

УТВЕРЖДЕНО
Постановление
Национального
статистического комитета
Республики Беларусь
28.08.2020 № 75
(в редакции постановления
Национального
статистического комитета
Республики Беларусь
29.08.2025 № 65)

ГОСУДАРСТВЕННОЕ СТАТИСТИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ

ВЫБОРОЧНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ ДОМАШНИХ ХОЗЯЙСТВ

КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ ГАРАНТИРУЕТСЯ ПОЛУЧАТЕЛЕМ ИНФОРМАЦИИ

ВОПРОСНИК
для основного интервью
на 20 ____ г.

Форма 1-дх (основной)

Код формы по ОКУД	0607034
----------------------	---------

1 раз в год

Запланированная дата проведения опроса: число месяц год 20

Фактическая дата проведения опроса: число месяц год 20

ОБЛАСТЬ

КОД СПЕЦИАЛИСТА
ПО ПРОВЕДЕНИЮ
ОБСЛЕДОВАНИЙ

НОМЕР ДОМАШНЕГО
ХОЗЯЙСТВА

НОМЕР ЧЛЕНА
ДОМАШНЕГО
ХОЗЯЙСТВА

РЕЗУЛЬТАТЫ ПОСЕЩЕНИЙ

Коды результатов посещений:

1. Результат первого посещения..... <input style="width: 20px; height: 20px;" type="text"/>	Опрос завершен 1
2. Запланированное время второго посещения « <u> </u> » <u> </u> в <u> </u> ч. <u> </u> мин.	Опрос перенесен на другой день 2
3. Результат второго посещения..... <input style="width: 20px; height: 20px;" type="text"/>	Отказ 4
4. Запланированное время третьего посещения « <u> </u> » <u> </u> в <u> </u> ч. <u> </u> мин.	Невозможность участия (по состоянию здоровья)..... 5
5. Результат третьего посещения..... <input style="width: 20px; height: 20px;" type="text"/>	Никого нет дома 6
	Жилое помещение используется не по назначению 7
	Другое (указать) _____ 9

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ*

1. По данному адресу находится жилое помещение в:
 - многоквартирном жилом доме 1
 - блокированном или одноквартирном жилом доме 2
 - общежитии 3
2. Количество лиц, проживающих в данном жилом помещении
3. Проживают ли в данном жилом помещении дети в возрасте до 18 лет?
 - Да1 Нет2 Не знает9
4. Проживают ли в данном жилом помещении лица, достигшие общеустановленного пенсионного возраста?
 - Да1 Нет2 Не знает9

КОММЕНТАРИИ СПЕЦИАЛИСТА ПО ПРОВЕДЕНИЮ ОБСЛЕДОВАНИЙ

* Заполняется в отношении всех лиц, проживающих в данном жилом помещении.

РАЗДЕЛ I ЖИЛИЩНЫЕ УСЛОВИЯ

1.1. Жилое помещение, в котором проживает Ваше домашнее хозяйство: ↓

- Является собственностью кого-либо из членов Вашего домашнего хозяйства 1
 Ваше домашнее хозяйство арендует у физического лица 2
 Ваше домашнее хозяйство арендует у юридического лица 3
 Прочее 4
 Не знает, отказ от ответа 9

1.2. Какова общая площадь данного жилого помещения? ■

- Квадратных метров.....
 Не знает, отказ от ответа 999

1.3. Сколько жилых комнат (из общего их числа) занимает Ваше домашнее хозяйство? ■

