



Durée de remplissage estimée : **10 min**

**cap** Prévention  
**Seniors**  
Les caisses de retraite s'engagent



## Votre avis nous intéresse

### Diagnostic territorial Cap prévention séniors

#### **A quoi sert ce questionnaire ?**

Ce questionnaire s'adresse aux habitants de **Sernhac** âgés de 60 ans et plus. Il nous aidera à mieux connaître vos envies et besoins pour proposer des activités qui vous ressemblent.

#### **Qu'advient-il de ces informations ?**

Ces informations seront analysées par La Fabric'Action. Pour respecter les droits et libertés de chacun, le questionnaire est **anonyme** et ne doit pas permettre d'identifier le répondant. Nous vous invitons à ne mentionner ni votre nom, ni vos coordonnées dans les questions ouvertes puis à déposer ce questionnaire au CCAS de Sernhac **avant le 15 juin 2026**.



## Pour mieux vous connaître

### 1. Quel âge avez-vous ?

- Entre 60 et 69 ans
- Entre 70 et 79 ans
- Entre 80 et 89 ans
- 90 ans et plus

### 2. Êtes-vous :

- Un homme
- Une femme

### 3. Quelle était votre activité avant la retraite ?

- Ouvrier
- Employé
- Profession intermédiaire
- Cadre, profession intellectuelle supérieure
- Artisan, commerçant, chef d'entreprise
- Agriculteur exploitant
- Sans activité professionnelle

### 4. Vivez-vous :

- Seul
- Avec votre conjoint
- Avec une ou plusieurs autres personnes

### 5. Quel est votre lieu de résidence ?

- Fournès
- Collias
- Sernhac
- Montfrin
- Autre commune

### 6. Quel est votre moyen de déplacement principal ?

- Voiture personnelle
- Transport en commun
- A pied
- Dépend de quelqu'un d'autre
- Autre : .....



## Les Activités proposées

### 7. Participez-vous déjà à des activités proposées dans votre village ?

- Oui, régulièrement
- Oui, parfois
- Non, jamais

### 8. Si oui, lesquelles ? (Plusieurs réponses possibles)

.....

.....



## Vos envies, vos besoins

### 9. Parmi les activités suivantes, quelles autres activités aimeriez-vous découvrir ou voir proposées ? (Plusieurs réponses possibles)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Activités culturelles (conférences, cinéma, théâtre, sorties, visites, lecture...) | <input type="checkbox"/> Ateliers nutrition / cuisine santé                       |
| <input type="checkbox"/> Ateliers manuels/artistiques (peinture, couture, bricolage...)                     | <input type="checkbox"/> Temps conviviaux (cafés, jeux de société, rencontres)    |
| <input type="checkbox"/> Ateliers mémoire / stimulation cognitive   | <input type="checkbox"/> Ateliers bien-être (relaxation, sophrologie, méditation) |
| <input type="checkbox"/> Ateliers numériques (ordinateur, tablette, smartphone)                             | <input type="checkbox"/> Autres : .....   |

### 10. A quelle fréquence aimeriez-vous participer ?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Quotidiennement (tous les jours) | <input type="checkbox"/> Une fois par mois                                      |
| <input type="checkbox"/> 1 fois par semaine               | <input type="checkbox"/> Occasionnellement (selon mes envies et disponibilités) |
| <input type="checkbox"/> 2-3 fois par mois                |   |

### 11. Qu'est-ce qui pourrait vous empêcher de participer (plusieurs réponses possibles)?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Difficultés de transport | <input type="checkbox"/> Manque d'information sur ce qui existe |
| <input type="checkbox"/> Problèmes de santé       | <input type="checkbox"/> Pas envie de participer seul(e)        |
| <input type="checkbox"/> Coût trop élevé          | <input type="checkbox"/> Autres (précisez) : .....              |



## Vos idées et votre imagination

Imaginez qu'un espace mobile (comme une petite salle aménagée) vienne dans votre village pour proposer des activités ou des rencontres.

### 12. Qu'aimeriez-vous y trouver ? (Plusieurs réponses possibles)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> La programmation de la commune                     | <input type="checkbox"/> Des activités diverses    |
| <input type="checkbox"/> Une aide/orientation aux démarches administratives | <input type="checkbox"/> Autres (précisez) : ..... |

### 13. Si vous pouviez inventer une nouvelle activité idéale pour vous et vos amis, quelle serait-elle ?

.....

.....

14. Imaginez une journée parfaite dans ce lieu: que se passerait-il pour vous (accès au lieu, accueil, participation...)?

.....  
.....

15. Selon vous, qu'est-ce qui rendrait ce lieu chaleureux, accueillant et motivant ?

.....  
.....

16. Si vous aviez une baguette magique pour améliorer la vie des seniors dans votre village, quelle serait la première chose que vous proposeriez ?

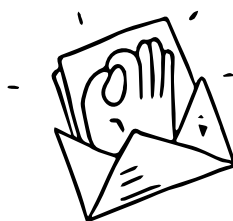
.....  
.....



## Communication et information

17. Comment aimeriez-vous recevoir le programme des activités ? (Plusieurs réponses possibles)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Par courrier dans ma boîte aux lettres        | <input type="checkbox"/> Via la mairie (site internet ...)                     |
| <input type="checkbox"/> Affiche/flyer en mairie, pharmacie, commerces | <input type="checkbox"/> Par le bouche-à-oreille (associations, voisins, amis) |
| <input type="checkbox"/> Par téléphone (appel ou SMS)                  | <input type="checkbox"/> Lors d'une rencontre publique                         |
| <input type="checkbox"/> Par email                                     | <input type="checkbox"/> Autres : .....  |
| <input type="checkbox"/> Via les réseaux sociaux (Facebook...)         |  |



**Un grand merci  
pour vos réponses**