

Questionnaire Swiss Salt Study 2022/23 (SSS2)

Original languages

	Deutsch		Français		Italiano	
	Fragen	Antwortmöglichkeiten	Questions	Réponses	Domande	Possibili risposte
	<i>Allgemeine Angaben</i>		<i>Informations générales</i>		<i>Informazioni generali</i>	
1	Welches ist Ihr Geburtsdatum?	Tag __ Monat __ Jahr ____	Quelle est votre date de naissance ?	Jour __ Mois __ Année ____	Data di nascita?	Giorno __ Mese __ Anno ____
2	Ihr Geschlecht?	1, Mann 2, Frau 3, Divers	Votre sexe ?	1, Homme 2, Femme 3, Autre	Genere?	1, Maschile 2, Femminile 3, Altro
3	Welche Nationalität(en) haben Sie?	1, Schweiz 2, Doppelte Nationalität (Schweiz und andere) Geben Sie an, welche andere Staatsangehörigkeit: _____ 3, Ausländische Nationalität(en) Geben Sie an, welche Staatsangehörigkeit(en) : _____	De quelle(s) nationalité(s) êtes-vous ?	1, Suisse 2, Double nationalité (suisse et autre) Précisez, quelle autre nationalité : _____ 3, Nationalité(s) étrangère(s) Précisez quelle(s) nationalité(s) : _____	Nazionalità?	1, Svizzera 2, Doppia nazionalità (svizzera e altra) Indicare quale altra nazionalità : _____ 3, Nazionalità estera/e Specificare la(e) nazionalità: _____
4	Wie lautet die Postleitzahl Ihres Wohnortes?	_____ (Bitte geben Sie 4 Ziffern für die Postleitzahl ein)	Quel est le NPA de votre lieu de résidence ?	_____ (Veuillez saisir 4 chiffres pour le NPA)	Numero postale d'avviamento del luogo di domicilio?	_____ (Si prega di inserire 4 cifre per il codice postale)
5	Wie viele Personen (mit Ihnen) wohnen in Ihrem Haushalt?	__ Personen	Combien de personnes (vous compris-e) vivent au sein de votre ménage ?	__ personnes	Da quante persone vivono nella Sua economia domestica (incluso Lei)?	__ persone
6	Wie würden Sie den Haushalt, in dem Sie leben, beschreiben?	1, Einpersonenhaushalt (alleinstehende Person) 2, Paar ohne Kinder / Kinder ausgezogen 3, Paar mit Kind(ern)	Comment décririez-vous le ménage au sein duquel vous vivez ?	1, Ménage d'une seule personne (personne seule) 2, Couple sans enfants / les enfants ont quitté le domicile familial	Come descriverebbe la comunità in cui vive?	1, Famiglia monocomponente (persona singola) 2, Coppia senza figli / i figli non vivono più a casa 3, Coppia con uno o più figli

		<p>4, Einelternhaushalt mit Kind(ern)</p> <p>5, Erwachsene, bei ihren Eltern oder einem Elternteil wohnende Person</p> <p>6, Anderer Haushaltstyp (z.B. Wohngemeinschaften aller Art)</p> <p>7, Keine Antwort</p>		<p>3, Couple avec enfant(s)</p> <p>4, Parent seul avec enfant(s)</p> <p>5, Adulte vivant chez ses parents ou un seul de ses parents</p> <p>6, Autre type de ménage (par ex. tous les types de communauté d'habitation)</p> <p>7, Pas de réponse</p>		<p>4, Famiglia monoparentale con uno o più figli</p> <p>5, Persona adulta che vive con uno o entrambi i genitori</p> <p>6, Altro (per es. comunità abitative di vario tipo)</p> <p>7, Nessuna risposta</p>
7	<p>Was ist die höchste Ausbildung, die Sie abgeschlossen haben? (Mit Diplom, Attest, Zertifikat oder Abschlusszeugnis)</p>	<p>1, Stufe 1: Obligatorische Schule abgeschlossen, oder keine Schule abgeschlossen</p> <p>2, Stufe 2: Zwischenjahr, Berufslehre oder Berufsschule (Vollzeit/Teilzeit), Gymnasiale Maturität, Fach- oder Berufsmaturität, Allgemeinbildende Schule, Diplommittelschule, Lehrerseminar oder ähnlich</p> <p>3, Stufe 3: Höhere Fachschule (Vollzeit/Teilzeit), höhere Berufsbildung (eidg. Diplom, Meisterdiplom) oder ähnlich, Fachhochschule (FH), Pädagogische Hochschule (PH), Universität, Universitäre Hochschule (ETH)</p> <p>4, Keine Antwort</p>	<p>Quel niveau de formation avez-vous atteint ? (sanctionné par un diplôme, une attestation ou un certificat)</p>	<p>1, Niveau 1 : Scolarité obligatoire terminée ou scolarité non terminée</p> <p>2, Niveau 2 : Année de transition, Apprentissage ou école professionnelle (temps plein/partiel), Maturité gymnasiale, maturité spécialisée ou professionnelle, École offrant une formation générale, école de degré diplôme, école normale ou équivalente</p> <p>3, Niveau 3 : École supérieure (temps plein/partiel), formation professionnelle supérieure (diplôme fédéral, maîtrise fédérale) ou équivalente, Haute école spécialisée (HES), haute école pédagogique (HEP), Université, haute école universitaire (EPF)</p> <p>4, Pas de réponse</p>	<p>Qual è la formazione più elevata da Lei conclusa? (Concluso con diploma, attestato, certificato, ecc.)</p>	<p>1, Livello 1: Scuola dell'obbligo completata, oppure non completata</p> <p>2, Livello 2: Anno sabbatico, Formazione professionale o scuola professionale (tempo pieno/tempo parziale), Maturità liceale, maturità professionale o specializzata, Scuola di formazione generale, scuola di diploma, scuola pedagogica o simili</p> <p>3, Livello 3: Scuola specializzata superiore (tempo pieno/tempo parziale), formazione professionale superiore (dipl. fed., master) o simili, Scuola universitaria professionale (SUP), Alta scuola pedagogica (ASP), Università, Politecnico (ETH)</p> <p>4, Nessuna risposta</p>
8	<p>Wie hoch ist ungefähr das gesamte monatliche Nettoeinkommen von Ihrem Haushalt? (Die Summe von allen Einkommen von allen Haushaltsmitgliedern zusammengezählt, <u>nach</u> Abzug von den obligatorischen Sozialversicherungs- und Pensionskassenbeiträgen,</p>	<p>1, Weniger als CHF 4000.- pro Monat</p> <p>2, CHF 4000.- bis CHF 7000.- pro Monat</p> <p>3, CHF 7000.- bis CHF 10'000.- pro Monat</p> <p>4, Mehr als CHF 10'000.- pro Monat</p> <p>5, Ich weiss nicht</p> <p>6, Ich möchte nicht antworten</p>	<p>À combien s'élève approximativement le revenu mensuel net total de votre ménage ? (somme des revenus de l'ensemble des membres du ménage, <u>après</u> déduction des cotisations obligatoires aux assurances sociales et aux caisses de pension, et en tenant compte des éventuelles pensions</p>	<p>1, Moins de 4000 CHF par mois</p> <p>2, Entre 4000 et 7000 CHF par mois</p> <p>3, Entre 7000 bis 10 000 CHF par mois</p> <p>4, Plus de 10 000 CHF par mois</p> <p>5, Je ne sais pas</p> <p>6, Je ne souhaite pas répondre</p>	<p>A quanto ammonta approssimativamente il reddito netto mensile complessivo della Sua economia domestica? (La somma di tutti i redditi di tutti i membri della Sua economia domestica, <u>dopo</u> aver dedotto i contributi obbligatori alle assicurazioni sociali e della cassa pensioni, deducendo o includendo</p>	<p>1, Meno di 4000 franchi al mese</p> <p>2, Da 4000 a 7000 franchi al mese</p> <p>3, Da 7000 a 10.000 franchi al mese</p> <p>4, Oltre 10.000 franchi al mese</p> <p>5, Non so</p> <p>6, Nessuna risposta</p>

