

केन्द्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड
ग्लोबल विद्यालय
स्वास्थ्य सर्वेक्षण

**Central Board of Secondary Education
Global School**

Health Survey

in schools affiliated to CBSE (India)



Questionnaire/प्रश्नावली



Central Board of Secondary Education
केन्द्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड

(Supported by GOI, WHO and CDC, Atlanta)

केन्द्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड

ग्लोबल विद्यालय

स्वास्थ्य सर्वेक्षण 2007

ये सर्वेक्षण आपके स्वास्थ्य तथा उसको प्रभावित करने वाले तत्वों के बारे में है। आपकी तरह के सभी विद्यार्थी इस प्रकार के सर्वेक्षण पूरे देश में कर रहे हैं। पूरे देश में ही नहीं वरन् अन्य देशों के विद्यार्थी भी इस प्रकार का सर्वेक्षण कर रहे हैं। इस तरह की जानकारी युवा वर्ग को अपने स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के प्रति सचेत करती है।

उत्तर पत्रिका पर आप अपना नाम न लिखें। आपके द्वारा दिए उत्तर गोपनीय होंगे। प्रश्नों के उत्तर आप जो वास्तव में जानते हैं और करते हैं उसी पर आधारित होंगे। कोई भी उत्तर गलत × अथवा ✓ नहीं होगा। इस सर्वेक्षण को पूरा करना स्वेच्छा पर आधारित है। आपके ग्रेड अथवा अंक आपकी कक्षा के स्तर को प्रभावित नहीं करेंगे। किसी प्रश्न का उत्तर यदि आप देना नहीं चाहते हैं तो उसे खाली छोड़ दें।

प्रत्येक प्रश्न को अवश्य पढ़ें। उत्तर वाले गोलाकार आकृति को पूरा भरें। केवल पेन्सिल का ही प्रयोग करें। सर्वेक्षण पूर्ण करने के उपरान्त, निर्देशित व्यक्ति के अनुसार कार्य करें। जानकारी के लिए उदाहरण दिया जा रहा है।

इस तरह इस गोलाकार आकृति को पूरा भरे ● इस तरह से नहीं ~~○~~ अथवा ~~○~~

सर्वेक्षण

1. क्या मछलियाँ पानी में रहती हैं?

A. हाँ

B. नहीं

उत्तर पत्रिका

1. ● (B) (C) (D) (E) (F) (G) (H)

सहयोग के लिए धन्यवाद !

INDIA GLOBAL SCHOOL-BASED STUDENT HEALTH SURVEY 2007

This survey is about your health and the things you do that may affect your health. Students like you all over your country are doing this survey. Students in many other countries around the world also are doing this survey. The information you give will be used to develop better health programs for young people like yourself.

DO NOT write your name on this survey or the answer sheet. The answers you give will be kept private. No one will know how you answer. Answer the questions based on what you really know or do. There are no right or wrong answers.

Completing the survey is voluntary. Your grade or marks in this class will not be affected whether or not you answer the questions. If you do not want to answer a question, just leave it blank.

Make sure to read every question. Fill in the circles on your answer sheet that match your answer. Use only the pencil you are given. When you are done, do what the person who is giving you the survey says to do.

Here is an example of how to fill in the circles :

Fill in the circles like this ☒ Not like this ☐ or ☒

Survey

1. Do fish live in water ?

- A. Yes
- B. No

Answer sheet

1. ☒ (B) (C) (D) (E) (F) (G) (H)

Thank you very much for your help.

1. आपकी आयु क्या है?
 - A. ग्यारह वर्ष या कम
 - B. बारह वर्ष
 - C. तेरह वर्ष
 - D. चौदह वर्ष
 - E. पंद्रह वर्ष
 - F. सोलह वर्ष या इससे अधिक

2. आपका लिंग क्या है?

- A. पुरुष
- B. स्त्री

3. आप कौन-सी कक्षा में हैं?

- A. कक्षा 6
- B. कक्षा 7
- C. कक्षा 8
- D. कक्षा 9
- E. कक्षा 10
- F. कक्षा 11

अगले पाँच प्रश्न आपकी लंबाई, वजन एवं भूख के बारे में पूछे गए हैं।

4. बिना जूते पहने आपकी लंबाई क्या है ?
उत्तरपुस्तिका में अपनी लंबाई छायादार खानों में तालिका के ऊपरी हिस्से में लिखें; फिर हर नंबर के नीचे अंडाकार आकृति को भरें।

उदाहरण

लम्बाई (से.मी.)		
1	5	3
0	0	0
	1	1
2	2	2
	3	
	4	4
		5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9
9	मैं नहीं जानता/ती	

5. बिना जूते पहने आपका वजन क्या है?

उत्तरपुस्तिका में अपना वजन छायादार खानों में लिखें जो तालिका के ऊपरी हिस्से में हैं; फिर लिखें गए नंबरों के नीचे अंडाकार आकृति को भरें।

उदाहरण

वजन (कि.ग्रा.)		
0	5	2
	0	0
1	1	1
2	2	
	3	3
	4	4
		5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9
9	मैं नहीं जानता/ती	

6. अपने वजन को आप कैसे प्रस्तुत करेंगे?

- A. सामान्य से बहुत कम
- B. सामान्य से थोड़ा सा कम
- C. लगभग सामान्य
- D. सामान्य से थोड़ा अधिक
- E. सामान्य से बहुत अधिक

7. अपने वजन के बारे में निम्नलिखित में से आप क्या आजमा रहे हैं?

