*Indica um campo obrigatório

# Introdução

## Orientações para quem administra o QIAT

O questionário com escala simplificada do QIAT foi concebida para ser administrada com o apoio de um profissional que normalmente não trabalha com o participante. A linguagem do inquérito foi simplificada, tal como a escala de classificação.

A escala de classificação tem duas opções principais: 1= Discordo and 2= Concordo. Estes também são indicados com os seguintes símbolos: 'Concordo' e 'Discordo'.

A pessoa que apoia a administração do questionário pode apoiar o processo de tomada de decisão usando também os gestos de polegar para cima e polegar para baixo.

Há também opções para quando o participante não sabe – 3=Eu não sei ou quando a afirmação não é relevante/não se aplica 4= Não se aplica .

Se o participante necessitar de informação adicional, pode usar onde encontrará exemplos para clarificar as afirmações.

## Introdução para o participante

Qualidade de Vida é sobre como vive a sua vida.

Por exemplo:

- Como se relaciona com as pessoas na sua comunidade?
- Está feliz por conseguir o que precisa?
- Tem todas as coisas que deseja?
- É capaz de fazer todas as coisas que deseja fazer?

A qualidade de vida é o resultado das experiências que tem quando interage com as pessoas e lugares ao seu redor. Tem objetivos e espera que as coisas aconteçam. Quando elas resultam, sente-se bem com a sua qualidade de vida.

Este questionário – QIAT - é um Instrumento de Avaliação dos Impactos na Qualidade de Vida. Permite que uma pessoa que está a frequentar um serviço se pronuncie sobre até que ponto o serviço tem impacto na sua qualidade de vida.

A figura abaixo apresenta os domínios e as dimensões do modelo de Qualidade de Vida adotados neste questionário, que incluem:

- Empoderamento individual (Desenvolvimento pessoal e Autodeterminação).
- Participação social e inclusão ativa (Relações interpessoais, Direitos e cidadania, Empregabilidade e Participação na comunidade).
- Bem-estar (Emocional, Físico e Material).



Na resposta ao questionário, é-lhe pedido que pense se os serviços que tem recebido fizeram alguma diferença em cada um dos domínios e dimensões de qualidade de vida listados na figura.

O QIAT apresenta-lhe uma breve descrição de cada domínio e dimensão e pergunta se concorda ou discorda de um conjunto de afirmações sobre o impacto do serviço que recebeu. Insira o seu código aqui para iniciar o questionário:

# Instruções

## Orientações para o preenchimento do QIAT

Queremos saber se o serviço fez a diferença na sua qualidade de vida. Ao preencher este questionário, pode informar o serviço sobre o que sente em relação ao mesmo. Isso ajudará a equipa a tornar o serviço melhor para outras pessoas. Queremos saber se o serviço o ajudou a tornar-se mais capaz de fazer coisas, a participar em atividades na sua comunidade e a sentir-se melhor consigo próprio. Poderá ver as suas respostas. É importante que saiba que mais ninguém pode. O seu nome não é usado, e suas respostas são combinadas com as respostas de outras pessoas para apurar resultados globais. Assim, nenhum profissional do serviço saberá o que respondeu.

Como preencher este questionário:

- Leia a afirmação sobre o serviço.
- Pense se a afirmação é verdadeira para si.
- Em seguida, marcar a resposta que está mais próxima do que sente.
- Existem 4 hipóteses de resposta:

| Estado | Visuais | Sugestões |
|---|---|---|
| **1** Não, eu discordo | | Marcar esta se tiver a certeza de que a frase não é verdadeira para si. |
| **2** Sim, eu concordo | | Marcar esta se tiver a certeza de que a frase é verdadeira para si. |
| **3** Não sei | | Às vezes, pode não saber ou não ter certeza se a frase é verdadeira ou não. Se é isso que sente, então pode marcar este. |
| **4** Não se aplica | | Outras vezes pode sentir que a frase não se aplica ou não sabe o que é. Se é isso que sente, então pode marcar este. |

Às vezes 1= Não, eu discordo e 2=Sim, eu concordo são apresentados de uma forma diferente:

| Explicações | Estado | Estado |
|---|---|---|
| Às vezes é apresentado nesta ordem. | 1=Não, eu discordo | 2=Sim, eu concordo |
| Outras vezes é apresentado nesta ordem. | 2=Sim, eu concordo | 1=Não, eu discordo |

Fique atento à ordem do número cada vez que marcar um item para se certificar de que marca o certo para si.

