

શારીરિક પ્રવૃત્તિ અને સુખાકારીના નિવાસીઓનો સર્વે 2022

તમારા વિચારો વહેંચીને ગિફ્ટ કાર્ડ Amazon.co.uk 15x £20માંથી કોઈ એક જીતવાની તક સાથે રહો.

જો તમે 18 વર્ષ કે તેથી વધુ ઉંમરના હોવ અને લિસેસ્ટરશાયર, લિસેસ્ટર અથવા રુટલેન્ડમાં રહેતા હોવ, તો અમે તમારી શારીરિક પ્રવૃત્તિ અંગેની આદતો અને અભિપ્રાયો વિશે વધુ જાણવા માંગીએ છીએ.

લિસેસ્ટરશાયર, લિસેસ્ટર અને રુટલેન્ડમાં સાથે મળીને સક્રિય અને સ્થાનિક સત્તાવાળાઓના ભાગીદારો સક્રિય રહેવા, તમારી વર્તમાન ટેલો અને તમારા ભાવિ ઇરાદાઓ વિશે તમને કેવું લાગે છે તે સમજવા માગે છે. આ અમને તમને અને અન્ય રહેવાસીઓને તંદુરસ્ત સક્રિય જીવન જીવવામાં મદદ કરવા માટે અમારા સમુદાયોમાં કયા ટેકા અને તકોની જરૂર છે તે ઓળખવામાં મદદ કરશે.

તમે જે માહિતી પ્રદાન કરો છો તે અનામી રહેશે અને તેનો ઉપયોગ તમારા સ્થાનિક સત્તામંડળ, સક્રિય સાથે મળીને અને અન્ય શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ અને રમતગમત પ્રદાતાઓ દ્વારા નિવાસીઓના આરોગ્ય અને સુખાકારીને સુધારવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને સ્થાનિક શારીરિક પ્રવૃત્તિ અને રમતગમતની ઓફરને આકાર આપવા માટે કરવામાં આવશે.

જો તમે હાલમાં કોઈ પ્રવૃત્તિમાં ભાગ ન લઈ રહ્યા હોવ અથવા રમતગમતના સત્રોમાં નિયમિતપણે ભાગ લેતા ન હોવ, તો ચિંતા કરશો નહીં, તમારા મંતવ્યો પણ એટલા જ મહત્વપૂર્ણ છે.

જો તમે 0-17 વર્ષની ઉંમરના બાળકના માતા-પિતા અથવા વાલી છો, તો તમને તેમની પ્રવૃત્તિના સ્તર પર પણ પ્રશ્નો પૂછવામાં આવશે.

કૃપા કરીને મુખ્ય સર્વેક્ષણ પૂર્ણ કરવા માટે લગભગ 10 મિનિટનો સમય આપો અને બાળકના પ્રશ્નોના જવાબ આપવા માટે વધારાની તમામ 5 મિનિટ (જો લાગુ પડતું હોય તો) પીલીઝ વ્યક્તિ દીઠ ફક્ત એક જ પ્રતિસાદ સબમિટ કરે છે. આ સર્વેક્ષણ પૂર્ણ કરવાની અંતિમ તારીખ **10 જુલાઈ 2022 ને રવિવારની મધ્યરાત્રિ** છે.

જો તમને સર્વેક્ષણ વિશે કોઈ પણ પ્રશ્નો હોય અથવા અલગ ફોર્મેટ અથવા ભાષામાં આ માહિતીની જરૂર હોય, તો કૃપા કરીને 01509 564888 પર સાથે મળીને સક્રિયનો સંપર્ક [કરો અથવા info@active-together.org](mailto:info@active-together.org)

*= ફરજિયાત પ્રશ્ન.

તમારો સમય આપવા બદલ આભાર.

કૃપા કરીને અમને તમારા આરોગ્ય અને શારીરિક પ્રવૃત્તિના સ્તર વિશે જણાવો

1. સામાન્ય રીતે તમારી તંદુરસ્તી કેવી છે? શું તમે કહેશો કે તે...? *

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|--|
| <input type="radio"/> બહુ સારું | <input type="radio"/> વાજબી | <input type="radio"/> ખૂબ જ ખરાબ |
| <input type="radio"/> સારું | <input type="radio"/> ખોટું | <input type="radio"/> કહેવાનું પસંદ નથી કરતા |

2. પાછલા અઠવાડિયામાં, તમે કુલ કેટલી મિનિટોની શારીરિક પ્રવૃત્તિ કરી છે, જે તમારા શ્વાસના દરને વધારવા માટે પૂરતી હતી? કૃપા કરીને કોઈ પણ હેતુ માટે રમતગમત, તંદુરસ્તી અને મનોરંજનની પ્રવૃત્તિઓ અને ઝડપી વોકિંગ અથવા સાઇકલિંગનો સમાવેશ કરો, પરંતુ તમારા કાર્યનો ભાગ હોય તેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિનો સમાવેશ કરશો નહીં. *

- 30 મિનિટથી ઓછો સમય (અડધા કલાકથી ઓછો) (કૃપા કરીને હવે પ્રશ્ન ૮ પર જાઓ)
- 30-૫૯ મિનિટ (અડધા કલાકથી એક કલાક સુધીની)
- ૬૦-૮૯ મિનિટ (એક કલાકથી ૧.૫ કલાક સુધી)
- 90-119 મિનિટ (1.5 કલાક અને 2 કલાક સુધી)
- ૧૨૦-૧૪૯ મિનિટ (૨ કલાકથી ૨.૫ કલાક સુધી)
- ૧૫૦ મિનિટ કે તેથી વધુ (૨.૫ કલાક કે તેથી વધુ)

3. શું તમે પાછલા અઠવાડિયામાં કાં તો નવરાશ માટે ચાલતા હતા અથવા મુસાફરી કરી રહ્યા છો? *

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="radio"/> હા | <input type="radio"/> ના (કૃપા કરીને હવે Q5 પર જાઓ) |
|--------------------------|---|