- Количество жилых комнат.....
 Не знает, отказ от ответа 99

1.4. Имеются ли в данном жилом помещении следующие виды благоустройств? ↓

Номер строки	Виды благоустройств	Да	Нет	Не знает, отказ от ответа
А	Б	1	2	3
1	Водопровод, проведенный в дом:	х	х	х
1.1	центральный	1	2	9
1.2	локальный	1	2	9
2	Канализация:	х	х	х
2.1	центральная	1	2	9
2.2	локальная	1	2	9
3	Горячее водоснабжение:	х	х	х
3.1	централизованное	1	2	9
3.2	от индивидуальных водонагревателей	1	2	9
4	Ванна и (или) душ	1	2	9
5	Отопление:	х	х	х
5.1	центральное	1	2	9
5.2	от индивидуальных отопительных приборов	1	2	9
5.3	печное	1	2	9
5.4	другие виды отопления	1	2	9
6	Газ:	х	х	х
6.1	сетевой природный	1	2	9
6.2	сжиженный (баллоны)	1	2	9
7	Электрическая плита	1	2	9

1.12. Удовлетворены ли члены Вашего домашнего хозяйства своими жилищными условиями? ↓

- Полностью удовлетворены 1
 Скорее удовлетворены 2
 И да, и нет 3
 Скорее не удовлетворены 4
 Совершенно не удовлетворены 5
 Не знает, отказ от ответа 9

РАЗДЕЛ II

СОСТАВ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА. ХАРАКТЕРИСТИКА ЧЛЕНОВ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА

Таблица 1

Назовите, пожалуйста, кто является главой Вашего домашнего хозяйства (запишите главу домашнего хозяйства под номером один). Перечислите, пожалуйста, всех остальных членов домашнего хозяйства (тех, кто проживает по данному адресу и ведет общее хозяйство) и укажите демографические характеристики всех членов домашнего хозяйства.										
2.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	2.2. Собственное имя, отчество (если таковое имеется)	2.3. Родственные или другие отношения с главой домашнего хозяйства	2.4. Дата рождения		2.5. Пол	2.6. Индивидуальный код матери*	2.7. Индивидуальный код отца*	2.8. Семейное положение**	2.9. Индивидуальный код мужа (жены)**	2.10. Уровень (ступень) основного образования**
			год	месяц						
	■	■	■	■	■	■	■	■	■	↓
		1 – муж, жена 2 – сын, дочь, зять, невестка 3 – отец, мать, свекор, тещ, свекровь, теща 4 – брат, сестра 5 – дед, бабушка 6 – внук, внучка 7 – другая степень родства, свойства 8 – не родственник	□ □ □ □	□ □	1 – мужчина 2 – женщина	Запишите «0» в случае, если мать не является членом домашнего хозяйства	Запишите «0» в случае, если отец не является членом домашнего хозяйства	1 – состоит в браке 2 – никогда не состоял(а) в браке → 2.10 3 – разведен(а), разошелся(лась) → 2.10 4 – вдовец, вдова → 2.10	Запишите «0» в случае, если муж (жена) не является членом домашнего хозяйства	1 – научно-ориентированное 2 – высшее 3 – среднее специальное 4 – профессионально-техническое 5 – общее среднее 6 – общее базовое 7 – начальное, не имеет образования
1		X								
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

* Заполняется на членов домашнего хозяйства в возрасте до 18 лет.

** Заполняется на членов домашнего хозяйства в возрасте 15 лет и старше.

РАЗДЕЛ III СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Таблица 2

Субъективная оценка состояния здоровья. Курение. Физическая активность*

3.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	3.2. Как Вы оцениваете общее состояние своего здоровья?	3.3. Какой у Вас вес? (кг)	3.4. Какой у Вас рост? (см)	3.5. Курите ли Вы какие-либо табачные изделия?	3.6. В каком возрасте Вы начали курить табачные изделия?	3.7. Курите ли Вы табачные изделия ежедневно или от случая к случаю?	3.8. Какое количество табачных изделий Вы выкуриваете в среднем за день?
	↓	■	■	■	■	■	■
	1 – хорошее 2 – удовлетворительное 3 – плохое 9 – не знает, отказ от ответа	□□□ кг 999 – не знает, отказ от ответа	□□□ см 999 – не знает, отказ от ответа	1 – да 2 – нет →3.9 9 – не знает, отказ от ответа →3.9	□□ лет 99 – не знает, отказ от ответа	1 – ежедневно 2 – от случая к случаю →3.9 9 – не знает, отказ от ответа →3.9	□□ штук 99 – не знает, отказ от ответа
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

* Заполняется на членов домашнего хозяйства в возрасте 16 лет и старше, кроме вопросов 3.2-3.4.

