



# Διατροφή και συνήθειες

Θωμάς Τσιάτσος , Θωμάς Πάραμ , Γ4

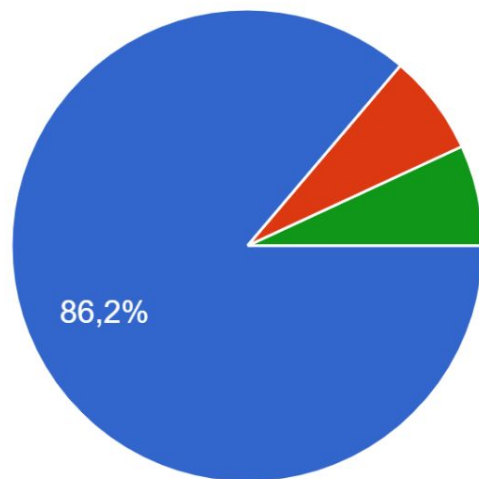


# ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Στο συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο απάντησαν 29 άτομα .
- Από αυτά τα άτομα συγκεντρώσαμε τις απαντήσεις και βγάλαμε ένα συμπέρασμα
- Το ερωτηματολόγιο δημιουργήθηκε προκειμένου να καταλάβουμε εάν οι άνθρωποι στις μέρες μας ακολουθούν μια υγιεινή ζωή .

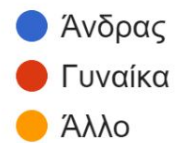
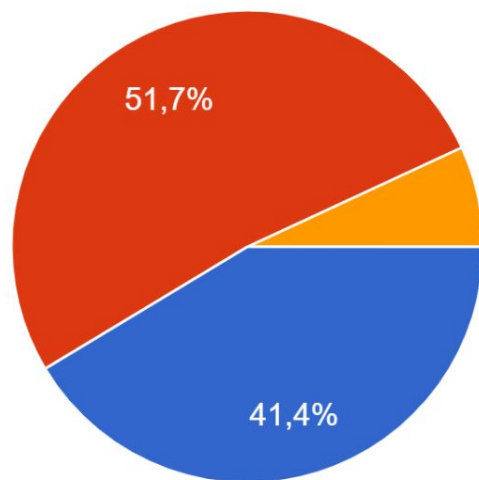
## Ηλικία

