Jedilnik za spremembo: Vprašalnik eko-odbora za starše

Spoštovani starši,

v imenu vseh članov eko-odbora za projekt Odgovorno s hrano vas prosimo za pomoč pri analiziranju porabe hrane v vaših domovih.

Vprašalnik, ki je pred vami, je zelo pomemben za naše delo. Izpolnili ga bodo starši vseh članov odbora, vas pa prosimo, da storite enako. Upamo, da bomo tako lahko ugotovili, kaj se po navadi dogaja s hrano v naših domovih. Ta informacija nam bo pomagala, da se odločimo, kako naj bo videti naš akcijski načrt.

Zelo bi bili veseli, če bi nam lahko pomagali pri tej odločitvi, tako, da izpolnite ta vprašalnik. Vaše odgovore bomo obravnavali anonimno in bodo namenjeni izključno za načrtovanje naših dejavnosti.

Vnaprej se vam lepo zahvaljujemo.

Če imate v zvezi z vprašalnikom kakršna koli vprašanja, se obrnite na nas. Z veseljem vam bomo odgovorili.

Vaš eko-odbor.

**1. Želimo izvedeti, kje kupujete hrano. Prosimo, da pri vsaki trditvi označite, kje dobite hrano.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Nikoli. | Redko. | Včasih. | Pogosto. | Največkrat. | Vedno. |
| Hrano kupujemo v trgovini. |  |  |  |  |  |  |
| Hrano kupujemo na tržnici. |  |  |  |  |  |  |
| Hrano kupujemo neposredno od proizvajalca /kmeta. |  |  |  |  |  |  |
| Hrano pridelujemo sami. |  |  |  |  |  |  |

**2. Prosimo označite hrano, ki jo pridelujete sami.**
Možnih je več odgovorov.

 Doma ne pridelujemo hrane.
 Jajca.
 Korenovke.
 Koruza.
 Krompir.
 Meso: govedina.
 Meso: perutnina.
 Meso: svinjina.
 Pšenica.
 Sadje.
 Zeleno listnato zelenjavo (solata, blitva ...).
 Zelišča (meta, majaron, peteršilj, bazilika ...).
 Drugo:

**3. Kako se odločite, katero hrano boste kupili?**

*Pozorno preberite vsako trditev in izberite ustrezen odgovor na lestvici od 1 do 6.*

*1 pomeni, da se s trditvijo »Nikakor ne strinjate.«, 6 pomeni, da se s trditvijo »Popolnoma strinjate.«.*

|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Hrano kupujem na podlagi države izvora, če je le mogoče, je to lokalna hrana (ki je pridelana čim bliže trgovine). |  |  |  |  |  |  |
| Kupujem hrano z označbo »poštena trgovina« ali »bio«. |  |  |  |  |  |  |
| Pri kupovanju hrane nisem pozoren na njen videz (npr. poškodovana embalaža, ukrivljeno korenje ali kumarice, itd.). |  |  |  |  |  |  |
| Če je mogoče, kupim hrano, ki ne vsebuje palmovega olja.  |  |  |  |  |  |  |
| Najraje izberem sezonsko sadje in zelenjavo (tisto,ki raste in zori v tem letnem času). |  |  |  |  |  |  |
| Kupujem najcenejšo hrano. |  |  |  |  |  |  |
| Hrano kupujem glede na to, kaj želim jesti v tistem trenutku. |  |  |  |  |  |  |

**4. Kako pogosto pripravite doma naslednje obroke:**

 *Prosimo označite.*

|  | Vsak dan. | Vsak drugi dan. | Dvakrat na teden. | Enkrat na teden. | Manj pogosto. | Nikoli. |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Zajtrk. |  |  |  |  |  |  |
| Kosilo.  |  |  |  |  |  |  |
| Večerja. |  |  |  |  |  |  |

**5. Kako pogosto jeste doma …?**

 *Prosimo označite.*

|  | Vsak dan.  | Vsak drugi dan.  | Približno dvakrat na teden.  | Enkrat na teden.  | Manj pogosto. |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ... meso? |  |  |  |  |  |
| ... mesne izdelke (šunka, salama, hrenovke, slanina itd.)? |  |  |  |  |  |
| ... zelenjavo? |  |  |  |  |  |
| ... sadje? |  |  |  |  |  |

**6. Označite, kolikokrat na teden zajtrkujete ...**

 *Prosimo označite.*

|  | Vsak dan.  | Vsak drugi dan.  | 2–3 krat na teden.  | Manj pogosto. |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ... doma? |  |  |  |  |
| … na poti v službo kupim v trgovini. |  |  |  |  |
| ... na poti v službo si nekaj kupim v restavraciji ali okrepčevalnici s hitro prehrano (npr. kebab, pica, hot dog, hamburger …). |  |  |  |  |
| ... ne zajtrkujem. |  |  |  |  |

**7. Ali glede na letni čas doma spremenite jedilnik? Na primer, spomladi jeste več solate, jeseni jedi »na žlico«, pozimi pa kislo zelje, klobase … itd.**

 *Prosimo označite.*

 Nikoli.
 Skoraj nikoli.
 Občasno.
 Vedno.

**8. Katere 3 vrste stročnic jeste najpogosteje?**

*Označite tri vrste stročnic, ki jih najpogosteje jeste.*

 Bob.
 Čičerika.
 Fižol.
 Grah.
 Leča.
 Soja.
 Drugo:

**9. Katere 3 vrste žitaric jeste najpogosteje?**

*Označite tri vrste žitaric, ki jih najpogosteje jeste.*

 Ajda.
 Ječmen.
 Koruza.
 Oves.
 Pira.
 Proso.
 Pšenica.
 Riž.
 Rž.
 Drugo:

**10. Katere 3 vrste mesa jeste najpogosteje?**

*Označite tri vrste mesa, ki ga najpogosteje jeste.*

 Govedina.
 Konjsko meso.
 Kozje meso.
 Morski sadeži.
 Ovčje meso.
 Perutnina.
 Ribe.
 Svinjina.
 Zajčje meso.
 Ne jem mesa.
 Drugo:

**11. Kako pogosto doma jeste jedi, ki jih kupite v trgovini in jih doma samo še do konca pripravite (zamrznjena pica, omake ali juhe v konzervi, ribje palčke  …)?**

 *Prosimo označite.*

 Nikoli. (manj kot 1 x tedensko)
 Občasno. (1x tedensko)
 Pogosto. (3 x tedensko)
 Zelo pogosto (skoraj vsak dan).

**12. Kako pogosto doma zavržete neporabljeno hrano?**

 *Prosimo označite.*

 Vsak dan ali skoraj vsak dan.
 Dvakrat ali trikrat na teden.
 Enkrat na teden.
 Manj.

**13. Kaj naredite s hrano, ki ji je potekel rok uporabe?**

 *Prosimo označite.*

 Avtomatično jo vržemo stran.
 Določeno hrano vržemo stran, z določeno  nahranimo živali.
 Določeno hrano vržemo stran in hrano, za katero menimo, da je še dobra, pojemo.
 Vse pojemo, ne gledamo na rok uporabe.
 Drugo:

**14. Kaj je najpogostejši razlog, da doma zavržete neporabljeno hrano?**

*Označite 2 razloga.*

 Pokvari se.
 Ima pretečen rok uporabe.
 Preveč skuhamo in hrana ostane.
 Nihče je noče več jesti.
 Zgodila se je nesreča (padla je na tla, zažgala se je ...).

**15. Koliko članov šteje vaša družina?**
*Prosimo označite.*

 2
 3
 4
 5
 6
 7
 Več kot 7.