- A. मैं अपने वजन के बारे में कुछ भी करने की कोशिश नहीं कर रहा हूँ।
- B. वजन कम करने की कोशिश
- C. वजन बढ़ाने की कोशिश
- D. वजन को ऐसा ही बनाए रखने की कोशिश

8. पिछले 30 दिनों में आप कितनी बार भूखे रहे क्योंकि घर में पर्याप्त भोजन नहीं था?

- A. कभी नहीं
- B. कभी-कभी
- C. कुछ समय
- D. ज्यादातर समय
- E. सदैव

1. **How old are you ?**
 - A. 11 years old or younger
 - B. 12 years old
 - C. 13 years old
 - D. 14 years old
 - E. 15 years old
 - F. 16 years old or older

2. **What is your sex ?**
 - A. Male
 - B. Female

3. **In what class are you ?**
 - A. Class 6
 - B. Class 7
 - C. Class 8
 - D. Class 9
 - E. Class 10
 - F. Class 11

The next 5 questions ask about your height, weight, and going hungry

4. **How tall are you without your shoes on ?**
ON THE ANSWER SHEET, WRITE YOUR HEIGHT IN THE SHADED BOXES AT THE TOP OF THE GRID. THEN FILL IN THE OVAL BELOW EACH NUMBER.

Example

Height (cm)		
1	5	3
<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0
<input checked="" type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2
	<input type="radio"/> 3	<input checked="" type="radio"/> 3
	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
	<input checked="" type="radio"/> 5	<input type="radio"/> 5
	<input type="radio"/> 6	<input type="radio"/> 6
	<input type="radio"/> 7	<input type="radio"/> 7
	<input type="radio"/> 8	<input type="radio"/> 8
	<input type="radio"/> 9	<input type="radio"/> 9
<input type="radio"/> 9	I do not know	

5. **How much do you weigh without your shoes on?**
ON THE ANSWER SHEET, WRITE YOUR WEIGHT IN THE SHADED BOXES AT THE TOP OF THE GRID. THEN FILL IN THE OVAL BELOW EACH NUMBER.

Example

Weight (kg)		
0	5	2
<input checked="" type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2	<input checked="" type="radio"/> 2
	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 3
	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
	<input checked="" type="radio"/> 5	<input type="radio"/> 5
	<input type="radio"/> 6	<input type="radio"/> 6
	<input type="radio"/> 7	<input type="radio"/> 7
	<input type="radio"/> 8	<input type="radio"/> 8
	<input type="radio"/> 9	<input type="radio"/> 9
<input type="radio"/> 9	I do not know	

6. **How do you describe your weight?**

- A. Very underweight
- B. Slightly underweight
- C. About the right weight
- D. Slightly overweight
- E. Very overweight

7. **Which of the following are you trying to do about your weight?**

- A. I am **not** trying to do anything about my weight
- B. **Lose** weight
- C. **Gain** weight
- D. **Stay** the same weight

8. **During the past 30 days, how often did you go hungry because there was not enough food in your home?**

अगले 4 प्रश्न आपकी खाने एवं पीने की आदतों के बारे में पूछे गए हैं।

9. पिछले 30 दिनों में कितनी बार प्रतिदिन आपने फल खाए जैसे सेब, आम, केला, अनानास, पपीता, कटहल, अमरुद या चीकू?
- A. पिछले 30 दिनों में मैंने फल नहीं खाए हैं।
B. एक दिन में एक बार से कम
C. रोज़ एक बार
D. रोज़ दो बार
E. रोज़ तीन बार
F. रोज़ चार बार
G. रोज़ पाँच या अधिक बार
10. पिछले 30 दिनों से कितनी बार प्रतिदिन आपने सामान्यतः सब्जी खाई जैसे—गोभी, भिंडी, सीताफल, बैंगन, बंद गोभी, पालक, मटर, टमाटर, खीरा या फलियाँ?
- A. पिछले 30 दिनों से मैंने सब्जियाँ नहीं खाई हैं
B. एक दिन में एक से भी कम बार
C. एक दिन में एक बार
D. एक दिन में दो बार
E. एक दिन में तीन बार
F. एक दिन में चार बार
G. एक दिन में पाँच बार या उससे अधिक
11. पिछले 30 दिनों के दौरान एक दिन में कितनी बार आपने सामान्यतः कार्बनयुक्त ठंडा पेय पीया है जैसे कोक, पेप्सी, लिम्का या फ़ैन्टा?
- A. पिछले 30 दिनों के दौरान मैंने कार्बोनेटेड ठंडा पेय नहीं पीया है
B. एक दिन में एक बार से कम बार
C. एक दिन में एक बार
D. एक दिन में दो बार
E. एक दिन में तीन बार
F. एक दिन में चार बार
G. एक दिन में पाँच या उससे अधिक बार
12. पिछले सात दिनों के दौरान आपने कितने दिन में फास्टफूड रेस्तराँ में खाया है जैसे मैकडोनाल्ड, निरुला, पिज़्ज़ा हट या वो जगह जहाँ तुरन्त तैयार आहार मिलता हो। (जैसे समोसे, पैटीज़, बर्गर, नूडल्स, टिक्की व आइसक्रीम)?

