



HUOLTAJAN KYSELYLOMAKE

DAGIS-TUTKIMUS 2017-2018

Loppuvaiheen kysely kevät 2018

Projektipäiväkodit



Hyvä huoltaja,

Tämä on DAGIS-tutkimuksen loppuvaiheen kysely huoltajalle. Kyselyn alussa kysytään vastaavia elintapoihin liittyviä kysymyksiä kuin syksyllä 2017, jonka jälkeen kysymme projektin sisällöstä.

Tutkimuksen onnistumisen kannalta on tärkeää, että lomakkeet täyttää sama huoltaja molemmilla mittauskerroilla. Iloitsemme jokaisesta saamastamme vastauksesta. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti salassapitovelvollisuutta noudattaen, ja tietoja käytetään vain tutkimustarkoituksiin. Annamme mielellämme lisätietoja tutkimuksesta sähköpostitse: dagis@folkhalsan.fi.

Määritelmät lomakkeessa käytetyille termeille:

Sokeripitoisilla ruoilla tarkoitamme lisättyä sokeria sisältäviä jogurtteja, muita lisättyä sokeria sisältäviä maitotuotteita, sokeria (yli 10g/100g) sisältäviä muroja, myslejä ja muita aamiaisviljavalmisteita sekä muita vastaavia ruokia. Tähän ei sisälly hedelmät.

Sokeripitoisilla juomilla tarkoitamme lisättyä sokeria sisältäviä virvoitusjuomia, mehuja ja kaakaota. Tähän ei sisälly täysmehu.

Sokeripitoisilla herkuilla tarkoitamme lisättyä sokeria sisältäviä leivonnaisia, keksejä, suklaata, jäätelöä, makeisia yms.

Liikkumisella tarkoitamme kaikkea omalla lihasvoimalla tuotettua liikettä, kuten toiminnallisia leikkejä, kotitöitä, urheilu- ja liikuntaharrastuksia ja kulkemista paikasta toiseen esim. kävellen tai pyörällä.

Ruutuajalla tarkoitamme aikaa, jonka lapsi viettää älypuhelimien, tietokoneen, tabletin, pelikonsolin, television tai muun vastaavan elektronisen näytön ääressä.

Ruutujen käytöllä tarkoitamme television katselua sekä tietokoneen, pelikonsolin, tabletin ja älypuhelimien käyttöä.

Itsesäätelytaidoilla tarkoitamme kykyä säädellä omia tunnetiloja, käyttäytymistä ja toimintaa.



1. Kyselyn täyttöpäivä: _____ (pp.kk.vvvv)

2. Kyselyn täyttää lapsen:

A. Äiti	<input type="checkbox"/>
B. Isä	<input type="checkbox"/>
C. Muu huoltaja	<input type="checkbox"/>

Huom. Tutkimuksen onnistumisen kannalta on tärkeää, että lomakkeet täyttää sama huoltaja kuin syksyllä.

KYSYMYKSIÄ PERHEEN ARJESTA

Seuraavaksi kysymme kysymyksiä, jotka liittyvät perheen arkeen ja käytäntöihin. Näihin kysymyksiin ei ole oikeita tai vääriä vastauksia. Valitse vastausvaihtoehto, joka kuvaa parhaiten teidän perhettänne.

3. Olen tyytyväinen lapseni... (rastita sopiva vaihtoehto):

	1	2	3	4	5
1=Täysin eri mieltä					
2=Jokseenkin eri mieltä					
3=Ei samaa eikä eri mieltä					
4=Jokseenkin samaa mieltä					
5=Täysin samaa mieltä					
A. Liikkumiseen (katso määritelmä sivulta 2)					
B. Ruutuaikaan (katso määritelmä sivulta 2)					
C. Kasvisten syömiseen					
D. Hedelmien ja marjojen syömiseen					
E. Sokeripitoisten ruokien käyttöön (katso määritelmä sivulta 2)					
F. Sokeripitoisten juomien käyttöön (katso määritelmä sivulta 2)					
G. Sokeripitoisten herkkujen käyttöön (katso määritelmä sivulta 2)					
H. Itsesäätelytaitoihin (katso määritelmä sivulta 2)					



