

LES ACTIVITES PHYSIQUES ET LES LOISIRS

● Habituellement, comment l'enfant se rend-il à l'école ?

A pied uniquement

En voiture

Autre : _____

Distance maison/école : _____ (en km ; noter 0 si inférieur à 1 km)

● En dehors de l'école, combien de fois par semaine l'enfant joue-t-il en plein air ?

Les jours d'école :

3 ou 4 fois/semaine

1 ou 2 fois/semaine

Jamais

Les jours sans école :

3 fois/semaine

1 ou 2 fois/semaine

Jamais

Si l'enfant joue en plein air, combien de temps par jour habituellement ?

Les jours d'école :

Moins de 30 mn

De 30mn à 1 heure

Plus d'1 heure

Les jours sans école :

Moins de 30 mn

De 30mn à 1 heure

Plus d'1 heure

● L'enfant pratique-t-il une activité sportive encadrée (en club, association, ...) ?

Oui Nombre d'heures par semaine |__|__|

Non

● L'enfant pratique-t-il une ou des activités physiques (piscine, football, vélo, promenades...) avec son père ou sa mère ?

Oui, 1 fois/semaine ou plus

Oui, moins d'1 fois/semaine

Non

● Combien d'heures par jour l'enfant regarde-t-il la télé, joue-t-il aux jeux vidéo et à l'ordinateur ?

Les jours d'école :

3 heures/jour ou plus

1 à 2 heures/jour

Moins d'1 heure/jour

Jamais

Les jours sans école :

3 heures/jour ou plus

1 à 2 heures/jour

Moins d'1 heure/jour

Jamais

● L'enfant a-t-il la télévision dans sa chambre ?

oui

non

LES HABITUDES ALIMENTAIRES

● L'enfant a-t-il été allaité ?

Non

Oui, combien de temps ? |__|__| mois

|__|__| semaines

● L'enfant décide-t-il lui-même de ce qu'il va manger ?

Oui, pendant les repas

Oui, en dehors des repas

Oui, pendant et en dehors des repas

Non

● Combien de fois par semaine l'enfant mange-t-il ?

Barres chocolatées |__|__|

Bonbons, chewing-gum |__|__|

Chips, gâteaux salés, cacahuètes |__|__|

LE PETIT DEJEUNER (REPAS DU MATIN)

● Habituellement, l'enfant prend-il un petit déjeuner ?

Tous les jours

4 à 6 fois/semaine

1 à 3 fois/semaine

Jamais

● Habituellement, que boit l'enfant au petit déjeuner ? (plusieurs réponses possibles)

Eau

Lait (avec ou sans chocolat)

Boissons sucrées (Sodas, boissons aux fruits, ice tea, sirop, eau aromatisée)

Jus de fruit

Autres (précisez) : _____

● Habituellement, que mange l'enfant au petit déjeuner ? (plusieurs réponses possibles)

Confiture, miel

Pain

Compote

Gâteaux, biscuits

Laitages (yaourt, fromage blanc)

Céréales

Pâte à tartiner

Fruits

Viennoiseries

Beurre

Fromage

Gâteaux salés, chips

Chocolat

Autres (précisez) : _____

LA COLLATION OU LE GOUTER DU MATIN

● **Combien de fois par semaine l'enfant prend-il cette collation ?**

3 Tous les jours 2 4 à 6 fois/semaine 1 1 à 3 fois/semaine 0 Jamais

Si l'enfant prend une collation, c'est : 1 Les jours d'école 2 Les jours sans école 3 Les jours avec ou sans école

● **Habituellement, que boit l'enfant à cette collation ? (plusieurs réponses possibles)**

Eau Lait (avec ou sans chocolat) Boissons sucrées (Sodas, boissons aux fruits, ice tea, sirop, eau aromatisée)

Jus de fruit Autres (précisez) : _____

● **Habituellement, que mange l'enfant à cette collation ? (plusieurs réponses possibles)**

Confiture, miel Pain Compote Gâteaux, biscuits
 Laitages (yaourt, fromage blanc) Céréales Pâte à tartiner Fruits
 Viennoiseries Beurre Fromage Gâteaux salés, chips
 Chocolat Autres (précisez) : _____

LE DEJEUNER ET LE DINER (REPAS DU MIDI ET DU SOIR)

● **Le soir, arrive-t-il à l'enfant de s'endormir sans dîner ?** 2 Souvent 1 Rarement 0 Jamais

● **Habituellement, lorsque l'enfant mange à la maison, il prend ces repas :**

- A table 2 Oui, toujours 1 Oui, à certains repas 0 Non
 - En regardant la télévision 2 Oui, toujours 1 Oui, à certains repas 0 Non
 - En famille 2 Oui, toujours 1 Oui, à certains repas 0 Non

