

R	O			
---	---	--	--	--



**CHESTIONAR PENTRU PĂRINȚI CU PRIVIRE LA
COMPORTAMENTUL COPILULUI LEGAT DE ECHILIBRUL ENERGETIC**



Întrebări generale

Informații socio-demografice

S1. Acest chestionar este completat de:

- Mama
- Mama vitregă
- Tatăl
- Tatăl vitreg
- Bunica
- Bunicul
- Tutore copil

S2. Ce vârstă are copilul dumneavoastră?

- 6 ani
- 7 ani
- 8 ani
- 9 ani și peste

S3. Care este genul copilului dumneavoastră?

- Băiat
- Fată

S4. Din ce categorie de vârstă faceți parte?

- Sub 20
- 20-24 de ani
- 25-30 de ani
- 31-35 de ani
- 36-40 de ani
- Peste 40
-

S5. Câți ani de studiu ați urmat dumneavoastră/partenerul(a) dvs. în învățământul de zi?

Eu

- Mai puțin de 6 ani
- 6-8 ani
- 9-11 ani
- 12-14 ani
- 15-17 ani
- Peste 17 ani

Soț(ie) / partener(ă)

- Mai puțin de 6 ani
- 6-8 ani
- 9-11 ani
- 12-14 ani
- 15-17 ani
- Peste 17 ani

- Nu am soț(ie) /partener(ă)

S6. Cum v-ați defini situație profesională actuală/ dar a partenerului sau partenerii dumneavoastră?

Eu

Soț(ie) / partener(ă)

- Am un loc de muncă sau exercit o profesie, inclusiv muncă neremunerată, în cadrul unei afaceri de familie sau al gospodăriei, incluzând ucenicie sau stagiul plătit etc.
- Șomer(ă)
- Student, educație complementară, stagiul neplătit
- Pensionar(ă) la limita de vârstă sau anticipat ori a renunțat la profesie
- Incapacitate permanentă de muncă
- Stagiul militar obligatoriu sau muncă în folosul comunității
- Mă ocup de treburi casnice
- Altă categorie inactivă

- Am un loc de muncă sau exercit o profesie, inclusiv muncă neremunerată, în cadrul unei afaceri de familie sau al gospodăriei, incluzând ucenicie sau stagiul plătit etc.
- Șomer(ă)
- Student, educație complementară, stagiul neplătit
- Pensionar(ă) la limita de vârstă sau anticipat ori a renunțat la profesie
- Incapacitate permanentă de muncă
- Stagiul militar obligatoriu sau muncă în folosul comunității
- Mă ocup de treburi casnice
- Altă categorie inactivă

- Nu am soț(ie) /partener(ă)

S7. Pentru ce tipuri de organizații lucrați / ați lucrat dumneavoastră / soțul sau soția dumneavoastră?

Eu

Soț(ie) / partener(ă)

- Autorități centrale sau locale
- Alte instituții din sectorul public (cum ar fi educație și sănătate)
- O întreprindere de stat
- O firmă privată
- Antreprenor
- Altele

- Autorități centrale sau locale
- Alte instituții din sectorul public (cum ar fi educație și sănătate)
- O întreprindere de stat
- O firmă privată
- Antreprenor
- Altele

- Nu am soț(ie) /partener(ă)

R	O			
---	---	--	--	--

Informații despre gospodărie

S8. Câți adulți locuiesc în gospodăria dumneavoastră, inclusiv dumneavoastră?

- 1 persoană
- 2 persoane
- 3-4 persoane
- 5-6 persoane
- Peste 6 persoane

S9. Câți copii (sub 18 ani) locuiesc în gospodăria dumneavoastră?

- 1 copil
- 2 copii
- 3 copii
- 4 copii
- Peste 4 copii

S10. Care dintre afirmațiile de mai jos descrie cel mai bine ceea ce simțiți în legătură cu venitul actual al gospodăriei dumneavoastră?

- Trăim confortabil cu venitul actual
- Ne descurcăm cu venitul actual
- Ne este dificil să ne descurcăm cu venitul actual
- Ne este foarte dificil să ne descurcăm cu venitul actual

S11. Vă rugăm gândiți-vă la venitul tuturor membrilor gospodăriei și la orice venit ce intră în gospodărie în general. Care este principala sursă de venit în gospodăria dumneavoastră?