4. Perheessämme on tarpeen kiinnittää aiempaa enemmän huomiota lapsen...

1=Täysin eri mieltä	4=Jokseenkin samaa mieltä				
2=Jokseenkin eri mieltä	5=Täysin samaa mieltä				
3=Ei samaa eikä eri mieltä					
	1	2	3	4	5
A. Liikkumiseen					
B. Ruutuaikaan					
C. Kasvisten syömiseen					
D. Hedelmien ja marjojen syömiseen					
E. Sokeripitoisten ruokien käyttöön					
F. Sokeripitoisten juomien käyttöön					
G. Sokeripitoisten herkkujen käyttöön					
H. Itsesäätelytaitoihin					

5. Kuinka luottavainen olet, että pystyt seuraaviin asioihin tällä hetkellä?

1=En ollenkaan luottavainen	4=Jokseenkin luottavainen				
2=En kovinkaan luottavainen	5=Täysin luottavainen				
3=Siltä väliltä					
	1	2	3	4	5
A. Saan lapseni liikkumaan riittävästi.					
B. Saan lapseni syömään riittävästi kasviksia.					
C. Saan lapseni syömään riittävästi hedelmiä ja marjoja.					
D. Pystyn sanomaan ei lapseni vaatimuksille saada sokeripitoisia ruokia silloinkin, kun lapsi kiukuttelee.					
E. Pystyn sanomaan ei lapseni vaatimuksille saada sokeripitoisia juomia silloinkin, kun lapsi kiukuttelee.					
F. Pystyn sanomaan ei lapseni vaatimuksille saada sokeripitoisia herkuja silloinkin, kun lapsi kiukuttelee.					
G. Pystyn sanomaan ei lapseni vaatimuksille käyttää ruutuja silloinkin, kun lapsi kiukuttelee.					



6. Missä määrin olet samaa mieltä seuraavien väittämien kanssa?

1=Täysin eri mieltä	4=Jokseenkin samaa mieltä				
2=Jokseenkin eri mieltä	5=Täysin samaa mieltä				
3=Ei samaa eikä eri mieltä					
	1	2	3	4	5
A. Minulle on tärkeää rajoittaa lapseni ruutuaikaa.					
B. Minulle on tärkeää, että ruutuaika ei vie aikaa lapsen liikkumiselta.					
C. Minulle on tärkeää pitää huolta siitä, että lapseni syö riittävästi kasviksia, hedelmiä ja marjoja.					
D. Minulle on tärkeää rajoittaa lapseni sokeripitoisten ruokien kulutusta.					
E. Minulle on tärkeää rajoittaa lapseni sokeripitoisten juomien kulutusta.					
F. Minulle on tärkeää rajoittaa lapseni sokeripitoisten herkkujen kulutusta.					
G. Lapseni on hyvä oppia käyttämään ruutuja, koska en itse osaa käyttää niitä hyvin.					
H. Pidän huolta siitä, että lapsellani on mahdollisuuksia tehdä muita asioita kuin käyttää ruutuja.					
I. Yhteiskunta asettaa paineita hankkia ja käyttää erilaisia ruutulaitteita.					
J. Liikuntaharrastus ja siihen liittyvät kustannukset (esim. välineiden ja materiaalien hankinta, seuramaksut) ovat mielestäni liian kalliita.					
K. Minun on vaikeaa olla käyttämättä ruutuja, kun lapseni on läsnä (esim. puhelimen käyttö).					

**Merkitse tunteina ja minuutteina. Mielestäni 3–6-vuotiaille lapsille sopiva määrä...**

7. Ruutuaikaa arkena on korkeintaan: ____ tuntia ____ minuuttia päivässä.
8. Ruutuaikaa viikonloppuna on korkeintaan: _____ tuntia _____ minuuttia päivässä.
9. Liikkumista päivittäin on vähintään: _____ tuntia _____ minuuttia.