Ограничения жизнедеятельности и здоровья членов домашнего хозяйства в возрасте 18 лет и старше

Сейчас я хотел(а) бы спросить о трудностях, связанных с состоянием здоровья, которые, возможно, испытывают члены домашнего хозяйства в повседневной жизни. На каждый вопрос Вы можете дать один из следующих вариантов ответа: 1 – нетрудно, 2 – немного трудно, 3 – очень трудно, 4 – совсем не можете выполнять названное действие.						
3.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	3.17. Насколько трудно Вам видеть (даже при ношении очков или контактных линз)?	3.18. Насколько трудно Вам слышать (даже при ношении слухового аппарата)?	3.19. Насколько трудно Вам ходить и подниматься по ступеням?	3.20. Насколько трудно Вам запоминать информацию и концентрировать внимание?	3.21. Насколько трудно Вам ухаживать за собой (принимать пищу, принимать душ, одеваться и другое)?	3.22. Насколько трудно Вам общаться (понимать других и быть понятым другими) на Вашем родном языке?
	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может видеть 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может слышать 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может ходить или подниматься по ступеням 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может запоминать информацию или концентрировать внимание 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может ухаживать за собой 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может общаться 9 – не знает, отказ от ответа
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Таблица 4

Ограничения жизнедеятельности и здоровья членов домашнего хозяйства в возрасте 2 – 17 лет

Мне хотелось бы задать Вам несколько вопросов о трудностях, связанных с состоянием здоровья, которые, возможно, испытывает(ют) Ваш (Ваши) ребенок (дети). В каждом из вопросов необходимо выбрать один из четырех вариантов ответа: 1 - нетрудно, 2 - немного трудно, 3 - очень трудно, 4 - совсем не может выполнять названное действие.							
3.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	3.23. Носит ли (имя ребенка) очки или контактные линзы?	3.24. Насколько трудно (имя ребенка) видеть даже при ношении очков или контактных линз?	3.25. Насколько трудно (имя ребенка) видеть?	3.26. Пользуется ли (имя ребенка) слуховым аппаратом?	3.27. Насколько трудно (имя ребенка) слышать звуки (например, голоса людей или музыку) даже при ношении слухового аппарата?	3.28. Насколько трудно (имя ребенка) слышать звуки (например, голоса людей или музыку)?	3.29. Пользуется ли (имя ребенка) каким-либо вспомогательным устройством или посторонней помощью, чтобы ходить?
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	1 – да 2 – нет → 3.25	1 – нетрудно → 3.26 2 – немного трудно → 3.26 3 – очень трудно → 3.26 4 – совсем не может видеть → 3.26 9 – не знает, отказ от ответа → 3.26	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может видеть 9 – не знает, отказ от ответа	1 – да 2 – нет → 3.28	1 – нетрудно → 3.29 2 – немного трудно → 3.29 3 – очень трудно → 3.29 4 – совсем не может слышать → 3.29 9 – не знает, отказ от ответа → 3.29	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может слышать 9 – не знает, отказ от ответа	Возраст 2 – 4 года: 1 – да 2 – нет → 3.32 Возраст 5 – 17 лет: 1 – да → 3.39 2 – нет → 3.43
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

3.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	3.30. Насколько трудно (имя ребенка) ходить без вспомогательного устройства или посторонней помощи?	3.31. Насколько трудно (имя ребенка) ходить со вспомогательным устройством или с посторонней помощью?	3.32. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) ходить?	3.33. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) брать рукой маленькие предметы?	3.34. Насколько трудно (имя ребенка) понимать Вас?	3.35. Когда (имя ребенка) говорит, насколько трудно понимать его (ее) Вам?	3.36. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) обучаться чему-либо?
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может ходить 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно → 3.33 2 – немного трудно → 3.33 3 – очень трудно → 3.33 4 – совсем не может ходить → 3.33 9 – не знает, отказ от ответа → 3.33	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может ходить 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может брать 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может понимать 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не можете понимать 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может обучаться 9 – не знает, отказ от ответа
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

