

ΚΑΡΤΑ 1

1. Σύζυγος
2. Σύντροφος
3. Παιδί
4. Γαμπρός / Νύφη
5. Γονιός
6. Πεθερός / Πεθερά
7. Αδερφός / αδερφή
8. Εγγόνι
9. Άλλος συγγενής (καθορίστε)
10. Άλλος μη συγγενής (καθορίστε)

ΚΑΡΤΑ 2

1. Δημοτικό

2. Γυμνάσιο (3τάξιο)

3. Γενικό ή Επαγγελματικό Λύκειο
(ΤΕΛ, ΤΕΕ, Πολυκλαδικό) ή 6τάξιο
Γυμνάσιο

4. ΙΕΚ

95. Κανένα πτυχίο ακόμη /Ακόμη στο
σχολείο

96. Τίποτα

97. Κάτι άλλο ή στο εξωτερικό

ΚΑΡΤΑ 3

1. (Διετής) νοσηλευτική σχολή
2. ΤΕΙ
3. ΑΕΙ, Ανώτατες στρατιωτικές
4. Μεταπτυχιακά (MSC, MBA)
5. Διδακτορικό PhD
95. Ακόμη στην ανώτερη εκπαίδευση ή την επαγγελματική κατάρτιση
96. Κανένα
97. Άλλο

ΚΑΡΤΑ 4

1. Έγγαμος/η και ζώντας μαζί με τον/την σύζυγο (όχι σε διάσταση)
2. Συμβίωση σε μόνιμη βάση
3. Παντρεμένος/η, ζώντας χωριστά από τον/τη σύζυγο (σε διάσταση)
4. Ποτέ παντρεμένος/η
5. Διαζευγμένος/η
6. Χήρος/α

ΚΑΡΤΑ 5

1. Στην ίδια κατοικία ή διαμέρισμα
2. Στο ίδιο κτίριο
3. Λιγότερο από ένα χιλιόμετρο μακριά
4. Μεταξύ 1 και 5 χιλιομέτρων μακριά
5. Μεταξύ 5 και 25 χιλιομέτρων μακριά
6. Μεταξύ 25 και 100 χιλιομέτρων μακριά
7. Μεταξύ 100 και 500 χιλιομέτρων μακριά
8. Περισσότερο από 500 χιλιόμετρα μακριά
9. Περισσότερο από 500 χιλιόμετρα μακριά
σε άλλη χώρα

ΚΑΡΤΑ 6

1. Έμφραγμα, Καρδιακή προσβολή, Θρόμβωση στεφανιαίων ή άλλη καρδιακή νόσος, όπως χρόνια καρδιακή ανεπάρκεια
2. Υψηλή (αρτηριακή) πίεση αίματος ή Υπέρταση
3. Υψηλά επίπεδα χοληστερόλης αίματος
4. Εγκεφαλικό επεισόδιο ή άλλη νόσος των αγγείων του εγκεφάλου
5. Σακχαρώδης διαβήτης
6. Χρόνια πνευμονική νόσος, χρόνια βρογχίτιδα, ή εμφύσημα
7. Άσθμα
8. Αρθρίτιδα (συμπεριλαμβανομένης της οστεοαρθρίτιδας) ή «ρευματικά»
9. Οστεοπόρωση
10. Καρκίνος ή νεόπλασμα, συμπεριλαμβανομένης της λευχαιμίας και του λεμφώματος ΑΛΛΑ εξαιρώντας «μικρά» νεοπλάσματα δέρματος
11. Έλκος στομάχου ή δωδεκαδάκτυλου ή πεπτικό έλκος
12. Νόσος του Πάρκινσον
13. Καταρράκτης
14. Κάταγμα ισχίου ή μηρού
96. Καμία
97. Άλλη ή άλλες ασθένειες που δεν αναφέρθηκαν

