

L'Alimentation  
et Moi  
174 ENQUETES



Dans le cadre du Comité d'Education à la Santé et à l'Environnement au Collège Emile Littré de Douchy et à la demande de l'infirmière du collège Mme RYNKOWSKI, une action relative à l'alimentation et la diététique, a été mise en place avec les classes de 6ème.

Cette action, intitulée « L'ALIMENTATION ET MOI », a consisté, dans un premier temps, en la réalisation d'une enquête sur les habitudes alimentaires. Pour ce faire, Melle Anne-Sophie CARLIER, Diététicienne au Centre Médico-Sportif de Denain, est passée au collège, le 23 mars 2010, dans chacune des classes de 6ème, afin de distribuer un questionnaire, aider les élèves à le compléter et récupérer les documents.

Les enquêtes furent ensuite dépouillées, analysées, puis interprétées par Melle CARLIER.

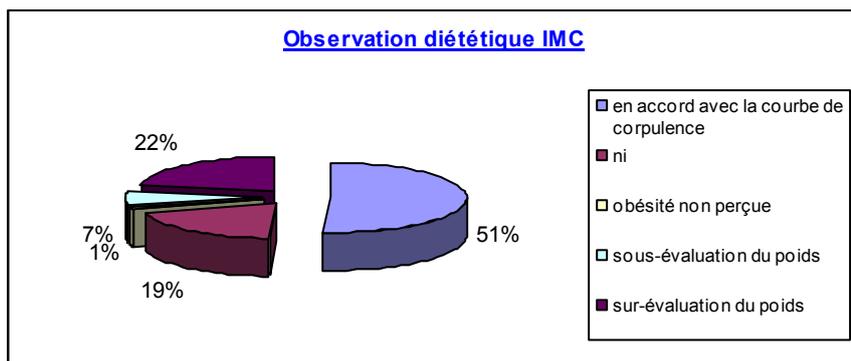
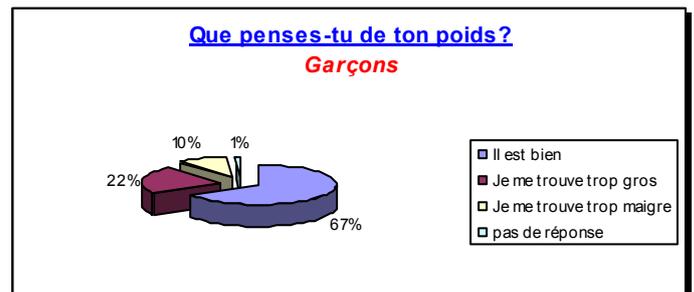
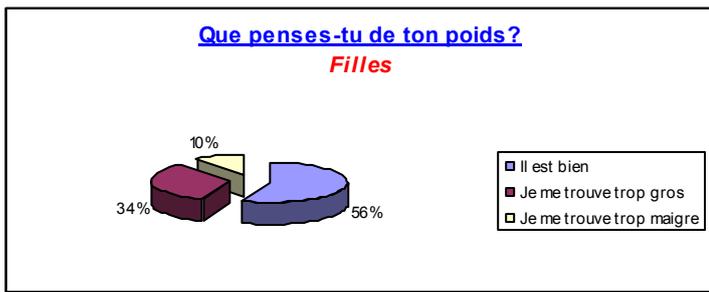
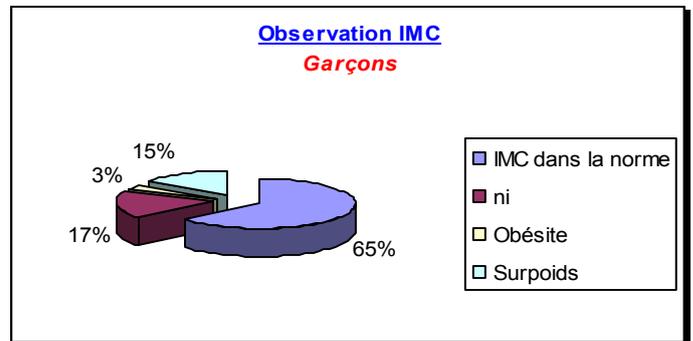
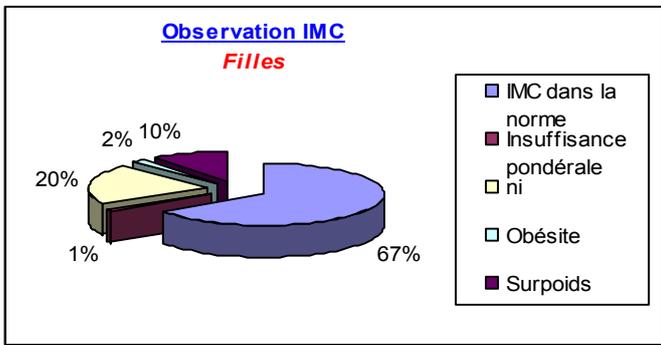
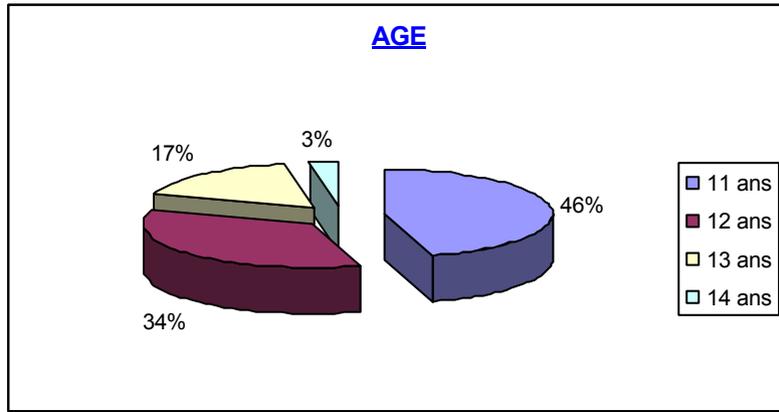
A partir des résultats obtenus, Melle CARLIER, s'est rendue de nouveau, les 7 et 8 juin 2010, dans chacune des classes, pour 1H d'intervention diététique, adaptée et interactive, avec pour support, un diaporama illustré.