	zuzüglich oder abzüglich von allfälligen Alimento)		alimentaires versées ou reçues)		eventuali pensioni alimentari versate o ricevute)	
	Alkohol- und Tabakkonsum		Consommation d'alcool et de tabac		Consumo di alcool e tabacco	
9	Wie häufig trinken Sie normalerweise alkoholische Getränke, also Bier, Wein, Likör, Aperitif, Spirituosen oder Schnaps?	1, Mehrmals pro Tag 2, 1-mal pro Tag 3, Mehrmals pro Woche 4, Weniger 5, Nie, abstinert 6, Keine Antwort	Habituellement, à quelle fréquence consommez-vous des boissons alcoolisées, c'est-à-dire de la bière, du vin, des liqueurs, des apéritifs, spiritueux ou eaux-de-vie ?	1, Plusieurs fois par jour 2, Une fois par jour 3, Plusieurs fois par semaine 4, Moins que cela 5, Jamais, je suis abstinert(e) 6, Pas de réponse	Abitualmente con quale frequenza consuma bevande alcoliche cioè birra, vino, liquori, aperitivi, alcolici o acquaviti?	1, Più volte al giorno 2, Una volta al giorno 3, Più volte alla settimana 4, Meno frequentemente 5, Mai, sono astemio/a 6, Nessuna risposta
10a	Rauchen Sie, wenn auch nur selten? (Elektronische Zigaretten und erhitzte Tabakprodukte zählen auch dazu)	1, Ja, täglich 2, Ja, aber nicht täglich 3, Ehemalige/r Raucher/in ↳ 10b 4, Nichtraucher/in (nie geraucht) 5, Keine Angabe	Fumez-vous, même occasionnellement ? (les cigarettes électroniques et les produits de tabac chauffés comptent également)	1, Oui, quotidiennement 2, Oui, mais pas quotidiennement 3, Ancien-ne fumeur/-meuse ↳ 10b 4, Non-fumeur/-meuse (jamais fumé) 5, Pas de réponse	Lei fuma, anche occasionalmente? (Considerare anche le sigarette elettroniche e i prodotti di tabacco riscaldato).	1, Sì, ogni giorno 2, Sì, ma non ogni giorno 3, Sono un ex fumatore/un'ex fumatrice ↳ 10b 4, Non fumo (mai fumato) 5, Nessuna risposta
10b	Wie lange ist es her, dass Sie aufgehört haben? (Tragen Sie die Anzahl der Jahre oder Monate in das Kästchen ein und geben Sie an, ob es sich um Jahre oder Monate handelt, indem Sie unter das Kästchen klicken.)	_____ <i>(Bitte geben Sie eine Zahl ein. Bei Dezimalwerten verwenden Sie einen Punkt statt eines Kommas, z. B. 2.5 für zweieinhalb Jahre. Geben Sie an, ob es sich um Jahre oder Monate handelt, indem Sie unter das Feld klicken)</i>	Depuis combien de temps avez-vous arrêté ? (Indiquer le nombre d'années ou de mois et précisez s'il s'agit d'années ou mois en cliquant sous la case)	_____ <i>(Veuillez entrer un nombre. Pour les valeurs décimales utiliser un point au lieu d'une virgule ex: 2.5 pour 2 ans et demi. Précisez s'il s'agit d'années ou mois en cliquant sous la case)</i>	Da quanto tempo ha smesso di fumare? (Inserisca il numero di anni o mesi nella casella e specifica se si tratta di anni o mesi cliccando sotto la casella)	_____ <i>(Si prega di inserire un numero. Per i valori decimali, usa un punto completo invece di una virgola, ad esempio 2.5 per due e mezzo anni. Si prega di specificare se si tratta di anni o mesi cliccando sotto la casella)</i>
11a	Was rauchten Sie gewöhnlich? (Mehrere Antworten möglich)	6, Zigaretten 7, Elektronische Zigaretten 8, Erhitzte Tabakprodukte wie z.B. IQOS 9, Wasserpfeife, Shisha 10, Andere gerauchte Tabakprodukte	Que fumiez-vous habituellement ? (plusieurs réponses possibles)	6, Cigarettes 7, Cigarettes électroniques 8, Produits de tabac chauffés comme IQOS 9, Pipe à eau, shisha 10, Autres produits à base de tabac fumé	Che cosa fumava di solito? (sono possibili più risposte)	6, Sigarette 7, Sigarette elettroniche 8, Prodotti di tabacco riscaldato come IQOS 9, Narghilè, shisha 10, Altri prodotti di tabacco da fumare