4. ગયા અઠવાડિયે તમે કયા હેતુસર(ઓ) ચાલ્યા હતા? કૃપા કરીને લાગું પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- લીઝરઇ, સ્વાસ્થ્ય, તંદુરસ્તી અથવા મનોરંજન માટે
- દુકાનો અથવા સુપરમાર્કેટ્સમાંથી/જવા માટે
- અંગત કામકાજ માટે દા.ત. કામકાજ ચલાવવું અથવા ડોક્ટરની મુલાકાત લેવી
- ફૂતરો ચાલી રહ્યો છે
- મિત્રો અથવા પરિવારની મુલાકાત લેવી
- મારા કામના સ્થળેથી/ જવા માટે
- મારા કામના ભાગરૂપે કરવામાં આવેલી મુસાફરી માટે
- શાળા અથવા શિક્ષણના સ્થળે જવા માટે (અન્યને એસ્કોર્ટ કરવા સહિત)
- અન્યોને સ્વૈચ્છિક સેવા આપવી અથવા ટેકો પૂરો પાડવો
- મનોરંજનના સ્થળો અથવા આકર્ષણો જેવા કે સિનેમાઘરો, સંગ્રહાલયો, પબ્સ અને રેસ્ટોરાં, રમતગમતની સુવિધાઓ વગેરેમાંથી જવા માટે/ જવા માટે.
- અન્ય: _____

5. શું તમે પાછલા અઠવાડિયામાં કાં તો નવરાશ અથવા મુસાફરી માટે સાચકલ ચલાવી રહ્યા છો? *

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="radio"/> હા | <input type="radio"/> ના (કૃપા કરીને હવે Q7 પર જાઓ) |
|--------------------------|---|

6. ગયા અઠવાડિયે તમે કયા હેતુ(ઓ) માટે સાઇકલ ચલાવી હતી? કૃપા કરીને લાગુ પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- કુરસદ, તંદુરસ્તી અથવા મનોરંજન માટે
- સ્પર્ધાના હેતુઓ માટે
- દુકાનો અથવા સુપરમાર્કેટ્સમાંથી/જવા માટે
- અંગત કામકાજ માટે દા.ત. કામકાજ ચલાવવું અથવા ડોક્ટરની મુલાકાત લેવી
- મિત્રો અથવા પરિવારની મુલાકાત લેવી
- મારા કામના સ્થળેથી/ જવા માટે
- મારા કામના ભાગરૂપે કરવામાં આવેલી મુસાફરી માટે
- શાળા અથવા શિક્ષણના સ્થળે જવા માટે (અન્યને એસ્કોર્ટ કરવા સહિત)
- અન્યોને સ્વૈચ્છિક સેવા આપવી અથવા ટેકો પૂરો પાડવો
- મનોરંજનના સ્થળો અથવા આકર્ષણો જેવા કે સિનેમાઘરો, સંગ્રહાલયો, પબ્સ અને રેસ્તોરાં, રમતગમતની સુવિધાઓ વગેરેમાંથી જવા માટે/ જવા માટે.
- અન્ય: _____

7. તમે ગયા અઠવાડિયે (જો કોઈ હોય તો) અન્ય કયા પ્રકારની શારીરિક પ્રવૃત્તિ કરી છે?

કૃપા કરીને લાગુ પડે તે તમામ પસંદ કરો અને કૃપા કરીને ચાલવા અથવા સાયકલ ચલાવવાનો સમાવેશ કરશો નહીં. *

- દોડવું અથવા જોગિંગ
- ઘરની પ્રવૃત્તિ, તંદુરસ્તી અથવા કસરતનો વર્ગ ઓનલાઇન જોવા મળે છે
- ઘરની પ્રવૃત્તિ, તંદુરસ્તી અથવા કસરતનો વર્ગ ઓનલાઇન જોવા મળતો નથી
- ઘરથી દૂર ઇન્ડોર જીમ / ફિટનેસ વર્ગો દા.ત. જીમ, લેઝર સેન્ટર અથવા સમુદાય કેન્દ્રમાં
- ઇન્ડોર સ્વિમિંગ
- ઇન્ડોર સ્પોર્ટ્સ હોલ પ્રવૃત્તિઓ દા.ત. બાસ્કેટબોલ, બેડમિન્ટન, માર્શલ આર્ટ્સ વગેરે.
- આઉટડોર ટીમ સ્પોર્ટ્સનું આયોજન કરવું જેમ કે ફૂટબોલ, રગ્બી, હોકી વગેરે.
- આઉટડોર જિમ પ્રવૃત્તિ
- અન્ય આઉટડોર રમતો અને પ્રવૃત્તિઓ દા.ત. ગોલ્ફ, આઉટડોર ટેનિસ, વોટર સ્પોર્ટ્સ વગેરે
- બાગકામ
- સામૂહિક ભાગીદારીના કાર્યક્રમો દા.ત. પાર્કરન, રેસ ફોર લાઇફ, સ્પોર્ટિવ, અવરોધ દોડ વગેરે.
- બીજી કોઈ ક્રિયા નથી
- અન્ય: _____

8. ગયા અઠવાડિયે, તમે કેટલા દિવસોએ એવી કસરતો કરી છે જે તમારા સ્નાયુઓને મજબૂત બનાવે છે? આનો અર્થ એવી કસરતોનો છે જે તમારા સ્નાયુઓને તણાવનો અનુભવ કરાવે છે, શેક કરે છે અથવા ગરમ લાગે છે અને તેમાં વજન ઉપાડવું, સિટ-અપ્સ, યોગ, ભારે બેગ વહન કરવી અથવા બગીચો ખોદવો જેવી પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ થાય છે. *

- | | | | |
|-------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| <input type="radio"/> 0 દિવસો | <input type="radio"/> ૨ દિવસ | <input type="radio"/> ૪ દિવસ | <input type="radio"/> ૬ દિવસ |
| <input type="radio"/> ૧ દિવસ | <input type="radio"/> ૩ દિવસ | <input type="radio"/> ૫ દિવસ | <input type="radio"/> ૭ દિવસ |

9. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન, તમે કોઈ પણ કામના કલાકોની બહાર બેસીને દરરોજ આશરે કેટલો સમય પસાર કર્યો હતો? કૃપા કરીને ઘરે અને નવરાશના સમયમાં વિતાવેલા સમયનો સમાવેશ કરો પરંતુ જ્યારે તમે સૂતા હતા ત્યારે નહીં. આમાં, ટીવી જોવું, કમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ કરવો, વાંચવું, મિત્રો અને પરિવાર સાથે બેસવું શામેલ હોઈ શકે છે. *

