

Bakgrunnsspørsmål etter intervjuer i KBS

Etter intervju 1:

Da har jeg noen bakgrunnsspørsmål jeg gjerne vil stille deg til slutt.

Kom hele eller hoveddelen av noen av dagens måltider fra mat kjøpt som takeaway, via leveringstjenester som Foodora eller fra matkasser?

- 1 Nei
- 2 Middag takeaway, Foodora o.l.
- 3 Middag matkasse
- 4 Lunsj takeaway, Foodora o.l.
- 5 Lunsj matkasse
- 6 Frokost takeaway, Foodora o.l.
- 7 Frokost matkasse
- 8 Kveldsmat takeaway, Foodora o.l.
- 9 Kveldsmat matkasse
- 10 Mellommåltid takeaway, Foodora o.l.
- 11 Mellommåltid matkasse
- 12 Flere måltider - spesifiser i notatfelt
- 13 Mellommåltid - spesifiser hvilket i notatfeltet

N4 hush1: Hvor mange personer inkludert deg selv inngår i husholdningen?

Dersom man har delt omsorg for barn, regnes barnet/barna med i husholdningen dersom det/de er hos den aktuelle forelderen på dagen det intervjues om.

- 1 Bor alene
- 2 To personer
- 3 Tre personer
- 4 Fire personer
- 5 Fem personer
- 6 Seks personer
- 7 Syv eller flere personer
- 999 Ubesvart

N4 Hush2: Hvem bor du sammen med?

Foreldre med delt omsorg for barn velger i henhold til slik bosituasjonen var på dagen det intervjues om. Velg 5 eller 8 for foreldre som har delt omsorg for barn, men ikke har barna i husholdningen på intervjudagen.

- 1 Alene
- 2 Sammen med partner, ingen hjemmeboende barn
- 3 Sammen med partner og hjemmeboende barn (yngste under 18 år)
- 4 Sammen med partner og barn på minst 18 år
- 5 Sammen med partner, men har delt omsorg for barn (ingen barn i husholdningen på reg.dag)
- 6 Alene med barn (yngste under 18 år)
- 7 Alene med barn (yngste minst 18 år)
- 8 Alene nå, men har delt omsorg for barn
- 9 Bor sammen med foreldre
- 10 Bor sammen med andre voksne
- 11 Annen type husholdning
- 999 Ubesvart/ønsker ikke svare

Yrke1: Er du yrkesaktiv i 50% stilling eller mer?

Svarkategoriene 2-6 kan ha inntekt mindre enn 50 % stilling, hvis mer regnes de som yrkesaktive.

- 0 Nei, er hjemmeværende
- 1 Ja, minst 50 % stilling (fyll ut Yrke2)
- 2 Student, skoleelev
- 3 Militær førstegangstjeneste
- 4 Ufør, syketrygdet, på attføring
- 5 Arbeidsledig
- 6 Pensjonist
- 7 Permisjon, fødselspermisjon (fyll ut Yrke2)
- 9 Ubesvart

Yrke2: Hva jobber du som?

Søk yrke på www.ssb.no/emner/06/yrke/ og kod de 2 første sifrene. Bruk kode 555 og notatfelt om viste koder ikke kan brukes direkte.

- 0 Ikke yrkesaktiv (dvs 0,2-6,9 for Yrke1)

555 Uklar kode, noter

999 Ukjent

Hovedkategorier:

01 Militær

10 Adm leder, politiker

20 Akademisk yrke (minst 4 år utd.)

30 Yrker med kortere utdanning fra høyskole, universitet, teknisk skole

40 Kontorarbeid, kundeservice

50 Salg, service, omsorgsyрке

60 Bonde, skogbruker, fisker

70 Håndverker/fagarbeider (bygg, anlegg)

80 Operatør, sjåfør

90 Ufaglært arbeider

Utdann1: Hva er din høyeste gjennomførte utdanning?

Bare høyeste utdanning kodes.

0 Ingen

1 <7 år

2 8-10 år, ungdomsskole, folkeskole, framhaldsskole

3 11-12 år, vg.grunnkurs, VK1, realskole, yrkesskole, folkehøyskole

4 13+ år, vg.VK2-3, gymnas

5 14+ år, vg. med påbygg, fagskole, forkurs

6 14-17 år, UH grunnfag, cand.mag, BS, høyskoleingeniør o.l

7 18+ år, UH hovedfag, MS, Ph.D, siv.ing

9 Ubesvart

Født3: I hvilket land er du født?

