I A R S P	Elementos da Rede	Vínculo (Tipo de Relação)	Durabilidade	Residência (dispersão)	Frequência de Contactos	Cuidar	Apoio Emocional	Apoio Material e Instrumental	Apoio Informativo	Companhia social	Acesso a novos contactos
	Refira o nome das pessoas com que se relaciona, são significativas na sua vida e o/a apoiam. Use o tipo de identificação que desejar (1º nome, alcunha ou iniciais)	Refira o vínculo que a pessoa tem consigo. Na família especifique o parentesco (mãe, pai, filho, cônjuge, irmão, tio, etc...).	Refira há quanto tempo conhece ou mantém um relacionamento com cada elemento	Vive: 1-Na mesma casa 2-No mesmo bairro/rua 3-Na mesma terra 4-Até 50Km 5-A mais de 50km	Use os números: 1-Diariamente 2-Algumas vezes por semana 3-Semanalmente 4-Algumas vezes por mês 5-Algumas vezes por ano	Apoia-o no cuidado ao meu familiar dependente	Estima-o(a), dá-lhe afecto e carinho num clima de simpatia e compreensão.	Ajuda-o(a) nas coisas do dia-a-dia, Empresta-lhe dinheiro ou bem em caso de necessidade.	Dá-lhe informações úteis. Esclarece-o(a). Diz-lhe onde deve recorrer.	Faz-lhe companhia.	Indica-lhe a quem deve recorrer e/ou apresenta-lhe pessoas novas.
						Nível de apoio ou ajuda percebida: 1. nenhum; 2. algum; 3. muito					
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3
		❒Família_____ ❒Amigo(a) ❒Vizinho ❒Rel. trabalho/estudo		❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3 ❒4 ❒5	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3	❒1 ❒2 ❒3

RECIPROCIDADE DE APOIO

Pensando no apoio que dá a estas pessoas que referiu, pode afirmar que:

❒ Dá apoio à maior parte destas pessoas
❒ Dá a apoio a algumas destas pessoas
❒ Dá apoio a poucas destas pessoas
❒ Não dá apoio a nenhuma destas pessoas

QUEM CONHECE QUEM

Todas as pessoas da sua rede se reconheceriam mutuamente caso se encontrassem na rua?
❒ sim ❒ não
Se não, refira quem não conhece quem: _____
_____
_____
_____

PERDAS

Nos últimos anos perdeu alguém importante para si, que colocaria na rede?
❒ sim ❒ não
Quem?
_____
Motivo:
_____

CORTES RELACIONAIS

Ao longo da sua vida, cortou relações com pessoas importantes para si (familiares e amigos, p.ex.)?
❒ sim ❒ não
Com quem?
_____
Motivo:
_____

SATISFAÇÃO COM A REDE
❒ nenhuma ❒ pouca
❒ moderada ❒muita