

Projekt "Vrtim zdravi film", 2023./2024. - anketa II

20 Odgovori

05:34 Prosječno vrijeme dovršetka

Zatvoreno Status

1. Spol

● muško	4
● žensko	16



2. Za doručak je najbolje jesti namirnice čijom razgradnjom će se brzo osloboditi energija, a to su:

● ugljikohidrati	11
● bjelančevine	8
● masti	1



3. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da se češće bavite tjelesnom aktivnošću?

● da	11
● djelomično	8
● ne	1



4. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da jedete voće više puta na dan?

● da	12
● djelomično	8
● ne	0



5. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da jedete povrće više puta na dan?

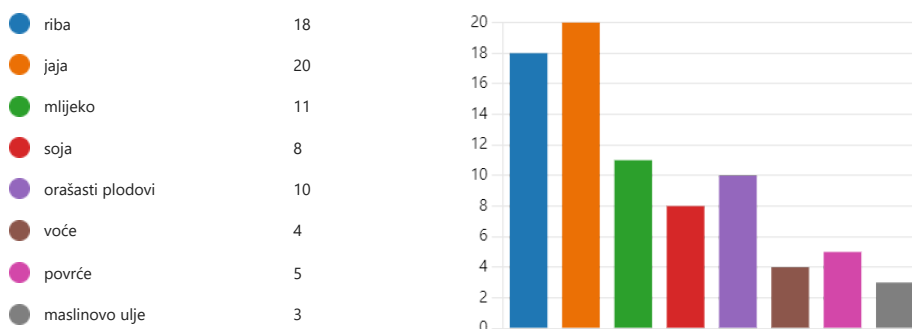
● da	13
● djelomično	7
● ne	0



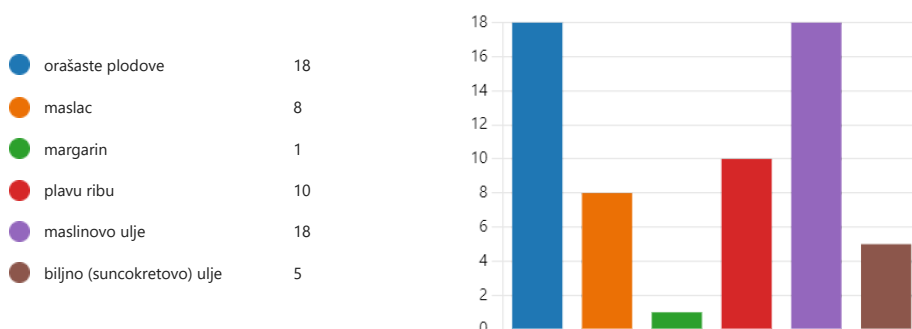
6. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" osvijestile da je doručak najvažniji obrok u danu i potaknule vas da češće doručkujete?



7. Među ponuđenim namirnicama odaberite one koje su bogate bjelančevinama (4 točna odgovora)



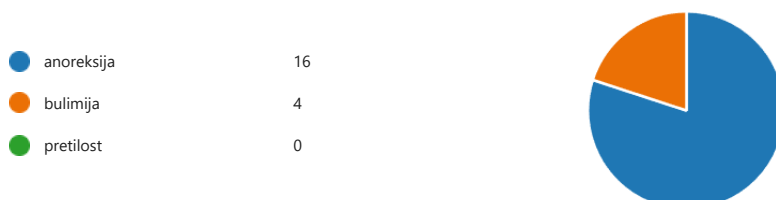
8. Masti je poželjno unositi u organizam tako da jedemo (3 točna odgovora):



9. Poremećaj prehrane koji prepoznajemo po tome što se osoba prejeda i nakon toga povraća, često se deblja i mršavi naziva se:



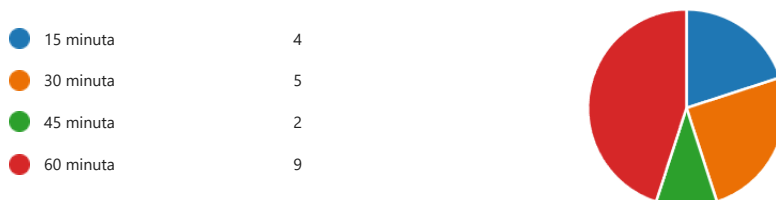
10. Poremećaj prehrane koji prepoznajemo po tome što osoba opsesivno trenira i odbija jesti ili jede jako male količine hrane naziva se:



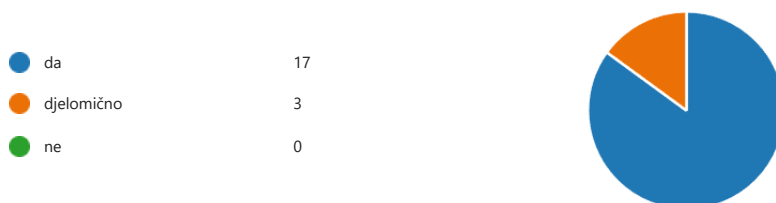
11. Poremećaj prehrane koji prepoznajemo po tome što osoba unosi prekomjerne količine hrane naziva se:



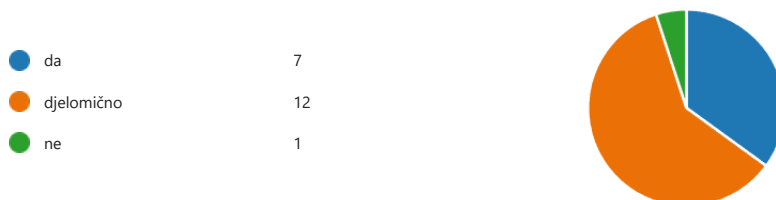
12. Svaki dan trebali bismo vježbati barem:



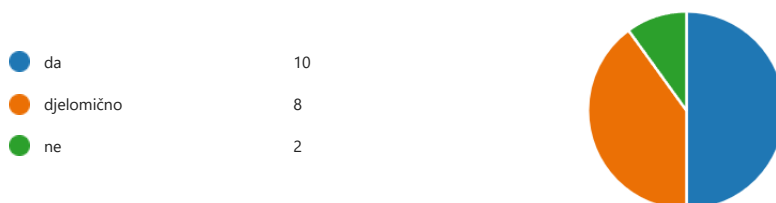
13. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" osvijestile koliko su dijete štetne za zdravlje i da je za održavanje željene tjelesne mase važna pravilna i raznovrsna prehrana te redovita tjelesna aktivnost?



14. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće proučavate deklaracije (kalorijska vrijednost, količina pojedinih hranjivih tvari) na proizvodima koje kupujete?



15. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da prilikom kuhanja češće proučavate kalorijsku vrijednost i količinu hranjivih tvari u 100 g određene namirnice?



16. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće pratite kalorijsku vrijednost i količinu hranjivih tvari koju unesete u tijelo tijekom pojedinog obroka?

da	8
djelomično	11
ne	1



17. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće pratite kalorijsku vrijednost i količinu hranjivih tvari koju vaše dijete unese u tijelo tijekom pojedinog obroka?

da	10
djelomično	10
ne	0



18. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće jedete kruh od cjelovitih žitarica?

da	12
djelomično	5
ne	3



19. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće pijete vodu, a manje zaslađene sokove i gazirane sokove?

da	14
djelomično	5
ne	1



20. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće jedete zdrave grickalice (čips od jabuke/banane, kokice bez soli)?

da	13
djelomično	7
ne	0



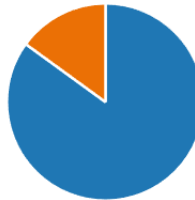
21. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće potičete djecu da doručuju?

da	19
djelomično	1
ne	0



22. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće provjeravate doručuje li vaše dijete?

da	17
djelomično	3
ne	0



23. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće za kuhanje koristite maslinovo ulje?

da	13
djelomično	6
ne	1



24. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće kuhate?

da	15
djelomično	4
ne	1



25. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće prilagođavate veličinu porcija dobi, spolu, tjelesnoj aktivnosti, poslu pojedinih članova obitelji?

da	9
djelomično	9
ne	2



26. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće potičete svoje dijete da se bavi nekim sportom?

da	15
djelomično	4
ne	1



27. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da se vi češće bavite tjelesnom aktivnošću te da produljite trajanje jedne tjelesne aktivnosti na minimalno 60 minuta?

da	9
djelomično	10
ne	1



28. Jesu li vas edukacije i radionice provedene u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" potaknule da češće jedete ribu?

da	12
djelomično	8
ne	0



29. Smatrate li da je za održavanje željene tjelesne mase važno pratiti kalorijsku vrijednost koju ste unijeli hranom u organizam, a koliko potrošili za bazalni metabolizam i druge aktivnosti koje obavljate tijekom dana?

da	13
možda	7
ne	0



30. Smatrate li da su edukacije za učenike o prehrani i tjelesnoj aktivnosti u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" bile korisne za učenike?

da	19
djelomično	1
ne	0



31. Smatrate li da su radionice za učenike o prehrani i tjelesnoj aktivnosti u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" bile korisne za učenike?

● da	18
● djelomično	2
● ne	0



32. Smatrate li da su edukacije i radionice za roditelje o prehrani i tjelesnoj aktivnosti u sklopu projekta "Vrtim zdravi film" bile korisne za roditelje?

● da	14
● djelomično	6
● ne	0



33. Smatrate li da bi se edukacije i radionice za učenike o prehrani te važnosti tjelesne aktivnosti i sna trebale češće provoditi?

● da	15
● djelomično	5
● ne	0



34. Smatrate li da bi se edukacije i radionice za roditelje o prehrani te važnosti tjelesne aktivnosti i sna trebale češće provoditi?

● da	16
● djelomično	4
● ne	0