11b	Was rauchen Sie gewöhnlich? (Mehrere Antworten möglich)	6, Zigaretten 7, Elektronische Zigaretten 8, Erhitzte Tabakprodukte wie z.B. IQOS 9, Wasserpfeife, Shisha 10, Andere gerauchte Tabakprodukte	Que fumez-vous habituellement ? (plusieurs réponses possibles)	6, Cigarettes 7, Cigarettes électroniques 8, Produits de tabac chauffés comme IQOS 9, Pipe à eau, shisha 10, Autres produits à base de tabac fumé	Che cosa fuma di solito ? (sono possibili più risposte)	6, Sigarette 7, Sigarette elettroniche 8, Prodotti di tabacco riscaldato come IQOS 9, Narghilè, shisha 10, Altri prodotti di tabacco da fumare
Körperliche Aktivität			Activité physique		Attività fisica	
12	Verhalten im Alltag: Kommen Sie in Ihrer Freizeit mindestens einmal pro Woche durch körperliche Betätigung zum Schwitzen? (z.B. durch Rennen, Velofahren, Sport treiben etc.)	1, Ja ↳ 13 2, Nein 3, Keine Antwort	Comportement au quotidien : pendant vos loisirs, avez-vous au moins une fois par semaine une activité physique qui vous fait transpirer ? (par ex. la course à pied, faire du vélo, faire du sport, etc.)	1, Oui ↳ 13 2, Non 3, Pas de réponse	Abitudini nella vita quotidiana Durante i Suoi svaghi, esercita almeno una volta alla settimana un'attività fisica che La fa sudare? (per es. correre, andare in bicicletta, fare sport, ecc.)	1, Sì ↳ 13 2, No 3, Nessuna risposta
13	Wenn ja, an wie vielen Tagen pro Woche im Durchschnitt?	_____ <i>(Bitte geben Sie eine Zahl zwischen 1 und 7 an)</i>	En moyenne, combien de jours par semaine ?	_____ <i>(Veuillez indiquer un nombre entre 1 et 7)</i>	In media quanti giorni alla settimana?	_____ <i>(Si prega di inserire un numero tra 1 e 7)</i>
14a	Betreffend weniger intensiven Bewegungsformen, das heisst Aktivitäten, wo Sie zumindest ein bisschen ausser Atem kommen, aber nicht unbedingt ins Schwitzen (z.B. zügiges Laufen, Wandern, Tanzen, Gartenarbeiten etc.) An wie vielen Tagen pro Woche machen Sie solche körperlichen Aktivitäten?	1, 1 bis mehrere Tage pro Woche ↳ 14b 2, Nie 3, Weiss nicht 4, Keine Antwort	S'agissant des formes de mouvements moins intensifs, c'est-à-dire des activités physiques au cours desquelles vous êtes au moins un peu essoufflé(e), mais qui ne vous font pas nécessairement transpirer (par ex. la marche rapide, des excursions à pied, la danse, le jardinage, etc.) Combien de jours par semaine pratiquez-vous de telles activités physiques ?	1, 1 à plusieurs jours par semaine ↳ 14b 2, Jamais 3, Je ne sais pas 4, Pas de réponse	Relativo a forme di movimento meno intensive, cioè attività fisiche che Le fanno venire almeno un po' il fiato grosso, ma che non fanno necessariamente sudare (per es. fare una marcia rapida, fare gite, ballare, svolgere lavori di giardinaggio, ecc.) Quanti giorni alla settimana svolge tali attività fisiche?	1, Da 1 a più giorni alla settimana ↳ 14b 2, Mai 3, Non so 4, Nessuna risposta

14b	Wie viele Tage pro Woche im Durchschnitt? _____ <i>(Bitte geben Sie eine Zahl zwischen 1 und 7 an)</i>	En moyenne, combien de jours par semaine ? _____ <i>(Veuillez indiquer un nombre entre 1 et 7)</i>	In media, quanti giorni alla settimana? _____ <i>(Si prega di inserire un numero tra 1 e 7)</i>
15a	Wie lange sind Sie im Durchschnitt an diesen Tagen aktiv? (Bezogen auf weniger intensive Bewegungsformen) 1, Eine bis wenige Stunden pro Tag ↳ 15b 2, Ein paar Minuten pro Tag ↳ 15c 3, Weiss nicht 4, Keine Antwort	Pendant ces jours, quelle est en moyenne la durée de ces activités physiques ? (à formes de mouvements moins intensifs) 1, Quelques heures par jour ↳ 15b 2, Quelques minutes par jour ↳ 15c 3, Je ne sais pas 4, Pas de réponse	In media, per quanto tempo svolge queste attività per ognuno di questi giorni? (Forme di movimento meno intensive) 1, Da una a qualche ora al giorno ↳ 15b 2, Qualche minuto al giorno ↳ 15c 3, Non so 4, Nessuna risposta
15b	Wie viele Stunden pro Tag im Durchschnitt? _____	En moyenne, combien d'heures par jour ? _____	In media, quante ore al giorno? _____
15c	Wie viele Minuten sind es im Durchschnitt pro Tag? _____ <i>(Bitte geben Sie eine Zahl zwischen 1 und 59 an)</i>	En moyenne, combien de minutes par jour ? _____ <i>(Veuillez indiquer un nombre entre 1 et 59)</i>	In media, quanti minuti al giorno? _____ <i>(Si prega di inserire un numero tra 1 e 59)</i>
16a	Betreffend sitzende Tätigkeiten (z.B. bei der Arbeit, zu Hause, auf dem Weg von einem Ort zum andern oder während der Freizeit, am Tisch, vor dem Fernseher oder beim Lesen) Alles in allem, wie viele Stunden verbringen Sie insgesamt an einem gewöhnlichen Wochentag (Montag bis Freitag) im Sitzen? (Bitte runden Sie auf die nächste Stunde auf) 1, 1 bis mehrere Stunden pro Tag ↳ 16b 2, Weiss nicht 3, Keine Antwort	Concernant la position assise (par ex. au travail, à la maison, en déplacement ou pendant les loisirs, à table, devant la télévision ou en lisant) Au total, combien d'heures êtes-vous assis(e) pendant un jour de semaine habituel (lundi au vendredi) ? (Veuillez arrondir à l'heure suivante)	Relativo alla posizione seduta (per es. al lavoro, a casa, nel tragitto da un luogo all'altro o nel tempo libero, a tavola, davanti alla TV o leggendo) In tutto, quante ore sta seduto(a) complessivamente durante un giorno settimanale abituale (dal lunedì al venerdì) (Si prega di arrotondare all'ora successiva)
16b	Wie viele Stunden pro Tag im Durchschnitt? (Bitte runden Sie auf die nächste Stunde auf) _____ <i>(Bitte runden und eine ganze Zahl zwischen 1 und 24 angeben)</i>	En moyenne, combien d'heures par jour ? (Veuillez arrondir à l'heure suivante) _____ <i>(Veuillez arrondir et indiquer un nombre entier entre 1 et 24)</i>	In media, quante ore al giorno? (Si prega di arrotondare all'ora successiva) _____ <i>(Si prega di arrotondare e inserire un numero intero tra 1 e 24)</i>

