Univerza v Ljubljani
Fakulteta za družbene vede - Inštitut za družbene vede
Center za socialno psihologijo
Center za prostorsko sociologijo

Izvedba terenske faze: **Ninamedia**

Prehranjevalne navade v Sloveniji

Ljubljana, september 2000

GOSPODINJSTVO

Najprej vam bom postavil/a nekaj vprašanj, ki se nanašajo na prehrano v vašem gospodinjstvu.

Kako pogosto pri vas doma kuhate oz. pripravljate zajtrk, kosilo ali večerjo?

- **od ponedeljka do petka:**

	nikoli	**enkrat**	**dvakrat**	**trikrat**	**širikrat**	**vsak dan**
A. Zajtrk	0	1	2	3	4	5
B. Kosilo	0	1	2	3	4	5
C. Večerja	0	1	2	3	4	5

- **Ali pri vas doma kuhate oz. pripravljate zajtrk, kosilo ali večerjo ob sobotah in nedeljah**?

	nikoli	redko	včasih	vedno
Zajtrk:				
D. sobota	1	2	3	4
E. nedelja	1	2	3	4
Kosilo:				
F. sobota	1	2	3	4
G. nedelja	1	2	3	4
Večerja:				
H. sobota	1	2	3	4
I. nedelja	1	2	3	4

Ali pri vas doma obdelujete... (v vsaki vrstici navedite eno številko)?

J. okrasni vrt	1. da	2. ne
K. zelenjavni vrt (do 100 m^2)	1. da	2. ne
L. manjšo njivo (nad100 - 500 m^2)	1. da	2. ne
M. več kot 500 m^2 obdelovalne zemlje	1. da	2. ne

Ali v vašem gospodinjstvu kdaj... (v vsaki vrstici navedite eno številko)?

1 - nikoli
2 - redko
3 - včasih
4 - redno

N. pečete kruh	1	2	3	4
O. zamrzujete doma skuhane jedi	1	2	3	4
P. pečete pecivo, slaščice	1	2	3	4

Kako pogosto pa v vašem gospodinjstvu pripravljate ozimnico oz. shranjujete večje količine živil? (v vsaki vrstici navedite eno številko)?

1. nikoli
2. redko
3. včasih
4. redno

Q. vkuhavate zelenjavo (papriko , kumarice, paradižnikovo mezgo ipd.)	1	2	3	4
R. vkuhavate sadje (kompote, marmelade ipd.)	1	2	3	4
S. pripravljate mesnine (klobase, salame, zaseko ipd.)	1	2	3	4
T. zamrzujete večje količine sveže zelenjave	1	2	3	4
U. zamrzujete večje količine svežega mesa	1	2	3	4

Kdo je tisti, ki ponavadi v vašem gospodinjstvu....?

	ponavadi ženska/e	ponavadi moški	ponavadi oba spola	nihče
V. peče kruh	1	2	3	9
W. zamrzuje doma skuhane jedi	1	2	3	9
X. peče pecivo, slaščice	1	2	3	9
Y. vkuhava zelenjavo	1	2	3	9
Z. vkuhava sadje	1	2	3	9
AA. pripravlja mesnine	1	2	3	9
AB. zamrzuje večje količine sveže zelenjave	1	2	3	9
AC. zamrzuje večje količine svežega mesa	1	2	3	9

Koliko denarja porabite za hrano in pijačo v mesecu dni (navedite en odgovor)?

AS. za hrano in pijačo, ki jo v vašem gospodinjstvu gospodinjstva pojeste in popijete doma:

1. do 10.000 SIT mesečno
2. nad 10.000 – 20.000 SIT
3. nad 20.000 – 30.000 SIT
4. nad 30.000 – 40.000 SIT
5. nad 40.000 – 50.000 SIT
6. nad 50.000 – 60.000 SIT
7. nad 60.000 – 70.000 SIT
8. nad 70.000 – 80.000 SIT
9. nad 80.000 – 90.000 SIT
10. nad 90.000 – 100.000 SIT
11. več kot 100.000 SIT
12. Ne vem, o tem ne razmišljam.

AT. za hrano in pijačo, ki jo v vašem gospodinjstvu pojeste zunaj doma (hrana v restavracijah, na delovnem mestu, malica v šoli ipd.)

1. do 10.000 SIT mesečno
2. nad 10.000 – 20.000 SIT
3. nad 20.000 – 30.000 SIT
4. nad 30.000 – 40.000 SIT
5. nad 40.000 – 50.000 SIT
6. nad 50.000 – 60.000 SIT
7. nad 60.000 – 70.000 SIT
8. nad 70.000 – 80.000 SIT
9. nad 80.000 – 90.000 SIT
10. nad 90.000 – 100.000 SIT
11. več kot 100.000 SIT
12. Ne vem, o tem ne razmišljam.

AV.AW.AX. Kdo iz vašega gospodinjstva je zadnji opravil nakup hrane?
Izberite osebo iz kartice. Več možnih odgovorov, če je skupaj nakupovalo več oseb.:.....(šifra!)

