

Kohdennetun elintapaohjauksen kyselyt

1. Millainen on mielestäsi nykyinen terveydentilasi?

1	2	3	4	5
Huono	Melko huono	Keskitasoinen	Melko hyvä	Hyvä

2. Millainen on mielestäsi nykyinen fyysinen kuntosi?

1	2	3	4	5
Huono	Melko huono	Keskitasoinen	Melko hyvä	Hyvä

3. Oletetaan, että työkykysi on parhaimmillaan saanut 10 pistettä. Minkä pistemäärän antaisit nykyiselle työkyvyyllesi asteikolla 1–10? 0 tarkoittaa, että et pysty nykyisin lainkaan työhön.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Kysymykset 4 ja 5 täytetään vain loppukäynnin yhteydessä.

4. Missä määrin elintapaohjaus ja liikuntaneuvonta tukivat sinua terveellisten elintapojen omaksumisessa?

1	2	3
Ei lainkaan	Jonkin verran	Paljon

5. Miten hyödyllistä elintapaohjaus ja liikuntaneuvonta olivat sinulle?

1	2	3
Ei lainkaan hyödyllistä	Melko hyödyllistä	Hyödyllistä