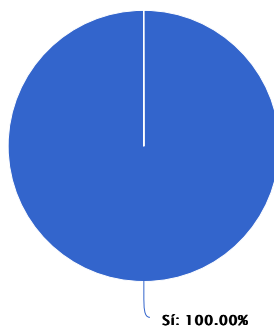


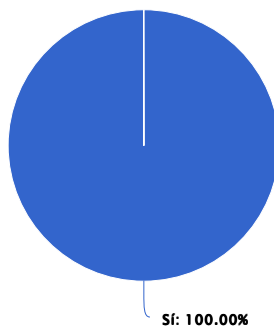
Informe_aval_2a edicio

2 T'ha semblat interessant el contingut del curs?



Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas	
Sí	100.00%	13	Total de respondentes	13
No	0.00%	0	Suma	0.00
		Total de respondentes	Promedio	0.00
			Desviación estándar	0.00
			Mínimo	0.00
			Máximo	0.00

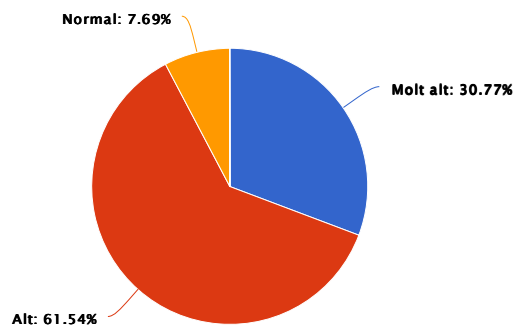
3 Podràs aplicar els continguts que s'han tractat a la sessió?



Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas	
Sí	100.00%	13	Total de respondentes	13
No	0.00%	0	Suma	0.00
		Total de respondentes	Promedio	0.00
			Desviación estándar	0.00
			Mínimo	0.00
			Máximo	0.00

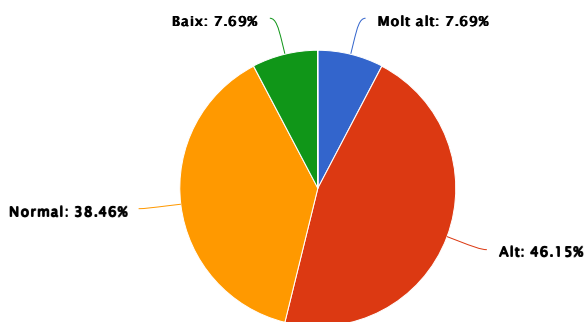
4 Quin assoliment has tingut dels següents continguts:

Conceptes higiene postural, ergonomia i promoció de la salut



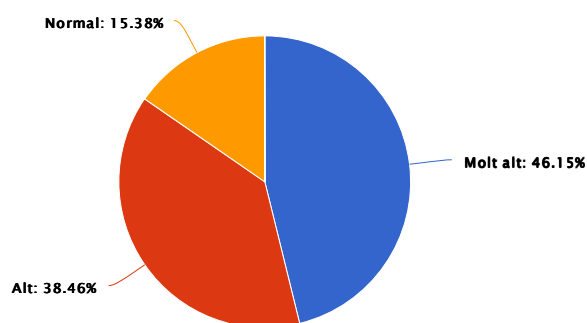
Resposta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas	
Molt alt	30.77%	4	Total de respondentes	13
Alt	61.54%	8	Suma	0.00
Normal	7.69%	1	Promedio	0.00
Baix	0.00%	0	Desviación estándar	0.00
Molt baix	0.00%	0	Mínimo	0.00
		Total de respondentes	Máximo	0.00

Anàlisi del lloc de treball



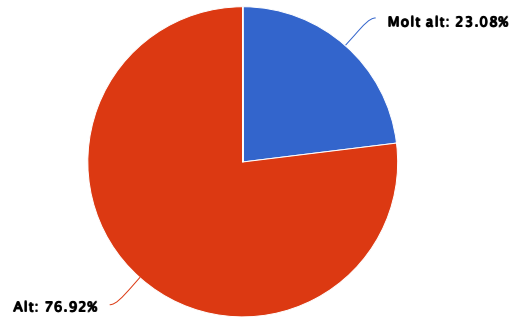
Resposta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas	
Molt alt	7.69%	1	Total de respondentes	13
Alt	46.15%	6	Suma	0.00
Normal	38.46%	5	Promedio	0.00
Baix	7.69%	1	Desviación estándar	0.00
Molt baix	0.00%	0	Mínimo	0.00
		Total de respondentes	Máximo	0.00