- Venituri din muncă remunerată sau salarii
- Venituri din activități independente (excluzând din agricultură)
- Venituri din agricultură
- Pensii
- Șomaj / plăți compensatorii
- Orice alte prestații sau ajutoare sociale
- Venituri din investiții, economii, asigurări, proprietăți
- Venituri din alte surse

Vă rugăm să citiți următoarele afirmații făcute de diferite persoane cu privire la hrana zilnică și bifați răspunsul care corespunde situației dumneavoastră din ultimele 12 luni:

S12. „Mâncarea pe care am cumpărat-o nu ne-a ajuns și nu am avut bani să cumpăr mai mult”.

Aceasta a fost:

- Deseori adevărat
- Uneori adevărat
- Niciodată adevărat
- Nu știu

S13. „Nu mi-am permis să am mese echilibrate”. Aceasta a fost:

- Deseori adevărat
- Uneori adevărat
- Niciodată adevărat
- Nu știu

S14. În ultimele 12 luni, în gospodăria dvs. ați redus vreodată porția de mâncare sau ați sărit peste mese pentru că nu erau suficienți bani pentru mâncare?

- Da
- Nu

Dacă NU, treceți la întrebarea S15

S14a. Dacă da, cât de des s-a întâmplat acest lucru?

- Aproape în fiecare lună
- În unele luni, dar nu lunar
- Doar într-una sau două luni
- Nu știu

S15. În ultimele 12 luni, ați mâncat vreodată mai puțin decât ați simțit că ați fi avut nevoie pentru că nu erau suficienți bani pentru mâncare?

- Da
- Nu
- Nu știu

S16. În ultimele 12 luni, v-a fost vreodată foame dar nu ați mâncat pentru că nu erau suficienți bani pentru mâncare?

- Da
- Nu
- Nu știu

Câteva întrebări legate de fructe și legume

Obiceiurile de consum ale copilului dvs. în ceea ce privește fructele și legumele

F1. Cât de des consumă de obicei copilul dumneavoastră fructe proaspete?

- Niciodată
- Mai puțin de o zi pe săptămână
- O zi pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, de două ori pe zi
- Zilnic, mai mult de două ori pe zi

F2. Cât de des consumă de obicei copilul dumneavoastră salată sau legume rase?

- Niciodată
- Mai puțin de o zi pe săptămână
- O zi pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, de două ori pe zi
- Zilnic, mai mult de două ori pe zi

F3. Cât de des consumă de obicei copilul dumneavoastră alte legume crude?

- Niciodată
- Mai puțin de o zi pe săptămână
- O zi pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, de două ori pe zi
- Zilnic, mai mult de două ori pe zi

F4. Cât de des consumă de obicei copilul dumneavoastră cartofi?

- Niciodată
- Mai puțin de o zi pe săptămână
- O zi pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, de două ori pe zi
- Zilnic, mai mult de două ori pe zi

F5. Cât de des consumă de obicei copilul dumneavoastră legume gătite (inclusiv supă de legume)?

- Niciodată
- Mai puțin de o zi pe săptămână
- O zi pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, de două ori pe zi
- Zilnic, mai mult de două ori pe zi

F6. Nu îi dau copilului meu unele alimente pentru că acestea costă prea mult.

- Sunt complet de acord
- Sunt de acord într-o oarecare măsură
- Nu sunt nici de acord, nici împotriva
- Într-o oarecare măsură, nu sunt de acord
- Nu sunt deloc de acord

F7. Care considerați că sunt cele mai importante trei caracteristici ale gustării pe care o servește copilul dumneavoastră? Vă rugăm bifați trei căsuțe

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Nutritivă | <input type="checkbox"/> Gătită acasă |
| <input type="checkbox"/> Oferă energie | <input type="checkbox"/> Organică |
| <input type="checkbox"/> Extrem de variată | <input type="checkbox"/> Vegetariană |
| <input type="checkbox"/> Pe placul copilului meu | <input type="checkbox"/> Respectă convingerile religioase |

Câteva întrebări legate doar de fructe

F8. Câte porții de fructe mănâncă zilnic copilul dumneavoastră?