ΚΑΡΤΑ 7

1. Πόνος στη μέση, στα γόνατα, στα ισχία ή σε οποιαδήποτε άλλη άρθρωση
2. Καρδιακό πρόβλημα ή στηθάγχη, θωρακικός πόνος κατά την άσκηση
3. Δύσπνοια, δυσκολία στην αναπνοή
4. Επίμονος βήχας
5. Πρησμένα πόδια
6. Προβλήματα ύπνου
7. Πτώσεις ή πεσίματα
8. Φόβος για πτώσεις
9. Ζάλη, λιποθυμίες ή σκοτοδίνη
10. Προβλήματα στομάχου ή εντέρου, συμπεριλαμβανομένων της δυσκοιλιότητας, του μετεωρισμού, των διαρροιών
11. Ακράτεια ούρων ή ακούσια απώλεια ούρων
96. Τίποτε
97. Άλλα συμπτώματα, που δεν αναφέρθηκαν ακόμη

ΚΑΡΤΑ 8

1. Φάρμακα για υψηλή χοληστερόλη αίματος
2. Φάρμακα για αρτηριακή υπέρταση
3. Φάρμακα για στεφανιαία νόσο ή νόσο των αγγείων του εγκεφάλου
4. Φάρμακα για άλλη καρδιοπάθεια
5. Φάρμακα για άσθμα
6. Φάρμακα για σακχαρώδη διαβήτη
7. Φάρμακα (παυσίπονα) για πόνο στις αρθρώσεις ή αρθρίτιδα
8. Φάρμακα (παυσίπονα) για άλλο πόνο (π.χ. πονοκέφαλο, πόνο στη μέση, κ.λ.π.)
9. Φάρμακα για προβλήματα ύπνου
10. Φάρμακα για άγχος ή κατάθλιψη
11. Ορμονικά φάρμακα για οστεοπόρωση
12. Άλλα (μη-ορμονικά) φάρμακα για οστεοπόρωση
13. Φάρμακα για έλκος στομάχου ή δωδεκαδάκτυλου
14. Φάρμακα για χρόνια βρογχίτιδα
96. Κανένα
97. Άλλα φάρμακα που δεν αναφέρθηκαν εδώ

ΚΑΡΤΑ 9

1. Περπάτημα 100 μέτρων
 2. Να κάθεστε για περίπου δύο ώρες
 3. Να σηκώνεστε από καρέκλα αφού ήσασταν καθισμένος για μεγάλες χρονικές περιόδους
 4. Να ανεβαίνετε αρκετές σειρές σκαλοπατιών χωρίς ανάπαυση
 5. Να ανεβαίνετε μία σειρά σκαλοπατιών χωρίς ανάπαυση
 6. Να σκύβετε, να γονατίζετε , ή να ανακουρκουδίζετε
 7. Να πλησιάζετε ή να εκτείνετε τα χέρια σας πάνω από το επίπεδο των ώμων
 8. Να τραβάτε ή να σπρώχνετε μεγάλα αντικείμενα όπως μία καρέκλα καθιστικού
 9. Να σηκώνετε ή να μεταφέρετε βάρη πάνω από 5 κιλά, όπως μία βαριά σακούλα από μπακάλικο
 10. Να πιάσετε από ένα τραπέζι ένα μικρό νόμισμα
96. Τίποτα από αυτά

ΚΑΡΤΑ 10

1. Ντύσιμο, συμπεριλαμβανομένου του να βάζετε τα παπούτσια και τις κάλτσες
2. Περπάτημα σε ένα δωμάτιο
3. Να κάνετε μπάνιο ή ντουζ
4. Να τρώτε, όπως το να κόβετε το φαγητό σας
5. Να ξαπλώνετε και να σηκώνεστε από το κρεβάτι
6. Να χρησιμοποιείτε την τουαλέτα, συμπεριλαμβανομένου του να σηκώνεστε ή να κάθεστε
7. Να χρησιμοποιείτε ένα χάρτη για να προσανατολιστείτε σε ένα άγνωστο μέρος
8. Να ετοιμάζετε ένα ζεστό γεύμα
9. Να ψωνίζετε από ένα μπακάλικο
10. Να τηλεφωνείτε
11. Να παίρνετε φάρμακα
12. Να κάνετε δουλειές στο σπίτι ή τον κήπο
13. Να χειρίζεστε χρήματα, όπως το να πληρώνετε λογαριασμούς και να κρατάτε σημειώσεις με τους λογαριασμούς δαπανών
96. Τίποτα από αυτά

