*Indicates required field

Introducción

Calidad de vida significa lo bien que vives tu vida.

Por ejemplo:

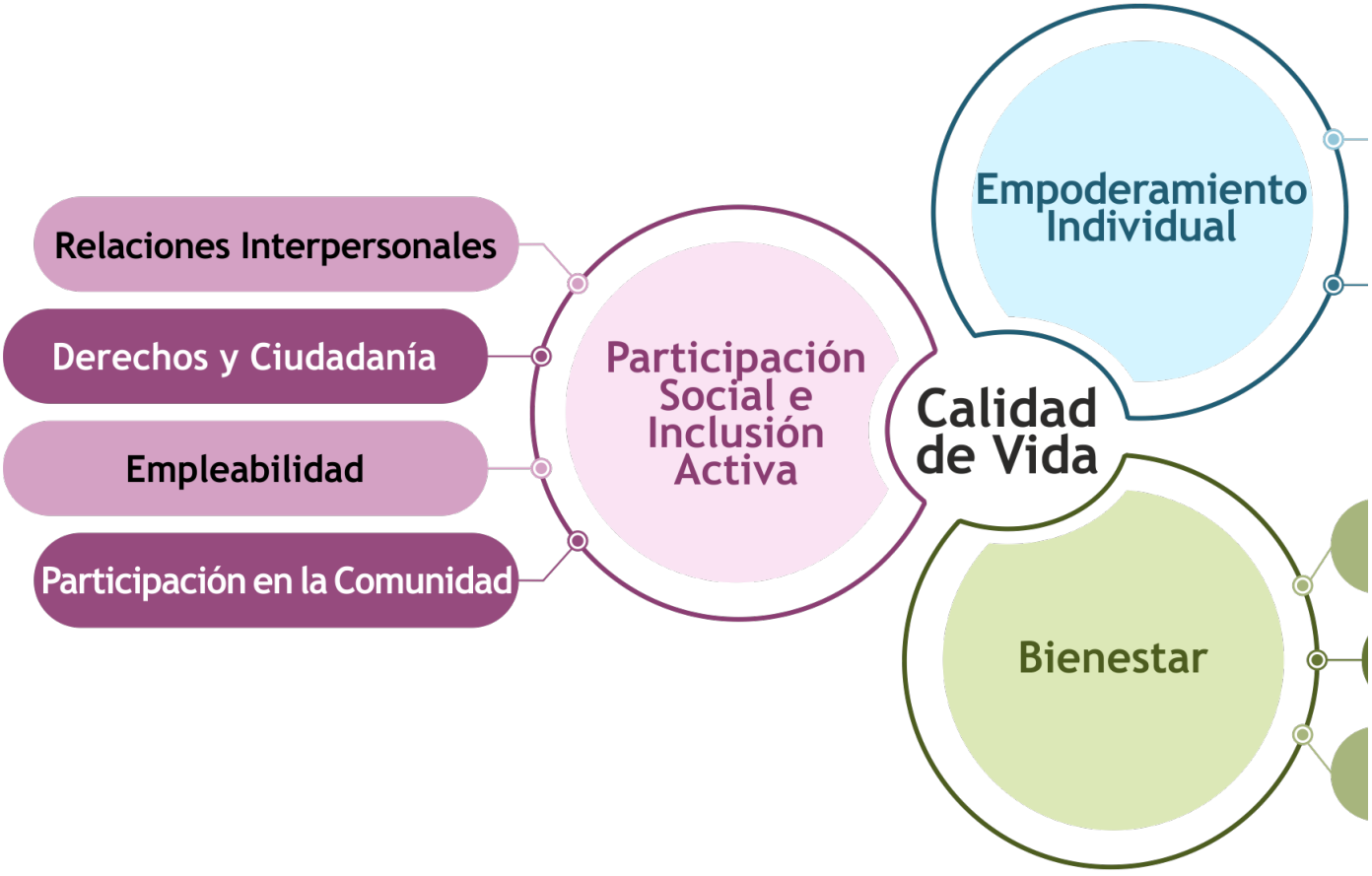
- ¿Cómo te llevas con la gente de la zona donde vives?
- ¿Puedes conseguir todo lo que necesitas?
- ¿Tienes todas las cosas que deseas?
- ¿Eres capaz de hacer todas las cosas que quieres hacer?

La calidad de tu vida es el resultado de las experiencias que tienes cuando interactúas con la gente y los lugares que te rodean. Tienes objetivos, y esperas que ocurran las c calidad de vida.