Ces séances furent, certes trop courtes, mais riches d'enseignement malgré tout.

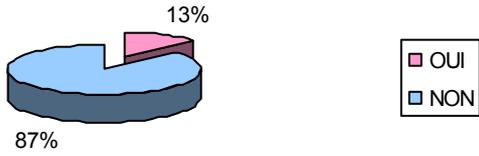
A l'issue de chaque intervention, un set de table sur l'équilibre alimentaire du jeune sportif (sous forme de Jeu de l'Oie), a été remis à tous les élèves présents.

9 classes de 6 <sup>ème</sup>		
<i>Filles</i>	<i>Garçons</i>	<i>Total</i>
88	86	174

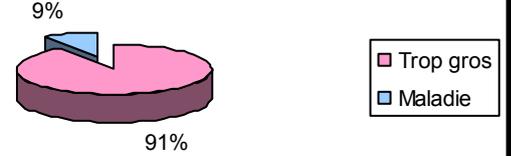
# Pour mieux te connaître



As-tu déjà suivi un régime alimentaire ?

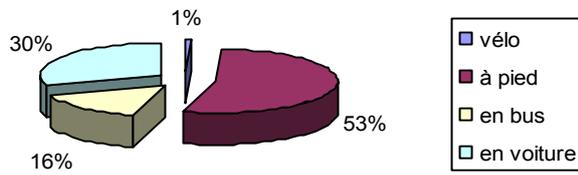


si oui, pourquoi ?



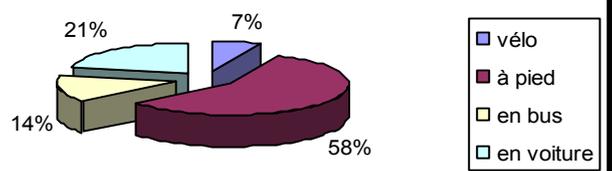
Comment te rends-tu au collège ?

**Filles**



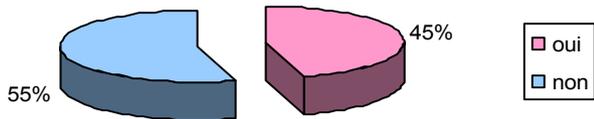
Comment te rends-tu au collège ?