● **A la maison, habituellement, quelle est la durée de ces repas ?** |__|__| mn

● **En moyenne, combien de ces repas sont pris par semaine par l'enfant à la maison en famille ?** |__|__|

● **En moyenne, combien de ces repas sont pris par semaine par l'enfant au restaurant (y compris fast food ou pizzeria) ?** |__|__|

● **Que boit l'enfant durant ces repas ? (plusieurs réponses possibles)**

Eau Lait (avec ou sans chocolat) Boissons sucrées (Sodas, boissons aux fruits, ice tea, sirop, eau aromatisée)

Jus de fruit Autres (précisez) : _____

● **Combien de fois par jour l'enfant mange-t-il du pain pendant ces 2 repas ?**

0 Aucune 1 1 fois 2 2 fois 3 3 fois ou plus

● **Combien de fois par jour l'enfant mange-t-il des fruits (crus ou cuits) pendant ces 2 repas ?**

0 Aucune 1 1 fois 2 2 fois 3 3 fois ou plus

● **Combien de fois par jour l'enfant mange-t-il des légumes (crus ou cuits) pendant ces 2 repas ?**

0 Aucune 1 1 fois 2 2 fois 3 3 fois ou plus

● **Combien de fois par jour l'enfant mange-t-il de la viande, du poisson ou des œufs pendant ces 2 repas ?**

0 Aucune 1 1 fois 2 2 fois 3 3 fois ou plus

● **Combien de fois par jour l'enfant mange-t-il des laitages pendant ces 2 repas ?**

0 Aucune 1 1 fois 2 2 fois 3 3 fois ou plus

● **Combien de desserts sucrés (yaourt aux fruits, crèmes, gâteaux, flans...) l'enfant mange-t-il par jour pendant ces 2 repas ?**

0 Aucun 1 Un 2 Deux 3 Trois ou plus

● **Combien de quiches, pizzas, tartes salées, sandwich, hamburger l'enfant prend-il par semaine ?**

0 Aucun 1 Un 2 Deux 3 Trois ou plus

● **Habituellement, l'enfant ajoute-t-il à ses plats : (plusieurs réponses possibles)**

Ketchup Mayonnaise Sel

● **Généralement, l'enfant se ressert-il des plats ?**

3 Oui, à tous les repas 2 Oui, souvent 1 Oui, parfois 0 Non

LE GOUTER DE L'APRES-MIDI

● Les jours d'école, l'enfant prend-il un goûter ?

3 Tous les jours 2 4 à 6 fois/semaine 1 1 à 3 fois/semaine 0 Jamais

Si l'enfant prend un goûter, il le mange : 1 A l'école 2 A la maison 3 un à l'école et un à la maison

● Que mange-t-il au goûter ? (plusieurs réponses possibles) :

Confiture, miel Pain Compote Gâteaux, biscuits
 Laitages (yaourt, fromage blanc) Céréales Pâte à tartiner Fruits
 Viennoiseries Beurre Fromage Gâteaux salés, chips
 Chocolat Autres (précisez) : _____

● Que boit-il au goûter ? (plusieurs réponses possibles) :

Eau Lait Jus de fruit Boissons sucrées (sodas, boissons aux fruits, ice tea, sirop, eau aromatisée)
 Autres (précisez) : _____

● Habituellement, en dehors du petit déjeuner, des repas du midi et du soir et des deux goûters

Votre enfant mange-t-il ? 1 Oui 0 Non
 Votre enfant boit-il ? 2 Oui, de l'eau 1 Oui, de l'eau et des boissons sucrées 0 Non

● Pensez-vous que votre enfant mange : 2 Trop 1 Normalement 0 Pas assez

● Pensez-vous que pour son âge votre enfant est : 2 Trop gros 1 Du bon poids 0 Trop maigre

● Les jours d'école, où votre enfant prend-il ses repas à midi en général ? Indiquez également si il va à la garderie.

Repas du midi		Cocher d'une croix les jours de la semaine					
		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Cantine, restauration scolaire							
Domicile							
Extérieur							
Garderie périscolaire et étude*	Matin						
	Soir						

*y compris garde individuelle hors domicile

● Les jours d'école, quelle est son :

● Heure habituelle du coucher |__|__| H |__|__| mn (ne pas tenir compte de l'heure d'endormissement)

● Heure habituelle du lever |__|__| H |__|__| mn (ne pas tenir compte de l'heure de réveil)

QUI A REMPLI CE QUESTIONNAIRE ?

1 la mère 2 le père 3 autre (précisez) : _____

Nous vous remercions de votre collaboration.