**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΟΝΕΩΝ**

Αγαπητοί γονείς στα πλαίσια της θεματικής ενότητας Εργαστήρια Δεξιοτήτων και από τον θεματικό κύκλο ΕΥ ΖΗΝ(Αγαπώ και Φροντίζω το σώμα μου), σας αποστέλλουμε το παρακάτω Ερωτηματολόγιο για να αποτυπώσουμε τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών πριν και μετά την ενασχόλησή μας με τη Υγιεινή Διατροφή.

 **ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ**



 

Το ερωτηματολόγιο διατροφικών συνηθειών είναι ένας δείκτης για να ελέγξετε κατά πόσο η διατροφή του παιδιού σας συμβαδίζει με το πρότυπο της Μεσογειακής διατροφής.Αποτελείται από 16 ερωτήσεις, οι οποίες βαθμολογούνται με τις τιμές +1 ή -1, ανάλογα με το αν δείχνουν διατροφικές συνήθειες που είναι σύμφωνες με τη Μεσογειακή διατροφή ή όχι.Από την άθροιση των απαντήσεων που έχουν δοθεί στις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου προκύπτει ο δείκτης, ο οποίος κυμαίνεται από το 0 έως το 12.Όσο πιο υψηλός είναι ο δείκτης τόσο μεγαλύτερη είναι η συμμόρφωση με τη Μεσογειακή διατροφή(Πηγή KIDMED).