Merkitse numeroina. Mielestäni 3-6-vuotiaille lapsille sopiva määrä...

(täytä joko ____ annosta päivässä tai ____ annosta viikossa)

10. Kasviksia on vähintään _____ annosta päivässä TAI _____ annosta viikossa (yksi annos vastaa yhtä lapsen kourallista).
11. Hedelmiä ja marjoja on vähintään _____ annosta päivässä TAI _____ annosta viikossa (yksi annos vastaa yhtä lapsen kourallista).
12. Sokeripitoisia ruokia on enintään _____ annosta päivässä tai _____ viikossa (yksi annos vastaa esim. yhtä jogurttipurkkia tai kulhollista muroja)
13. Sokeripitoisia juomia on enintään _____ annosta päivässä TAI _____ annosta viikossa (yksi annos vastaa yhtä lasillista).
14. Sokeripitoisia herkuja on enintään _____ annosta päivässä TAI _____ annosta viikossa (yksi annos vastaa noin yhtä lapsen kourallista)


15. Kuinka usein kotonanne on ollut seuraavia ruokia ja juomia edellisen kuukauden aikana?

1=ei ollenkaan	2=harvoin	3=joskus	4=usein	5=aina		
					25. Jos on ollut, onko niitä säilytetty lapsen näkyvillä*	
	1	2	3	4	5	
A. Tuoreita kasviksia						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
B. Pakastettuja kasviksia						
C. Tuoreita hedelmiä tai marjoja						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
D. Pakastettuja hedelmiä tai marjoja						
E. Maustamatonta jogurttia, viiliä tai rahkaa (myös kasvipohjaiset)						
F. Maustettua jogurttia, viiliä tai rahkaa (myös kasvipohjaiset)						
G. Vanukkaita						
H. Maustamattomia pähkinöitä, manteleita tai siemeniä						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
I. Maustamattomia puurohiutaleita						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
J. Sokeria (yli 10 g/100g) sisältäviä muroja tai myslejä						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
K. Sokerittomia tai alle 10g/100g sokeria sisältäviä muroja tai myslejä						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
L. Sokeroimattomia hedelmäsmoothieita/pilttejä						
M. Täysmehua						
N. Sokeripitoisia mehuja						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
O. Virvoitusjuomia						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
P. Vähäsokerisia tai sokerittomia mehuja						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
Q. Vähäsokerisia tai sokerittomia virvoitusjuomia						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
R. Sokeripitoisia mehukeittoja						
S. Keksejä, välipalakeksejä tai välipalapatukoita						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
T. Kakuja, muffineita, pullia tai makeita piirakoita						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
U. Suklaata tai makeisia						<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
V. Jäätelöä						
W. Hilloa						

*Sellaisessa paikassa, missä lapsi näkee ruoan (esim. keittiön työpöydällä, ruokapöydällä)


16. Merkitse numeroin. Kuinka montaa eri laatua seuraavia ruokia on tällä hetkellä kotonanne?

A. Tuoreita kasviksia _____

B. Tuoreita hedelmiä ja/tai marjoja _____

17. Missä määrin olet samaa mieltä seuraavien väittämien kanssa?
1=Täysin eri mieltä
4=Jokseenkin samaa mieltä
2=Jokseenkin eri mieltä
5=Täysin samaa mieltä
3=Ei samaa eikä eri mieltä

