|  |
| --- |
| **HAYME ANA ANAOKULU SAĞLIKLI YAŞAM ve SAĞLIKLI BESLENME ANKETİ** |

Anketimize katıldığınız için teşekkür ederiz. Geri bildiriminiz bizim için çok önemli.

Formun Üstü

**\* 1. Yaşınız**

7-11

12- 15

16 - 25

26 - 40

41 - ve üstü

**\* 2. Günde (temel olarak) kaç öğün besleniyorsunuz?**

1

2

3

Daha fazlası

**\* 3. En çok besin tükettiğiniz öğününüz hangisi?**

Sabah kahvaltısı

Öğle yemeği

Akşam yemeği

Diğer öğünler

**\* 4. Öğünlerinizde hangi besin türü ağırlıklı beslenirsiniz?**

Sebze çoğunluklu

Et yemekleri

Şekerli, unlu yiyecekler

Bütün besinler

**\* 5. Ara öğünlerde besleniyor musunuz, besleniyorsanız neler tüketiyorsunuz?**

Abur cubur (cips vs.)

Meyve, kuruyemiş, kuru meyve

Ara öğünlerim yok

Farklı şeyler/Farklı şeyler de tüketiyorum

**\* 6. Sigara ya da alkol gibi zararlı alışkanlığınız var mı?**

Evet

Hayır

Nadiren

**\* 7. Hazır gıdalar tüketiyor musunuz?**

Evet

Hayır

Nadiren

**\* 8. Dışarıda / dışarıdan yemek yeme alışkanlığınız var mı?**

Evet

Hayır

Nadiren

**\* 9. Ailenizde obez kişi ya da kişiler var mı?**

Evet

Hayır

**\* 10. Günlük ne kadar ekmek tüketiyorsunuz?**

Yarım ekmek

Bir ekmek

İki ekmek

Üç ve daha fazla

Formun Altı