

Université de Montréal

**Attentes et motivations des jeunes relativement aux
services alimentaires de la Commission scolaire de
Montréal**

par Claudie-Anne Fortin

Département de Nutrition, Université de Montréal
Faculté de médecine

Mémoire présenté à la faculté de Médecine
en vue de l'obtention du grade de M. Sc.
en Nutrition

Décembre 2016

© Claudie-Anne, 2016

Ce mémoire intitulé :

**Attentes et motivations des jeunes relativement aux
services alimentaires de la Commission scolaire de
Montréal**

Présenté par :
Claudie-Anne Fortin Dt. P.

a été évalué par un jury composé des personnes suivantes :

Mme Geneviève Mercille, Ph. D., président rapporteur
Mme Marie Marquis, directrice de recherche
M. Malek Batal Ph.D., membre du jury

Résumé

Problématique: L'obésité infantile est en augmentation partout en occident. La qualité nutritionnelle de l'alimentation des jeunes Canadiens et Québécois est à améliorer. D'après les modèles écologiques, l'environnement alimentaire scolaire figure parmi les déterminants environnementaux de l'alimentation, celui-ci considéré comme étant un milieu prometteur pour des interventions visant à augmenter la consommation de fruits et légumes. La politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement active, créée en 2008, est intégrée en 2011 aux services alimentaires scolaires de la Commission scolaire de Montréal (CSDM). Cependant, ses effets ont été peu mesurés.

Objectif: L'objectif général est d'analyser les attentes et les motivations alimentaires des élèves du primaire et du secondaire à l'égard des services alimentaires de la CSDM.

Méthodologie: En 2014, un sondage électronique rempli par des élèves du primaire et du secondaire de la CSDM intégrait une question ouverte portant sur les aliments attendus au secondaire. S'adressant uniquement aux élèves du secondaire, une question abordait leur(s) motivation(s) à utiliser leur service alimentaire. Suivant une approche inductive, deux grilles de codification furent développées pour l'analyse des données.

Résultats : Au total, 1253 jeunes du primaire issus de 65 écoles et 2613 jeunes du secondaire issus de 27 écoles ont complété la question sur leurs attentes. Si une majorité des jeunes a nommé des aliments spécifiques, plusieurs ont aussi précisé leurs réponses avec des éléments suggérant des motivations alimentaires sous-jacentes tels les marques commerciales, la santé, la fraîcheur, la variété, le goût, la composition des aliments et le prix. Au total, 2518 jeunes du secondaire ont répondu à la question sur leur motivation à l'utilisation des services. L'offre de certains aliments les motiverait (53%) mais aussi des conditions liées à l'environnement physique (15%) ou social (12%).

Discussion : Les jeunes du primaire se démarquent par leurs attentes pour des aliments compatibles avec la politique alimentaire scolaire. Par ailleurs, les jeunes du secondaire recherchent davantage des aliments riches en gras, sucre et sel. Les jeunes du primaire et du secondaire indiquent rechercher des fruits et légumes dans les services alimentaires. Les données probantes sur l'impact d'interventions scolaires misant sur la disponibilité des fruits et légumes rapportent des effets favorables sur les apports alimentaires, ainsi ce type d'intervention aurait de bonnes chances d'avoir un impact positif au Québec. Les dimensions liées à la variété de l'offre alimentaire et aux environnements de services méritent aussi plus d'attention.

Conclusion : Les résultats obtenus permettent de mieux identifier les attentes et les motivations alimentaires des jeunes du primaire et du secondaire. Cela pourra permettre à la CSDM d'orienter ses prochaines actions dans la gestion de l'offre dans leurs services alimentaires.

Mots-clés : jeunes, élèves, primaire, secondaire, satisfaction, perception, motivation, aliments, politique alimentaire, cafétéria, service alimentaire, Québec, environnement alimentaire scolaire.

Abstract

Introduction: Childhood obesity is increasing throughout the Western world. The diets of young Canadians and Quebecers are lacking in nutritional quality. According to the ecological concept of Story et al. (2002), school food services are an environmental factor affecting food intake. The school lunchroom is a promising place to work on increasing consumption of fruits and vegetables. In 2011, the *Commission scolaire de Montréal* (CSDM), a school board in Montreal, integrated into its school meal services a policy framework created in 2008 for a healthy diet and a physically active lifestyle, the effects of which have yet to be measured.