- A. 0 दिन
B. 1 दिन
C. 2 दिन
D. 3 दिन
E. 4 दिन
F. 5 दिन
G. 6 दिन
H. 7 दिन

अगले दो प्रश्न स्वास्थ्यवर्धक खाने या ज़्यादा फल एवं सब्जियाँ खाने के लाभ के बारे में पूछे गए हैं।

13. इस विद्यालय वर्ष के दौरान, क्या आपको किसी कक्षा में स्वास्थ्यवर्धक खाने के बारे में पढ़ाया गया है?
- A. हाँ
B. नहीं
C. मैं नहीं जानता/जानती
14. इस विद्यालय वर्ष के दौरान, क्या आपको किसी कक्षा में ज़्यादा फल एवं सब्जियाँ खाने के फायदे पढ़ाए गए हैं?
- A. हाँ
B. नहीं
C. मैं नहीं जानता/जानती

अगले सात प्रश्न निजी स्वास्थ्य क्रियाकलापों के बारे में हैं।

15. पिछले 30 दिनों के दौरान दिन में कितनी बार आपने सामान्यतः अपने दाँत साफ किए?
- A. पिछले 30 दिनों से मैंने अपने दाँत साफ या ब्रश नहीं किए हैं।
B. दिन में एक बार से कम
C. दिन में एक बार
D. दिन में दो बार
E. दिन में तीन बार
F. दिन में चार या उससे अधिक बार
16. पिछले 30 दिनों के दौरान, आपने कितनी बार खाने से पहले अपने हाथ धोए?
- A. कभी नहीं
B. कभी-कभी
C. कुछ समय
D. ज़्यादातर समय
E. सदैव

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

The next 4 questions ask about foods you might eat and drinking and eating habits.

9. During the past 30 days, how many times per day did you usually eat fruit, such as apple, mango, banana, pineapple, papaya, jackfruit, guava, or chikoo ?
- A. I did not eat fruit during the past 30 days
 - B. Less than one time per day
 - C. 1 time per day
 - D. 2 times per day
 - E. 3 times per day
 - F. 4 times per day
 - G. 5 or more times per day
10. During the past 30 days, how many times per day did you usually eat vegetables, such as cauliflower, ladyfinger, pumpkin, brinjal, cabbage, spinach, peas, tomato, cucumber, or beans ?
- A. I did not eat vegetables during the past 30 days
 - B. Less than one time per day
 - C. 1 time per day
 - D. 2 times per day
 - E. 3 times per day
 - F. 4 times per day
 - G. 5 or more times per day
11. During the past 30 days, how many times per day did you usually drink carbonated soft drinks, such as Coke, Pepsi, Limca, or Fanta ?
- A. I did not drink carbonated soft drinks during the past 30 days
 - B. Less than 1 time per day
 - C. 1 time per day
 - D. 2 times per day

- E. 3 times per day
- F. 4 times per day
- G. 5 or more times per day

12. During the past 7 days, on how many days did you eat at a fast food restaurant, such as McDonalds, Nirula's, Pizza Hut, or at those serving quick meals (e.g. Samosas, patties, burgers, noodles, tikkis, or ice creams) ?

- A. 0 days
- B. 1 day
- C. 2 days
- D. 3 days
- E. 4 days
- F. 5 days
- G. 6 days
- H. 7 days

The next 2 questions ask about the benefits of healthy eating or eating more fruits and vegetables.

13. During this school year, were you taught in any of your classes the benefits of healthy eating ?

- A. Yes
- B. No
- C. I do not know

14. During this school year, were you taught in any of your classes the benefits of eating more fruits and vegetables ?

- A. Yes
- B. No
- C. I do not know

The next 7 questions ask about personal health activities.

15. During the past 30 days, how many times per day did you usually clean or brush your teeth ?

- A. I did not clean or brush my teeth during the past 30 days

17. क्या स्कूल में आपके लिये खाने से पहले हाथ धोने की जगह है?

- A. हाँ
- B. नहीं

18. पिछले 30 दिनों के दौरान, आपने कितनी बार हाथ धोते समय साबुन का उपयोग किया?

- A. कभी नहीं
- B. कभी-कभी
- C. कुछ समय
- D. ज्यादातर समय
- E. सदैव

19. पिछले 30 दिनों के दौरान आपने कितनी बार मूत्रालय या शौचालय के प्रयोग के बाद अपने हाथ धोए ?

- A. कभी नहीं
- B. कभी-कभी
- C. कुछ समय
- D. ज्यादातर समय
- E. सदैव

20. क्या आपके स्कूल में लड़के व लड़कियों के लिये अलग-अलग मूत्रालय या शौचालय हैं?

- A. स्कूल में कोई भी मूत्रालय या शौचालय नहीं है
- B. हाँ
- C. नहीं

21. क्या स्कूल में शौचालय या मूत्रालय साफ हैं?

- A. स्कूल में कोई भी मूत्रालय या शौचालय नहीं है
- B. नहीं
- C. मैं नहीं जानता/जानती

अगला प्रश्न दाँत दर्द से संबंधित है।

22. पिछले 12 महीनों के दौरान, क्या दाँत दर्द की वजह से आपको कक्षाएँ या स्कूल से अनुपस्थित रहना पड़ा है?

- A. हाँ
- B. नहीं

अगला प्रश्न पीने के साफ पानी से संबंधित है।

23. क्या स्कूल में पीने के साफ पानी का स्रोत उपलब्ध है?

- A. हाँ
- B. नहीं

अगले 3 प्रश्न चोट, गालीगलौच और असुरक्षा की भावना से संबंधित है।

24. पिछले 12 महीनों के दौरान, आप उस समय क्या कर रहे थे जब आपको सबसे गंभीर चोट लगी थी?