Defineres som mors/adoptivmors bosted ved fødsel. Hvis annet, noter.

0 Norge

1 Sverige

2 Danmark

3 Annet, noter i notatfelt

9 Ubesvart

N4 Mor: I hvilket land er moren din født?

- 0 Norge
- 1 Sverige
- 2 Danmark
- 3 Annet, noter i notatfelt
- 9 Ubesvart

N4 Far: I hvilket land er faren din født?

- 0 Norge
- 1 Sverige
- 2 Danmark
- 3 Annet, noter i notatfelt
- 9 Ubesvart

N4 høyde: Vet du hvor høy du er?

Tast inn deltagerens høyde i antall cm eller 999 når deltageren ikke vet hvor høy han/hun er.

Vekt: Vet du hvor mye du veier?

Oppgis i hele kg, ubesvart kodes som 999.

Røyk1: Røyker du sigaretter, sigar eller pipe?

- 0 Nei, har aldri røykt/sluttet
- 1 Ja, daglig
- 2 Ja, av og til
- 9 Ubesvart

N4 Sigar: Hvis sigaretter: Hvor mange SIGARETTER røyker du vanligvis pr dag (ikke pipe, sigar)?

For de som røyker av og til angis kategori 1 eller 2 avhengig av antall sigaretter/gang x frekvens.

Ex: 3 hver lørdag kodes som 1, dvs <1/dag.

- 0 Røyker ikke
- 1 Mindre enn 1/dag
- 2 1-5/dag
- 3 6-10/dag
- 4 11-20/dag
- 5 Mer enn 20/dag

6 Røyker bare sigar/pipe

7 Røyker bare e-sigaretter

9 Ubesvart

Snus: Bruker du snus nå?

0 Nei, har aldri brukt snus/sluttet

1 Ja, daglig

2 Ja, av og til

9 Ubesvart

Holdning: Hvor stor vekt legger du på å ha et sunt kosthold?

Intervjuer kan nevne svarkategoriene.

0 Ingen, svært liten

1 Liten

2 Middels/litt

3 Stor

4 Svært stor

9 Ubesvart

VektendN: Gjør du noe aktivt med kostholdet ditt for å forsøke å gå opp eller ned i vekt?

Gjør du noe aktivt med kostholdet ditt for å prøve å gå opp eller ned i vekt eller holde vekten stabil?

Her mener vi kostholdet, IKKE fysisk aktivitet.

0 Nei

1 Ja, forsøker å gå ned i vekt

2 Ja, forsøker å legge på meg

3 Ja, jeg prøver å holde vekten stabil

9 Ubesvart

N4 aller: Unngår du matvarer pga matallergi eller intoleranse?

Velg 0 for nei og 1 for ja.

Hvis deltageren svarer ja, krysser du av for riktig alternativ i listen under. Du trenger ikke lese opp alle alternativene.

- **N4 Hvete:** Hvete eller gluten?
- **N4 Egg:** Egg?
- **N4 Melk:** Melkeprodukter?
- **N4 lakto:** Laktose?
- **N4 Fisk:** Fisk?
- **N4 Nøtte:** Nøtter?

- **N4 Soya:** Soya?
- **N4 Annet:** Annet? Noter.

N4 Gravid/ N4 Ammer: Ammer du eller er du gravid? (stilles kun til kvinner under 50 år)» Velg 0 for nei og 1 for ja.

Har du et spesielt type kosthold eller går du på diett? Det kan for eksempel være at du har diabetes, er vegetarianer/fleksitarianer, prøver å redusere energi/ kaloriinnholdet i kostholdet, spiser lavkarbokost eller eventuelle andre tilstander som har betydning for kostholdet?

Vi stiller bare dette spørsmålet, men fyller ut alle feltene under.

N4 Spesk: Sett et 1-tall for ja og 0 for nei i alternativene under. Dersom de sier at de er vegetarianer, spør du om hvilken type vegetarianer, tilsvarende for diabetes.

Hvis nei, hopp til N4 Grsak.