# Exemplos

Agora, veja as frases abaixo. As frases 1 e 2 já se encontram marcadas.

A frase 1 diz que a participação neste serviço permite-lhe voar até à lua. Isso não pode acontecer, então a resposta certa é 4=Não se aplica "4" está sempre na última coluna. A resposta 4 está preenchida.

A frase 2 diz que a participação neste serviço permite-lhe aprender. É mais provável que isso seja verdade, então a resposta certa é 2=Sim, eu concordo. está na segunda coluna. A resposta está preenchida.

Responda agora aos exemplos Ex3 e Ex4 para confirmar que sabe como responder e poder avançar para o questionário principal.

Se não tiver a certeza do significado de uma afirmação, pode clicar em .

A seguir tem alguns exemplos que poderão ajudá-lo.

A minha participação neste serviço ajudou-me:

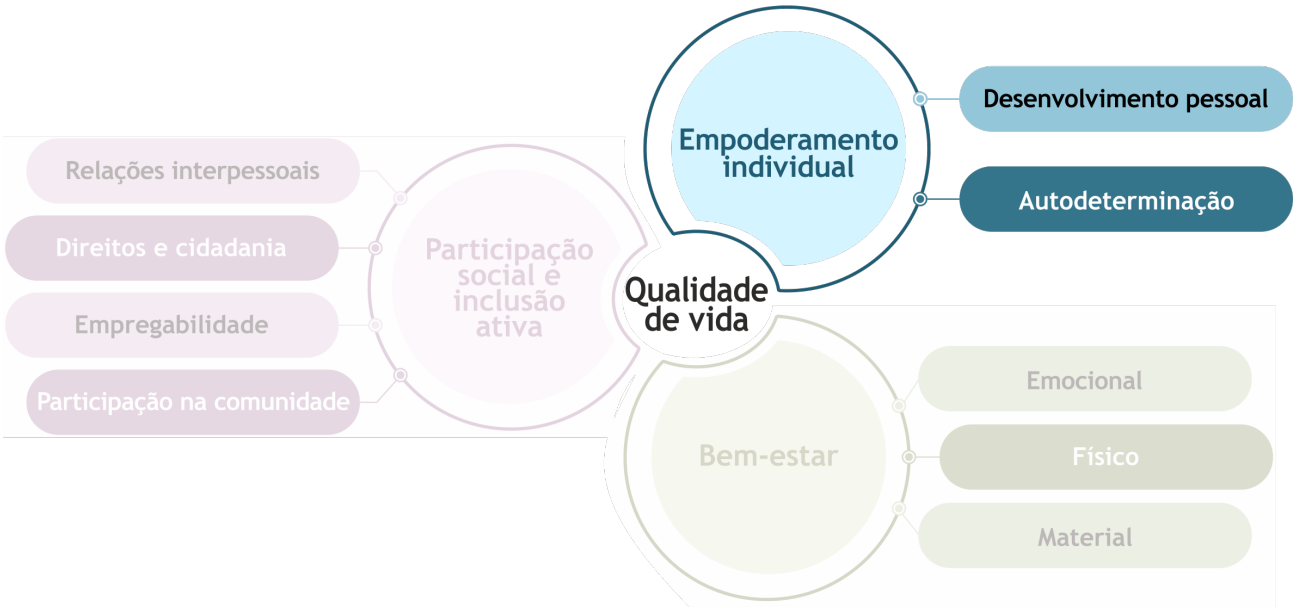
**example**

| Ex1 : Travel to the moon | | | | Ex2 : Learn | | | | Ex3 : Meet other people | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | **4= Não se aplica** | 1= Não, eu discordo | **2= Sim, eu concordo** | 3= Não sei | 4= Não se aplica | 2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não s |

Se está satisfeito por saber como responder, podemos passar para as outras afirmações nas próximas páginas. Vou ler as afirmações e vou ajudar a marcar cada resposta.