17	Wie häufig unterbrechen Sie das Sitzen, also wie häufig stehen Sie auf?	1, Weniger als 1 Mal die Stunde 2, Stündlich 3, Halbstündlich 4, Alle 15 Minuten 5, Alle 10 Minuten 6, Alle 5 Minuten 7, Weiss nicht 8, Keine Antwort	A quelle fréquence interrompez-vous votre position assise, c'est-à-dire à quelle fréquence vous levez-vous ?	1, Moins d'une fois par heure 2, Toutes les heures 3, Toutes les demi-heures 4, Toutes les 15 minutes 5, Toutes les 10 minutes 6, Toutes les 5 minutes 7, Je ne sais pas 8, Pas de réponse	Con quale frequenza interrompe la posizione seduta, ovvero con quale frequenza si alza?	1, Meno di 1 volta ogni ora 2, Ogni ora 3, Ogni mezz'ora 4, Ogni 15 minuti 5, Ogni 10 minuti 6, Ogni 5 minuti 7, Non so 8, Nessuna risposta
	Medizinische Fragen		Questions d'ordre médical		Domande mediche	
18	Ist Ihr Blutdruck schon einmal von einer medizinischen Fachperson gemessen worden?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht	Avez-vous déjà eu une mesure de la pression artérielle effectuée par un professionnel de la santé ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas	Si è già fatto misurare la pressione arteriosa da un professionista della sanità?	1, Sì 2, No 3, Non so
19	Hat Ihnen eine Ärztin/ein Arzt oder eine andere Person aus dem medizinischen Bereich schon einmal gesagt, Ihr Blutdruck sei zu hoch?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht 4, Keine Antwort	Un médecin ou une autre personne travaillant dans le domaine médical vous a-t-il déjà dit que votre tension artérielle était trop élevée ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas 4, Pas de réponse	Le è già stato detto da un medico o da una persona che lavora nel campo della medicina, che la Sua pressione arteriosa è troppo alta?	1, Sì 2, No 3, Non so 4, Nessuna risposta
20	Nehmen Sie zurzeit (in den letzten 30 Tagen) ärztlich verschriebene Medikamente gegen zu hohen Blutdruck ein?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht	Prenez-vous actuellement (au cours des 30 derniers jours) des médicaments sur prescription médicale pour traiter l'hypertension artérielle ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas	Al momento (negli ultimi 30 giorni) assume medicinali prescritti dal medico per il trattamento dell'ipertensione arteriosa?	1, Sì 2, No 3, Non so
21	Hat Ihnen eine Ärztin/ein Arzt schon einmal gesagt, Sie hätten Diabetes oder Sie seien zuckerkrank?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht 4, Keine Antwort	Un médecin vous a-t-il déjà dit que vous aviez du diabète ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas 4, Pas de réponse	Le è già stato detto da un medico che ha il diabete?	1, Sì 2, No 3, Non so 4, Nessuna risposta
22	Wenn ja, um welchen Typ Diabetes hat es sich dabei gehandelt?	1, Typ 1 2, Typ 2 3, Ein anderer Typus 4, Weiss nicht 5, Keine Antwort	Dans l'affirmative, de quel type de diabète s'agit-il ?	1, Type 1 2, Type 2 3, Un autre type 4, Je ne sais pas 5, Pas de réponse	Se sì, di quale tipo di diabete si tratta?	1, Tipo 1 2, Tipo 2 3, Un altro tipo 4, Non so 5, Nessuna risposta

23	Nehmen Sie zurzeit (in den letzten 30 Tagen) ärztlich verschriebene Medikamente oder Insulin gegen Diabetes ein?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht	Prenez-vous actuellement (au cours des 30 derniers jours) des médicaments sur prescription médicale ou de l'insuline contre le diabète ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas	Al momento (negli ultimi 30 giorni) assume medicinali/insulina prescritti dal medico per il diabete?	1, Sì 2, No 3, Non so
24	Hat Ihnen eine Ärztin/ein Arzt schon einmal gesagt, Sie hätten ein Nierenproblem (Unterfunktion der Niere)?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht 4, Keine Antwort	Un médecin vous a-t-il déjà dit que vous aviez un problème rénal (insuffisance rénale) ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas 4, Pas de réponse	Le è stato diagnosticato dal medico un qualche problema ai reni?	1, Sì 2, No 3, Non so 4, Nessuna risposta
25	Nehmen Sie zurzeit (in den letzten 30 Tagen) ärztlich verschriebene Medikamente gegen Nierenprobleme (Unterfunktion der Niere) ein?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht	Prenez-vous actuellement (au cours des 30 derniers jours) des médicaments sur prescription médicale contre des problèmes rénaux (insuffisance rénale) ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas	Al momento (negli ultimi 30 giorni) assume medicinali prescritti dal medico per problemi ai reni (disfunzioni renali)?	1, Sì 2, No 3, Non so
26	Nehmen Sie zurzeit (in den letzten Tagen) ärztlich verschriebene Medikamente für andere medizinische Probleme ein?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht	Prenez-vous actuellement (au cours des 30 derniers jours) des médicaments sur prescription médicale pour soigner d'autres problèmes médicaux ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas	Al momento (negli ultimi giorni) assume medicinali prescritti dal medico per altri problemi medici?	1, Sì 2, No 3, Non so
27a	Nehmen Sie derzeit (in den letzten 30 Tagen) Nahrungsergänzungsmittel ein?	1, Ja, täglich 2, Ja, wöchentlich 3, Ja, saisonal 4, Ja, nur selten 5, Nein 6, Weiss nicht	Prenez-vous actuellement (au cours des 30 derniers jours) des compléments alimentaires ?	1, Oui, tous les jours 2, Oui, toutes les semaines 3, Oui, de façon saisonnière 4, Oui, seulement rarement 5, Non 6, Je ne sais pas	Al momento (negli ultimi 30 giorni) assume regolarmente integratori alimentari?	1, Sì, ogni giorno 2, Sì, ogni settimana 3, Sì, ogni stagione 4, Sì, solo raramente 5, No 6, Non so
27b	Nehmen Sie zurzeit regelmässig (in den letzten 30 Tagen) Lebensmittel für Sportler*innen ein?	1, Ja, täglich 2, Ja, wöchentlich 3, Ja, saisonal 4, Ja, nur selten 5, Nein 6, Weiss nicht	Prenez-vous actuellement (au cours des 30 derniers jours) des denrées alimentaires destinées aux sportifs et aux sportives ?	1, Oui, tous les jours 2, Oui, toutes les semaines 3, Oui, de façon saisonnière 4, Oui, seulement rarement 5, Non 6, Je ne sais pas	Al momento (negli ultimi 30 giorni) assume regolarmente integratori alimentari e/o alimenti per sportivi?	1, Sì, ogni giorno 2, Sì, ogni settimana 3, Sì, ogni stagione 4, Sì, solo raramente 5, No 6, Non so