	1	2	3	4	5
A. Perheessämme rajoitetaan lapsen ruutujen käyttöä.					
B. Perheessämme on sääntöjä siitä, milloin lapsi saa käyttää ruutuja.					
C. Perheessämme on sääntöjä siitä, kuinka pitkään lapsi saa käyttää ruutuja.					
D. Lapsi on tietoinen ruutuaikaa koskevista säännöistä.					
E. Ruutujen käyttö sallitaan ruokapöydässä.					
F. Kannettavia ruutuja (esim. tabletti, puhelin) pidetään lapsen näkyvillä.					
G. Perheessämme rajoitetaan lapsen sokeripitoisten ruokien kulutusta. (ks. määritelmä s. 2)					
H. Emme osta kotiin sokeripitoisia ruokia.					
I. Kotonamme on sokeripitoisia ruokia, mutta ne eivät ole lapsen saatavilla.					
J. Sallimme lapselle vain tietyn määrän sokeripitoisia ruokia päivässä/viikossa.					
K. Perheessämme rajoitetaan lapsen sokeripitoisten juomien kulutusta.					
L. Emme osta kotiin sokeripitoisia juomia.					
M. Kotonamme on sokeripitoisia juomia, mutta ne eivät ole lapsen saatavilla.					
N. Sallimme lapselle vain tietyn määrän sokeripitoisia juomia päivässä/viikossa.					
O. Perheessämme rajoitetaan lapsen sokeripitoisten herkkujen kulutusta.					
P. Emme osta kotiin sokeripitoisia herkuja.					
Q. Kotonamme on sokeripitoisia herkuja, mutta ne eivät ole lapsen saatavilla.					
R. Sallimme lapselle vain tietyn määrän sokeripitoisia herkuja päivässä/viikossa.					


18. Edellisen viikon aikana, kuinka usein:

	1=En/ei kertaakaan 2= 1-2 kertaa 3= 3-4 kertaa						4= 5-6 kertaa 5= kerran päivässä 6=useamman kerran päivässä					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
A. söitte yhdessä perheen kanssa (vähintään toinen aikuinen ja lapsi/lapset)?												
B. söit kasviksia, kun söit lapsesi kanssa?												
C. söit hedelmiä tai marjoja, kun söit lapsesi kanssa?												
D. söit sokeripitoisia ruokia, kun söit lapsesi kanssa?												
E. söit sokeripitoisia herkuja, kun söit lapsesi kanssa?												
F. joit sokeripitoisia juomia, kun söit lapsesi kanssa?												

19. Missä määrin olet samaa mieltä seuraavien väittämien kanssa?

	1=Täysin eri mieltä 2=Jokseenkin eri mieltä 3=Ei samaa eikä eri mieltä					4=Jokseenkin samaa mieltä 5=Täysin samaa mieltä				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
A. Joskus ainoa keino saada lapseni käyttäytymään hyvin on luvata hänelle sokeripitoisia ruokia tai juomia palkkioksi.										
B. Otan lapseni mukaan ruoanlaittoon tai aterioiden valmistamiseen.										
C. Tavallisesti tarjoan aterioilla useita kasviksia, joista lapseni saa itse valita mitä hän haluaa syödä.										
D. Näytän lapselleni, että todella pidän kasvisten, hedelmien ja marjojen syönnistä.										
E. Lapseni ei pidä kasviksista.										
F. Lapseni ei pidä hedelmistä ja marjoista.										



20. Kuinka monta tuntia päivässä SINÄ yleensä käytät ruutuja vapaa-aikanasi, kun lapsesi on läsnä (sisältäen puhelimen käytön)?

1=En lainkaan		4=1–2 tuntia				
2=Alle 30 minuuttia		5=3–4 tuntia				
3=30 minuutista alle tuntiin		6=5 tuntia tai enemmän				
	1	2	3	4	5	6
A. Arkena						
B. Viikonloppuna						

21. Edellisen kuukauden aikana kuinka usein ainakin toinen perheenne aikuinen kävi seuraavissa paikoissa yhdessä lapsen kanssa?