ΚΑΡΤΑ 11

1. Σχεδόν κάθε μέρα
2. Πέντε ή έξι ημέρες την εβδομάδα
3. Τρεις ή τέσσερις ημέρες την εβδομάδα
4. Μία ή δύο φορές την εβδομάδα
5. Μία ή δύο φορές το μήνα
6. Λιγότερο από μία φορά το μήνα
7. Καθόλου στους τελευταίους έξι μήνες

ΚΑΡΤΑ 12

1. Καρδιολόγος, πνευμονολόγος, γαστρεντερολόγος, διαβητολόγος ή ενδοκρινολόγος

2. Δερματολόγος

3. Νευρολόγος

4. Οφθαλμίατρος

5. Ωτορινολαρυγγολόγος

6. Ρευματολόγος ή φυσίατρος

7. Ορθοπαιδικός

8. Χειρουργός

9. Ψυχίατρος

10. Γυναικολόγος

11. Ουρολόγος

12. Ογκολόγος

13. Γηρίατρος

ΚΑΡΤΑ 13

1.Εγχείρηση ως εσωτερικός ασθενής

2.Ιατρικές εξετάσεις ή μη-χειρουργικές
θεραπείες (εκτός ψυχικής υγείας)

3.Προβλήματα ψυχικής υγείας

ΚΑΡΤΑ 14

1. Καρδιακός καθετηριασμός, συμπεριλαμβανομένων αφαιρέσεων μίας απόφραξης, στεντ
2. Τοποθέτηση αρτηριοστεφανιαίου παράπλευρου μοσχεύματος
3. Εισαγωγή, αντικατάσταση ή αφαίρεση βηματοδότη
4. Κάθε ωτορινολαρυγγολογική επέμβαση
5. Κάθε βιοψία
6. Αντικατάσταση ισχίου
7. Αντικατάσταση γόνατος
8. Χειρουργική θεραπεία καταγμάτων
9. Αποκατάσταση κήλης
10. Χολοκυστεκτομή
11. Προστατεκτομή
12. Υστερεκτομή
13. Εγχείρηση καταρράκτη
97. Οποιαδήποτε άλλη εγχείρηση ως εσωτερικός ασθενής

ΚΑΡΤΑ 15

1. Αρθροσκόπηση γόνατος
2. Επέμβαση καταρράκτη
3. Αποκατάσταση κήλης
4. Βιοψία ή αφαίρεση κύστης
5. Επέμβαση χειρός
6. Απογύμνωση φλεβών
7. Επέμβαση στον πρωκτό
8. Αρτηριογραφία ή αγγειογραφία με τη χρησιμοποίηση σκιαστικού
97. Κάθε άλλη επέμβαση ως εξωτερικός ασθενής σε δωμάτιο χειρουργείου

ΚΑΡΤΑ 16

1. Επαγγελματική ή αμειβόμενη νοσηλευτική ή προσωπική φροντίδα

2. Επαγγελματική ή αμειβόμενη κατ' οίκον φροντίδα, για δουλειές του σπιτιού τις οποίες δεν μπορούσατε να τις κάνετε μόνοι σας εξαιτίας των προβλημάτων υγείας.

3. Πρόγραμμα Βοήθεια Στο Σπίτι

96. Τίποτα από αυτά

ΚΑΡΤΑ 17

- 1.Εγχείρηση
- 2.Φροντίδα από γενικό γιατρό
- 3.Φροντίδα από ειδικό γιατρό
- 4.Φάρμακα
- 5.Οδοντιατρική φροντίδα
- 6.Αποκατάσταση ως εσωτερικός ασθενής
- 7.Αποκατάσταση ως εξωτερικός ασθενής
- 8.Πρόσθετα τεχνητά μέλη και συσκευές
- 9.Φροντίδα σε ένα νοσηλευτικό ίδρυμα για ηλικιωμένους
- 10.Φροντίδα κατ' οίκον
- 11.Βοήθεια αμειβόμενη κατ' οίκον
- 97.Οποιαδήποτε άλλη φροντίδα που δεν αναφέρεται σε αυτόν τον κατάλογο