# Empoderamento individual

O empoderamento é quando pode escolher o que quer fazer e decidir as coisas por si mesmo. Quando está capacitado, pode definir seus próprios objetivos e aprender a fazer coisas novas. Pode mudar as coisas no lugar onde vive.  Pode lidar com as coisas que estão no seu caminho.




O domínio do Empoderamento individual tem 2 dimensões: Desenvolvimento pessoal e Autodeterminação.

Leia as afirmações na página seguinte e diga-nos se concorda ou discorda.

# Desenvolvimento pessoal

▸ **Ajuda**

Lembre-se de que algumas afirmações abaixo podem não se aplicar a si ou ao serviço. Se tiver dúvidas sobre alguma delas escolha a opção 6 – "Não se aplica".

A minha participação neste serviço permitiu-me:

**SiQl.1 : Do the things I like to do.**

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

**SiQl.2 : Try out new things.**

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

**SiQl.3 : Learn new things.**

1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

**SiQI.4 : Be more able to deal with problems.**

1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

# Autodeterminação

▸ **Ajuda**

A minha participação neste serviço permitiu-me:

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

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

**SiQI.6 : Decide things for myself.**

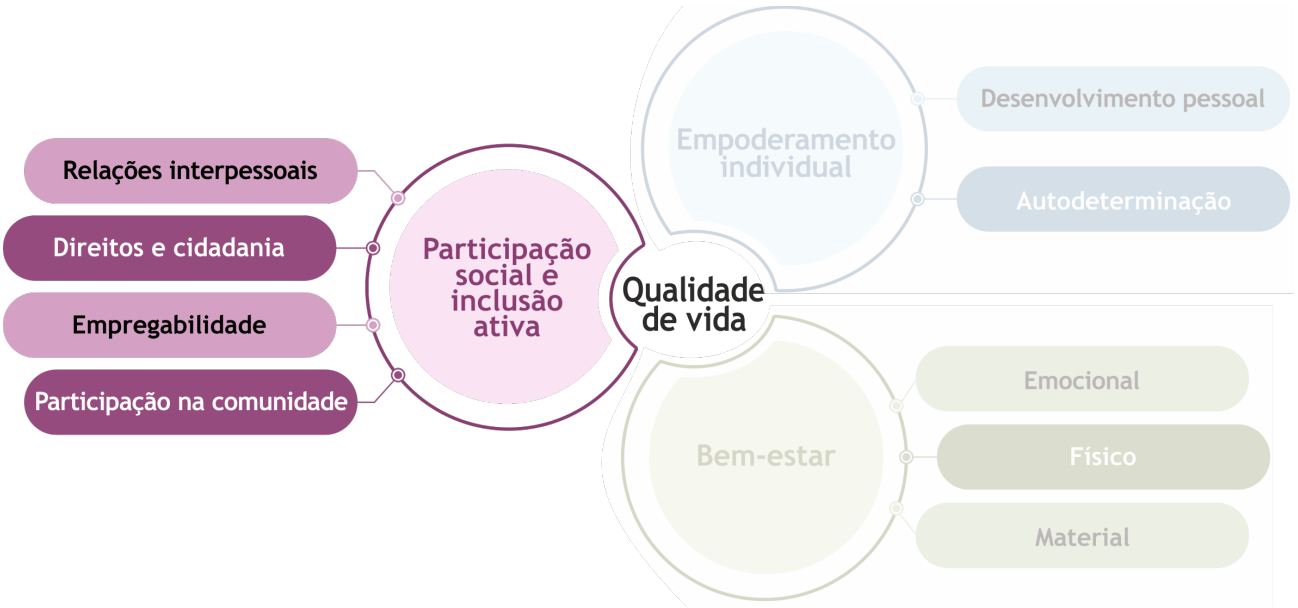
2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

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

1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

# Participação social e inclusão ativa

A sua qualidade de vida é melhor quando pode participar das coisas que estão acontecendo ao seu redor. Isso inclui ficar com sua família, ter amigos e lidar com estranhos. Significa também fazer parte de clubes ou grupos na sua comunidade, ir a eventos, como espetáculos ou jogos e votar em eleições. Está mais incluído quando sabe quais são os seus direitos e como garantir que são valorizados. Poder trabalhar é importante para a sua inclusão.