3.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	3.37. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) играть?	3.38. По сравнению со своими сверстниками, как часто (имя ребенка) пинает, кусает или бьет других детей или взрослых?	3.39. Насколько трудно (имя ребенка) пройти 100 метров по ровной поверхности без вспомогательного устройства или посторонней помощи?	3.40. Насколько трудно (имя ребенка) пройти 500 метров по ровной поверхности без вспомогательного устройства или посторонней помощи?	3.41. Насколько трудно (имя ребенка) пройти 100 метров по ровной поверхности со вспомогательным устройством или с посторонней помощью?	3.42. Насколько трудно (имя ребенка) пройти 500 метров по ровной поверхности со вспомогательным устройством или с посторонней помощью?	3.43. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) пройти 100 метров по ровной поверхности?
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может играть 9 – не знает, отказ от ответа	1 – совсем нет 2 – менее часто 3 – столь же часто 4 – чаще 5 – значительно чаще 9 – не знает, отказ от ответа	следующий член домашнего хозяйства в возрасте 2 – 17 лет 2 – немного трудно 3 – очень трудно → 3.41 4 – совсем не может пройти → 3.41 9 – не знает, отказ от ответа → 3.41	2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может пройти 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно → 3.45 4 – совсем не может пройти → 3.45 9 – не знает, отказ от ответа → 3.45	1 – нетрудно → 3.45 2 – немного трудно → 3.45 3 – очень трудно → 3.45 4 – совсем не может пройти → 3.45 9 – не знает, отказ от ответа → 3.45	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно → 3.45 4 – совсем не может пройти → 3.45 9 – не знает, отказ от ответа → 3.45
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

3.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	3.44. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) пройти 500 метров по ровной поверхности?	3.45. Насколько трудно (имя ребенка) ухаживать за собой (например, принимать пищу, принимать душ, одеваться и другое)?	3.46. Насколько трудно (имя ребенка) говорить так, чтобы его (ее) понимали члены Вашего домашнего хозяйства?	3.47. Насколько трудно (имя ребенка) говорить так, чтобы его (ее) понимали за пределами Вашего домашнего хозяйства?	3.48. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) обучаться чему-либо?	3.49. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) вспоминать что-либо?	3.50. Насколько трудно (имя ребенка) концентрироваться на какой-либо деятельности, которая ему (ей) нравится?
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может пройти 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может ухаживать за собой 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может быть понят(ой) 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может быть понят(ой) 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может обучаться 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может вспоминать 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может концентрироваться 9 – не знает, отказ от ответа
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

3.1. Индивидуальный код члена домашнего хозяйства	3.51. Насколько трудно (имя ребенка) принимать изменения в своем повседневном распорядке?	3.52. По сравнению со своими сверстниками, насколько трудно (имя ребенка) контролировать свое поведение?	3.53. Насколько трудно (имя ребенка) заводить друзей?	3.54. Как часто (имя ребенка) выглядит очень встревоженным(ой), взволнованным(ой) или обеспокоенным(ой)?	3.55. Как часто (имя ребенка) выглядит очень грустным(ой) или подавленным(ой)?
	↓	↓	↓	↓	↓
	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может принимать изменения 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может контролировать 9 – не знает, отказ от ответа	1 – нетрудно 2 – немного трудно 3 – очень трудно 4 – совсем не может заводить друзей 9 – не знает, отказ от ответа	1 – ежедневно 2 – еженедельно 3 – ежемесячно 4 – несколько раз в год 5 – никогда 9 – не знает, отказ от ответа	1 – ежедневно 2 – еженедельно 3 – ежемесячно 4 – несколько раз в год 5 – никогда 9 – не знает, отказ от ответа
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

РАЗДЕЛ IV

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВОПРОСНИК О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Индивидуальный код члена домашнего хозяйства

4.1. Нас интересует мнение разных людей о здоровом образе жизни и их отношение к своему здоровью. Сейчас я хочу поговорить с Вами на эту тему. Что, по Вашему мнению, относится к понятию «здоровый образ жизни»? ↓ (Можно отметить несколько вариантов ответа.)

