

Vraag 6. Wie bereidt er doorgaans het eten in uw gezin? Noteer percentages die duidelijk het aandeel weergeven.

Wanneer er niet gekookt wordt in uw gezin, kent u 100% toe aan 'Niet gekookt'.

	%
6a. Ikzelf	<input type="text"/>
6b. Mijn partner	<input type="text"/>
6c. Mijn kinderen	<input type="text"/>
6d. Mijn (schoon)ouders	<input type="text"/>
6e. Betaalde hulp / diensten	<input type="text"/>
6f. Anderen	<input type="text"/>
6g. Niet gekookt	<input type="text"/>
Totaal	100 %

Vraag 7. Hoe belangrijk vindt u onderstaande zaken bij de aankoop van voedingsmiddelen?

	Helemaal niet belangrijk	Niet belangrijk	Niet belangrijk, niet onbelangrijk	Belangrijk	Heel belangrijk
7a. De prijs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7b. De smaak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7c. De verpakking	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7d. Het gemak bij het bereiden van het voedsel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7e. De gezondheid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7f. De calorieën	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7g. De versheid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7h. De promoties	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7i. De houdbaarheidsdatum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 8. Hoe vaak staat u in voor de aankoop van voedingsmiddelen voor uw gezin?

- | | | | |
|--------------------|--------------------------|-----------------|--------------------------|
| 1. Altijd | <input type="checkbox"/> | 4. Zelden | <input type="checkbox"/> |
| 2. Meestal | <input type="checkbox"/> | 5. Nooit | <input type="checkbox"/> |
| 3. Af en toe | <input type="checkbox"/> | | |

Vraag 9. In welke mate bent u het eens met de onderstaande uitspraken?

	Helemaal oneens	Oneens	Niet oneens, niet eens	Eens	Helemaal eens
9a. Wanneer ik het druk heb, probeer ik zo weinig mogelijk tijd te besteden aan koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9b. Koken verrijkt mijn leven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9c. Ik probeer met zo weinig mogelijk inspanningen te koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9d. Ik beleef plezier aan koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9e. Ik spendeer het liefst zo weinig mogelijk tijd aan koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9f. Hoe minder inspanningen koken vergt, hoe beter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9g. Ik kan mijn creativiteit kwijt in koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9h. Hoe minder ik moet nadenken over wat ik ga koken, hoe beter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9i. Na een drukke dag ben ik vaak te moe om te koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9j. Ik kook graag eenvoudig te bereiden maaltijden waarbij ik niet teveel moet nadenken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9k. Koken is een lichamelijke inspanning die ik probeer te vermijden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9l. Ik kook niet graag maaltijden die veel concentratie vergen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 10. In welke mate bent u het eens met de onderstaande uitspraken over het gebruik van gemaksvvoeding?

Voorbeelden van gemaksvvoeding: diepvriespizza's, kant-en-klare maaltijden, voorgesneden groenten, groenten in blik, instant sauzen/soepen,...

	Helemaal oneens	Oneens	Niet oneens, niet eens	Eens	Helemaal eens
10a. Iemand die gemaksvvoeding gebruikt, springt onzorgvuldig om met zijn of haar eetgewoonten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10b. Ik zou me schamen wanneer vrienden en/of familie zouden zien dat ik gemaksvvoeding gebruik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10c. Ik voel me schuldig wanneer ik gemaksvvoeding gebruik wanneer ik voor mijn gezin kook	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10d. Gemaksvvoeding is ongezond	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 11. In welke mate zijn onderstaande uitspraken over het gebruik van gemaksvvoeding op u van toepassing?

Voorbeelden van gemaksvvoeding: diepvriespizza's, kant-en-klare maaltijden, voorgesneden groenten, groenten in blik, instant sauzen/soepen,...

