

PROMĚNY ČESKÉ SPOLEČNOSTI - DOSPĚLÝ RESPONDENT (18 A VÍCE LET)

DOPLŇKOVÉ OTÁZKY K POPISU VČEREJŠÍHO DNE

O.0 Zde vyplíšte prosím následující údaje.

Datum vyplňování časového deníčku (DNEŠNÍ datum)

diaryday den: **diarymon** měsíc: 2016

orday **O.1 Nejprve nás zajímá, jaký byl Váš včerejší den. Byl včerejší den obyčejný nebo něčím výjimečný (např. někdo v rodině byl nemocný, Vaše rodina měla návštěvu apod.)?**

Obyčejný den	<input type="checkbox"/> 1
Výjimečný den – POPIŠTE, čím byl výjimečný: ordayun	<input type="checkbox"/> 2

daytype **O.2 Včerešek byl den, kdy jsem byl(a):**

Den, kdy jsem byl(a) v práci nebo ve škole	<input type="checkbox"/> 1
Den, kdy jsem kvůli nemoci zůstal(a) doma	<input type="checkbox"/> 2
Víkend, prázdniny, dovolená	<input type="checkbox"/> 3
Nic z toho	<input type="checkbox"/> 4

POKYNY PRO VYPLNĚNÍ DENÍČKU POPISUJÍCÍHO AKTIVITY VČEREJŠÍHO DNE (NA DRUHÉ STRANĚ):

Jak jste trávil(a) včerejší den? Zaznačte prosím do tabulky na druhé straně, co jste dělal(a) včera v jednotlivých časech. Tabulka začíná včera ráno v šest hodin a končí dnes ráno. Váš den je tu rozdělen na půlhodiny. Udělejte vždy čáru v tom políčku, které odpovídá času a činnosti, kterou jste v tu dobu dělal(a). Může to být jedna i více činností v tom samém čase, takže v každém sloupečku bude jedna nebo více čar. Pokud jste danou činnost dělal(a) více než 30 minut, nakreslete přes příslušná políčka čáru. Pokud jste během některých 30 minut dělal(a) více činností za sebou, zaznačte všechny, i když trvaly méně než 30 minut.

AKTIVITY & ČAS	RÁNO / DOPOLEDNE						ODPOLEDNE						VEČER / NOC						
	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	
	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	0:00	
1 Spánek																			
2 Odpočinek																			
3 Osobní péče, hygiena, oblékání se																			
4 Stravování, pití																			
5 Cestování, dojíždění do práce/školy																			
6 Zaměstnání (včetně přesčasů, práce z domova, samostatné výdělečné činnosti)																			
7 Studium, vzdělávání se																			
8 Vaření, příprava jídla, mytí nádobí																			
9 Úklid domu, praní, žehlení, vysávání																			
10 Opravy a údržba domu, zahrady, auta																			
11 Nakupování, pochůzky, schůzky (včetně návštěvy lékaře, kadeřníka, pošty apod.)																			
12 Péče o děti																			

Číslo tazatele

Číslo oblasti (1-1275)

Číslo domácnosti (1-10)

ID respondenta

Jméno respondenta (křestní): Věk respondenta:

DOSPĚLÍ – AKTIVITY A ČAS	
1	Spánek
2	Odpočinek
3	Osobní péče, hygiena, oblékání se
4	Stravování, pití
5	Cestování, dojíždění do/z práce/školy
6	Zaměstnání (včetně přesčasů, práce z domova, samostatné výdělečné činnosti)
7	Studium, vzdělávání se
8	Přestávky mezi prací, studiem (včetně přestávek na oběd)
9	Vaření, příprava jídla, mytí nádobí
10	Úklid domu, praní, žehlení, vysávání
11	Opravy a údržba domu, zahrady, auta
12	Nakupování, pochůzky, schůzky (včetně návštěvy lékaře, kadeřníka, pošty apod.)
13	Péče o děti (i vnoučata)
14	Hraní a povídání si s dětmi/vnoučaty (také čtení, pomáhání s úkoly, doprovod do kroužků)
15	Péče o dospělé se zvláštními potřebami, seniory
16	Dobrovolnická činnost (pro charitu, sportovní klub a jiné organizace)
17	Náboženská činnost (návštěva kostela, modlitby)
18	Trávení času/povídání/psaní si s rodinou, přáteli, sousedy
19	Návštěva koncertu, divadla, kina, galerie, muzea, sportovní události, knihovny
20	Sport, cvičení, trávení času venku (včetně venčení psa)
21	Internet, e-mail, sociální sítě (facebook, twitter...)
22	Hraní her (na počítači, konzoli, telefonu...)
23	Sledování televize, DVD, filmů, videí
24	Čtení knih, časopisů, novin, poslouchání rádia nebo hudby
DOSPĚLÍ – AKTIVITY A ČAS	

1	RÁNO / DOPOLEDNE					
	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00
	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	
7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	

1	ODPOLEDNE					
	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	
13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	

1	VEČER / NOC					
	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00
	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	0:00
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	
19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	0:00	

1	NOC / RÁNO					
	0:00	1:00	2:00	3:00	4:00	5:00
	1:00	2:00	3:00	4:00	5:00	6:00
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
0:00	1:00	2:00	3:00	4:00	5:00	
1:00	2:00	3:00	4:00	5:00	6:00	

Nezapomeňte vyplnit otázky na druhé straně!