- | | |
|--|---|
| Занятие активными видами деятельности..... | 1 |
| Отказ от алкоголя | 2 |
| Отказ от курения..... | 3 |
| Правильное питание | 4 |
| Соблюдение режима дня..... | 5 |
| Все вышеперечисленное | 6 |
| Другое (указать) | 7 |

4.2. Из каких основных источников Вы получаете информацию о здоровом образе жизни? ↓ (Можно отметить несколько вариантов ответа.)

- | | |
|---|---|
| В учреждениях образования..... | 1 |
| Из средств массовой информации (телевидение, радио, газеты, журналы)..... | 2 |
| Из сети Интернет | 3 |
| От родственников, друзей, коллег | 4 |
| От медицинских работников | 5 |
| Из собственного опыта, наблюдений | 6 |
| Из специальной литературы | 7 |
| Данной темой не интересуюсь | 8 |
| Другое (указать) | 9 |

Если респондент курит табачные изделия или использует электронные сигареты → вопрос 4.3, не курит табачные изделия и не использует электронные сигареты → вопрос 4.5.

4.3. Вы уже отвечали, что курите. Почему Вы курите? Назовите основную причину. ↓

- | | |
|---|---|
| По привычке | 1 |
| Без этого невозможно жить | 2 |
| Недостаточно силы воли, чтобы бросить | 3 |
| Это успокаивает, доставляет удовольствие..... | 4 |
| Чтобы заглушить аппетит и меньше есть..... | 5 |
| Потому что курит большинство окружающих | 6 |
| Это помогает скоротать время..... | 7 |
| Это бодрит, стимулирует к работе | 8 |
| Другое (указать) | 9 |

4.4. Хотели бы Вы бросить курить? ■

- | | |
|----------------------------|---------|
| Да | 1 → 4.8 |
| Нет | 2 → 4.8 |
| Затрудняюсь ответить | 3 → 4.8 |

4.5. Курили ли Вы в прошлом какие-либо табачные изделия? ■

- | | |
|-----------|---------|
| Да | 1 |
| Нет | 2 → 4.8 |

4.6. Как давно Вы не курите? ↓

- | | |
|---------------------|---|
| Менее 1 месяца..... | 1 |
| 1 – 6 месяцев..... | 2 |
| 1 год..... | 3 |

- 1 – 3 года 4
 3 – 5 лет 5
 Более 5 лет 6

4.7. Что послужило основной причиной отказа от курения? ↓

- Желание вести здоровый образ жизни 1
 Состояние своего здоровья 2
 Состояние здоровья окружающих 3
 Влияние окружающих 4
 Высокая стоимость табачных изделий 5
 Ограничение мест для курения 6
 Другое (указать) 7

4.8. Употребляете ли Вы алкогольные напитки? ↓ (Можно отметить несколько вариантов ответа.)

- Да, употребляю крепкие алкогольные напитки 1
 Да, употребляю слабоалкогольные напитки (кроме пива) 2
 Да, употребляю пиво 3
 Нет, не употребляю никакие алкогольные напитки 4 → 4.11

4.9. Как часто Вы употребляете алкогольные напитки? ↓

Но- мер стро- ки	Вид напитка	Еже- днев- но	5 – 6 дней в неделю	3 – 4 дня в неделю	1 – 2 дня в неделю	1 – 3 дня в месяц	Менее одного раза в месяц	Не упот- ребляю
А	Б	1	2	3	4	5	6	7
1	Крепкие алкогольные напитки	1	2	3	4	5	6	7
2	Слабо- алкогольные напитки (кроме пива)	1	2	3	4	5	6	7
3	Пиво	1	2	3	4	5	6	7