28	Wenn ja, welche Nahrungsergänzungsmittel und/oder Lebensmittel für Sportler*innen nehmen Sie ein? (Mehrere Antworten möglich)	1, Vitamine (Vit. C, Vit. D, Vit. B12, Folsäure etc.) 2, Mineralstoffe (Calcium, Magnesium, Eisen, Selen, Zink etc.) 3, Omega-3-Fettsäuren (Fischöl) 4, Pflanzliche Produkte (Extrakte aus Pflanzen, Algen, Pilze etc.) 5, Probiotika (Bakterien, Hefen etc.) 6, Produkte zur Energiebereitstellung (Sportgetränke etc.) 7, Protein- und Aminosäurepräparate (Shakes, Pulver etc.) 8, Weiss nicht 9, Andere	Dans l'affirmative, lesquels ? (plusieurs réponses possibles)	1, Vitamines (vitamine C, vitamine D, vitamine B12, acide folique, etc.) 2, Sels minéraux (calcium, magnésium, fer, sélénium, zinc, etc.) 3, Acides gras oméga-3 (huile de poisson) 4, Produits d'origine végétale (extraits de plante, algues, champignons, etc.) 5, Probiotiques (bactéries, levures, etc.) 6, Produits fournisseurs d'énergie (produits énergisants, etc.) 7, Préparations à base de protéines et d'acides aminés (shakes, poudres, etc.) 8, Je ne sais pas 9, Autre	Se sì, quali integratori alimentari e/o alimenti per sportivi assume? (sono possibili più risposte)	1, Vitamine (Vit. C, vit. D, vit. B12, acido folico, ecc.) 2, Sali minerali (calcio, magnesio, ferro, selenio, zinco, ecc.) 3, Acidi grassi Omega-3 (olio di pesce) 4, Prodotti a base vegetale (estratti di piante, alghe, funghi, ecc.) 5, Probiotici (batteri, lieviti, ecc.) 6, Prodotti energetici (bevande sportive, ecc.) 7, Preparati di proteine e amminoacidi (frullati, polveri, ecc.) 8, Non so 9, Altri
Ernährungsgewohnheiten			Habitudes alimentaires		Abitudini alimentari	
29	Meiden Sie bestimmte Lebensmittel bei Ihrer Ernährung?	1, Ja 2, Nein	Évitez-vous certains aliments ?	1, Oui 2, Non	Evita alcuni alimenti nella Sua dieta?	1, Sì 2, No
30	Wenn ja, welche der untenstehenden Lebensmittel meiden Sie? (Mehrere Antworten möglich)	1, Eier 2, Fleisch 3, Früchte 4, Gemüse 5, Fisch 6, Meeresfrüchte 7, Käse 8, Milch 9, Andere Milchprodukte 10, Nüsse 11, Getreideprodukte 12, Alkohol 13, Andere	Dans l'affirmative, lesquels parmi ceux listés ci-après ? (plusieurs réponses possibles)	1, Œufs 2, Viande 3, Fruits 4, Légumes 5, Poisson 6, Fruits de mer 7, Fromage 8, Lait 9, Autres produits laitiers 10, Fruits à coque 11, Produits céréaliers 12, Alcool 13, Autre	Se sì, quali dei seguenti alimenti evita? (sono possibili più risposte)	1, uova 2, carne 3, frutta 4, verdura 5, pesce 6, frutti di mare 7, formaggio 8, latte 9, altri latticini 10, noci 11, prodotti a base di cereali 12, alcool 13, altro
31	Ernähren Sie sich zurzeit (länger als 6 Monate) vegetarisch oder vegan?	1, Ja 2, Nein 3, Keine Antwort	Suivez-vous actuellement (depuis plus de 6 mois) un régime végétarien ou végétalien ?	1, Oui 2, Non 3, Pas de réponse	Al momento (da più di 6 mesi) segue un'alimentazione vegetariana o vegana?	1, Sì 2, No 3, Nessuna risposta

32	<p>Wie viel Flüssigkeit trinken Sie schätzungsweise an einem gewöhnlichen Wochentag, alkoholische Getränke nicht mitgerechnet? (Bitte geben Sie eine Zahl ein. Bei Dezimalwerten verwenden Sie einen Punkt statt eines Kommas, z. B. 1.5 für 1 Liter und einen halben.)</p>	<p>_____</p> <p><i>(Bitte geben Sie eine Zahl ein. Bei Dezimalwerten verwenden Sie einen Punkt statt eines Kommas, z. B. 2.5 für zweieinhalb Liter.)</i></p>	<p>Quelle quantité de liquide estimez-vous boire au cours d'une journée de semaine habituel, sans compter les boissons alcoolisées ? (Veuillez entrer un nombre. Pour les valeurs décimales utiliser un point au lieu d'une virgule ex: 1.5 pour 1 Litres et demi)</p>	<p>_____</p> <p><i>(Veuillez entrer un nombre. Pour les valeurs décimales utiliser un point au lieu d'une virgule ex: 2.5 pour 2 Litres et demi)</i></p>	<p>Quanti liquidi beve approssimativamente in un normale giorno settimanale, senza includere le bevande alcoliche? (Si prega di inserire un numero. Per i valori decimali usare un punto invece di una virgola, ad esempio 1.5 per un litro e mezzo)</p>	<p>_____</p> <p><i>(Si prega di inserire un numero. Per i valori decimali usare un punto invece di una virgola, ad esempio 2.5 per due litri e mezzo)</i></p>
33	<p>Wie viele Portionen Früchte (ohne Fruchtsäfte) nehmen Sie durchschnittlich am Tag zu sich? Eine Portion entspricht der Grösse Ihrer Faust oder etwa 120g (z.B. 1 Apfel, 1 Birne etc.)</p>	<p>1, Keine 2, weniger als 1 Portion pro Tag 3, 1 bis 2 Portionen pro Tag 4, 3 bis 4 Portionen pro Tag 5, 5 oder mehr Portionen pro Tag 6, Weiss nicht</p>	<p>Combien de portions de fruits, hors jus de fruits, consommez-vous en moyenne par jour ? Une portion correspond à la taille de votre poing ou à environ 120 g (par ex. 1 pomme ou 1 poire, etc.).</p>	<p>1, Aucune 2, Moins de 1 portion par jour 3, 1 à 2 portions par jour 4, 3 à 4 portions par jour 5, 5 portions ou plus par jour 6, Je ne sais pas</p>	<p>Quante porzioni di frutta (esclusi i succhi di frutta) consuma in media al giorno? Una porzione corrisponde alla grandezza del Suo pugno o a circa 120 g (per es. 1 mela, 1 pera, ecc.)</p>	<p>1, Nessuna 2, Meno di 1 porzione al giorno 3, Da 1 a 2 porzioni al giorno 4, Da 3 a 4 porzioni al giorno 5, 5 o più porzioni al giorno 6, Non so</p>
34	<p>Wie viele Portionen Gemüse oder Salat (ohne Gemüsesäfte) nehmen Sie durchschnittlich am Tag zu sich? Eine Portion entspricht der Grösse Ihrer Faust oder etwa 120g (z.B. 1 Tomate, 1 grosses Rüebli etc. aber ohne Kartoffeln)</p>	<p>1, Keine 2, weniger als 1 Portion pro Tag 3, 1 bis 2 Portionen pro Tag 4, 3 bis 4 Portionen pro Tag 5, 5 oder mehr Portionen pro Tag 6, Weiss nicht</p>	<p>Combien de portions de légumes ou de salade, hors jus de légumes, consommez-vous en moyenne par jour ? Une portion correspond à la taille de votre poing ou à environ 120 g (par ex. 1 tomate, 1 grande carotte, etc., mais hors pommes de terre).</p>	<p>1, Aucune 2, Moins de 1 portion par jour 3, 1 à 2 portions par jour 4, 3 à 4 portions par jour 5, 5 portions ou plus par jour 6, Je ne sais pas</p>	<p>Quante porzioni di verdura o insalata (esclusi i succhi di verdura) consuma in media al giorno? Una porzione corrisponde alla grandezza del Suo pugno o a circa 120 g (per es. 1 pomodoro, 1 carota grande, ecc. ma escluse le patate)</p>	<p>1, Nessuna 2, Meno di 1 porzione al giorno 3, Da 1 a 2 porzioni al giorno 4, Da 3 a 4 porzioni al giorno 5, 5 o più porzioni al giorno 6, Non so</p>
35	<p>Wie viele Portionen reine Früchte- und/oder Gemüsesäfte trinken Sie durchschnittlich pro Tag? Eine Portion entspricht etwa 2 dl (z.B. Smoothies, Orangensaft etc. aber ohne Schorle oder Fruchtlimonaden)</p>	<p>1, Keine 2, weniger als 1 Portion pro Tag 3, 1 bis 2 Portionen pro Tag 4, 3 bis 4 Portionen pro Tag 5, 5 oder mehr Portionen pro Tag 6, Weiss nicht</p>	<p>Combien de portions de jus de fruits et/ou de légumes purs buvez-vous en moyenne par jour ? Une portion équivaut à environ 2 dl (par ex. smoothies, jus d'oranges, etc., mais hors mélanges jus de fruits et eau gazeuse (Schorle) ni limonades à base de fruits).</p>	<p>1, Aucune 2, Moins de 1 portion par jour 3, 1 à 2 portions par jour 4, 3 à 4 portions par jour 5, 5 portions ou plus par jour 6, Je ne sais pas</p>	<p>Quante porzioni di succhi di frutta / di verdura puri beve in media al giorno? Una porzione corrisponde a circa 2 dl (per es. smoothie, succo d'arancia, ecc. esclusi i succhi diluiti e le limonate)</p>	<p>1, Nessuna 2, Meno di 1 porzione al giorno 3, Da 1 a 2 porzioni al giorno 4, Da 3 a 4 porzioni al giorno 5, 5 o più porzioni al giorno 6, Non so</p>

