

## Samtykkeerklæring – bokmål

### **Samtykket gjelder Folkehelseundersøkelsen i Innlandet 2023.**

Hovedformålet med denne undersøkelsen er å skaffe resultater som fylkes- og bostedskommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet. Opplysninger fra undersøkelsen kan også brukes til forskning.

Undersøkelsen innebærer at du fyller ut et spørreskjema. Det blir spurt om helse, helseatferd, trivsel og livskvalitet.

Undersøkelsen har lovhjemmel i folkehelseloven (§ 21) og forskrift om oversikt over folkehelsen (§ 7). Du er tilfeldig trukket ut fra Det sentrale folkeregisteret og din kontaktinformasjon er hentet fra Kontakt og reservasjonsregisteret.

### **Hva skjer med opplysningene dine?**

Opplysningene som du gir i spørreskjemaet blir oppbevart og behandlet etter gjeldende regler om personvern. Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjenner opplysninger. Fødselsnummeret oppbevares adskilt fra andre opplysninger om deg. All forskning vil følge gjeldende regler for forskning, og bli utført av Folkehelseinstituttet eller andre godkjente forskningsinstitusjoner.

Resultater vil kun bli publisert for grupper og aldri på individnivå. Det vil si at det ikke vil bli publisert resultater basert på svar fra kun én eller svært få personer, og at man ikke kan identifisere enkeltpersoner.

Fylkeskommunen/bostedskommunen vil kunne få oversendt avidentifiserte eller anonyme datafiler for videre analyser. Alle personidentifiserende kjennetegn og opplysninger som kan brukes til å identifisere deltakerne blir fjernet fra datafilene før oversendelse. Anonyme data kan bli utlevert til studentoppgaver og analysemiljøer innen offentlig plan- og kartlegging.

De innsamlede opplysningene vil også bli brukt til forskning som kan gi mer kunnskap om befolkningens helse og faktorer som påvirker helsen. I denne sammenheng kan det være aktuelt å hente inn opplysninger fra andre registre i tillegg, for eksempel opplysninger om utdanning, inntekt og trygdeytelser fra registre som er forvaltet av Statistisk sentralbyrå, forhold om bolig og nærmiljø fra matrikkelen (eiendom) og kartdata, eller opplysninger om sykdom og behandling fra medisinske registre som Kreftregisteret, Norsk pasientregister og Hjerne- og karregisteret. Innhenting av tilleggsopplysninger er også nødvendig for å utføre kvalitetskontroll og for å kunne gjøre best mulige analyser.

Opplysninger fra Folkehelseundersøkelsen i Innlandet vil også kunne inngå i en samlet folkehelseundersøkelse for hele landet. Det kan også bli aktuelt å sammenstille opplysninger fra Folkehelseundersøkelsen i Innlandet med andre helseundersøkelser, som for eksempel Den norske mor, far og barn-undersøkelsen.

For å legge til rette for statistikk og forskning vil opplysningene bli oppbevart på ubestemt tid etter avsluttet innsamling. Formålet er å følge utviklingen i helse, livskvalitet og levekår over tid og blant annet undersøke årsaker til sykdom.

Ved eventuelle oppfølgingsstudier vil du kunne bli kontaktet på nytt.

Du vil ikke få individuell tilbakemelding om resultater fra Folkehelseundersøkelsen.

### **Dine rettigheter:**

Det er frivillig å delta.

Du kan trekke samtykket ditt når som helst og be om at opplysningene blir slettet.

Dette kan du gjøre ved å sende en henvendelse på e-post til [fylkeshelseundersokelser@fhi.no](mailto:fylkeshelseundersokelser@fhi.no)

Du har rett til innsyn i hvilke opplysninger som er lagret om deg, og hva opplysningene er blitt brukt til.

Folkehelseinstituttet har behandlingsansvaret for undersøkelsen. Personvernombud kan kontaktes ved å sende epost til [personvernombud@fhi.no](mailto:personvernombud@fhi.no)

Informasjon om rettighetene dine finnes på Folkehelseinstituttets nettside: [www.fhi.no/studier/fhus/](http://www.fhi.no/studier/fhus/)

Her finner du også kontaktinformasjon til behandlingsansvarlig, forskningsansvarlig og folkehelseinstituttets personvernombud.

Resultater fra undersøkelsen vil bli publisert på fylkeskommunens nettsider. Forskning basert på undersøkelsen vil bli publisert på Folkehelseinstituttets nettsider [www.fhi.no/studier/fhus/](http://www.fhi.no/studier/fhus/)

Dersom du ønsker å klage på behandlingen av opplysningene dine, kan du sende klage til Datatilsynet.

## Samtykkeerklæring – nynorsk

### **Samtykket gjeld Folkehelseundersøkinga i Innlandet 2023.**

Hovudføremålet med denne undersøkinga er å skaffe resultat som fylkes- og bustadkommunen din kan bruke i folkehelsearbeidet. Opplysingar frå undersøkinga kan også brukast til forskning.

Undersøkinga inneber at du fyller ut eit spørjeskjema. Det blir spurt om helse, helseåtfærd, trivsel og livskvalitet.

Undersøkinga har heimla i folkehelselova (§ 21) og forskrift om oversikt over folkehelsa (§ 7). Du er tilfeldig trekt ut frå Det sentrale folkeregisteret og din kontaktinformasjon er henta frå Kontakt- og reservasjonsregisteret.