	Nooit	Zelden	Af en toe	Meestal	Altijd
11a. Wanneer vrienden en/of familie komen eten, gebruik ik soms gemaksvvoeding	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11b. Thuis eet ik vaak maaltijden die snel en eenvoudig gekookt kunnen worden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11c. Ik gebruik veeleer gemaksvvoeding wanneer ik alleen eet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11d. Ik gebruik veeleer gemaksvvoeding wanneer ik mijn tijd aan iets anders dan koken wil besteden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11e. Ik gebruik veeleer gemaksvvoeding wanneer ik geen tijd heb om te koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

VRIJETIJDSEBESTEDING

Vraag 12. In hoeverre bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Volledig oneens	Oneens	Noch eens, noch oneens	Eens	Volledig eens
12a. Er wordt teveel van mij verwacht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12b. Ik raak nooit bijgewerkt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12c. Ik heb nooit tijd voor mezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12d. Een dag heeft voor mij te weinig uren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12e. Ik spendeer het liefst zo weinig mogelijk tijd aan koken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12f. Ik moet meer doen dan ik wil doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12g. Ik heb geen tijd om de dingen te doen die ik moet doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12h. Er wordt meer van mij verwacht dan ik aankan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12i. Ik heb de indruk dat ik aan minder verplichtingen moet voldoen dan anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 13. In onderstaande tabel staan een aantal beweringen over vrije tijd. Kunt u aanduiden in welke mate elk van deze uitspraken overeenstemt met uw persoonlijke situatie?

	Volledig oneens	Oneens	Noch eens, noch oneens	Eens	Volledig eens
13a. Vaak kom ik in mijn vrije tijd niet toe aan dingen die ik eigenlijk wil doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13b. Ik moet in mijn vrije tijd te vaak rekening houden met anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13c. Ik kan me moeilijk ontspannen in mijn vrije tijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13d. Ik heb teveel vrije tijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13e. Als ik vrij ben, zijn te veel vrijetijdsvoorzieningen (bv. zwembaden, clubs, musea, ...) gesloten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13f. Het kost me veel moeite om mijn vrijetijdsactiviteiten te plannen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13g. Er zijn zoveel dingen die ik wil doen in mijn vrije tijd, dat ik vaak het gevoel heb tijd tekort te komen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13h. Teveel van mijn vrijetijdsactiviteiten zijn versnipperd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ORGANISATIE & REGELMAAT VAN UW WEEK

Vraag 14. Dagelijks terugkerende activiteiten zoals opstaan, eten en slapengaan kunnen op vaste dan wel wisselende tijdstippen plaatsvinden. Kunt u voor onderstaande momenten de mate van regelmaat tijdens de weekdagen (maandag t/m vrijdag) van de afgelopen week aangeven?

U hoeft de activiteit dus niet noodzakelijk elke dag (maandag t/m vrijdag) van de voorbije week gedaan te hebben. Bijvoorbeeld: indien u vier van de vijf weekdays gaat werken vult u de mate van regelmaat in rekening houdend met deze vier dagen. Wanneer u een activiteit niet of slechts één keer hebt gedaan, kruist u de keuze n.v.t. aan.