36	Wie viele Portionen Gemüsesuppe nehmen Sie durchschnittlich zu sich? Eine Portion entspricht etwa 1 Suppenteller oder 2 dl (mit hohem Gemüseanteil, ohne Bouillon-, Mais-, Nudel- oder Kartoffelsuppen sowie keine Instant-Suppen)	1, Keine 2, 1 bis 3 pro Woche 3, 4 bis 6 pro Woche 4, 1 pro Tag 5, 2 pro Tag 6, mehr als 2 pro Tag 7, Weiss nicht	Combien de portions de soupe de légumes consommez-vous en moyenne ? Une portion équivaut environ au volume d'une assiette creuse ou à 2 dl (contenant une proportion importante de légumes, hors soupes à base de bouillon, de maïs, de nouilles ou de pommes de terre et soupes instantanées)	1, Aucune 2, 1 à 3 par semaine 3, 4 à 6 par semaine 4, 1 par jour 5, 2 par jour 6, Plus de 2 par jour 7, Je ne sais pas	Quante porzioni di zuppa di verdura consuma in media? Una porzione corrisponde a circa 1 piatto di zuppa o 2 dl (con un elevato contenuto di verdure, esclusi brodi, zuppe di mais, di pasta o di patate e zuppe istantanee)	1, Nessuna 2, Da 1 a 3 a settimana 3, Da 4 a 6 a settimana 4, 1 al giorno 5, 2 al giorno 6, Più di 2 al giorno 7, Non so
37	Wie viel Salz essen Sie Ihrer Meinung nach?	1, Wenig 2, Mittel 3, Viel	Selon vous, la quantité de sel que vous consommez est :	1, petite 2, moyenne 3, élevée	Come valuta il Suo consumo di sale?	1, Basso 2, Medio 3, Alto
38	Denken Sie, dass zu viel Salz negative Auswirkungen auf Ihre Gesundheit hat?	1, Ja 2, Nein 3, Weiss nicht	Pensez-vous que l'excès de sel a des effets négatifs sur la santé ?	1, Oui 2, Non 3, Je ne sais pas	Ritiene che troppo sale abbia effetti negativi sulla salute?	1, Sì 2, No 3, Non so
39	Für welche Krankheiten besteht Ihrer Meinung nach ein direkter Zusammenhang mit der Salzaufnahme? (Mehrere Antworten möglich)	1, Herzerkrankung 2, Reizdarmsyndrom (RDS) 3, Tuberkulose (TB) 4, Übergewicht/Adipositas 5, Bluthochdruck 6, Diabetes 7, Herzinfarkt 8, Schlaganfall 9, Keine Krankheit 10, Andere Krankheiten 11, Weiss nicht	D'après vous, quelles maladies sont directement liées à la consommation de sel ? (plusieurs réponses possibles)	1, Maladies coronariennes 2, Syndrome de l'intestin irritable (SII) 3, Tuberculose (TB) 4, Surpoids/obésité 5, Hypertension 6, Diabète 7, Infarctus du myocarde (crise cardiaque) 8, Accident vasculaire cérébral (AVC) 9, Aucune maladie 10, Autres maladies 11, Je ne sais pas	Per quali malattie sussiste, secondo Lei, un legame diretto con l'assunzione di sale? (sono possibili più risposte)	1, Malattie cardiache 2, Sindrome dell'intestino irritabile (SCI) 3, Tubercolosi (TB) 4, Sovrappeso/obesità 5, Ipertensione / Alta pressione sanguigna 6, Diabete 7, Infarto cardiaco 8, Apoplessia / Ictus 9, Nessuna malattia 10, Altre malattie 11, Non so
40	Achten Sie derzeit auf Ihren Salzkonsum oder reduzieren Sie ihn?	1, Ja 2, Nein	Actuellement, faites-vous attention à votre consommation de sel dans votre alimentation, ou la réduisez-vous ?	1, Oui 2, Non	Attualmente fa attenzione al Suo consumo di sale oppure lo sta riducendo?	1, Sì 2, No
41	Wenn ja, was tun Sie regelmässig, um weniger Salz zu essen?	1, Den Konsum von verarbeiteten Lebensmitteln vermeiden/minimieren	Dans l'affirmative, quelles habitudes avez-vous adoptées ?	1, J'évite / je réduis ma consommation d'aliments transformés	Se sì, cosa fa regolarmente per consumare meno sale?	1, Evito / riduco al minimo il consumo di cibi trasformati 2, Presto attenzione alle informazioni sul sale o sul