- A. पिछले 12 महीनों में मुझे गंभीर चोट नहीं लगी
- B. खेल के लिये प्रशिक्षण के दौरान
- C. चलते या दौड़ते हुए लेकिन किसी खेल को खेलते हुए या प्रशिक्षण के दौरान नहीं
- D. साइकिल, स्कूटर या मोटरबाइक चलाते समय
- E. कार या अन्य मोटरवाहन चलाते या उसमें बैठे हुए
- F. वैतनिक या अवैतनिक कार्य के दौरान, गृह का यार्ड कार्य या खाना बनाने के दौरान
- G. कुछ नहीं
- H. कुछ और कारणवश

25. पिछले 12 महीनों में कितनी बार अध्यापक द्वारा आपको मौखिक तौर से प्रताड़ित किया गया?

- A. 0 बार
- B. 1 बार
- C. 2 या 3 बार
- D. 4 या 5 बार
- E. 6 या 7 बार
- F. 8 या 9 बार
- G. 10 या 11 बार
- H. 12 या अधिक बार

26. पिछले 30 दिनों के दौरान, आप कितनी बार यह सोचकर स्कूल नहीं गए कि आप स्कूल में या स्कूल आते और जाते हुए असुरक्षित हैं?

- A. 0 दिन
- B. 1 दिन
- C. 2 या 3 दिन
- D. 4 या 5 दिन
- E. 6 या अधिक दिन

अगले 7 प्रश्न आपकी भावनाओं एवं मित्रता से जुड़े हैं।

27. पिछले 12 महीनों में आपने कितनी बार अपने आप को अकेला महसूस किया?

- B. Less than 1 time per day
- C. 1 time per day
- D. 2 times per day
- E. 3 times per day
- F. 4 or more times per day

16. During the past 30 days, how often did you wash your hands before eating ?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

17. Is there a place for you to wash your hands before eating at school?

- A. Yes
- B. No

18. During the past 30 days, how often did you use soap when washing your hands?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

19. During the past 30 days, how often did you wash your hands after using the toilet or latrine?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

20. Are there separate toilets or latrines for boys and girls at school ?

- A. There are no toilets or latrines at school
- B. Yes
- C. No

21. Are the toilet or latrines clean at school ?

- A. There are no toilets or latrines at school
- B. No
- C. I do not know

The next question asks about tooth aches.

22. During the last 12 months, did a tooth ache cause you to miss classes or school?

- A. Yes
- B. No

The next question asks about clean drinking water.

23. Is there a source of clean water for drinking at school ?

- A. Yes
- B. No

The next 3 questions ask about injury, verbal abuse, and feeling unsafe.

24. During the past 12 months, what were you doing when the most serious injury happened to you ?

- A. I was not seriously injured during the past 12 months
- B. Playing or training for a sport
- C. Walking or running, but not as part of playing or training for a sport
- D. Riding a bicycle, scooter, or bike
- E. Riding or driving in a car or other motor vehicle
- F. Doing any paid or unpaid work, including housework, yard work, or cooking
- G. Nothing
- H. Something else

25. During the past 12 months, how many times were you verbally abused by a teacher ?

- A. 0 times

- A. कभी नहीं
B. कभी-कभी
C. कुछ समय
D. ज्यादातर समय
E. सदैव
28. पिछले 12 महीनों में कितनी बार आप किसी विषय के बारे में इतने चिंतित हुए कि आप रात को सो नहीं पाए?
A. कभी नहीं
B. कभी-कभी
C. कुछ समय
D. ज्यादातर समय
E. सदैव
29. पिछले 12 महीनों में क्या कभी आप इतने उदास या हतोत्साहित हुए कि दो हफ्ते या उससे अधिक लगातार आपने अपने सामान्य क्रियाकलाप त्याग दिए?
A. हाँ
B. नहीं
30. आपके घनिष्ठ मित्र कितने हैं?
A. 0
B. 1
C. 2
D. 3 या अधिक
31. पिछले 12 महीनों में आपको कितनी बार अपने गृहकार्य या अन्य कार्य करने में ध्यान लगाने में दिक्कत महसूस हुई?
A. कभी नहीं
B. कभी-कभी
C. कुछ समय
D. ज्यादातर समय
E. सदैव
32. पिछले 12 महीनों में कितनी बार आपको अपनी कक्षा में सवाल के जवाब देने में तथा श्यामपट पर लिखने में परेशानी महसूस हुई?
A. कभी नहीं
B. कभी-कभी
C. कुछ समय

- D. ज्यादातर समय
E. सदैव

33. पिछले 12 महीनों में आप सहपाठियों, पारिवारिक सदस्यों या अध्यापकों की नुक्ताचीनी से कितनी बार परेशान हुए?

- A. कभी नहीं
B. कभी-कभी
C. कुछ समय
D. ज्यादातर समय
E. सदैव

अगले 8 प्रश्न सिगरेट तथा अन्य तंबाकू प्रयोग से संबंधित हैं।

34. जब आपने पहली बार सिगरेट पीने की कोशिश की आप की उम्र क्या थी?

- A. मैंने कभी सिगरेट नहीं पी
B. सात साल या उससे कम
C. 8 या 9 साल
D. 10 या 11 साल
E. 12 या 13 साल
F. 14 या 15 साल
G. 16 या उससे अधिक साल

35. पिछले 30 दिनों में आपने कितने दिन सिगरेट पी?

- A. 0 दिन
B. 1 या 2 दिन
C. 3 से 5 दिन
D. 6 से 9 दिन
E. 10 से 19 दिन
F. 20 से 29 दिन
G. पूरे 30 दिन

36. पिछले 30 दिनों में आपने कितने दिन अन्य प्रकार के तंबाकू का सेवन किया जैसे पान मसाला या गुटखा?

