

## On the Road to Healthy Living Mobile Cooking School

Encuesta Previa

Sitio de Escuela \_\_\_\_\_

*Para cada declaración, por favor indique el nivel al que usted está De acuerdo con la declaración.*

**Como frutas y verduras todos los días.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Pienso que la preparación de las verduras frescas o congeladas es algo que puedo hacer bien.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**No me gusta cocinar porque toma demasiado tiempo.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Tengo confianza en mi capacidad para preparar una comida con ingredientes básicos.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Creo que cocinar requiere demasiado trabajo.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Entiendo cómo al comer alimentos afecta a mi salud.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Me siento seguro(a) en la preparación de comidas que siguen 'MyPlate' del USDA.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Entiendo que temperaturas adecuadas mantienen los (o mis) alimentos seguros para consumir.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Prefiero comer en casa que la comida rápida o la comida de restaurante.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

**Preparación de alimentos en el hogar es fácil de hacer.**

1- Absolutamente Sí	2 - De acuerdo	3 - Neutral	4 - No Estoy de Acuerdo	5 - Absolutamente No

*Por favor, continúe en el otro lado.*

¿Actualmente, alrededor de cuántas comidas (desayuno , almuerzo, o cena) usted o su familia comen fuera de casa (restaurantes , comida rápida , etc ... sin incluir las comidas consumidas en la escuela ) cada semana?

Utilice esta sección de la página para mencionar cualquier cosa que le gustaría aprender de las clases y otros comentarios que le gustaría hacer, antes de comenzar el programa.

*¡Gracias!*