

## **Příloha 1 Dotazník**

Vážení kolegové, milí přátelé,  
jmenuji se Lenka Petříčková, pracuji jako bankéř a zároveň studuji na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy, obor Nutriční terapeut, bakalářské studium kombinovaná forma.

K úspěšnému zakončení studia píše bakalářskou práci na téma *Stravovací návyky bankovních poradců a jejich možná rizika*. V této souvislosti si Vás dovoluji požádat o Vaši laskavou spolupráci.

Níže naleznete dotazník, o jehož vyplnění Vás chci požádat. Dotazník obsahuje 20 jednoduchých otázek, na které prosím pravdivě odpovězte. Zabere Vám to maximálně 10 minut. Průzkum je anonymní.

Do skupiny bankovních poradců počítám bankéře na hale, Premium bankéře, specialisty a liniové manažery.

Pokud byste měli k dotazníku nějaké otázky, nebo připomínky, napište mi.

Za Váš čas a za Vaši součinnost Vám předem upřímně děkuji!

1. Jste MUŽ nebo ŽENA
2. Váš věk .....
3. Vaše výška ..... a současná váha .....
4. Jak dlouho pracujete na pozici bankovního poradce? .....
5. Jak se změnila Vaše hmotnost v průběhu této doby?
  - a) zvýšila – o kolik kg? .....
  - b) snížila – o kolik kg? .....
  - c) nezměnila
6. Co děláte pro udržení či snížení hmotnosti? .....
7. Je Vaše pobočka v době polední pauzy uzavřena? .....
8. Jak přestávku na oběd využíváte? .....
9. Jaký typ stravování preferujete?
  - a) restaurace s teplým jídlem
  - b) rychlé občerstvení (Fast Food)
  - c) jenom polévka (i pečivo?)
  - d) studená kuchyně (sendvič? salát?)
  - e) nosím si uvařené z domova
  - f) nepreferuji, různě kombinuji
10. Jak nejčastěji jíte?
  - a) pravidelně 3 - 5x denně (snídaně, oběd, večeře, případně svačiny)
  - b) nesnídám, moje první jídlo je často až oběd
  - c) přes den moc nejím, největší jídlo je večeře
11. Jakou tekutinu během dne nejčastěji pijete?
  - a) voda
  - b) slazené nápoje
  - c) jiné (uveďte prosím)
12. Kolik množství uvedené tekutiny za den vypijete? .....
13. Pijete alkohol?
  - a) ano, několikrát za týden
  - b) ano, pouze příležitostně či mimořádně
  - c) nepiji
14. Jaký alkohol a kolik? .....
- a) pivo – kolik litrů týdně? .....
  - b) víno – kolik litrů týdně? .....
15. Jakou pěstujete pohybovou aktivitu? .....
16. Jak často tuto pohybovou aktivitu provozujete? .....
17. V jaké intenzitě tuto aktivitu provádíte? .....
18. Od kdy tuto aktivitu provozujete? .....
19. Uvítali byste aktivitu zaměstnavatele, která by umožnila kompenzaci sedavého zaměstnání? .....
20. Pokud ano, jakou? .....