1= Ei kertaakaan		4= 3-6 kertaa viikossa			
2=1-3 kertaa kuukaudessa		5=päivittäin			
3=1-2 kertaa viikossa					
	1	2	3	4	5
A. Luonto/metsä					
B. Puisto, leikkipuisto					
C. Oma piha					
D. Sisäliikuntapaikka (esim. uimahalli, jumppasali)					

22. Missä määrin olet samaa mieltä seuraavien väittämien kanssa?

1=Täysin eri mieltä		4=Jokseenkin samaa mieltä			
2=Jokseenkin eri mieltä		5=Täysin samaa mieltä			
3=Ei samaa eikä eri mieltä					
	1	2	3	4	5
A. Kotimme lähellä on erilaisia kohteita, jonne voimme tehdä retkiä yhdessä lapseni kanssa.					
B. Kotimme lähellä on ulkoilualueita, kuten puistoja, pihoja ja leikkikenttiä, joissa lapseni voi leikkiä ja liikkua aktiivisesti.					
C. Kotimme läheisillä ulkoilualueilla on paljon erilaisia keinoja, liukumäkiä tai muita välineitä, joita lapseni voi käyttää.					



D. Pihalla tai kotiamme ympäröivällä alueella on tarpeeksi tilaa lapselleni liikkua ja leikkiä aktiivisesti erilaisia leikkejä, kuten hippaa tai polttopalloa.					
E. Lapsellani on tarpeeksi tilaa juoksennella ympäriinsä ja kuluttaa energiaa sisätiloissa kotonamme.					

23. Missä määrin koet seuraavat tekijät esteenä lapsesi liikkumiselle/liikkumisen lisäämiselle?

1= Ei ole este 2= On este jonkin verran 3= On este paljon			
	1	2	3
A. Puuttuvat taidot/keinot liikkumisen lisäämiseksi			
B. Ajanpuute			
C. Tuen puute toiselta vanhemmalta			
D. Sopivien liikuntapaikkojen puute tai etäisyys			
E. Liikuntavälineiden vähyys kotona			
F. Oma jaksaminen			
G. Lapsen vastustus			

24. Missä määrin koet seuraavat tekijät esteenä lapsesi ruutuajan rajoittamiselle?

1= Ei ole este 2= On este jonkin verran 3= On este paljon			
	1	2	3
A. Puuttuvat taidot/keinot ruutuajan rajoittamiseksi			
B. Oman ajan tarve kotitöihin tai muihin töihin			
C. Oman ajan tarve lepoon tai muuhun vapaa-aikaan			
D. Ympäristön paine ruutujen käyttöön (esim. kavereiden ruutujen käyttö)			
E. Tuen puute toiselta vanhemmalta			
F. Lapsen vaatimukset tai vastustus			
G. Ruutujen suuri määrä kotona			



25. Missä määrin koet seuraavat tekijät esteenä lapsesi kasvisten syönnin lisäämiselle?

1=Ei ole este 2=On este jonkin verran 3=On este paljon			
	1	2	3
A. Puuttuvat taidot/keinot lisätä kulutusta			
B. Kasvisten tarjoamisen vaivalloisuus			
C. Kasvisten kalleus			
D. Tuen puute toiselta vanhemmalta			
E. Kasvisten vähäinen määrä kotona			
F. Lapsen vastustus			
G. Vanhempi/vanhemmat eivät itse juurikaan pidä kasviksista			

26. Missä määrin koet seuraavat tekijät esteenä lapsesi hedelmien syönnin lisäämiselle?

1=Ei ole este 2=On este jonkin verran 3=On este paljon			
	1	2	3
A. Puuttuvat taidot/keinot lisätä kulutusta			
B. Hedelmien tarjoamisen vaivalloisuus			
C. Hedelmien kalleus			
D. Tuen puute toiselta vanhemmalta			
E. Hedelmien vähäinen määrä kotona			
F. Lapsen vastustus			
G. Vanhempi/vanhemmat eivät itse juurikaan pidä hedelmistä			


27. Kuinka usein olet edellisen 6 kuukauden aikana keskustellut päiväkodin työntekijöiden kanssa...

1=En kertaakaan		4=Kuukausittain			
2= 1 – 2 kertaa		5=Viikoittain			
3= 3 – 5 kertaa					
	1	2	3	4	5
A. Lapsen kasvisten ja hedelmien syömisestä					
B. Lapsen sokeripitoisten ruokien ja juomien kulutuksesta (ks. määritelmä s. 2)					
C. Lapsen liikkumisesta					
D. Lapsen ruutujen käytöstä					
E. Lapsen itsesätelytaidoista					

