

## SAĞLIK VE SAĞLIKLI YAŞAM ANKETİ DEĞERLENDİRME SONUÇLARI

|            |     |          |           |         |
|------------|-----|----------|-----------|---------|
| Okul-Kurum | --- | Cinsiyet | Bayan: 42 | Bay: 20 |
| Sınıf-Kurs | --- | Yaş      | 13-58     | 13-39   |

### 1- “Sağlık” kelimesi sizin için ne anlama gelmektedir?

1. Hayata mutlu bir şekilde bakmaktır.
2. Bedensel ve ruhsal mutluluktur.
3. Hayatın tadı ve anlamıdır.
4. Her şeyin başıdır.
5. Mutlu ve huzurlu olmaktır.
6. Ruhsal ve bedensel bütünlüktür.
7. Ruhsal ve bedensel olarak bedenimizin tüm işlevlerini yerine getirmesidir.
8. Dinç hissetmek
9. İyi hissetmektir
10. Mutlu yaşamaktır.
11. Hastalıklardan uzakta durmaktır.

### 2- Sağlık durumunuzu geliştirmek için bireysel olarak neler yapıyorsunuz?

1. Düzenli spor
2. Müzik dinlemek
3. Sağlıklı yiyecekler tüketmek
4. Sosyal aktivitelere katılmak
5. Düzenli uyku
6. Hobi edinmek
7. Aşı yaptırıyorum
8. Sağlıklı beslenme
9. Bağışıklık sistemini güçlendirmek
10. Düzenli olarak doktora gidiyorum.
11. Bol meyve ve sebze yiyorum
12. Bol su içerim
13. Kitap okumak

### 3- Hastalıklardan korunmak ya da sağlığını geliştirmek için ihtiyacınız olacak bilgiler nelerdir, bunlara nasıl ulaşıyorsunuz?

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| 1. İnternette araştırma yaparım.    | 1- İlk yardım konusunda bilgilendirilmek                   |
| 2. Sağlık Ocakları ve hastanelerden | 2- Zararlı alışkanlıklardan konusunda bilgilendirilmek     |
| 3. Okullarda verilen seminerlerden  | 3- Diyet ve sağlıklı beslenme konularında bilgilendirilmek |
| 4. Televizyon,                      | 4- Diş Sağlığı konusunda bilgilendirilmek                  |
| 5. Bilgisayar ve internet           | 5- Temel sağlık bilgisi                                    |
| 6. Sağlık dersi kitabından          | 6- İlaç kullanımı  |
| 7. Sağlık dersi öğretmeninden       |  |
| 8. Eczanelerden                     |  |

### 4- Sağlığınız için çok önemli olduğunu düşündüğünüz 5 (beş) konu başlığı nedir?

1. Temiz çevre
2. Mevsimlere uygun giyim
3. Besin çeşitliliği
4. Psikolojik etmenler
5. Kişisel temizlik
6. Temiz hava
7. Alkol ve sigaradan uzak durmak

8. Temiz su
9. Eđitim
10. Düzenli beslenme
11. Yaşadığımız ortam
12. Sağlık eđitimi
13. Sağlıklı arkadaşlar
14. Yaşadığımız ev
15. Okulumuz ve sınıfımız
16. Uygun kiloda olmak
17. Bilinçli insanlar
18. Uygun sağlık hizmetini alabilmek
19. Sağlıklı uyku ve uyku düzeni
20. Hastane ortamının temizliği
21. Alanlarında uzman doktor ve hemřireler
22. Uygun ilaç kullanımı
23. Temel sağlık bilgisinin öđrenilmesi