

## Questionario de saude

1. Na escala de 1-10 onde 1 = nao muito importante e 10 = Muito importante, quao importante e a sua saude e o seu bem-estar para voce?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Voce sent que tem o equilibrio certo entre o trabalho e a vida pessoal?  
Sim / No

3. Se a sua resposta foi 'sim' a pergunta 2, Porque?

4. Se a sua resposta foi 'nao' a pergunta 2, Porque?

5. O que voce faz para ficar saudavel?

6. Voce consegue fazer todas as coisas que voce mencionou na pergunta 5? Se nao, porque nao?

7. Na sua opiniao, o seu local de trabalho poderia fazer mais para promover boa saude e bem-estar?

8. Se voce respondeu 'sim' a pergunta 7, que mais poderia ser feito?

9. Mais algum comentario?