

# Questionnaire Well-being Trail

Contact: Kalevi Korpela, Professor of Psychology  
 School of Social Sciences and Humanities  
 FIN-33014 University of Tampere; [kalevi.korpela@uta.fi](mailto:kalevi.korpela@uta.fi)

Juliana Reichert, Project coordinator Forest Project  
 Regional Initiativ Mëllerdall – RIM a.s.b.l.  
 30, route de Wasserbillig, 6490 Echternach, Luxembourg; [juliana.reichert@leader.lu](mailto:juliana.reichert@leader.lu)

Nous aimerions connaître votre expérience et votre opinion par rapport au Well-being Trail. Vos réponses seront traitées avec la plus grande confidentialité et exclusivement utilisées à des fins de recherche visant à améliorer le Trail. Veuillez entourer le chiffre ou cocher la case correspondant à votre opinion ou inscrire votre réponse sur la ligne.

1. Faisait-il ensoleillé <input type="checkbox"/> , nuageux <input type="checkbox"/> , pluvieux <input type="checkbox"/> ?					
2. Avez-vous parcouru le Well-being Trail seul <input type="checkbox"/> ou accompagné <input type="checkbox"/> ? J'étais accompagné de ____ personnes.					
3. Quel score avez-vous obtenu sur les questions relatives à l'humeur au début du parcours ____ et à la fin ____ de celui-ci OU quelle était la différence de score (fin – début) ? ____					
4. À quel point votre humeur s'est-elle améliorée après avoir parcouru le Trail ?	5 <i>Très nettement</i>	4 <i>Assez nettement</i>	3 <i>Modérément</i>	2 <i>Pas vraiment</i>	1 <i>Pas du tout</i>
5. Qu'avez-vous pensé du nombre de panneaux psychologiques le long du parcours ?	1 <i>J'aurais préféré moins de panneaux / d'exercices.</i>		2 <i>Le nombre de panneaux était tout à fait adapté.</i>		3 <i>J'aurais préféré davantage de panneaux.</i>
6. Quelle est votre appréciation du contenu des exercices psychologiques ?	5 <i>Très satisfait</i>	4 <i>Assez satisfait</i>	3 <i>Modérément satisfait</i>	2 <i>Pas vraiment satisfait</i>	1 <i>Très insatisfait</i>
7. Quelle est votre appréciation de l'emplacement des panneaux psychologiques le long du parcours ?	5 <i>Très satisfait</i>	4 <i>Assez satisfait</i>	3 <i>Modérément satisfait</i>	2 <i>Pas vraiment satisfait</i>	1 <i>Très insatisfait</i>
8. Y avait-il un panneau qui vous a semblé particulièrement bien placé ? Quel ? ____					
9. Y avait-il un panneau qui vous a semblé particulièrement mal placé ? Quel ? ____					



## Français

10. Quelle est votre appréciation générale du Trail ?	5 <i>Très satisfait</i>	4 <i>Assez satisfait</i>	3 <i>Modérément satisfait</i>	2 <i>Pas vraiment satisfait</i>	1 <i>Très insatisfait</i>
11. Seriez-vous prêt à revenir pour parcourir le Trail une nouvelle fois ?	1 <i>Pas du tout</i>	2 <i>Pas vraiment prêt</i>	3 <i>Modérément prêt</i>	4 <i>Assez prêt</i>	5 <i>Tout à fait prêt</i>
12. Si vous revenez, parcourriez-vous le Trail seul <input type="checkbox"/> ou en groupe <input type="checkbox"/> ?					
13. Décrivez la situation dans laquelle ces exercices vous conviendraient le mieux : _____.					
14. Recommanderiez-vous le Trail à vos amis et connaissances ?	1 <i>Pas du tout</i>	2 <i>Pas vraiment prêt</i>	3 <i>Modérément prêt</i>	4 <i>Assez prêt</i>	5 <i>Tout à fait prêt</i>
15. Voici une liste d'exercices prévus le long du parcours : 1 Tests 2 Fascination 3 Toucher 4 Apaisement etc. Quels exercices vous ont particulièrement marqué (entourez-les) ? Expliquez pourquoi : pour des raisons positives _____ ou pour des raisons négatives_____.					
Veuillez prendre position par rapport aux affirmations suivantes :					
16. Je préfère faire une activité physique quand je suis dans la nature.	1 <i>Pas du tout d'accord</i>	2 <i>Plutôt pas d'accord</i>	3 <i>Modérément d'accord</i>	4 <i>Plutôt d'accord</i>	5 <i>Tout à fait d'accord</i>
17. Je me sens souvent oppressé dans le tumulte de la ville (la cohue et les bousculades).	1 <i>Pas du tout d'accord</i>	2 <i>Plutôt pas d'accord</i>	3 <i>Modérément d'accord</i>	4 <i>Plutôt d'accord</i>	5 <i>Tout à fait d'accord</i>
18. Je ressens parfois le besoin irréprensible d'être dans la nature.	1 <i>Pas du tout d'accord</i>	2 <i>Plutôt pas d'accord</i>	3 <i>Modérément d'accord</i>	4 <i>Plutôt d'accord</i>	5 <i>Tout à fait d'accord</i>
19. Je passe mes temps libres dans des parcs et espaces verts plutôt	1	2	3	4	5



## Français

que dans un environnement urbanisé.	<i>Pas du tout d'accord</i>	<i>Plutôt pas d'accord</i>	<i>Modérément d'accord</i>	<i>Plutôt d'accord</i>	<i>Tout à fait d'accord</i>
20. J'ai _____ ans.					
21. Mon domicile: _____					
22. Ma profession: _____					
23. Mâle <input type="checkbox"/> , féminin <input type="checkbox"/> .					
24. Pour quelle raison avez-vous participé au Well-being Trail ? _____					
25. Autres commentaires :					
_____					
_____					
_____					
_____					
_____					
_____					
_____					

MERCI BEAUCOUP POUR VOTRE RÉPONSES!



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de l'Agriculture, de la Viticulture  
et du Développement rural

Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des  
ländlichen Raums: Hier investiert Europa in die ländlichen  
Gebiete.