

CREATE BETTER HEALTH ENCUESTA ÚNICA

Cuestionario que debe de utilizarse en una clase que NO forma parte de una serie en **FY 2025**.

CREATE
BETTER HEALTH
en español

Tómese unos minutos para responder las siguientes preguntas. Todas las respuestas son confidenciales y no hay respuestas correctas o incorrectas. La información que proporcione nos ayudará a mejorar nuestro programa y a seguir recibiendo los fondos de SNAP-Ed.

1. Escriba sus iniciales, mes de nacimiento (2 dígitos) y día de nacimiento (2 dígitos) a continuación.

Por ejemplo, si su nombre es *Juan Pérez* y nació el 1 de mayo escriba:

Primera letra de su primer nombre: J Primera letra de su apellido: P

Mes de nacimiento: 05 Día de nacimiento: 01

Primera letra de su primer nombre: _____ Primera letra de su apellido: _____

Mes de nacimiento: _____ Día de nacimiento: _____

2. ¿En cuántas clases de Create Better Health ha participado en lo que va del año? (Incluya esta.)

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 o más

3. La próxima sección contiene declaraciones que la gente ha hecho. Elija la respuesta que mejor se acomode a lo que ha hecho en los últimos 30 días.	Nunca	Rara vez	A veces	Muy a menudo	Siempre
I eat fruits daily.	☐	☐	☐	☐	☐
I eat vegetables daily.	☐	☐	☐	☐	☐
Hago rendir mi presupuesto para la compra de alimentos para que me alcance todo el mes.	☐	☐	☐	☐	☐
Elijo una variedad de alimentos basados en las recomendaciones de MiPlato.	☐	☐	☐	☐	☐
Estoy físicamente activo por lo menos 30 minutos durante 5 días a la semana.	☐	☐	☐	☐	☐
Ajusto las comidas para incorporar los ingredientes que ya tengo en casa.	☐	☐	☐	☐	☐

4. La próxima sección contiene declaraciones que la gente ha hecho. Elija la respuesta que mejor se acomode a lo que planea hacer como resultado de lo que aprendió hoy.	Muy en desacuerdo	Desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
Consumiré más frutas todos los días	☐	☐	☐	☐	☐
Consumiré más vegetales todos los días	☐	☐	☐	☐	☐
Haré rendir mi presupuesto para la compra de alimentos para que me alcance todo el mes.	☐	☐	☐	☐	☐
Elegiré una variedad de alimentos basados en las recomendaciones de MiPlato.	☐	☐	☐	☐	☐
Estaré físicamente activo por lo menos 30 minutos durante 5 días a la semana.	☐	☐	☐	☐	☐
Ajustaré las comidas para incorporar los ingredientes que ya tengo en casa.	☐	☐	☐	☐	☐

5. ¿Qué posibilidades hay de que recomiende la clase a otras personas?

- ☐ Muy probable ☐ Probable ☐ Ni probable ni improbable ☐ Improbable ☐ Muy improbable

For Office Use Only

Ambassador Name: _____

Lesson: _____

Location: _____