ΚΑΡΤΑ 18

0. ΙΚΑ
1. ΟΓΑ
2. ΟΑΕΕ/ ΤΕΒΕ/ ΤΑΕ/ ΤΣΑ
3. ΟΠΑΔ (Δημόσιο) /ΤΥΔΚΥ
4. ΔΕΚΟ: ΟΤΕ/ ΔΕΗ/ ΗΣΑΠ/ ΗΛΠΑΠ, κλπ
5. ΤΣΑΥ/ ΤΣΜΕΔΕ/ Ταμείο Νομικών
6. ΤΑΞΥ
7. ΝΑΤ
8. Διάφορα Ταμεία Τραπεζοϋπαλλήλων
9. Άλλο Ταμείο Ασφάλισης Υγείας
96. Κανένα Ταμείο Ασφάλισης Υγείας

ΚΑΡΤΑ 19

1. Ιατρική φροντίδα με άμεση πρόσβαση στους ειδικούς γιατρούς
2. Ιατρική φροντίδα με πρόσβαση στους ειδικούς μέσω γενικού γιατρού
3. Ιατρική φροντίδα με απεριόριστη επιλογή γιατρών
4. Ιατρική φροντίδα με περιορισμένη επιλογή γιατρών
5. Οδοντιατρική φροντίδα
6. Πλήρης κάλυψη για έξοδα φαρμάκων
7. Μερική κάλυψη για έξοδα φαρμάκων
8. Νοσ/κή φροντίδα με απεριόριστη επιλογή νοσ/μείων και κλινικών
9. Νοσ/κή φροντίδα με περιορισμένη επιλογή νοσοκομείων και κλινικών
10. Μακροχρόνια φροντίδα σε νοσηλευτικό ίδρυμα για ηλικιωμένους
11. Νοσηλ/κή φροντίδα στο σπίτι σε περίπτωση χρόνιας νόσου ή αναπηρίας
12. Βοήθεια στο σπίτι
96. Καμία απολύτως προαιρετική ασφάλεια υγείας
97. Κάθε άλλος τύπος προαιρετικής ασφάλειας υγείας

ΚΑΡΤΑ 20

1. Ιατρική περίθαλψη με άμεση πρόσβαση στους ειδικούς ιατρούς
2. Ιατρική περίθαλψη με ελεύθερη επιλογή ιατρού
3. Οδοντιατρική περίθαλψη
4. Μεγαλύτερη επιλογή φαρμάκων και/ ή πλήρης κάλυψη
5. Εκτεταμένη επιλογή νοσοκομείων και ιδιωτικών κλινικών
6. Μακροχρόνια φροντίδα σε νοσηλευτικό ίδρυμα για ηλικιωμένους
7. Φροντίδα στο σπίτι σε περίπτωση χρόνιας ασθένειας ή αναπηρίας
8. Βοήθεια στο σπίτι για τις δραστηριότητες της καθημερινής ζωής
9. Πλήρης κάλυψη ιατρικών επισκέψεων
10. Πλήρης κάλυψη δαπάνης για νοσοκομειακή φροντίδα
96. Καμιά προαιρετική ασφάλιση υγείας
97. Κάποιας άλλης μορφής προαιρετική ασφάλιση υγείας

ΚΑΡΤΑ 21

1. Συνταξιούχος

2. Εργαζόμενος ή αυτοαπασχολούμενος
(συμπεριλαμβάνεται η εργασία για
οικογενειακή επιχείρηση)

3. Άνεργος

4. Μόνιμα ασθενής ή ανάπηρος

5. Φροντίζοντας το σπίτι ή την οικογένεια

97. Άλλο (καθορίστε)

