

ชื่อ.....สกุล..... หญิง ชาย
 ใน 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านรับประทานผักผลไม้เฉลี่ยประมาณวันละ.....กรัม

หลังผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมจนถึงขณะนี้ ท่านมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องต่อไปนี้เพียงใด

	ไม่รู้เลย (0)	รู้นิดน้อย (1)	ค่อนข้างรู้ (2)	รู้อย่างดี (3)
1. ปริมาณผักผลไม้ที่ควรบริโภคต่อวัน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ประโยชน์ของการบริโภคผักผลไม้ที่มีต่อสุขภาพ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. วิธีการแนะนำนักผักผลไม้ให้ใกล้เคียงความจริง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ผลดีของการบริโภคผักผลไม้อย่างหลากหลาย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ผลดีของการบริโภคผักผลไม้ให้มากขึ้นในแต่ละวัน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ผลเสียของการบริโภคผักผลไม้แปรรูปหมักดอง อบแห้ง หรือ น้ำผลไม้บรรจุกล่อง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. วิธีการบริโภคผักผลไม้ให้มีความปลอดภัยจากสารพิษตกค้าง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. วิธีการบริโภคผักผลไม้ให้ได้มากขึ้นในแต่ละวัน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

หลังการเข้าร่วมกิจกรรม ท่านมีความคิดเห็น หรือได้ปฏิบัติในประเด็นเหล่านี้เพียงใด

	ไม่จริงเลย (0)	จริงบ้าง (1)	ค่อนข้างจริง (2)	จริงที่สุด (3)
1. รับประทานผักผลไม้วันละ 400 กรัมขึ้นไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. เลือกรับประทานอาหารเมนูผักผลไม้มากกว่าอาหารเมนูอื่นๆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. แนะนำนักผักผลไม้เสมอเพื่อให้ได้ 400 กรัมขึ้นไปในแต่ละวัน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. รับประทานผักและผลไม้หลากหลายไม่ซ้ำกัน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. รับประทานผักมากกว่าผลไม้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ชักชวนคนอื่นให้มารับประทานผักผลไม้ด้วยกัน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. เข้าร่วมกลุ่มหรือสื่อโซเชียลเกี่ยวกับผักผลไม้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. คำนึงถึงปริมาณอาหารที่บริโภคทุกครั้งเพื่อดูว่ารับประทานผักผลไม้ได้ที่กรัม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. สามารถซื้ออาหารเครื่องดื่มเมนูผักผลไม้ได้สะดวก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. อาหารเครื่องดื่มเมนูผักผลไม้มีราคาเหมาะสม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ชอบรับประทานผักผลไม้มากขึ้น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ภาคภูมิใจมากที่รับประทานผักผลไม้มากขึ้น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. รู้สึกได้ว่ามีสุขภาพดีขึ้นหลังจากรับประทานผักผลไม้มากขึ้น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>