- **Diabetes:** Har du diabetes? Hvis ja, hvilken type?

0 Nei

1 Ja, type 2

2 Ja, type 1

3 Vet ikke

9 Ubesvart

- **N4 Eredu:** Prøver du å redusere energi/kaloriinnholdet i kostholdet ditt?

Velg 0 for nei og 1 for ja.

- **N4 Veget:** Er du vegetarianer eller fleksitarianer?

0 Nei

1 Ja, veganer

2 Laktovegetarianer (bruker melk, ikke egg)

3 Laktoovovegetarianer (bruker melk og egg)

4 Fleksitarianer (mer plantebasert kost)

- **N4 LavKH:** Går du på lavkarbokost?

Velg 0 for nei og 1 for ja.

- **N4 Andre:** Andre tilstander med betydning for kostholdet?

Velg 0 for nei og 1 for ja.

N4 Grsak: Hvor ofte spiser du vanligvis en porsjon grønnsaker? En porsjon tilsvarer en middels stor gulrot eller en liten bolle salat. Friske, frosne, kokte, hermetiserte, stuede grønnsaker. Poteter regnes ikke med.

Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

- 0 Aldri/sjelden
- 1 1-3 ganger/mnd
- 2 1-2 ganger/uke
- 3 3-4 ganger/uke
- 4 5-6 ganger/uke
- 5 1 gang/dag
- 6 2 ganger/dag
- 7 3 ganger/dag
- 8 4+ ganger/dag
- 999 Ubesvart

N4 Frukt: Hvor ofte spiser du vanligvis en porsjon frukt eller bær? En porsjon tilsvarer en middels stor frukt (for eksempel en banan eller ett eple). Frisk, frossen, kokt, hermetisert frukt/bær. Smoothie, juice, nektar, saft og syltetøy skal ikke regnes med.

Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

- 0 Aldri/sjelden
- 1 1-3 ganger/mnd
- 2 1-2 ganger/uke
- 3 3-4 ganger/uke
- 4 5-6 ganger/uke
- 5 1 gang/dag
- 6 2 ganger/dag
- 7 3 ganger/dag
- 8 4+ ganger/dag
- 999 Ubesvart

N4 Juice: Hvor ofte drikker du et glass fruktjuice, grønnsaksjuice eller smoothie?

Da tenker vi på ett glass som 2 dl. Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

- 0 Aldri/sjelden
- 1 1-3 glass/mnd
- 2 1-2 glass/uke
- 3 3-4 glass/uke

4 5-6 glass/uke

5 1 glass/dag

6 2 glass/dag

7 3 glass/dag

8 4+ glass/dag

999 Ubesvart

N4 Fiskp: Hvor ofte spiser du vanligvis fisk som pålegg? Her skal svaret angis i antall brødsiver med fiskepålegg. Fiskepålegg kan for eksempel være makrell i tomat, kaviar, røkelaks, tunfisk og lignende.

Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

0 Aldri/sjelden

1 Til 1-3 skiver/mnd

2 Til 1-2 skiver/uke

3 Til 3-4 skiver/uke

4 Til 5-6 skiver/uke

5 Til 1 skive/dag

6 Til 2 skiver/dag

7 Til 3 skiver/dag

8 Til 4+ skiver/dag

999 Ubesvart

N4 Fiskm: Hvor ofte spiser du vanligvis fisk som hovedrett til middag eller lunsj?

Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

0 Aldri/sjelden

1 1-3 ganger/mnd

2 1 gang/uke

3 2-3 ganger/uke

4 4-5 ganger/uke

5 6 ganger/uke

6 1+ gang/dag

999 Ubesvart

N4 Kjøtp: Hvor ofte spiser du vanligvis rødt kjøtt som pålegg? Rødt kjøtt er kjøtt fra svin, storfe, sau og geit. Her skal svaret angis i antall brødskeer med kjøttpålegg av rødt kjøtt.

Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

- 0 Aldri/sjelden
- 1 Til 1-3 skiver/mnd
- 2 Til 1-2 skiver/uke
- 3 Til 3-4 skiver/uke
- 4 Til 5-6 skiver/uke
- 5 Til 1 skive/dag
- 6 Til 2 skiver/dag
- 7 Til 3 skiver/dag
- 8 Til 4+ skiver/dag
- 999 Ubesvart

N4 Kjøtm: Hvor ofte spiser du rødt kjøtt som hovedrett til middag eller lunsj?