28. Kuinka usein olet edellisen 6 kuukauden aikana keskustellut päiväkodin lapsen muiden vanhempien kanssa...

1=En kertaakaan		4=Kuukausittain			
2= 1 – 2 kertaa		5=Viikoittain			
3= 3 – 5 kertaa					
	1	2	3	4	5
A. Lasten kasvisten, hedelmien ja marjojen syömisestä					
B. Lasten sokeripitoisten ruokien tai juomien kulutuksesta					
C. Lasten liikkumisesta					
D. Lasten ruutujen käytöstä					
E. Lasten itsesätelytaidoista					



29. Millainen roolimalli koet olevasi lapselle terveellisten elintapojen suhteen tällä hetkellä?

(Ympyröi yksi sopiva vaihtoehto.)

	En kovinkaan hyvä				Erittäin hyvä
A. Ruutujen käyttö	1	2	3	4	5
B. Liikkuminen	1	2	3	4	5
C. Kasvisten ja hedelmien syöminen	1	2	3	4	5
D. Sokeripitoisten ruokien kulutus	1	2	3	4	5
E. Sokeripitoisten juomien kulutus	1	2	3	4	5
F. Sokeripitoisten herkkujen kulutus	1	2	3	4	5

30. Ajattele lastasi edellisen 6 kk:n osalta. Lapseni...

1= Ei pidä paikkaansa

2= Pitää osittain paikkansa

3= Pitää täysin paikkansa

	1	2	3
A. Ei tarvitse paljoa apua tekemisissään.			
B. Jatkaa sinnikkäästi toimintaansa haasteista huolimatta.			
C. On omatoiminen ja itsenäinen ja pyytää apua vasta viimeisenä vaihtoehtona.			
D. Osaa siirtyä uuteen toimintaan joustavasti saatuaan edellisen valmiiksi.			
E. Löytää omatoimisesti itselleen tekemistä.			
F. Mielialat vaihtelevat suuresti.			
G. Turhautuu helposti.			
H. On äkkipikainen ja toimii hetken mielijohteesta.			
I. Kiihtyy herkästi liikaa.			
J. Tyyntyy nopeasti.			



31. Miten hyvin koet hallitsevasi tällä hetkellä tilanteet, jolloin lapsi käyttäytyy erityisen haastavasti?

(Ympyröi sopivin vaihtoehto.)

1= En kovinkaan hyvin				5= Erittäin hyvin	
1	2	3	4	5	

32. Miten stressaantunut mielestäsi olet tällä hetkellä? (Ympyröi sopivin vaihtoehto.)

1= En lainkaan stressaantunut stressaantunut							10= Erittäin		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Lopuksi kysymme vielä DAGIS-projektin sisältöön liittyviä kysymyksiä

33. Ovatko seuraavat DAGIS-materiaalit tai -sisällöt sinulle tuttuja?

	KYLLÄ	EI
A. Liikkumiseen liittyvä DAGIS-kirjekuori & sisältö (jaettu päiväkodissa marraskuussa)		
B. Kasviksiin ja hedelmiin liittyvä DAGIS-kirjekuori & sisältö (jaettu päiväkodissa tammikuussa)		
C. Ruutuaikaan liittyvä DAGIS-kirjekuori & sisältö (jaettu päiväkodissa helmikuussa)		
D. Sokeriin liittyvä DAGIS-kirjekuori & sisältö (jaettu päiväkodissa maaliskuussa)		
E. Lapsen askartelema Possukissa Kaneli –hahmo		
F. Lapsen askartelema Tiikeri Tähtisilmä -hahmo		
G. DAGIS-terveisiä perheille –sähköpostit (lähetetty 5 kertaa päiväkodista)		
H. Lapsen elintapoihin liittyvät palautteet (liikkuminen, ruutuaika, kasvikset ja sokerin kulutus) lähetetty sähköpostiin		
I. DAGIS-seinä päiväkodissa		
J. Viisaan Pöllön retkikartta –sovellus (https://app.maptionnaire.com/fi/3644/)		
K. DAGIS-intrasivut (kirjaututaan osoitteesta www.dagis.fi /)		