O domínio da Participação social e inclusão ativa tem 4 dimensões: Relações interpessoais, Direitos e cidadania, Empregabilidade e Participação na comunidade.

Leia as afirmações na página seguinte e diga-nos se concorda ou discorda.

# Relações interpessoais

▸ **Ajuda**

Lembre-se de que algumas afirmações abaixo podem não se aplicar a si ou ao serviço. Se tiver dúvidas sobre alguma delas escolha a opção 6 – "Não se aplica".

A minha participação neste serviço permitiu-me:

**SiQI.8 : Meet more people.**

1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

**SiQI.9 : Get on better with my friends and family.**

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

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

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

# Direitos e cidadania

▸ **Ajuda**

A minha participação neste serviço permitiu-me:

**SiQI.11 : Know what is going on in the news.**

1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

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

1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

**SiQI.13 : Know what my rights are.**

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

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




**SiQI.15 : Know when my rights are not being met.**




# Empregabilidade

▸ **Ajuda**

A minha participação neste serviço permitiu-me:

**SiQI.16 : Be better at getting a job.**




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




**SiQI.18 : Believe I can keep the job that I get.**




# Participação na comunidade

▸ **Ajuda**

A minha participação neste serviço permitiu-me:

**SiQI.19 : Join in activities to help others in my area.**




**SiQI.20 : Find new things to do with other people.**



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

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

---

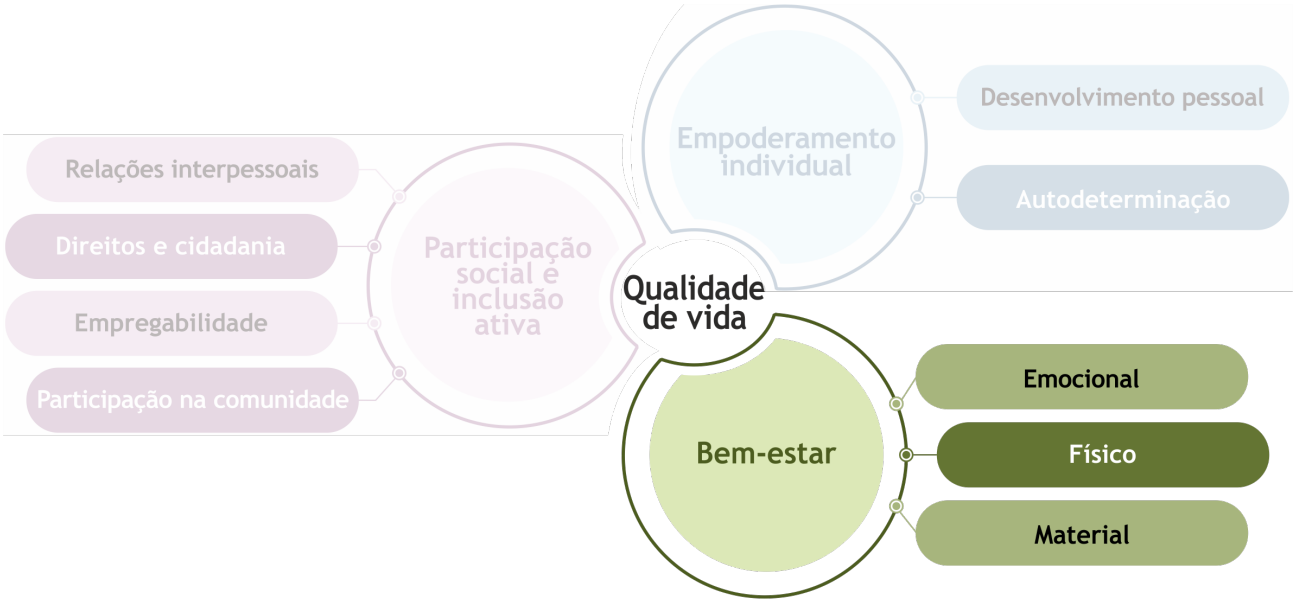
**SiQI.22 : Want to try to join in with local groups and events.**