**Garçons**



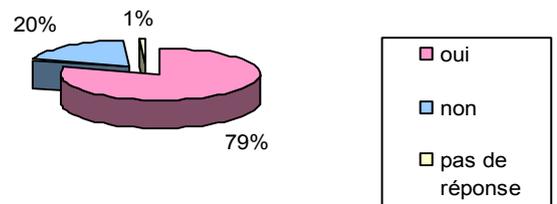
Fait-tu du sport en dehors de l'école ?

**Filles**

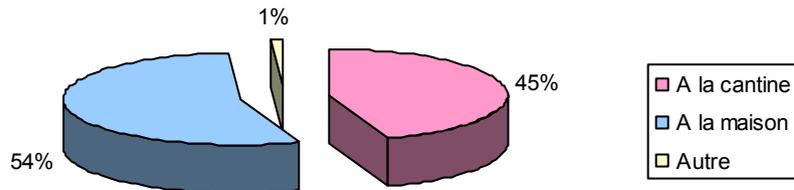


Fait-tu du sport en dehors de l'école ?

**Garçons**

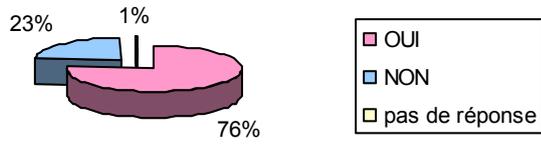


Où manges-tu le midi ?

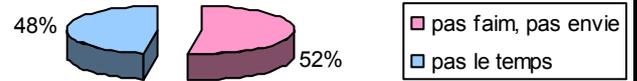


## TES HABITUDES ALIMENTAIRES :

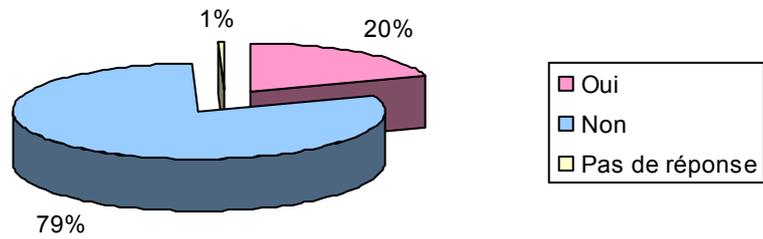
Prends-tu un petit déjeuner tous les jours ?



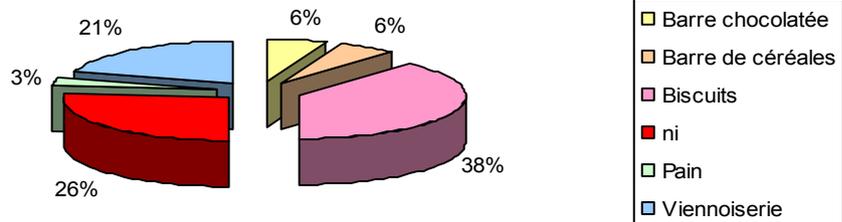
si non, pourquoi ?



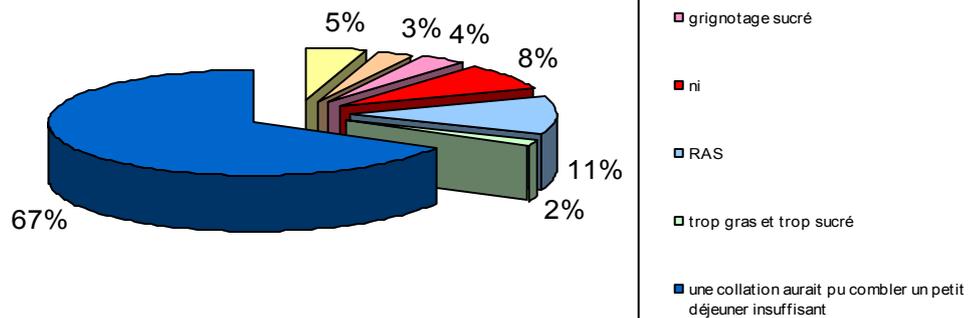
Prends-tu quelque chose à la récréation du matin ?



si oui, quoi ?