Kje nabavljate osnovna živila za potrebe gospodinjstva (v vsaki vrstici navedite eno številko)?
1. pretežno kupim/o v trgovini
2. pretežno kupim/o na tržnici.
3. pretežno kupim/o na kmetiji.
4. pretežno pridelam/o sam/i.
5. pretežno dobim/o od sorodnikov, prijateljev,..
9. tega ne uporabljamo

AZ. Mleko	1	2	3	4	5	9
BA. Mlečni izdelki (sir,smetana, maslo....)	1	2	3	4	5	9
BB. Jajca	1	2	3	4	5	9
BC. Meso	1	2	3	4	5	9
BD. Mesni izdelki (salame, klobase, ...)	1	2	3	4	5	9
BE. Ribe in mehkužci	1	2	3	4	5	9
BF. Maščobe (olje, mast, ocvirki...)	1	2	3	4	5	9
BG. Moka	1	2	3	4	5	9
BH. Sveža zelenjava	1	2	3	4	5	9
BI. Sveže sadje	1	2	3	4	5	9
BJ. Vino	1	2	3	4	5	9
BK. Žganje	1	2	3	4	5	9
BL. Sadni sokovi	1	2	3	4	5	9
BM. Izdelki iz sadja (marmelade, kompoti ipd.)	1	2	3	4	5	9

S številkami od 1 do 4 ocenite kako pogosto pri vas doma kupujete živila v posamezni vrsti trgovine?
1. nikoli
2. enkrat ali večkrat letno
3. enkrat ali večkrat mesečno

4. večkrat tedensko, skoraj vsak dan

BN. v diskontu z živili	1	2	3	4
BO. v velikih nakupovalnih centrih (hipemarketi, megamarketi ipd.)	1	2	3	4
BP. v samopostrežni trgovini	1	2	3	4
BQ. v specializiranih trgovinah (mesnice, pekarne delikatese, trg. z zdravo prehrano ipd.)	1	2	3	4
BR. na tržnici	1	2	3	4
BS. na kmetiji	1	2	3	4

POSAMEZNIK/CA

V nadaljevanju vas bom spraševal/a o vaših osebnih prehranjevalnih navadah. Od tu naprej odgovarjajte zase in nič več za gospodinjstvo.

Ljudje imamo v življenju različna zadovoljstva in užitke. Našteli bomo nekaj področij, vi pa s številkami od 1 do 5 ocenite koliko v njih uživate oz. ne uživate. Pri tem številka 1 pomeni, da našteto za vas sploh ni užitek, številka 5 pa, da je zelo velik užitek.

	zame to sploh ni užitek				to je zame zelo velik užitek
BT. druženje s prijatelji	1	2	3	4	5
BU. poklicno delo	1	2	3	4	5
BV. spolno življenje	1	2	3	4	5
BW. nakupovanje	1	2	3	4	5
BX. druženje s partnerjem, družinskimi člani	1	2	3	4	5
BY. potovanja	1	2	3	4	5
BZ. umetniško ustvarjanje	1	2	3	4	5
CA. klepetanje, debatiranje	1	2	3	4	5
CB. hrana	1	2	3	4	5
CC. pijača	1	2	3	4	5
CD. branje, poslušanje glasbe, obiskovanje kulturnih prireditev ipd.	1	2	3	4	5
CE. šport, rekreacija	1	2	3	4	5
CF. surfanje po internetu	1	2	3	4	5
CG. gledanje TV	1	2	3	4	5
CH. Drugo, kaj?.....	1	2	3	4	5

NAKUPOVANJE

Prosimo vas, da s številkami od 1 do 5 ocenite kako pogosto pred nakupom preverite različne informacije o živilu...:

1. nikoli
2. redko
3. včasih
4. vedno
5. to bi prav gotovo storil/a, če bi bilo sploh navedeno
9. nikoli ne kupujem hrane.

Preden kupim živilo preverim:

CI. v kateri državi je bilo živilo pridelano oz. izdelano.	1	2	3	4	5	9
CJ. kalorično vrednost živila.	1	2	3	4	5	9
CK. rok trajanja živila.	1	2	3	4	5	9
CL. ali je živilo biološko pridelano	1	2	3	4	5	9
CM. prisotnost umetnih dodatkov (konzervansov, barvil, arom, ...)	1	2	3	4	5	9
CN. prisotnost vitaminov, mineralov, vlaknin	1	2	3	4	5	9
CO. ali je živilu dodan sladkor	1	2	3	4	5	9
CP. ime proizvajalca/pridelovalca	1	2	3	4	5	9
CQ. blagovno znamka živila	1	2	3	4	5	9

CR. Ali v trgovini oz. na tržnici kdaj iščete izdelke oz. pridelke slovenskega izvora in če, zakaj (Izberite samo en, najpomembnejši odgovor oz. razlog)?

1. Ponavadi ne.

2. Ponavadi da, ker menim, da so bolj zdravi, bolj naravni.
3. Ponavadi da, ker s tem podpiram slovensko gospodarstvo/kmetijstvo.
4. Ponavadi da, ker so cenejši od uvoženih.
5. Ponavadi da, kajti če smo tu doma, je prav, da jemo slovensko hrano.

S številkami od 1 do 5 ocenite, koliko držijo ali ne držijo za vas tele trditve:

	sploh ne drži	ne drži	niti ne drži niti drži	dokaj drži	zelo drži	nikoli ne kupujem hrane
CS. Na tržnici kupujejo tisti, ki vedo, kaj je dobra hrana.	1	2	3	4	5	9
CT. Za vsakdanje nakupe hrane je zame pomembnejša bližina trgovine kot njena ponudba.	1	2	3	4	5	9
CU. Velikokrat kupim novo živilo, ki se je komaj pojavilo na tržišču.	1	2	3	4	5	9
CV. Hrano raje nakupujem v posebnih trgovinah (delikatesah, specializiranih prodajalnah), ne pa v velikih nakupovalnih centrih, kjer kupujejo množice ljudi.	1	2	3	4	5	9
CW. Če se ne morem odločiti, katerega od dveh izdelkov naj kupim, vzamem dražjega, ker je prav gotovo boljši.	1	2	3	4	5	9
CX. Nakupov živil ne načrtujem; sprehodim se po trgovini in vzamem kar se mi zdi, da potrebujem.	1	2	3	4	5	9
CY. Kupovati hrano v dobro založeni trgovini je res pravi užitek.	1	2	3	4	5	9
CZ. Ne maram nakupovati hrane, zato to opravim, kar se da hitro.	1	2	3	4	5	9
DA. Kupujem s pomočjo nakupovalnega seznama.	1	2	3	4	5	9
DB. Pri kupovanju hrane pazim na vsak tolar.	1	2	3	4	5	9
DC. Velikokrat kupim veliko več, kot sem sprva nameraval/a.	1	2	3	4	5	9
DD. Uživam, ko nakupujem hrano na tržnici.	1	2	3	4	5	9
DE. Pri kupovanju hrane, iščem poleg kvalitete, tudi primerno nizko ceno.	1	2	3	4	5	9
DF. Če bi mi/nam zmanjkovalo denarja, bi začel/i najprej varčevati pri hrani.	1	2	3	4	5	9
DG. Pripravljen/a sem ceneje jesti, če si zato lahko privoščim kaj drugega.	1	2	3	4	5	9
DH. Dobro se počutim, če imam doma zalogo osnovnih živil (moka, sladkor, olje ipd.) za več mesecev.	1	2	3	4	5	9
DI. Kvaliteta hrane se mi zdi veliko pomembnejša od cene.	1	2	3	4	5	9

UŽIVANJE HRANE

S številkami od 1 do 4 ocenite v kolikšni meri so naštete lastnosti pomembne za vašo vsakdanjo prehrano. **Pri vsaki lastnosti navedite eno številko.**

1. sploh ni pomembno
2. malo pomembno
3. dokaj pomembno
4. zelo pomembno
9. ne vem, pod tem si nič ne predstavljam

DJ. varuje zdravje	1	2	3	4	9
DK. ni genetsko spremenjena	1	2	3	4	9
DL. jo je mogoče hitro pripraviti	1	2	3	4	9
DM. je prijetna za oko	1	2	3	4	9
DN. v ustih povzroča prijeten občutek	1	2	3	4	9
DO. ne vsebuje umetnih dodatkov (konzervansov, umetnih arom)	1	2	3	4	9
DP. je pripravljena iz svežih sestavin	1	2	3	4	9
DQ. je mlečno-jajčno vegetarijanska	1	2	3	4	9
DR. je nova, drugačna	1	2	3	4	9
DS. je raznovrstna	1	2	3	4	9

Opišite svoj včerajšnji jedilnik. Navedite vse jedi in pijače, ki ste jih včeraj zaužili. Poleg tega navedite tudi kdaj (približna ura obroka) in kje ste jedli posamezni obrok (pri sebi doma, pri (partnerjevih) starših, v službeni menzi, šoli, gostilni,....)?

ANKETARJU / KI: POSKUSITE DOBITE ČIM BOLJ NATANČNO INFORMACIJO, VENDAR PA ANKETIRANCA NE OBREMENJUJTE PREVEČ.

DT. Včeraj, v ..... (vpišite dan v tednu) sem jedel/jedla:

	hrana	pijača	približna ura	kraj 1: pri sebi doma 2: pri (partnerjevih) starših, 3: v službi, šoli (službena menza, šolska jedilnica) 4: v gostinskem lokalu 5: drugje
zajtrk			DW.	DX.
dopoldanska malica			EA.	EB.
kosilo			EE.	EF.
popoldanska malica			EI.	EJ.
večerja			EM.	EN.
nočna malica			EQ.	ER.
med obroki			EU.	EV.

Ali kdaj uživate tale živila in če jih, kako pogosto? Pri vsakem živilu navedite eno številko.

1) nikoli **2)** redko **3)** včasih **4)** vedno

EW. mleko z malo maščobami	1	2	3	4
EX. margarino z nenasičenimi maščobnimi kislinami	1	2	3	4
EY. olivno olje	1	2	3	4
EZ. črn kruh	1	2	3	4
FA. polnozrnat kruh	1	2	3	4
FB. živila z oznako varovalno živilo	1	2	3	4
FC. ustekleničeno navadno vodo	1	2	3	4
FD. hrano z umetnimi sladili	1	2	3	4
FE. nizkokalorične pijače (npr. Deit, Stil, Dietna Cola...)	1	2	3	4

S številkami od 1 do 4 ocenite v kolikšni meri so naštete lastnosti pomembne za vašo vsakdanjo prehrano. **Pri vsaki lastnosti navedite eno številko.**

1. sploh ni pomembno
2. malo pomembno
3. dokaj pomembno
4. zelo pomembno
9. ne vem, pod tem si nič ne predstavljam

FG. vsebuje veliko vitaminov in mineralov	1	2	3	4	9
FH. jo poznam, vem kaj jem	1	2	3	4	9
FI. je vredna denarja, ki ga plačaš	1	2	3	4	9
FJ. jo je mogoče enostavno pripraviti	1	2	3	4	9
FK. lepo diši	1	2	3	4	9
FL. vsebuje naravne sestavine	1	2	3	4	9
FM. je pridelana pri meni doma ali pri ljudeh, ki jih dobro poznam	1	2	3	4	9
FN. ne redi	1	2	3	4	9
FO. je strogo vegetarijanska	1	2	3	4	9
FP. je eksotična	1	2	3	4	9
FQ. da vedeti, da sem uspešen človek	1	2	3	4	9
FR. mi da veliko energije	1	2	3	4	9
FS. da njen proizvajalec brezobzirno ne izkorišča delovne sile, narave ipd.	1	2	3	4	9

Ali kdaj uživate tele jedi in pijače in če jih, kako pogosto?

	nikoli, ker za to nimam priložnosti	nikoli, ker tega ne maram	redko	včasih	pogosto
FT. izbrana vrhunska vina	1	2	3	4	5
FU. vrhunska peneča vina,šampanjec	1	2	3	4	5
FV. vrhunska žganja	1	2	3	4	5
FW. kaviar	1	2	3	4	5
FX. lososa	1	2	3	4	5
FY. francoske paštete	1	2	3	4	5
FZ. jastoga	1	2	3	4	5
GA. posebne, izbrane sire	1	2	3	4	5
GB. ostrige	1	2	3	4	5
GC. polže	1	2	3	4	5

S številkami od 1 do 4 ocenite v kolikšni meri so naštete lastnosti pomembne za vašo vsakdanjo prehrano. Pri vsaki lastnosti navedite eno številko.