4.10. Почему Вы употребляете алкогольные напитки? Назовите основную причину. ↓

- По привычке 1
 Без этого невозможно жить 2
 Недостаточно силы воли, чтобы бросить 3
 Это успокаивает, доставляет удовольствие 4
 Праздники традиционно отмечаются с употреблением алкогольных напитков 5
 Потому что алкогольные напитки употребляет большинство окружающих 6
 Это помогает скоротать время 7
 Для поднятия жизненного тонуса 8
 Другое (указать) 9

Если респондент в свободное время не занимается физическими упражнениями или спортом (физкультурой) → вопрос 4.11, занимается физическими упражнениями или спортом (физкультурой) → вопрос 4.12.

4.11. Вы ответили, что не занимаетесь физическими упражнениями или спортом (физкультурой) в свободное время. Что мешает Вам заниматься? Назовите одну основную причину. ↓

- Отсутствие свободного времени 1
 Отсутствие желания, интереса 2
 Плохое состояние здоровья 3
 Отсутствие спортивной базы, групп здоровья, секций 4
 Достаточная физическая нагрузка в профессиональной или учебной деятельности 5

Достаточная физическая нагрузка по ведению домашнего хозяйства.....	6
Финансовые трудности	7
Другое (указать)	8

4.12. Как Вы считаете, занятия физическими упражнениями или спортом (физкультурой) способствуют укреплению здоровья? ↓

Да, безусловно.....	1
Скорее да	2
Скорее нет	3
Нет.....	4

4.13. Что, на Ваш взгляд, самое важное в занятиях физическими упражнениями или спортом (физкультурой)? Назовите один основной фактор. ↓

Укрепление здоровья.....	1
Увеличение продолжительности жизни.....	2
Сохранение физической формы, фигуры.....	3
Поддержание работоспособности.....	4
Удовольствие от физической нагрузки, психологическая разрядка	5
Общение с друзьями.....	6
Приятное проведение досуга.....	7
Другое (указать)	8

4.14. Знаете ли Вы, каким должен быть рациональный режим питания и суточный рацион? ↓

Хорошо знаю.....	1
Имею представление	2
Слабо представляю	3
Не знаю	4

4.15. Для Вас лично очень важно, не очень или вообще не важно? ↓

Но- мер стро- ки	Вопрос	Очень важно	Доволь- но важно	Не очень важно	Совсем неважно	Неакту- ально
А	Б	1	2	3	4	5
1	Использование поваренной соли в умеренных количествах	1	2	3	4	5
2	Выбор рациона с пониженным содержанием жиров	1	2	3	4	5
3	Выбор рациона с пониженным содержанием сахара	1	2	3	4	5
4	Выбор рациона, включающего достаточное количество фруктов и овощей	1	2	3	4	5
5	Разнообразиие продуктов в рационе	1	2	3	4	5
6	Выбор рациона для снижения веса (либо для поддержания здорового веса)	1	2	3	4	5
7	Употребление молочных продуктов как минимум один раз в день	1	2	3	4	5

4.16. Соблюдаете ли Вы или придерживаетесь режима питания? ↓

Да, соблюдаю режим питания.....	1 → 4.18
Придерживаюсь режима питания	2 → 4.18
Не придерживаюсь режима питания	3
Другое (указать)	4

- 4.17. Если Вы не соблюдаете режим питания, то почему? Назовите одну основную причину. ↓
- | | |
|---------------------------------|---|
| Нет привычки..... | 1 |
| Нет времени..... | 2 |
| Нет финансовой возможности..... | 3 |
| Другое (указать) _____ | 4 |

- 4.18. Соблюдаете ли Вы правильный режим дня: ложитесь спать до 23-00 и продолжительность Вашего сна составляет не менее 7 и не более 10 часов? ↓

Нет, никогда.....	1
Иногда.....	2
Довольно часто.....	3
Да, постоянно.....	4

- 4.19. Какой отдых наиболее типичен для Вашей повседневной жизни? ↓
(Можно отметить несколько вариантов ответа.)