### **Kva skjer med opplysingane dine?**

Opplysingane som du gir i spørjeskjemaet blir oppbevart og behandla etter gjeldande reglar om personvern. Alle opplysingane vil bli behandla utan namn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjennande opplysingar. Fødselsnummeret oppbevarast åtskilt frå andre opplysingar om deg. All forskning vil følgje gjeldande reglar for forskning, og bli utført av Folkehelseinstituttet eller andre godkjente forskingsinstitusjonar.

Resultat vil berre bli publiserte for grupper og aldri på individnivå. Det vil seie at det ikkje vil bli publisert resultat basert på svar frå berre éin eller svært få personar, og at ein ikkje kan identifisere enkeltpersonar.

Fylkeskommunen/bustadkommunen vil kunne få oversendt aidentifiserte eller anonyme datafiler for vidare analysar. Alle personidentifiserande kjenneteikn og opplysingar som kan brukast til å identifisere deltakarane blir fjerna frå datafilene før oversending. Anonyme data kan bli utlevert til studentoppgåver og analysemiljø innan offentleg plan- og kartlegging.

Dei innsamla opplysingane vil også bli brukte til forskning som kan gi meir kunnskap om befolkninga si helse og faktorar som påverkar helsa. I denne samanheng kan det vere aktuelt å hente inn opplysingar frå andre register i tillegg, til dømes opplysingar om utdanning, inntekt og trygdeytningar frå register som er forvalta av Statistisk sentralbyrå, forhold om bustad og nærmiljø frå matrikkelen (eigendom) og kartdata, eller opplysingar om sjukdom og behandling frå medisinske register som Kreftregisteret, Norsk pasientregister og Hjerte- og karregisteret. Innhenting av tilleggsopplysingar er også nødvendig for å utføre kvalitetskontroll og for å kunne gjere best mogelege analysar.

Opplysingar frå Folkehelseundersøkinga i Innlandet vil også kunne inngå i ei samla folkehelseundersøking for heile landet. Det kan også bli aktuelt å stille opplysingar frå Folkehelseundersøkinga i Innlandet med andre helseundersøkingar, som til dømes Den norske mor, far og barn-undersøkinga.

For å legge til rette for statistikk og forskning vil opplysingane bli oppbevart på ubestemt tid etter avslutta innsamling. Føremålet er å følgje utviklinga i helse, livskvalitet og levekår over tid og blant anna undersøke årsaker til sjukdom.

Ved eventuelle oppfølgingsstudiar vil du kunne bli kontakta på nytt.

Du vil ikkje få individuell tilbakemelding om resultat frå Folkehelseundersøkinga.

### **Dine rettar:**

Det er frivillig å delta.

Du kan trekke samtykket ditt når som helst og be om at opplysingane blir sletta. Dette kan du gjere ved å sende ein e-post til [fylkeshelseundersokelser@fhi.no](mailto:fylkeshelseundersokelser@fhi.no)

Du har rett til innsyn i kva opplysingar som er lagra om deg, og kva opplysingane er blitt brukte til.

Folkehelseinstituttet har behandlingsansvaret for undersøkinga. Personvernombod kan kontaktast ved å sende e-post til [personvernombud@fhi.no](mailto:personvernombud@fhi.no).

Informasjon om rettane dine finnast på Folkehelseinstituttet si nettside: [www.fhi.no/studier/fhus/](http://www.fhi.no/studier/fhus/). Her finn du også kontaktinformasjon til behandlingsansvarleg, forskingsansvarleg og Folkehelseinstituttet sitt personvernombod.

Resultat frå undersøkinga vil bli publiserte på fylkeskommunen sine nettsider. Forsking basert på undersøkinga vil bli publisert på Folkehelseinstituttet sine nettsider [www.fhi.no/studier/fhus/](http://www.fhi.no/studier/fhus/)

Dersom du ønsker å klage på behandlinga av opplysningane dine, kan du sende klage til Datatilsynet.



**Innlandet**  
fylkeskommune



## Folkehelseundersøkelsen i Innlandet 2023

Dette er en undersøkelse om livskvalitet, helse, trivsel og andre forhold som har betydning for folkehelsen. Dersom du vil lese mer om undersøkelsen, finner du informasjon på nettsidene til Innlandet fylkeskommune: [innlandetfylke.no/fhus](https://innlandetfylke.no/fhus)

Undersøkelsen vil ta ca. 15 minutter og du blir med i trekningen av 10 gavekort á kr 2500.

### HVORDAN SKAL DU BESVARE SPØRSMÅLENE?

Nesten alle spørsmål skal besvares på samme måte - ved å sette kryss i det svaralternativ som passer best, slik det er vist nedenfor:

Slik: ☒ Ikke slik: ☐ Tall skrives slik:

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 0 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

Det vil være til stor hjelp for oss om du er nøyaktig når du setter kryss i det aktuelle alternativ, og at du bruker blå penn.

- 1** Jeg bekrefter å ha mottatt og lest opplysningene i invitasjonsbrevet, og jeg samtykker/godkjenner at opplysningene jeg gir kan brukes i samsvar med dette.

*Merk: Sett ett kryss*

☐ Ja, jeg samtykker

For å kunne delta i spørreundersøkelsen må du krysse av for "Ja, jeg samtykker".