1. sploh ni pomembno
2. malo pomembno
3. dokaj pomembno
4. zelo pomembno
9. ne vem, pod tem si nič ne predstavljam

GD. ima malo škodljivega holesterola	1	2	3	4	9
GE. je nasitna	1	2	3	4	9
GF. mi ni treba porabiti veliko časa, da jo nabavim	1	2	3	4	9
GG. ni preveč draga	1	2	3	4	9
GH. je dobrega okusa	1	2	3	4	9
GI. je pridelana brez umetnih škropiv in mineralnih gnojil	1	2	3	4	9
GJ. ima malo maščob	1	2	3	4	9
GK. sem navajen/a nanjo	1	2	3	4	9
GL. je makrobiotična	1	2	3	4	9
GM. je nenavadna	1	2	3	4	9
GN. kaže moj izbran okus	1	2	3	4	9

S številkami od 1 do 5 ocenite kako pogosto jeste v....:

1. nikoli
2. enkrat ali večkrat letno
3. enkrat ali večkrat mesečno
4. večkrat tedensko, skoraj vsak dan

GO. običajne gostilne z mešano ponudbo	1	2	3	4
GP. gostilne s srbsko, bosansko, albansko kuhinjo	1	2	3	4
GQ. gostilne s tujimi/eksotičnimi-kuhinjami (mehiška, španska, kitajska ipd.)	1	2	3	4
GR. slow food restavracije	1	2	3	4
GS. restavracije s hitro prehrano	1	2	3	4
GT. pizzerije, špagetarije	1	2	3	4
GU. menze, sampostrežne restavracije	1	2	3	4
GV. kioske z ulično hrano (hot dog, burek)	1	2	3	4
GW. slaščičarne	1	2	3	4
GX. naročate hrano po telefonu	1	2	3	4

Ko se odločate za gostinski lokal, kako pomembno se vam zdi? V vsaki vrstici navedite eno številko.

1. sploh ni pomembno
2. malo pomembno
3. dokaj pomembno
4. zelo pomembno
9. nikoli ne grem v gostilno

GY. dobra hrana in pijača	1	2	3	4	9
GZ. prijetno, lepo urejeno okolje	1	2	3	4	9
HA. prijazen odnos strežnega osebja	1	2	3	4	9
HB. sproščeno vzdušje brez pretiranega bontona	1	2	3	4	9
HC. dostopne cene	1	2	3	4	9
HD. ugled, ki ga ima restavracija v javnosti	1	2	3	4	9
HE. pestrost izbire	1	2	3	4	9
HF. hitra postrežba	1	2	3	4	9
HG. da je lokal blizu vašega doma	1	2	3	4	9
HH. obnašanje gostov v lokalu	1	2	3	4	9
HI. domača hrana	1	2	3	4	9

HJ. Ali kdaj večerjate oz. kosite s prijatelji v restavraciji? (Navedite en odgovor.)

1. nikoli
2. enkrat ali večkrat letno
3. enkrat ali večkrat mesečno
4. večkrat tedensko, skoraj vsak dan

HK. Ali kdaj večerjate oz. kosite s svojim partnerjem ali družino v restavraciji? (Navedite en odgovor.)

1. nikoli
2. enkrat ali večkrat letno
3. enkrat ali večkrat mesečno
4. večkrat tedensko, skoraj vsak dan
9. nimam partnerja, družine.

Jeste svoj glavni dnevni obrok navadno sami ali v družbi in s kom bi ga želeli jesti?

	Ponavadi jem		**Želel/a bi**	
	HL. od pon. do petka	**HM. med vikendom**	**HN. od pon. do petka**	**HO. med vikendom**
sam/a	1	1	1	1
s člani gospodinjstva	2	2	2	2
s prijatelji	3	3	3	3
s sodelavci	4	4	4	4
s poslovnimi partnerji	5	5	5	5
ne jem tega obroka	9	9	9	9

Kje ponavadi jeste glavni dnevni obrok in kje bi ga želeli jesti?

	Ponavadi jem		**Želel/a bi**	
	HP. od pon. do petka	**HQ. med vikendom**	**HR. od pon. do petka**	**HS. med vikendom**
pri sebi doma	1	1	1	1
pri (partnerjevih/kinih) starših	2	2	2	2
v gostinskem lokalu	3	3	3	3
drugje, kje?.....	4	4	4	4
ne jem tega obroka	9	9	9	9

S številkami od 1 do 5 ocenite ali za vas držijo ali ne držijo tele trditve:

	Sploh ne drži	**Ne drži**	**Niti ne drži niti drži**	**Dokaj drži**	**Zelo drži**
HV. Če ješ pretežno zdravo, ni nič hudega, če si kdaj privoščiš tudi kaj nezdravega.	1	2	3	4	5
HW. Debelost ima za lepoto hujše posledice pri ženskah kot pri moških.	1	2	3	4	5
HX. Jem kadarkoli se mi zahoče, ne glede na to, kdaj jedo drugi člani mojega gospodinjstva.	1	2	3	4	5
HY. Zelo težko se uprem čokoladi.	1	2	3	4	5
HZ. Zdrava hrana je ponavadi brez pravega okusa.	1	2	3	4	5
IA. Zdi se mi zabavno preizkušati hrano, ki je ne poznaš.	1	2	3	4	5
IB. Zame je predvsem pomembno, da jem zdravo.	1	2	3	4	5
IC. Za zdravje ni tako pomembno kaj ješ temveč, da ješ vsakega po malem.	1	2	3	4	5
ID. Za uživanje kosila oz. večerje si rad/a vzamem čas.	1	2	3	4	5
IE. Vseh pravil vedenja pri mizi se res ne moreš držati.	1	2	3	4	5
IF. Vsako pijačo hočem piti iz pravega kozarca.	1	2	3	4	5
IG. Veliko mi je do tega, da sem pri jedi v družbi s svojo družino, s svojim partnerjem.	1	2	3	4	5
IH. Uživam v pogovorih pri jedi.	1	2	3	4	5
II. Urejene družine jedo skupaj vsaj enkrat na teden.	1	2	3	4	5
IJ. Tudi kadar je človek doma, v družinskem krogu, se mi zdi menjavanje globokih in plitvih krožnikov nujno.	1	2	3	4	5
IK. Težko si predstavljam, da bi svojim gostom ponudil/a kosilo ali večerjo brez mesa, če niso vegetarijanci.	1	2	3	4	5
IL. Sovražim družinska kosila.	1	2	3	4	5
IM. Čokolada je bolj primerna za otroke kot za odrasle.	1	2	3	4	5
IN. Rad/a imam eksotične jedi.	1	2	3	4	5
IO. Rad/a bi shujšal/a.	1	2	3	4	5
IP. Pri nas doma je nedeljsko kosilo pravi družinski dogodek.	1	2	3	4	5
IQ. Pri hrani pazim na kalorije.	1	2	3	4	5

	Sploh ne drži	Ne drži	Niti ne drži niti drži	Dokaj drži	Zelo drži
IR. Pogosto se mi zgodi, da zaradi vljudnosti ali drugih pravil pojem več hrane kot bi mi prijalo.	1	2	3	4	5
IS. Opita ženska je videti hujše kot opit moški.	1	2	3	4	5
IT. Ni pravega kosila brez mesa.	1	2	3	4	5
IU. Ni pravega kosila brez juhe.	1	2	3	4	5
IV. Ni mi tako pomembna vrsta hrane, važno je le, da se do sitega najem.	1	2	3	4	5
IW. Na žalost se vedno malo preveč najem.	1	2	3	4	5
IX. Moški potrebujejo več mesa kot ženske.	1	2	3	4	5
IY. Lahka hrana je bolj primerna za ženske kot za moške.	1	2	3	4	5
IZ. Kultura uživanja hrane in pijače mi veliko pomeni.	1	2	3	4	5
JA. Kosila na nepogrnjeni mizi si skoraj ne morem predstavljati.	1	2	3	4	5
JB. Jesti začnem takrat, ko dobi hrano še zadnji pri mizi.	1	2	3	4	5
JC. Jem samo zato, ker pač moraš jesti.	1	2	3	4	5
JD. Hamburgerji, ocvrt krompirček in Coca Cola so resnično okusni.	1	2	3	4	5
JE. Dobra postava mi pomeni veliko več kot hrana.	1	2	3	4	5
JF. Dobra hrana in pijača sta eno največjih zadovoljstev v mojem življenju.	1	2	3	4	5
JG. Debelost je znamenje, da si izgubil/a nadzor na svojim telesom.	1	2	3	4	5
JH. Čokolada je bolj primerna za ženske kot za moške.	1	2	3	4	5
JI. Če pri kosilu ne jem nič mesnega, sem kmalu po njem lačen/lačna.	1	2	3	4	5
JJ. Všeč mi je, če ljudje pri mizi spoštujejo bonton.	1	2	3	4	5
JK. Veliko mi je do tega, da sem pri jedi v družbi s svojimi prijatelji.	1	2	3	4	5
JL. Pogosto se mi zgodi, da zaradi vljudnosti ali drugih pravil jem hrano, ki je ne maram.	1	2	3	4	5
JM. Nič hudega ni, če dovoliš majhnemu otroku popiti malo vina ali piva pri hrani.	1	2	3	4	5
JN. Uživam v pogovorih o hrani, kuhanju, receptih ipd.	1	2	3	4	5

Kako pogosto med letom uživate našteta živila? (celo leto, ne zgolj v tem obdobju)

Zelenjava:	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
JO. krompir	1	2	3	4	5
JP. stročnice (fižol, grah, soja..)	1	2	3	4	5
JQ. zelje (tudi kislo)	1	2	3	4	5
JR. čebula	1	2	3	4	5
JS. paradižnik	1	2	3	4	5
JT. zelena solata	1	2	3	4	5
JU. paprika	1	2	3	4	5
JV. kumare	1	2	3	4	5
Sadje	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
JW. jabolka	1	2	3	4	5
JX. hruške	1	2	3	4	5
JY. breskve	1	2	3	4	5
Meso in ribe	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
JZ. goveje meso	1	2	3	4	5
KA. telečje meso	1	2	3	4	5
KB. svinjsko meso	1	2	3	4	5
KC. piščančje meso	1	2	3	4	5
KD. puranje meso	1	2	3	4	5