Millorar la postura



Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas		
Molt alt	46.15%	6	Total de respondentes	13	
Alt	38.46%	5	Suma	0.00	
Normal	15.38%	2	Promedio	0.00	
Baix	0.00%	0	Desviación estándar	0.00	
Molt baix	0.00%	0	Mínimo	0.00	
		Total de respondentes	13	Máximo	0.00

Auto reconeixement



Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas		
Molt alt	23.08%	3	Total de respondentes	13	
Alt	76.92%	10	Suma	0.00	
Normal	0.00%	0	Promedio	0.00	
Baix	0.00%	0	Desviación estándar	0.00	
Molt baix	0.00%	0	Mínimo	0.00	
		Total de respondentes	13	Máximo	0.00

5 Què és el que més t'ha agradat del curs?

Cantidad	Respuesta
1	La relació entre cos, feina, millora personal, alimentació, lesions, ...
1	L'estructura de la docència i la metodologia de la mateixa: molt participativa
1	Tot el conjunt.
1	Tot en general.
1	Les explicacions que va donar d'aspectes alimentaris que desconeixia i d'altres per millorar aspectes físics que es produeixen al llarg de la teva trajectòria professional.
1	La part pràctica
1	La informació del curs ha estat molt completa en l'àmbit de promoció de la salut a nivell general, aprofundint en l'alimentació, i la salut física i l'ergonomia al lloc de treball. El formador sabia del que parlava, tenia amplis coneixements del tema i així ho ha transmès als presents. La informació estava molt estructurada i explicada de manera molt entenedora. Incloure la darrera part, una part pràctica d'exercicis m'ha semblat molt bé.
1	Tot en conjunt.
1	Es pot dir que tot
1	La classe pràctica
1	La dinàmica del curs i els continguts

Cantidad	Respuesta
1	Ha estat dinàmic, s'han resolt tots els dubtes que s'han plantejat i s'han tocat molts temes que contribueixen a millorar el benestar personal
1	Ha estat un curs molt participatiu i pràctic
13	Total de respondentes

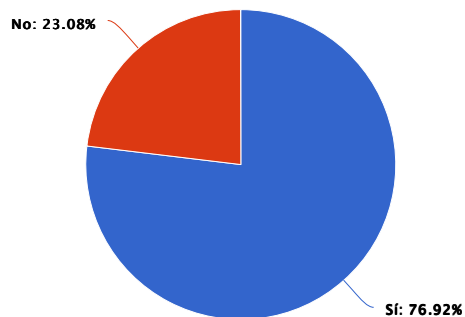
6 Què milloraries del curs?

Cantidad	Respuesta
1	D'entrada res. El plantejament del curs i la informació transmesa m'ha semblat molt correcta tal i com s'ha exposat.
1	El completaria amb exemples amb audiovisuals
1	Res
1	Per la seva durada em va semblar molt adequat i, per tant, no canviaria res
2	Res.
1	Poc espai per fer la darrera hora que va ser més pràctica.
1	El lloc. Mes espai
1	Va ser com una panoràmica del que comporta la higiene postural. Crec que s'haurien de programar més hores i aprofundir més en els temes.
1	La documentació a lliurar
10	Total de respondentes

7 Voldries aprofundir en algun dels temes tractats al curs?

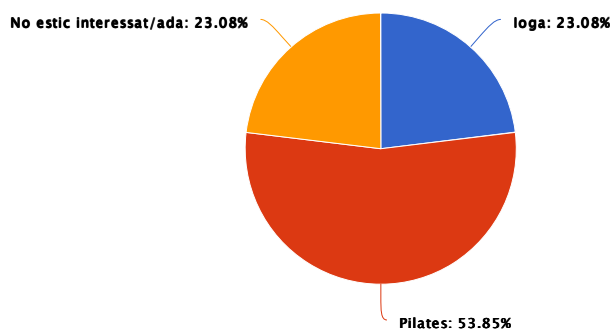
Cantidad	Respuesta
1	Be si, com ara els mitjans que tenim a la feina per la educació postural no són tots els adients
1	Tots el temes em semblen interessants per a aprofundir.
1	Tots els temes son susceptibles d'ampliació
1	Em va semblar molt interessant tot el que es va parlar d'alimentació.
1	Com assolir hàbits saludables a la feina.
1	Crec que més que aprofundir és fer un recordatori, com a mínim, anual.
1	Sí, però crec que ho podem fer a través de l'àmbit d'equilibri personal.
1	Gestió de l'estrés
1	Tots són molt interessants. I amb més temps val la pena aprofundir a calsevol.
1	Algun aspecte mes sobre alimentació i d'exercicis per millorar algunes lesions adquirides per males postures.
1	Poder concretar més en l'àmbit laboral i en la promoció de la salut dins del marc de la prevenció de riscos laborals.
1	En tots, dedicant una mica més de temps
1	Alimentació, biorritmes,...
13	Total de respondentes