Objective: To analyze the expectations and motivations of elementary and high school students regarding the food offering from CSDM's school meal services.

Method: In 2014, CSDM elementary and high school students completed an online survey with an open-ended question on their expectations of the food offering in high schools. In another question, high school students only were asked to share their motivation(s) for using their school's meal service. The researchers developed two coding grids. Frequencies were obtained with SPSS statistical software (version 21.0, SPSS Inc., Chicago, Illinois).

Results: 1,253 elementary school students from 65 schools and 2,613 high school students from 27 schools answered questions on their expectations of meal services. While most answers were about specific foods, some contained underlying food motivations, such as trademarks, health, freshness, variety, taste, ingredients and price. In total, 2,518 high school students answered the question about their motivation for using their school's meal service. The food offering was a motivation for some (53%), but students also cited the conditions related to physical (15%) or social environment (12%).

Discussion: Elementary school students are different in that their expectations of the food offering are compatible with the current school food policy. High school students are more drawn to foods that are high in fat, sugar and salt. Both elementary school and high school students expect fruits and vegetables in high school meal services. Literature shows that interventions focusing on fruit and vegetable availability have been successful. An intervention targeting fruit and vegetable availability could have a positive effect on children and youth's fruit and vegetable intake. Further analysis of dimensions related to variety and meal service environments is also warranted.

Conclusion: The results make it possible to more clearly identify the expectations and motivations of elementary and high school students. The CSDM can use this information to guide its future actions in managing the food offering in schools.

Keywords: youth, students, primary, secondary, satisfaction, perception, motivation, food, food policy, cafeteria, meal service, Quebec, school food environment.

Table des matières

| | |
|---|------|
| Résumé..... | i |
| Abstract..... | iii |
| Table des matières..... | iv |
| Liste des tableaux..... | vi |
| Liste des figures..... | vii |
| Liste des sigles..... | viii |
| Remerciements..... | x |
| 1. Introduction..... | 1 |
| 2. Recension des écrits..... | 3 |
| 2.1 Profil des Québécois de niveau scolaire primaire..... | 4 |
| 2.2 Profil des Québécois de niveau scolaire secondaire..... | 11 |
| 2.3 Déterminants de l'alimentation des jeunes..... | 19 |
| 3. Problématique et objectifs de la recherche..... | 43 |
| 4. Méthodologie..... | 46 |
| 4.1 Devis..... | 46 |
| 4.2 Collecte de données..... | 47 |
| 4.3 Modèles étudiés pour le développement de la grille de codification..... | 48 |
| 4.4 Méthode d'analyse : inductive..... | 50 |
| 5. Résultats..... | 53 |
| 5.1 Profil des répondants..... | 53 |
| 5.2 Attentes à l'égard de l'offre alimentaire attendue dans les écoles au secondaire..... | 56 |

| | |
|--|-----|
| 5.3 Motivations à consommer le repas du midi à l'école..... | 72 |
| 6. Discussion..... | 81 |
| 6.1 Constats sur les attentes des jeunes du primaire..... | 82 |
| 6.2 Constats sur les attentes des jeunes du secondaire..... | 83 |
| 6.3 Des attentes différentes selon le cycle d'études..... | 84 |
| 6.4 Des attentes similaires selon le cycle d'études..... | 86 |
| 6.5 Implications pratiques des résultats liés aux attentes des jeunes..... | 89 |
| 6.6 Constats sur ce qui motive les jeunes à utiliser la cafétéria..... | 89 |
| 6.7 Implications pratiques des résultats liés aux motivations des jeunes..... | 93 |
| 6.8 Pistes de recherche..... | 93 |
| 6.9 Forces et limites..... | 94 |
| 7. Conclusion..... | 96 |
| 8. Bibliographie..... | 98 |
| Annexe A: Grille d'analyse et clé de codification pour les réponses à la question sur les attentes des jeunes du primaire et du secondaire..... | 109 |
| Annexe B : Grille d'analyse et clé de codification pour les réponses à la question sur les motivations exprimées par des jeunes du secondaire..... | 112 |

