

# CAMINE CON GUSTO

## Encuesta de Cierre del Programa



**Oregon State University**  
Extension Service

### INFORMACIÓN REQUERIDA PARA EL PARTICIPANTE

**Por favor, tómese un momento para completar este formulario; su respuesta contribuye directamente a la financiación continua del programa de la CCG.**

Nombre:	Apellido:
Dirección de correo electrónico:	Nombre del Líder:

En general, diría que su salud es:

Excelente
  Muy buena
  Buena
  Regular
  Mala

Días de caminata: En una semana regular, ¿cuántos <b>días</b> sale a caminar? (0-7 días)	Comportamiento al caminar: ¿ <b>minutos</b> de caminata?
_____ días	_____ minutos

Para las siguientes preguntas, por favor marque la respuesta que mejor describe su situación	Muy Bien	Bastante Bien	Un Poco	Para Nada
¿En qué medida aprendió información básica sobre la artritis?				
¿En qué medida aumentó su comprensión de la justificación y los principios del ejercicio para personas con enfermedades crónicas?				
¿En qué medida aumentó su conocimiento sobre cómo caminar de manera segura y cómoda?				
¿En qué medida se siente informado acerca de cómo hacer ejercicios de calentamiento y enfriamiento antes y después de caminar?				
¿En qué medida le resultaron útiles las estrategias de resolución de problemas?				
¿En qué medida le resultaron útiles las herramientas de autoevaluación?				
¿En qué medida le resultó útil la herramineta de contrato y diario de caminatas?				

**¿Qué sugerencias tienen para que el programa de la Camine Con Gusto sea más efectivo?**

El Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Oregon prohíbe la discriminación en todos sus programas, servicios, actividades y materiales por motivos de raza, color, origen nacional, religión, sexo, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar/paternal, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas, información genética, estado de veterano, represalia o represalia por actividad anterior de derechos civiles. (No todas las bases prohibidas se aplican a todos los programas).

