

Dobrý deň!

Radi by sme Vám položili niekoľko otázok o tom, ako veľmi sa obávate pádu. Prosím, popremýšľajte nad tým, ako zvyčajne vykonávate uvedené činnosti. Ak v súčasnosti už niektorú činnosť nevykonávate (napr. nechodíte na nákup, ale niekto Vám chodí nakupovať), popremýšľajte, či by ste sa obávali pádu ak by ste túto činnosť vykonávali. Pri každej z nasledujúcich aktivít označte to políčko, ktoré najlepšie vystihuje mieru Vašej obavy z pádu.

		<i>Vôbec sa neobávam</i> 1	<i>Trocha sa obávam</i> 2	<i>Dost' sa obávam</i> 3	<i>Veľmi sa obávam</i> 4
1	Úpratovanie v domácnosti (napr. zametanie, vysávanie alebo utieranie prachu)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
2	Obliekanie sa alebo vyzliekanie sa	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
3	Príprava jednoduchých jedál	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
4	Kúpanie sa alebo sprchovanie sa	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
5	Nakupovanie	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
6	Sadanie na stoličku alebo vstávanie zo stoličky	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
7	Chodenie hore alebo dolu schodmi	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
8	Prechádzka po blízkom okolí	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
9	Naťahovanie sa za niečím čo je vyššie (nad hlavou) alebo nižšie (na zemi)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
10	Ísť zodvihnúť vyzváňajúci telefón, skôr ako prestane zvoniť	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
11	Chodenie po klzkom povrchu (napr. mokrom alebo zľadovatenom)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
12	Navštívenie známych, priateľov alebo príbuzných	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
13	Chôdza na miestach plných ľudí	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
14	Chodenie po nerovnom povrchu (napr. po nespevnenej alebo zle udržiavanej dlažbe či kamenistom chodníku)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
15	Kráčanie hore a dolu kopcom	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
16	Zúčastnenie sa na spoločenskej udalosti (napr. na bohoslužbe, rodinnom stretnutí alebo v klube)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>