Liste des tableaux

| | | |
|--------------|---|----|
| Tableau I. | Profil général des répondants du primaire (n=1421) et du secondaire (n=3025) | 55 |
| Tableau II. | Fréquences et exemples pour les catégories et sous-catégories portant sur les attentes des jeunes du primaire (n=1421 énoncés) | 57 |
| Tableau III. | Fréquences et exemples pour les catégories et sous-catégories portant sur les attentes des jeunes du secondaire (n=3050 énoncés)..... | 65 |
| Tableau IV. | Fréquences pour les catégories et sous-catégories portant sur les motivations des jeunes de niveau secondaire à consommer le repas du midi à l'école (n=3869 énoncés).. | 73 |

Liste des figures

| | |
|--|----|
| Figure 1. Déterminants de l'alimentation des jeunes selon le modèle écologique de Story et coll (2002) | 20 |
|--|----|

Liste des sigles

CDN-NDG : Côte-des-Neiges – Notre-Dame-de-Grâce

CSDM : Commission scolaire de Montréal

Dt. P. : Diététiste

EQSJS 2010-2011 : Enquête Québécoise sur la Santé des Jeunes du Secondaire 2010-2011

ESCC 2.2 : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes

GAC : Guide alimentaire canadien

PQMN : Politique Québécoise en Matière de Nutrition

MELS : Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

MSSS : Ministère de la Santé et des Services sociaux

MAPAQ : Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec

Un repas équilibré, du point de vue d'un petit garçon, c'est une part de gâteau dans chaque main.

Anonyme

Remerciements

À ma famille, qui a su m'épauler.

À mon mari, qui m'aime depuis si longtemps et qui me soutient dans tous mes projets.

À ma directrice, qui m'a inspirée et transmis sa passion pour la recherche.

À Alexandrine Gamache, chère collègue sur ce projet.

Au commissaire de la CSDM, pour l'accès à un projet de maîtrise passionnant.

À Buttercup, Muscade et Spud pour leur soutien moral à poil et leur amour des légumes!

1. Introduction

De nombreuses études ont porté sur les jeunes Québécois et leurs habitudes de vie dans les dernières années. Des lacunes dans leurs apports alimentaires ont été remarquées. Plusieurs jeunes Québécois ne consomment pas suffisamment de portions de chaque groupe alimentaire et en même temps, l'épidémie d'obésité ne les épargne pas (1-7).

Devenue un problème de santé publique, l'obésité est étudiée sur divers fronts. Bien que plusieurs déterminants interagissent, il demeure que la saine alimentation et l'activité physique sont certainement deux piliers de base des saines habitudes (1). Mais, comment favoriser l'acquisition de saines habitudes de vie chez les enfants et les adolescents ? Les chercheurs tentent de créer des modèles illustrant les multiples facteurs et leurs relations complexes. Les divers facteurs avec lesquels les jeunes sont en contact affecteront leurs habitudes alimentaires. Parmi ceux-ci, on y retrouve les facteurs individuels, sociaux, environnementaux et le macrosystème. Le milieu scolaire fait donc partie des facteurs environnementaux, l'école étant un milieu de vie très important pour les jeunes de tous milieux socioéconomiques (2-7). Plus précisément, l'environnement alimentaire scolaire pourrait ainsi être un milieu d'intervention prometteur pour promouvoir de saines habitudes alimentaires auprès des jeunes (8). Au Québec, le rôle déterminant de l'environnement alimentaire scolaire fut reconnu et encadré par la politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif créé en 2008 (2). En 2011, la commission scolaire de Montréal (CSDM) a intégré cette politique-cadre sous le couvert du plan d'action « Réussir : être et agir » (9). Afin d'analyser la situation de l'offre alimentaire, les commissaires de la CSDM ont formé un comité de travail et les travaux de ce comité ont donné lieu à une collecte de données ayant pour but d'étudier la satisfaction et les perceptions des jeunes du primaire et du secondaire de la CSDM. Les réponses qualitatives à des questions portant sur les attentes et les motivations de ces participants sont à la base de ce mémoire de maîtrise. Plus précisément, les objectifs spécifiques de ce mémoire sont d'analyser les attentes des jeunes du secondaire à l'égard de l'offre alimentaire de leur service alimentaire actuel ; d'analyser les attentes des jeunes du 3^e cycle du primaire (5^e et 6^e année) à l'égard des services alimentaires qu'ils fréquenteront éventuellement au secondaire et d'analyser les motivations de fréquentation du service alimentaire par les élèves du secondaire.

