

1. Podré alimentar a mi familia con alimentos más saludables gracias a la clase.

- Estoy completamente de acuerdo De acuerdo
 No estoy de acuerdo Completamente en desacuerdo

2. Me siento más apto para hacer ejercicio solo o con mi familia gracias a la clase.

- Estoy completamente de acuerdo De acuerdo
 No estoy de acuerdo Completamente en desacuerdo

3. ¿Le recomendaría este programa a otras familias? Sí No

4. Una forma que aprendí para aumentar el consumo de frutas y verduras es:

5. Una estrategia que aprendí para controlar las porciones es:

6. Lo que más me gustó de esta sesión fue:

7. ¿Cuál es su opinión sobre la comida preparada hoy?

| Receta | No me gusta nada | | | | | Me encantó |
|--------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|------------|
| _____ | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 | |
| _____ | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 | |
| _____ | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 | |
| _____ | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 | |

Comentario:

¡Gracias!