- | | |
|---|---|
| <input type="radio"/> દરરોજ 1 કલાકથી ઓછો સમય | <input type="radio"/> દરરોજ 5થી 7 કલાક સુધીની વચ્ચે |
| <input type="radio"/> દરરોજ 1થી 3 કલાક સુધીની વચ્ચે | <input type="radio"/> દરરોજ 7 થી 9 કલાકની વચ્ચે |
| <input type="radio"/> દરરોજ 3થી 5 કલાકની વચ્ચે | <input type="radio"/> દરરોજના ૯ કે તેથી વધુ કલાક |

બાળકો અને યુવાનોની શારીરિક પ્રવૃત્તિ

10. શું તમે તમારા ઘરમાં રહેતા 17 વર્ષ કે તેથી ઓછી ઉંમરના કોઈ પણ બાળકોના માતા-પિતા કે વાલી છો? કૃપા કરીને લાગુ પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- હા
- ના (કૃપા કરીને હવે Q25 પર જાઓ)
- ન કહેવાનું પસંદ કરો (કૃપા કરીને હવે Q25 પર જાઓ)

11. શું તમારા કોઈ પણ બાળકની ઉંમર 0-4 વર્ષની વચ્ચે છે? *

- હા
- ના (કૃપા કરીને પ્રશ્ન 13 પર જાઓ)

12. ડબ્લ્યુ ટોપી એ સ્થાનિક સંસ્થાઓ માટે નાના બાળકોને વધુ કેવી રીતે જીવી શકાય તે વિશે પરિવારો સાથે સંદેશા શેર કરવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ હશે?

13. શું તમારા બાળકોની ઉંમર 5-11 વર્ષની વચ્ચે છે? *

- હા
- ના (કૃપા કરીને પ્રશ્ન 18 પર જાઓ)

14. 5-11 વર્ષની વયના દરેક બાળક માટે, છેલ્લા અઠવાડિયામાં તેઓએ કુલ કેટલી મિનિટોની શારીરિક પ્રવૃત્તિ કરી છે, જેના કારણે તેઓ ઝડપથી શ્વાસ લે છે અથવા તેમને ગરમ અને થાકેલા બનાવે છે? આમાં સાયકલિંગ, સ્કૂટરિંગ, રનિંગ, સ્પોર્ટ્સ, બોલ ગેમ્સ, ટ્રેમ્પોલિનિંગ, ડાન્સિંગ, કસરતના વર્ગો અથવા અન્ય કોઈ પણ શારીરિક પ્રવૃત્તિનો સમાવેશ થઈ શકે છે જે તેમણે જાતે અથવા અન્ય લોકો સાથે કરી હતી.

	દરરોજ આશરે 60 મિનિટ કે તેથી વધુ	આશરે દરરોજ 30-59 મિનિટ	દરરોજ આશરે 30 મિનિટથી ઓછો સમય	કંઈ નહિં
બાળ ૧	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
બાળ ૨	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
બાળ ૩	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
બાળ ૪	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
બાળ ૫	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15. શું તમારા 5-11 વર્ષની વયના બાળકો મુખ્યત્વે શાળાના સમયની બહારની અંદર શારીરિક પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લે છે?

*

- શાળામાં ○ શાળાની અંદર અને બહાર સમાન વિશે
○ શાળાની બહાર ○ ખબર નથી

16. સામાન્ય રીતે, તમારા 5-11 વર્ષની વયના બાળકો શાળાએ કેવી રીતે મુસાફરી કરે છે? કૃપા કરીને લાગુ પડતું હોય તે

તમામ પસંદ કરો. *

- ચાલો ○ કારમાં
○ બાઇકને કાઢો ○ બસ, ટ્રેન અથવા અન્ય જાહેર પરિવહન પર
○ સ્કૂટરને રિડ કરો ○ લાગુ પડતું નથી
○ અન્ય: _____

17. 5-11 વર્ષની વયના દરેક બાળક માટે કૃપા કરીને નીચેના પ્રશ્નો જવાબ આપો. એક સામાન્ય શાળા સપ્તાહ વિશે વિચારીએ તો, તમારા બાળકો દરરોજ શાળા પહેલાં અને પછી બેસવામાં કેટલો સમય વિતાવે છે? આમાં ટીવી જોવું, કમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ કરવો, વીડિયો ગેમ્સ રમવી, હોમવર્ક કરવું, વાંચવું, મિત્રો અને પરિવાર સાથે બેસવું જેવી પ્રવૃત્તિઓ શામેલ હોઈ શકે છે. કૃપા કરીને જ્યારે તેઓ સૂતા હોય ત્યારે સમયનો સમાવેશ કરશો નહીં.

	દરરોજ એક કલાકથી ઓછો	દરરોજના ૧-૨ કલાક	દરરોજના ૨-૩ કલાક	દરરોજના ૩-૪ કલાક	દરરોજના ૪-૫ કલાક	દરરોજ ૬થી વધુ કલાક
બાળ ૧	○	○	○	○	○	○
બાળ ૨	○	○	○	○	○	○
બાળ ૩	○	○	○	○	○	○
બાળ ૪	○	○	○	○	○	○
બાળ ૫	○	○	○	○	○	○

18. શું તમારા કોઈ બાળકની ઉંમર 12-17 વર્ષની વચ્ચે છે? *

- હા
○ ના (કૃપા કરીને Q23 પર જાઓ)

19. 12-17 વર્ષની વયના દરેક બાળક માટે, છેલ્લા અઠવાડિયામાં તેઓએ કુલ કેટલી મિનિટોની શારીરિક પ્રવૃત્તિ કરી છે, જેના કારણે તેઓ ઝડપથી શ્વાસ લે છે અથવા તેમને ગરમ અને થાકેલા બનાવે છે? આમાં સાયકલિંગ, સ્કૂટરિંગ, રનિંગ, સ્પોર્ટ્સ, બોલ ગેમ્સ, ટ્રેમ્પોલિનિંગ, ડાન્સિંગ, કસરતના વર્ગો અથવા અન્ય કોઈ પણ શારીરિક પ્રવૃત્તિનો સમાવેશ થઈ શકે છે જે તેમણે જાતે અથવા અન્ય લોકો સાથે કરી હતી.

