Name: ………………………………………… Serial Number: ………………………………………….

Date.: …………………………………………. Contact information: …………………………………

|  |
| --- |
| * **Case Control**
 |
| **Demographic variables:** |
| 1. Age: ………

(Please, record this information from official document if possible) |
| 1. Marital age: ……….
 |
| 1. Duration of marriage (in years): ………
 |
| 1. Age of onset of 1st menstrual period: ………. years old
 |
| 1. Refugee status:
 | * Registered refugee
* Non-registered refugee
* Non-refugee
 |
| 1. Residency:
 | * North Gaza
* Gaza
* Middle area
* Khan Younis
* Rafah
 | 1. Name of city or village:

…………………………………………………………………… |
| 1. Residency in relation to camps: € Inside camp € Outside camp
 |
| 1. Site of residency:

(You can mark multiple answers) | * Coastal
* Downtown
* Industrial area
* Agricultural area
* Eastern border
* Northern border
* Southern border
* Beside a factory
* Beside a landfill
 |
| 1. What type of dwelling unit are you living in?

Caravan\Barracks: Separate established building, usually comprised of one or more rooms. The main construction material of the ceiling and the external walls is made of zinc, tinplate or reinforced fiber | * Villa
* House
* Apartment
* Independent Room
* Tent
* Marginal\Caravan\Barracks
 |
| 1. What type of dwelling unit you used to live in before marriage?
 | * Villa
* House
* Apartment
* Independent Room
* Tent
* Marginal\Caravan\Barracks
 |
| **Socio-economic variables:** |
| 1. Years of schooling completed:

  |  *You:* |
| * Illiterate □ Secondary
* Primary □ Higher education
* Preparatory
 |
| 1. Employment status and working field:

 (Please, if the answer is Housewife or unemployed, move to Q15) |  *You:* | *Your husband:* |
| * Housewife
* Employed in public sector
* Employed in private sector
* Employed in NGOs
* Freelancer
* Self-employed
 | * Unemployed
* Employed in public sector
* Employed in private sector
* Employed in NGOs
* Freelancer
* Self-employed
 |
| 1. In which field do you work?

  |  *You:* | *Your husband:* |
| * Computer and Technology
* Teaching
* Social services
* Agriculture
* Engineering
* Hairdresser
* Pharmacist
* Physiotherapist
* Body fitness trainer
* Others (Please, specify): ……………….
 | * Computer and Technology
* Teaching
* Social services
* Agriculture
* Engineering
* Hairdresser
* Pharmacist
* Physiotherapist
* Body fitness trainer
* Others (Please, specify): ……………….
 |
| 1. In which shift do you work?
 |  *You:* | *Your husband:* |
| * Morning shifts
* Evening shifts
* Night shifts
* Rotation Shifts
* Split shifts
* on-call shifts
 | * Morning shifts
* Evening shifts
* Night shifts
* Rotation Shifts
* Split shifts
* on-call shifts
 |
| 1. Average amount of household monthly income from all sources: ………… (In NIS please)
 |
| 1. Do you think it is enough regarding your daily expenses?
* Yes € No
 |
| 1. Average monthly expenditure on food items: …………. (In NIS please)
 |
| 1. Average monthly expenditure on non-food items: ………... (In NIS please)
 |
| 1. What is the major group of expenditure do you exercise as a household?

(Only one answer please) | * Food and Soft Drinks
* Tobacco
* Clothing and outfits
* Housing
* Furniture
* Medical care
* Transportation
* Mobiles bills
* Education expenses
* Loans/Depts
 |

|  |
| --- |
| **Lifestyle:** |
| **Diet:** |
| 1. **Weight:**

(In Kg, please) | You: …………… |
| Your Husband: …………… |
| 1. **Height:**

(In centimeter, please) | You: …………… |
| Your Husband: …………… |
| 1. Did you suffer from obesity when you were child?
 | You: € Yes € No |
| Your Husband: € Yes € No |
| 1. Are you allergic to any food item/s?

(If no, please go to Q98) | You: € Yes € No |
| Your Husband: € Yes € No |
| 1. If yes, please specify:
 | You: ………………………………………... |
| Your Husband: ………………………………. |

**Short Physical activity questionnaire:**

I am going to ask you about the time you spend doing different types of physical activity in a typical week.

