



**LIVSMEDELS  
VERKET**

**1. Hur många av de 5 skoldagarna äter du lunch (skolmatsal eller annan plats)? Ange antal dagar per vecka.**

---

**2. Serveras det lunch på din skola?**

☐ Ja

☐ Nej

**3. Om det inte serveras lunch på din skola hur äter du lunch då?**

☐ Får lunchkuponger

☐ Går till en anvisad matsal utanför skolan

☐ Äter inte lunch

☐ Ordnar lunch på annat sätt

**4. Vad äter du om du inte äter lunchrätten som serveras i skolan?**

- ☐ Äter av tillbehören, t. ex. mjölk, smörgås, sallad
- ☐ Går hem och äter
- ☐ Går till en kiosk/affär och köper något, t. ex. godis, frukt
- ☐ Äter medhavd matsäck, t. ex. smörgås, frukt
- ☐ Äter ingenting
- ☐ Hoppar aldrig över lunchrätten

**5. Kan du äta din lunch i lugn och ro?**

- ☐ Ja, alltid.
- ☐ Ja, ibland.
- ☐ Nej, det är för kort tid att äta.
- ☐ Nej, det är för bullrigt/ mycket oväsen.

**6. Vilken av följande beskrivningar passer bäst för dina aktiviteter på fritiden under de 7 senaste dagarna?**

- ☐ Läsa, se på TV eller andra stillasittande sysselsättningar.
- ☐ Promenader, cykelturer eller annan lätt aktivitet (lek, skateboard, rollerblades) som uppgår till sammanlagt minst 4 timmar.
- ☐ Deltagande i motionsidrott, t. ex. fotboll eller simning eller aktiv lek som uppgår till sammanlagt minst 4 timmar.
- ☐ Deltagande i hård träning eller tävlingidrott regelbundet och flera gånger .

**7. Under de senaste 7 dagarna hur mycket tid har du i genomsnitt använt datorn eller en smartphone på din fritid? Ange antal timmar och avrunda till närmaste halvtimme.**

☐ Antal timmar

---

☐ Vet ej

**8. Under de senaste 7 dagarna hur mycket tid har du i genomsnitt tittat på TV (inkluderar även att titta på DVD och TV spel (xbox, wii)) på din fritid? Ange antal timmar och avrunda till närmaste halvtimme.**

☐ Antal timmar

---

☐ Vet ej

**9. Är du aktiv i någon förening/klubb?(t.ex. fotboll, simning, dans, scouter)**

☐ Ja

☐ Nej

☐ Vet ej

**10. Vilken/vilka föreningar/klubbar är du med i och vad sysslar ni med för aktiviteter?**

---

**11. Hur många gånger under de senaste 4 veckorna har du deltagit i din/dina föreningars verksamhet (träning, tävling, möten, besök i klubblokalen osv)?**

---

**12a. Hur tar du dig oftast till skolan?**

- ☐ Går
- ☐ Cyklar
- ☐ Åker buss eller tåg
- ☐ Åker bil
- ☐ Annat sätt

**12b. Hur långt är det till skolan**

- ☐ 1 km eller kortare
- ☐ Mer än 1 km, men kortare än 4 km
- ☐ Mer än 4 km, men kortare än 7 km
- ☐ Mer än 7 km, men kortare än 10 km
- ☐ 10 km eller längre