	enkrat ali nekajkrat na dan	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
KE. meso drobnice	1	2	3	4	5
KF. izdelki iz mesa (klobase, salame)	1	2	3	4	5
KG. konzervirani izdelki iz mesa (npr. paštete, šunka v konzervi)	1	2	3	4	5
KH. ribe sladkovodne	1	2	3	4	5
KI. ribe morske	1	2	3	4	5
KJ. ribe v konzervi	1	2	3	4	5
Jajca	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
KK. kokošje jajce	1	2	3	4	5
Kravje mleko (*opozorite na razliko med t.i navadnim in alpskim mlekom)*	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
KL. sveže (pasterizirano)	1	2	3	4	5
KM. trajno (sterilizirano)	1	2	3	4	5
Mlečni izdelki:	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
KN. sir	1	2	3	4	5
KO. maslo	1	2	3	4	5
KP. jogurti, kislo mleko in podobno	1	2	3	4	5
KQ. mlečni sladoled	1	2	3	4	5
Brezalkoholne pijače, napitki	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
KR. Sadni sokovi	1	2	3	4	5
KS. Ustekleničene vode (mineralne, navadne)	1	2	3	4	5
KT. Gazirane in druge brezalkoholne pijače (npr. Jupi, Coca Cola,...., ledeni čaji	1	2	3	4	5
KU. Prava kava	1	2	3	4	5
KV. Pravi čaj	1	2	3	4	5
Alkoholne pijače	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
KW. Vino belo	1	2	3	4	5
KX. Vino rdeče	1	2	3	4	5
KY. Pivo	1	2	3	4	5
KZ. Žgane pijače	1	2	3	4	5
Kruh in testenine	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
LA. kruh (vse vrste)	1	2	3	4	5
LB. testenine	1	2	3	4	5
Maščobe	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
LC. Olje	1	2	3	4	5
LD. Margarina	1	2	3	4	5
Sladkor, sol	**enkrat ali nekajkrat na dan**	**nekajkrat na teden**	**enkrat na teden**	**enkrat ali nekajkrat na mesec**	**skoraj nikoli**
LE. Sladkor	1	2	3	4	5
LF. Izdelki iz kakava, čokolade	1	2	3	4	5
LG. Sol	1	2	3	4	5

Instant izdelki	enkrat ali nekajkrat na dan	nekajkrat na teden	enkrat na teden	enkrat ali nekajkrat na mesec	skoraj nikoli
LH. Juhe in jušni koncentrati	1	2	3	4	5

KUHANJE

Ali doma, pri kuhanju, kdaj uporabljate gotovo oz. napol pripravljeno hrano, ki jo je mogoče dobiti v trgovinah?

1. nikoli
2. enkrat ali večkrat letno
3. enkrat ali večkrat mesečno
4. večkrat tedensko, skoraj vsak dan
9. nikoli ne kuham

LI. zamrznjene že pripravljene glavne jedi - jedi, ki jih je treba pogreti oz. speči (npr. pizze, panirane zrezke, sojine polete, ...)	1	2	3	4	9
LJ. že pripravljene konzervirane jedi (golaž, ribje solate, ragu ipd.)	1	2	3	4	9
LK. zamrznjeno meso, ribe, mehkužce	1	2	3	4	9
LL. zamrznjeno zelenjavo	1	2	3	4	9
LM. kupljeno, že očiščeno in oprano svežo zelenjavo (npr. zeleno solato)	1	2	3	4	9
LN. vloženo ali konzervirano zelenjavo (npr. fižol, grah, koruzo, ...)	1	2	3	4	9
LO. vloženo ali konzervirano sadje (kompoti, marmelade, ...)	1	2	3	4	9
LP. zamrznjeno sadje	1	2	3	4	9
LQ. zamrznjeno in drugo pecivo, ki ga je treba samo še speči	1	2	3	4	9
LR. mešanice za sladice (kreme za tiramisu, torte ipd., puding v prahu)	1	2	3	4	9
LS. instant juhe, jušne koncentrate	1	2	3	4	9
LT. instant priloge (polento, zdrob, pire krompir)	1	2	3	4	9

LU. Zakaj uporabljate gotovo oz. napol pripravljeno, ki jo je mogoče dobiti v trgovinah? (Izberite samo en, najpomembnejši razlog)

1. Te hrane pri kuhanju ne uporabljam
2. Zato ker imam malo časa za kuhanje.
3. Ker se mi zdi bolj okusna.
4. Ker ne znam preveč dobro kuhati.
5. Ker je cenejša kot, če začetka do konca vse pripraviš sam.
6. Za spremembo, da popestrim jedilnik.
9 Nikoli ne kuham**.**

S številkami od 1 do 5 ocenite ali za vas držijo ali ne držijo tele trditve:

	Sploh ne drži	Ne drži	Niti ne drži, niti drži	Dokaj drži	Zelo drži	Nikoli ne kuham
LV. Za kuhanje si, če se le da, rad/a vzamem čas.	1	2	3	4	5	9
LW. Bilo bi zelo nenavadno, če bi pri nas doma za praznike jedli kupljeno pecivo (npr. potico, piškote, krofe) namesto, da bi jih spekli doma.	1	2	3	4	5	9
LX. Z užitkom prebiram kuharske knjige in kuharske revije.	1	2	3	4	5	9
LY. Znan/a sem po kosilih oz. večerjah, ki za pripravo zahtevajo veliko kuharske spretnosti in znanja.	1	2	3	4	5	9
LZ. Pri kuhanju rad/a preizkušam nove recepte.	1	2	3	4	5	9
MA. Zelo rad/a gostim prijatelje.	1	2	3	4	5	9
MB. Kuham predvsem zato, da zdravo jem/o.	1	2	3	4	5	9
MC. Malo časa imam, zato jem/o tisto kar se najhitreje pripravi.	1	2	3	4	5	9
MD. Če ne bi imel/a slabe vesti, bi večkrat kupil/a gotove oz. napol pripravljene jedi.	1	2	3	4	5	9
ME. Če bi imela več denarja, bi večkrat kupil/a gotove oz. napol pripravljene jedi.	1	2	3	4	5	9
MF.Kuhanje se mi upira, ker pri njem nastaja toliko umazanije.	1	2	3	4	5	9

Na koncu vas prosimo, da odgovorite še na nekaj splošnih vprašanj:

MH. Kakšen je vaš zakonski stan?

