



**SANTÉ QUÉBEC**

Questionnaire aux adolescentes  
et adolescents

**Nutrition**



**ENQUÊTE SOCIALE ET DE SANTÉ**

auprès des enfants  
et des adolescents québécois

**QAN**

**SANTÉ QUÉBEC**

1200, avenue McGill College, bureau 1620  
Montréal (Québec) H3B 4J8  
(514) 873-4749

**LE GROUPE LÉGER & LÉGER INC.**

507, place d'Armes, bureau 700  
Montréal (Québec) H2Y 2W8  
(514) 982-2464

N° de dossier :	<input type="text"/>
N° de l'intervieweur :	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
ADM ____	LA <u>1</u>
Date de réception :	<input type="text"/>   <input type="text"/>   <input type="text"/> jr ms an

# Instructions

Dans ce questionnaire, on te pose des questions sur ta famille, ton école, tes activités en général et ce que tu ressens.

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses et ce questionnaire n'est pas un examen.

Nous te demandons de lire **attentivement** chaque question et de répondre ce que tu penses vraiment.

Ton nom n'est pas écrit sur le questionnaire, et personne d'autre que Santé Québec ne verra tes réponses. Tu peux être assuré(e) qu'elles resteront **confidentielles**.

Merci !

La plupart des questions ont plusieurs choix de réponse possibles. Choisis celle qui te convient le mieux. Donne une seule réponse à chaque question, à moins d'indication contraire.

*Voici quelques exemples sur la façon de répondre :*

**Exemple A** *Indique ta réponse en faisant un X dans le cercle , comme ceci*

En général, comparé(e) aux jeunes de ton âge, dirais-tu que tu fais ...

- 1 beaucoup plus de sport ou d'activité physique
- 2 un peu plus de sport ou d'activité physique
- 3 autant de sport ou d'activité physique
- 4 un peu moins de sport ou d'activité physique
- 5 beaucoup moins de sport ou d'activité physique

**Exemple B** *Écris le nombre approprié*

Quel âge as-tu ? \_\_\_\_\_ ans

**Exemple C** *Écris le mot approprié*

À quelle ethnie ou culture dirais-tu appartenir ? (par exemple : haïtienne, jamaïcaine, chilienne, libanaise, vietnamienne, québécoise, ...)

\_\_\_\_\_

# Information générale

1. Quel âge as-tu ? \_\_\_\_\_ ans

2. Indique le jour, le mois et l'année de ta naissance.

Exemple : si tu es né(e) le 25 août 1985,  
inscris : 25 08 1985

--	--

Jour

--	--

Mois

1	9		
---	---	--	--

Année

3. Es-tu ... ?

- 1 Un garçon
- 2 Une fille

4. Quelle langue parles-tu le plus souvent avec tes meilleurs amis ?

*Indique la plus fréquente*

- 01 Français
- 02 Anglais
- 03 Italien
- 04 Grec
- 05 Espagnol
- 06 Portugais
- 07 Chinois
- 08 Vietnamien
- 09 Arabe
- 96 Autre *Précise laquelle* : \_\_\_\_\_

5. À quelle ethnie ou culture dirais-tu appartenir ? (par exemple : haïtienne, jamaïcaine, chilienne, libanaise, vietnamienne, québécoise, ...)

\_\_\_\_\_

# Ton école et toi

6. En quelle année es-tu ?

Je suis au primaire en :	Je suis au secondaire en :
01 1 <sup>re</sup> année	08 1 <sup>re</sup> secondaire
02 2 <sup>e</sup> année	09 2 <sup>e</sup> secondaire
03 3 <sup>e</sup> année	10 3 <sup>e</sup> secondaire
04 4 <sup>e</sup> année	11 4 <sup>e</sup> secondaire
05 5 <sup>e</sup> année	12 5 <sup>e</sup> secondaire
06 6 <sup>e</sup> année	13 6 <sup>e</sup> secondaire
07 7 <sup>e</sup> année	14 Cheminement particulier de formation (groupes spéciaux d'apprentissage)

7. Par rapport aux autres jeunes de ta classe, tes résultats scolaires en français sont-ils ...

- 1 au-dessus de la moyenne?
- 2 dans la moyenne?
- 3 au-dessous de la moyenne?

8. À chacun des énoncés suivants, inscris la réponse qui te convient.

