

# 6. Voedingsbalans :

---

Dossiernr. : .....

## MAALTIJDAPPRECIATIE

### Gewoontes bij het bereiden van maaltijden :

- wie bereidt het eten bij U ? : .....
- keukentoestellen :
  - koelkast - ijskast
  - oven - microgolf oven
  - fornuis
  - andere
- aantal maaltijden per dag : .....
- plaats waar de maaltijden worden genomen : .....
- omstandigheden : alleen, in gezelschap, in familie
  - 's morgens : .....
  - 's middags : .....
  - 's avonds : .....
- duur en maaltijduren :
  - ontbijt : .....
  - middageten : .....
  - avondeten : .....
- wie doet de inkopen :
  - waar ? wanneer ? met wie ? .....
  - ben U het, betekent het voor U ? :
    - een plezier ? : .....
    - een verplichting ? : .....
    - andere : .....
- maakt U graag eten klaar ? : JA - NEEN
  - welke soorten bereidingen ? :
  - proeft U ook uw gerechten ? :
- ondervindt U moeilijkheden bij de aankoop, de bereiding of bij het eten ?
  - indien Ja, welke :
- ...

### Voedingsstijl : wordt deze stijl beïnvloed door :

- goddienst ? :
- en/of cultuur ? :
- therapie ? :

### Wat voelt U tijdens de maaltijden : eet U

- met plezier of uit verplichting :
- uit honger- of voldaan-gevoel :
- uit gulzigheid :
- uit nood :
- voedingsvoorkeuren :
  - smaken : .....
  - voedingsmiddelen : .....
- rap – traag

### Volgt U gewoonlijk een voedingsdieet ? JA NEEN

- indien JA : welke ? : .....
  - volgde U al andere diëten ? JA NEEN
    - indien ja : welke ? : ..... wanneer ? : .....
  - werd het regime voorgeschreven door : .....
- reden ? : .....

### Heeft U honger ?

- wanneer U aan tafel gaat, wanneer U de tafel verlaat, tussen de maaltijden

### Beschouwt U zichzelf als een

- grote eter, middelmatige eter, kleine eter

### Welke voedingsmiddelen verkiest U ?

- rauwe
- gesuikerde
- gezouten
- zure
- zoete

### Heeft U aan tafel de gewoonte zich terug te bedienen ? JA NEEN

- met welke specifieke gerechten ?
- doet U dat
  - af en toe, zelden, bij elke maaltijd

Gebeurt het dat U niet mee eet ? JA NEEN

- indien ja,
  - ontbijt :
    - 1 maal/week, 2 tot 4 maal/week, meer
  - 's middags
    - 1 maal/week, 2 tot 4 maal/week, meer
  - 's avonds
    - 1 maal/week, 2 tot 4 maal/week, meer

Neemt U snacks of een tussendoortje ?

- in de voormiddag, in de namiddag, na het eten, in de loop van de avond, 's nachts

Gaat U op restaurant ? : JA NEEN

- indien ja : 1 maal/week, > 1 maal/week, 1 maal/maand, > 1 maal/maand

Maakt U soms ook eten voor familie of vnietsden.? JA NEEN

- indien ja : 1 maal/week, > 1 maal/week, 1 maal/maand, > 1 maal/maand

Handicaps die medebepalen of gevolgen hebben op :

- de aankopen van voedsel : .....
- het klaarmaken van maaltijden : .....
- de manier van eten : .....