Ce mémoire se divise en cinq parties. D'abord, il y aura une recension des écrits portant sur les jeunes, les facteurs environnementaux influençant l'alimentation et quelques revues systématiques abordant les modifications dans les environnements scolaires. Puis, la problématique sera présentée. Puis, la méthodologie sera exposée. Ensuite, les résultats pour la question portant sur les attentes des jeunes du primaire et du secondaire à l'égard de l'offre alimentaire à l'école ainsi que les motivations des jeunes du secondaire à consommer leur repas à l'école seront présentés. Une discussion fera le constat sur les attentes des jeunes du primaire et du secondaire ainsi que sur les motivations des jeunes du secondaire. Les différences et similarités selon le cycle d'études seront soulignées et une attention sera portée sur les implications des résultats liés aux attentes et motivations des jeunes à l'égard de leur service alimentaire. Puis, avant de conclure, ce mémoire abordera des pistes de recherche et quelques limites et force associées à ce mémoire.

2. Recension des écrits

Le contexte international d'épidémie d'obésité rejoint les jeunes Canadiens et Québécois (10, 11). Au Canada, en 1978-1979, 15% des enfants et adolescents présentaient un surplus pondéral (embonpoint et obésité) d'après l'enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (12). Plus récemment, en 2010-2011, l'enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011, menée auprès de 63 196 jeunes du secondaire, rapporte qu'environ le cinquième (21%) des jeunes présente un surplus pondéral. Plus précisément, cette enquête rapporte que 14% des élèves présentent de l'embonpoint et 7% de ceux-ci présentent de l'obésité. La prévalence de l'obésité est donc en augmentation au Canada, mais également au Québec.

La situation est préoccupante, car les enfants et les adolescents vivant avec un surplus pondéral peuvent en être affectés à long terme (13). Certains problèmes de santé qui étaient autrefois rencontrés seulement chez les adultes commencent à se présenter chez les jeunes qui ont un surpoids (14). En effet, comparativement à leurs pairs de poids normal, ceux-ci sont plus à risque de développer le diabète de type 2, l'hypertension, des troubles cardiovasculaires, des problèmes de sommeil, des maladies hépatiques ainsi que de l'asthme et des problèmes squelettiques (14-17). Ces jeunes pourraient aussi souffrir de problèmes psychologiques tels une faible estime de soi, la dépression, l'isolement social et une moins bonne satisfaction de leur image corporelle (14-18). Lorsque ces enfants et adolescents atteignent l'âge adulte, ils sont aussi plus à risque de vivre avec certains handicaps et de mourir précocement.

Le surplus pondéral peut être causé par plusieurs facteurs, mais il est établi que l'épidémie d'obésité, dont celle observée chez les enfants et adolescents, est liée aux changements dans les habitudes de vie au sein des populations. En effet, le niveau d'activité physique des individus a diminué de façon importante alors que la consommation d'aliments à haute densité énergétique a augmenté (13, 19). En 1999, l'Enquête Sociale de Santé auprès des enfants et adolescents québécois rapporte des lacunes dans l'alimentation des jeunes de six à 16 ans (n=2453). Ils ne consomment pas suffisamment de fruits et légumes, de produits laitiers, peu de produits céréaliers de grains entiers, de poissons et de légumineuses. La moitié des jeunes consomment à l'occasion des repas de restauration rapide et 20% en consomment

régulièrement (20). En 2011, l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire rapporte que le tiers des élèves sont sédentaires (11). Afin de réduire les effets de cette épidémie d'obésité, la prévention d'un trop grand gain de poids est de mise (17). Le milieu scolaire étant un milieu fréquenté par pratiquement tous les jeunes, il est le milieu d'application de politiques alimentaires et d'interventions pour les changements des habitudes de vie (8, 21, 22). Plusieurs programmes de prévention de l'obésité chez les jeunes sont axés sur la promotion de la saine alimentation et de l'activité physique (17).

