

A Taste of Latin American Heritage  
Student **ENTRANCE** Survey

El sabor de la herencia latinoamericana  
Encuesta de **ENTRADA** de estudiantes



Name / Nombre:

Age / Años:

Please fill in a circle for each question. Por favor complete un círculo para cada pregunta.	Never Nunca	1-2 times per week 1-2 veces por semana	3-4 times per week 3-4 veces por semana	5-6 times per week 5-6 veces por semana	Every day Todos los días
1. How many times per week do you cook at home? ¿Cuántas veces a la semana cocinas en casa?					
2. How many times per week do you eat the following? ¿Cuántas veces a la semana comes lo siguiente?					
Herbs and spices / Hierbas y especias					
Nuts and/or seeds / Nueces y/o semillas					
Whole grains / Granos enteros o cereales					
Beans / Frijoles					
Vegetables / Vegetales					
Fruits / Frutas					
Tubers like sweet potatoes or yuca Vegetales con raíz como camote o yuca					
Vegetarian-based meals Comida a base de plantas o vegetariana					
3. How often do you exercise per week? <i>(including walking)</i> ¿Con qué frecuencia haces ejercicio por semana? <i>(incluyendo caminar)</i>					



4. When you hear the phrase “Latin American heritage foods,” what comes to mind?

Cuando escucha la frase “alimentos de la herencia latinoamericana” ¿Qué es lo primero que piensa?

5. If you're don't already cook and eat in a healthy way, what is the biggest obstacle for you?

Si usted no cocina y come saludablemente en este momento, ¿Sabe el ¿porqué?

Not enough time / No hay tiempo suficiente

Junk food and sweets / Comida chatarra y dulces

Don't enjoy cooking / No disfruto cocinar

Too expensive / Demasiado caro

Physical difficulties / Dificultades físicas

Other / Otro:

6. What do you hope to get out of this class? (select all that apply)

¿Qué es lo que le gustaría aprender en esta clase? (seleccione todas las que aplican)

Cooking skills / Técnicas para cocinar mejor

New recipes / Nuevas recetas

Tips for healthy shopping / Tips para comprar alimentos saludables en el supermercado

Cultural history / Historia de la cultura

Getting healthier / Mantenerme mas saludable

Nutrition information / Información de nutrición

Weight loss / Bajar de peso

Tips about healthy living / Tips acerca de un estilo de vida saludable

Other / Otro: