

## **1 Přílohy:**

**Příloha č.1 :** dotazník

**Příloha č.2:** rozhovor Jan  
rozhovor František  
rozhovor Jana  
rozhovor Zdena  
rozhovor Alena  
rozhovor Radka  
rozhovor Milena  
rozhovor Magdaléna

**Příloha č.3:** prevalence obezity

**Příloha č.4:** průměrná výška, hmotnost a index tělesné hmotnosti podle pohlaví a věku (výsledky Evropského výběrového šetření o zdravotním stavu v ČR -2008)

**Příloha č.5:** podíly respondentů s podváhou, normální váhou, nadváhou a obezitou; podle pohlaví a věkových skupin (výsledky Evropského výběrového šetření o zdravotním stavu v ČR -2008)

## Příloha č. 1

### DOTAZNÍK

Jméno:

Příjmení:

Kontakt:

Pohlaví: muž žena

Stav: svobodný/á ženatý/vdaná rozvedený/rozvedená  
vdovec/vdova

Děti: ano ne

Věk:

Výška:

Váha:

---

**1) Máte stálý pracovní poměr?**

a) Ano

b) Ne

*Pokud jste odpověděli na otázku č. 1 ano, pokračujte následující otázkou. Pokud byla Vaše odpověď ne, pokračujte otázkou č. 3.*

**2) Jaký je název Vaší pozice?**

---

**3) Kde bydlíte?**

a) vlastní byt

c) vlastní rodinný dům

d) podnájem/pronájem

e) jiný

**4) Kolik členů má Vaše domácnost?**

a) 1

b) 2

c) 3

d) 4 a více

**5) Kolik členů Vaší domácnosti je nezaopatřených?**

a) 0

- b) 1
- c) 2
- d) 3
- e) 4 a více

**6) Jaký je čistý měsíční příjem Vaší domácnosti?**

- a) Do 15.000,- Kč
- b) 16.000-20.000,-Kč
- c) 21.000-25.000,-Kč
- d) 26.000-30.000,-Kč
- e) 31.000 – 35.000,- Kč
- f) 36.000,- Kč a víc

**7) Kdo z členů Vaší domácnosti nakupuje?**

jméno/fce: \_\_\_\_\_

**8) Kdo z členů Vaší domácnosti připravuje jídlo?**

jméno/fce: \_\_\_\_\_

**9) Kolik utratíte týdně za jídlo?**

- a) Do 1.000,- Kč
- b) 1.000-2.000,-Kč
- c) 2.000-3.000,- Kč
- d) 3.000-4.000,-Kč
- e) Víc

**10) Jsou nějaké potraviny, které nejíte?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nevím

**11) Kolikrát týdně jíte ovoce nebo zeleninu?**

- a) Méně než jednou

- b) Jeden až dvakrát do týdne
- c) Dvakrát až třikrát do týdne
- d) Třikrát až čtyřikrát do týdne
- e) Pětkrát až šestkrát do týdne
- f) Každý den

**12) Snídáte?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

***Pokud jste odpověděli na otázku č. 12 ano nebo někdy, pokračujte následující otázkou.  
Pokud byla Vaše odpověď ne, pokračujte otázkou č. 14.***

**13) Kde snídáte?**

- a) Doma
- b) Během cesty do práce
- c) Ve fastfoodu /restauraci/ kantýně
- d) V práci – jídlo si nosím z domu

**14) Obědváte?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

***Pokud jste odpověděli na otázku č. 14 ano nebo někdy, pokračujte následující otázkou.  
Pokud byla Vaše odpověď ne, pokračujte otázkou č. 16.***

**15) Kde obědváte?**

- a) Doma
- b) V práci – jídlo si nosím z domu
- c) V kantýně/jídelně
- d) V restauraci
- e) Ve fastfoodu

**16) Večeříte?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

***Pokud jste odpověděli na otázku č. 16 ano nebo někdy, pokračujte následující otázkou.  
Pokud byla Vaše odpověď ne, pokračujte otázkou č. 18.***

**17) Kde večeříte?**

- a) Doma
- b) V práci – jídlo si nosím z domu
- c) V kantýně/jídelně
- d) V restauraci
- e) Ve fastfoodu