	(Mehrere Antworten möglich)	2, Auf die Salz- oder Natriumangaben auf Lebensmittelverpackungen achten 3, Salzarme Alternativen kaufen 4, Auswärts essen vermeiden 5, Beim Kochen kein/wenig Salz hinzufügen 6, Andere Gewürze als Salz beim Kochen verwenden 7, Kein Nachsalzen während dem Essen 8, Anderes Geben Sie an, welche(r) andere(n) : _____	(plusieurs réponses possibles)	2, Je fais attention à la teneur en sel ou en sodium indiquée sur les emballages des aliments 3, J'achète des alternatives pauvres en sel 4, J'évite de manger à l'extérieur 5, Je cuisine peu salé ou je renonce au sel 6, J'utilise d'autres épices que le sel pour cuisiner 7, Je ne sale pas les plats que je mange 8, Autre Précisez, quel autre(s) : _____	(sono possibili più risposte)	sodio sulle confezioni degli alimenti 3, Acquisto alternative a basso contenuto di sale 4, Evito di mangiare fuori casa 5, Per la cottura dei cibi uso poco sale o non lo uso affatto 6, Per la cottura dei cibi uso condimenti/spezie diversi dal sale 7, Non salo ulteriormente i cibi a tavola 8, Altro Specificare, quale/i altro/i : _____
42	Wenn Sie zu Hause essen, salzen Sie normalerweise Ihre Speisen beim Essen nach? (Nur 1 Antwort möglich)	1, Immer (10 von 10 Mahlzeiten) 2, Meistens (6 bis 9 von 10 Mahlzeiten) 3, Gelegentlich (1 bis 5 von 10 Mahlzeiten) 4, Nie (0 von 10 Mahlzeiten)	Lorsque vous mangez à la maison, à quelle fréquence resalez-vous les plats que vous mangez ? (1 seule réponse possible)	1, Systématiquement (10 repas sur 10) 2, La plupart du temps (entre 6 et 9 repas sur 10) 3, Occasionnellement (entre 1 et 5 repas sur 10) 4, Jamais (0 repas sur 10)	Quando mangia a casa, di solito sala ulteriormente i cibi a tavola? (Solo 1 risposta possibile)	1, Sempre (10 pasti su 10) 2, Spesso (da 6 a 9 pasti su 10) 3, Occasionalmente (da 1 a 5 pasti su 10) 4, Mai (0 pasti su 10)
43	Wenn Sie ausser Haus (z.B. im Restaurant) essen, salzen Sie normalerweise Ihre Speisen beim Essen nach? (Nur 1 Antwort möglich)	1, Immer (10 von 10 Mahlzeiten) 2, Meistens (6 bis 9 von 10 Mahlzeiten) 3, Gelegentlich (1 bis 5 von 10 Mahlzeiten) 4, Nie (0 von 10 Mahlzeiten)	Lorsque vous mangez à l'extérieur (par ex. au restaurant), à quelle fréquence resalez-vous les plats que vous mangez ? (1 seule réponse possible)	1, Systématiquement (10 repas sur 10) 2, La plupart du temps (entre 6 et 9 repas sur 10) 3, Occasionnellement (entre 1 et 5 repas sur 10) 4, Jamais (0 repas sur 10)	Quando mangia fuori casa (per es. al ristorante) di solito sala ulteriormente i cibi a tavola? (Solo 1 risposta possibile)	1, Sempre (10 pasti su 10) 2, Spesso (da 6 a 9 pasti su 10) 3, Occasionalmente (da 1 a 5 pasti su 10) 4, Mai (0 pasti su 10)
44	Welche der folgenden Salzarten verwenden Sie zu Hause? (Mehrere Antworten möglich)	1, Speisesalz/Meersalz (ohne Zusatz) 2, Speisesalz/Meersalz mit Jod 3, Speisesalz mit Jod und Fluor 4, Gewürz-/Kräutersalz 5, Weiss nicht 6, Anderes Geben Sie an, welche(r) andere(n) : _____	Parmi les types de sel suivants, lesquels utilisez-vous à la maison ? (plusieurs réponses possibles)	1, Sel de cuisine / sel marin (sans additif) 2, Sel de cuisine / sel marin iodé 3, Sel de cuisine iodé et fluoré 4, Sel aux épices / aux herbes 5, Je ne sais pas 6, Autre Précisez, quel autre(s) : _____	Quale tipo di sale utilizza a casa? (sono possibili più risposte)	1, Sale da cucina / sale marino (non arricchito) 2, Sale da cucina / sale marino con iodio 3, Sale da cucina con iodio e fluoro 4, Sale speziato / alle erbe 5, Non so 6, Altro Specificare, quale/i altro/i : _____

Questionnaire Swiss Salt Study 2022/23 (SSS2)

Translation

English	
Questions	Response options
General information	
1 What is your date of birth?	Day __ Month __ Year ____
2 Your gender?	1, Male 2, Female 3, Other
3 What nationality (or nationalities) are you?	1, Switzerland 2, Dual nationality (Switzerland and other nationality) Please specify which other nationality: _____ 3, Foreign nationality (nationalities) Please specify which nationality(ies): _____
4 What is the zip code of your place of residence?	_____ (Please enter 4 digits for the zip code)
5 How many people (including you) live in your household?	__ individuals
6 How would you describe the household you live in?	1, One-person household (single person) 2, Couple without children / children have left home 3, Couple with children 4, Single-parent household with children 5, Adult living with their parents or one parent 6, Other household type (e.g. flat-sharing communities of all kinds) 7, No answer

7	What is the highest degree of education you have completed? (With a diploma, certificate or attestation)	<u>1, Level 1:</u> Compulsory schooling completed, or no school completed <u>2, Level 2:</u> Intermediate year, apprenticeship or vocational school (full-time/part-time), Swiss academic baccalaureate, vocational baccalaureate, general education school, intermediate diploma school, teacher training college or similar <u>3, Level 3:</u> Advanced Vocational School (full-time/part-time), higher vocational education (federal diploma, master diploma) or similar, university of applied sciences, university of teacher education, university, federal institute of technology <u>4, No answer</u>
8	What is the approximate total monthly net income of your household? (The sum of all incomes of all household members, after deduction of compulsory social security and pension contributions, plus or minus any alimony)	1, Less than CHF 4000.- per month 2, CHF 4000.- to CHF 7000.- per month 3, CHF 7000.- to CHF 10'000.- per month 4, More than CHF 10'000.- per month 5, Don't know 6, I don't want to answer
Alcohol and tobacco consumption		
9	How often do you usually drink alcoholic beverages, such as beer, wine, liqueur, aperitif, spirits or schnapps?	1, Several times a day 2, Once a day 3, Several times a week 4, Less 5, Never, teetotal 6, No answer
10a	Do you smoke, even occasionally? (Electronic cigarettes and heated tobacco products are also included)	1, Yes, daily 2, Yes, but not daily 3, Ex-smoker ↳ 10b 4, Non-smoker (never smoked) 5, No answer
10b	How long have you been quitting? (Enter the number of years or months in the box and indicate whether it is years or months by clicking underneath the box)	 (Please enter a number. For decimal values, use a point instead of a comma, e.g. 2.5 for two and a half years. Indicate whether it is years or months by clicking below the box)
11a	What did you usually smoke? (Several answers possible)	6, Cigarettes 7, Electronic cigarettes 8, Heated tobacco products such as IQOS 9, Water pipe (hookah), shisha 10, Other smoked tobacco products

11b	What do you usually smoke? (Several answers possible)	6, Cigarettes 7, Electronic cigarettes 8, Heated tobacco products such as IQOS 9, Water pipe (hookah), shisha 10, Other smoked tobacco products
Physical activity		
12	Everyday behaviour: Do you perspire through physical activity at least once a week in your leisure time? (e.g. by running, cycling, exercising, etc.)	1, Yes ↳ 13 2, No 3, No answer
13	If so, on how many days per week on average?	_____ <i>(Please enter a number between 1 and 7)</i>
14a	As for less intense forms of movement, i.e. activities where you are at least slightly out of breath, but not necessarily sweating (e.g. brisk walking, hiking, dancing, gardening, etc.) On how many days a week do you do such physical activities?	1, 1 to several days a week ↳ 14b 2, Never 3, Don't know 4, No answer
14b	How many days per week on average?	_____ <i>(Please enter a number between 1 and 7)</i>
15a	On average, how long are you active on these days? (relative to less intense forms of movement)	1, One to a few hours per day ↳ 15b 2, A few minutes per day ↳ 15c 3, Don't know 4, No answer
15b	How many hours per day on average?	_____
15c	How many minutes per day on average?	_____ <i>(Please enter a number between 1 and 59)</i>
16a	Regarding sedentary activities (e.g. at work, at home, travelling from place to place or during leisure time, at the table, watching TV or while reading) Overall, how many hours do you spend in total on an ordinary weekday (Monday to Friday) sitting? (Please round up to the next hour)	1, One to several hours per day ↳ 16b 2, Don't know 3, No answer