8 Estaries interessat/ada en participar en sessions de benestar físic organitzades per l'Ajuntament fora d'horari laboral?



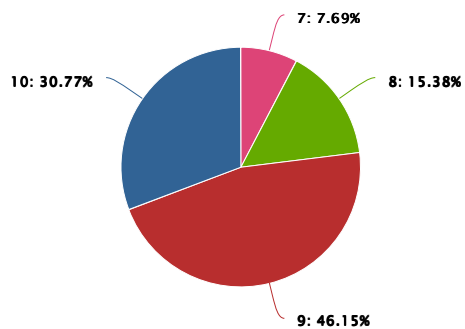
Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas	
Sí	76.92%	10	Total de respondentes	13
No	23.08%	3	Suma	0.00
Total de respondentes			Promedio	0.00
			Desviación estándar	0.00
			Mínimo	0.00
			Máximo	0.00

9 En cas afirmatiu, quina alternativa preferiries?



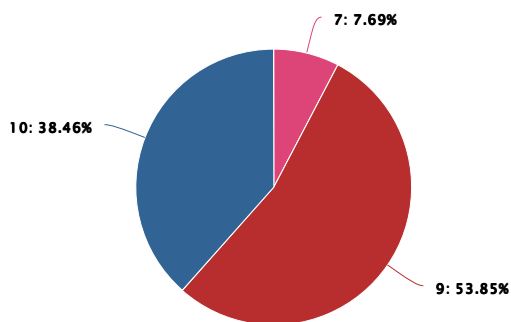
Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas	
loga	23.08%	3	Total de respondentes	13
Pilates	53.85%	7	Suma	0.00
No estic interessat/ada	23.08%	3	Promedio	0.00
Total de respondentes			Desviación estándar	0.00
			Mínimo	0.00
			Máximo	0.00

10 Quina valoració global li dones al docent?



Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas
1	0.00%	0	Total de respondentes 13
2	0.00%	0	Suma 117.00
3	0.00%	0	Promedio 9.00
4	0.00%	0	Desviación estándar 0.88
5	0.00%	0	Mínimo 7.00
6	0.00%	0	Máximo 10.00
7	7.69%	1	
8	15.38%	2	
9	46.15%	6	
10	30.77%	4	
		Total de respondentes	13

11 Quina valoració global li dones a l'acció formativa?



Respuesta	Porcentaje	Cantidad	Estadísticas
1	0.00%	0	Total de respondentes 13
2	0.00%	0	Suma 120.00
3	0.00%	0	Promedio 9.23
4	0.00%	0	Desviación estándar 0.80
5	0.00%	0	Mínimo 7.00
6	0.00%	0	Máximo 10.00
7	7.69%	1	
8	0.00%	0	
9	53.85%	7	
10	38.46%	5	

Respuesta	Porcentaje	Cantidad
	Total de respondentes	13

12 Observacions

Cantidad	Respuesta
1	M'ha agradat molt.
1	L'interés en participar en sessions de benestar físic organitzades per l'Ajuntament de Sant Boi de Llobregat fora de l'horari laboral hauria de ser coordinadament i consensuat amb la família (cosa difícil pels horaris de la meva parella) i actualment amb l'edat dels nens seria complicat, independentment d'això crec que seria raonable plantejar-ho pq tot passa i la situació familiar canvia, els nens deixaran de ser nens. A part seria raonable realitzar alguna alternativa diferent al ioga i al pilates ja que hi han altres tipus de benestar que són més físics o de gastar més adrenalina i que es corresponen més amb el meu tipus de vida.
1	Per les seves característiques, em va semblar una sessió formativa novedosa i força interessant
3	Total de respondentes