**18) Jíte ještě něco během dne mimo snídani, oběda a večeře?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

**19) Přisolujete si jídlo?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

**20) Sladíte?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

**21) Kupujete biopotraviny?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

**22) Užíval jste někdy přípravky na hubnutí?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nevím

**23) Kouříte?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Někdy

**24) Pijete alkohol?**

- a) Ano
- b) Ne, jsem abstinent

***Pokud jste odpověděli na otázku č. 24 ano, pokračujte následující otázkou. Pokud byla Vaše odpověď ne, pokračujte otázkou č. 27.***

**25) Jak často pijete „měkký“ alkohol (pivo, víno)?**

- a) Vůbec
- b) Méně než jednou za týden
- c) Tak jednou za týden
- d) Několikrát do týdne
- e) Každý den
- f) Nevím

**26) Jak často pijete „tvrdý“ alkohol?**

- a) Vůbec
- b) Méně než jednou za týden
- c) Tak jednou za týden
- d) Několikrát do týdne
- e) Každý den
- f) Nevím

**27) Jak často sportujete?**

- a) Vůbec nesportuji

- b) Méně než jednou do měsíce
- c) Tak jednou za měsíc
- d) Párkrát do měsíce
- e) Jednou týdně
- f) Párkrát za týden
- g) Každý den
- h) Nevím

**28) Jak dlouho se koukáte na televizi / surfujete na internetu/ hrajete PC hry apod. během pracovního dne?**

- a) Vůbec
- b) Do 2 hodin
- c) 2-4 hodiny
- d) 4 hodiny a víc
- e) Nevím

**29) Jak dlouho se koukáte na televizi / surfujete na internetu/ hrajete PC hry apod. během víkendu?**

- a) Vůbec
- b) Do 2 hodin
- c) 2-4 hodiny
- d) 4-6 hodin
- e) 6-8 hodin
- f) 8 hodin a víc
- g) Nevím

**30) Trpíte zdravotními komplikacemi, které nějak souvisí s Vaší váhou?**

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nevím

## ROZHOVOR

Jméno: Jan

BMI: 23,77

---

- 1) **Jaké je Vaše vzdělání?**
- 2) **Co obnáší Vaše pracovní pozice?**
- 3) **Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?**
- 4) **Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?**
- 5) **Cítíte se ve stresu?**
- 6) **Co děláte pro to, abyste se uklidnil?**
- 7) **Jíte rád?**
- 8) **Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?**
- 9) **Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?**
- 10) **Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.**
- 11) **Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?**
- 12) **Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?**
- 13) **Co si myslíte o biopotravínách?**
- 14) **Co si myslíte o zdravé výživě?**
- 15) **Sportujete rád?**
- 16) **Které sporty preferujete?**
- 17) **Jaké jste měl dětství, měl jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?**
- 18) **Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?**
- 19) **Máte sourozence, mají problémy s váhou?**
- 20) **Bavila Vás škola, byl jste v kolektivu oblíbený?**
- 21) **Měl jste rád tělesnou výchovu?**
- 22) **Věnoval jste a věnujete se nějakému sportu, jakému?**
- 23) **Býval jste často nemocný?**
- 24) **Trpěl jste někdy nadváhou nebo obezitou? Co to bylo za období?**
- 25) **Jste spokojený se svou postavou?**
- 26) **Co si myslíte o přípravcích na hubnutí?**
- 27) **Kdybyste si měl vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?**
- 28) **Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?**
- 29) **Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?**
- 30) **Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?**
- 31) **Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?**
- 32) **Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?**
- 33) **Znáte nějaké organizace, které by sem zabývaly nadváhou a obezitou?**
  
- 34) **Jste spokojený se svým životem?**
- 35) **Chtěl byste něco změnit?**
- 36) **Chtěl byste k tomuto tématu něco dodat?**