Este cuestionario se llama Herramienta de Evaluación de Impacto en la Calidad de Vida (QIAT). Está diseñado para que puedas decir a la gente que te atiende si crees que s actividad, un asistente personal, o ayuda para buscar trabajo.

La siguiente figura te enseña los temas sobre calidad de vida que el QIAT te pide que tengas en cuenta, que son:

- 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).



En el QIAT, se te pedirá que pienses sobre si el servicio que has recibido te ha ayudado a mejorar en las cosas que aparecen en el gráfico.

El QIAT te explicará cada palabra para que tengas claro lo que significa, y te preguntará si estás o no de acuerdo con algunas frases.

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

Instrucciones

Queremos saber si el servicio que recibes te ha ayudado a mejorar tu calidad de vida. Servicio es, por ejemplo, un curso, una actividad, un asistente personal o ayudarte a bu piensas, y además podrás ayudarles a hacerlo mejor con otras personas. Queremos saber si te ayudaron a ser capaz de hacer cosas, a participar en actividades en tu zona

Cuando hayas terminado, podrás ver todas tus respuestas, pero es importante que sepas que nadie más podrá verlas. No se usará tu nombre, y tus respuestas se juntarán c no sabrán lo que has contestado.

Si necesitas más Información, puedes pinchar en ⓘ (Ayuda) para ver ejemplos.

Esto es lo que tienes que hacer para responder la encuesta:

- Lee la frase sobre el servicio o la actividad.
- Piensa si lo que dice la frase es verdad para ti.
- Marca la respuesta que se parece más a lo que tú piensas. Marca solo 1 respuesta.
- Hay 4 respuestas posibles:

1 Totalmente en desacuerdo.

2 En desacuerdo

3 De acuerdo

4 Totalmente de acuerdo

- Si no tienes clara la respuesta, puedes marcar:

5 No sé

- Si piensas que lo que dice la frase no es importante para ti, es imposible, o no necesitas lo que la frase dice, puedes marcar:

6 No es relevante

Los números 1 a 6 a veces pueden estar en diferente orden.

A veces irán así: 1-2-3-4-5-6

Y otras veces así: 6-5-4-3-2-1

Mira el orden de los números en cada pregunta, para poder marcar la respuesta correcta.

En la siguiente página hay algunos ejemplos, para que sepas cómo responder a las preguntas.

Ejemplos

Mira los siguientes ejemplos. Ya hemos respondido las frases 1 y 2.

La frase 1 dice que participar en el servicio te ayuda a volar a la luna. Esto no puede pasar, así que la respuesta correcta es 6=No es relevante. Los números van así: 1-2-3-4-5

La frase 2 dice que el servicio te ayuda a aprender cosas. Es posible que sea verdad, así que respondemos 3=De acuerdo. Los números van así: 6-5-4-3-2-1, así que "3" es el

Ahora haz tú las frases 3 y 4 para practicar. Después puedes empezar a responder las otras preguntas.

Si no entiendes una frase, puedes pinchar en ⓘ.

Ahí verás ejemplos que pueden ayudarte a entender la frase.

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

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

example

Ex1 : Travel to the moon

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

Ex2 : Learn

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

Si crees que ya sabes cómo responder a las preguntas de la encuesta, puedes pasar a las siguientes preguntas. Si necesitas ayuda, díselo a alguien para que te ayude.

Empoderamiento individual

Estar empoderado significa que puedes elegir lo que quieres hacer y decidir cosas. También significa que puedes tener objetivos y aprender a hacer cosas nuevas, que puec cuando hay problemas.

Empoderamiento Individual tiene dos partes: Desarrollo Personal y Autodeterminación.

Lee las preguntas de la página siguiente y dinos si estás de acuerdo con ellas o no.

Desarrollo Personal

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Recuerda que algunas de las frases puede que no sean importantes para ti o para el servicio o actividad en los que participas. Entonces, debes elegir la opción "No es releva

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.1 : Find things I like to do.

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

PQI.2 : Try out new things.

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

PQI.3 : Learn new things.

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

PQI.4 : Be more able to deal with problems.

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**

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.5 : Be clear about the goals I want to reach in life.

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

---

PQI.6 : Decide things for myself.

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

---

PQI.7 : Know what help I need to do what I want in life.

