



Etude Label Vie – Questionnaire à l'attention des seniors

L'association **LABEL VIE** finance des actions à destination des seniors pour favoriser le **Bien vieillir**, sur les territoires de la Champagne-Ardenne et de la Lorraine (ex : atelier mémoire, conférence "Quand plaisir et désir riment avec vieillir", séances d'activité physique adaptée).

Afin d'adapter les actions proposées, nous souhaiterions recueillir votre avis sur les thématiques qui vous intéressent ainsi que sur les modalités d'actions à favoriser. Merci d'avance pour votre participation à cette enquête.

Votre avis est important, que vous ayez déjà participé à des actions ou non. Le questionnaire est ouvert à toute personne de plus de 60 ans habitant sur les départements de la Lorraine et de la Champagne-Ardenne. L'enquête est ouverte jusqu'au 10 mars 2025.

Le temps de remplissage est estimé à une dizaine de minutes. Les données sont anonymes et confidentielles, et ne seront ni cédées ni vendues. Elles seront exploitées dans le strict cadre de cette étude.

Astuce : ce questionnaire peut aussi être complété en ligne

Pour Label Vie,
L'équipe MSA Services Sud Champagne
contact@msa-services-sc.fr / 06.80.21.24.65



Profil

1. Comment complétez-vous ce questionnaire ?

- De manière autonome
- A domicile, avec un évaluateur du GIE Aptitude ou d'EVADOPA
- Par le biais d'une structure de proximité, auquel cas merci d'indiquer laquelle (par exemple, CCAS ou centre socio-culturel de telle ville) :

2. Quel est le code postal de votre lieu de résidence ?

3. Vous avez :

- Entre 60 et 69 ans
- Entre 70 et 79 ans
- Plus de 80 ans

4. Vous êtes :

- Un homme
- Une femme

5. Vous vivez :

- Dans un village / à la campagne (moins de 5 000 habitants)
- Dans une petite ville (de 5 000 à 20 000 habitants)
- Dans une ville moyenne (de 20 000 à 50 000 habitants)
- Dans une grande ville (plus de 50 000 habitants)

6. Combien de contacts sociaux avez-vous, en moyenne, par jour ?

- 0 (dans ce cas, vous pouvez passer directement à la question 8)
- 1 ou 2
- Entre 3 et 5
- Plus de 5

7. Qui voyez-vous ? Plusieurs réponses possibles

- Des membres de votre famille
- Des amis
- Des voisins
- Des professionnels du social, aide à domicile, soignant...
- Des commerçants, le facteur...

8. Comment vous sentez-vous ?

- Très isolé(e)
- Isolé(e)
- Entouré(e)
- Très entouré(e)

Prévention

9. Pour vous, que signifie « Bien vieillir » ? Plusieurs réponses possibles

- Vieillir en bonne santé
- Maintenir une bonne activité physique et intellectuelle
- Se sentir bien entouré(e)
- Etre en mesure de répondre à mes besoins, rester autonome/actif
- Autre (précisez) :

10. Avez-vous déjà participé à des actions sur des thématiques telles que la mémoire, la nutrition, l'équilibre, la sécurité routière... ?

- Oui
- Non

11. Si oui : qu'est-ce que cela vous a apporté ? Plusieurs réponses possibles

- Création de lien social / rencontres
- Des informations et des connaissances
- Une connaissance des associations, structures et professionnels vers lesquels vous tourner
- Une amélioration de votre bien-être
- Autre (précisez) :

Si non : pourquoi ? Plusieurs réponses possibles

- Je n'ai pas connaissance d'action
- Cela ne m'intéresse pas
- Cela n'est pas adapté à mes besoins
- Par manque de temps
- Cela est trop loin de chez moi / je n'ai pas la possibilité de me déplacer
- Je n'ai pas envie d'être dans un cadre collectif
- Je ne veux pas y aller seul(e) / je ne connais personne
- Je suis aidant, sans solution de prise en charge de la personne aidée
- Autre (précisez) :