## ROZHOVOR

Jméno: František

BMI: 27,77

---

- 1) **Jaké je Vaše vzdělání?**
- 2) **Co obnáší Vaše pracovní pozice?**
- 3) **Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?**
- 4) **Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?**
- 5) **Cítíte se ve stresu?**
- 6) **Jíte rád?**
- 7) **Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?**
- 8) **Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?**
- 9) **Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.**
- 10) **Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?**
- 11) **Které potraviny nejíte a proč?**
- 12) **Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?**
- 13) **Co si myslíte o biopotravínách?**
- 14) **Co si myslíte o zdravé výživě?**
- 15) **Sportujete rád?**
- 16) **Které sporty preferujete?**
- 17) **Jaké jste měl dětství, měl jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?**
- 18) **Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?**
- 19) **Máte sourozence, mají problémy s váhou?**
- 20) **Bavila Vás škola, byl jste v kolektivu oblíbený?**
- 21) **Měl jste rád tělesnou výchovu?**
- 22) **Věnoval jste a věnujete se nějakému sportu, jakému?**
- 23) **Býval jste často nemocný?**
- 24) **Jste spokojený se svou postavou?**
- 25) **Měl někdy někdo narážky na Vaši váhu, jak jste se při tom cítil?**
- 26) **Pamatujete si, kdy jste nejvíc vážil?**
- 27) **Jaké to pro Vás bylo období?**
- 28) **Co si myslíte o přípravcích na hubnutí?**
- 29) **Kdybyste si měl vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?**
- 30) **Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?**
- 31) **Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?**
- 32) **Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?**
- 33) **Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?**
- 34) **Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?**
- 35) **Dle Vašich předcházejících odpovědí je zřejmé, že víte jak se správně stravovat a co byste měl dělat pro získání „ideální váhy“. Můžete vysvětlit, proč se tím neřídíte? Co by Vám pomohlo, abyste se tím řídil? Jak by Vám měl v tomto pomoci/motivovat stát?**
- 36) **Znáte nějaké organizace, které by sem zabývaly nadváhou a obezitou?**

- 37) Jste spokojený se svým životem?**
- 38) Chtěl byste něco změnit?**
- 39) Chtěl byste k tomuto tématu něco dodat?**

## ROZHOVOR

Jméno: Jana

BMI: 28,71

---

- 1) Jaké je Vaše vzdělání?
- 2) Co obnáší Vaše pracovní pozice?
- 3) Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?
- 4) Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?
- 5) Cítíte se ve stresu?
- 6) Co děláte pro to, abyste se uklidnila?
- 7) Jíte ráda?
- 8) Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?
- 9) Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?
- 10) Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.
- 11) Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?
- 12) Které potraviny nejíte a proč?
- 13) Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?
- 14) Co si myslíte o biopotravínách?
- 15) Co si myslíte o zdravé výživě?
- 16) Sportujete ráda?
- 17) Které sporty preferujete?
- 18) Jaké jste měla dětství, měla jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?
- 19) Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?
- 20) Máte sourozence, mají problémy s váhou?
- 21) Bavila Vás škola, byla jste v kolektivu oblíbená?
- 22) Měla jste ráda tělesnou výchovu?
- 23) Věnovala jste a věnujete se nějakému sportu, jakému?
- 24) Bývala jste často nemocná?
- 25) Jste spokojená se svou postavou?
- 26) Měl někdy někdo narážky na Vaši váhu, jak jste se při tom cítila?
- 27) Pamatujete si, kdy jste nejvíc vážila?
- 28) Jaké to pro Vás bylo období?
- 29) Popište mi Vaše zdravotní problémy, o kterých si myslíte, že by mohly být způsobeny tělesnou váhou.
- 30) Co si myslíte o přípravcích na hubnutí, jaké užíváte nebo jste užívala?
- 31) Kdybyste si měla vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?
- 32) Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?
- 33) Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?
- 34) Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?
- 35) Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?
- 36) Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?

- 37) Dle Vašich předcházejících odpovědí je zřejmé, že víte jak se správně stravovat a co byste měla dělat pro získání „ideální váhy“. Můžete vysvětlit, proč se tím neřídíte? Co by Vám pomohlo, abyste se tím řídila? Jak by Vám měl v tomto pomoci/motivovat stát?**
- 38) Znáte nějaké organizace, které by sem zabývaly nadváhou a obezitou?**
- 39) Jste spokojená se svým životem?**
- 40) Chtěla byste něco změnit?**
- 41) Chtěla byste k tomuto tématu něco dodat?**