- Nici una
- 1 porție
- 2 porții
- 3 porții
- 4 porții
- 5 sau mai multe porții

F9. După părerea dumneavoastră, copilul dumneavoastră consumă multe sau puține fructe?

- Foarte multe fructe
- Multe fructe
- Nici multe, nici puține
- Puține fructe
- Foarte puține fructe

F10. După părerea dumneavoastră, cât de multe fructe ar trebui să consume copilul dvs. pentru a avea o alimentație sănătoasă?

- Niciun fruct
- 1-3 fructe pe săptămână
- 4-6 fructe pe săptămână
- 1 fruct pe zi
- 2 fructe pe zi
- 3 fructe pe zi
- 4 fructe pe zi
- 5 sau mai multe fructe pe zi

F11. Soțul sau soția/ partenerul sau partenera și/sau eu îl încurajăm deseori pe copilul nostru să mănânce fructe.

- Sunt complet de acord.
- Sunt de acord într-o oarecare măsură.
- Nu sunt nici de acord, nici împotriva.
- Într-o oarecare măsură, nu sunt de acord.
- Nu sunt deloc de acord.

F12. Mâncăm deseori fructe împreună, toată familia.

- Sunt complet de acord.
- Sunt de acord într-o oarecare măsură.
- Nu sunt nici de acord, nici împotriva.
- Într-o oarecare măsură, nu sunt de acord.
- Nu sunt deloc de acord.

F13. Copilul meu are obiceiul să mănânce fructe zilnic.

- Sunt complet de acord.
- Sunt de acord într-o oarecare măsură.
- Nu sunt nici de acord, nici împotriva.
- Într-o oarecare măsură, nu sunt de acord.
- Nu sunt deloc de acord.

F14. De obicei, copilul dumneavoastră își ia fructe cu el la școală?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F15. Dumneavoastră și/sau soțul sau soția / partenerul sau partenera dumneavoastră îi spuneți copilului să mănânce fructe zilnic?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F16. Are voie copilul dumneavoastră să mănânce acasă câte fructe dorește?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F17. De obicei, aveți în casă diferite tipuri de fructe?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F18. De obicei, dumneavoastră și/sau soțul sau soția/ partenerul sau partenera dumneavoastră tăiați bucăți de fructe pentru copilul între mese?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

Câteva întrebări legate doar de legume

F19. Câte porții de legume mănâncă zilnic copilul dumneavoastră?

- Nici una
- 1 porție
- 2 porții
- 3 porții
- 4 porții
- 5 sau mai multe porții

F20. Considerați că copilul dumneavoastră consumă multe sau puține legume?

- Foarte multe legume
- Multe legume
- Nici multe, nici puține
- Puține legume
- Foarte puține legume

F21. După părerea dumneavoastră, cât de multe legume ar trebui să consume copilul dvs. pentru a avea o alimentație sănătoasă?

- Nicio legumă
- 1 - 3 porții pe săptămână
- 4 - 6 porții pe săptămână
- 1 porție zilnic
- 2 porții zilnic
- 3 porții zilnic
- 4 porții zilnic
- 5 sau mai multe porții zilnic

F22. Soțul sau soția/ partenerul sau partenera și/sau eu îl încurajăm deseori pe copilul nostru să mănânce legume zilnic.

- Sunt complet de acord.
- Sunt de acord într-o oarecare măsură.
- Nu sunt nici de acord, nici împotriva.
- Într-o oarecare măsură, nu sunt de acord.
- Nu sunt deloc de acord.

F23. Mâncăm deseori legume toată familia, împreună.

- Sunt complet de acord.
- Sunt de acord într-o oarecare măsură.
- Nu sunt nici de acord, nici împotriva.
- Într-o oarecare măsură, nu sunt de acord.
- Nu sunt deloc de acord.

F24. Copilul meu are obiceiul să consume legume zilnic.

- Sunt complet de acord.
- Sunt de acord într-o oarecare măsură.
- Nu sunt nici de acord, nici împotriva.
- Într-o oarecare măsură, nu sunt de acord.
- Nu sunt deloc de acord.

