

Bisherige Ernährungsgewohnheiten				
Welche Ernährungsgewohnheiten treffen auf Sie zu? Wie häufig nehmen Sie die unten aufgeführten Lebensmittel zu sich?				
Bitte machen Sie pro Zeile <u>nur ein Kreuz</u> .				
Obst/Gemüse	Gar nicht <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Fast täglich <input type="radio"/>	Täglich mehrmals <input type="radio"/>
Hülsenfrüchte	Gar nicht <input type="radio"/>	Kaum/selten <input type="radio"/>	Einmal pro Woche <input type="radio"/>	Mehrmals pro Woche <input type="radio"/>
Vollkornprodukte	Gar nicht <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Fast täglich <input type="radio"/>	Täglich mehrmals <input type="radio"/>
Fleisch/Wurst	Täglich mehrmals <input type="radio"/>	Fast täglich <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Gar nicht <input type="radio"/>
Fisch	Gar nicht <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Einmal pro Woche <input type="radio"/>	Zweimal pro Woche <input type="radio"/>
Wasser trinken	Gar nicht <input type="radio"/>	0,5 l pro Tag <input type="radio"/>	1 l pro Tag <input type="radio"/>	1,5 l pro Tag <input type="radio"/>
Alkohol trinken	Täglich mehrmals <input type="radio"/>	Fast täglich <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Gar nicht <input type="radio"/>
Zuckerhaltige Getränke	Täglich mehrmals <input type="radio"/>	Fast täglich <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Gar nicht <input type="radio"/>
Essgeschwindigkeit	Sehr schnell <input type="radio"/>	Eher schnell <input type="radio"/>	Eher langsam <input type="radio"/>	Sehr langsam <input type="radio"/>
Kleine »Snacks« zwischendurch	Täglich mehrmals <input type="radio"/>	Fast täglich <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Gar nicht <input type="radio"/>
Fast Food	Täglich mehrmals <input type="radio"/>	Fast täglich <input type="radio"/>	Selten/wenig <input type="radio"/>	Gar nicht <input type="radio"/>
Wie viele Kreuze haben Sie in der linken Tabellenhälfte gemacht?				
_____ Kreuze in der linken Tabellenhälfte				

Was könnten Sie tun, um von der linken zur rechten Fragebogenhälfte zu gelangen?