## ROZHOVOR

Jméno: Zdena

BMI: 19,72

---

- 1) Jaké je Vaše vzdělání?
- 2) Co obnáší Vaše pracovní pozice?
- 3) Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?
- 4) Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?
- 5) Cítíte se ve stresu?
- 6) Co děláte pro to, abyste se uklidnila?
- 7) Jíte ráda?
- 8) Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?
- 9) Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?
- 10) Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.
- 11) Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?
- 12) Které potraviny nejíte a proč?
- 13) Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?
- 14) Co si myslíte o biopotravínách?
- 15) Co si myslíte o zdravé výživě?
- 16) Sportujete ráda?
- 17) Které sporty preferujete?
- 18) Jaké jste měla dětství, měla jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?
- 19) Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?
- 20) Máte sourozence, mají problémy s váhou?
- 21) Bavila Vás škola, byla jste v kolektivu oblíbená?
- 22) Měla jste ráda tělesnou výchovu?
- 23) Věnovala jste a věnujete se nějakému sportu, jakému?
- 24) Bývala jste často nemocná?
- 25) Trpěla jste někdy nadváhou nebo obezitou? Co to bylo za období?
- 26) Jste spokojená se svou postavou?
- 27) Co si myslíte o přípravcích na hubnutí?
- 28) Kdybyste si měla vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?
- 29) Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?
- 30) Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?
- 31) Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?
- 32) Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?
- 33) Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?
- 34) Znáte nějaké organizace, které by sem zabývaly nadváhou a obezitou?
- 35) Jste spokojená se svým životem?
- 36) Chtěla byste něco změnit?
- 37) Chtěla byste k tomuto tématu něco dodat?

## ROZHOVOR

Jméno: Alena

BMI: 24,74

---

- 1) Jaké je Vaše vzdělání?
- 2) Co obnáší Vaše pracovní pozice?
- 3) Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?
- 4) Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?
- 5) Cítíte se ve stresu?
- 6) Co děláte pro to, abyste se uklidnila?
- 7) Jíte ráda?
- 8) Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?
- 9) Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?
- 10) Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.
- 11) Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?
- 12) Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?
- 13) Co si myslíte o biopotravinách?
- 14) Co si myslíte o zdravé výživě?
- 15) Sportujete ráda?
- 16) Které sporty preferujete?
- 17) Jaké jste měla dětství, měla jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?
- 18) Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?
- 19) Máte sourozence, mají problémy s váhou?
- 20) Bavila Vás škola, byla jste v kolektivu oblíbená?
- 21) Měla jste ráda tělesnou výchovu?
- 22) Věnovala jste a věnujete se nějakému sportu, jakému?
- 23) Bývala jste často nemocná?
- 24) Trpěla jste někdy nadváhou nebo obezitou? Co to bylo za období?
- 25) Jste spokojená se svou postavou?
- 26) Co si myslíte o přípravcích na hubnutí, jaké užíváte nebo jste užívala?
- 27) Kdybyste si měla vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?
- 28) Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?
- 29) Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?
- 30) Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?
- 31) Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?
- 32) Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?
- 33) Znáte nějaké organizace, které by sem zabývaly nadváhou a obezitou?
- 34) Jste spokojená se svým životem?
- 35) Chtěla byste něco změnit?
- 36) Chtěla byste k tomuto tématu něco dodat?

## ROZHOVOR

Jméno: Radka

BMI: 18,08

---

- 1) Jaké je Vaše vzdělání?
- 2) Co obnáší Vaše pracovní pozice?
- 3) Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?
- 4) Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?
- 5) Cítíte se ve stresu?
- 6) Co děláte pro to, abyste se uklidnila?
- 7) Jíte ráda?
- 8) Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?
- 9) Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?
- 10) Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.
- 11) Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?
- 12) Které potraviny nejíte a proč?
- 13) Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?
- 14) Co si myslíte o biopotravínách?
- 15) Co si myslíte o zdravé výživě?
- 16) Sportujete ráda?
- 17) Které sporty preferujete?
- 18) Jaké jste měla dětství, měla jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?
- 19) Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?
- 20) Máte sourozence, mají problémy s váhou?
- 21) Bavila Vás škola, byla jste v kolektivu oblíbená?
- 22) Měla jste ráda tělesnou výchovu?
- 23) Věnovala jste a věnujete se nějakému sportu, jakému?
- 24) Bývala jste často nemocná?
- 25) Trpěla jste někdy nadváhou nebo obezitou? Co to bylo za období?
- 26) Jste spokojená se svou postavou?
- 27) Popište mi Vaše zdravotní problémy, o kterých si myslíte, že by mohly být způsobeny tělesnou váhou.
- 28) Co si myslíte o přípravcích na hubnutí, jaké užíváte nebo jste užívala?
- 29) Kdybyste si měla vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?
- 30) Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?
- 31) Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?
- 32) Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?
- 33) Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?
- 34) Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?
- 35) Znáte nějaké organizace, které by sem zabývaly nadváhou a obezitou?
- 36) Jste spokojená se svým životem?
- 37) Chtěla byste něco změnit?
- 38) Chtěla byste k tomuto tématu něco dodat?