## Del 1. NÆRMILJØET, KOMMUNEN

### 2 I hvilken grad trives du i nærmiljøet ditt?

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ I stor grad
- ☐ I noen grad
- ☐ I liten grad
- ☐ Ikke i det hele tatt

**Tilgang på fasiliteter og servicetilbud lokalt**  
*Tenk på ditt nærmiljø og din kommune.*

### 3 Hvordan opplever du tilgjengeligheten til kulturtilbud (eksempelvis kino, bibliotek, kulturhus, konserter og teater)?

*Merk: Sett ett kryss*

- |                                                  |   |                   |
|--------------------------------------------------|---|-------------------|
| <input type="checkbox"/> Svært god               | } | → Gå til <b>5</b> |
| <input type="checkbox"/> God                     |   |                   |
| <input type="checkbox"/> Verken god eller dårlig |   |                   |
| <input type="checkbox"/> Dårlig                  | } | → Gå til <b>4</b> |
| <input type="checkbox"/> Svært dårlig            |   |                   |
| <input type="checkbox"/> Vet ikke                | → | Gå til <b>5</b>   |

### 4 Du svarte i spm 3 at tilgjengelighet på kulturtilbud er dårlig / svært dårlig. Er det fordi...

*Sett ett eller flere kryss.*

- ☐ Tilbudet finnes ikke
- ☐ Det er mangel på tilbud innen mine interesseområder/behov
- ☐ Tilbudet er ikke universelt utformet
- ☐ Jeg har problemer med å komme meg dit på grunn av transportmuligheter
- ☐ Kollektivtilbudet er ikke godt nok
- ☐ Avstandene er for store / det er for lang reisevei
- ☐ Tilbudet koster for mye
- ☐ På grunn av åpningstidene
- ☐ Annet, noter i boksen under
- ☐ Usikker / Vet ikke

### 5 Hvordan opplever du tilgjengeligheten til idrettstilbud (eksempelvis idrettshall, svømmehall, treningssenter, ski/lys-løyper)?

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårlig
- ☐ Vet ikke

### 6 Hvordan opplever du tilgjengeligheten til butikker, spisesteder og andre servicetilbud?

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårlig
- ☐ Vet ikke

### 7 Hvordan opplever du tilgjengeligheten til offentlig transport?

*Merk: Sett ett kryss*

- |                                                  |   |                   |
|--------------------------------------------------|---|-------------------|
| <input type="checkbox"/> Svært god               | } | → Gå til <b>9</b> |
| <input type="checkbox"/> God                     |   |                   |
| <input type="checkbox"/> Verken god eller dårlig |   |                   |
| <input type="checkbox"/> Dårlig                  | } | → Gå til <b>8</b> |
| <input type="checkbox"/> Svært dårlig            |   |                   |
| <input type="checkbox"/> Vet ikke                | → | Gå til <b>9</b>   |

- 8 Dersom du i spm 7 svarte at tilgjengelighet til offentlig transport er dårlig / svært dårlig. Er det fordi...

Sett ett eller flere kryss.

- ☐ Tilbudet er ikke universelt utformet
- ☐ Jeg har problemer med å komme meg til og fra holdeplassen
- ☐ Det koster for mye
- ☐ Tilbudet/tjenesten finnes ikke
- ☐ Transporten går for sjelden
- ☐ Det er for tungvint med mange linjebytter/overganger
- ☐ Det er vanskelige billettløsninger
- ☐ Det tar for lang tid
- ☐ Annet, noter i boksen under
- ☐ Usikker / Vet ikke

- 9 Hvordan opplever du tilgjengeligheten til natur- og friluftsområder, inkludert parker og andre grøntarealer?

Merk: Sett ett kryss

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårlig
- ☐ Vet ikke

- 10 Opplever du at gang- og sykkelveier er godt utbygde i ditt nærområde?

Merk: Sett ett kryss

- ☐ Svært godt
- ☐ Godt
- ☐ Verken godt eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårlig
- ☐ Vet ikke

## Deltagelse i aktiviteter

- 11 Hvor ofte deltar du i *organisert aktivitet / frivillig arbeid*, som f.eks. idrettslag, politiske lag, trossamfunn, kor eller lignende?

Merk: Sett ett kryss

- ☐ Daglig
- ☐ Ukentlig
- ☐ 1-3 ganger per måned
- ☐ Sjeldnere
- ☐ Aldri → Gå til 13

- 12 Har du i løpet av de siste 12 måneder utført frivillig arbeid for en organisasjon, klubb eller forening?

Merk: Sett ett kryss

- ☐ Ja
- ☐ Nei

- 13 Hvor ofte deltar du i *annen aktivitet*, som for eksempel klubb, møter, treffe venner, trimturer med venner/kolleger eller andre?

Merk: Sett ett kryss

- ☐ Daglig
- ☐ Ukentlig
- ☐ 1-3 ganger per måned
- ☐ Sjeldnere
- ☐ Aldri

## Del 2. HELSE

14 Hvordan vurderer du alt i alt *din egen helse*?

Vil du si at den er:

Merk: Sett ett kryss

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårlig

15 Hvordan vurderer du *tannhelsen din*?

Vil du si at den er:

Merk: Sett ett kryss

- ☐ Svært god
- ☐ God
- ☐ Verken god eller dårlig
- ☐ Dårlig
- ☐ Svært dårlig

16 Når var du *sist* hos tannlege/tannpleier?

Merk: Sett ett kryss

- ☐ 0-2 år siden
- ☐ 3-5 år siden
- ☐ Mer enn 5 år siden

Gå til 18

## 17 Hvorfor er det mer enn 5 år siden du var hos tannlege/tannpleier?

Flere kryss er mulig.