ΚΑΡΤΑ 22

1. Συμφωνώ απόλυτα

2. Συμφωνώ

3. Διαφωνώ

4. Διαφωνώ απόλυτα

ΚΑΡΤΑ 23

1. Θεμελιωμένο δικαίωμα για σύνταξη
2. Θεμελιωμένο δικαίωμα για ιδιωτική επαγγελματική σύνταξη
3. Θεμελιωμένο δικαίωμα για ιδιωτική σύνταξη
4. Σας προσφέρθηκε δυνατότητα πρόωρης συνταξιοδότησης / χηρεία (με ειδικά κίνητρα ή μπόνους)
5. Ήσασταν υπεράριθμος (για παράδειγμα προσυνταξιοδότηση)
6. Δική σας αρρώστια
7. Αρρώστια συγγενή ή φίλου
8. Για να συνταξιοδοτηθείτε την ίδια περίοδο με το/τη σύζυγο, το/τη σύντροφο
9. Για να περάσετε περισσότερο χρόνο με τη οικογένεια
10. Για να χαρείτε τη ζωή

ΚΑΡΤΑ 24

1. Σύνταξη γήρατος από Ταμείο ή Δημόσιο
 2. Σύνταξη πρόωρης συνταξιοδότησης ή προ-συνταξιοδότησης
 3. Σύνταξη αναπηρίας
 4. Δημόσιο επίδομα ανεργίας
 5. Σύνταξη χηρείας από τον/ την σύζυγο/ σύντροφο
 6. Επίδομα πρόνοιας (πχ ΕΚΑΣ, σύνταξη πολύτεκνου, άλλο επίδομα πρόνοιας)
 7. Σύνταξη πολέμου ή εθνικής αντίστασης
 8. Ιδιωτική (επαγγελματική) σύνταξη γήρατος
 9. Ιδιωτική (επαγγελματική) πρόωρη σύνταξη
 10. Ιδιωτική (επαγγελματική) ασφάλεια ανικανότητας/ αναπηρίας
 11. Ιδιωτική (επαγγελματική) σύνταξη χηρείας από την εργασία του/ της συζύγου/ συντρόφου
96. Τίποτε από αυτά

ΚΑΡΤΑ 25

1. Πληρωμή ασφάλειας ζωής
2. Ιδιωτική πρόσοδος / ιδιωτική προσωπική σύνταξη
3. Πληρωμή ιδιωτικής ασφάλειας υγείας
4. Διατροφή
5. Τακτικές πληρωμές από φιλανθρωπίες
96. Τίποτα από αυτά

ΚΑΡΤΑ 26

1. Σύνταξη γήρατος από Ταμείο ή Δημόσιο
2. Σύνταξη πρόωρης συνταξιοδότησης ή προ-
συνταξιοδότησης από Ταμείο
3. Σύνταξη αναπηρίας, σύνταξη ασθενείας /
ανικανότητας
4. Ιδιωτική (επαγγελματική) σύνταξη γήρατος
5. Ιδιωτική (επαγγελματική) πρόωρη σύνταξη
96. Τίποτε από αυτά

ΚΑΡΤΑ 27

1. Πλήρης απασχόληση
2. Μερική απασχόληση
3. Αυτοαπασχολούμενος ή εργαζόμενος στην ιδιόκτητη οικογενειακή επιχείρηση
4. Άνεργος
5. Σε επαγγελματική εκπαίδευση/ μετεκπαίδευση/ επιμόρφωση/ κατάρτιση
6. Γονική άδεια
7. Σε σύνταξη ή πρόωρη συνταξιοδότηση
8. Μόνιμη ασθένεια ή ανικανότητα
9. Φροντίδα του σπιτιού ή της οικογένειας
97. Άλλη

ΚΑΡΤΑ 28

1. Προσωπική βοήθεια, δηλαδή:
ντύσιμο, μπάνιο ή ντους, φαγητό, το να ξαπλώνετε ή να σηκώνεστε από το κρεβάτι, χρησιμοποίηση της τουαλέτας
2. Πρακτική βοήθεια στο νοικοκυριό, π.χ.
με οικιακές επισκευές, κηπουρική, μεταφορές, ψώνια, καθημερινές δουλειές του νοικοκυριού
3. Βοήθεια σε γραφειοκρατικές υποχρεώσεις, όπως
η συμπλήρωση αιτήσεων, η διαχείριση οικονομικών ή νομικών υποθέσεων