F25. De obicei, copilul dumneavoastră își ia legume cu el la școală?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F26. Care din următoarele legume îi plac sau nu îi plac copilului dumneavoastră?
(Vă rugăm bifați o căsuță pe fiecare rând.)

	Îi plac foarte mult	Îi plac puțin	Nu îi prea plac	Nu îi plac deloc	Nu a gustat
Roșii	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Castravete	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Salată	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Varză	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spanac	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Praz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Păstăi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ceapă	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Morcovi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Broccoli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conopidă	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mazăre verde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

F27. Dumneavoastră și/sau soțul sau soția/partenerul sau partenera îi spuneți copilului dvs. că trebuie să consume legume zilnic?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F28. Are voie copilul dumneavoastră să mănânce acasă câte legume dorește?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

R	O			
---	---	--	--	--

F29. De obicei, aveți în casă diferite tipuri de legume?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F30. De obicei, dumneavoastră și/sau soțul sau soția/ partenerul sau partenera tăiați porții de legume pentru copilul dvs. între mese?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

F31. De obicei, se servesc legume la cină (sau la prânz) în familia dumneavoastră?

- Da, întotdeauna
- Da, în majoritatea zilelor
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

Câteva întrebări despre apă

În această secțiune ne referim la apa de la robinet sau la apa îmbuteliată (apa de fântână, apa de izvor, apa minerală și apa carbogazoasă).

G1. De câte ori pe zi bea copilul dumneavoastră apă de obicei?

- Niciodată
- Mai puțin de o dată pe zi
- O dată pe zi
- De 2-4 ori pe zi
- De 5-6 ori pe zi
- Mai mult de 6 ori pe zi

G2. Când copilul dvs. bea apă, câte pahare bea?

- Nici unul
- 1 pahar
- 2 pahare
- 3 pahare
- 4 pahare
- 5 sau mai multe pahare

G3. Copilul dvs. bea apă în timpul meselor?

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

G4. Copilul dvs. bea apă între mese?

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

G5. Copilul dvs. bea apă în timpul/ după activitățile sportive sau joacă?

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

Câteva întrebări legate de sucurile de fructe

Prin sucuri de fructe, înțelegem sucuri din fructe proaspăt stoarse și sucuri preparate din concentrat de fructe, precum: Prigat Nectar, Prigat Tetra Pak, Cappy 100%, Cappy Toata Portocala, Tymbark 100%, Santal Nectar, Santal Smoothie etc.

J1. De câte ori pe săptămână bea de obicei copilul dumneavoastră sucuri de fructe?

- Niciodată
- Mai puțin de o dată pe săptămână
- O dată pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, mai mult de o dată pe zi

J2. Cu ce ocazie(i) bea de obicei copilul dumneavoastră sucuri de fructe?

Puteți bifa mai multe căsuțe.

- În timpul weekend-ului
- La micul dejun
- La prânz
- La cină
- La școală
- Când se uită la televizor
- Când îi este sete între mese
- În timpul / după sport
- La zile de naștere / petreceri
- Nu bea sucuri de fructe niciodată

J3. Într-o zi în care copilul dumneavoastră consumă sucuri de fructe, câte pahare, cutii, sticle sau doze bea? Vă rugăm bifați o căsuță pe fiecare coloană.

a. Pahare sau cutii mici (250 ml)

- Niciunul / niciuna
- 1 pahar / cutie
- 2 pahare / cutii
- 3 pahare / cutii
- 4 pahare / cutii
- 5 sau mai multe pahare / cutii

b. Doze / cutii / sticle normale (330ml)

- Niciuna
- 1 doză / cutie / sticlă
- 2 doze / cutii / sticle
- 3 doze / cutii / sticle
- 4 doze / cutii / sticle
- 5 sau mai multe doze / cutii / sticle

J4. Am în casă sucuri de fructe pentru copilul meu.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J5. Acord atenție cantității de sucuri de fructe pe care o bea copilul meu.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J6. Dacă copilul meu cere sucuri de fructe, îi dau.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J7. Copilul meu are voie să se servească cu sucuri de fructe oricând dorește.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J8. Negociez cu copilul meu câte sucuri de fructe are voie să bea.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J9. Cât de des îi spuneți copilului dumneavoastră că sucurile de fructe nu sunt bune pentru el/ea?

