y Material).



A medida que avances en el QIAT, se te pedirá que pienses sobre si el servicio que has estado recibiendo te ha supuesto algún impacto en cada una de las áreas que se det

El QIAT te presenta una breve descripción de cada área para que tengas claro lo que abarca, y te pregunta si estás o no de acuerdo con una serie de afirmaciones sobre el i

En la siguiente página, encontrarás instrucciones más detalladas sobre cómo rellenar el cuestionario.

Instrucciones

Un objetivo importante del servicio en el que has participado es mejorar tu calidad de vida. Este cuestionario, la Herramienta de Evaluación de Impacto en la Calidad de Vida

experiencia como participante, y sobre si supuso para ti alguna diferencia en cuanto a desarrollo personal, participación en la sociedad y sensación de bienestar.

Es importante que sepas que, aunque podrás ver un resumen de tus respuestas, estas se combinarán con las de otros/as participantes, de modo que el personal de la entid

Por favor, lee atentamente las instrucciones que se incluyen a continuación..

Después ve a la página siguiente y completa los ejemplos para asegurarte de que entiendes cómo responder.

Si no estás seguro/a de algo, puedes pedir que te lo expliquen o, si lo prefieres, puedes solicitar que alguien se quede contigo para ayudarte a responder las preguntas.

Una vez que estés seguro/a de que entiendes cómo funciona el QIAT, puedes completar el resto de las preguntas.

Instrucciones para completar la Herramienta de Evaluación de Impacto en la Calidad de Vida (QIAT)

El QIAT presenta un conjunto de afirmaciones sobre el impacto que un servicio puede tener en la calidad de vida de una persona. Cada afirmación describe un posible result

Lee cada afirmación y piensa si tu participación en el servicio tuvo el impacto que se describe.

Tienes cuatro opciones:

1. Totalmente en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. De acuerdo
4. Totalmente de acuerdo

Ten cuidado al elegir una opción porque a veces los números se presentan en un orden diferente.

También hay opciones que te permiten indicar que:

5. No sabes o no estás seguro/a de si la afirmación refleja tu experiencia como participante en el servicio, o,
6. La afirmación describe algo que no esperabas o no necesitabas. En otras palabras, la afirmación no es relevante para ti.

Es importante que distingas entre "Totalmente en desacuerdo"/"En desacuerdo" y "No sé" o "No es relevante".

- Si crees que necesitabas ayuda para lo que se describe en la afirmación, pero el servicio no te la proporcionó, debes seleccionar "En desacuerdo" o "Totalmente en desa
- Si no estás seguro/a de si el servicio tuvo para ti el impacto descrito en la afirmación, debes seleccionar "No sé".
- Si no has necesitado ayuda o si crees que el servicio no estaba destinado a tener el impacto descrito en la afirmación, debes seleccionar "No es relevante". Por ejemplo, necesitado ninguna ayuda en ese campo.

La siguiente página te muestra algunos ejemplos de cómo responder a las preguntas.

Ejemplos

Mira los siguientes ejemplos. Hemos completado el Ej. 1 y Ej. 2 como referencia.

Lo primero que debes tener en cuenta es que los números para calificar las opciones a veces se leen de izquierda a derecha, y a veces de derecha a izquierda. Por ello, tiene correcta.

El ejemplo 1 (Ej. 1) afirma que el servicio ayudó a la persona a volar a la luna. Está claro que este no es el objeto del servicio, por lo que la respuesta debe ser "No es relevante". derecha, por lo que el "6" está en el lado derecho, en el punto más alejado del enunciado.

El ejemplo 2 (Ej. 2) tiene muchas probabilidades de ser relevante para un servicio, por lo que las valoraciones estarán entre 1=Totalmente en desacuerdo y 4=Totalmente de por lo que estos números están hacia la derecha. La persona de este ejemplo está de acuerdo con la afirmación, por lo que ha marcado la opción "3".

Ahora completa los ejemplos 3 (Ej. 3) y 4 (Ej. 4) para asegurarte de que tienes claro cómo responder antes de continuar con los enunciados reales.

1. Totalmente en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. De acuerdo
4. Totalmente de acuerdo
5. No sé
6. No es relevante

Mi participación en el servicio me ha permitido:

Ejemplo

Ex1 : Viajar a la luna.