	Altijd hetzelfde tijdstip	Meestal hetzelfde tijdstip	Zelden hetzelfde tijdstip	Nooit hetzelfde tijdstip	n.v.t.
14a. Het moment waarop u opstaat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14b. Het eerste moment van de dag waarop u (persoonlijk of telefonisch) contact heeft met een ander persoon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14c. Het eerste moment van de dag waarop u iets drinkt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14d. Het moment van het ontbijt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14e. Het eerste moment van de dag waarop u uw huis verlaat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14f. Het eerste moment van de dag waarop u huishoudelijk werk aanvangt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14g. Het eerste moment van de dag waarop u betaald werk/opleiding aanvangt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14h. Het eerste moment van de dag waarop u de kinderopvang aanvangt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14i. Het moment van de lunch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14j. Het moment van een middagdutje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14k. Het moment van de avondmaaltijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14l. Het moment van de dag van uw eerste sportieve inspanning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14m. Het eerste moment van de dag waarop u een snack/hapje/tussendoortje eet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14n. Het eerste moment van de dag waarop u het TV-journaal kijkt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14o. Het eerste moment van de dag waarop u een ander TV programma kijkt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14p. Het eerste moment van de dag waarop u een boek/strip/tijdschrift/krant leest	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14q. Het eerste moment van de dag waarop u gebruik maakt van internet (via pc/tablet pc/smartphone/...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14r. Het laatste moment van de dag waarop u thuiskomt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14s. Het moment waarop u gaat slapen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 15. In hoeverre bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Helemaal oneens	Oneens	Niet oneens, niet eens	Eens	Helemaal eens
15a. Regelmaat gaat ten koste van de creativiteit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15b. Regelmaat maakt het mogelijk alle dagelijkse activiteiten gedaan te krijgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15c. Regelmaat voorkomt tijdsdruk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15d. Stiptheid is een vorm van respect	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15e. Regelmaat is belangrijk in de opvoeding van kinderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15f. Regelmaat maakt het gemakkelijk om met anderen af te spreken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15g. Een strakke tijdsplanning geeft mij stress	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15h. Regelmaat is goed voor de gezondheid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15i. Regelmaat gaat ten koste van de spontaniteit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15j. Regelmaat brengt rust in mijn leven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15k. Op vakantie is regelmaat afwezig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15l. Regelmaat leidt tot stress indien onverwachte dingen zich voordoen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15m. Ik heb niet graag dat mijn ochtendritueel verstoord wordt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15n. Regelmaat zorgt voor discipline	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15o. Een strakke tijdsplanning helpt mij het overzicht te bewaren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15p. Regelmaat is een vorm van sleur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Vraag 16. Hoeveel tijd heeft u de afgelopen week tijdens weekdagen (over alle dagen samen van maandag tot vrijdag) besteed aan onderstaande activiteiten? En tijdens het weekend (zaterdag en zondag samen)?

Noteer het aantal uren en minuten zo exact mogelijk.

	A. Tijdens weekdays (maandag t/m vrijdag)	B. Tijdens het weekend
Huishoudelijke taken	uu:mm	uu:mm
16a. Koken		
16b. Poetsen, stofzuigen, opruimen, bedden opmaken, ...		
16c. Strijken, was doen, naaien, ...		
16d. Klusjes: afval, tuinieren, gras afrijden, onderhoud auto, herstellingen, ...		
16e. Winkelen voor het gezin		
16f. Administratie		
Kinderzorg- en opvoeding	uu:mm	uu:mm
16g. Kinderzorg (voeden, wassen, medische verzorging, ...)		
16h. Kinderopvoeding (huiswerk, spelletjes doen, voorlezen/vertellen, ...)		
Persoonlijke verzorging	uu:mm	uu:mm
16i. Slapen en rusten		
16j. Eten en drinken		
16k. Een bad nemen/douchen		
Opleiding en studie	uu:mm	uu:mm
16l. Lessen op school, universiteit + huiswerk, stage		
16m. Bedrijfsopleiding, andere cursussen (taalcursus, ...)		
Sociale participatie	uu:mm	uu:mm
16n. Verenigingsleven (jeugdbeweging, belangenvereniging, ...)		
16o. Vrijwilligerswerk		
16p. Hulp aan familieleden (mantelzorg)		
Vrije tijd	uu:mm	uu:mm
16q. Televisie/video/dvd kijken		
16r. Radio luisteren		
16s. Communiceren via computer niet voor uw werk (MSN, Facebook, e-mail, ...)		
16t. Computer gebruiken voor informatie op te zoeken, tekstverwerking, foto's, ... niet voor uw werk		
16u. Telefoneren of sms'en via gsm of vaste telefoon niet voor uw werk		
16v. Krant + advertenties lezen		
16w. Boek/strip lezen		
16x. Tijdschrift lezen		
16y. Hobby's en spel: muziek maken, gezelschapsspel, handwerk, verzamelen, buiten spelen, ...		
Verplaatsingen	uu:mm	uu:mm
16z. Alle verplaatsingen		

Vraag 17. Hoe vaak neemt u deel aan onderstaande vrijetijds- en culturele activiteiten?

Indien u één of meerdere keren per week (1 of 2) een activiteit doet, geeft u de tijd per week (A) die u hieraan heeft gespendeerd. Indien u één of meerdere keren per maand (3 of 4) een activiteit doet, geeft u de tijd per maand (B) die u hieraan heeft gespendeerd.