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J10. Cât de des îi spuneți copilului dumneavoastră că sucurile de fructe îngrașă?

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J11. Dacă aș dori să beau sucuri de fructe, m-aș abține din cauza prezenței copilului meu.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J12. Dacă îi interzic copilului meu să consume sucuri de fructe, acesta încearcă să bea oricum.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J13. Dacă îi interzic copilului meu să consume sucuri de fructe, îmi este dificil să îmi respect regula/regulile dacă începe să negocieze.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J14. Îi dau sucuri de fructe copilului meu drept recompensă sau pentru a-l liniști.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rareori
- Niciodată

J15. Cât de des beți dumneavoastră și/sau soțul sau soția/ partenerul sau partenera sucuri de fructe împreună cu copilul dumneavoastră?

- Niciodată
- Mai puțin de o dată pe săptămână
- O dată pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, mai mult de o dată pe zi

Câteva întrebări legate de băuturile răcoritoare

Prin băuturi răcoritoare, înțelegem băuturi carbogazoase și băuturi necarbonatate pe bază de fructe, dar NU și băuturile dietetice și sucurile de fructe. Exemple:

Băuturi carbogazoase: Coca Cola, 7-up, Pepsi, Fanta, Sprite etc.

Băuturi necarbonatate pe bază de fructe cu mai puțin de 20% fruct: Ice tea, limonada etc.

Băuturi sportive și băuturi energizante: Gatorade, Powerade, Redbull etc.

K1. De câte ori pe săptămână bea de obicei copilul dumneavoastră băuturi răcoritoare?

- Niciodată
- Mai puțin de o dată pe săptămână
- O dată pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, mai mult de o dată pe zi

K2. În ce situație(i) este cel mai probabil să bea copilul dumneavoastră băuturi răcoritoare?

Puteți bifa mai multe căsuțe.

- În weekend
- La micul dejun
- La prânz
- La cină
- La școală
- Când se uită la televizor
- Când îi este sete între mese
- În timpul / după sport
- La zile de naștere / petreceri
- Nu bea băuturi răcoritoare niciodată

K3. Într-o zi în care copilul dumneavoastră consumă băuturi răcoritoare, câte pahare, doze sau sticle bea? Vă rugăm bifați o căsuță pe fiecare coloană.

a. Pahare sau sticle mici (250 ml)

b. Doze (330ml)

c. Sticle (500 ml)



- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Niciunul / niciuna | <input type="checkbox"/> Niciuna | <input type="checkbox"/> Niciuna |
| <input type="checkbox"/> 1 pahar / sticlă mică | <input type="checkbox"/> 1 doză | <input type="checkbox"/> 1 sticlă |
| <input type="checkbox"/> 2 pahare / sticle mici | <input type="checkbox"/> 2 doze | <input type="checkbox"/> 2 sticle |
| <input type="checkbox"/> 3 pahare / sticle mici | <input type="checkbox"/> 3 doze | <input type="checkbox"/> 3 sticle |
| <input type="checkbox"/> 4 pahare / sticle mici | <input type="checkbox"/> 4 doze | <input type="checkbox"/> 4 sticle |
| <input type="checkbox"/> 5 sau mai multe pahare /
sticle mici | <input type="checkbox"/> 5 sau mai multe doze | <input type="checkbox"/> 5 sau mai multe sticle |

K4. Am în casă băuturi răcoritoare disponibile pentru copilul meu.

K5. Acord atenție cantității de băuturi răcoritoare pe care o bea copilul meu.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

K6. Dacă copilul meu îmi cere băuturi răcoritoare, îi dau.

K7. Copilul meu are voie să se servească cu băuturi răcoritoare oricând dorește.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

K8. Cât de des îi spuneți copilului dumneavoastră că băuturile răcoritoare nu sunt bune pentru el?

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

K9. Cât de des îi spuneți copilului dumneavoastră că băuturile răcoritoare îngrașă?