- ☐ Økonomiske årsaker
- ☐ Redsel/frykt
- ☐ Problem med transport/reisevei
- ☐ Andre årsaker

## Kroppshøyde og vekt

## 18 Hvor høy er du, uten sko?

Oppgi i cm, ett tall per rute

## 19 Hvor mye veier du, uten klær og sko?

Oppgi i hele kg. (Hvis du er gravid, oppgi vekt før graviditet.). Ett tall per rute

## 20 Psykiske plager:

Merk: Sett ett kryss på hver linje

|                                                                                                            | Ikke plaget              | Litt plaget              | Ganske mye plaget        | Veldig mye plaget        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| I hvilken grad har du vært plaget av <b>nervøsitet</b> eller <b>indre uro</b> den siste uken?              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| I hvilken grad har du vært plaget av <b>redsel</b> eller <b>engstelse</b> den siste uken?                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| I hvilken grad har du vært plaget av en følelse av <b>håpløshet</b> med tanke på fremtiden den siste uken? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| I hvilken grad har du vært plaget av <b>nedtrykthet</b> eller <b>tungsindighet</b> den siste uken?         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| I hvilken grad har du vært plaget av <b>bekymring</b> eller <b>uro</b> den siste uken?                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## 21 Følgende spørsmål om søvnen din gjelder hvordan du vanligvis har det nå.

Merk: Sett ett kryss på hver linje

|                                                    | Aldri/sjelden            | Av og til                | 1-2 ganger per uke       | Minst 3 ganger per uke   |
|----------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Hvor ofte har du vanskelig for å sovne om kvelden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hvor ofte har du gjentatte oppvåkninger om natten? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hvor ofte er du trøtt eller søvnig på dagtid?      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



**22 Om du har søvnvansker, hvor lenge har de vart?**

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Mindre enn 1 måned
- ☐ 1-2 måneder
- ☐ 3-6 måneder
- ☐ 7-12 måneder
- ☐ Mer enn 1 år
- ☐ Jeg har ikke søvnvansker

**23 Har du noen langvarige sykdommer eller helseproblemer? Vi tenker også på sykdommer eller problemer som er sesongbetonte, eller som kommer og går.**

*Betingelsen er at den/de har vart, eller forventes å vare i minst seks måneder.*

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Ja
- ☐ Nei → Gå til **25**

**24 Hvordan påvirker disse sykdommene eller helseproblemene din hverdag?**

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ I stor grad
- ☐ I noen grad
- ☐ I liten grad
- ☐ Ikke i det hele tatt

**25 Har du noen funksjonsnedsettelse eller har du plager som følge av skade?**

*Vi tenker også på plager som kommer og går.*

*Merk: Sett ett kryss*

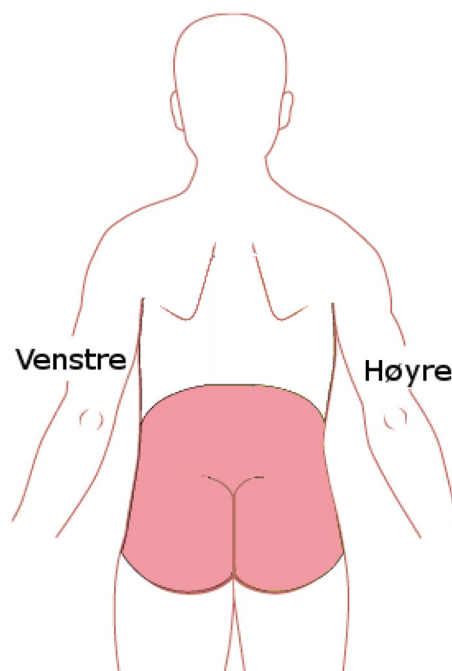
- ☐ Ja
- ☐ Nei → Gå til **27**

**26 Hvordan påvirker funksjonsnedsettelsen (plagene) din hverdag?**

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ I stor grad
- ☐ I noen grad
- ☐ I liten grad
- ☐ Ikke i det hele tatt

**Nakke- og korsryggsmerter**



**27 I løpet av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i korsryggen?**

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Ja
- ☐ Nei → Gå til **30**

**28 Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i korsryggen?**

*Dersom du svarte at du har hatt smerter i korsryggen, skriv antall dager mellom 1 og 28. Smerter deler av dagen teller som en dag.*

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

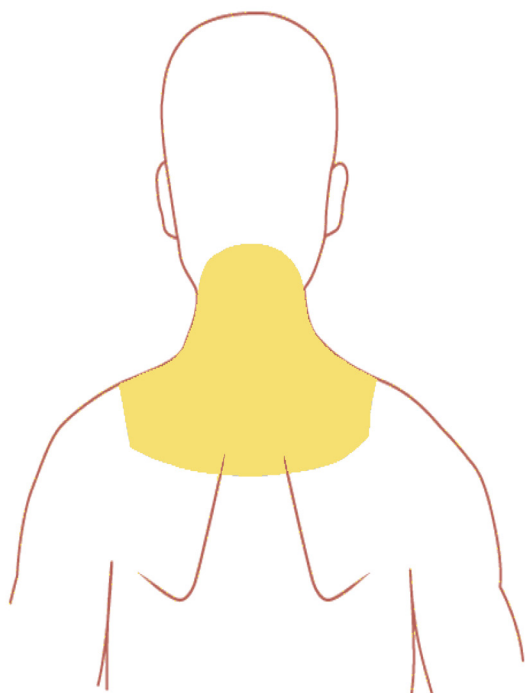
Ett tall per rute

**29 Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har smertene i korsryggen medført at du har måttet begrense dine vanlige aktiviteter eller endre dine daglige rutiner?**

