



## Akčná skupina pre zdravé stravovanie

xx

### Inštrukcie

## Dotazník pre žiakov a študentov

Návrh otázok pre zistenie stavu v oblasti školského stravovania vo vašej škole. Použite tie, ktoré sú relevantné pre vašu situáciu, alebo pridajte ďalšie otázky. Vyhodnotenie výsledkov je dôležité pre vyvodenie správnych záverov.

### Školské obedy

1. Ako často chodíš na školské obedy? (vyber jednu možnosť)

- Každý deň       Väčšinu dní       Občas Nikdy

2. Ak chodíš na školské obedy, čo sa ti na nich najviac páči?

.....

3. Ak by si mohol/mohla na školských obedoch zmeniť jednu vec, čo by to bolo?

.....

4. Ako by sme mohli získať viac stravníkov do školskej jedálne?

.....

## 5. Myslíš, že by sme mali pozvať rodičov, aby ochutnali školské obedy?

(vyber jednu možnosť)

Áno

Nie

Možno

## 7. Radi by sme pozvali na školský obed dospelé osoby. Koho by sme mali podľa teba pozvať?

.....

## 8. Ako často si dávaš na obed šalát? (vyber jednu možnosť)

Každý deň

Dva–trikrát týždenne

Občas

Téměř nikdy

## 9. Aké iné druhy šalátov by si uvítal/a v ponuke?

.....

## Zloženie školských obedov

### 10. Aké je tvoje obľúbené jedlo (z domu, alebo zo školskej jedálne)?

.....

### 11. Aké ovocie a zeleninu máš najradšej?

Ovocie:

.....

Zelenina:

.....

### 12. Kde by si chcel/a získať viac informácií o zložení jedál a pôvode surovín v školskej jedálni? (vyber jednu možnosť)

Nástenka

Informačný bulletin

Školský rozhlas

Webové stránky

V triede

Inde - napiš prosím kde:

.....



14. Ak chodíš na obedy v školskej jedálni, stáva sa často, že jedlo nedoješ a zvyšky vyhodíš? (vyber jednu možnosť)

Áno

Nie

Občas

Ak áno, uveď prečo:

.....

## Obedy mimo školskej jedálne

15. Obeduješ mimo školskej jedálne. Z akého dôvodu?

Povedali mi to rodičia

Môžem jesť, čo mi chutí

Môžem si posediť s kamarátmi

Rodičia vravia, že je to lacnejšie

V škole mi nechutí

Iný dôvod (prosím uveď dôvod) :

.....

## Školská jedáleň

16. Napíš prosím, ako by sme mohli zlepšiť prostredie v školskej jedálni?

.....

17. Myslíš si, že je príliš hlučná?

Áno

Nie

18. Vadia ti dlhé rady na jedlo v školskej jedálni? Ak áno, prečo?

.....



## Varenie

22. Chcel/a by si mať v rámci vyučovania hodiny varenia? (vyber jednu možnosť)

Áno

Možno

Nie

23. Chceli by sme by sme zapojiť viac žiakov do výučby varenia. Vymenuj tri jedlá, ktoré by si sa chcel/a naučiť variť.

.....

24. Chcel/a by si svojim rodičom ukázať, ako variť? (vyber jednu možnosť)

Áno

Nie

Ak nie, prečo?

.....

## Výlety na farmy

25. Na akú farmu by si chcel/a ísť, ak by sme zorganizovali výlet? (vyber jednu možnosť)

bio farmu normálnu farmu

farmu, kde sa pestujú rastliny farmu, kde sa chovajú zvieratá

zmiešanú farmu

## Pestovanie

26. Chceli by sme zapojiť viac žiakov do výučby pestovania rastlín. Vymenuj tri druhy ovocia a zeleniny, ktoré by si chcel/a vypestovať na školskom pozemku.

.....

27. Chcel/a by si, aby bol v škole pestovateľský krúžok? Ak áno, ktorý deň a hodiny by ti najviac vyhovovali?

.....



## 28. Pestujete doma vlastné ovocie a zeleninu?

.....

## 29. Máš v rodine niekoho, kto by nám chcel pomôcť s pestovateľským krúžkom?

.....

## Len pre stredné školy

### 30. Ktoré z nasledujúcich tvrdení ťa vystihuje najlepšie (vyber jednu možnosť)

- Väčšinou obedujem v školskej jedálni
- Väčšinou jem balený obed z domu, alebo si niečo kúpim v obchode
- Niekedy jem v školskej jedálni, niekedy mám balené obedy

### 31. Kedy ješ hlavné jedlo dňa? (vyber jednu možnosť)

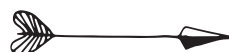
- Väčšinou cez obedňajšiu prestávku
- Väčšinou doma večer
- Ako-kedy
- Jem skôr menšie jedlá počas celého dňa než jedno hlavné jedlo večer

### 32. Čo vplýva na tvoj výber obeda? (označ zodpovedajúce položky)

- Cena     Sortiment     Priatelia     Rodičia     Iné:
- .....

### 33. Prečo nechodíš do školskej jedálne? (zaškrtni zodpovedajúce odpovede)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="radio"/> Nemám rád jej atmosféru | <input type="radio"/> Pomalá obsluha          |
| <input type="radio"/> Malý výber              | <input type="radio"/> Príliš drahé            |
| <input type="radio"/> Nechutí mi tam          | <input type="radio"/> Nechodia tam kamaráti   |
| <input type="radio"/> Malé porcie             | <input type="radio"/> Nariadili mi to rodičia |
| <input type="radio"/> Príliš dlhé rady        |   |



34. Ako by si vylepšil/a školskú jedáleň?

35. Ak si nosíš balené obedy z domu, čo by sa muselo zmeniť, aby si začal/a chodiť do školskej jedálne?

36. Vymenuj tri jedlá, ktoré by si rád/a videl/a na jedálničku v školskej jedálni.

## Zloženie školských jedál

37. Chcel/a by si získať viac informácií o potravinách, ktoré ješ v škole?  
(vyber jednu možnosť)

Áno       Nie       Neviem

38. Na stupnici od 1–5 urči, do akej miery je pre teba dôležité vedieť, ako sú potraviny a jedlá, ktoré ješ, vyrábané a prepravované. (vyber jednu možnosť)

1 = skoro vôbec, 5 = veľmi

1       2       3       4       5

39. Ktorý z nasledujúcich výrokov vystihuje najlepšie tvoj názor na zdravé a vyvážené stravovanie? (vyber jednu možnosť)

- Viem, že by som sa mal/a stravovať zdravo a väčšinou to aj tak robím.
- Viem, že by som sa mal/a stravovať zdravo a niekedy to dodržím.
- Viem, že by som sa mal/a stravovať zdravo, ale väčšinou to nedodržím.
- Neviem, ako by som sa mal/a stravovať, aby som bol/a zdravý/á.

40. Páčilo by sa ti, ak by zdravé jedlá v školskej jedálni boli lacnejšie a nezdravé najdrahšie? (vyber jednu možnosť)

Veľmi       Skôr áno       Vcelku áno       Nie



**41. Vieš o tom, že škola má svoj vlastný plán zdravého školského stravovania?**  
(vyber jednu možnosť)

Áno       Nie

**42. Myslíš, že by v škole malo byť miesto na kompostovanie zvyškov zo záhrady a z kuchyne?** (vyber jednu možnosť)

Áno       Nie

**43. Chcel/a by si vedieť, odkiaľ pochádzajú potraviny pre školskú jedáleň?**  
(vyber jednu možnosť)

Áno       Nie

**Ďakujeme za váš čas! :)**