- A. 0 दिन
B. 1 या 2 दिन
C. 3 से 5 दिन
D. 6 से 9 दिन
E. 10 से 19 दिन
F. 20 से 29 दिन
G. पूरे 30 दिन

- B. 1 time
- C. 2 or 3 times
- D. 4 or 5 times
- E. 6 or 7 times
- F. 8 or 9 times
- G. 10 or 11 times
- H. 12 or more times

26. During the past 30 days, on how many days did you not go to school because you felt you would be unsafe at school or on your way to or from school ?

- A. 0 days
- B. 1 day
- C. 2 or 3 days
- D. 4 or 5 days
- E. 6 or more days

The next 7 questions ask about your feelings and friendships.

27. During the past 12 months, how often have you felt lonely?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

28. During the past 12 months, how often have you been so worried about something that you could not sleep at night?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

29. During the past 12 months, did you ever feel so sad or hopeless almost every day for two weeks or more in a row that you stopped doing your usual activities ?

- A. Yes
- B. No

30. How many close friends do you have?

- A. 0
- B. 1
- C. 2
- D. 3 or more

31. During the past 12 months, how often have you had a hard time staying focused on your homework or other things you had to do ?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

32. During the past 12 months, how often have you had a hard time answering questions or writing on the blackboard in front of your class?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

33. During the past 12 months, how often have you felt disturbed due to the comments from your peers, family members, or teachers?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

The next 8 questions ask about cigarette and other tobacco use.

34. How old were you when you first tried a cigarette?

- A. I have never smoked cigarettes
- B. 7 years old or younger
- C. 8 or 9 years old
- D. 10 or 11 years old
- E. 12 or 13 years old

37. पिछले 12 महीनों में क्या आपने कभी सिगरेट छोड़ने की कोशिश की?

- A. मैंने कभी सिगरेट नहीं पी
- B. पिछले 12 महीनों में मैंने कभी सिगरेट नहीं पी
- C. हाँ
- D. नहीं

38. पिछले 7 दिनों में कितने दिन लोगों ने आपकी उपस्थिति में सिगरेट पी?

- A. 0 दिन
- B. 1 या 2 दिन
- C. 3 या 4 दिन
- D. 5 या 6 दिन
- E. पूरे 7 दिन

39. आपके माता-पिता या संरक्षक में से कौन किसी भी प्रकार के तंबाकू का सेवन करता है?

- A. कोई भी नहीं
- B. मेरे पिता या पुरुष संरक्षक
- C. मेरे माता या महिला संरक्षक
- D. दोनों
- E. मैं नहीं जानता/जानती

40. जब आप किसी को सिगरेट पीते हुए देखते हैं आप उसके बारे में क्या सोचते हैं? (केवल एक प्रतिक्रिया चुने)

- A. आत्मविश्वास की कमी
- B. मूर्ख
- C. हारा हुआ व्यक्ति
- D. सफल व्यक्ति
- E. ज्ञानी
- F. बलिष्ठ

41. क्या आप सोचते हैं कि सिगरेट पीना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है?

- A. कभी नहीं
- B. शायद नहीं
- C. शायद हाँ
- D. जी हाँ

अगले 2 प्रश्न समाचार माध्यमों की भूमिका एवं धूम्रपान के बारे में हैं।

42. पिछले 30 दिनों में समाचार माध्यमों के जरिए आपने कितने सिगरेट विरोधी विज्ञापन देखे हैं जैसे टेलीविजन, रेडियो, परचा नोटिस, पोस्टरों, समाचार पत्रों, पत्रिकाओं और फिल्मों के माध्यम से?

- A. काफी कुछ
- B. थोड़ा बहुत
- C. कुछ नहीं

43. जब आप टेलीविजन, विडियो या फिल्म देखते हैं, कितनी बारी आप कलाकारों को सिगरेट पीते देखते हैं?

- A. मैं कभी टेलीविजन, विडियो या फिल्म नहीं देखता
- B. कभी नहीं
- C. कभी-कभार
- D. कुछ समय
- E. ज्यादातर समय
- F. सदैव

अगले 2 प्रश्न तंबाकू चबाने को लेकर हैं।

44. आप कितने साल के थे जब आपने पहली बार तंबाकू चबाया?

- A. मैंने कभी भी तंबाकू नहीं चबाया
- B. 7 वर्ष या उससे कम
- C. 8 या 9 वर्ष
- D. 10 या 11 वर्ष
- E. 12 या 13 वर्ष
- F. 14 या 15 वर्ष
- G. 16 वर्ष या अधिक

45. पिछले 12 महीनों में आपने कभी तंबाकू छोड़ने की कोशिश की?