2= Sim, eu concordo | 1= Não, eu discordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

---

# Bem-estar

Quando se está a sentir bem, está mais feliz com a sua vida. Isto pode ter a ver com a sua saúde. Também pode ser sobre como se está a sentir em ter dinheiro para fazer as coisas que deseja. Ser capaz de lidar com o stress ou sentimentos tristes pode melhorar a sua qualidade de vida.




O domínio do Bem-estar tem 3 dimensões: Bem-estar Emocional, Bem-estar Físico e Bem-estar Material.

Leia as afirmações na página seguinte e diga-nos se concorda ou discorda.

# Emocional

▸ **Ajuda**

Lembre-se de que algumas afirmações abaixo podem não se aplicar a si ou ao serviço. Se tiver dúvidas sobre alguma delas escolha a opção 6 – "Não se aplica".

A minha participação neste serviço permitiu-me:

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

1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

---

**SiQI.24 : Handle things that make me worry.**




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




# Físico

▸ **Ajuda**

A minha participação neste serviço permitiu-me:

**SiQI.26 : Be more healthy.**




**SiQI.27 : Take better care of myself each day.**




**SiQI.28 : Be better at exercising.**




# Material

▸ **Ajuda**

A minha participação neste serviço ajudou-me:

**SiQI.29 : Use my money better.**




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



**SiQI.31 : Use my free time better.**



1= Não, eu discordo | 2= Sim, eu concordo | 3= Não sei | 4= Não se aplica

# Caracterização pessoal

## Código de acompanhamento adicional (opcional):

**Código de acompanhamento adicional:**

**Nota:** Para acompanhar os resultados deste questionário, um código de referência adicional pode ser inserido aqui. Isso permitirá filtrar o conjunto de dados para identificar respostas que tenham o mesmo código de rastreamento. Este pode ser utilizado para acompanhar as respostas dos participantes envolvidos em projetos inovadores ou para reunir respostas que partilhem características semelhantes.

## Dados de caracterização:

Pode-nos ajudar a melhorar o serviço dizendo-nos mais um pouco sobre si. Essas informações serão mantidas em sigilo. Caso não queira responder a nenhuma das perguntas abaixo, pode deixá-las em branco, mas quanto mais informações você fornecer, mais útil será.

**Idade:**

**Género:**

Outro

**Género:** Especificar...

**Já esteve empregado?**

Sim | Não

**Habilitação académica:**

**Situação face ao emprego, antes de iniciar o serviço:**

**Residência:**

**Pessoas dependentes:**

**Qual o tipo de serviço que frequenta?**

**O serviço que frequenta é numa base:**

## Indique, colocando um X as áreas em que sente algum tipo de limitação:

**Atividades físicas**
(por exemplo, entrar e sair de edifícios, mover/ deslocar objetos)

**Visão**
(mesmo com uso de lentes/ óculos)

**Audição**
(sem ajuda técnica)

**Fala**
(de forma a que os outros o compreendam)

**Bem-estar psicológico**
(sentir-se bem consigo próprio)

**Memória**
(recordar eventos que aconteceram recentemente)

**Aprendizagem e/ ou resolução de problemas**
(lidar com informações/ situações novas, com s quais não está familiarizado)

**Relacionamento**
(com as outras pessoas, de forma geral)

**Doença crónica**
(por exemplo, coração, doença respiratória)

**Dor**
(que interfira com a vida diária).