16b	How many hours per day on average? (Please round up to the next hour)	_____ (Please round up to give a whole number between 1 and 24)
17	How often do you interrupt sitting, so how often do you get up?	1, Less than once an hour 2, Hourly 3, Half-hourly 4, Every 15 minutes 5, Every 10 minutes 6, Every 5 minutes 7, Don't know 8, No answer
Medical questions		
18	Has your blood pressure ever been measured by a healthcare professional?	1, Yes 2, No 3, Don't know
19	Have you ever been told by a doctor or other healthcare professional that your blood pressure is too high?	1, Yes 2, No 3, Don't know 4, No answer
20	Are you currently (in the last 30 days) taking prescribed medication for high blood pressure?	1, Yes 2, No 3, Don't know
21	Have you ever been told by a doctor that you have diabetes or that you are diabetic?	1, Yes 2, No 3, Don't know 4, No answer
22	If so, what type of diabetes was it?	1, Type 1 2, Type 2 3, Another type 4, Don't know 5, No answer
23	Are you currently (in the last 30 days) taking prescribed medication or insulin for diabetes?	1, Yes 2, No 3, Don't know
24	Have you ever been told by a doctor that you have a kidney problem (renal insufficiency)?	1, Yes 2, No 3, Don't know 4, No answer

25	Are you currently (in the last 30 days) taking prescribed medication for kidney problems (renal insufficiency)?	1, Yes 2, No 3, Don't know
26	Are you currently (in the last few days) taking prescribed medication for other medical problems?	1, Yes 2, No 3, Don't know
27a	Are you currently taking dietary supplements (in the last 30 days)?	1, Yes, daily 2, Yes, weekly 3, Yes, seasonal 4, Yes, rarely 5, No 6, Don't know
27b	Are you taking sports nutrition products for athletes regularly (in the past 30 days)?	1, Yes, daily 2, Yes, weekly 3, Yes, seasonal 4, Yes, rarely 5, No 6, Don't know
28	If so, what supplements and/or foods for athletes are you taking? (Several answers possible)	1, Vitamins (Vit. C, Vit. D, Vit. B12, folic acid etc.) 2, Minerals (calcium, magnesium, iron, selenium, zinc etc.) 3, Omega-3 fatty acids (fish oil) 4, Herbal products (extracts from plants, algae, fungi, etc.) 5, Probiotics (bacteria, yeasts etc.) 6, Energy supply products (sports drinks etc.) 7, Protein and amino acid preparations (shakes, powders etc.) 8, Don't know 9, Others
Dietary habits		
29	Do you avoid certain foods in your diet?	1, Yes 2, No

30	If so, which of the following foods do you avoid? (Several answers possible)	1, Eggs 2, Meat 3, Fruits 4, Vegetables 5, Fish 6, Seafood 7, Cheese 8, Milk 9, Other dairy products 10, Nuts 11, Grain products 12, Alcohol 13, Others
31	Do you currently have a vegetarian or vegan diet (more than 6 months)	1, Yes 2, No 3, No answer
32	How much liquid do you estimate you drink on a typical weekday, not including alcoholic drinks? (Please enter a number. For decimal values, use a dot instead of a comma, e.g. 1.5 for 1 litre and a half)	_____ <i>(Please enter a number. For decimal values, use a point instead of a comma, e.g. 2.5 for two and a half litres)</i>
33	How many servings of fruit (excluding fruit juices) do you eat on average per day? One serving is the size of your fist or about 120g (e.g. 1 apple, 1 pear etc.)	1, None 2, Less than 1 serving per day 3, 1 to 2 servings per day 4, 3 to 4 servings per day 5, 5 or more servings per day 6, Don't know
34	How many servings of vegetables or salad (excluding vegetable juices) do you eat on average per day? One serving is the size of your fist or about 120g (e.g. 1 tomato, 1 large carrot etc but without potatoes)	1, None 2, Less than 1 serving per day 3, 1 to 2 servings per day 4, 3 to 4 servings per day 5, 5 or more servings per day 6, Don't know
35	How many servings of pure fruit and/or vegetable juices do you drink on average per day? One serving is equivalent to about 2dl (e.g. smoothies, orange juice, etc. but without fruit-based sodas)	1, None 2, Less than 1 serving per day 3, 1 to 2 servings per day 4, 3 to 4 servings per day 5, 5 or more servings per day 6, Don't know
36	How many servings of vegetable soup do you eat on average? One serving is equivalent to about 1 soup plate or 2 dl (with high vegetable content, excluding broth, corn, pasta or potato soups, and no instant soups)	1, None 2, 1 to 3 per week 3, 4 to 6 per week 4, 1 per day 5, 2 per day 6, more than 2 per day

		7, Don't know
37	How much salt do you think you eat?	1, a little 2, medium 3, a lot
38	Do you think too much salt has a negative effect on your health?	1, Yes 2, No 3, Don't know
39	Which diseases do you think are directly related to salt intake? (Several answers possible)	1, Coronary heart disease 2, Irritable bowel syndrome (IBS) 3, Tuberculosis (TB) 4, Overweight/Obesity 5, High blood pressure 6, Diabetes 7, Myocardial infarction 8, Stroke 9, No disease 10, Other diseases 11, Don't know
40	Are you currently paying attention to your salt intake in your diet, or are you reducing it?	1, Yes 2, No
41	If so, what do you regularly do to eat less salt? (Several answers possible)	1, Avoid/minimise the consumption of processed foods 2, Pay attention to salt or sodium labels on food packaging 3, Buy low-salt alternatives 4, Avoid eating out 5, Add no/little salt when cooking 6, Use spices other than salt when cooking 7, No adding of salt during the meal 8, Others Please specify which other(s): _____
42	When you eat at home, do you usually add salt to your food while eating? (Only 1 answer possible)	1, Always (10 of 10 meals) 2, Mostly (6 to 9 of 10 meals) 3, Occasionally (1 to 5 of 10 meals) 4, Never (0 of 10 meals)
43	When you eat out (e.g. in a restaurant), do you usually add salt to your food while eating? (Only 1 answer possible)	1, Always (10 of 10 meals) 2, Mostly (6 to 9 of 10 meals) 3, Occasionally (1 to 5 of 10 meals) 4, Never (0 of 10 meals)

44	Which of the following types of salt do you use at home? (Several answers possible)	1, Table salt/sea salt (without addition) 2, Table salt/sea salt with iodine 3, Table salt with iodine and fluoride 4, Spiced/herb salt 5, Don't know 6, Others Please specify which other(s): _____