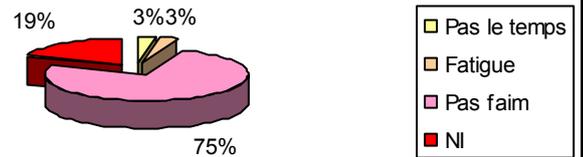
Observation diététique collation matinée



**T'arrive-t-il de ne pas manger le midi ou le soir ?**



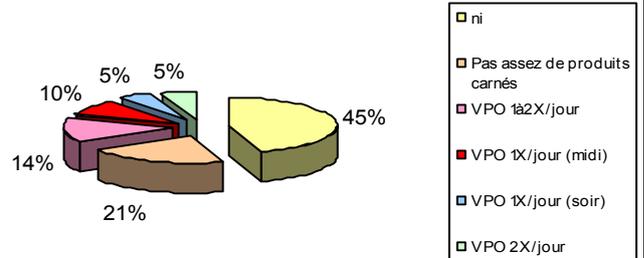
**Si oui, pourquoi ?**



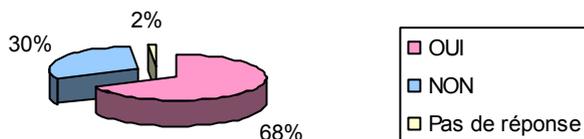
**Quand manges-tu de la viande ou du poissons ou des oeufs ?**



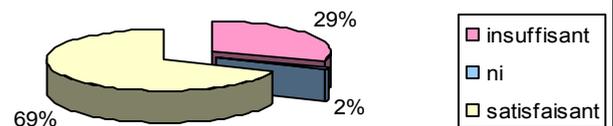
**Observation diététique VPO**



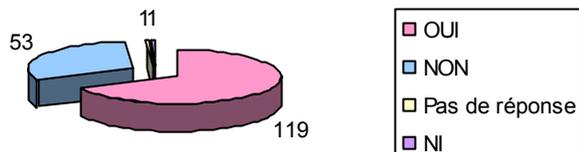
**Manges-tu des légumes (hors pdt) tous les jours ?**



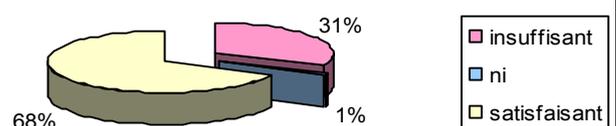
**Observation diététique légumes**



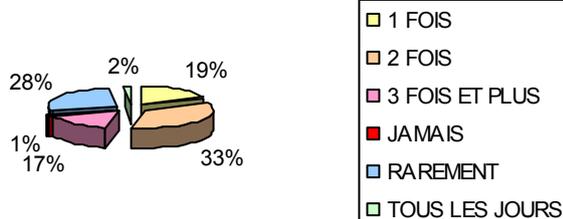
**Manges-tu au moins 1 fruit tous les jours ?**



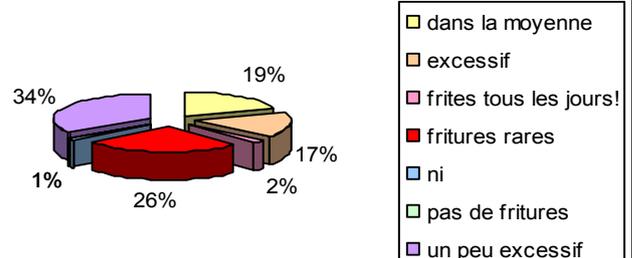
**Observation diététique fruits**



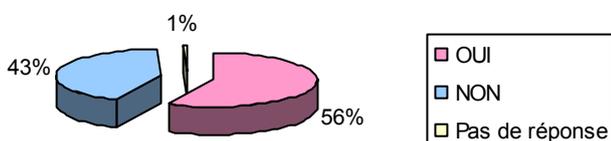
**Combien de fois par semaine manges-tu des frites ?**