ΚΑΡΤΑ 29

1. Για να καλύψετε βασικές ανάγκες
2. Για να αγοράσετε ή να επιπλώσετε ένα σπίτι ή διαμέρισμα
3. Για να βοηθήσετε σε μία μεγάλη δαπάνη (εκτός από το να αγοράσετε ένα σπίτι)
4. Για ένα μεγάλο οικογενειακό γεγονός (γέννηση, γάμος, άλλη γιορτή)
5. Για να βοηθήσετε σε περίπτωση ενός διαζυγίου
6. Για να βοηθήσετε μετά από θάνατο ή ασθένεια
7. Για να βοηθήσετε άνεργο
8. Για ανώτερη εκπαίδευση
9. Για να καλυφθεί μία νομική υποχρέωση (διατροφή ή πληρωμή για φροντίδα γονέων)
96. Όχι ιδιαίτερος λόγος
97. Άλλος λόγος

ΚΑΡΤΑ 30

1. Μεγαλούπολη
2. Προάστια
3. Μεγάλη πόλη
4. Κωμόπολη
5. Αγροτική περιοχή ή χωριό

ΚΑΡΤΑ 31

ΔΑΠΑΝΕΣ

1. Τρόφιμα που καταναλώνονται στο σπίτι

Συμπεριλάβετε: όλα τα είδη τροφίμων και τα μη οινοπνευματώδη ποτά που αγοράζονται στα σούπερ μάρκετ, τα παντοπωλεία, τις λαϊκές αγορές και άλλες εξόδους.

Μην συμπεριλάβετε: έξοδα σε οινοπνευματώδη ποτά όπως η μπύρα, το κρασί, ή τα αλκοολούχα ποτά.

2. Τρόφιμα που καταναλώνονται εκτός του σπιτιού

Συμπεριλάβετε: όλα τα γεύματα στα εστιατόρια και άλλες εξόδους όπως οι παμπ, τα μπαρ και οι καντίνες.

Μην συμπεριλάβετε: έξοδα σε οινοπνευματώδη ποτά, ή τις δαπάνες για τις μεγάλες εθιμοτυπικές περιπτώσεις όπως οι επέτειοι γάμου.

3. Τηλεφωνήματα

Συμπεριλάβετε: Τις χρεώσεις κλήσης ή τις υπεραστικές και τα πάγια τέλη, συμπεριλάβετε όλες τις δαπάνες για τις κλήσεις από κινητά τηλέφωνα που γίνονται κατά τη διάρκεια του μήνα, τις δαπάνες σύνδεσης με το διαδίκτυο από το σπίτι σας.

Μην συμπεριλάβετε: τις αγορές του τηλεφωνικού εξοπλισμού όπως τα τηλέφωνα ή τα κινητά τηλέφωνα.

4. Όλα τα αγαθά και οι υπηρεσίες

Συμπεριλάβετε: παντοπωλεία, χρήση υπηρεσιών, μεταφορές, ρουχισμός, διασκέδαση, πραγματοποιηθέντες ιατρικές δαπάνες και οποιεσδήποτε άλλες δαπάνες που ίσως έχετε εσείς και η οικογένειά σας.

Μην συμπεριλάβετε: πληρωμές κατοικίας (μίσθωμα ή υποθήκη), συντήρηση κατοικίας, ή αγορά μεγάλων ειδών στοιχείων όπως αυτοκίνητο, ή πληρωμές αυτοκινήτου, η τηλεόραση, κοσμήματα ή έπιπλα.

