

Questionnaire Enfant T1

Date : _____

Prénom-Nom : _____ Garçon Fille

Ville : _____ École : _____ Classe : _____

1. Coche uniquement les fruits et les légumes :

- Frite
- Tomate
- Riz
- Banane
- Ananas

- Patate douce
- Citron
- Corossol
- Pois d'angole
- Concombre

- Mangue
- Goyave
- Igname
- Orange
- Papaye

2. Coche le nombre de repas conseillés par jour pour être en forme ?

1 repas +
1 goûter

2 repas +
1 goûter

3 repas +
1 goûter

4 repas +
1 goûter

Toute la
journée

Ne sais
pas

3. Coche les aliments que tu manges habituellement à ton goûter :



Glace



Crème



Yaourt



Fruit/ Compote



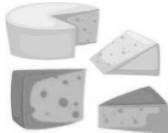
Croissant
ou Pain au
chocolat



Bonbons



Pain ou Pain
de mie



Fromage



Gâteau



Tartine de chocolat
ou de confiture



Chips



Chocolat

Si tu en manges d'autres, écris les ici :

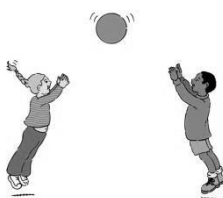
4. Coche combien de fois tu bois habituellement des boissons sucrées (soda, eau avec du sirop) :

- Jamais 1 fois / mois 1 fois / semaine 2 à 3 fois / semaine 1 fois / jour Plusieurs fois / jour

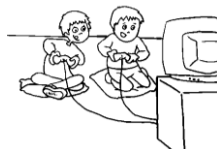
5. Coche ce qui correspond à des activités physiques :



Regarder la télévision



Jouer au ballon



Jouer à des jeux vidéo



Faire du vélo



Lire un livre



Nager / Jouer dans l'eau



Sauter à la corde



Aller à l'école en voiture

6. Combien d'activité physique dois-tu faire pour être en forme ?

- 1 fois / mois 1 fois / semaine 3 fois / semaine Au moins 30 min / jour Au moins 1 h / jour Ne sais pas

7. Coche les moments de la journée où tu as l'habitude de regarder la télévision, la tablette, l'ordinateur et jouer à des jeux vidéo
(Plusieurs réponses possibles)

- Avant le petit déjeuner
 Au petit déjeuner
 Entre 12h et 14h

- Après l'école
 Lors du dîner
 Après le dîner

8. Pour toi faire de l'activité physique au moins 1 heure par jour c'est :
(Entoure une seule réponse)

Très difficile

Difficile

Facile

Très facile

