

QUESTIONNAIRE POUR LES ENFANTS

DÉBUT DU PROGRAMME

ACTUELLEMENT : (coche la case qui correspond à ta réponse pour chaque phrase)	JAMAIS 	PARFOIS 	SOUVENT 	TOUJOURS 
Je mange des fruits et légumes .				
Je bois des boissons sucrées (ex. : jus de fruits ou boissons à saveur de fruits, lait au chocolat, slush, boissons gazeuses, boissons sportives ou boissons énergisantes, etc.).				
Je mange quand j'ai faim (ex. : mon ventre gargouille, j'ai un creux dans l'estomac, etc.).				
J'arrête de manger avant d'avoir le ventre trop plein (ex. : je n'ai plus faim, je ressens de la satisfaction, etc.).				
Je mange quand je n'ai pas faim (ex. : parce que je m'ennuie, parce que je suis triste ou de mauvaise humeur, parce que c'est bon, etc.).				
Quand je suis à la maison, je mange mes repas avec ma famille .				
Nos repas en famille sont agréables .				
Je fais de l' activité physique (ex. : marche, danse, soccer, vélo, etc.) En dehors des cours d'éducation physique offerts à l'école.				
Je fais des activités physiques avec ma famille .				
Nos activités physiques en famille sont agréables .				
Je me sens bien dans mon corps .				
J'ai confiance en moi.				
Des enfants me rejettent, se moquent de moi, m'insultent ou m'intimident à cause de mon apparence ou l'ont déjà fait.				