## ROZHOVOR

Jméno: Milena

BMI: 30,85

---

- 1) Jaké je Vaše vzdělání?
- 2) Co obnáší Vaše pracovní pozice?
- 3) Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?
- 4) Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?
- 5) Cítíte se ve stresu?
- 6) Co děláte pro to, abyste se uklidnila?
- 7) Jíte ráda?
- 8) Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?
- 9) Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?
- 10) Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.
- 11) Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?
- 12) Které potraviny nejíte a proč?
- 13) Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?
- 14) Co si myslíte o biopotravínách?
- 15) Co si myslíte o zdravé výživě?
- 16) Jaký je Váš vztah ke sportu?
- 17) Jaké jste měla dětství, měla jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?
- 18) Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?
- 19) Máte sourozence, mají problémy s váhou?
- 20) Bavila Vás škola, byla jste v kolektivu oblíbená?
- 21) Měla jste ráda tělesnou výchovu?
- 22) Věnovala jste se nějakému sportu, jakému?
- 23) Bývala jste často nemocná?
- 24) Jste spokojená se svou postavou?
- 25) Měl někdy někdo narážky na Vaši váhu, jak jste se při tom cítila?
- 26) Pamatujete si, kdy jste nejvíc vážila?
- 27) Jaké to pro Vás bylo období?
- 28) Popište mi Vaše zdravotní problémy, o kterých si myslíte, že by mohly být způsobeny tělesnou váhou.
- 29) Co si myslíte o přípravcích na hubnutí?
- 30) Kdybyste si měla vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?
- 31) Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?
- 32) Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?
- 33) Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?
- 34) Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?
- 35) Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?
- 36) Dle Vašich předcházejících odpovědí je zřejmé, že víte jak se správně stravovat a co byste měla dělat pro získání „ideální váhy“. Můžete vysvětlit, proč



**se tím neřídíte? Co by Vám pomohlo, abyste se tím řídila? Jak by Vám měl v tomto pomoci/motivovat stát?**

- 37) Znáte nějaké organizace, které by sem zabývaly nadváhou a obezitou?**
- 38) Jste spokojená se svým životem?**
- 39) Chtěla byste něco změnit?**
- 40) Chtěla byste k tomuto tématu něco dodat?**

