

In hoeverre heeft u inzicht in uw eigen eetgedrag?

1 2 3 4 5 6 7
bijna niet zeer veel

Hoe is uw algehele gemoedstoestand?

1 2 3 4 5 6 7
slecht heel goed

In hoeverre heeft u zicht op het herkennen van uw emoties?

[illegible]

In hoeverre dempt u lastige gevoelens met eten?

[illegible]

In hoeverre zoekt u afleiding als u lastige gevoelens met eten wilt dempen?

1 2 3 4 5 6 7
helemaal niet heel vaak

Hoe vaak heeft u last van eetbuien?

[illegible]

Wat is de frequentie van uw eetbuien op dit moment?

- ☐ 2 of meer keer per dag
- ☐ dagelijks
- ☐ 2 tot 6 keer per week
- ☐ wekelijks
- ☐ 1 tot 3 keer per maand
- ☐ 1 keer per maand
- ☐ een paar keer per jaar
- ☐ niet

Was er sprake van onderliggende problemen die uw eetbuien veroorzaakten?

- ☐ ja
- ☐ nee
- ☐ ik had / heb geen last van eetbuien

Hoe tevreden bent u momenteel met uw eigen
fitheid?

1 2 3 4 5 6 7
erg ontevreden erg tevreden

Hoe vaak doet u momenteel circa 30 minuten of langer aan beweging?

- ☐ dagelijks
- ☐ 2-4 keer per week
- ☐ 4-6 keer per week
- ☐ wekelijks
- ☐ 1 - 3 keer per maand
- ☐ minder dan 1 keer per maand