29 απαντήσεις



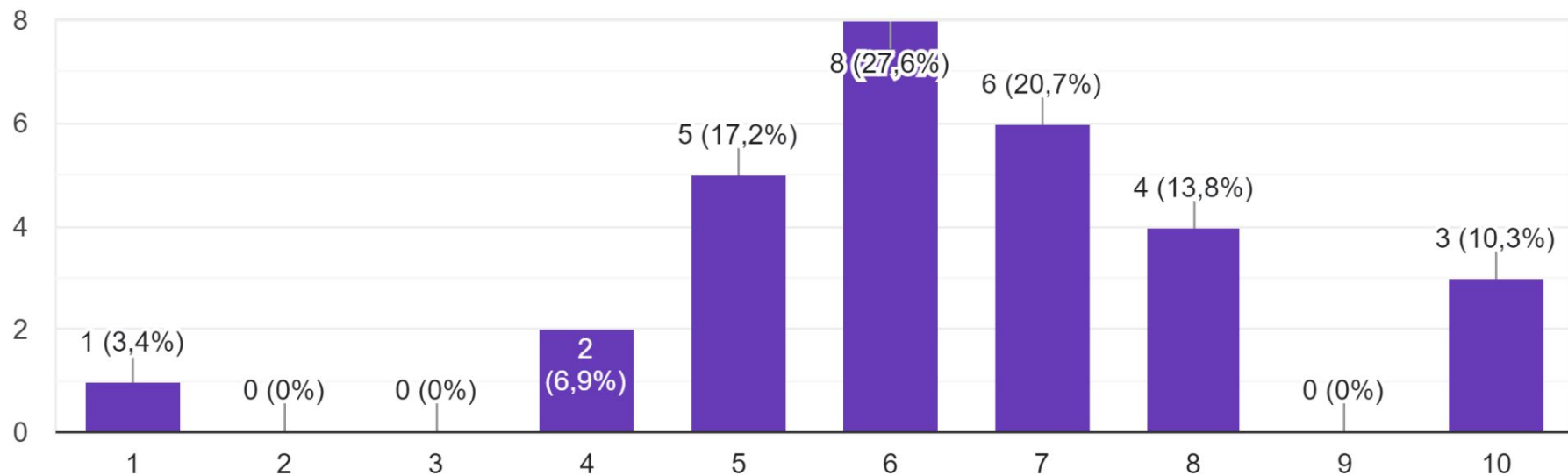
## Φύλλο

29 απαντήσεις



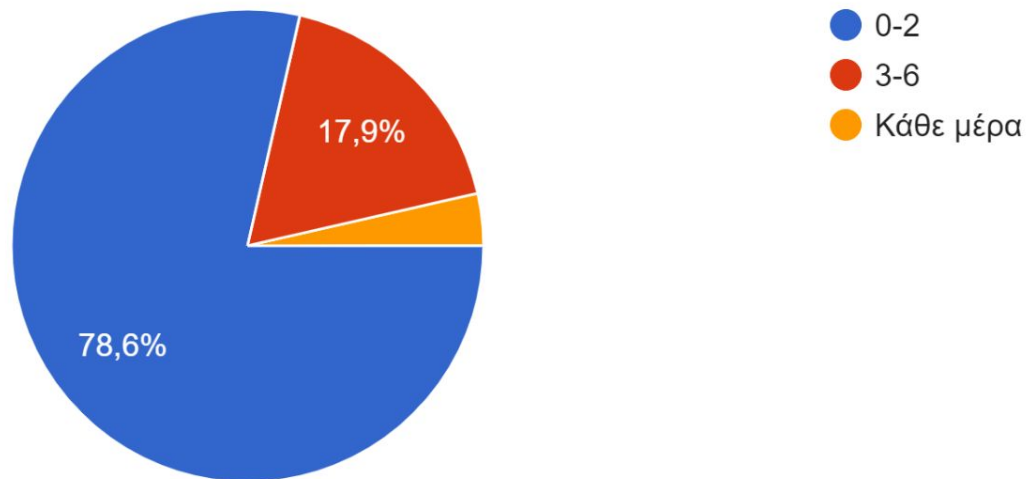
Από το 1-10, πόσο υγιεινή διατροφή θεωρείτε πως έχετε ;

29 απαντήσεις



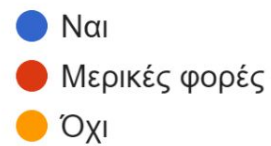
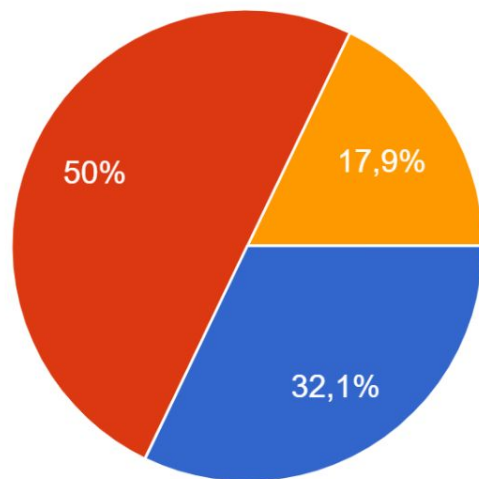
Την εβδομάδα , πόσες φορές τρως fast food ;

28 απαντήσεις



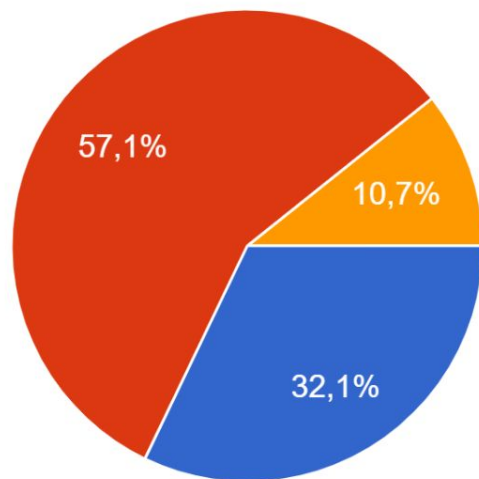
Τρώτε σαλάτες με το φαγητό σας ;