Rødt kjøtt er kjøtt fra svin, storfe (ku/okse/kalv), sau og geit. Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

- 0 Aldri/sjelden
- 1 1-3 ganger/mnd
- 2 1 gang/uke
- 3 2-3 ganger/uke
- 4 4-5 ganger/uke
- 5 6 ganger/uke
- 6 1+ gang/dag
- 999 Ubesvart

N4 Fullk: Hvor ofte spiser du vanligvis grove kornprodukter som grovbrød, müsli, havregrøt eller fullkornspasta?

Hvis deltageren nøler, kan du begynne med å spørre om de vil angi det som antall ganger per måned eller per uke.

- 0 Aldri/sjelden
- 1 1-3 ganger/mnd
- 2 1-2 ganger/uke
- 3 3-4 ganger/uke

4 5-6 ganger/uke

5 1 gang/dag

6 2 ganger/dag

7 3 ganger/dag

8 4+ ganger/dag

999 Ubesvart

N4 Miljø: Vil du si at du har endret kostholdet ditt for å få et mer bærekraftig kosthold med lavere miljøbelastning?

Her kan intervjuer gjerne lese opp svaralternativene.

0 Nei

1 I liten grad

2 I noen grad

3 I stor grad

4 I svært stor grad

5 Ikke endret, har alltid spist bærekraftig.

Hvis ja, hvilke endringer har du gjort?

La deltageren svare fritt og noter ned på riktig punkt i punktene under (du skal ikke lese opp alternativene). Hvis nei, er første intervju ferdig.

- **N4 vegmi:** Oftere vegetarisk middag?
- **N4 Mindk:** Redusert kjøttinntak?
- **N4 Enkjø:** Endret kjøtttype?
- **N4 Lokma:** Mer lokal mat?
- **N4 Mernø:** Mer nøtter?
- **N4Merbø:** Mer bønner/linser/andre belgfrukter?
- **N4 Merko:** Mer kornbasert mat (f.eks. brød, grøt)?
- **N4 Merøk:** Mer økologisk mat?
- **N4 Minds:** Mindre matsvinn?
- **N4 Anmil:** Annet? Noter i notatfeltet.
- **N4Mergr:** Mer grønnsaker/frukt/bær

Etter intervju 2:

Jeg har noen spørsmål til slutt denne gangen også. Det første jeg lurer på er om hele eller hoveddelen av noen av dagens måltider kom fra mat kjøpt som takeaway, via leveringstjenester som Foodora eller fra matkasser?

- 1 Nei
- 2 Middag takeaway, Foodora o.l.
- 3 Middag matkasse
- 4 Lunsj takeaway, Foodora o.l.
- 5 Lunsj matkasse
- 6 Frokost takeaway, Foodora o.l.
- 7 Frokost matkasse
- 8 Kveldsmat takeaway, Foodora o.l.
- 9 Kveldsmat matkasse
- 10 Mellommåltid takeaway, Foodora o.l.
- 11 Mellommåltid matkasse
- 12 Flere måltider - spesifiser i notatfelt
- 13 Mellommåltid - spesifiser hvilket i notatfeltet

De neste spørsmålene handler om fysisk aktivitet.

Hvordan vil du si at aktivitetsnivået ditt er på jobb eller på skolen? Jeg leser opp noen alternativer.

NB! Intervjuer må sjekke opp på forhånd om deltaker er arbeidstaker eller ikke. Sjekk gjerne yrke også. Reise eller transport er ikke inkludert.

- 1 Stillesittende arbeid (ex sjåfør, bank)
- 2 Sitter mest, noe bevegelse (ex kontorjobb, ekspeditør)
- 3 Stående arbeid (ex frisør, lærer, butikk)
- 4 Bevegelig og fysisk arbeid (ex sykepleier, bygningsarbeider, postbud)
- 5 Hardt fysisk arbeid (ex flyttemann, tungt gårdsarbeid)
- 6 Jobber eller studerer ikke/uaktuelt
- 9 Ubesvart

Det neste spørsmålet tar for seg graden av bevegelse og kroppslig anstrengelse på fritiden de siste 12 månedene.