Сон.....	1
Общение с друзьями, близкими.....	2
Просмотр телепередач, видеофильмов, прослушивание музыки.....	3
Чтение книг, журналов, газет.....	4
Проведение времени за компьютером, в сети Интернет.....	5
Прогулки на свежем воздухе.....	6
Физический труд, работа на даче, приусадебном участке.....	7
Занятия физическими упражнениями или спортом (физкультурой).....	8
Посещение зрелищных мероприятий, театров, кинотеатров и другое.....	9
Хобби.....	10
Другое (указать) _____	11

Если респондент старше общеустановленного пенсионного возраста → вопрос 4.21.

- 4.20. Какие способы поддержания здоровья используются в организации, где Вы работаете (учитесь)? ↓ (Можно отметить несколько вариантов ответа.)

Организация периодических медицинских осмотров.....	1
Организация корпоративного медицинского обслуживания, оплата добровольного медицинского страхования.....	2
Предоставление возможности санаторно-курортного лечения и оздоровления.....	3
Организация физкультурно-оздоровительных корпоративных мероприятий.....	4
Организация занятий физическими упражнениями или спортом (физкультурой).....	5
Организация питания работников, выделение дотаций на питание.....	6
Проведение информационных, пропагандистских кампаний о здоровом образе жизни.....	7
Материальное стимулирование отказа от вредных привычек.....	8
Другое (указать) _____	9
Ничего не используется.....	10
Не работаю (не учусь) в организации.....	11
Не знает, отказ от ответа.....	12

- 4.21. Как бы Вы в целом оценили свое здоровье сейчас по сравнению с тем, что было год назад? ↓

Значительно лучше, чем год назад.....	1
Несколько лучше, чем год назад.....	2
Примерно такое же, как год назад.....	3
Несколько хуже, чем год назад.....	4
Гораздо хуже, чем год назад.....	5

4.22. Считаете ли Вы, что состояние Вашего здоровья зависит, прежде всего, от Вас самих? ↓

- Да, безусловно..... 1
 Скорее да 2
 Скорее нет 3
 Нет..... 4

4.23. Постройте рейтинг факторов (10 – наиболее значимый фактор, 1 – наименее значимый фактор), которые, по Вашему мнению, оказывают влияние на состояние здоровья. ↓

Факторы, влияющие на состояние здоровья	Позиция рейтинга
А	1
1. Экологическая обстановка	
2. Образ жизни	
3. Особенности питания	
4. Вредные привычки	
5. Недостаточная забота о здоровье	
6. Наследственность	
7. Стрессы	
8. Вредные условия труда	
9. Уровень медицинского обслуживания	
10. Другое (указать) _____	

4.24. В какой мере Вы заботитесь о своем здоровье? ↓

- Очень забочусь..... 1
 В основном забочусь 2
 Совсем не забочусь..... 3

4.25. По Вашему мнению, что необходимо делать, чтобы поддерживать свое здоровье? ↓
 (Можно отметить несколько вариантов ответа.)

- Заниматься физическими упражнениями или спортом (физкультурой) 1
 Отказаться от курения..... 2
 Отказаться от употребления спиртного 3
 Соблюдать режим питания, не переедать и не голодать 4
 Соблюдать режим дня..... 5
 Вести подвижный образ жизни 6
 Активно отдыхать..... 7
 Избегать стрессов, уметь противостоять им..... 8
 Другое (указать) _____ 9

4.26. Как часто за последние 3 месяца у Вас были сильные отрицательные переживания? ↓

- Никогда..... 1 → 4.28
 Иногда..... 2
 Довольно часто 3
 Постоянно..... 4

4.27. Укажите причины, которые вызывают у Вас сильные отрицательные переживания. ↓
 (Можно отметить несколько вариантов ответа.)