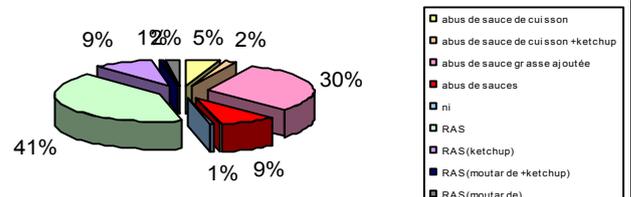
**Observation diététique frites**



**Prends-tu régulièrement de la sauce ?**



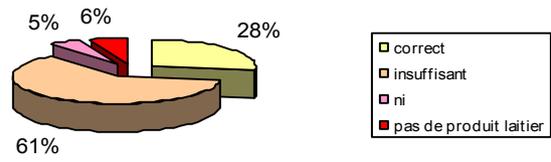
**Observation diététique sauces**



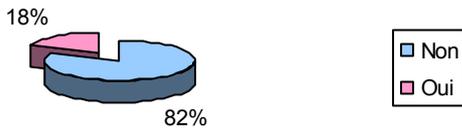
**Consommes-tu des produits laitiers tous les jours ?**



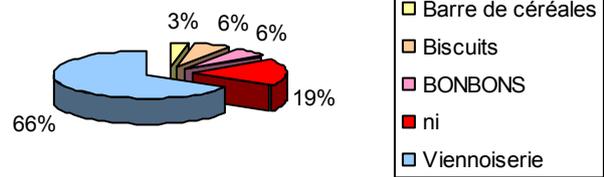
**Observation diététique produits laitiers**



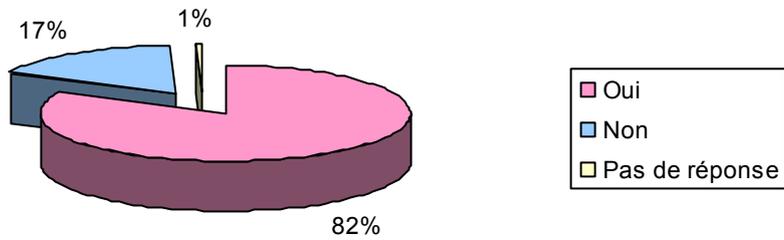
**Manges-tu quelque chose à la récréation de l'après-midi ?**