34. Onko perheessänne toteutettu seuraavien bingojen tehtäviä?

1=En ole tietoinen bingosta 2=En ole tutustuttu bingoon 3=ei ole toteutettu tehtäviä, mutta tutustuimme niihin	4=Kyllä, toteutimme tehtäviä, mutta emme saaneet bingoriviä 5=Kyllä, ja saimme bingorivin	1	2	3	4	5
A. Kanelin Vauhtibingo (marraskuussa jaetussa kirjekuoressa)						
B. Tähtisilmän HeVi-potti (tammikuussa jaetussa kirjekuoressa)						
C. Kanelin Ruutusuora (helmikuussa jaetussa kirjekuoressa)						
D. Tähtisilmän makuretki (maaliskuussa jaetussa kirjekuoressa)						

35. Onko perheessänne luettu seuraavia DAGIS-materiaaleja?

1=En ole tietoinen materiaalista 2=En ole luettu ollenkaan 3=Kyllä, luettu joltain osin	4=Kyllä, luettu kerran 5=Kyllä, luettu useamman kerran	1	2	3	4	5
A. Tiikeri Tähtisilmä - tarina						
B. Possukissa Kaneli - tarina						
C. Liikkumiseen liittyvän DAGIS-kirjekuoren materiaali (Viisaan Pöllön vinkit, meidän perheen muutos)						
D. Kasviksiin ja hedelmiin liittyvän DAGIS-kirjekuoren materiaali (Viisaan Pöllön vinkit, meidän perheen muutos)						
E. Ruutuaikaan liittyvän DAGIS-kirjekuoren materiaali (Viisaan Pöllön vinkit, meidän perheen muutos)						
F. Sokeriin liittyvän DAGIS- kirjekuoren materiaali (Viisaan Pöllön vinkit, meidän perheen muutos)						
G. DAGIS-terveisiä perheille -sähköpostit						
H. Lapsen elintapoihin liittyvät palautteet (liikkuminen, ruutuaika, kasvikset ja hedelmät sekä sokeri)						



36. Osallistuitko sinä tai toinen mahdollinen huoltaja vanhempainilta-/aamupäiviin lapsesi

päiväkodissa? (Kaikkia vanhempaintapahtumia ei ole järjestetty kaikissa päiväkodeissa, ja niiden sisältö tai ajankohta ovat saattaneet poiketa mainituista)

	Kyllä	Ei	En ole tietoinen ilta- /aamupäivästä
A. Isänpäivä- tai pikkujoulusuunnistus (marras – joulukuussa) <i>-sisälsi liikunnallisen rastiradan</i>			
B. Tiikeri Tähtisilmän aistirata (tammikuussa) <i>-sisälsi esim. kasvien/hedelmien maistelua/haistelua</i>			
C. Possukissa Kanelin mediajumpparata (helmikuussa) <i>-sisälsi esim. mediateemaan liittyviä liikunnallisia rasteja</i>			
D. Viisaan Pöllön onnistumISRata (maalis – huhtikuussa) <i>-sisälsi esim. liikkumis-/ruutu-/herkkuvinkkien keräämistä</i>			

37. Oletko...

	KYLLÄ	EI
A. tehnyt merkintöjä Viisaan Pöllön retkikarttaan		
B. hyödyntänyt muiden tekemiä merkintöjä Viisaan Pöllön retkikartassa		
C. pohtinut yhdessä lapsen kanssa, miten Possukissa Kanelia tai Tiikeri Tähtisilmää voisi auttaa muuttamaan elintapojaan terveellisemmiksi.		

