

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

## DOPLŇKOVÉ OTÁZKY K POPISU VČEREJŠÍHO DNE

**0.0** Prosím vyplňte DNEŠNÍ datum.

diaryday Den:   diarymon Měsíc:   2017

**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: <b>ordayun</b>	<input type="checkbox"/> 2

**daytype** **O.2** Včerejšek 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						DOPOLEDNE						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: .....

## VYPLŇTE VČEREJŠÍ AKTIVITY

<b>DOSPĚLÍ – AKTIVITY A ČAS</b>	
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
<b>DOSPĚLÍ – AKTIVITY A ČAS</b>	

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	

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

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

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!