Cette recension des écrits présente d'abord le profil alimentaire et pondéral des jeunes Québécois selon leur niveau scolaire. Ensuite, le modèle de Story et coll (2002) abordant les déterminants des comportements alimentaires des jeunes sera exposé (23). Enfin, le milieu scolaire québécois, un déterminant environnemental incontournable sera décrit.

2.1 Profil des Québécois de niveau scolaire primaire

Cette section est consacrée exclusivement aux préadolescents québécois et est basée sur trois principales sources. La première source est l'Enquête Sociale de Santé auprès des enfants et des adolescents, volet nutrition (20). Les données ont été récoltées en 1999 auprès de 2452 jeunes âgés entre six et 16 ans. Dans cette étude, les jeunes du primaire sont représentés par 620 participants âgés entre neuf et 11 ans et 135 jeunes de 12 à 14 ans. La méthode utilisée était un rappel de 24 heures et un journal alimentaire complété en entrevue nutritionnelle effectuée par des nutritionnistes formés pour l'étude.

La seconde source est le portrait des jeunes Sherbrookoïses de quatre à 17 ans en matière d'alimentation et d'activité physique et sportive, mené auprès de 8612 parents d'élèves de niveau primaire et 5250 élèves du secondaire. Ce portrait présente les résultats obtenus en 2008 (24). La méthode utilisée pour les parents est un questionnaire en version papier ou électronique alors que pour les élèves du secondaire c'est un questionnaire papier complété en classe. Ce questionnaire porte sur les pratiques en alimentation des jeunes selon différents milieux de vie. Les questions proviennent en grande partie de l'enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois et aussi de travaux de chercheurs américains. Le cadre écologique a inspiré les thèmes abordés par le questionnaire. Ce cadre indique que les comportements des individus sont influencés par les caractéristiques individuelles des individus, mais également par l'interaction des environnements dans lesquels ils vivent (24).

Finalement, la dernière source est la collecte de données auprès des jeunes du 3^e cycle de la primaire effectuée par Québec en Forme qui présente des résultats obtenus en 2010-2011 (publiés en 2013) auprès de 11 318 jeunes en 5^e et 6^e années du primaire (âge non-spécifié). Cette collecte porte sur l'activité physique, l'alimentation et l'image corporelle de ces jeunes (25). Ils ont utilisé un questionnaire adapté à l'enquête à partir de deux questionnaires préexistants. Enfin, des données provenant d'autres études seront introduites au fur et à mesure.

2.1.1 Les apports alimentaires des jeunes Québécois

L'enquête de Québec en Forme indique que la moitié des jeunes du troisième cycle du primaire, âgés de 10 à 12 ans, considèrent que leur alimentation est « bonne ». Un peu moins du tiers (29%) de ces jeunes indiquent qu'elle est « excellente », le cinquième considèrent qu'elle doit s'améliorer un peu alors que seulement 2% croient qu'elle doit beaucoup s'améliorer (25). Examinons de plus près les apports alimentaires révélés dans les enquêtes. Les analyses furent inspirées de la classification selon le Guide alimentaire canadien (GAC) séparant les aliments en quatre groupes alimentaires, soit les fruits et légumes, les produits céréaliers, les viandes et substituts et le lait et substituts. Dans sa version la plus récente datant de 2007, le guide contient également des recommandations quant aux meilleurs choix alimentaires dans chaque catégorie, la consommation d'eau et l'ajout d'huile à la cuisson. Ce guide contient également des recommandations sur le nombre de portions selon le sexe et l'âge (26).

2.1.1.1 Fruits et légumes

Le Guide alimentaire canadien (GAC) recommande que les Canadiens de neuf à 13 ans consomment six portions de fruits et légumes par jour (26). Les aliments de ce groupe sont riches en fibres, en glucides, en vitamines A, B et C et en minéraux tels que le potassium et le magnésium. En général, ils sont faibles en lipides et en calories (27).