	દરરોજ આશરે 60 મિનિટ કે તેથી વધુ	આશરે દરરોજ 30-59 મિનિટ	દરરોજ આશરે 30 મિનિટથી ઓછો સમય	કંઈ નહીં
બાળ ૧	○	○	○	○
બાળ ૨	○	○	○	○
બાળ ૩	○	○	○	○
બાળ ૪	○	○	○	○
બાળ ૫	○	○	○	○

20. શું તમારા ૧૨-૧૭ વર્ષના બાળકો મુખ્યત્વે શાળા, કોલેજ કે કામના ક્લાકોની અંદર કે બહારની શારીરિક પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લે છે? *

- શાળા/કોલેજ/કાર્યમાં ○ શાળા /કોલેજ / કાર્યની અંદર અને બહાર લગભગ સમાન વિશે
○ શાળા/કોલેજ/કામની બહાર ○ ખબર નથી

21. સામાન્ય રીતે, 12-17 વર્ષની વયના તમારા બાળકો શાળા, કોલેજ અથવા કામ પર કેવી રીતે મુસાફરી કરે છે? કૃપા કરીને લાગુ પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- ચાલો ○ કારમાં
○ બાઇકને કાઢો ○ બસ, ટ્રેન અથવા અન્ય જાહેર પરિવહન પર
○ સ્કૂટર પર સવારી કરો ○ લાગુ પડતું નથી
○ અન્ય: _____

22. 12-17 વર્ષની વયના દરેક બાળક માટે કૃપા કરીને નીચેના પ્રશ્નનો જવાબ આપો. એક સામાન્ય શાળા, કોલેજ કે કામકાજના અઠવાડિયા વિશે વિચારીએ તો તમારાં બાળકો દરરોજ શાળા, કોલેજ કે પછી કામ કરતાં પહેલાં અને પછી બેસવામાં કેટલો સમય વિતાવે છે? આમાં ટીવી જોવું, કમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ કરવો, વીડિયો ગેમ્સ રમવી, હોમવર્ક કરવું, વાંચવું, મિત્રો અને પરિવાર સાથે બેસવું જેવી પ્રવૃત્તિઓ શામેલ હોઈ શકે છે. કૃપા કરીને જ્યારે તેઓ સૂતા હોય ત્યારે સમયનો સમાવેશ કરશો નહીં.

	દરરોજ એક કલાકથી ઓછો	દરરોજના ૧-૨ કલાક	દરરોજના ૨-૩ કલાક	દરરોજના ૩-૪ કલાક	દરરોજના ૪-૫ કલાક	દરરોજ 5થી વધુ કલાક
બાળ ૧	○	○	○	○	○	○
બાળ ૨	○	○	○	○	○	○
બાળ ૩	○	○	○	○	○	○
બાળ ૪	○	○	○	○	○	○
બાળ ૫	○	○	○	○	○	○

23. ડબ્લ્યુડેટ અવરોધો શું તમે બાળકોને વધુ સક્રિય રહેવાનો સામનો કરો છો, જો કોઈ હોય તો?

24. ડબ્લ્યુડેટ સપોર્ટ, જો કોઈ હોય તો, તમારા બાળકોને વધુ સક્રિય બનવામાં મદદ કરશે?

આજે તમે નીચેના દરેક વિધાન સાથે કેટલું સંમત કે અસંમત છો... ?

25. 'મને લાગે છે કે મારામાં શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવાની ક્ષમતા છે'? ક્ષમતામાં શારીરિક ક્ષમતા અને આત્મવિશ્વાસનો સમાવેશ થાય છે. *

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> ભારપૂર્વક સંમત થાઓ (કૃપા કરીને હવે Q28 પર જાઓ) | <input type="radio"/> અસહમત |
| <input type="radio"/> સંમત થાઓ (કૃપા કરીને હવે Q28 પર જાઓ) | <input type="radio"/> સંપૂર્ણપણે અસંમત |
| <input type="radio"/> ન તો સંમત છે કે ન તો અસંમત | <input type="radio"/> ખબર નથી |

26. કૃપા કરીને અમારી સાથે જણાવો કે તમને શા માટે એવું લાગે છે કે તમે શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવાની ક્ષમતા ધરાવતા નથી અથવા તમે અનિશ્ચિત છો: કૃપા કરીને લાગુ પડતું તમામ પસંદ કરો. *

- શારીરિક પ્રવૃત્તિ શું છે તે હું જાણતો નથી
- મારી પાસે જરૂરી કૌશલ્યો નથી
- વધુ સક્રિય કેવી રીતે રહેવું તે હું જાણતો નથી
- મને પૂરતો વિશ્વાસ નથી
- મારામાં એટલી તાકાત નથી
- હું અપંગતા અથવા લાંબા ગાળાની આરોગ્ય સ્થિતિ, અથવા નબળી તંદુરસ્તી ધરાવું છું જે મને મર્યાદિત કરે છે
- મને ચિંતા છે કે મને ઈજા થઈ શકે છે
- હુંલાંબા સમયથી કોવિડથી પીડિત છું/ છું
- અન્ય: _____

27. શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવાની તમારી ક્ષમતામાં વધુ આત્મવિશ્વાસ અનુભવવામાં તમને શું મદદ કરશે?

28. 'મને લાગે છે કે મને શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવાની તક મળી છે'? તકમાં તે કરવા માટે ક્યાંક હોવું, તે પરવડી શકે તેમ હોવું, યોગ્ય કીટ હોવી, પરિવારનો ટેકો, કોઈની સાથે ભાગ લેવો, ઉપલબ્ધ સમય વગેરે જેવી બાબતોનો સમાવેશ થાય છે.