***The first question:*** is about the time you spent sitting during the last 7 days include time spent at work, at home, while doing course, work, and during leisure time. This may include time spent sitting at a desk, visiting friend, reading or setting or lying down to watch television (Sedentarily)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| During the last 7 days, how much time did you spend sitting during a day? | Hours: …………. | Minute: ……… | * Don’t know
 | P1 |

***The second question:*** is about the time you spent walking in the last 7 days this include at work and at home, walking to travel from place to place and any other walking that you might do solely for recreation sport, exercise or leisure

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| During the last 7 days on how many days did you walk for at least 10 minutes at a time? | Days: …………. | * No days
 | * Don’t know
 | P2 |
| How much time did you usually spend walking on one of those days? | Hours: …………. | Minute: ……… | * Don’t know
 | P3 |

***The third question:*** during the last days, on how many days did you do moderate physical activity like gardening, cleaning, bicycling at regular pace, swimming or other fitness activities (do not include walking).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Think only about those**Physical activities that you did for at least 10 minutes. | Days: …………. | * No days
 | * Don’t know
 | P4 |
| How much time did you usually spend doing moderate activities on one of those days? | Hours: …………. | Minute: ……… | * Don’t know
 | P5 |

***The fourth question:*** during the last 7 days on how many days did you do vigorous physical activity like heavy lifting heavier garden or construction work, aerobic jogging, running or fast bicycling

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Think only about those**Physical activities that you did for at least 10 minutes at a time. | Days: …………. | * No days
 | * Don’t know
 | P6 |
| How much time did you usually spend doing vigorous physical activities on one of those days? | Hours: …………. | Minute: ……… | * Don’t know
 | P7 |

الاسم: ............................. الرقم التسلسلي: ...................................

التاريخ: ........................... معلومات للتواصل:................................

|  |
| --- |
| * **Case € Control**
 |
| **متغيرات ديموغرافية:** |
| 1. العمر: ..........

(الرجاء تسجيل هذه المعلومات من وثائق رسمية) |
| 1. العمر عند الزواج: ...............
 |
| 1. مدة الزواج ( بالسنوات ): ................
 |
| 1. سن بداية الدورة الشهرية الأولى: .......... بالسنوات
 |
| 1. حالة اللجوء:
 | * لاجئ مسجل
* لاجئ غير مسجل
* غير لاجئ
 |
| 1. مكان السكن:
 | * شمال غزة
* غزة
* المنطقة الوسطى
* خانيونس
* رفح
 | 1. اسم المدينة او القرية :

.......................................................... |
| 1. مكان السكن بالنسبة للمخيمات: € داخل المخيمات € خارج المخيات
 |
| 1. موقع السكن:

(إحتمال أكثر من إجابة واحدة)  | * الساحل
* وسط المدينة
* منطقة الصناعية
* منطقة زراعية
* الحدود الشرقية
* الحدود الشمالية
* الحدود الجنوبية
* بجوار مصنع
* بجوار مكب نفايات
 |
| 1. ما نوع الوحدة السكنية الذي تعيش فيه حاليا؟

 براكيه/ كرفان/ بركس: هو مبنى قائم بذاته مؤقت وغير تقليدي للسكن، ويتكون من غرفة واحدة أو اكثر وتكون المادة الغالبة للجدران الخارجية والسطح من الزنك (الصاج) أو التنك أو الاسبست**،** أو البلاستيك المقوى (فيبر كلاس) أو الخشب | * فيلا
* منزل
* شقة
* غرفة مستقلة
* خيمة
* الهوامش/ منزل متنقل/ باراكس
 |
| 1. ما نوع الوحدة السكنية قبل الزواج ؟
 | * فيلا
* منزل
* شقة
* غرفة مستقلة
* خيمة
* براكيه/ كرفان/ بركس
 |
| **متغيرات إجتماعية و إقتصادية:** |
| 1. درجة التعليم :
 | *الزوجة:* |
| * غير متعلم
* ابتدائي
* إعدادي
* ثانوي
* جامعة

تعليم عالي |
| 1. الوظيفة أو مجال العمل:
 | *الزوجة:*  | *الزوج:*  |
| * ربة منزل
* موظفة في القطاع العام
* موظفة في القطاع الخاص
* موظفة في المؤسسات الغير حكومية
* عمل بالقطعة
* العمل للحساب الخاص
 | * عاطل عن العمل
* موظف في القطاع العام
* موظف في القطاع الخاص
* موظف في المؤسسات الغير حكومية
* عمل بالقطعة
* العمل للحساب الخاص
 |
| 1. ما طبيعة عملك؟
 | *الزوجة:*  | *الزوج:*  |
| * الكمبيوتر و تكنولوجيا المعلومات
* التعليم
* الخدمات الاجتماعية
* الزراعة
* الهندسة
* مصفف شعر
* الصيدلة
* العلاج الطبيعي
* مدرب لياقة بدنية
* أخرى (الرجاء حدد): ......................
 | * الكمبيوتر و تكنولوجيا المعلومات
* التعليم
* الخدمات الاجتماعية
* الزراعة
* الهندسة
* مصفف شعر
* الصيدلة
* العلاج الطبيعي
* مدرب لياقة بدنية
* أخرى (الرجاء حدد): ......................
 |
| 1. توقيت العمل؟
 | *الزوجة:*  | *الزوج:*  |
| * فترة صباحية
* فترة مسائية
* قترة ليلية
* نظام مناوبات
* ساعات مجزءة
* على الطلب
 | * فترة صباحية
* فترة مسائية
* قترة ليلية
* نظام مناوبات
* ساعات مجزءة
* على الطلب
 |
| 1. متوسط مقدار دخل الأسرة الشهري من جميع المصادر: .................. (بالشيقل رجاءً)
 |
| 1. هل تظنين أن الدخل الشهري كاف بالنسبة للنفقات اليومية؟
* نعم € لا
 |
| 1. متوسط الإنفاق الشهري على المواد الغذائية: ................ (بالشيقل رجاءً)
 |
| 1. متوسط الإنفاق الشهري على المواد غير الغذائية: ................ (بالشيقل رجاءً)
 |
| 1. ما هي المجموعة الرئيسية من النفقات التي تمارسونها كأسرة؟

