

**ANKIETA DIETETYCZNA
TWOJA DOBRA DIETA
DR KASIA**

Wypełnioną ankietę proszę wydrukować i zabrać ze sobą lub zapisać ręcznie. Proszę o szczerą i sumienną w wypełnianiu ankiety, gdyż tylko wówczas nasza współpraca da widoczne rezultaty.

* - w odpowiednim miejscu proszę wpisać- tak lub krzyżyk

L.p.		Lp.	nazwa	Odpowiedz
1.	Dane podstawowe	1	Imię	
		2	Nazwisko	
		3	E-mail	
		4	Telefon	
		5	Płeć	
		6	Wiek	
2.	Aktywność fizyczna *	1	Mała	
		2	Umiarkowana	
		3	Duża	
3.	Skłonność do nadwagi *	1	Nie mam skłonności	
		2	Mam niewielkie skłonności	
		3	Mam silne skłonności	

4.	<p>Czy korzystam z dodatkowych form aktywności fizycznej? Podaj rodzaj aktywności, częstotliwość i czas w min.</p>	
5.	<p>Stan zdrowia. Czy choruje Pan / Pani na jakąś chorobę? Podaj jaką?</p>	
6.	<p>Czy przyjmuje Pan/ Pani obecnie jakieś leki? Jeżeli tak, to jakie ?</p>	
7.	<p>Czy zażywasz witaminy lub składniki mineralne albo inne suplementy diety? Jeżeli tak, Podaj jakie?</p>	
8.	<p>Jak często się wypróżniasz?</p>	
9.	<p>Spożywane posiłki w ciągu dnia, oraz orientacyjna godzina?</p>	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.
10.	<p>Czy podjadasz między posiłkami? Podaj jakie produkty / potrawy podjadasz najczęściej?</p>	
11.	<p>Ile dziennie wypijam płynów i jakie ?</p>	

12.	Co najczęściej jem na śniadanie?	
13.	Co najczęściej jem na obiad?	
14.	Co najczęściej jem na kolacje?	
15.	Potrawy lub produkty, które bardzo lubię?	
16.	Potrawy lub produkty, których nie jadam lub nie lubię?	
17.	Produkty na które mam alergię?	

18.	<p>Co zjadłam/em wczoraj? (wypisz wszystko, nie zapominając o podjadaniu! Posłuż się określeniami typu: pół talerza, kromka, cienko posmarowane, szklanka jogurtu owocowego, 3 plasterki itp.)</p>	
19.	<p>Czynności które towarzyszą jedzeniu?</p>	
20.	<p>Godziny i system pracy</p>	
21.	<p>Czego oczekuję od diety?</p>	

Wysłanie wypełnionej ankiety jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych zawartych w ankiecie dietetycznej dla potrzeb niezbędnych do realizacji usługi dietetycznej zgodnie z ustawą z dn. 29.08.1997r o ochronie danych osobowych (Dz.U. nr 133, poz. 883).

Data i
podpis _____