Une grande proportion des préadolescents québécois ne consomme pas suffisamment de fruits et légumes (20, 24, 25). L'Enquête Sociale et de Santé auprès des enfants et des adolescents rapporte qu'en 1999 près du deux tiers des jeunes de neuf à 11 ans ne consomment pas le minimum de portions quotidiennes minimales recommandées par le GAC. Près de 40% des

jeunes de neuf à 11 ans consomment tous les jours du jus de fruits pur alors que 21% n'en consomment pas (20).

En 2009, l'enquête effectuée auprès des jeunes Sherbrookoïses précise que 24% à 30% des jeunes de cinq à 11 ans ne mangeraient pas de légumes quotidiennement (24). Cette problématique se reproduit pour la consommation de fruits et les jus de fruits, mais en proportion moindre. En 2013, l'enquête de Québec en Forme rapporte que 40% des participants avaient mangé au moins le nombre minimal de portions de fruits et légumes recommandé par le Guide alimentaire canadien (excluant les jus de fruits) (25).

2.1.1.2 Produits laitiers

Le GAC recommande que les Canadiens de neuf à 13 ans consomment trois à quatre portions de produits laitiers par jour (26). Les produits laitiers sont riches en protéines ainsi qu'en plusieurs vitamines et minéraux tels que la vitamine A, B2, B12, D et le calcium, le zinc, le magnésium, le potassium. Ils sont particulièrement importants chez les jeunes puisque ces derniers sont en pleine croissance et les produits laitiers assurent une ostéogenèse optimale (27).

Selon l'Enquête Sociale et de Santé, le rappel alimentaire de 24h indique que 73% des jeunes de neuf à 11 ans ne consommaient pas le nombre de portions de produits laitiers recommandées par le GAC. Toutefois, selon le questionnaire de fréquence, environ 80% des jeunes de neuf à 11 ans avaient consommé des produits laitiers plus d'une fois par jour. Le lait avait été consommé tous les jours par 71% de ces jeunes (20).

En 2009, selon l'enquête portant sur les jeunes Sherbrookoïses, le lait n'est pas consommé par 15 à 22% des jeunes de cinq à 11 ans. Toutefois, ces Sherbrookoïses consomment du fromage et du yogourt (24). En 2013, l'Enquête de Québec en Forme rapporte que la veille de l'entrevue, environ la moitié des jeunes avaient consommé le minimum de portions de produits laitiers recommandées par le GAC. Certains jeunes (23%) n'ont consommé aucune portion de lait la veille de l'enquête (25).

2.1.1.3 Produits céréaliers

Le GAC recommande que les Canadiens de neuf à 13 ans consomment six portions de produits céréaliers par jour (26). Les produits céréaliers, surtout ceux à grains entiers, sont

riches en fibres, en glucides et en plusieurs vitamines du complexe B, du fer, du zinc et du magnésium (27). Les glucides contenus dans les produits céréaliers permettent de fournir l'énergie nécessaire aux jeunes autant pour jouer que pour apprendre. Les fibres aident à la satiété et facilitent le transit digestif.

En 1999, les jeunes de neuf à 11 ans sont parmi les plus nombreux par rapport à leurs pairs, plus jeunes, de six à huit ans et leurs pairs plus vieux de 12-14 ans et 15-16 ans à manger du pain blanc au quotidien (20). Ils consomment des céréales froides trois à six fois par semaine dans 36% des cas. Plusieurs aliments contenant des produits céréaliers sont consommés une à deux fois par semaine par les jeunes. Parmi, ceux-ci il y a les *hot-dogs*, les hamburgers (55%), la pizza (51%), le riz (53%) et les pâtes (45%). Le pain à grains entiers n'est pas consommé par les jeunes de neuf à 11 ans dans 52% des cas (20). Plus récemment, l'enquête portant sur les jeunes Sherbrookoïses rapporte que le pain à grains entiers n'est pas consommé quotidiennement par 30% à 35% des participants âgés de cinq à 11 ans.