- A. मैंने कभी तंबाकू नहीं चबाया
- B. पिछले 12 महीनों से मैंने तंबाकू नहीं चबाया
- C. हाँ
- D. नहीं

अगले 4 प्रश्न मद्यपान की भूमिका के बारे में हैं। इसमें वोडका, बीयर व व्हिस्की पीना शामिल है। मद्यपान में शराब की कुछ बूंदें पीना जो कि धार्मिक उद्देश्य से ली गई है, शामिल नहीं है।

- F. 14 or 15 years old
- G. 16 years old or older

35. During the past 30 days, on how many days did you smoke cigarettes?

- A. 0 days
- B. 1 or 2 days
- C. 3 to 5 days
- D. 6 to 9 days
- E. 10 to 19 days
- F. 20 to 29 days
- G. All 30 days

36. During the past 30 days, on how many days did you use any other form of tobacco, such as pan masala or gutka?

- A. 0 days
- B. 1 or 2 days
- C. 3 to 5 days
- D. 6 to 9 days
- E. 10 to 19 days
- F. 20 to 29 days
- G. All 30 days

37. During the past 12 months, have you ever tried to stop smoking cigarettes?

- A. I have never smoked cigarettes
- B. I did not smoke cigarettes during the past 12 months
- C. Yes
- D. No

38. During the past 7 days, on how many days have people smoked in your presence?

- A. 0 days
- B. 1 or 2 days
- C. 3 or 4 days
- D. 5 or 6 days
- E. All 7 days

39. Which of your parents or guardians use any form of tobacco?

- A. Neither
- B. My father or male guardian
- C. My mother or female guardian

- D. Both
- E. I do not know

40. When you see a man smoking, what do you think of him? SELECT ONLY ONE RESPONSE.

- A. Lacks confidence
- B. Stupid
- C. Loser
- D. Successful
- E. Intelligent
- F. Macho

41. Do you think smoking cigarettes is harmful to your health?

- A. Definitely not
- B. Probably not
- C. Probably yes
- D. Definitely yes

The next 2 questions ask about role of the media and smoking.

42. During the past 30 days, how many anti-smoking media messages (such as television, radio, billboards, posters, newspapers, magazines, and movies) have you seen?

- A. A lot
- B. A few
- C. None

43. When you watch television, videos, or movies, how often do you see actors smoking?

- A. I never watch television, videos, or movies
- B. Never
- C. Rarely
- D. Sometimes
- E. Most of the time
- F. Always

46. पहली बार अल्कोहल पीते समय आप कहाँ मौजूद थे?

- A. मैंने कभी मद्य युक्त पेय नहीं पीया
- B. घर में
- C. किसी अन्य के घर में
- D. स्कूल में
- E. गली में, पार्क में या अन्य खुली जगह पर
- F. किसी बार, पब या डिस्को में
- G. किसी रेस्तराँ में
- H. किसी अन्य जगह पर

47. इस स्कूल वर्ष के दौरान क्या आपको कभी अल्कोहल के खतरों के विषय में पढ़ाया गया?

- A. हाँ
- B. नहीं
- C. मुझे नहीं पता / मैं नहीं जानता/जानती

48. आपके माता पिता या संरक्षक में से कोई मद्यपान करते हैं?

- A. कोई नहीं
- B. मेरे पिता या पुरुष संरक्षक
- C. मेरी माता या महिला संरक्षक
- D. दोनों
- E. मैं नहीं जानता/जानती

49. जब आप टेलीविजन, विडियो एवं फिल्में देखते हैं आपने कितनी बार कलाकारों को मद्यपान सेवन करते देखा है?

- A. मैं कभी भी टेलीविजन, विडियो या फिल्में नहीं देखता
- B. कभी नहीं
- C. कभी कभी
- D. कुछ समय
- E. अधिकतर समय
- F. सदैव

अगला प्रश्न नशीली दवा से संबंधित है।

50. पिछले 12 महीनों में कितनी बार आपने नशीली दवाओं का सेवन किया है जैसे कोई तरल पदार्थ, चरस अथवा पांजा सेवन ?

- A. 0 बार
- B. 1 या 2 बार
- C. 3 या 9 बार
- D. 10 या उससे अधिक बार

अगले 5 प्रश्न एच.आई.वी. संक्रमण या एड्स से संबंधित हैं।

51. क्या आपने कभी एच.आई.वी. संक्रमण या एड्स रोग के विषय में सुना है?

- A. हाँ
- B. नहीं

52. इस स्कूल वर्ष के दौरान क्या किसी विषय में आपको एच.आई.वी. संक्रमण या एड्स के विषय में पढ़ाया गया?

- A. हाँ
- B. नहीं
- C. मैं नहीं जानता/जानती

53. इस स्कूल वर्ष के दौरान, क्या आपको किसी कक्षा में एच.आई.वी. संक्रमण या एड्स से बचने के तरीके बताए गए?

- A. हाँ
- B. नहीं
- C. मैं नहीं जानता/जानती

54. क्या आपने कभी अपने माता-पिता से एच.आई.वी. संक्रमण या एड्स के विषय में बातचीत की है?

- A. हाँ
- B. नहीं
- C. मैं नहीं जानता/जानती

55. क्या स्वस्थ दिखने वाला व्यक्ति भी एच.आई.वी. से संक्रमित हो सकता है?

- A. हाँ
- B. नहीं
- C. मैं नहीं जानता/जानती

अगले 2 प्रश्न शारीरिक क्रियाकलाप से संबंधित हैं। शारीरिक क्रियाकलाप वो क्रिया है जो आपकी हृदय गति बढ़ाती है और कई बार आपकी साँस उखाड़ भी देती है। शारीरिक क्रियाकलाप खेलकूद, दोस्तों के साथ खेलते हुए या स्कूल पैदल जाते हुए हो सकती है। इसके कुछ उदाहरण हैं—दौड़, तेज चाल, साइकिल चालन, नृत्य और फुटबाल। अपने रोज के शारीरिक क्रियाकलाप के समय को जोड़ें। इसमें शारीरिक शिक्षा और जिम कक्षाओं का समय न मिलाएँ।

The next 2 questions ask about chewing tobacco.