*Dersom du svarte at du har hatt smerter i korsryggen, skriv antall dager mellom 0 og 28.*

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

Ett tall per rute



**30** I løpet av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt **smarter i nakken**?

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Ja  
☐ Nei —————> Gå til **33**

**31** Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har du hatt smerter i nakken?

*Dersom du svarte at du har hatt smerter i nakken, skriv antall dager mellom 1 og 28. Smerter deler av dagen teller som en dag.*

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

Ett tall per rute

**32** Hvor mange av de siste 28 dagene (4 ukene), har smertene i nakken medført at du har måttet begrense dine vanlige aktiviteter eller endre dine daglige rutiner?

*Dersom du svarte at du har hatt smerter i nakken, skriv antall dager mellom 0 og 28.*

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

Ett tall per rute

### Del 3. SOSIAL STØTTE, ENSOMHET

#### Sosial støtte

**33** Hvor mange personer står deg så nær at du kan regne med dem hvis du har store personlige problemer?

*Regn også med nærmeste familie.*

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Ingen  
☐ 1-2  
☐ 3-5  
☐ 6 eller flere

**34** Hvor stor interesse viser andre for det du gjør?

*Vil du si at de viser:*

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Stor interesse  
☐ Noe interesse  
☐ Verken stor eller liten interesse  
☐ Liten interesse  
☐ Ingen interesse

**35** Hvor lett er det å få praktisk hjelp fra naboer om du skulle trenge det?

*Er det:*

*Merk: Sett ett kryss*

- ☐ Svært lett  
☐ Lett  
☐ Verken lett eller vanskelig  
☐ Vanskelig  
☐ Svært vanskelig

## 36 Ensomhet

**Merk: Sett ett kryss på hver linje**

|                                                         | Aldri                    | Sjelden                  | Av og til                | Ofte                     | Svært ofte               |
|---------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Hvor ofte føler du at du savner noen å være sammen med? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hvor ofte føler du deg utenfor?                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hvor ofte føler du deg isolert fra andre?               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## Del 4. HELSERELATERT ATFERD

### Fysisk aktivitet

#### 37 Hvor ofte trener eller mosjonerer du vanligvis?

Med mosjon mener vi at du f.eks. går tur, går på ski, svømmer eller driver trening/idrett. Inkluder også eventuell mosjon/trening til/fra jobb. Ta et gjennomsnitt.

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Aldri → Gå til 40
- ☐ Sjeldnere enn en gang i uken
- ☐ En gang i uken
- ☐ 2-3 ganger i uken
- ☐ 4-5 ganger i uken
- ☐ Omtrent hver dag

#### 38 Hvor hardt trener eller mosjonerer du vanligvis? (Ta et gjennomsnitt)

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Tar det rolig uten å bli andpusten eller svett
- ☐ Tar det så hardt at jeg blir andpusten og/eller svett
- ☐ Tar meg nesten helt ut

#### 39 Hvor lenge holder du på hver gang? (Ta et gjennomsnitt)

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Mindre enn 15 minutter
- ☐ 15 minutter - 29 minutter
- ☐ 30 minutter - 1 time
- ☐ Mer enn 1 time

#### 40 Hvis du er i lønnet eller ulønnet arbeid, hvordan vil du beskrive arbeidet ditt?

Velg svaralternativet som passer best.

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ For det meste stillesittende arbeid (f.eks. skrivebordsarbeid, montering)
- ☐ Arbeid som krever at du går mye (f.eks. ekspeditørarbeid, lett industriarbeid, undervisning)
- ☐ Arbeid der du går og løfter mye (f.eks. pleier, bygningsarbeider)
- ☐ Tungt kroppsarbeid
- ☐ Er ikke i lønnet eller ulønnet arbeid

## 41 Kosthold

**Merk: Sett ett kryss på hver linje**

|                                                                                                                               | Sjelden/<br>aldri        | 1-3 ganger<br>per måned  | 1 gang per<br>uke        | 2-3 ganger<br>per uke    | 4-6 ganger<br>per uke    | 1 gang per<br>dag        | Flere<br>ganger per<br>dag |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------|
| Hvor ofte drikker du vanligvis <b>sukkerholdig</b> brus/saft/leskedrikk (inkludert iste, energidrikk, sportsdrikk og nektar)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| Hvor ofte spiser du vanligvis frukt eller bær (regn ikke med juice eller fruktsaft)?                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| Hvor ofte spiser du vanligvis grønnsaker (inkludert salat)? <i>Regn ikke med poteter.</i>                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| Hvor ofte spiser du vanligvis fisk (som pålegg, til lunsj eller middag)?                                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |

## Tobakk

### 42 Hender det at du røyker?

*Dette inkluderer kun tobakksholdige produkter, ikke e-sigaretter*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ja
- ☐ Nei —————> Gå til 44

### 43 Hvor ofte røyker du?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Daglig
- ☐ Av og til

### 44 Har du røykt tidligere?

*Hvis du tidligere har røykt både daglig og av og til, velg "Ja, daglig"*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ja, daglig
- ☐ Ja, av og til
- ☐ Nei