Hvilket av disse alternativene vil du si best beskriver fritiden din?

1 Leser, ser på TV/skjerm eller annen stillesittende aktivitet.

2 Spaserer, sykler eller beveger deg på annen måte minst 4 timer i uken (inkludert gang eller sykling til arbeidsstedet, søndagsturer etc.).

3 Driver mosjonsidrett, tyngre hagearbeid, snømåking etc. minst 4 timer i uken.

4 Trener hardt eller driver konkurranseidrett regelmessig flere ganger i uken.

Faktiv1A: Nå kommer noen spørsmål om hvor mye du har vært i aktivitet i løpet av de siste 7 dagene. Her vil vi gjerne at du skal inkludere alle typer aktivitet, både på arbeid, når du beveger deg fra sted til sted, husarbeid, hagearbeid, fritidsaktiviteter eller planlagt trening.

Vi skiller mellom meget anstrengende og middels anstrengende fysisk aktivitet.

Med meget anstrengende fysisk aktivitet mener vi fysisk aktivitet som får deg til å puste mye mer enn vanlig, mens, mens vi med middels anstrengende aktivitet mener aktivitet som får det til å puste mye mer enn vanlig.

Hvor mange dager i løpet av de siste 7 dager har du drevet med *meget anstrengende* fysiske aktiviteter som tunge løft, gravearbeid, aerobics eller sykle fort? Tenk bare på aktiviteter som varer *minst 10 minutter i strekk*

___ dager per uke

Ingen (gå til neste spørsmål)

På en vanlig dag hvor du utførte *meget anstrengende* fysiske aktiviteter, hvor lang tid brukte du da på dette?

_____ timer _____ minutter

Vet ikke/husker ikke

Hvor mange dager i løpet av de siste 7 dager har du drevet med *middels anstrengende* fysiske aktiviteter som å bære lette ting, sykle eller jogge i moderat tempo eller mosjonstennis? Ikke ta med gange, det kommer et senere spørsmål.

___ dager per uke

Ingen (gå til neste spørsmål)

På en vanlig dag hvor du utførte *middels anstrengende* fysiske aktiviteter, hvor lang tid brukte du da på dette?

_____ timer _____ minutter

Vet ikke/husker ikke

Hvor mange ganger per uke inngår styrketrening når du trener eller mosjonerer?

Med styrketrening mener vi øvelser for å øke eller opprettholde muskelstyrken til store muskelgrupper, f.eks. trening med vekter, strikk eller i apparater, saltrening/sirkeltrening eller øvelser med egen kroppsvekt som motstand (f.eks. armhevinger, knebøy, spenstopp).

_____ antall ganger

Hvor mange dager i løpet av de siste 7 dager, gikk du minst 10 minutter i strekk for å komme deg fra ett sted til et annet? Dette inkluderer gange på jobb og hjemme, gange til buss, eller gange som du gjør på tur eller som trening i fritiden.

___ dager per uke

Ingen (gå til neste spørsmål)

På en vanlig dag hvor du gikk for å komme deg fra et sted til et annet, hvor lang tid brukte du da totalt på å gå?

_____ timer _____ minutter

Vet ikke/husker ikke

Dette spørsmålet omfatter all tid du tilbringer i ro (*sittende*) på jobb, hjemme, på kurs, og på fritiden. Det kan være tiden du sitter ved et arbeidsbord, hos venner, mens du leser eller ligger for å se på TV.

I løpet av de siste 7 dager, hvor lang tid brukte du vanligvis totalt på å sitte på en vanlig hverdag?

_____ timer _____ minutter

Vet ikke/husker ikke

Var de siste 7 dagene representative for det vanlige fysiske aktivitetsnivået ditt?

0 Ja

1 Nei, var mer fysisk aktiv enn vanlig

2 Nei, var mindre fysisk aktiv enn vanlig

9 Ubesvart

Den siste delen av undersøkelsen består i å fylle ut et spørreskjema på nett. Når du har returnert spørreskjemaet til oss, kan du få en skriftlig tilbakemelding på kostholdet ditt. Ønsker du en slik tilbakemelding?

Svar på dette spørsmålet MÅ også registreres i statusfeltet "Tilbakemeldingssatus".

0 Nei

1 Ja

3 Annet - noter