	Vrai	Faux
A. Je ne réussis pas très bien à l'école cette année	1	2
B. En général, je suis à peu près sûr(e) de réussir ce que j'entreprends	1	2
C. J'ai confiance dans mes talents scolaires	1	2
D. Cette année, je pense avoir des échecs dans au moins deux matières	1	2
E. Je réussis mieux dans ce que je fais en dehors de l'école que dans les matières scolaires	1	2

9. En comparaison avec les élèves de ta classe, dirais-tu que tu vis dans des conditions financières plus ou moins favorables ?

- 1 Plus favorables que les autres
- 2 Semblables aux autres
- 3 Moins favorables que les autres

## Le travail et toi

10. Actuellement, as-tu un emploi rémunéré (travail payé) ?

- 1 Oui  
2 Non *Passe à la question 12*

11. Combien d'heures travailles-tu généralement chaque semaine, pour de l'argent ?

\_\_\_\_\_ heures par semaine

## À propos de toi

12. Pour chacun des énoncés suivants, indique la réponse qui te convient le mieux.

	Tout à fait d'accord	Plutôt d'accord	Plutôt en désaccord	Tout à fait en désaccord
A. Je pense que je suis quelqu'un de valable, du moins que je vaud autant que les autres	1	2	3	4
B. Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités	1	2	3	4
C. Tout bien considéré, j'ai tendance à penser que je suis un(e) raté(e)	1	2	3	4
D. Je suis capable de faire les choses aussi bien que les autres de mon âge	1	2	3	4
E. J'ai peu de raisons d'être fier(ère) de moi	1	2	3	4
F. J'ai une attitude positive envers moi-même	1	2	3	4
G. Dans l'ensemble, je suis satisfait(e) de moi	1	2	3	4
H. J'ai de la difficulté à m'accepter comme je suis	1	2	3	4
I. Parfois je me sens vraiment inutile	1	2	3	4
J. Il m'arrive de penser que je suis un(e) bon(ne) à rien	1	2	3	4

13. En général, comparé(e) aux jeunes de ton âge, dirais-tu que tu fais...

- 1 beaucoup plus de sport ou d'activité physique?
- 2 un peu plus de sport ou d'activité physique?
- 3 autant de sport ou d'activité physique?
- 4 un peu moins de sport ou d'activité physique?
- 5 beaucoup moins de sport ou d'activité physique?

14. Actuellement, que fais-tu concernant ton poids ?

- 1 J'essaie de perdre du poids
- 2 J'essaie de contrôler mon poids
- 3 J'essaie de gagner du poids
- 4 Je ne fais rien concernant mon poids

## Ton expérience de la cigarette

15. As-tu déjà essayé de fumer une cigarette, même si c'est juste quelques *puffs* ?

- 1 Oui
- 2 Non ***Passe à la question 20***

16. As-tu déjà fumé une cigarette **au complet** ?

- 1 Oui
- 2 Non ***Passe à la question 20***

17. As-tu fumé 100 cigarettes ou plus **au cours de ta vie** ? (100 cigarettes correspond à 4 paquets de 25 cigarettes)

- 1 Oui
- 2 Non
- 8 Je ne sais pas

18. **Au cours des 30 derniers jours**, as-tu fumé la cigarette, même si c'est juste quelques *puffs* ?

***Choisis une seule réponse.***

- 1 Non, je n'ai pas fumé au cours des 30 derniers jours
- 2 Oui, à tous les jours
- 3 Oui, presque à tous les jours
- 4 Oui, durant quelques jours

19. Les jours où tu as fumé, combien de cigarettes as-tu fumées habituellement ?

*Choisis une seule réponse.*

- 1 Je n'ai pas fumé au cours des 30 derniers jours
- 2 Moins d'une cigarette par jour (quelques *puffs* par jour)
- 3 1 à 2 cigarettes par jour
- 4 3 à 5 cigarettes par jour
- 5 6 à 10 cigarettes par jour
- 6 11 à 20 cigarettes par jour
- 7 Plus de 20 cigarettes par jour

## Ton expérience de l'alcool

20. Au cours des 12 derniers mois, as-tu bu de l'alcool, comme du vin, de la bière, des spiritueux (du fort) ?

- 1 Oui
- 2 Non *Passe à la question 24*

21. Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence as-tu pris de l'alcool ?