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

Tu calidad de vida es mejor cuando puedes participar en las cosas que ocurren a tu alrededor como, por ejemplo, quedar con tu familia, tener amigos y amigas, y tratar con clubes y grupos de tu zona, ir a eventos como espectáculos o partidos, y votar en las elecciones. Estás más incluido en la sociedad cuando sabes cuáles son tus derechos y c trabajar también es importante para tu inclusión en la sociedad.

La Participación Social y la Inclusión Activa tienen 4 partes: Relaciones Interpersonales, Derechos y Ciudadanía, Empleabilidad, y Participación en la Comunidad.

Lee las preguntas de la página siguiente y dinos si estás de acuerdo con ellas o no.

Relaciones Interpersonales

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Recuerda que algunas de las frases puede que no sean importantes para ti o para el servicio o la actividad. Entonces, debes elegir la opción "No es relevante".

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.8 : Meet more people.

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

---

PQI.9 : Get on better with my friends and family.

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

---

PQI.10 : Make it clearer to other people what I want to say.

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

---

Derechos y Ciudadanía

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.11 : Know what is going on in the news.

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

---

PQI.12 : Be a part of society, like voting in elections.

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

---

PQI.13 : Know what my rights are.

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

---

PQI.14 : Stick up for my rights and get help to do this.

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

---

PQI.15 : Know when my rights are not being met.

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**

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.16 : Be better at getting a job.

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

---

PQI.17 : Do what I need to look for a job.

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

---

PQI.18 : Believe I can keep the job that I get.

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**

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.19 : Join in activities to help others in my area.

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

---

PQI.20 : Find new things to do with other people.

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

---

PQI.21 : Be able to move around places in my local area more easily.

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

---

PQI.22 : Want to try to join in with local groups and events.

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

---

Bienestar

Cuando te sientes bien, tu vida te gusta más. Puede ser porque tu salud es buena. Puede ser porque estás feliz o porque tienes dinero para hacer las cosas que te gustan. Sa
puede mejorar tu calidad de vida.

Bienestar tiene tres partes: Bienestar emocional, bienestar físico, y bienestar material.

Lee las preguntas de la página siguiente y dinos si estás de acuerdo con ellas o no.

Bienestar Emocional

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Recuerda que algunas de las frases puede que no sean importantes para ti o para el servicio. Entonces, debes elegir la opción "No es relevante".

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.23 : Deal with my feelings, such as not getting angry or sad too easily.

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

---

PQI.24 : Handle things that make me worry.

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

---

PQI.25 : Know what I can do and when I need help.

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

---

Bienestar Físico

▸ **Ventana Modal de Ayuda**

Participar en este servicio o actividad me ayuda a:

PQI.26 : Be more healthy.

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

PQI.27 : Take better care of myself each day.

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

PQI.28 : Be better at exercising.

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**

Participar en este servicio actividad me ayuda a:

PQI.29 : Use my money better.

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

PQI.30 : Be able to earn a living in the future.

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

PQI.31 : Use my free time better.

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

Detalles 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:

Nos puedes ayudar a darte mejor servicio si nos Cuenta un poco más sobre ti. Esta información será privada y nadie sabrá lo que has dicho.

Si no quieres responder a alguna de las preguntas, no respondas, pero cuantas más respondas, más nos ayudarás.

¿Cuántos años tienes?:

Género:

Otro

Género: Por favor, especifica...

¿Alguna vez has tenido trabajo?

Sí **No**

¿Qué estudios tienes?

Cuando empezaste en esta actividad estabas:

¿Dónde vives?

¿Cuántas personas dependen de ti?

¿En qué tipo de servicio has participado?

¿Asistes todo el día o solo parte del día?

Por favor, marca con una X cualquier cosa en la que hayas tenido dificultades:

Actividades físicas
(Por ejemplo: moverte dentro o fuera de edificios, coger cosas, mover cosas pesadas de un sitio a otro)

Ver
(Aunque uses gafas)

Oír
(Sin audífonos o implantes)

Hablar
(Para que la gente pueda entenderte)

Salud Mental
(Sentirte bien contigo)

Memoria
(Recordar cosas que han ocurrido hace poco)

Aprender cosas o solucionar problemas
(Manejar información nueva o cosas que no conoces)

Relacionarte con gente
(Llevarte bien con otras personas)

Enfermedades crónicas

(Por ejemplo, problemas de corazón o problemas para respirar)

Dolor

(Que afecta a tu vida todos los días)