	(1) Meerdere keren per week	(2) Minstens één keer per week	A. <i>Tijd per week uu:mm</i>	(3) Meerdere keren per maand	(4) Minstens één keer per maand	B. <i>Tijd per maand uu:mm</i>	(5) Meerdere keren per jaar	(6) Eén keer per jaar of minder	(7) Nooit
17a. Bioscoop bezoeken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17b. Toneel, ballet, concert, opera bijwonen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17c. Bibliotheek bezoeken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17d. Sportmanifestatie (toeschouwer) bijwonen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17e. Tentoonstelling, museum bezoeken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17f. Popconcert bijwonen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17g. Eten en/of drinken in een restaurant, pub	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17h. Naar shoppingcenters gaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17i. Uitverkoop, jaarmarkt, beurs bezoeken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17j. Excursies, stads- of pretparkbezoek, picknicks doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17k. Ander amusement bijwonen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 18. Hoe vaak neemt u deel aan onderstaande sportieve activiteiten?

Indien u één of meerdere keren per week (1 of 2) een activiteit doet, geeft u de tijd per week (A) die u hieraan heeft gespendeerd. Indien u één of meerdere keren per maand (3 of 4) een activiteit doet, geeft u de tijd per maand (B) die u hieraan heeft gespendeerd.

	(1) Meerdere keren per week	(2) Minstens één keer per week	A. <i>Tijd per week uu:mm</i>	(3) Meerdere keren per maand	(4) Minstens één keer per maand	B. <i>Tijd per maand uu:mm</i>	(5) Meerdere keren per jaar	(6) Eén keer per jaar of minder	(7) Nooit
18a. Jogging, atletiek en gymnastiek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18b. Wielersport/fietstocht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18c. Fitness, yoga, lichaamstraining, ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18d. Zwemmen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18e. Andere watersporten (roeien, waterpolo, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18f. Skiën, schaatsen en andere wintersporten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18g. Balsport (voetbal, basket, volley ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18h. (Tafel)tennis, badminton, squash	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18i. Golf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18j. Vissen, jagen, schieten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18k. Bowling, darts, pool, snooker, biljart	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18l. Wandelen > 5 kilometer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18m. Andere sporten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TEVREDENHEID MET UW LEVEN EN LEEFOMGEVING

Vraag 19. In hoeverre bent u het eens met onderstaande uitspraken?

	Helemaal oneens	Oneens	Een beetje oneens	Niet oneens, niet eens	Een beetje eens	Eens	Helemaal eens
19a. Ik ben tevreden met mijn leven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19b. Mijn leven komt in grote lijnen overeen met mijn ideaalbeeld	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19c. De omstandigheden van mijn leven zijn goed	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19d. Tot dusver heb ik alle belangrijke dingen in mijn leven bereikt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19e. Als ik mijn leven tot dusver over zou kunnen doen, dan zou ik nauwelijks wat veranderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 20. In welke mate bent u tevreden met ...

	Helemaal niet tevreden	Niet tevreden	Tevreden	Heel tevreden	n.v.t.
20a. De woning waarin u woont	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20b. De buurt waarin u woont	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20c. Uw inkomen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20d. Het werk dat u doet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20e. Uw levensstandaard	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20f. De manier waarop u uw vrije tijd besteedt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20g. Uw gezondheidstoestand	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20h. De sociale contacten met uw huisgenoten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20i. De sociale contacten met uw familieleden, vrienden en kennissen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

INFORMATIE OVER UZELF

In dit deel stellen we enkele vragen over uzelf.

Vraag 21. Hebt u een rijbewijs voor een auto (rijbewijs B of hoger)?

1. Ja 2. Neen

Vraag 22. Hoe is uw algemene gezondheidstoestand?

1. Zeer goed 3. Matig 4. Slecht
 2. Goed 5. Zeer slecht

Vraag 23. Lijdt u aan een ziekte, bent u gehandicapt of hebt u een chronisch fysiek of mentaal gezondheidsprobleem?

1. Ja 2. Neen → Ga naar vraag 25

Vraag 24. Wordt u in uw dagelijkse activiteiten gehinderd door dit gezondheidsprobleem?

1. Ja
 2. Neen

Vraag 25. Wat is uw lengte? Vul lengte in centimeters in. cm

Vraag 26. Wat is uw gewicht? Vul gewicht in kilogram in. Kg