ΚΑΡΤΑ 32

1. Τραπεζικοί λογαριασμοί, λογαριασμοί συναλλαγών ή λογαριασμοί ταμιευτηρίου
2. Κρατικά ή εταιρικά ομόλογα
3. Μετοχές ή μερίδια (εισηγμένα ή μη στο χρηματιστήριο)
4. Αμοιβαία κεφάλαια ή επενδυτικοί λογαριασμοί υπό διαχείριση
5. Ατομικοί λογαριασμοί σύνταξης
6. Στεγαστικό Ταμιευτήριο
7. Ασφάλεια ζωής
96. Τίποτε από αυτά

ΚΑΡΤΑ 33

1. Ποτέ
2. Περίπου μία φορά το χρόνο
3. Μερικές φορές το χρόνο
4. Περίπου κάθε μήνα
5. Περίπου κάθε εβδομάδα
6. Περίπου κάθε ημέρα

ΚΑΡΤΑ 34

1. Χρέη για αυτοκίνητα ή άλλα οχήματα (φορτηγά, μοτοσυκλέτες, σκάφη κ.λ.π.)
2. Καθυστερημένοι λογαριασμοί (τηλέφωνο, ηλεκτρικό, θέρμανση)
3. Καθυστερημένοι λογαριασμοί πιστωτικών καρτών / καρτών καταστημάτων
4. Δάνεια (από τράπεζα, στεγαστική τράπεζα ή άλλους οικονομικούς οργανισμούς)
5. Χρέη σε συγγενείς ή φίλους
6. Φοιτητικά δάνεια
96. Τίποτε από αυτά
97. Άλλο

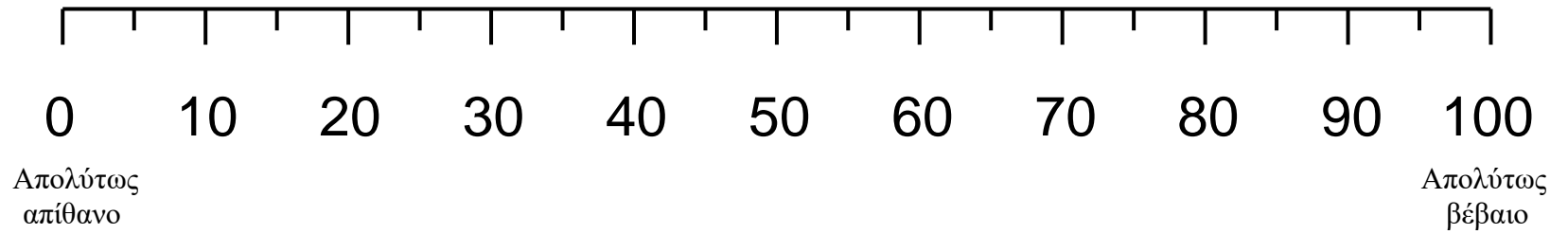
ΚΑΡΤΑ 35

1. Κάνετε εθελοντική ή φιλανθρωπική εργασία
 2. Φροντίσατε έναν άρρωστο ή ανάπηρο ενήλικα
 3. Προσφέρατε βοήθεια σε οικογένεια, φίλους ή γείτονες
 4. Παρακολουθήσατε ένα επιμορφωτικό ή εκπαιδευτικό πρόγραμμα
 5. Πήγατε σε ένα αθλητικό, κοινωνικό ή άλλου είδους σωματείο
 6. Πήρατε μέρος σε μία θρησκευτική τελετή ή εκδήλωση (εκκλησία, συναγωγή, τέμενος κλπ)
 7. Πήρατε μέρος σε πολιτική ή κοινωνική οργάνωση
96. Τίποτε από αυτά

ΚΑΡΤΑ 36

1. Για να συναντήσω άλλους ανθρώπους
2. Για να συνεισφέρω σε κάτι χρήσιμο
3. Για προσωπική καταξίωση
4. Επειδή με χρειάζονται
5. Για να κερδίσω χρήματα
6. Επειδή το απολαμβάνω
7. Για να χρησιμοποιώ τις ικανότητές μου ή για να ασκώμαι
8. Επειδή νιώθω υποχρεωμένος να το κάνω
96. Τίποτε από αυτά

ΚΑΡΤΑ 37



ΚΑΡΤΑ 38

1. Αποταμίευση ή επένδυση
2. Αποπληρωμή Χρέους
3. Παροχή σε συγγενείς ή δωρεά
4. Αγορά διαρκών αγαθών (σπίτι, αυτοκίνητο, έπιπλα, ηλεκτρικές συσκευές)
5. Πραγματοποίηση ενός ταξιδιού για διακοπές ή ενός ταξιδιού