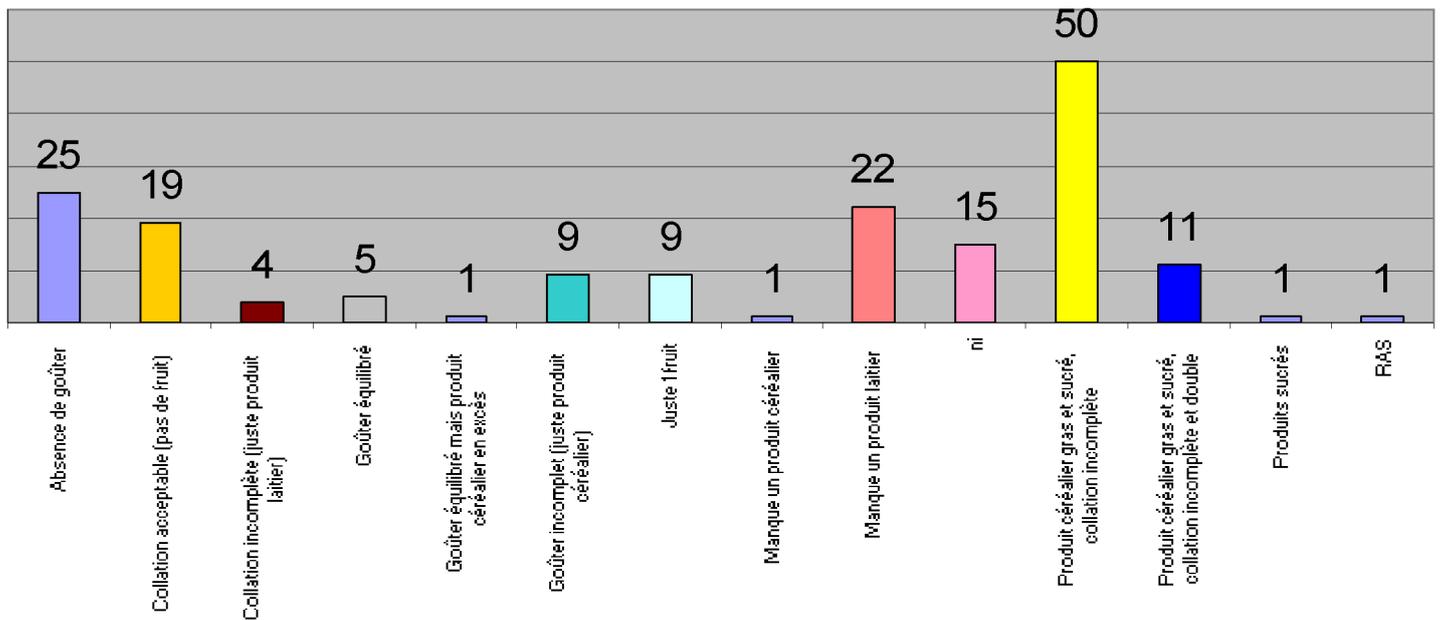
**SI OUI, QUOI ?**



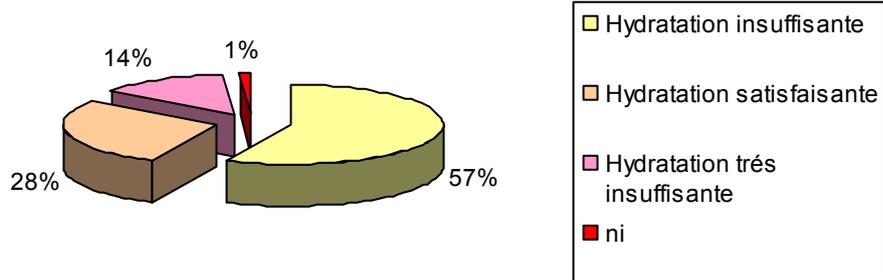
**Prends-tu un goûter en rentrant du collège ?**



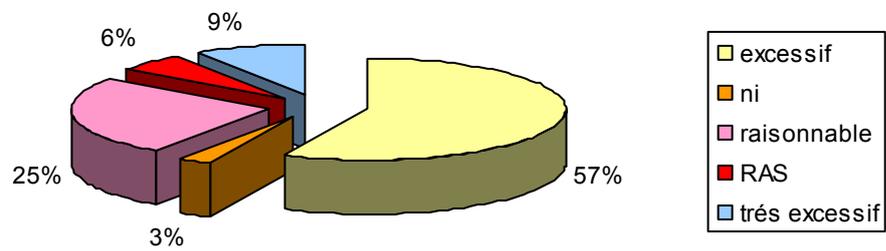
**Observation diététique goûter**



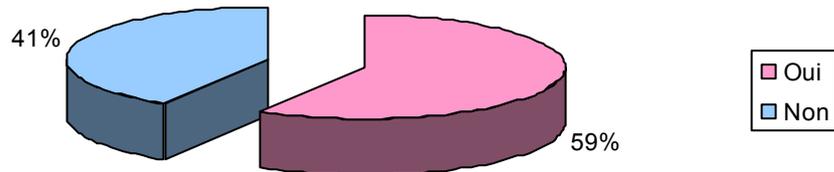
### Consommation d'eau



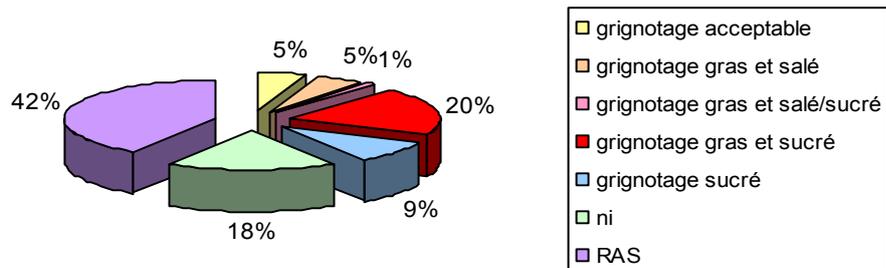
### Consommation Boissons sucrées



### T'arrives-t-il de grignoter entre les repas ?



### Observation diététique grignotage



# CONCLUSION GENERALE

