

Startdatum (invullen door docent):

Locatie (invullen door docent):

Wat fijn dat u deze vragenlijst wilt invullen. Met uw antwoorden kunnen we de cursus blijven verbeteren. Uw antwoorden blijven anoniem.

1 Persoonlijk

Leeftijd

Geslacht

Postcode

2 Hoe vond u de cursus?

U heeft de cursus Zeker Bewegen gedaan. Weet u nu beter hoe u kunt voorkomen dat u valt?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Vond u de begeleiding door de docent prettig?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Vond u de begeleiding door de docent begrijpelijk?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Vond u het cursusboek begrijpelijk?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Hebben de oefeningen u geholpen?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Vond u de cursusruimte een prettige plek?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Was de cursusruimte goed bereikbaar?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Vond u de groepsgrootte goed?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Een beetje ☐ ☹️ Nee

Houdt u na de cursus contact met andere deelnemers?

☐ 😊 Ja ☐ 😐 Misschien ☐ ☹️ Nee

Bent u tevreden over het aantal lessen?

☐ 😊 Ja
 ☐ 😐 Nee, te veel lessen
 ☐ ☹️ Nee, te weinig lessen

3 Hoe gaat het nu met u?

Voelt u zich lichamelijk beter vergeleken met vóór de cursus?

☐ 😊 Ja
 ☐ 😐 Een beetje
 ☐ ☹️ Nee

Is uw evenwicht beter?

☐ 😊 Ja
 ☐ 😐 Een beetje
 ☐ ☹️ Nee

Kunt u beter opstaan?

☐ 😊 Ja
 ☐ 😐 Een beetje
 ☐ ☹️ Nee

Voelt u zich zelfverzekerder tijdens het lopen?

☒ 😊 Ja
 ☐ 😐 Een beetje
 ☐ ☹️ Nee

Heeft u uw woning veiliger gemaakt door deze cursus?

☐ 😊 Ja
 ☐ 😐 Dat ga ik nog doen
 ☐ ☹️ Nee

Bent u meer gaan bewegen door de cursus?

☐ 😊 Ja
 ☐ 😐 Een beetje
 ☐ ☹️ Nee

Gaat u na deze cursus bewegen of sporten? Zo ja, wat gaat u doen? Zo nee, waarom niet?

☐ Ja, ik ga
☐ Nee, want

4 Tot slot

Welk cijfer geeft u de cursus?

☐ 1
 ☐ 2
 ☐ 3
 ☐ 4
 ☐ 5
 ☐ 6
 ☐ 7
 ☐ 8
 ☐ 9
 ☐ 10

Wat vond u goed aan de cursus?

Hoe kunnen we de cursus verbeteren?

Hoe denkt u dat we andere senioren in de buurt kunnen bereiken?