28 απαντήσεις



Πόσες φορές τρώτε γλυκά την εβδομάδα ;

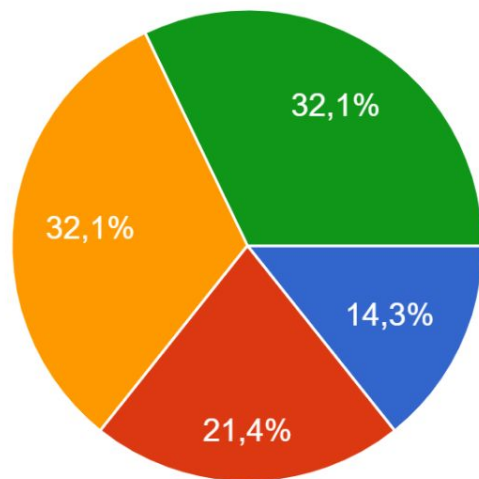
28 απαντήσεις



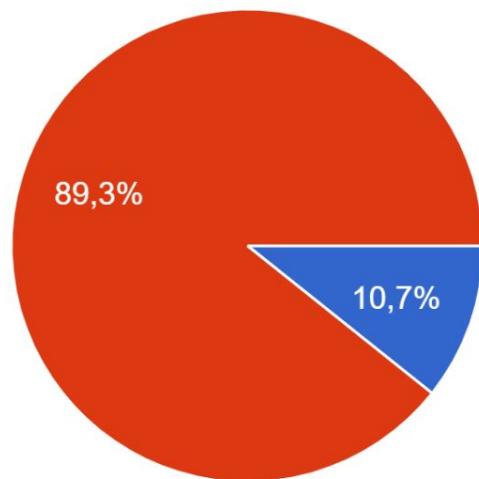


Πόσες φορές την εβδομάδα αθλείστε ;

28 απαντήσεις



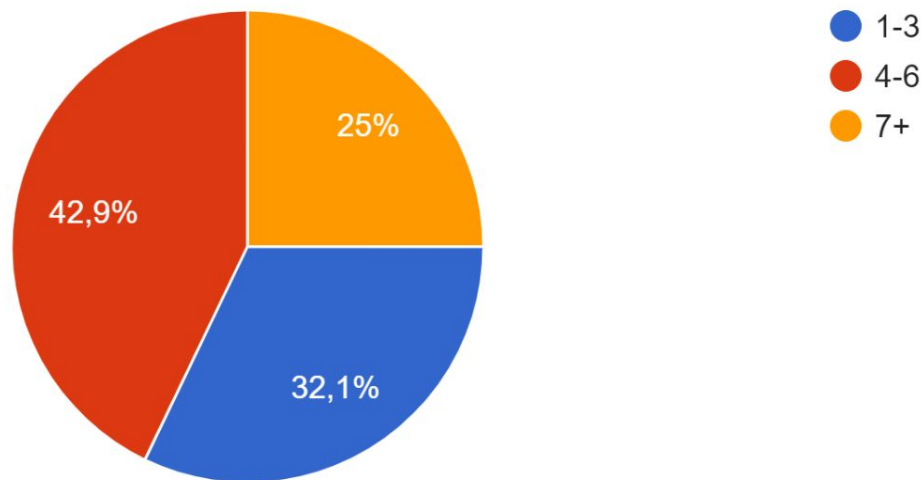
Καπνίζετε ;  
28 απαντήσεις



● Ναι  
● Όχι

## Πόσα ποτήρια νερό πίνετε την ημέρα ;

28 απαντήσεις





## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Παρατηρούμε ότι σε μέσο όρο όλοι έχουν ένα σχετικά σωστό και υγιεινό τρόπο ζωής και διατροφής .
- Προς μεγάλη μας ευχαρίστηση η πλειονότητα δεν καπνίζει
- Κατά μέσο όρο πίνουμε αρκετό νερό .
- Τέλος οι περισσότεροι αθλούνται καθημερινά και κρατούν το σώμα τους σε φόρμα .