1= Totalmente en desacuerdo | 2= En desacuerdo | 3= De acuerdo | 4= Totalmente de acuerdo | 5= No sé | **6= No es relevante**

Ex2 : Aprender.

6= No es relevante | 5= No sé | 4= Totalmente de acuerdo | **3= De acuerdo**

Si estás seguro/a de saber cómo responder a las preguntas, puedes pasar a la siguiente página y empezar el cuestionario.

Si crees que necesitas ayuda adicional o que alguien esté contigo mientras respondes las preguntas, por favor, contacta con la persona que te proporcionó el código de acc

Empoderamiento individual

Una persona empoderada puede elegir y tomar decisiones, y actuar en consecuencia. Puede fijarse objetivos y participar en actividades para desarrollar sus capacidades. E hacer frente a las dificultades que se interponen en su camino.



En el dominio de Empoderamiento Individual hay dos dimensiones: Desarrollo Personal y Autodeterminación.

Revisa las afirmaciones de la siguiente página y piensa si estás o no de acuerdo con ellas en relación con el impacto que ha tenido el servicio que has recibido.

Desarrollo Personal

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Ten en cuenta que algunas de las siguientes afirmaciones pueden no ser relevantes para ti o para el servicio que has recibido. En ese caso, asegúrate de indicarlo seleccion

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.1 : Perseguir mis intereses.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.2 : Participar en actividades nuevas.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.3 : Entender las consecuencias de mis actos antes de realizarlos.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.4 : Participar activamente en el aprendizaje de cosas nuevas.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.5 : Sentirme más capaz de superar obstáculos y retos.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

Autodeterminación

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.6 : Definir con más claridad mis objetivos personales.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.7 : Sentirme más capaz de tomar decisiones por mí mismo/a.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.8 : Defenderme y defender mis opiniones.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.9 : Identificar los apoyos y los servicios que necesito para lograr mis objetivos en la vida.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

Participación Social e Inclusión Activa

La plena participación e inclusión en la comunidad y en la sociedad son aspectos importantes de la calidad de vida. La participación social implica ser capaz de interactuar desconocidas, y de participar en actividades sociales, culturales y políticas en la comunidad. La participación en la sociedad como ciudadano/a en igualdad de condiciones de la participación y la inclusión. La participación en el empleo es un claro ejemplo de inclusión.



En el dominio de Participación Social e Inclusión Activa hay cuatro dimensiones: Relaciones Interpersonales, Derechos y Ciudadanía, Empleabilidad, y Participación en la Com

Revisa las afirmaciones de la siguiente página y piensa si estás o no de acuerdo con ellas en relación con el impacto que ha tenido el servicio que has recibido.

Relaciones Interpersonales

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Ten en cuenta que algunas de las siguientes afirmaciones pueden no ser relevantes para ti o para el servicio que has recibido. En ese caso, asegúrate de indicarlo seleccion

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.10 : Aumentar el número de personas con las que tengo contacto regular.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.11 : Mejorar mi relación con la gente más cercana a mí, incluyendo familiares y amistades.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.12 : Comunicarme mejor con otras personas.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.13 : Ser más capaz de resolver conflictos con otras personas.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.14 : Saber cómo trabajar como parte de un equipo.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

Derechos y Ciudadanía

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.15 : Estar informado/a de los temas de actualidad.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.16 : Tener las mismas oportunidades que otras personas para participar como ciudadano/a en la sociedad.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.17 : Saber dónde encontrar asesoramiento y ayuda para proteger mis derechos.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.18 : Ser consciente de mis derechos en la sociedad.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.19 : Entender mis deberes como ciudadano/a.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.20 : Ser más capaz de ejercer mis derechos y saber dónde conseguir ayuda para hacerlo.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.21 : Saber cuándo no se están respetando mis derechos.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

Empleabilidad

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.22 : Mejorar mis oportunidades de conseguir un trabajo.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.23 : Ser más capaz de buscar un trabajo.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.24 : Ser más capaz de gestionar las exigencias del trabajo.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.25 : Sentirme más seguro/a de poder mantener un trabajo una vez lo he conseguido.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.26 : Definir objetivos de empleo realistas.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.27 : Estar más motivado/a para conseguir un trabajo.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

Participación en la Comunidad

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.28 : Participar más en actividades de la comunidad o de voluntariado.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.29 : Sentirme útil cuando participo en actividades en mi comunidad.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.30 : Encontrar nuevas oportunidades para hacer cosas en mi vida.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.31 : Tener más movilidad en mi entorno.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.32 : Estar más motivado/a para participar en grupos y actividades a nivel local.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

Bienestar

El término "Bienestar" hace referencia a la satisfacción de la persona con su vida. En general, se refiere a la salud, la felicidad y la prosperidad. Gozar de buena salud física y r
el dinero necesario para tener una vida digna son factores que pueden mejorar la calidad de vida.