- Финансовые трудности 1
 Проблемы в семье..... 2
 Беспокойство о близких..... 3
 Конфликты, психологический климат в трудовом коллективе 4
 Интенсивность и напряженность трудовой деятельности 5
 Одиночество..... 6
 Проблемы с учебой..... 7
 Проблемы со здоровьем..... 8
 Другое (указать) _____ 9

- 4.28. Способны ли Вы в случае конфликта или какой-либо неприятности взять себя в руки и самостоятельно успокоиться, отвлечься? ■
- Да..... 1
Нет..... 2
- 4.29. Какие средства снятия напряжения Вы чаще всего используете? ↓
(Можно отметить несколько вариантов ответа.)
- Сон 1
Общение с друзьями, близкими 2
Просмотр телепередач, видеофильмов, прослушивание музыки 3
Чтение книг, журналов, газет 4
Проведение времени за компьютером, в сети Интернет 5
Прогулки на свежем воздухе 6
Физический труд, работа на даче, приусадебном участке 7
Занятия физическими упражнениями или спортом (физкультурой)..... 8
Посещение зрелищных мероприятий, театров, кинотеатров и другое. 9
Посещение церкви, костела и другое. 10
Употребление алкоголя..... 11
Прием лекарственных средств 12
Хобби 13
Другое (указать) _____ 14
- 4.30. Можете ли Вы сказать, что ведете здоровый образ жизни? ■
- Да..... 1
Скорее да 2
Скорее нет 3
Нет..... 4 → 4.32
- 4.31. Если Вы ведете или стремитесь к здоровому образу жизни, в чем это проявляется? ↓ (Можно отметить несколько вариантов ответа.)
- | | | |
|--|----|----------|
| Избегаю вредных привычек, стараюсь от них избавиться..... | 1 | } → 4.33 |
| Занимаюсь физическими упражнениями или спортом (физкультурой)..... | 2 | |
| Занимаюсь закаливанием..... | 3 | |
| Практикую активный отдых | 4 | |
| Совершаю прогулки на свежем воздухе | 5 | |
| Соблюдаю режим питания | 6 | |
| Соблюдаю режим дня | 7 | |
| Принимаю биологически активные добавки | 8 | |
| Использую народную медицину | 9 | |
| Регулярно прохожу медицинские осмотры | 10 | |
| Посещаю баню, сауну | 11 | |
| Избегаю конфликтных ситуаций..... | 12 | |
| Другое (указать) _____ | 13 | |
- 4.32. Если Вы считаете необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни, но не придерживаетесь, то что этому мешает? Назовите одну основную причину. ↓
- Недостаток времени 1
Недостаток знаний..... 2
Финансовые трудности 3
Отсутствие необходимого упорства, силы воли, настойчивости 4
Отсутствие условий (указать)..... 5
Другие причины (указать)..... 6
Не считаю необходимым вести здоровый образ жизни 7

4.33. Как Вы считаете, каковы главные причины приобщения человека к нездоровому образу жизни? ↓ (Можно отметить несколько вариантов ответа.)

Влияние друзей, близких	1
Безответственное отношение к своему здоровью	2
Плохое воспитание	3
Отсутствие силы воли	4
Недостаточная популяризация здорового образа жизни	5
Плохая самоорганизация досуга	6
Влияние СМИ	7
Другое (указать) _____	8

4.34. Постройте рейтинг Ваших приоритетов в жизни (10 – наиболее значимый приоритет, 1 – наименее значимый приоритет). ↓

Жизненные приоритеты	Позиция рейтинга
А	1
1. Понимание в семье	
2. Хорошее образование	
3. Жизнь без конфликтов	
4. Наличие надежных друзей	
5. Наличие материального достатка	
6. Успешность в работе (учебе)	
7. Возможность путешествовать	
8. Внешняя привлекательность, возможность хорошо одеваться	
9. Здоровье	
10. Любовь».	

Благодарим Вас за сотрудничество!

Специалист по проведению обследований _____

(подпись)

_____ (инициалы, фамилия)