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

K10. Dacă aș dori să beau băuturi răcoritoare, m-aș abține din cauza prezenței copilului meu.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

K11. Dacă îi interzic copilului meu să consume băuturi răcoritoare, acesta încearcă să bea oricum.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

K12. Când îi interzic copilului meu să consume băuturi răcoritoare, îmi este dificil să îmi respect regula/regulile dacă începe să negocieze.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

K13. Îi dau băuturi răcoritoare copilului meu drept recompensă sau pentru a-l liniști.

- Întotdeauna
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

R	O			
---	---	--	--	--

K14. Cât de des beți dumneavoastră (unul din părinți / soțul sau soția / partenerul / partenera sau ambii) băuturi răcoritoare împreună cu copilul dumneavoastră?

- Niciodată
- Mai puțin de o dată pe săptămână
- O dată pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, mai mult de o dată pe zi

Câteva întrebări legate de băuturile răcoritoare dietetice

D1. De câte ori pe săptămână bea de obicei copilul dumneavoastră băuturi răcoritoare dietetice?

- Niciodată
- Mai puțin de o dată pe săptămână
- O dată pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- 5-6 zile pe săptămână
- Zilnic, o dată pe zi
- Zilnic, mai mult de o dată pe zi

D2. Într-o zi în care copilul dumneavoastră consumă băuturi răcoritoare dietetice, câte pahare, doze sau sticle bea? Vă rugăm bifați o căsuță pe fiecare coloană.

a. Pahare sau sticle mici (250 ml)

b. Doze (330ml)

c. Sticle (500 ml)



- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Niciunul / niciuna | <input type="checkbox"/> Niciuna | <input type="checkbox"/> Niciuna |
| <input type="checkbox"/> 1 pahar / sticlă mică | <input type="checkbox"/> 1 doză | <input type="checkbox"/> 1 sticlă |
| <input type="checkbox"/> 2 pahare / sticle mici | <input type="checkbox"/> 2 doze | <input type="checkbox"/> 2 sticle |
| <input type="checkbox"/> 3 pahare / sticle mici | <input type="checkbox"/> 3 doze | <input type="checkbox"/> 3 sticle |
| <input type="checkbox"/> 4 pahare / sticle mici | <input type="checkbox"/> 4 doze | <input type="checkbox"/> 4 sticle |
| <input type="checkbox"/> 5 sau mai multe pahare /
sticle mici | <input type="checkbox"/> 5 sau mai multe doze | <input type="checkbox"/> 5 sau mai multe sticle |

Part III

a. Întrebări legate de comportamentul copilului dumneavoastră în ceea ce privește televizorul și calculatorul

Pentru următoarele întrebări, prin uitatul la televizor ne referim și la DVD-uri, filmulețe și filme pe calculator.

Prin jocuri pe calculator, înțelegem și jocuri pe telefonul mobil/ calculator/ tabletă și console (de exemplu, PlayStation).

T1. Cam câte ore pe zi se uită de obicei copilul dumneavoastră la televizor în timpul său liber?

a. În timpul săptămânii (media pe toate săptămânile)

- Deloc
- 30 de minute / zi
- 1 oră / zi
- 2 ore / zi
- 2,5 ore / zi
- 3 ore / zi
- 3,5 ore / zi
- 4 sau mai multe ore / zi

b. În zilele de weekend (media tuturor weekend-urilor)

- Deloc
- 30 de minute / zi
- 1 oră / zi
- 2 ore / zi
- 2,5 ore / zi
- 3 ore / zi
- 3,5 ore / zi
- 4 sau mai multe ore / zi

T2. În camera copilului meu este televizor.

- Da
- Nu

T3. Cât de des este pornit televizorul în timpul cinei (mesei de seară) în familia dumneavoastră?

- Zilnic
- 4-6 zile pe săptămână
- 1-3 zile pe săptămână
- 2-4 zile pe săptămână
- Mai puțin de 1 zi pe săptămână
- Niciodată

T4. Cam câte ore pe zi se joacă de obicei copilul dumneavoastră pe calculator sau folosește calculatorul ca modalitate de recreere?

a. În timpul săptămânii (media pe toate săptămânile)

- Deloc
- 30 minute/zi
- 1 oră/zi
- 1,5 ore/zi
- 2 ore/ zi
- 2,5 ore/ zi
- 3 ore/ zi
- 3,5 ore/ zi
- 4 sau mai multe ore/zi

b. În weekend (media tuturor weekend-urilor)

- Deloc
- 30 minute/zi
- 1 oră/zi
- 1,5 ore/zi
- 2 ore/ zi
- 2,5 ore/ zi
- 3 ore/ zi
- 3,5 ore/ zi
- 4 sau mai multe ore/zi

Pentru întrebările T5-T13, vă rugăm să bifați câte o căsuță în coloanele a și b.

