

2006 - 2007

**Enquête sur les habitudes alimentaires
chez les jeunes**

00-NB-[SERIAL]-HE-006

63
62
61
60
59
58
57
56
55
54
53
52
51
50
49
48
47
46
45
44
43
42
41
40
39
38
37
36
35
34
33
32
31
30
29
28
27
26
25
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

1. En quelle année es-tu?

- 5e année
- 6e année
- 7e année
- 8e année
- 9e année
- 10e année
- 11e année
- 12e année

2. Quel âge as-tu?

- 11 ans ou moins
- 12 ans
- 13 ans
- 14 ans
- 15 ans
- 16 ans
- 17 ans
- 18 ou plus

N'oublie pas cette colonne

3. Es-tu...

- une fille?
- un garçon?

4. Indique les trois premiers caractères du code postal de ton domicile.

Par exemple, si ton code postal est A1B 2C3, tu écris

A	1	B
---	---	---

--	--	--

- Je ne sais pas

5. Hier, combien de fois as-tu mangé:

	Aucune	1 fois	2 fois	3 fois	4 fois ou plus
--	--------	--------	--------	--------	----------------

- | | | | | | |
|----|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | | | | | |
| a. | Viande, poisson ou poulet: cuit au four, grillé ou au barbecue? <i>Inclure: steak, rôti de bœuf, côtelettes de porc, jambon, dinde, etc.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b. | Viande, poisson ou poulet : frit ou pané? <i>Inclure: bâtonnets de poisson, pépites de poulet, hamburger frit, etc.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c. | Viande, poisson ou poulet : traité? <i>Inclure: bacon, hot-dog, saucisse, baloney, viande donair, etc.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| d. | Oeufs, beurre d'arachide, arachides, autres noix ou graines? <i>Inclure: œufs préparés au choix, noix, graines de tournesol et amandes.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| e. | Fromage dur? <i>Inclure: bâtonnets de fromage, fromage dans des plats préparés comme la lasagne; fromage sur la pizza, sandwichs et hamburger au fromage. Ne pas inclure: fromage à la crème ou autres produits fromagés en crème.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| f. | Yogourt et fromage cottage? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| g. | Riz, macaroni, spaghetti ou pâtes alimentaires? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| h. | Pain, petits pains au four, bagel, sandwich sur pain pita, petit pain au beurre? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| i. | Patates frites ou croustilles (chips)? <i>Inclure: croustilles aux pommes de terre, tortilla, croustilles au maïs, bâtonnets de fromage ou autres amuses gueules en croustilles.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| j. | Légumes? <i>Inclure: tous les légumes cuits et crus, salades et pommes de terre en purées, cuites au four ou bouillies. Ne pas inclure: patates frites, autres types de pommes de terre frites ou jus de légumes.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| k. | Fèves, légumes comme les fèves au lard, les chilis ou le humus? <i>Ne pas inclure: haricots jaunes et verts</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| l. | Fruits? <i>Inclure: fruits frais, congelés, en conserve et séchés comme les barres de fruits 100%. Ne pas inclure: jus de fruit, les roulés aux fruits et autres friandises au fruit.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| m. | Friandises et barres de chocolat? <i>Inclure: roulées aux fruits et autres friandises au fruit, les friandises sûr, jujubes et les sucettes</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| n. | Beignes, biscuits, carrés, tartes, gâteaux, dessert gelé et autres sucreries. <i>Inclure : crème glacée et yogourt glacé.</i> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

RÉSERVÉ À L'ADMINISTRATION

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9																
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z

- 63
- 62
- 61
- 60
- 59
- 58
- 57
- 56
- 55
- 54
- 53
- 52
- 51
- 50
- 49
- 48
- 47
- 46
- 45
- 44
- 43
- 42
- 41
- 40
- 39
- 38
- 37
- 36
- 35
- 34
- 33
- 32
- 31
- 30
- 29
- 28
- 27
- 26
- 25
- 24
- 23
- 22
- 21
- 20
- 19
- 18
- 17
- 16
- 15
- 14
- 13
- 12
- 11
- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5
- 4
- 3
- 2
- 1
10. Lorsque tu manges des produits céréaliers, à quelle fréquence choisis-tu le blé entier 100% ou les multi grains?
- Jamais
 - Parfois
 - Toujours
11. Quel type de lait bois-tu habituellement? (Cocher une seule case)
- Lait régulier (entier)
 - Lait 2%
 - Lait 1%
 - Lait écrémé, lait sans gras
 - Une combinaison des types de lait ci-dessus
 - Je ne bois pas de lait
12. À quelle fréquence manges-tu du gras visible sur la viande ou la peau du poulet?
- Jamais
 - Parfois
 - Toujours
13. Est-ce que tu prends habituellement de la vitamine ou des minéraux en pilule?
- Oui
 - Non
14. Es-tu végétarien?
- Non, je mange de la viande (bœuf, porc, poisson ou poulet)
 - Oui, mais je mange parfois de la viande (bœuf, porc, poisson ou poulet)
 - Oui, je ne mange jamais de la viande (bœuf, porc, poisson ou poulet)
15. Est-ce que ton école offre des choix végétariens (ex. cafétéria, programme de dîner)?
- Oui
 - Non
 - Parfois
 - Je ne sais pas
16. Quel est ton opinion face à la variété des aliments offerts à ton école (cafétéria, repas chauds, machines distributrices, cantine)?
- Pas assez de variété
 - Un peu de variété
 - Assez de variété
 - Trop de variété
 - Je ne sais pas
17. Est-ce que ton école offre un endroit propre, plaisant et sécuritaire où tu peux manger?
- Oui
 - Non
18. Habituellement, est-ce que tu as le sentiment d'avoir assez de temps pour dîner à l'école?
- Oui
 - Non