1. samski, nikdar poročen oz. živel/a v izven zakonski skupnosti
2. poročen/a ali izvenzakonska skupnost
3. razvezan/a, živel v izvenzakonski skupnosti
4. ovdovel/a
9. ne želim povedati

Navedite zadnjo šolo, ki ste jo končali, redno ali izredno?

Zdaj pa nas zanima, tudi zadnja šola, ki jo je končal vaš partner, ki živi z vami.

MI. anketiranec/ka
1. osnovna šola ali manj
2. 2-3 letna poklicna oz. strokovna šola
3. 4-letna srednja šola
4. 2-letna višja šola
5. visoka šola, fakulteta, akademija
6. magisterij, doktorat znanosti
9. ne želim povedati

MJ. njegov/njen partner/ka
1. osnovna šola ali manj
2. 2-3 letna poklicna oz. strokovna šola
3. 4-letna srednja šola
4. 2-letna višja šola
5. visoka šola, fakulteta, akademija
6. magisterij, doktorat znanosti
9. ne želim povedati
10. ne živi s partnerjem/ko

Kakšna je vaša sedanja delovna aktivnost?

Zdaj pa nas zanima tudi delovna aktivnost vašega/vaše partnerja/partnerice, ki živi z vami.

MK. anketiranec/ka
1. polno zaposlen/a (7,5 ur in več na dan))
2. zaposlen/a za krajši delovni čas (4 ure do manj kot 7,5 na dan)
3. zaposlen/a za manj kot 4 ure na dan
4. lastnik D.O. O-ja, samostojen/na podjetnik/ca, obrtnik/ca
5. samostojni raziskovalec, svobodni umetnik,svobodni kulturni delavec
6. brezposeln z denarnim nadomestilo oz. podporo
7. brezposeln, ne prejemam nadomestila, podpore
8. študent, dijak, vajenec
9. kmetovalec, kmetovalka, dela na kmetiji
10. upokojenec, invalidski upokojenec
11. ostali delovno neaktivni
12. ne želi povedati

ML. njegov/njen partner/ka
1. polno zaposlen/a (7,5 ur in več na dan))
2. zaposlen/a za krajši delovni čas (4 ure do manj

	kot 7,5 na dan)
3.	zaposlen/a za manj kot 4 ure na dan
4.	lastnik D.O. O-ja,samostojen/na podjetnik/ca, obrtnik/ca
5.	samostojni raziskovalec, svobodni umetnik, svobodni kulturni delavec
6.	brezposeln z denarnim nadomestilo oz. podporo
7.	brezposeln, ne prejemam nadomestila, podpore
8.	študent, dijak, vajenec
9.	kmetovalec, kmetovalka, dela na kmetiji
10.	upokojenec, invalidski upokojenec
11.	ostali delovno neaktivni
12.	ne želi povedati
13. ne živi s partnerjem/ko	

Kakšen je vaš položaj na delovnem mestu? (samo če ste zaposleni)
Zdaj pa prosim povejte še, kakšen položaj ima na delovnem mestu vaš partner/ica, ki živi z vami?

MM. anketiranec/ka	
1.	imam vodilni položaj na ravni podjetja
2.	imam vodstveni položaj na ravni delovne enote (vodja služben sektorja, oddelka)
3.	neposredno vodim in nadziram delo izvršilnih delavcev (mojster, delovodja ipd.)
4.	visoko kvalificiran strokovnjak brez podrejenih
5.	sem zaposlen/a, a nimam vodilnega vodstvenega položaja (izvršilni delavec)
6.	ne vem, ne želim povedati
7.	ni zaposlen/a

MN. partner/ka	
1.	ima vodilni položaj na ravni podjetja
2.	ima vodstveni položaj na ravni delovne enote (vodja služben sektorja, oddelka)
3.	neposredno vodi in nadzira delo izvršilnih delavcev (mojster, delovodja ipd.)
4.	visoko kvalificiran strokovnjak brez podrejenih
5.	je zaposlen/a, a nima vodilnega vodstvenega položaja (izvršilni delavec)
6.	ne vem, ne želim povedati
7.	ni zaposlen/a
9.	ne živi s partnerjem/ko

Koliko ur običajno delate vi in vaš partner na teden? Pri tem štejte vsako delo za katero dobite plačilo ali kakšno drugo nadomestilo.
(če močno variira: koliko ur ste delali prejšnji teden)

MO. anketiranec
..... ur

MP. partner/ka
..... ur
999. ne živi s partnerjem/ko

MQ. Kolikšen je bil mesečni dohodek vseh članov vašega gospodinjstva v zadnjem mesecu? Navedite neto dohodek (odštejte vse davke, obvezno socialno zavarovanje in druge dajatve.) Seštejte vse oblike: plačo, nadomestilo, štipendijo, pokojnino, dohodek od dela v obrti, kmetijstvu...