T5. Acord atenție duratei de timp pe care copilul meu îl petrece:

a. la televizor

- Mereu
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

b. jucând jocuri pe calculator

- Mereu
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

T6. Dacă copilul meu mă întreabă dacă are voie să se uite la televizor/ să se joace pe calculator, îi dau voie:

a. să se uite la televizor

- Mereu
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

b. să se joace pe calculator

- Mereu
- Deseori
- Uneori
- Rar
- Niciodată

T7. Copilul meu are voie să se uite la televizor / să se joace pe calculator oricând dorește:

a. să se uite la televizor

- Mereu
 Deseori
 Uneori
 Rar
 Niciodată

b. să se joace pe calculator

- Mereu
 Deseori
 Uneori
 Rar
 Niciodată

T8. Negociez cu copilul meu cât timp are voie să se uite la televizor/ să se joace pe calculator:

a. să se uite la televizor

- Mereu
 Deseori
 Uneori
 Rar
 Niciodată

b. să se joace pe calculator

- Mereu
 Deseori
 Uneori
 Rar
 Niciodată

T9. Dacă aș dori să mă uit la televizor / să folosesc calculatorul în timpul liber, m-aș abține din cauza prezenței copilului meu.

a. să mă uit la televizor

- Mereu
 Deseori
 Uneori
 Rar
 Niciodată

b. să folosesc calculatorul

- Mereu
 Deseori
 Uneori
 Rar
 Niciodată

T10. Dacă îi interzic copilului meu să se uite la televizor/ să stea la calculator în timpul liber, acesta o face oricum.

a. se uită la televizor

- Mereu
 Deseori
 Uneori

b. folosește calculatorul

- Mereu
 Deseori
 Uneori

R	O			
---	---	--	--	--

Rar

Rar

Niciodată

Niciodată

T11. Dacă îi interzic copilului meu să se uite la televizor/ să se joace pe calculator, îmi este dificil să îmi respect regula/regulile dacă începe să negocieze:

a. să se uite la televizor

Mereu

Deseori

Uneori

Rar

Niciodată

b. să se joace pe calculator

Mereu

Deseori

Uneori

Rar

Niciodată

T12. Îi dau voie copilului meu să se uite la televizor/ să se joace pe calculator drept recompensă sau pentru a-l liniști.

a. să se uite la televizor

Mereu

Deseori

Uneori

Rar

Niciodată

b. să se joace pe calculator

Mereu

Deseori

Uneori

Rar

Niciodată

T13. Cât de des vă uitați la televizor/ vă jucați pe calculator dumneavoastră și/sau soțul sau soția / partenerul sau partenera dumneavoastră împreună cu copilul?

a. privit la televizor

Mereu

Deseori

Uneori

b. jucat pe calculator

Mereu

Deseori

Uneori

R	O			
---	---	--	--	--

Rar

Niciodată

Rar

Niciodată

T14. Cât de des îi spuneți copilului dumneavoastră că nu îi face bine să se uite la televizor/ să se joace pe calculator?

Mereu

Deseori

Uneori

Rar

Niciodată

T15. Cât de des îi spuneți copilului dumneavoastră că uitatul la televizor/ jucatul pe calculator îngrașă?

Mereu

Deseori

Uneori

Rar

Niciodată

Câteva întrebări legate de programul de somn al copilului dumneavoastră

L1. Copilul dumneavoastră are un program zilnic de mers la culcare?

- Da
- Nu

L2. Câte ore doarme pe noapte copilul dumneavoastră?