*

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> ભારપૂર્વક સંમત થાઓ (કૃપા કરીને હવે Q31 પર જાઓ) | <input type="radio"/> અસહમત |
| <input type="radio"/> સંમત થાઓ (કૃપા કરીને હવે Q31 પર જાઓ) | <input type="radio"/> સંપૂર્ણપણે અસંમત |
| <input type="radio"/> ન તો સંમત છે કે ન તો અસંમત | <input type="radio"/> ખબર નથી |

29. તમને શા માટે એવું લાગે છે કે તમે શારીરિક રીતે પ્રવૃત્ત રહેવાની તક મેળવો છો કે કેમ તમને નથી લાગતું તે અંગે કૃપા

કરીને અમારી સાથે શેર કરો: કૃપા કરીને જે લાગુ પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- સ્થાનિક તકો વિશે હું જાણતો નથી
- ત્યાં કોઈ યોગ્ય સ્થાનિક તકો નથી
- મારી પાસે બાળસંભાળની જવાબદારી છે
- મારી પાસે અન્ય સંભાળ રાખવાની જવાબદારીઓ છે
- હું ચોક્કસ પ્રવૃત્તિઓ કરી શકતો નથી
- મારી પાસે સમય નથી
- પરિવહનનો અભાવ
- ભાગ લેવા માટે જરૂરી કિટ મારી પાસે નથી
- મારા કોઈ પણ મિત્ર કે કુટુંબીજનો સક્રિય નથી/મારી સાથે સક્રિય રહેવા માટે કોઈ મહ્યું નથી
- કોઈ પણ પ્રવૃત્તિ મારા માટે અનુકૂળ નથી
- અન્ય: _____

30. સક્રિય રહેવાની વધુ તકોને એક્સેસ કરવામાં તમને શું મદદ કરશે?

31. 'હું શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવા માટે પ્રેરિત અનુભવું છું'? પ્રેરણામાં સક્રિય રહેવાની ઇચ્છા, જેમ કે તંદુરસ્ત અથવા સુધરેલા માનસિક સ્વાસ્થ્યનો સમાવેશ થાય છે. *

- ભારપૂર્વક સંમત થાઓ (કૃપા કરીને હવે Q34 પર જાઓ)
- સંમત થાઓ (કૃપા કરીને હવે Q34 પર જાઓ)
- ન તો સંમત છે કે ન તો અસંમત
- અસહમત
- સંપૂર્ણપણે અસંમત
- ખબર નથી

32. કૃપા કરીને અમારી સાથે જણાવો કે તમે શા માટે નથી કરતા અથવા તમે શારીરિક રીતે પ્રવૃત્ત રહેવા માટે પ્રેરિત થાઓ છો કે કેમ તે અંગે અનિશ્ચિત છો: કૃપા કરીને લાગુ પડતી તમામ ચીજો પસંદ કરો. *

- મને ખબર નથી કે ક્યાંથી શરૂઆત કરવી
- હું માનતો નથી કે હું તે કરી શકું છું
- હું માનતો નથી કે તે મને મદદ કરશે
- જ્યારે પણ હું પ્રયત્ન કરું છું, ત્યારે હું નિષ્ફળ જાઉં છું/હું તેને ચાલુ રાખી શકતો નથી
- દિલ દુભાવનારું
- તે ખૂબ મુશ્કેલ છે
- હું એક સક્રિય વ્યક્તિ જેવો લાગતો નથી/અનુભવતો નથી
- મારું માનસિક સ્વાસ્થ્ય અવરોધરૂપ છે
- હું ક્યારેય શારીરિક રીતે સક્રિય રહ્યો નથી તો શા માટે પરિવર્તન
- મને મદદ કરવા માટે ત્યાં કોઈ નથી
- મને મારા વજનની શરમ આવે છે
- હું અન્ય લોકોની સામે કામ કરવા માંગતો નથી
- મેં અગાઉ સક્રિય રહેવામાં આનંદ માણ્યો નથી
- હું માત્ર સક્રિય રહેવા માંગતો નથી

○ અન્ય: _____

33. શું તમને વધુ સક્રિય રહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરશે?

[કૃપા કરીને અમને પ્રવૃત્ત રહેવાની તમારી મુખ્ય બાબતો વિશે જણાવો](#)

34. નીચેની બાબતો તમને કેટલી હદે સક્રિય રહેવા પ્રેરે છે? *

	ઘણી હદ સુધી	અમુક અંશે	જરાય નહિ
સારા શારીરિક સ્વાસ્થ્યને સુધારવું અને તેને જાળવવું	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
સારા માનસિક સ્વાસ્થ્યને સુધારવું અને જાળવવું	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
સમાજકરણની તક - અન્યો સાથે ભાગ લેવો	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
મારી કુશળતા, ક્ષમતા અથવા રમતના ધોરણમાં સુધારો કરવો	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

35. કઈ બાબતો તમારી શારીરિક પ્રવૃત્તિ, રમતગમત અને કસરતની પસંદગીને અસર કરે છે?

36. અત્યારે શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવા માટે તમે જે સૌથી મોટા પડકારોનો સામનો કરી રહ્યા છો તે કયા છે, જો કોઈ હોય તો?

37. આ પડકારોનો સામનો કરવામાં તમને શું મદદ કરશે (જો લાગુ પડતું હોય તો)?

38. શારીરિક પ્રવૃત્તિના કયા સ્વરૂપો તમને અપીલ કરે છે? કૃપા કરીને લાગુ પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- સ્પર્ધાત્મક (એવી પ્રવૃત્તિ જેમાં સ્પર્ધા અને જીત પર ભાર મૂકવામાં આવે છે)
- અર્ધ-સ્પર્ધાત્મક (સ્પર્ધા, આનંદ અને આનંદનું મિશ્રણ)
- મનોરંજન/સામાજિક (આનંદ અને આનંદ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો)
- જૂથ ક્રિયા
- વ્યક્તિગત પ્રવૃત્તિ
- ટીમ/ક્લબ પ્રવૃત્તિ
- કુટુંબ આધારિત પ્રવૃત્તિ
- વર્ચ્યુઅલ / ઓનલાઇન પ્રવૃત્તિ
- પસંદગી નથી

સ્થાનિક સ્તરે શું થઈ રહ્યું છે?

44. તમારો સંપૂર્ણ પોસ્ટકોડ શું છે? *

સર્વેક્ષણના ઉત્તરદાતાઓ જ્યાં રહે છે તે ક્ષેત્રોને સમજવા માટે જ અમે આ માહિતીનો ઉપયોગ કરીશું, જેથી ભવિષ્યની જોગવાઈ સૌથી વધુ લાભદાયક હોય તેનું આયોજન કરવામાં મદદ મળી શકે. તે તમારા ધરની ઓળખ નહીં કરે.