38. Missä määrin olet samaa mieltä seuraavien väittämien kanssa? Mielestäni kirjalliset DAGIS-materiaalit (esim. kirjekuorien sisällöt, sähköpostiviestit)

1=Täysin eri mieltä

4=Jokseenkin samaa mieltä

2=Jokseenkin eri mieltä

5=Täysin samaa mieltä

3=Ei samaa eikä eri mieltä

	1	2	3	4	5
A. Olivat helppolukuisia					
B. Sisälsivät minulle uutta tietoa					
C. Sisälsivät liikaa tietoa					
D. Antoivat minulle keinoja tukea lapseni itsesäätelytaitojen vahvistamista					
E. Antoivat minulle keinoja tukea lapseni terveellisiä elintapoja					
F. Saivat minut pohtimaan omaa roolimalliani elintapojen suhteen					



39. DAGIS-projekti (kaikki tarjotut materiaalit ja toiminnot esim. tarinat, bingot, retkikarttasovellus, hahmot, palautteet)

1=Täysin eri mieltä	4= Jokseenkin samaa mieltä				
2=Jokseenkin eri mieltä	5=Täysin samaa mieltä				
3=EI samaa eikä eri mieltä					
	1	2	3	4	5
A. Oli hyödyllinen meidän perheellemme					
B. Motivoi perhettämme edistämään lapsen elintapoja					
C. Sisälsi liian paljon toteutettavaa toimintaa					
D. Kiinnostoi lastani					
E. Sisälsi lapselleni liian haastavia asioita					
F. Lisäsi vuorovaikutusta lapseni päiväkodin henkilökunnan kanssa					
G. Lisäsi vuorovaikutusta muiden vanhempien kanssa lapseni päiväkodissa					

40. Kun mietit DAGIS-projektin tavoitetta edistää lasten elintapoja, kuinka hyödyllisenä olet kokenut seuraavat DAGIS-sisällöt?

1=En ole tietoinen sisällöstä	4= Jokseenkin hyödyllinen				
2= Ei ollenkaan hyödyllinen	5= Hyödyllinen				
3= Hieman hyödyllinen					
	1	2	3	4	5
A. Viisaan Pöllön retkikartta – sovellus					
B. Tarinoiden lukeminen lapsen kanssa (Tiikeri Tähtisilmä & Possukissa Kaneli)					
C. Kirjekuorien muu kirjallinen materiaali (Viisaan Pöllön vinkit, meidän perheen muutos)					
D. Vanhempainilta-/aamupäivät päiväkodissa					
E. Lapseni elintavoista saadut palautteet					
F. DAGIS-bingot					
G. DAGIS-terveisiiä perheille –sähköpostit ja niiden sisällöt					
H. DAGIS-seinän materiaali päiväkodissa					



41. Missä määrin DAGIS-projekti edisti mielestäsi lapsesi elintapoja...

1= Tarvetta muutokseen ei ollut		4= Jonkin verran			
2= Ei ollenkaan		5= Paljon			
3= Vain vähän					
	1	2	3	4	5
A. Ruutuajan vähentämisen suhteen					
B. Liikkumisen lisäämisen suhteen					
C. Sokeripitoisten ruokien ja juomien syönnin vähentämisen suhteen					
D. Kasvisten, hedelmien ja marjojen syönnin lisäämisen suhteen					
E. Itsesääätely- ja rauhoittumistaitojen suhteen					

42. Kuinka hyvin perheenne mielestäsi toteutti DAGIS-projektissa pyydettyjä tehtäviä, toimintoja ja vinkkejä? Anna arvosana asteikoilla 1 – 10.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

43. Kuinka luottavainen olet, että DAGIS-projektissa tarjotut ideat ja käytännöt säilyvät osana perheesi arkea tulevaisuudessa? (Ympyröi sopiva vaihtoehto)

1= En ollenkaan luottavainen					10=Erittäin luottavainen				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

44. Mitä mieltä olit yleisesti ottaen...

1= En pitänyt siitä ollenkaan		5=Pidin siitä paljon			
	1	2	3	4	5
A. DAGIS-projektista (toiminta ja materiaalit)					
B. DAGIS-tutkimuksesta (kyselylomakkeet, mittaukset jne.)					



45. Avoimet kommentit:

Kiitos vastauksista!