19. Est-ce que tu as reçu de la nourriture comme récompense durant cette année scolaire? (Ne pas inclure les occasions de célébration)
- Oui
 - Non
20. Au cours des derniers 12 mois, as-tu participé aux activités suivantes? (Indiquer toutes les réponses qui s'appliquent)
- Faire partie d'un groupe qui aide à planifier et à promouvoir la saine alimentation
 - Participer à un test de goût de nourriture santé
 - Participer à des concours de nourriture santé
 - Recevoir des échantillons gratuits de nourriture santé
21. Au cours des 12 derniers mois, as-tu observé des changements à ton école? (Indiquer toutes les réponses qui s'appliquent)
- Je suis un nouvel élève et je ne peux pas répondre à la question
 - Un nouveau service de déjeuner
 - Un nouveau programme de collation de fruits et légumes
 - Des aliments plus santé en vente lors des événements sportifs ou d'événements spéciaux (ex. danse d'école et soirée de cinéma)
 - La vente d'aliments plus santé ou de produits non alimentaires lors d'activités de levées de fonds
 - Des aliments plus santé offerts dans les machines distributrices et les cantines
 - Des aliments plus santé offerts à la cafétéria ou au service de dîner chaud
 - De l'information à la cafétéria sur les meilleurs choix alimentaires
 - Une diminution du coût des aliments santé
22. Les élèves qui mangent des aliments plus santé réussissent mieux à l'école.
- Fortement en accord
 - En accord
 - En désaccord
 - Fortement en désaccord
 - Je ne sais pas
23. Comment décris-tu ton poids?
- Très inférieur à un poids santé
 - Légèrement inférieur à un poids santé
 - Poids à peu près santé
 - Légèrement supérieur à un poids santé
 - Très supérieur à un poids santé
24. Concernant ton poids, laquelle des actions suivantes tentes-tu?
- Perdre du poids
 - Gagner du poids
 - Maintenir mon poids actuel
 - Je n'essaie rien par rapport à mon poids

25. **Quelle est ta grandeur sans tes chaussures?**
 (Indique ta taille sur la ligne, puis remplis les cercles appropriés pour ta taille en pieds et en pouces **OU** en centimètres)

"Ma taille est _____"

Exemple: 5' 7"

Taille	
Pieds	Pouces
0	0
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9

Je ne connais pas ma taille

Taille	
Pieds	Pouces
0	0
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9

OU

Taille		
Centimètres		
0	0	0
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9

26. **Quel est ton poids sans tes souliers?**
 (Indique ton poids sur la ligne puis remplis les cercles appropriés pour ton poids en livres **OU** en kilogrammes)

"Mon poids est _____"

Exemple: 127lbs

Poids		
Livres		
0	0	0
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9

Je ne connais pas mon poids

Poids		
Livres		
0	0	0
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9

OU

Poids		
Kilogrammes		
0	0	0
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9

27. **Tes amis les plus proches sont ceux avec qui tu aimes passer le plus de temps. Parmi tes cinq amis les plus proches, combien y en a-t-il qui sont actifs physiquement?**

- Aucun 3
 1 4
 2 5

28. **Au cours des sept derniers jours, est-ce que quelque chose t'a empêché de faire tes activités physiques habituelles (ex. maladie, voyage, trop d'heures au travail)?**

- Oui
 Non

Les activités physiques **INTENSE** sont la course, les sports d'équipes, la danse rapide, le saut à la corde et n'importe quel autre activité physique qui augmente le rythme cardiaque, qui engendre une respiration accéléré et qui fait transpirer.

29. **Indique combien de minutes d'activité physique INTENSE tu as faites au cours de chacun des sept derniers jours. Cela comprend les activités physiques pendant les cours d'éducation physique, l'heure du dîner, les récréations, après l'école, le soir et dans ton temps libre.**

Par exemple, Si tu as fait 45 minutes d'activité physique intense le lundi, alors remplis les cercles correspondant à 0 h et à 45 minutes, comme l'indique l'exemple ci-dessous:

	Heures					Minutes			
Lundi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Mardi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Mercredi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Jeudi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Vendredi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Samedi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Dimanche	0	1	2	3	4	0	15	30	45

Les activités physiques **MODÉRÉS** sont des activités moins intenses telles que la marche, la bicyclette et la natation comme loisir.