Vă rugăm bifați o căsuță pe fiecare coloană.

a. În timpul săptămânii (media pe noapte)

- 6 - 7 ore
- 8 - 9 ore
- 10 - 11 ore
- 12 sau mai multe ore

b. Weekend (media pe noapte)

- 6 - 7 ore
- 8 - 9 ore
- 10 - 11 ore
- 12 sau mai multe ore

L3. La ce oră se culcă de obicei copilul dumneavoastră?

a. În timpul săptămânii (media în toate săptămânile)

- La ora 18.00
- La ora 19.00
- La ora 20.00
- La ora 21.00
- La ora 22.00
- La ora 23.00
- După ora 23.00

b. Weekend (media tuturor weekend-urilor)

- La ora 18.00
- La ora 19.00
- La ora 20.00
- La ora 21.00
- La ora 22.00
- La ora 23.00
- După ora 23.00

L4. La ce oră se trezește de obicei copilul dumneavoastră?

a. În timpul săptămânii (media în toate săptămânile)

- La ora 05.00 sau mai devreme
- La ora 06.00
- La ora 07.00
- La ora 08.00
- La ora 09.00
- După ora 09.00

b. Weekend (media tuturor weekend-urilor)

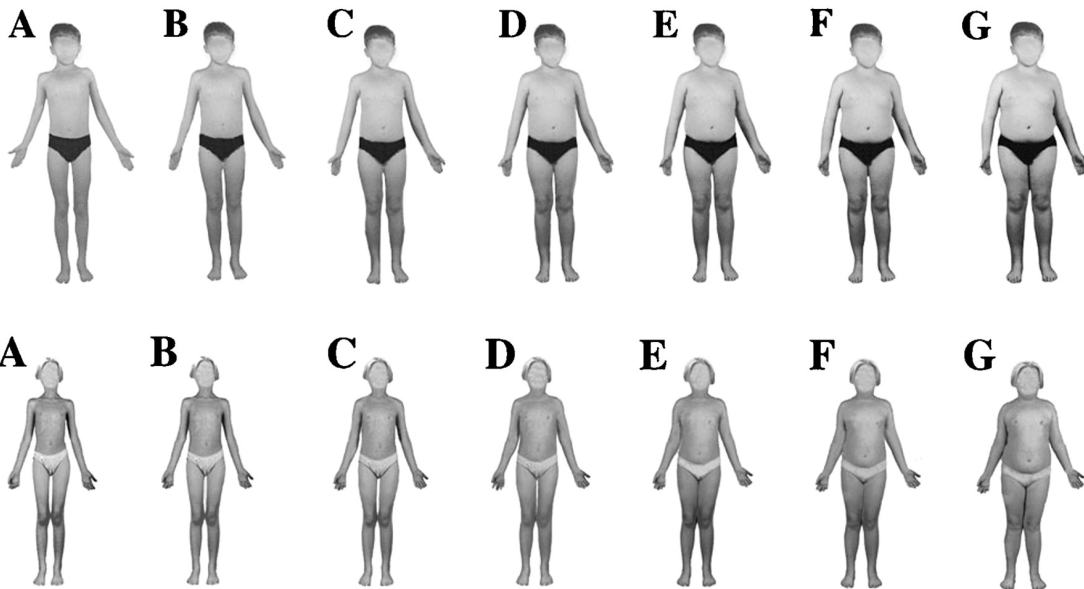
- La ora 05.00 sau mai devreme
- La ora 06.00
- La ora 07.00
- La ora 08.00
- La ora 09.00
- După ora 09.00

Câteva întrebări legate de greutatea copilului dumneavoastră

W1. Ce părere aveți despre greutatea copilul dumneavoastră?

- Greutatea copilului meu este în regulă.
- Greutatea copilului meu este puțin cam mare.
- Greutatea copilului meu este mult prea mare.
- Greutatea copilului meu este puțin cam mică.
- Greutatea copilului meu este mult prea mică.

Priviți cu atenție imaginile de mai jos și răspundeți la următoarele întrebări:



W2. Alegeți figura care credeți că reprezintă cel mai bine modul în care arată copilul dumneavoastră în acest moment.

Notați litera care corespunde figurii

W3. Alegeți figura care credeți că reprezintă modul în care ar fi bine să arate copilul dumneavoastră.

Notați litera care corespunde figurii

Mulțumim că ați completat acest chestionar!