45. તમે કયા સ્થાનિક સત્તામંડળ વિસ્તારમાં રહો છો (જો લાગુ પડતું હોય તો આ તે છે જેને તમે તમારો કાઉન્સિલ ટેક્સ ચૂકવો છો)? આ એટલા માટે છે કે અમે તમને જ્યાં રહો છો તેનાથી સંબંધિત વિશિષ્ટ પ્રશ્નો પૂછી શકીએ છીએ. *

- | | | |
|---|---|--------------------------------------|
| <input type="radio"/> બ્લેબી | <input type="radio"/> લિસેસ્ટર શહેર | <input type="radio"/> રુટલેન્ડ |
| <input type="radio"/> ચાર્નવુડ | <input type="radio"/> મેલ્ટન | <input type="radio"/> ખબર નથી |
| <input type="radio"/> હાર્બરોફ | <input type="radio"/> ઉત્તર પશ્ચિમ લિસેસ્ટરશાયર | <input type="radio"/> લાગુ પડતું નથી |
| <input type="radio"/> હિન્કલી અને બોસવર્થ | <input type="radio"/> ઓડબી અને વિગસ્ટન | |

46. જો કોઈ પણબાબત તમને તમારા સ્થાનિક વિસ્તારમાં શારીરિક પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લેતા અટકાવે તો શું?

47. તમને અને અન્ય લોકોને વધુ સક્રિય રહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા માટે તમે તમારા સ્થાનિક વિસ્તારમાં શું સુધારો કરશો?

48. શું તમે સ્થાનિક લેટ્સ ગેટ મૂવિંગ સીએમ્પેઇન (સ્થાનિક એક્ટિવ ટુગેઠર ચેમ્પિયન્સ સહિત) જોયું છે અથવા તેનાથી વાકેફ કરવામાં આવ્યા છે? *

- | | | |
|--------------------------|--|---|
| <input type="radio"/> હા | <input type="radio"/> ના (કૃપા કરીને Q50 પર જાઓ) | <input type="radio"/> ખબર નથી (કૃપા કરીને Q50 પર જાઓ) |
|--------------------------|--|---|

49. મહેરબાની કરીને અમને જણાવો કે તમે તેમના અભિયાન વિશે ક્યાં જોયું અથવા સાંભળ્યું છે. કૃપા કરીને લાગુ પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> ટીવી સમાચાર વાર્તાઓ | <input type="radio"/> સમર્પિત ઓનલાઇન જૂથો દા.ત. ફેસબુક એસપોટેડ અને કમ્યુનિટી ગ્રૂપ |
| <input type="radio"/> રેડિયો શો / સમાચાર | <input type="radio"/> પેજ. મમ્સનેટ. |
| <input type="radio"/> રેડિયો જાહેરાતો | <input type="radio"/> Spotify જાહેરાતો |
| <input type="radio"/> વેબસાઇટો | <input type="radio"/> ચિત્રો પર દા.ત. બસો, બિલબોર્ડ્સ, લેમ્પપોસ્ટ્સ પર. |
| <input type="radio"/> ઈ-મેઇલો / ન્યૂઝલેટરો | <input type="radio"/> સ્થાનિક પ્રવૃત્તિ અને રમતના સ્થળો |
| <input type="radio"/> સોશિયલ મીડિયા | <input type="radio"/> સ્થાનિક સામયિકો/ અખબારો |
| <input type="radio"/> ઓનલાઇન સમાચાર સાઇટો | <input type="radio"/> કોઈ કાર્યક્રમમાં દા.ત. સમુદાય અથવા કાર્યસ્થળની ઘટના. |
| <input type="radio"/> અન્ય: _____ | |

50. કૃપા કરીને અમને જણાવો કે શું તમે નીચેનામાંથી કોઈ પણ રાષ્ટ્રીય ઝુંબેશ જોઈ છે અથવા તેનાથી વાકેફ છો. કૃપા કરીને લાગું પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- આ છોકરી કરી શકે છે આપણે અજેય છીએ આમાંની કોઈ પણ બાબતની જાણકારી નથી

51. તમારા સ્થાનિક વિસ્તારમાં શારીરિક પ્રવૃત્તિની તકો વિશે જાણવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ કયો છે? કૃપા કરીને લાગું પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- રેડિયો સમર્પિત ઓનલાઇન જૂથો દા.ત. ફેસબુક સ્પોર્ટ્સ અને કમ્યુનિટી ગ્રૂપ પૃષ્ઠો. મમ્સનેટ.
 સ્થાનિક સામયિકો/ અખબારો ચિત્રો પર (દા.ત. બસો, બિલબોર્ડ્સ, લેમ્પપોસ્ટ્સ પર)
 સોશિયલ મીડિયા સ્થાનિક સામુદાયિક સ્થળ દા.ત. , કોમ્યુનિટી સેન્ટર, પૂજા સ્થળ, સ્પોર્ટ્સ ક્લબ.
 ઓનલાઇન વેબસાઇટ મિત્ર / કુટુંબના સભ્ય / મોઢાનો શબ્દ
 ઈ-મેઇલો / ન્યૂઝલેટરો મને રસ નથી
 અન્ય: _____

52. જો લાગુ પડતું હોય તો, પીવીઝ સ્પષ્ટ કરે છે કે તમે સ્થાનિક માહિતી શોધવા માટે કયા સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મનો સૌથી વધુ નિયમિત ઉપયોગ કરો છો?

- Facebook ઇન્સ્ટાગ્રામ Snapchat
 Twitter TikTok LinkedIn

[કૃપા કરીને અમને તમારા વિશે કહો](#)

સાથે મળીને સક્રિય અને અમારા વિશ્વસનીય ભાગીદારો એ સુનિશ્ચિત કરવા કટિબદ્ધ છે કે સેવાઓ, નીતિઓ અને પદ્ધતિઓ ભેદભાવ અને પૂર્વગ્રહોથી મુક્ત હોય, સમુદાયના તમામ વર્ગોની જરૂરિયાતો પૂર્ણ કરે અને તકની સમાનતાને પ્રોત્સાહન આપે અને આગળ વધે.