30. **Indique combien de minutes d'activité physique MODÉRÉE tu as faites au cours de chacun des sept derniers jours. Cela comprend les activités physiques pendant les cours d'éducation physique, l'heure du dîner, les récréations, après l'école, le soir et dans ton temps libre.**

Par exemple, si tu as fait 1 heure et 15 minutes d'activité physique modérée le lundi, alors remplis les cercles de 1 h et de 15 minutes, tel qu'indiqué ci-dessous

	Heures					Minutes			
Lundi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Mardi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Mercredi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Jeudi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Vendredi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Samedi	0	1	2	3	4	0	15	30	45
Dimanche	0	1	2	3	4	0	15	30	45

63
62
61
60
59
58

31. **Au cours des sept derniers jours, combien de temps as-tu mis à la lecture, sans compter le temps de lecture à l'école, au travail ou pour les devoirs scolaires? (Inclure : lecture d'un livre, de revues et de journaux)**

- 57
56
55
54
53
- Aucun temps
 - Moins d'une heure
 - De 1 à 6 heures
 - De 7 à 13 heures
 - 14 heures ou plus

52
51
50

32. **Au cours des sept derniers jours, combien de temps as-tu mis dans tes devoirs scolaires?**

- 49
48
47
46
45
- Aucun temps
 - Moins d'une heure
 - De 1 à 6 heures
 - De 7 à 13 heures
 - 14 heures ou plus

44
43

33. **Es-tu un/une fumeur(e)?**

- 42
41
- Oui
 - Non

40
39
38

34. **As-tu déjà essayé de fumer une cigarette, ne serait-ce que quelques bouffées ('puffs')?**

- 37
36
- Oui
 - Non

35
34
33
32

35. **Penses-tu que dans l'avenir tu pourrais essayer de fumer des cigarettes?**

- 31
30
29
28
- Oui, sans aucun doute
 - Oui, probablement
 - Probablement pas
 - Non, sans aucun doute

27
26
25

36. **Si un de tes meilleurs amis t'offrait une cigarette, la fumerais-tu?**

- 24
23
22
21
- Oui, sans aucun doute
 - Oui, probablement
 - Probablement pas
 - Non, sans aucun doute

20
19
18

37. **Penses-tu qu'au cours de la prochaine année tu fumeras une cigarette?**

- 17
16
15
14
- Oui, sans aucun doute
 - Oui, probablement
 - Probablement pas
 - Non, sans aucun doute

13
12

38. **As-tu déjà fumé une cigarette entière?**

- 11
10
- Oui
 - Non

9
8
7

39. **As-tu déjà fumé 100 cigarettes entières ou plus au cours de ta vie?**

- 6
5
- Oui
 - Non

40. **As-tu déjà fumé chaque jour pendant au moins 7 jours consécutifs?**

- Oui
- Non

41. **Au cours des 30 derniers jours, combien de jours as-tu fumé au moins une cigarette?**

- Aucun
- 1 jour
- De 2 à 3 jours
- De 4 à 5 jours
- De 6 à 10 jours
- De 11 à 20 jours
- De 21 à 29 jours
- 30 jours (*tous les jours*)

42. **As-tu déjà essayé d'arrêter de fumer?**

- Je n'ai jamais fumé
- Je n'ai fumé qu'à quelques reprises
- Je n'ai jamais essayé d'arrêter
- J'ai essayé d'arrêter une fois
- J'ai essayé d'arrêter 2 ou 3 fois
- J'ai essayé d'arrêter 4 ou 5 fois
- J'ai essayé d'arrêter 6 fois ou plus

43. **Penses-tu que tu serais capable d'arrêter de fumer si tu le désirais?**

- Je ne fume pas
- Oui, sans aucun doute
- Oui, probablement
- Probablement pas
- Absolument pas

44. **As-tu déjà essayé l'un ou l'autre des produits suivants? (Cocher toutes les réponses qui s'appliquent)**

- Du tabac à pipe
- Des cigares, cigarillos ou petits cigares (nature ou parfumé)
- Des bidis (produit du tabac venant des Indes)
- Du tabac à chiquer (mâcher)
- Du tabac à priser nasal (poudre de tabac qui s'inhale)
- Du tabac à priser oral (poudre de tabac qui se retient entre les lèvres et les gencives ou les joues)
- Des timbres à la nicotine, de la gomme à mâcher à la nicotine ou des pastilles à la nicotine
- Du tabac à fumer à la pipe à eau (houka, *chicha*, narguilé ou *gouza*)
- Je n'ai pas essayé ces produits

45. **À quel point serais-tu à l'aise de demander à un fumeur de ne pas fumer?**

- Très mal à l'aise
- Un peu mal à l'aise
- À l'aise quelque peu
- Très à l'aise



[SERIAL]

63
62
61
60
59
58
57
56
55
54
53
52
51
50
49
48
47
46
45
44
43
42
41
40
39
38
37
36
35
34
33
32
31
30
29
28
27
26
25
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

Tes réponses à ces questions
sont très importantes. Merci
d'avoir pris le temps de répondre
à ce questionnaire.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	RÉSERVÉ À L'ADMINISTRATION
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	



[SERIAL]