## ROZHOVOR

Jméno: Magdaléna

BMI: 30,08

---

- 1) Jaké je Vaše vzdělání?
- 2) Co obnáší Vaše pracovní pozice?
- 3) Jak vypadá Váš typický pracovní den, jak se na jeho konci cítíte?
- 4) Jak vypadá Váš typický víkendový den, jak se na jeho konci cítíte?
- 5) Cítíte se ve stresu?
- 6) Co děláte pro to, abyste se uklidnila?
- 7) Jíte ráda?
- 8) Trpíte často pocitem hladu, jak jej zvládáte?
- 9) Preferujete určitou kuchyni, co nejčastěji jíte?
- 10) Popište mi skladbu Vašeho jídelníčku během jednoho pracovního dne a během víkendového dne.
- 11) Co je pro Vás prioritou při výběru potravin?
- 12) Které potraviny nejíte a proč?
- 13) Co si myslíte o fastfoodech, navštěvujete je?
- 14) Co si myslíte o biopotravínách?
- 15) Co si myslíte o zdravé výživě?
- 16) Jaký je Váš vztah ke sportu?
- 17) Jaké jste měla dětství, měla jste v dětství pocit, že trpíte nedostatkem potravin?
- 18) Trpěli/trpí Vaši rodiče nadváhou nebo byli/jsou obézní?
- 19) Máte sourozence, mají problémy s váhou?
- 20) Máte děti, mají problémy s váhou?
- 21) Bavila Vás škola, byla jste v kolektivu oblíbená?
- 22) Měla jste ráda tělesnou výchovu?
- 23) Věnovala jste se nějakému sportu, jakému?
- 24) Bývala jste často nemocná?
- 25) Jste spokojená se svou postavou?
- 26) Měl někdy někdo narážky na Vaši váhu, jak jste se při tom cítila?
- 27) Pamatujete si, kdy jste nejvíc vážila?
- 28) Jaké to pro Vás bylo období?
- 29) Máte nějaké zdravotní problémy?
- 30) Co si myslíte o přípravcích na hubnutí, jaké užíváte nebo jste užívala?
- 31) Kdybyste si měla vybrat mezi dvěma výrobky, které mají stejnou cenu a jeden znáte z reklamy a druhý ne, který si vyberete?
- 32) Co si myslíte o výrobcích/potravinách nabízených v reklamě?
- 33) Co si myslíte o vlivu reklamy na potraviny u dětí?
- 34) Co si myslíte o obézních lidech a obezitě obecně?
- 35) Myslíte si, že je nadváha a obezita společenským problémem a stát by se jím měl zabývat? Zabývá se tím podle Vás dostatečně?
- 36) Myslíte si, že nadváha a obezita přináší nějaká zdravotní rizika? Kde jste se o tom dozvěděl?

**37) Dle Vašich předcházejících odpovědí je zřejmé, že víte jak se správně stravovat a co byste měla dělat pro získání „ideální váhy“. Můžete vysvětlit, proč se tím neřídíte? Co by Vám pomohlo, abyste se tím řídila? Jak by Vám měl v tomto pomoci/motivovat stát?**

**38) Znáte nějaké organizace, které by se zabývaly nadváhou a obezitou?**

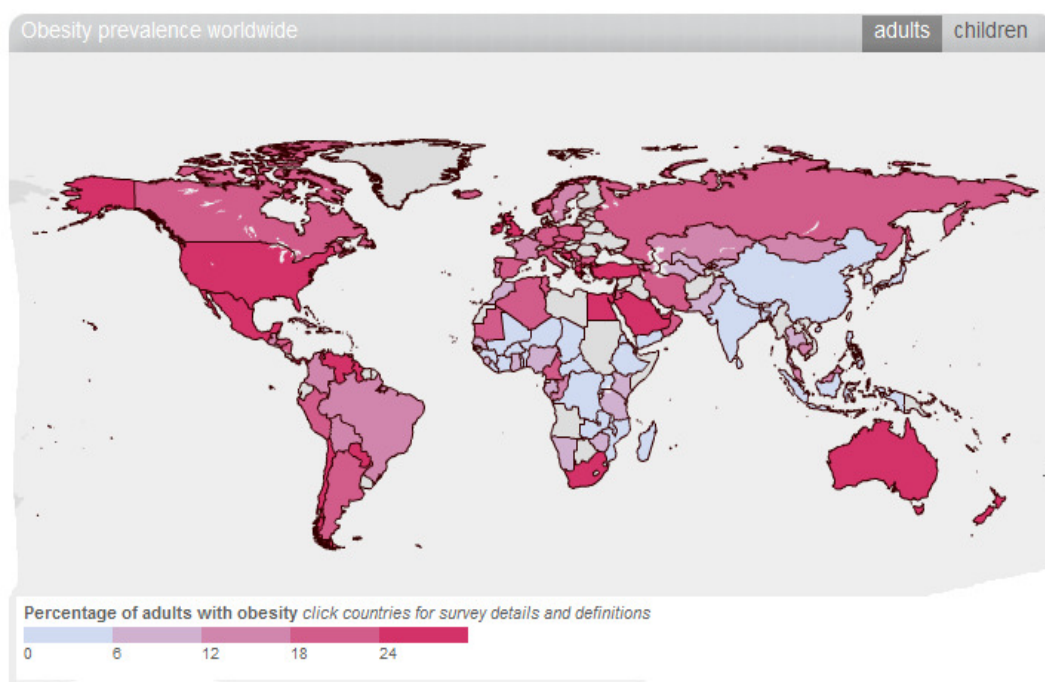
**39) Jste spokojená se svým životem?**

**40) Chtěla byste něco změnit?**

**41) Chtěla byste k tomuto tématu něco dodat?**

### Příloha č.3

#### Prevalence obezity



Zdroj: *The International Association for the Study of Obesity*. [online]. [cit. 3.8.2010] dostupné z <http://www.iaso.org/>