### 45 Hender det at du bruker snus?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ja
- ☐ Nei —————> Gå til 47

### 46 Hvor ofte bruker du snus?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Daglig
- ☐ Av og til

### 47 Har du brukt snus tidligere?

*Hvis du tidligere har brukt snus både daglig og av og til, velg "Ja, daglig".*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ja, daglig
- ☐ Ja, av og til
- ☐ Nei

## Alkohol

### 48 Har du noen gang drukket alkohol?

*Vi tenker her på alle alkoholholdige drikker, som øl, vin, brennevin, rusbrus med videre.*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ja
- ☐ Nei —————> Gå til 52

### 49 I løpet av de siste 12 måneder, hvor ofte har du drukket alkohol?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Aldri —————> Gå til 52
- ☐ Månedlig eller sjeldnere
- ☐ 2-4 ganger i måneden
- ☐ 2-3 ganger i uken
- ☐ 4 ganger i uken eller mer

### 50 Hvor mange alkoholenheter tar du på en "typisk" dag når du drikker alkohol?

*Én enhet alkohol tilsvarer én liten flaske øl, ett glass vin eller én drink.*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ 1-2
- ☐ 3-4
- ☐ 5-6
- ☐ 7-9
- ☐ 10 eller flere

### 51 Hvor ofte drikker du seks alkoholenheter eller mer ved én og samme anledning?

*Én enhet alkohol tilsvarer én liten flaske øl, ett glass vin eller én drink.*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Aldri
- ☐ Sjeldnere enn månedlig
- ☐ Månedlig
- ☐ Ukentlig
- ☐ Daglig eller nesten daglig

## Skader

- 52** Har du i løpet av de siste 12 måneder vært utsatt for en eller flere skader som førte til at du oppsøkte lege eller tannlege?

*Vi tenker her på nye skader i perioden, ikke behandling av gamle skader. 'Oppsøkt lege' inkluderer både fastlege, legevakt og kontakt med spesialisthelsetjenesten.*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ja, én  
☐ Ja, flere  
☐ Nei

→ Gå til **56**

- 53** Hva var årsaken til skaden?

*Hvis mer enn én skade, tenk på den alvorligste.*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ulykke/uhell  
☐ Vold/overfall  
☐ Skadet deg selv med vilje  
☐ Annen årsak  
☐ Ønsker ikke å svare

- 54** Hvor skjedde skaden?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Vei, gate, fortau, gang/sykkelvei, - trafikkulykke (kjøretøy i bevegelse - også sykkelvelt)  
☐ Vei, gate, fortau, gang/sykkelvei - ikke trafikkulykke  
☐ Inne i eller utenfor skjenkested (bar, pub, restaurant)  
☐ Bolig, innendørs  
☐ Boligområde ute  
☐ Produksjons-, verkstedsområde (fabrikk, anlegg, offshore)  
☐ På gård eller under arbeid i skogen  
☐ På båt  
☐ Institusjon, sykehus, syke-, aldershjem  
☐ Sports- eller idrettsområde  
☐ Fri natur - utmark, hav, sjø, vann  
☐ Annet skadested

- 55** Hva holdt du på med da skaden skjedde?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Inntektsgivende arbeid  
☐ Utdanning  
☐ Idrett, sport, trening  
☐ Friluftsliv, jakt, fiske  
☐ Husarbeid, hagearbeid  
☐ Lek, hobby  
☐ Annen aktivitet

## Støy

- 56** Hvis du tenker på de siste 12 månedene, hvor plaget er du av støy fra **veitrafikk** når du er hjemme?

*Med hjemme mener vi både innendørs og på uteareal som tilhører boligen.*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ikke plaget  
☐ Litt plaget  
☐ Middels plaget  
☐ Mye plaget  
☐ Svært mye plaget

- 57** Hvis du tenker på de siste 12 månedene, hvor plaget er du av støy fra **andre utendørs støykilder** enn **veitrafikk** når du er hjemme?

*Med hjemme mener vi både innendørs og på uteareal som tilhører boligen.*

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ikke plaget  
☐ Litt plaget  
☐ Middels plaget  
☐ Mye plaget  
☐ Svært mye plaget

## Del 6. LIVSKVALITET

**58** Alt i alt, hvor fornøyd er du med livet ditt for tiden?

**Merk: Sett ett kryss**

|                                       |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                  |
|---------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------|
| Ikke<br>fornøyd i<br>det hele<br>tatt |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Svært<br>fornøyd |
| 0                                     | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                  |
| <input type="checkbox"/>              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                  |

**59** Hvor fornøyd tror du at du vil være med livet ditt fem år fra nå?

**Merk: Sett ett kryss**

|                                       |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                  |
|---------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------|
| Ikke<br>fornøyd i<br>det hele<br>tatt |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Svært<br>fornøyd |
| 0                                     | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                  |
| <input type="checkbox"/>              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                  |

**60** Alt i alt, i hvilken grad opplever du at det du gjør i livet er meningsfylt?

**Merk: Sett ett kryss**

|                                             |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                           |
|---------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| Ikke<br>menings-<br>fylt i det<br>hele tatt |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Svært<br>menings-<br>fylt |
| 0                                           | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                           |
| <input type="checkbox"/>                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                           |

**61** Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *glad*?

**Merk: Sett ett kryss**

|                                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |               |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------|
| Ikke glad<br>i det hele<br>tatt |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Svært<br>glad |
| 0                               | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |               |
| <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |               |

**62** Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *bekymret*?

**Merk: Sett ett kryss**

|                                        |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                   |
|----------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------|
| Ikke<br>bekymret<br>i det hele<br>tatt |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Svært<br>bekymret |
| 0                                      | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                   |
| <input type="checkbox"/>               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                   |

**63** Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *nedfor eller trist*?

**Merk: Sett ett kryss**

|                                                    |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                                |
|----------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------------|
| Ikke ned-<br>for eller<br>trist i det<br>hele tatt |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Svært<br>nedfor<br>eller trist |
| 0                                                  | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                                |
| <input type="checkbox"/>                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                                |

64 Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *irritert*?