44. How old were you when you first chewed tobacco?

- A. I have never chewed tobacco
- B. 7 years old or younger
- C. 8 or 9 years old
- D. 10 or 11 years old
- E. 12 or 13 years old
- F. 14 or 15 years old
- G. 16 years old or older

45. During the past 12 months, have you ever tried to stop chewing tobacco?

- A. I have never chewed tobacco
- B. I did not chew tobacco during the past 12 months
- C. Yes
- D. No

The next 4 questions ask about the role of alcohol. This includes drinking Vodka, beer, or whiskey. Drinking alcohol does not include drinking a few sips of wine for religious purposes.

46. Where were you the first time you had a drink of alcohol?

- A. I have never had a drink of alcohol
- B. At home
- C. At someone else's home
- D. At school
- E. Out on the street, in a park, or in some other open area
- F. At a bar, pub, or disco
- G. In a restaurant
- H. Some other place

47. During this school year, were you taught in any of your classes the dangers of alcohol use?

- A. Yes
- B. No
- C. I do not know

48. Which of your parents or guardians drink alcohol?

- A. Neither
- B. My father or male guardian
- C. My mother or female guardian
- D. Both
- E. I do not know

49. When you watch television, videos, or movies, how often do you see actors drinking alcohol?

- A. I never watch television, videos, or movies
- B. Never
- C. Rarely
- D. Sometimes
- E. Most of the time
- F. Always

The next question asks about drugs.

50. During the past 12 months, how many times have you used drugs, such as inhaling any fluid, using Charas, or Ganja?

- A. 0 times
- B. 1 or 2 times
- C. 3 to 9 times
- D. 10 or more times

The next 5 questions ask about HIV infection or AIDS.

51. Have you heard of HIV infection or the disease called AIDS?

- A. Yes
- B. No

52. During this school year, were you taught in any of your classes about HIV infection or AIDS?

- A. Yes
- B. No
- C. I do not know

56. पिछले 7 दिनों में आप कितने दिन कम से कम

60 मिनट के लिये शारीरिक रूप से क्रियाशील थे?

- A. 0 दिन
- B. 1 दिन
- C. 2 दिन
- D. 3 दिन
- E. 4 दिन
- F. 5 दिन
- G. 6 दिन
- H. 7 दिन

57. किसी सामान्य या असामान्य सप्ताह में आप कितने दिन कम से कम 60 मिनट (एक दिन में) शारीरिक रूप से क्रियाशील थे?

- A. 0 दिन
- B. 1 दिन
- C. 2 दिन
- D. 3 दिन
- E. 4 दिन
- F. 5 दिन
- G. 6 दिन
- H. 7 दिन

अगले 2 प्रश्न शारीरिक शिक्षा व प्रारंभिक व्यायाम से संबंधित हैं।

58. इस स्कूल वर्ष में हरेक सप्ताह में आप कितने दिन शारीरिक शिक्षा की कक्षा में गए?

- A. 0 दिन
- B. 1 दिन
- C. 2 दिन
- D. 3 दिन
- E. 4 दिन
- F. 5 या उससे अधिक दिन

59. पिछले 7 दिनों में कितने दिनों तक आपने प्रारंभिक व्यायाम या मजबूती के लिये व्यायाम किया जैसे पंजे छूना, घुटने मोड़ना या दंड लगाना?

- A. 0 दिन
- B. 1 दिन
- C. 2 दिन
- D. 3 दिन
- E. 4 दिन

F. 5 दिन

G. 6 दिन

H. 7 दिन

अगला प्रश्न प्रत्येक दिन में सोने के घंटों के विषय में है।

60. सामान्यतः आप रोज कितने घंटे तक सोते हैं?

- A. 4 घंटों से कम
- B. 4 से 6 घंटों तक
- C. 6 से 8 घंटों तक
- D. 8 से 10 घंटों तक
- E. 10 घंटों से अधिक

अगला प्रश्न आपके उस समय के बारे में है जो आप ज्यादातर बैठकर बिताते हैं जब आप विद्यालय में नहीं होते या गृहकार्य नहीं कर रहे होते।

61. एक सामान्य दिन का कितना समय आप बैठकर टी.वी. देखकर, कम्प्यूटर गेम खेलकर, दोस्तों से बातें करके या अन्य बैठकर करने वाले क्रियाकलाप जैसे संगीत सुनना आदि में व्यतीत करते हैं?

- A. एक दिन में 1 घंटे से कम
- B. एक दिन में 1 से 2 घंटे
- C. एक दिन में 3 से 4 घंटे
- D. एक दिन में 5 से 6 घंटे
- E. एक दिन में 7 से 8 घंटे
- F. एक दिन में 8 घंटे से अधिक

अगले 2 प्रश्न स्कूल जाने व स्कूल से घर जाने से संबंधित हैं।

62. पिछले 7 दिनों में आप कितने दिन स्कूल पैदल या साइकिल से आए और गए?

- A. 0 दिन
- B. 1 दिन
- C. 2 दिन
- D. 3 दिन
- E. 4 दिन
- F. 5 दिन
- G. 6 दिन
- H. 7 दिन

63. पिछले 7 दिनों में प्रतिदिन आपको विद्यालय जाने एवं आने में कितना समय लगा ? (विद्यालय जाने का तथा आने का समय जोड़ें) ।

53. During this school year, were you taught in any of your classes how to avoid HIV infection or AIDS?

- A. Yes
- B. No
- C. I do not know

54. Have you ever talked about HIV infection or AIDS with your parents or guardians?

- A. Yes
- B. No
- C. I do not know

55. Can a healthy-looking person be infected with HIV?

- A. Yes
- B. No
- C. I do not know

The next 2 questions ask about physical activity. Physical activity is any activity that increases your heart rate and makes you get out of breath some of the time. Physical activity can be done in sports, playing with friends, or walking to school. Some examples of physical activity are running, fast walking, biking, dancing, or football. ADD UP ALL THE TIME YOU SPEND IN PHYSICAL ACTIVITY EACH DAY. DO NOT INCLUDE YOUR PHYSICAL EDUCATION OR GYM CLASS.

