

Tablelle di Frequenza — Questionario Giornata del Benessere (n=92)

Domanda 1: 1. A quale fascia d'età appartieni? (n=92)		
Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
41–60 anni	37	40,22%
61 anni o più	19	20,65%
26–40 anni	12	13,04%
14–17 anni	10	10,87%
18–25 anni	8	8,70%
41–40 anni	6	6,52%
TOTALE	92	100,00%

Domanda 2: 2. Con quale genere ti identifichi? (n=92)		
Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Femminile	71	77,17%
Maschile	21	22,83%
TOTALE	92	100,00%

Domanda 3: 3. Qual è la tua condizione attuale? (n=92)		
Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Lavoratore/lavoratrice	57	61,96%
Studente/studentessa	16	17,39%
Pensionato/a	14	15,22%
Studente e lavoratore	3	3,26%
Non occupato / In cerca di lavoro	2	2,17%
TOTALE	92	100,00%

Domanda 4: 4. Quali temi dovrebbero essere presenti nella Giornata del Benessere? (domanda a risposta multipla – 92 rispondenti)		
Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Benessere e cura di sé	56	60,87%
Attività nella natura	45	48,91%
Sport e attività fisica	45	48,91%
Cultura, spettacolo e intrattenimento	43	46,74%
Attività ricreative e sociali	38	41,30%
Spazi di gioco e divertimento	17	18,48%
Arte e creatività	16	17,39%

Domanda 5: 5. Quali "Attività ricreative e sociali" si dovrebbero svolgere? (domanda a risposta multipla – 38 rispondenti)		
Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)

Attività di gruppo e collaborative	21	55,26%
Aperitivo o momenti conviviali con buffet o snack	15	39,47%
Momenti per stare insieme con amici o con la famiglia	14	36,84%
Feste a tema	13	34,21%
Pranzo o merenda insieme	6	15,79%

Domanda 6: 6. Quali attività di "Benessere e cura di sé" si dovrebbero svolgere? (domanda a risposta multipla – 56 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Attività per il benessere mentale (meditazione, rilassamento...)	32	57,14%
Incontro con psicologi	22	39,29%
Masterclass sulla cura personale	21	37,50%
Yoga	12	21,43%
Il muro delle parole (scrivere cosa mi fa stare bene, messaggi)	8	14,29%
Dibattiti e confronto pubblico	7	12,50%
Cerchio di condivisione e gratitudine (riflessione sui propri	6	10,71%

Domanda 7: 7. Quali "Attività nella natura" si dovrebbero svolgere? (domanda a risposta multipla – 45 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Attività all'aria aperta e nei parchi	25	55,56%
Passeggiata nella natura	25	55,56%
Camminata o percorso salute	21	46,67%
Visita della città	9	20,00%
Picnic in campagna	6	13,33%

Domanda 8: 8. Quali attività di "Sport e attività fisica" si dovrebbero svolgere? (domanda a risposta multipla – 45 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Camminate nella natura o percorsi salute	26	57,78%
Attività sportive all'aperto / nei parchi	23	51,11%
Tornei sportivi / Giochi di squadra	16	35,56%
Pilates	10	22,22%
Giochi sportivi inclusivi	7	15,56%
Maratona o corsa	5	11,11%
Raduni sportivi	2	4,44%

Domanda 9: 9. Quali attività di "Spazi di gioco e divertimento" si dovrebbero svolgere? (domanda a risposta multipla – 17 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Giochi di gruppo	12	70,59%
Torneo di carte	9	52,94%
Caccia al tesoro	9	52,94%
Torneo di gaming / videogiochi	2	11,76%

Domanda 10: 10. Quali attività di "Arte e creatività" si dovrebbero svolgere? (domanda a risposta multipla – 16 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Laboratori artistici / creativi (disegno, pittura)	10	62,50%
Laboratorio di giardinaggio	8	50,00%
Attività manuali	8	50,00%
Laboratorio di cucina	5	31,25%

Domanda 11: 11. Quali attività di "Cultura, spettacolo e intrattenimento" si dovrebbero svolgere? (domanda a risposta multipla – 41 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Cinema o film	30	73,17%
Musica dal vivo o DJ set	23	56,10%
Visite alla città	19	46,34%
Karaoke	5	12,20%

Domanda 12: 12. Quale dei seguenti titoli sceglieresti per la Giornata del Benessere? (domanda a risposta multipla – 92 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Stare bene per stare insieme	26	28,26%
Il tempo per te	17	18,48%
Benessere in movimento	17	18,48%
Be well	10	10,87%
be you	10	10,87%
Giornata del benessere: reset e relax	8	8,70%
Wellness vibes	6	6,52%
Essere o benessere: questo è il dilemma	6	6,52%
Giornata dell'armonia interiore e personale	2	2,17%

Domanda 13: 13. Hai partecipato a iniziative partecipative del Comune di Vignola? (n=92)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
No	59	64,13%
Sì	33	35,87%
TOTALE	92	100,00%

Domanda 14: 14. A quali iniziative partecipative del Comune di Vignola hai partecipato? (domanda a risposta multipla – 33 rispondenti)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
Bilancio partecipativo	27	84,38%
Percorso di co-progettazione dell'ex-macello	7	21,21%
Vittorio Veneto. Strada di tutti	6	18,75%

Giovani idee in Villa (percorso partecipativo biblioteca e Villa Trenti)	5	15,15%
Vignola va veloce (percorso partecipativo per la realizzazione delle strade scolastiche)	3	9,38%
NR	1	3,03%

Domanda 15: 15. Sei uno studente dell'Istituto Paradisi, Levi o Spallanzani? (n=92)

Risposta	Frequenza	% (sui rispondenti)
No	78	84,78%
Si	14	15,22%
TOTALE	92	100,00%

Hanno dato la disponibilità a essere coinvolte 4 persone