..... SIT

MR. Kateri družbeni skupini, sloju ali razredu, se vam zdi, da pripadate. ali je to čisto spodnji, delavski, srednji, višji srednji ali zgornji družbeni sloj?
1. čisto spodnji
2. delavski
3. srednji
4. višji srednji
5. zgornji
6. ne vem
7. ne želim povedati

Spodaj je naštetih nekaj stvari, ki so lahko pomembne v življenju. Pri vsaki od navedenih stvari ocenite, koliko vam je pomembna oz. nepomembna.

	sploh ni pomembno	ni pomembno	niti nepomembno niti pomembno	dokaj pomembno	zelo pomembno
MS. biti pošten	1	2	3	4	5
MT. biti varčen	1	2	3	4	5
MU. biti vljuden, lepo se vesti	1	2	3	4	5
MV. biti zdrav	1	2	3	4	5
MW. dobro jesti, piti	1	2	3	4	5
MX. enakopravnost med ženskami in moškimi	1	2	3	4	5
MY. imeti dovolj denarja za udobno življenje	1	2	3	4	5
MZ. imeti moč in vpliv v družbi	1	2	3	4	5
NA. biti bogat	1	2	3	4	5
NB. lepote narave	1	2	3	4	5
ljubezen in spolnost	1	2	3	4	5
NC. neokrnjenost narave	1	2	3	4	5
ND. nositi obleke uglednih blagovnih znamk	1	2	3	4	5
NE. potovati, spoznavati zanimive kraje, ljudi	1	2	3	4	5
NF. pridno delati	1	2	3	4	5
NG. enakopravnost vseh ljudi	1	2	3	4	5
NH. uživati v poklicnem delu	1	2	3	4	5
NI. skrbeti za zdravo okolje, varovati naravo	1	2	3	4	5
NJ. pomoč, solidarnost med ljudmi	1	2	3	4	5
NK. spoštovati človekove pravice	1	2	3	4	5
NL. spoštovati naravo	1	2	3	4	5
NM. spoštovati odrasle	1	2	3	4	5
NN. učiti se, spoznavati novo	1	2	3	4	5
NO. ustvarjalnost, domišljija	1	2	3	4	5
NP. uveljaviti se v poklicu	1	2	3	4	5
NQ. uživati v lepih stvareh	1	2	3	4	5
NR. uživati življenje, dobro se imeti	1	2	3	4	5
NS. verovati v boga	1	2	3	4	5
NT. živeti varno in mirno v krogu svoje družine	1	2	3	4	5
NU. živeti za danes, ne misliti na jutri	1	2	3	4	5

NV. Kako pogosto hodite v cerkev, k molitvi oz. maši, bogoslužju ali h klanjanju? (Navedite en odgovor.)
1. redno, večkrat na teden.
2. redno, vsak teden.
3. vsaj enkrat ali dvakrat na mesec.
4. grem nekajkrat na leto.
5. samo enkrat ali dvakrat letno ob velikih verskih praznikih.
6. nikoli
9. ne želim povedati

NW. Kako bi opisal/i svoj odnos do vere? (Navedite en odgovor.)
1. prepričan/a vernik/ca sem in sprejemam vse, kar moja vera uči.
2. veren/na sem, čeprav ne sprejemam vsega, kar me uči moja vera.
3. dosti premišljujem o tem, vendar si nisem na jasnem, ali verujem ali ne.
4. do vere sem indiferenten/na (vera me ne privlači in ne zanima).
5. nisem veren/na, čeprav nimam ničesar proti veri.
6. nisem veren/na in sem nasprotnik/ca vere.
9. ne želim povedati

NX. Ali obdelujete zemljo in če jo, povejte prosim zakaj to počnete (izberite <u>samo en</u>, najpomembnejši odgovor)?
1. To je moj osnovni vir preživljanja.
2. Da vem kaj jem.
3. Tako rad/a preživljam prosti čas.
4. S tem prihranim nekaj denarja.
5. Ker je narobe, če zemlja ostane neobdelana.
6. Drugo, kaj?.....
7. Zemlje ne obdelujem, vendar bi jo rad/a.
8. Zemlje ne obdelujem.

OB. Koliko ste visoki?

1. I.....I.....I.....I cm
2. Ne želim povedati.

OC. Koliko tehtate?

1. I.....I.....I.....I kg
2. Ne želim povedati.

OD. Ali imate v zadnjem letu predpisano dieto zaradi bolezni oz. kakšno tako obolenje zaradi katerega ste spremenili svojo prehrano?
1. Da
2. Ne

OE. Ali ste trenutno na shujševalni dieti?
1. Da
2. Ne

OF. Tip krajevne skupnosti
1. vaška
2. primestna
3. mestna

OG. Velikost naselja
1. hiša na samem, zaselek ali manjša vas (oddaljena od šole, trgovine, pošte,....) do 500 prebivalcev
2. vas, kraj (s šolo, pošto, trgovino), trg z nad 500-2000 prebivalci
3. kraj z nad 2000 do 4000 prebivalcev
4. kraj z nad 4000 do 10.000 prebivalcev
5. kraj z nad 10.000 do 50.000 prebivalcev
6. kraj z nad 50.000 prebivalci (Ljubljana, Maribor)
7. ne vem

<u>V PRIHODNJIH DNEH VAM BOMO TELEFONIRALI (ČE NIMATE TELEFONA VAM BOMO PISALI), DA BI PREVERILI ALI STE BILI SPRAŠEVANI V SKLADU Z NAVODILI, KI SMO JIH DALI ANKETARJU / ANKETARKI. PRAV TAKO NAS BO ZANIMALO KAKO STE BILI ZADOVOLJNI Z NJEGOVIM OZ. NJENIM DELOM. ZA SODELOVANJE V ANKETI SE VAM NAJLEPŠE ZAHVALJUJEMO.</u>

OH. Anketni okoliš: .....

OI. Številka anketiranca: .....

OJ. Število obiskov: .....……

OK. Čas trajanja razgovora: ..... min

OL. Šifra anketarja: .....