56. During the past 7 days, on how many days were you physically active for a total of at least 60 minutes per day?

- A. 0 days
- B. 1 day
- C. 2 days
- D. 3 days
- E. 4 days
- F. 5 days
- G. 6 days
- H. 7 days

57. During a typical or usual week, on how many days are you physically active for a total of at least 60 minutes per day?

- A. 0 days
- B. 1 day
- C. 2 days
- D. 3 days
- E. 4 days
- F. 5 days
- G. 6 days
- H. 7 days

The next 2 questions ask about physical education class and stretching exercises.

58. During this school year, on how many days did you go to physical education class each week?

- A. 0 days
- B. 1 day
- C. 2 days
- D. 3 days
- E. 4 days
- F. 5 or more days

59. During the past 7 days, on how many days did you do strengthening exercises, such as toe touches, knee bends, or push-ups?

- A. 0 days
- B. 1 day
- C. 2 days
- D. 3 days
- E. 4 days
- F. 5 days
- G. 6 days
- H. 7 days

The next question asks about hours of sleep per day.

60. Typically, how many hours do you sleep per day?

- A. Less than 4 hours

- A. प्रतिदिन 10 मिनट से कम
- B. प्रतिदिन 10 से 19 मिनट
- C. प्रतिदिन 20 से 29 मिनट
- D. प्रतिदिन 30 से 39 मिनट
- E. प्रतिदिन 40 से 49 मिनट
- F. प्रतिदिन 50 से 59 मिनट
- G. प्रतिदिन 60 मिनट या उससे अधिक

अगले 5 प्रश्न आपके स्कूल व घर के अनुभवों के बारे में हैं।

64. पिछले 30 दिनों में आप कितने दिन कक्षा या स्कूल से बिना अनुमति के अनुपस्थित रहे?

- A. 0 दिन
- B. 1 या 2 दिन
- C. 3 से 5 दिन
- D. 6 से 9 दिन
- E. 10 या उससे अधिक दिन

65. पिछले 30 दिनों में कितनी बार आपके सहपाठी आपके साथ उदार एवं मददगार रहे?

- A. कभी नहीं
- B. कभी-कभी
- C. कुछ समय
- D. अधिकतर समय
- E. सदैव

66. पिछले 30 दिनों में आपके माता-पिता या संरक्षक ने कितनी बार यह जांचा कि आपका गृहकार्य पूर्ण है या अपूर्ण ?

- A. कभी नहीं
- B. कभी-कभी
- C. कुछ समय
- D. अधिकतर समय
- E. सदैव

67. पिछले 30 दिनों में कितनी बार आपके माता-पिता या संरक्षक ने आपकी समस्याओं एवं चिंताओं को समझा?

- A. कभी नहीं
- B. कभी-कभी
- C. कुछ समय
- D. अधिकतर समय
- E. सदैव

68. पिछले 30 दिनों में कितनी बार आपके माता-पिता या संरक्षकों ने वास्तव में जाना कि आप अपने खाली समय में क्या कर रहे थे?

- A. कभी नहीं
- B. कभी-कभी
- C. कुछ समय
- D. अधिकतर समय
- E. सदैव

- B. 4 to 6 hours
- C. 6 to 8 hours
- D. 8 to 10 hours
- E. More than 10 hours

The next question asks about the time you spend mostly sitting when you are not in school or doing homework.

61. How much time do you spend during a typical or usual day sitting and watching television, playing computer games, talking with friends, or doing other sitting activities, such as listening to music?

- A. Less than 1 hour per day
- B. 1 to 2 hours per day
- C. 3 to 4 hours per day
- D. 5 to 6 hours per day
- E. 7 to 8 hours per day
- F. More than 8 hours per day

The next 2 questions ask about going to and coming home from school.

62. During the past 7 days, on how many days did you walk or ride a bicycle to and from school?

- A. 0 days
- B. 1 day
- C. 2 days
- D. 3 days
- E. 4 days
- F. 5 days
- G. 6 days
- H. 7 days

63. During the past 7 days, how long did it usually take for you to get to and from school each day. ADD UP THE TIME YOU SPEND GOING TO AND COMING HOME FROM SCHOOL.

- A. Less than 10 minutes per day
- B. 10 to 19 minutes per day
- C. 20 to 29 minutes per day
- D. 30 to 39 minutes per day
- E. 40 to 49 minutes per day
- F. 50 to 59 minutes per day
- G. 60 or more minutes per day

The next 5 questions ask about your experiences at school and at home.

64. During the past 30 days, on how many days did you miss classes or school without permission?

- A. 0 days
- B. 1 or 2 days
- C. 3 to 5 days
- D. 6 to 9 days
- E. 10 or more days

65. During the past 30 days, how often were most of the students in your school kind and helpful?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

66. During the past 30 days, how often did your parents or guardians check to see if your homework was done?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

67. During the past 30 days, how often did your parents or guardians understand your problems and worries?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

68. During the past 30 days, how often did your parents or guardians really know what you were doing with your free time?

- A. Never
- B. Rarely
- C. Sometimes
- D. Most of the time
- E. Always