12. En cochant la case correspondante, indiquez si les thématiques de prévention ci-dessous constituent une source de questionnement ou d'inquiétude pour votre santé :

	Cela m'interroge ou m'inquiète beaucoup	Cela m'interroge ou m'inquiète	Cela m'interroge ou m'inquiète un peu	Je ne me sens pas concerné(e)
Comment préserver mon équilibre et prévenir les chutes ?				
Comment préserver et entraîner ma mémoire ?				
Comment adapter mon activité physique ?				
Comment adapter mon alimentation ?				
Comment bien me préparer à la retraite ?				
Comment adapter mon logement à mes besoins ?				
Le sommeil : comment le préserver ?				
Aide aux aidants : prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre				
M'ouvrir aux autres et ne pas m'isoler				
Comment préserver ma santé mentale ?				

13. Quelle(s) autre(s) thématique(s) pourrai(en)t vous intéresser ?

.....

14. Quels types d'actions collectives (en groupe) vous intéressent ? Plusieurs réponses possibles

- Conférence
- Atelier de plusieurs séances hebdomadaires (activité physique, sophrologie, cuisine...)
- Action intergénérationnelle (avec des enfants, adolescents, jeunes adultes)
- Débat théâtral
- Je ne suis pas intéressé(e)
- Autre (précisez) :

Motivations

15. Quelles sont les 3 principales raisons pour lesquelles vous aimeriez participer à des actions collectives ? Jusqu'à 3 réponses possibles

- Rencontrer et échanger avec d'autres personnes
- Sortir de chez moi, m'occuper
- Avoir de nouvelles informations
- Acquérir de nouvelles compétences
- Mieux vivre ma retraite
- Connaître les lieux et personnes ressources en terme de santé
- Autre (précisez) :

16. Qu'est-ce qui pourrait faciliter votre participation à ces actions collectives ?

Plusieurs réponses possibles

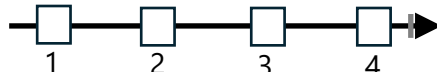
- La proximité du lieu d'intervention
- La mise en place de solutions de transport
- Des interventions le matin
- Des interventions l'après-midi
- Des interventions en soirée
- Autre (précisez) :

Connaissance de l'offre

17. Que pensez-vous des propositions d'actions sur votre secteur géographique ?

Evaluez sur une échelle de 1 à 4 en cochant la case correspondante

Je n'en ai pas connaissance
ou l'offre est inexistante



L'offre est étoffée
et suffisante

18. Connaissez-vous le site internet « Pour bien vieillir » ?

Ce site recense les actions sur le territoire à destination des seniors : Activité physique, alimentation, mémoire. Faites le plein de conseils et d'astuces et devenez acteur de votre retraite ! <https://pourbienvieillir.fr>

- Oui
- Non

Si oui

Avez-vous déjà utilisé le site pour vous inscrire à une activité (sous l'onglet « M'inscrire à une activité ») ?

- Oui
- Non

19. Comment vous tenez-vous informé(e) des actions qui se déroulent près de chez vous ?

Plusieurs réponses possibles

- Site internet Pour bien vieillir
- Site internet de ma commune
- Réseaux sociaux
- Presse locale
- Radio
- Affichage chez les commerçants
- Panneaux lumineux d'information
- Application Panneau pocket ou Maelis
- Magazine de ma commune ou de mon département
- Par une structure proche de chez moi (ex : CCAS, centre social...)
- Autre (précisez) :

20. Nous allons organiser des réunions pour approfondir vos besoins, si vous souhaitez y participer, merci de nous laisser vos coordonnées. Nous vous rappelons que les données ne seront ni cédées ni vendues. Elles seront exploitées dans le strict cadre de cette étude.

Nom et prénom :

Adresse postale :

Adresse e-mail :

Téléphone :

21. Autres commentaires, suggestions :

.....
.....
.....

Nous vous remercions pour votre contribution !