

Ermittlung des kognitiven Aktivitätswertes



JETZT SIND SIE DRAN!

Bitte kreuzen Sie an, wie häufig Sie folgende Tätigkeiten ausführen ...

	einmal im Jahr (oder weniger)	mehrere Male im Jahr	mehrere Male im Monat	mehrere Male in der Woche	täglich oder fast täglich
Buch / Bücher gelesen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zeitschriften / Zeitungen gelesen. (Tages-, Wochenzeitung, Magazin, Fachzeitung etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
am Computer gearbeitet (Internet-Recherche, Textverarbeitung etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
an Weiterbildungen teilgenommen (VHS, Sprachkurs, Computerkurs, Universität)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gehirnjogging gemacht (Sudoku, Kreuzworträtsel etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Briefe oder andere Texte geschrieben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
musiziert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spiele gespielt (Brettspiele incl. Schach, Kartenspiele, PC etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbeiten im Haushalt erledigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
handwerklich oder künstlerisch tätig gewesen bzw. Handarbeiten getätigt (z. B. Basteln, Konstruieren, Malen, Nähen, Stricken)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ausflüge/ Exkursionen unternommen, Kulturveranstaltungen besucht (z. B. Theater, Museum, Reisen, Führungen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
soziale Aktivitäten (ehrenamtlich oder im Verein tätig gewesen, Seniorenclubs besucht etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
weitere Aktivitäten (bitte notieren): _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
weitere Aktivitäten (bitte notieren): _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
weitere Aktivitäten (bitte notieren): _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>