- 1 Juste pour goûter *Passe à la question 24*
- 2 Moins d'une fois par mois
- 3 À peu près chaque mois
- 4 À peu près chaque semaine

*La table suivante peut t'aider à répondre à la prochaine question :*

<b>1 consommation =</b>	1 petite bouteille de bière (12 onces ou 360 ml) <b>ou</b> 1 petit verre de vin (4-5 onces ou 120-150 ml) <b>ou</b> 1 petit verre de boisson forte ou de spiritueux (1 - 1½ once avec ou sans mélange)
<b>2 consommations =</b>	1 grosse bouteille de bière (environ 25 onces ou 750 ml) <b>ou</b> 1 verre double de boisson forte <b>ou</b> 1 coup accompagné d'une bière ( <i>beer chaser</i> )

22. Au cours des 12 derniers mois, combien de consommations as-tu prises habituellement à chaque occasion ?

Nombre de consommations : \_\_\_\_\_

23. **Au cours des 4 dernières semaines, à quelle fréquence as-tu consommé de l'alcool ?**

- 1 Je n'en ai pas consommé
- 2 Seulement dans les occasions spéciales (mariage, anniversaire, etc.)
- 3 De temps en temps (sans événements spéciaux)
- 4 J'en ai consommé à chaque semaine

## Toi et ta santé

24. En général, est-ce que ta santé est ...

- 1 excellente ?
- 2 plutôt bonne ?
- 3 pas très bonne ?

25. Est-ce que tu souffres de l'un ou l'autre des problèmes de santé chroniques suivants confirmés par un médecin ou un spécialiste de la santé ? *On entend par « problème chronique » un état qui persiste depuis 6 mois ou plus ou qui durera probablement plus de 6 mois.*

	Oui	Non
A. Allergies alimentaires <i>Lesquelles ?</i>		
1. _____ 3. _____	1	2
2. _____ 4. _____		
B. Autres allergies	1	2
C. Problèmes respiratoires	1	2
D. Problèmes de peau	1	2
E. Troubles émotifs, psychologiques ou nerveux	1	2
F. Problèmes des os et des articulations	1	2
G. Fibrose kystique	1	2
H. Maladie inflammatoire intestinale (maladie de Crohn, colite ulcéreuse)	1	2
I. Autres troubles digestifs	1	2
J. Maladie de la glande thyroïde, du foie ou des reins	1	2
K. Diabète	1	2
L. Cholestérol élevé, gras élevé dans le sang	1	2
M. Autre problème <i>Précise lequel :</i>	1	2



# Ton alimentation

26. **Pense aux 5 derniers jours d'école.** Combien de jours as-tu mangé ou bu quelque chose le matin avant les cours ? Ne compte pas le café, le thé ni l'eau.

- 1 5 jours (tous les jours)
- 2 3 ou 4 jours
- 3 1 ou 2 jour(s)
- 4 Aucun jour

**Parlons maintenant de tous les jours de la semaine.**

27. **Au cours des 7 derniers jours,** combien de fois as-tu soupé...

	Aucune fois	1 ou 2 fois	3 à 5 fois	6 ou 7 fois
A. seul(seule) ?	1	2	3	4
B. avec un ou plusieurs membres de ta famille ?	1	2	3	4
C. avec tes amis (amies) ?	1	2	3	4

28. **Au cours des 7 derniers jours,** combien de fois as-tu préparé ton souper toi-même ?

- 1 Aucune fois ***Passe à la question 30***
- 2 1 ou 2 fois
- 3 3 à 5 fois
- 4 6 ou 7 fois

29. S'il t'est arrivé de préparer ton souper seul(e), qu'as-tu préparé ?

	Oui	Non
A. Des mets préparés par tes parents à la maison (sauce à spaghetti, pâté chinois, lasagne, etc.)	1	2
B. Des mets commerciaux congelés, en conserve ou faciles à préparer (mets Stouffer's, ravioli, macaroni Kraft, etc.)	1	2
C. Des mets que tu fais venir du restaurant (pizza, poulet BBQ, mets chinois, etc.)	1	2
D. Des mets que tu prépares toi-même (sandwich, steak, hamburger, etc.)	1	2

30. Pendant le souper, que tu sois seul(e) ou avec d'autres, regardes-tu la télévision ou un vidéo ?

- 1 Toujours
- 2 Souvent
- 3 Quelquefois
- 4 Jamais

31. **Au cours des 7 derniers jours**, combien de fois ...

	Aucune fois	1 ou 2 fois	3 à 5 fois	6 ou 7 fois
A. as-tu mangé un repas au restaurant ?	1	2	3	4
B. as-tu pris une collation au restaurant ?	1	2	3	4
C. avez-vous fait livrer un repas du restaurant à la maison ?	1	2	3	4

32. **Au cours des 7 derniers jours**, combien de fois as-tu mangé des aliments de restos comme McDonald, Pizza Domino, Poulet Kentucky, Valentine ou autre casse-croûte ?

