

पडण्याबद्दल वाटणारी काळजी

तुम्हाला पडण्याची किती काळजी वाटते या विषयी आम्ही काही प्रश्न तुम्हाला विचारू. तुम्ही एखादं काम कसं करता याचा विचार करून खाली विचारलेल्या प्रश्नांची उत्तरे द्या. जर तुम्ही एखादं काम सध्या करत नसाल (उदा. खरेदी) तर ते काम जर तुम्ही केलंत तर ते करतांना तुम्हाला पडण्याची किती काळजी वाटते याचा विचार करून उत्तरे द्या. खालीलपैकी प्रत्येक काम करतांना तुम्हाला पडण्याची किती काळजी वाटते याचा विचार करून प्रश्नासमोर दिलेल्या चौकोनात खूण करा.

	काळजी वाटत नाही	किंचित काळजी वाटते	बऱ्यापैकी काळजी वाटते	खूप काळजी वाटते
१) आपली खोली आवरतांना				
२) कपडे घालतांना अथवा काढतांना				
३) रोजचं जेवण बनवतांना				
४) आंघोळ करतांना				
५) दुकानात / बाजारात खरेदी करतांना				
६) खुर्चीतून बसतांना / उठतांना				
७) जिना चढतांना / उतरतांना				
८) घराच्या आजूबाजूला/अंगणात फिरतांना				
९) उंचीवरून / जमिनीवरून एखादी वस्तू उचलतांना				
१०) फोनची घंटी वाजणे बंद व्हायच्या आत बसल्या जागेवरून फोन उचलतांना				
११) निसरड्या जमिनीवरून चालतांना (उदा. ओली अथवा चिखल असलेली)				
१२) मित्रांना / नातेवाईकांना भेटतांना				
१३) गर्दीतून चालतांना				
१४) उंच सखल रस्त्यावरून चालतांना (उदा. खडकाळ जमीन किंवा खराब रस्त्यावरून)				
१५) उतारावर चढतांना / उतरतांना				
१६) समारंभ / मंदिरात /बैठकीत जातांना				

FES-I translated to Marathi by Atiya Sheikh from Yardley L, Todd C, et al. 2005; doi:<https://doi.org/10.1093/ageing/afi196>