**Merk: Sett ett kryss**

Ikke irritert  
i det hele  
tatt

Svært  
irritert

|                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

65 Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *ensom*?

**Merk: Sett ett kryss**

Ikke  
ensom i  
det hele  
tatt

Svært  
ensom

|                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

66 Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *engasjert*?

**Merk: Sett ett kryss**

Ikke  
engasjert  
i det hele  
tatt

Svært  
engasjert

|                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

67 Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *rolig og avslappet*?

**Merk: Sett ett kryss**

Ikke rolig  
og  
avslappet  
i det hele  
tatt

Svært  
rolig og  
avslappet

|                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

68 Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *engstelig*?

**Merk: Sett ett kryss**

Ikke  
engstelig  
i det hele  
tatt

Svært  
engstelig

|                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

69 Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *takknemlig*?

**Merk: Sett ett kryss**

Ikke  
takknemlig  
i det hele  
tatt

Svært  
takknemlig

|                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**70 Tenk på hvordan du har følt deg de siste 7 dagene. I hvilken grad var du *lykkelig*?**
**Merk: Sett ett kryss**

 Ikke  
lykkelig i  
det hele  
tatt

 Svært  
lykkelig

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
**71 Hvor enig er du i påstandene nedenfor?**
**Merk: Sett ett kryss  
på hver linje**

 Helt  
uenig  
0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

 Helt  
enig  
10

 Mine sosiale relasjoner er  
støttende og givende
☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
 Jeg bidrar aktivt til andres  
lykke og livskvalitet
☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
**72 Hvor ofte er du sammen med gode venner?**
*Regn ikke med medlemmer av din egen familie.*
**Merk: Sett ett kryss**
☐ Omtrent daglig

☐ Omtrent hver uke, men ikke daglig

☐ Omtrent hver måned, men ikke ukentlig

☐ Noen ganger i året

☐ Sjeldnere enn hvert år

☐ Har ingen gode venner

**73 Vil du stort sett si at folk flest er til å stole på, eller at en ikke kan være for forsiktig når en har med andre å gjøre?**
**Merk: Sett ett kryss**

 Kan ikke  
være for  
forsiktig

 Folk flest  
er til å  
stole på

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
**74 I hvilken grad føler du at du hører til på stedet der du bor?**
**Merk: Sett ett kryss**

 Føler ikke  
tilhørighet  
overhodet

 Føler sterk  
grad av  
tilhørighet

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
**75 Alt i alt, hvor trygg føler du deg når du er ute og går i nærmiljøet?**
**Merk: Sett ett kryss**

 Ikke trygg  
i det hele  
tatt

 Svært  
trygg

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐



## Del 7. BAKGRUNNEN DIN

### 76 Hva er din høyeste fullførte utdanning?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Grunnskole eller tilsvarende (f.eks. framhaldsskole, folkehøgskole)
- ☐ Videregående skole eller tilsvarende (f.eks. yrkesskole, gymnas)
- ☐ Fagskole
- ☐ Høyskole/universitet, årsstudium eller tilsvarende (mindre enn 2 år)
- ☐ Høyskole/universitet, bachelorgrad, cand.mag. eller tilsvarende (2-4 år)
- ☐ Høyskole/universitet, mastergrad, hovedfag eller tilsvarende (mer enn 4 år)
- ☐ Ingen fullført utdanning

### 77 Dersom du bor alene, tenk på din samlede inntekt. Dersom du bor sammen med andre, tenk på den samlede inntekten til alle i husholdningen. Hvor lett eller vanskelig er det for deg/dere å få pengene til å strekke til i det daglige, med denne inntekten?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Svært vanskelig
- ☐ Vanskelig
- ☐ Forholdsvis vanskelig
- ☐ Forholdsvis lett
- ☐ Lett
- ☐ Svært lett
- ☐ Vet ikke

### 78 Hvilken arbeids- eller livssituasjon er du i?

**Sett ett eller flere kryss.**

- ☐ Yrkesaktiv heltid (32 timer eller mer per uke)
- ☐ Yrkesaktiv deltid (mindre enn 32 timer per uke)
- ☐ Selvstendig næringsdrivende
- ☐ Sykmeldt
- ☐ Arbeidsledig
- ☐ Uføretrygdet/mottar arbeidsavklaringspenger
- ☐ Mottar sosialstønad
- ☐ Alders- eller førtidspensjonist
- ☐ Skoleelev eller student
- ☐ Vernepliktig, sivilarbeider
- ☐ Hjemmearbeidende

### 79 Er du gift, samboer, enslig eller har du kjæreste?

**Flere kryss mulig**

- ☐ Gift / registrert partner
- ☐ Samboende
- ☐ Har kjæreste (som du ikke bor sammen med)
- ☐ Enslig
- ☐ Enke/enkemann

