

healthwatch

Blackburn with Darwen

بیٹھ کر اور کھڑے ہو کر کرنے والی ورزش کلاس کا سوالنامہ

1. آپ کے فیزیو تھراپی کے ذریعے علاج کی بنیادی وجہ کیا تھی؟

2. کیا آپ کو فیزیو تھراپی ٹیم کے ذریعہ بھیجنے پر مفت سینٹڈ یا اسٹینڈنگ ورزش کی کلاسوں میں شرکت کے وسیع فوائد بتائے گئے تھے؟ جیسے کہ صحت اور فلاح و بہبود میں لانگ ٹرم بہتری۔

جی ہاں

جی نہیں

اگر ہاں ، تو آپ نے کن خدمات کے لئے سائن ان کیا ہے؟

اگر نہیں تو کیا یہ فائدہ مند ہوتا؟

3. کیا آپ کو ان وسیع مسئلے کو حل کرنے کے لئے کسی بھی دوسری خدمات کے حوالہ دینے کی پیش کش کی گئی تھی ، جیسے۔ وزن میں کمی ، موڈ ، تناؤ ، نیند وغیرہ۔

جی ہاں

جی نہیں

اگر ہاں ، تو آپ نے کن خدمات کے لئے سائن ان کیا ہے؟

اگر نہیں تو کیا یہ فائدہ مند ہوتا؟

4. کیا آپ نے ورزش کی کلاسوں میں شرکت کی ہے جو آپ کو پیش کیے گئے تھے؟

زیادہ تر

کچھ

جی ہاں

جی نہیں

healthwatch

Blackburn with Darwen

5. آپ نے کس ورزش کی کلاس میں شرکت کی ہے؟

- بیٹھ کر کرنے والی ورزش کھڑے ہو کر کرنے والی ورزش

6. آپ عام طور پر کلاس اٹینڈ کرنے کے لئے کس طرح سفر کرے گے؟

<input type="checkbox"/> کار (میں خود گاڑی چلا سکتا/سکتی ہوں۔)	<input type="checkbox"/> بس
<input type="checkbox"/> کار (میں دستوں/ فیملی کے ساتھ سفر کرتا ہوں)	<input type="checkbox"/> ٹیکسی
<input type="checkbox"/> پیدل	<input type="checkbox"/> اس کے علاوہ

7. کیا آپ کو مندرجہ ذیل میں سے کسی رکاوٹ کا سامنا ہے جو آپ کو کلاسوں میں جانے سے روکتا تھا؟

- کام درد میں اضافہ کا خوف
- ہفتے کے دن کسی محرک کا نہ ہونا
- کلاس کا وقت میں ان فٹ ہوں
- بچوں کی دیکھ بھال میرا وزن زیادہ ہے
- بیماری / چوٹ مجھے زیادہ لوگوں میں بے چینی ہوتی ہے
- زبان / کمیونیکیشن بیرئیر اس کے علاوہ فٹس کلاسز کو اٹینڈ کرتا ہوں
- وینیو تک کا سفر مجھے کوئی مشکلات نہیں ہیں
- وینیو اس کے علاوہ

8. آپ نے کس ورزش کی کلاس میں شرکت کی ہے؟

9. آپ کو یہ سفر کتنا آسان لگتا ہے؟ جیسے گھر سے فاصلہ، سفر کے لمبائی، نقل و حمل کی لاگت، پارکنگ کی دستیابی اور اخراجات.

healthwatch

Blackburn with Darwen

10. کیا آپ نے کسی اور ورزش کی کلاسوں میں حصہ لیا ہے ، اگر ہاں تو کہاں ؟

11. ورزش کی کلاس اٹینڈ کرنے میں سب سے زیادہ کیا اچھا لگا؟

12. آپ نے ورزش کی کلاس میں سب سے کم کیا انجوائے کیا

13. کیا آپ نے کلاس کو چلانے والے فٹنس انسٹرکٹرز کی مدد سے مناسب طریقے سے مدد کی محسوس کی؟ (1 کم سے کم ہونے اور 5 سب سے زیادہ ہونے کی وجہ سے)

بہت اچھا	اچھا	مناسب	برا	بہت برا
1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>

14. کیا آپ کو لگتا ہے کہ جس مقام پر آپ نے شرکت کی وہ ورزش کی کلاسوں کے لئے قابل رسائی اور موزوں ہے؟

15. کیا آپ کو انسٹرکٹرز کے ساتھ موثر انداز میں بات چیت کرنے میں کسی قسم کی دشواری کا سامنا کرنا پڑا ہے؟
جیسے زبان کی رکاوٹیں ، سماعت ، بینائی؟

16. کیا سیشن میں صحت کی کچھ تعلیم شامل کرنا مفید ہوگا؟

healthwatch

Blackburn with Darwen

- جی ہاں
 جی نہیں

اگر ہاں ، تو مندرجہ ذیل میں سے کون سا موضوع مفید ہوگا؟

- وزن کم کرنا
 صحت مند خوراک
 ورزش کی اہمیت
 نیند
 گول سیٹنگ
 اس کے علاوہ
- رفتار
 درد
 سکون اور زہن سازی
 علاج
 طویل مدتی حمایت کے اختیارات

17. آپ کا نسلی نژاد کیا ہے؟

18. آپ کی عمر کی حد کتنی ہے؟

16/17 18-29 30-39 40-49 50-59 60-69 70-79 80 plus

19. آپ کا پوسٹ کوڈ کیا ہے؟

اگر آپ کو کسی بھی طرح کی کمیونیکیشن میں مدد کی ضرورت ہو تو ہم سے رابطہ کریں۔ اگر آپ کو یہ سوالنامہ مکمل کرنے کی ضرورت ہو یا بڑے فارمیٹ میں چاہیئے ہو یا آپ کسی اور زبان میں ٹرانسلیشن کی ضرورت ہو تو ہم ضرور بتائیں۔ چیزوں کو درست بنانے میں آپ کی رائے ہمارے لئے مددگار ثابت ہوگی۔