En el dominio Bienestar hay tres dimensiones: Bienestar Emocional, bienestar físico, y bienestar material.

Revisa las afirmaciones de la siguiente página y piensa si estás o no de acuerdo con ellas en relación con el impacto que ha tenido el servicio que has recibido.

Bienestar Emocional

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Ten en cuenta que algunas de las siguientes afirmaciones pueden no ser relevantes para ti o para el servicio que has recibido. En ese caso, asegúrate de indicarlo seleccionando

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.33 : Sentirme más seguro/a de mí mismo/a.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.34 : Ser emocionalmente más estable.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.35 : Gestionar mejor las situaciones de estrés.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.36 : Desarrollar una mejor opinión de mí mismo/a.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.37 : Conocer mejor mis fortalezas y mis necesidades.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.38 : Afrontar mejor los cambios.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.39 : Sentirme más feliz con mi vida.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

Bienestar Físico

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.40 : Llevar un estilo de vida más saludable.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.41 : Gestionar mejor mi salud.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.42 : Ser más capaz de cuidar de mí mismo/a.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.43 : Ser más capaz de realizar actividades físicas.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

Bienestar Material

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Mi participación en el servicio me ha permitido:

QI.44 : Gestionar mi situación financiera más fácilmente.

6= No es relevante 5= No sé 4= Totalmente de acuerdo 3= De acuerdo 2= En desacuerdo 1= Totalmente en desacuerdo

---

QI.45 : Ser más capaz de ganarme la vida en el futuro.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.46 : Entender cómo disfrutar mejor de mi tiempo libre.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

QI.47 : Conocer las ayudas económicas a la que tengo derecho.

1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo 5= No sé 6= No es relevante

---

Datos Personales

Código de seguimiento adicional (opcional):

Additional Tracking Code (Optional):

Nota: Para hacer el seguimiento de los resultados de este cuestionario, se puede insertar aquí un código de referencia adicional. Esto le permitirá filtrar el conjunto de datos p
seguimiento. Puede utilizarse para seguir las respuestas de los participantes de proyectos innovadores o para reunir las respuestas que comparten características similares.

Datos demográficos:

Para que tus respuestas sean más útiles y ayuden a mejorar los servicios, es importante que facilites cierta información sobre ti mismo/a. Como se ha explicado anteriormer
has respondido.

Si no deseas responder a alguna de las preguntas que figuran a continuación, puedes dejarla en blanco. No obstante, cuanta más información facilites, más útiles serán tus

Edad en años:

Género:

Otro

Género: Por favor, especifica...

¿Has trabajado alguna vez?

Sí **No**

Máximo nivel de estudios alcanzado:

Situación previa al inicio del servicio/actividad:

Vives:

Personas dependientes a tu cargo:

¿En qué tipo de servicio has participado?

¿Participas o asistes a tiempo completo o parcial?

Por favor, marca con una X cualquier área en la que hayas experimentado barreras

Actividades físicas
(Por ejemplo: moverme dentro o fuera de edificios, manipular cosas, mover cosas pesadas de un lugar a otro)

Visión
(A pesar de usar gafas graduadas)

Audición
(Sin prótesis auditivas)

Habla
(De forma que la gente pueda entenderte)

Salud Mental
(Sentirte bien contigo mismo/a)

Memoria
(Recordar cosas que han ocurrido recientemente)

Aprendizaje o solución de problemas
(Manejar nueva información o cosas con las que no estás familiarizado/a)

Relaciones
(Llevarte bien con otras personas)

Problemas de salud crónicos
(Por ejemplo, problemas de corazón o respiratorios)

Dolor
(Que afecta a tu vida a diario)