#### Příloha č.4

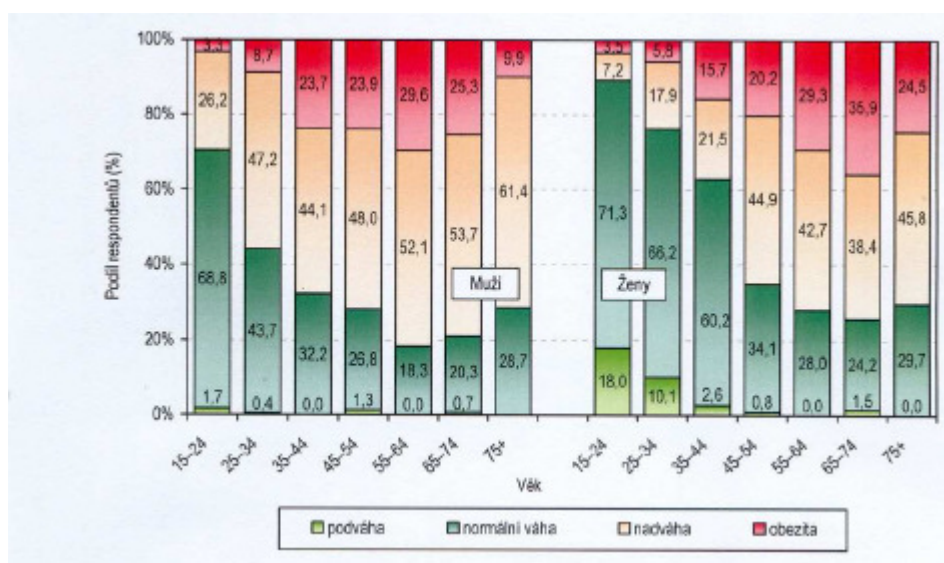
Průměrná výška, hmotnost a index tělesné hmotnosti podle pohlaví a věku (výsledky Evropského výběrového šetření o zdravotním stavu v ČR -2008)

Věk	Muži			Ženy		
	výška (cm)	hmotnost (kg)	BMI (kg/m <sup>2</sup> )	výška (cm)	hmotnost (kg)	BMI (kg/m <sup>2</sup> )
15-24	178,4	74,4	23,5	166,9	59,3	21,3
25-34	179,6	83,5	25,8	167,7	64,8	23,1
35-44	178,3	85,7	26,9	165,9	69,2	25,1
45-54	179,4	89,0	27,6	165,1	73,2	26,9
55-64	175,5	87,1	28,3	164,4	75,9	28,1
65-74	174,1	84,5	27,9	163,6	75,9	28,4
75+	174,7	78,1	26,5	160,1	70,5	27,4
celkem	177,7	83,6	26,5	165,3	69,2	25,4

Zdroj: *Nadváha a obezita u populace v ČR.*[online].[cit.11.12.2010] dostupné z  
<[http://www.szu.cz/uploads/documents/czsp/zivotni\\_styl/kampane/TK\\_obezita\\_Jul10.pdf](http://www.szu.cz/uploads/documents/czsp/zivotni_styl/kampane/TK_obezita_Jul10.pdf)>

Příloha č.5

Podíly respondentů s podváhou, normální váhou, nadváhou a obezitou; podle pohlaví a věkových skupin (výsledky Evropského výběrového šetření o zdravotním stavu v ČR -2008)



Zdroj: Nadváha a obezita u populace v ČR.[online].[cit.11.12.2010] dostupné z [http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/zivotni\\_styl/kampane/TK\\_obezita\\_Jul10.pdf](http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/zivotni_styl/kampane/TK_obezita_Jul10.pdf)