તેથી જો તમે નીચેના પ્રશ્નોના જવાબ આપશો તો અમે આભારી થઈશું. વિનંતી કરાયેલી માહિતી પૂરી પાડવાની તમારી કોઈ ફરજ નથી, પરંતુ જો તમે તેમ કરશો તો તે અમને ખૂબ જ મદદરૂપ થશે.

53. શું તમે? *

- પુરુષ નારી સ્વ-વર્ણન કરવાનું પસંદ કરો કહેવાનું પસંદ નથી કરતા

54. તમારી ઉંમર કેટલી છે? *

- 18 વર્ષ 35-44 વર્ષ 65-74 વર્ષ કહેવાનું પસંદ નથી કરતા
 19-24 વર્ષ 45-54 વર્ષ 75-84 વર્ષ
 25-34 વર્ષ 55-64 વર્ષ 85થી વધુ વર્ષ

55. શું તમને લાંબા સમયથી ચાલતી શારીરિક, માનસિક િસ્થિતિ કે માંદગી છે જે ૧૨ મહિના સુધી ટકી રહી હોય અથવા ટકી રહેવાની શક્યતા હોય અને જે રોજબરોજની પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવાની તમારી ક્ષમતા પર નોંધપાત્ર વિપરીત અસર કરે છે? કૃપા કરીને લાગું પડતું હોય તે તમામ પસંદ કરો. *

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> હા- માનસિક સ્થિતિ કે બીમારી | <input type="radio"/> ના |
| <input type="radio"/> હા- શારીરિક સ્થિતિ કે બીમારી | <input type="radio"/> કહેવાનું પસંદ નથી કરતા |
| <input type="radio"/> હા - અન્ય | |

56.નીચેનામાંથી કયું જૂથ તમારા વંશીય જૂથ અથવા પૃષ્ઠભૂમિને શ્રેષ્ઠ રીતે વર્ણવે છે? *

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> સફેદ | <input type="radio"/> કાળો / આફ્રિકન / કેરેબિયન / કાળો બ્રિટીશ |
| <input type="radio"/> મિશ્ર / બહુવિધ વંશીય જૂથો | <input type="radio"/> કહેવાનું પસંદ નથી કરતા |
| <input type="radio"/> એશિયન / એશિયન બ્રિટીશ | <input type="radio"/> અન્ય: _____ |

57.તમારો ધર્મ શું છે? *

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> કોઈ ધર્મ નથી | <input type="radio"/> મુસ્લિમ |
| <input type="radio"/> ખ્રિસ્તી (તમામ સંપ્રદાયો) | <input type="radio"/> શીખ |
| <input type="radio"/> બૌદ્ધ | <input type="radio"/> કહેવાનું પસંદ નથી કરતા |
| <input type="radio"/> હિન્દુ | <input type="radio"/> અન્ય: _____ |
| <input type="radio"/> યહૂદી | |

58. ઘણા લોકોને તેમના જાતીય અભિગમને કારણે ભેદભાવનો સામનો કરવો પડે છે અને આ કારણોસર અમે આ મોનિટરિંગ પ્રશ્ન પૂછવાનું નક્કી કર્યું છે. તમારે તેનો જવાબ આપવાની જરૂર નથી, પરંતુ જો તમે કેટેગરીની બાજુમાં બોક્સ પસંદ કરી શકો જે તમારા જાતીય અભિગમનું વર્ણન કરે છે, તો અમે આભારી થઈશું.

- | | | |
|-------------------------------------|--|--|
| <input type="radio"/> દ્વિ-જાતીય | <input type="radio"/> લેસ્બિયન | <input type="radio"/> કહેવાનું પસંદ નથી કરતા |
| <input type="radio"/> ગે | <input type="radio"/> અન્ય | |
| <input type="radio"/> વિજાતીય/સીધું | <input type="radio"/> સ્વ-વર્ણન કરવાનું પસંદ કરો | |

59.આમાંની કઈ પ્રવૃત્તિ તમે હાલમાં જે કરી રહ્યા છો તેનું શ્રેષ્ઠ વર્ણન કરે છે? કૃપા કરીને માત્ર એક જ વિકલ્પ પસંદ કરો. *

- | | |
|---|---|
| <input type="radio"/> પૂર્ણ-સમયની નોકરીમાં કર્મચારી (દર અઠવાડિયે 30 કલાક વત્તા) | <input type="radio"/> કાયમી ધોરણે બીમાર/નિષ્ક્રિય |
| <input type="radio"/> પાર્ટ-ટાઇમ જોબમાં કર્મચારી (દર અઠવાડિયે 30 કલાકથી ઓછા) | <input type="radio"/> સંપૂર્ણપણે કામમાંથી નિવૃત્ત |
| <input type="radio"/> સ્વ-રોજગાર પૂર્ણ અથવા પાર્ટ-ટાઇમ | <input type="radio"/> ઘરની સંભાળ રાખવી |
| <input type="radio"/> સરકાર સમર્થિત તાલીમ કાર્યક્રમ પર | <input type="radio"/> બીજું કંઈક કરી રહ્યા છીએ |
| <input type="radio"/> શાળા, કોલેજ અથવા યુનિવર્સિટીમાં પૂર્ણ-સમયનું શિક્ષણ | <input type="radio"/> કહેવાનું પસંદ નથી કરતા |
| <input type="radio"/> બેરોજગાર અને કામ માટે ઉપલબ્ધ | |

લગભગ ત્યાં જ...

પ્રાઇઝ ડ્રોના નિયમો અને શરતો

- ઇનામનો ડ્રો એક્ટિવ ટુગેઠર દ્વારા ચલાવવામાં આવી રહ્યો છે.
- ઇનામી ડ્રો લિસેસ્ટરશાયર, લિસેસ્ટર અને રુટલેન્ડના 18 વર્ષ કે તેથી વધુ વયના નિવાસીઓ માટે ખુલ્લો છે, જેઓ આ સર્વેક્ષણને સંપૂર્ણપણે પૂર્ણ કરે છે.
- ઇનામ ડ્રોમાં દાખલ થવા માટે તમારે સર્વેક્ષણ અને ઇનામ ડ્રો ક્ષેત્રો પૂર્ણ કરવા આવશ્યક છે. કોઈ ખરીદીની જરૂર નથી.
- ઇનામ ડ્રોમાં પ્રવેશ ૨૦ જૂન ૨૦૨૨ ના રોજ ખુલશે અને ૧૦ જુલાઈ ૨૦૨૨ ની મધ્યરાત્રિએ બંધ થશે.