### 80 Hvor mange personer bor det i husstanden din?

**Regn med deg selv.**

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5 eller flere

### 81 Hvor mange barn under 18 år har du omsorg/ansvar for?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ 0 → Gå til 83
- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5 eller flere

### 82 Kryss av for hvilke(n) aldersgruppe(r) ditt/dine barn tilhører?

**Sett ett eller flere kryss.**

- ☐ Før barnehagealder
- ☐ Barnehagealder
- ☐ Barneskolealder (1.-4.trinn)
- ☐ Barneskolealder (5.-7.trinn)
- ☐ Ungdomsskolealder (8.-10.trinn)
- ☐ Videregående skolealder

### 83 Eier eller leier du boligen din?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Jeg eier min bolig
- ☐ Jeg leier min bolig
- ☐ Jeg bor gratis hos familie eller venner

## Del 8: Kjønnsidentitet og seksuell orientering

### 84 Hvilket kjønn identifiserer du deg som?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Mann → Gå til **86**
- ☐ Kvinne → Gå til **85**
- ☐ Annen kjønnsidentitet → Gå til **86**
- ☐ Vet ikke → Gå til **86**
- ☐ Ønsker ikke å svare

### 85 Hva identifiserer du deg som?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Ikke-binær
- ☐ Transperson
- ☐ Interkjønn
- ☐ Søkende
- ☐ Usikker
- ☐ Ønsker ikke å svare

### 86 Regner du deg selv for å være:

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Heterofil
- ☐ Homofil
- ☐ Lesbisk
- ☐ Bifil
- ☐ Panfil
- ☐ Skeiv
- ☐ Usikker/Søkende
- ☐ Aseksuell
- ☐ Annet, noter i boksen under:
- ☐ Ønsker ikke å svare

### 87 Hvilket kjønn føler du deg seksuelt tiltrukket av?

**Merk: Sett ett kryss**

- ☐ Menn
- ☐ Kvinner
- ☐ Menn og kvinner
- ☐ Kjønn er ikke relevant
- ☐ Usikker/Søkende
- ☐ Aseksuell
- ☐ Føler ikke seksuell tiltrekning lenger
- ☐ Ønsker ikke å svare

## Diskriminering

### 88 Har du i løpet av de siste 12 måneder opplevd å bli behandlet dårligere enn andre på grunn av:

**Merk: Sett ett kryss på hver linje**

|                               | Ja                       | Nei                      | Vet ikke                 | Vil ikke svare           |
|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Alder                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kjønn                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Helseproblemer, sykdom, skade | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Funksjonsnedsettelse          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etnisk bakgrunn               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hudfarge                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Religion/livssyn              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Politiske holdninger          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Seksuell identitet            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Annen grunn, usikker grunn    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## Yrkesliv, arbeidsevne, og bruk av digitale tjenester

Spørsmål 89. og 90. gjelder ditt nåværende eller tidligere yrkesliv.

Hvis du har jobbet i flere ulike jobber: ta utgangspunkt i yrket du har jobbet lengst i.

### 89 Er/var dine arbeidsoppgaver hovedsakelig rutinepreget, eller hovedsakelig kreative og problemløsende?

Med "rutinepreget" mener vi arbeidsoppgaver som følger en fast struktur, gjentar seg regelmessig og krever lite kreativitet eller problemløsning. Eksempler på rutinepreget arbeid kan være å sortere post, skanne dokumenter, eller montere produkter på et samleband.

**Merk: Sett ett kryss**

|                                                            |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                                         |                          |
|------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|--------------------------|
| Hoved-<br>sakelig<br>kreative<br>og<br>problem-<br>løsende |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Hoved-<br>sakelig<br>rutine-<br>pregede | Har aldri<br>vært i jobb |
|                                                            | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                                         |                          |
|                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                                         | <input type="checkbox"/> |

### 90 Innebærer/innebar jobben din mye eller lite sosial interaksjon?

Med "sosial interaksjon" mener vi samhandling med andre mennesker, som kolleger, kunder eller klienter, i løpet av arbeidsdagen. Eksempler på jobber med ulik grad av sosial interaksjon kan være å jobbe i et kundesenter, hvor du snakker med mange mennesker hver dag, eller å jobbe som programmerer, hvor det kan være mindre direkte kontakt med andre.

**Merk: Sett ett kryss**

|                                                     |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                                            |                          |
|-----------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------------------------|--------------------------|
| Ikke sosial<br>inter-ak-<br>sjon i det<br>hele tatt |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Svært<br>mye<br>sosial<br>inter-<br>aksjon | Har aldri<br>vært i jobb |
|                                                     | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                                            |                          |
|                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                                            | <input type="checkbox"/> |

### 91 Vi går ut i fra at din arbeidsevne på sitt beste verdsettes med 10 poeng. Hvor mange poeng vil du gi din nåværende arbeidsevne (0 betyr at du ikke er i stand til å arbeide for øyeblikket).

Dersom du ikke er i inntektsgivende arbeid, ber vi deg likevel å vurdere din potensielle arbeidsevne nå for tiden.

**Merk: Sett ett kryss**

|                                                         |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                                          |                             |
|---------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------------------------------|-----------------------------|
| Ikke i<br>stand til<br>å arbeide<br>for øye-<br>blikket |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          | Arbeids-<br>evnen<br>er på sitt<br>beste | Har aldri<br>vært i<br>jobb |
|                                                         | 0                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        | 9                        | 10                       |                                          |                             |
|                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |                                          | <input type="checkbox"/>    |