- 1 Aucune fois
- 2 1 ou 2 fois
- 3 3 ou 4 fois
- 4 5 ou 6 fois
- 5 7 fois (une fois par jour)
- 6 Plus de 7 fois (plus d'une fois par jour)

33. Au cours des 7 derniers jours, combien de fois as-tu consommé les aliments suivants ?

Pour chaque aliment, fais un X dans une seule colonne.

Aliments	Aucune fois	Par semaine			Par jour		
		1-2 fois	3-4 fois	5-6 fois	1-2 fois	3-4 fois	5 fois et plus
Lait (comme breuvage)	1	2	3	4	5	6	7
Fromages	1	2	3	4	5	6	7
Yogourt	1	2	3	4	5	6	7
Légumes crus et salades	1	2	3	4	5	6	7
Pommes de terre frites	1	2	3	4	5	6	7
Autres pommes de terre	1	2	3	4	5	6	7
Légumes cuits	1	2	3	4	5	6	7
Jus de fruits pur	1	2	3	4	5	6	7
Boissons à saveur de fruits (Tang, Sunny Delight, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
Fruits frais, en conserve, congelés ou cuits	1	2	3	4	5	6	7
Gruau, crème de blé ou autre céréale chaude	1	2	3	4	5	6	7
Céréales (froides) <b>Quelle sorte as-tu mangée le plus souvent ?</b>	1	2	3	4	5	6	7
<hr/>							
Pain, bagel, pita ou autres :							
a) blanc	1	2	3	4	5	6	7
b) à grain entier (seigle, blé, 6 grains, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
Pâtes alimentaires de toutes sortes	1	2	3	4	5	6	7
Riz	1	2	3	4	5	6	7
Pizza	1	2	3	4	5	6	7

Au cours des 7 derniers jours, combien de fois as-tu consommé les aliments suivants ?

Pour chaque aliment, fais un X dans une seule colonne.

Aliments	Aucune fois	Par semaine			Par jour		
		1-2 fois	3-4 fois	5-6 fois	1-2 fois	3-4 fois	5 fois et plus
Hot-dogs, hamburgers	1	2	3	4	5	6	7
Poissons et fruits de mer de toutes sortes	1	2	3	4	5	6	7
Poulet, dinde	1	2	3	4	5	6	7
Agneau, boeuf, porc, veau	1	2	3	4	5	6	7
Mets commerciaux congelés faciles à réchauffer (pogo, nuggets, ailes de poulet, pizza pochettes, mets Stouffer's, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
Oeufs et mets à base d'oeufs (omelettes, quiches, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
Légumineuses (tofu, lentilles, soupe au pois, fèves au lard, pois chiches, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
Bonbons de toutes sortes, chocolats, gomme	1	2	3	4	5	6	7
Croustilles (Nachos, chips, Bugles, bâtonnets au fromage, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
Eau (du robinet ou en bouteille)	1	2	3	4	5	6	7
Boissons gazeuses (cola, 7 <sup>up</sup> , etc.), étanche-soif (Gatorade, etc.)							
a) régulières	1	2	3	4	5	6	7
b) « diète »	1	2	3	4	5	6	7

34. Voici quelques phrases rapportées par des gens au sujet de leur situation alimentaire.

*Pour chacune de ces situations, indique la réponse qui s'applique chez toi.*

	<b>Souvent vrai</b>	<b>Parfois vrai</b>	<b>Jamais vrai</b>	<b>Ne sais pas</b>
A. Nous mangeons la même chose plusieurs jours de suite parce que nous n'avons que quelques aliments sous la main et n'avons pas d'argent pour en acheter d'autres.	1	2	3	8
B. Nous mangeons moins que nous devrions, parce que nous n'avons pas assez d'argent pour la nourriture.	1	2	3	8
C. Nous ne pouvons pas nous offrir des repas équilibrés parce que nous ne pouvons pas nous le permettre financièrement.	1	2	3	8

**Merci de ta collaboration !**

Si tu as des commentaires ou des suggestions concernant cette enquête, s'il te plaît inscris-les dans l'espace ci-dessous.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tu peux maintenant remettre le questionnaire à l'intervieweur(e), et sois assuré(e) que toutes tes réponses resteront confidentielles.

*Merci !*