- અમે સર્વેક્ષણ અને ઇનામ ડ્રો વિન્ડોને વિસ્તૃત કરવાનો અધિકાર સુરક્ષિત રાખીએ છીએ, આની જાણ સર્વેની લિંક, અમારી વેબસાઇટ અને સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ દ્વારા કરવામાં આવશે.
- ઇનામ ડ્રો જુલાઈ ૨૦૨૨ ના અંતમાં યોજાશે.
- કુલ મળીને 15 x £20 Amazon.co.uk ગિફ્ટ કાર્ડ્સ* જીતવાના છે. *નિયંત્રણો લાગુ પડે છે, જુઓ www.amazon.co.uk/gc-legal
- વ્યક્તિ દીઠ માત્ર એક જ પ્રવેશ સ્વીકારવામાં આવશે.
- આ ઇનામ જણાવ્યા મુજબ છે, અને કોઈ રોકડ અથવા અન્ય વિકલ્પો આપવામાં આવશે નહીં. ઇનામ નોન-ટ્રાન્સફરેબલ અને નોન-એક્સચેન્જેબલ છે.
- વિજેતાઓને અંતિમ તારીખના ૨૮ દિવસની અંદર ઇમેઇલ દ્વારા સૂચિત કરવામાં આવશે. જો વિજેતાનો સંપર્ક કરી શકાતો નથી અથવા સૂચનાના 14 દિવસની અંદર ઇનામનો દાવો ન કરે, તો અમે તે વિજેતા પાસેથી ઇનામ પાછું ખેંચવાનો અને રિપ્લેસમેન્ટ વિજેતાને પસંદ કરવાનો અધિકાર સુરક્ષિત રાખીએ છીએ.
- આ નિયમો અને શરતો અનુસાર રન્ટમ પર 15 વિજેતાઓની પસંદગી કરવામાં આવશે.

ભવિષ્યનું સંશોધન

અમે વ્યક્તિઓ સાથે ફોલો-અપ કરવાનું પસંદ કરી શકીએ છીએ જેથી તેમણે પૂરા પાડેલા સર્વેક્ષણના પ્રતિભાવોને આધારે વધુ માહિતી મેળવી શકાય. જો તમે આ હેતુ માટે તમારો સંપર્ક કરવા સાથે મળીને સક્રિય રહેવા માટે ખુશ હો, તો કૃપા કરીને તમારી સંમતિ આપો અને નીચેની સંપર્ક વિગતો આપો. આભાર.

સક્રિય સાથે મળીને ન્યૂઝલેટર

અમને અમારા સ્થાનિક લેટ્સ ગેટ મૂવિંગ અભિયાન વિશે તમારા સંપર્કમાં રહેવાનું ગમશે, જેનો હેતુ અમારા ઇમેઇલ ન્યૂઝલેટર દ્વારા તમને અનુકૂળ આવે તે રીતે સક્રિય થવામાં તમને મદદ કરવાનો છે. જો તમને અમારી પાસેથી આ પ્રાપ્ત કરવામાં અને [અમારી વેબસાઇટ www.active-together.org](http://www.active-together.org) પર નોંધણી કરવામાં રસ હોય, તો કૃપા કરીને નીચેની ઓપ્ટ-ઇન કરો. તમે એન ઇડબલ્યુસ્ટેટરના તળિયે અનસબસ્ક્રાઇબ વિકલ્પનો ઉપયોગ કરીને કોઈપણ સમયે ઓપ્ટ-આઉટ કરી શકો છો. સક્રિયપણે સાથે મળીને તમારી ગોપનીયતાને ગંભીરતાથી લો અને તમારી વ્યક્તિગત માહિતીનો ઉપયોગ માત્ર શારીરિક પ્રવૃત્તિ અને સુખાકારીના નિવાસીઓના સર્વેક્ષણ અને ફોલો-ઓન કાર્યના સંબંધમાં જ કરશે. કૃપા કરીને નોંધ લેશો કે અનામી ડેટા અમારા વિશ્વસનીય ભાગીદારો વચ્ચે શેર કરવામાં આવશે, જ્યાં વ્યક્તિઓની ઓળખ કરવામાં આવશે નહીં. અમે ડેટા પ્રોટેક્શન એક્ટ ૨૦૧૮ ને અનુરૂપ ડેટા એકત્રિત કરીશું અને પ્રક્રિયા કરીશું. વધુ માહિતી માટે કૃપા કરીને અમારી ગોપનીયતા નીતિ www.active-together.org/privacypolicy જુઓ

જો તમે ઉપરોક્ત કોઈ પણ કારણસર તમારી સંપર્ક વિગતો શેર ન કરવાનું પસંદ કરો તો તમે અહીં સર્વેક્ષણ પૂરું કરી શકો છો.

60. જો તમે ઉપરોક્તમાંથી કોઈ પણ એકને ઓપ્ટ-ઇન કરવા માંગતા હો, તો કૃપા કરીને તમારું ઇમેઇલ એડ્રેસ પ્રદાન કરો:

61. જો તમે તમારું ઇમેઇલ એડ્રેસ પૂરું પાડ્યું હોય, તો કૃપા કરીને પુષ્ટિ કરો કે અમે આનો કેવી રીતે ઉપયોગ કરીએ તેવું તમે ઇચ્છો છો: કૃપા કરીને લાગુ પડતું હોય તે બધાને પસંદ કરો.

- હું નિ:શુલ્ક ઇનામ ડ્રોમાં દાખલ થવા માંગુ છું
- ભવિષ્યના સંબંધિત સંશોધન માટે સંપર્ક સાધવામાં આવતા મને આનંદ થાય છે
- હું લેટ્સ ગેટ મૂવિંગ ન્યૂઝલેટર પર સાઇન-અપ કરવા માંગુ છું