(إجابة واحدة فقط من فضلك) | * الطعام والمشروبات
* الدخان
* الملابس
* اعمار السكن
* الأثاث
* الرعاية الصحية
* التنقل والمواصلات
* فواتير الهواتف
* مصاريف التعليم
* القروض
 |

|  |
| --- |
| **نمط المعيشة:**  |
| **الغذاء**  |
| 1. **الوزن رجاءً:**

 (بالكيلوغرام)  | الزوجة :.................................................... |
| الزوج : ..................................................... |
| 1. **الطول رجاءً:**

 (بااسنتيمتر) | الزوجة :.................................................... |
| الزوج : ..................................................... |
| 1. هل عانيت من السمنة بعمر الطفولة ؟
 | الزوجة: € نعم € لا |
| الزوج : € نعم € لا |
| 1. هل لديك حساسية لنوع محدد من الأطعمة؟
 | الزوجة: € نعم € لا |
| الزوج : € نعم € لا |
| 1. إذا يوجد حساسية, الرجاء تحديد المسبب:
 | الزوجة :.................................................... |
| الزوج : ..................................................... |

إستبيان النشاط البدني القصير:

سوف أقوم بالسؤال عن الوقت الذي تقضيه في القيام بأنواع مختلفة من النشاط البدني في أسبوع نموذجي.

***السؤال الأول:*** هو الوقت الذي قضيته في الجلوس خلال آخر 7 أيام ، ويشمل الوقت الذي قضيته في العمل ، في المنزل ، أثناء القيام بدورة ، وأثناء وقت الفراغ. قد يشمل ذلك الوقت الذي تقضيه في الجلوس على مكتب ، زيارة صديق ، القراءة أو الجلوس أو الاستلقاء لمشاهدة التلفزيون.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| خلال آخر 7 أيام ، كم من الوقت قضيته جالسًا خلال اليوم؟ | ساعات: .......... | دقائق: ............. | لا أعلم | P1 |

***السؤال الثاني:*** هو الوقت الذي قضيته في المشي في آخر 7 أيام ، ويشمل ذلك في العمل والمنزل ، والمشي للتوجه من مكان إلى مكان وأي نوع اخر من المشي الذي قد تفعله فقط لممارسة الرياضة أو الترفيه.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| خلال آخر 7 أيام كم عدد الأيام التي سرت فيها لمدة 10 دقائق على الأقل في المرة الواحدة؟ | أيام: ........... | ولا يوم | لا أعلم | P2 |
| كم من الوقت قضيت عادة في المشي في أحد تلك الأيام؟ | *ساعات: ..........* | *دقائق: .............* | *لا أعلم* | *P3* |

***السؤال الثالث:*** خلال الأيام الأخيرة ، كم عدد الأيام التي مارست فيها نشاطًا بدنيًا معتدلًا مثل البستنة أو التنظيف أو ركوب الدراجات الهوائية بوتيرة منتظمة أو السباحة أو غيرها من أنشطة اللياقة البدنية (لا تشمل المشي).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| فكر فقط في الاتي.الأنشطة البدنية التي قمت بها لمدة 10 دقائق على الأقل. | أيام: ........... | ولا يوم | لا أعلم | P4 |
| كم من الوقت تقضيه عادة في القيام بأنشطة معتدلة في أحد تلك الأيام؟ | *ساعات: ..........* | *دقائق: .............* | *لا أعلم* | *P5* |

***السؤال الرابع:*** خلال آخر 7 أيام ، كم عدد الأيام التي مارست فيها نشاطًا بدنيًا قويًا ، مثل: أعمال البناء الثقيلة أو رفع الأحمال الثقيلة أو الركض أو ركوب الدراجات الهوائية السريعة

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| فكر فقط في الاتي.الأنشطة البدنية التي قمت بها لمدة 10 دقائق على الأقل. | أيام: ........... | ولا يوم | لا أعلم | P6 |
| ما مقدار الوقت الذي تقضيه عادة في ممارسة الأنشطة البدنية القوية في أحد تلك الأيام؟ | *ساعات: ..........* | *دقائق: .............* | *لا أعلم* | *P7* |