Questionnaire sur l’alimentation

**Mon alimentation**

1. Le matin, je déjeune…
2. Toujours
3. Parfois
4. Jamais
5. En général, au petit déjeuner, je mange… *(coche une ou plusieurs réponses)*

|  |  |
| --- | --- |
| * Un gâteau, petit pain, croissant. * Du pain * Des céréales * De la confiture, du miel * Du nutella * Du fromage, un yaourt * De la charcuterie * Un œuf * Un fruit, du jus de fruit | * + Du beurre   + Du lait   + De l’eau   + Du café, du thé, de la tisane   + Du sirop   + Du chocolat chaud ou froid   + Autre : ………………………………………   …………………………………………………… |

1. Je mange à McDonald’s…
2. Une fois par semaine
3. Une fois par mois
4. Une fois par an
5. Jamais
6. Je grignote entre les repas…
7. Parfois
8. Souvent
9. Jamais
10. A la cantine, est-ce que tu apprécies les repas servis ?
11. J’apprécie toujours
12. J’apprécie le plus souvent
13. J’apprécie parfois
14. Je n’apprécie jamais
15. Je mange des fruits ou des légumes…
16. Une fois par jour
17. Plusieurs fois par jour
18. Tous les deux ou trois jours
19. Une fois par semaine
20. Rarement

1. Je prends un goûter…
2. Toujours
3. Souvent
4. Parfois
5. Jamais
6. Pour le goûter je mange souvent… *(coche une ou plusieurs réponses)*

|  |  |
| --- | --- |
| * Une boisson sucrée * De l’eau * Du pain * Du chocolat * Un croissant ou petit pain * Des bonbons * Des biscuits * Une barre chocolatée (twix, mars…) | * + Une barre de céréales   + Du fromage   + De la charcuterie   + Un ou plusieurs fruit(s)   + Un yaourt   + Autre : ………………………………………   …………………………………………………… |

**Mes loisirs**

1. Combien de temps passes-tu chaque jour à regarder la télévision ? *(coche une réponse pour la semaine et une réponse pour le weekend)*

|  |  |
| --- | --- |
| **En semaine** | **Le weekend** |
| * Jamais * Moins d’ 1 heure * De 1 heure à 2 heures * Entre 2 heures et 4 heures * 5 heures ou plus | * Jamais * Moins d’ 1 heure * De 1 heure à moins de 2 heures * Entre 2 heures et 4 heures * 5 heures ou plus |

1. Combien de temps passes-tu chaque jour sur l’ordinateur ou à jouer à des jeux vidéos ?

|  |  |
| --- | --- |
| **En semaine** | **Le weekend** |
| * Jamais * Moins d’ 1 heure * De 1 heure à 2 heures * Entre 2 heures et 4 heures * 5 heures ou plus | * Jamais * Moins d’ 1 heure * De 1 heure à moins de 2 heures * Entre 2 heures et 4 heures * 5 heures ou plus |

1. Pratiques-tu un sport en dehors du collège ?
2. Oui
3. Non
4. Je suis dispensé(e)
5. Si oui, combien de fois par semaine ?
6. Une fois
7. Deux fois
8. Trois fois
9. Quatre fois ou plus