

KOD:

İŞGÜCÜ PROJESİNE KATILMANIN ETKİLERİ

1. Projenin genel olarak uygulamasından memnunmusunuz?

- Evet
 Hayır
 Yeteri kadar değil

2. Projeye katılım, genel sağlığını ve refahınızı korumanıza yardımcı oldu mu?

- Evet
 Hayır

3. Sağlığını ve refahınızı iyileştirmek için, özellikle çalıştığınız mikro işletmede çalışma saatleriniz boyunca ihtiyaç duyduğunuz tüm bilgileri topladınız mı?

- Bilgilerin hiçbiri
 Az
 Biraz
 Yeteri kadar
 Gerekli tüm bilgileri

4. Şu anda önerilen miktar hakkında ayrıntılı bilgi topladıktan sonra günde kaç litre su tüketiyorsunuz?

- 0.5 litre
 1 litre
 1.5 litre
 2 litre
 2+ litre

5. Fiziksel ve zihinsel sağlığınız için ne kadar dezavantajlı alkol tüketiminin olabileceği konusunda bilgi edindikten sonra ne sıklıkla alkol tüketirsiniz?

- Her gün
 Haftada 3 ila 5 kez
 Sadece haftasonlarında
 Özel günlerde

6. Alkol tüketiminin sağlığınız üzerindeki olumsuz etkileri konusunda kendinizi daha bilgili buluyormusunuz?

- Evet
 Hayır

7. Sigara içmenin sağlığınız üzerindeki olumsuz etkilerinin farkındamısınız?

- Evet
 Hayır

İŞGÜCÜ PROJESİNE KATILMANIN ETKİLERİ

8. Ortalama olarak, kalori alımına dair kapsamlı bilgi aldıktan sonra günde kaç kalori tüketiyorsunuz?

- Ortalamanın altında (1.500 kalori)
 Ortalama (2.000-2500 kalori)
 Ortalamanın üstünde (2500+ kalori)

9. Sağlıklı bir kilo alıp almadığınızı öğrenmek için daha önce NHS web sitesinde “Sağlıklı Kilo Hesaplayıcı” ya girdiniz mi?

- Evet
 Hayır

10. Günlük egzersiz yapmanın sağlığını ve genel refahınızı nasıl olumlu yönde etkileyebileceğinin farkındasınız?

- Evet
 Hayır

11. Sağlık ve refah konularında daha bilgili misiniz?

- Evet
 Hayır

12. Bölgenizdeki sağlık hizmetlerinden haberdarmısınız?

- Evet
 Hayır

13. NHS web sitesinde “Nasılsınız Anketi”ni uygulayabildiniz mi?

- Evet
 Hayır

14. Kalp hastalığı veya inme riskini öğrenmek için daha önce NHS web sitesinde ‘KalpYaşı’ Testini yaptınız mı?

- Evet
 Hayır

15. Proje uygulamasından sonra ruhs ağırlığı ile ilgili konular hakkında ne kadar bilgilisiniz?

- Yeterli
 Tatmin edici
 İyi
 Çok iyi
 Mükemmel

KOD:

İŞGÜCÜ PROJESİNE KATILMANIN ETKİLERİ

16. Projenin, genel fiziksel ve zihinsel sağlığınızın asıl iyileştirebileceğiniz konusunda sizi aydınlatmaktaki amacına ulaştığına inanıyorsunuzuz?

- Evet
 Hayır

17. Projenin uygulaması konusunda 1 - 5 arasında genel değerlendirmeniz nedir?

- 1
 2
 3
 4
 5

18. Bu Proje sizi olumlu yönde etkiledi mi, ve size verilen tavsiyelerle daha sağlıklı ve mutlu bir yaşam sürmek için yaşam tarzınızı değiştirecekmisiniz?

- Evet
 Hayır

19. Proje içinde neler iyi gitti? Tekrar ne yapılabilir?
Lütfen aşağıda belirtin.

20. Proje içinde neler iyi gitmedi? Gelecekteki Projeler için bunu geliştirmek için farklı yapılabilecek şeyler nelerdir?
Lütfen aşağıda belirtin.