2.1.1.4 Viande et substituts

Le GAC recommande que les Canadiens de neuf à 13 ans consomment une à deux portions de viande et substituts par jour (26). Les viandes et substituts sont riches en protéines et selon le cas en lipides. Ils sont aussi riches en vitamines et minéraux particulièrement en fer, zinc, vitamines du complexe B. Il faut noter que les légumineuses, les noix et les graines sont des substituts de viandes et ceux-ci sont aussi riches en fibres, en folates et en gras polyinsaturés essentiels qui sont bons pour la santé cardiovasculaire (27).

D'après l'Enquête Sociale et de Santé, 22% des jeunes de neuf à 11 ans ne consomment pas suffisamment de viandes et substituts pour atteindre le nombre minimal de portions recommandées par le GAC. Plus précisément, près du quart des jeunes de neuf à 11 ans ne consomment pas de viande et substituts quotidiennement (n=464) (20). Les viandes telles que l'agneau, le bœuf, le porc, le veau, le poulet et la dinde ont été fréquemment consommées la semaine précédant le questionnaire. Toutefois, les légumineuses et produits de la mer, respectivement, n'ont pas été consommés par 72% et 60% des jeunes de neuf à 11 ans (20). Plus récemment, le poisson est absent de l'assiette de 55-62% des Sherbrookoïses de cinq à 11 ans tandis que les légumineuses sont absentes dans 75% des cas (n=5250) (24).

2.1.1.5 Autres aliments

Parmi les autres aliments, il est possible de retrouver divers aliments tels que la malbouffe et les boissons sucrées ou énergisantes. La malbouffe ne fait pas partie d'une alimentation visant à promouvoir de saines habitudes de vie puisqu'elle est principalement composée d'aliments riches en gras, en sucre et en sel tout en étant pauvre en nutriment (25). D'après l'enquête de Québec en Forme, près d'un cinquième (18%) des jeunes consomment trois fois ou plus des aliments provenant de casse-croûte lors d'une semaine habituelle. Les jeunes de milieux défavorisés auraient plus tendance à en manger (24%) que les jeunes de milieux favorisés (13%). Selon la même étude, la raison la plus importante rapportée par les jeunes pour consommer des aliments de malbouffe est qu'ils en apprécient le goût.

Concernant la consommation de boissons sucrées ou énergisantes, elles pourraient être remplacées par des boissons plus nutritives, comme l'eau et le lait. Ces boissons sucrées ont également un effet délétère sur la santé dentaire (28). En 2008, un rapport de Garriguet utilise les données de l'enquête de santé dans les collectivités canadienne. Ces données proviennent d'un sous-échantillon portant sur les enfants canadiens (2004) et ont été obtenues par le biais d'un rappel alimentaire de 24h en utilisant une méthode de cueillette d'information à passage multiple (multiple-pass). Garriguet rapporte que chez les participants de neuf à 13 ans environ 6% de leur apport calorique provient de boissons sucrées (29).

Quant à la caféine, Santé Canada recommande un apport maximal de 85 mg de cette substance pour les enfants de 10-12 ans afin d'éviter les effets délétères associés à sa consommation. À titre d'exemple, 2/3 de tasse de café filtre contient 135mg de caféine. Sur le marché, il existe plusieurs boissons à haute teneur en caféine contenant jusqu'à 100-180 mg par contenant (28). Les boissons énergisantes sont d'ailleurs source de caféine. En ce qui a trait à la consommation de boissons sucrées ou énergisantes, l'enquête de Québec en forme auprès des jeunes du troisième cycle du primaire rapporte que 7% des participants en avaient consommé la veille de l'enquête (25).

2.1.2 Les comportements alimentaires des jeunes Québécois

Les études nous apportent des précisions sur la prise du déjeuner et sur la capacité des jeunes de niveau scolaire primaire à se préparer un repas.

2.1.2.1 Le déjeuner

La prise du déjeuner pourrait être associée à une meilleure performance cognitive comparée à l'omission de la prise du déjeuner (30). D'après l'Enquête Sociale et de Santé, en 1999, 87% des jeunes de neuf à 11 ans ont mangé ou bu quelque chose chaque matin de la semaine d'école précédant l'enquête (20). Selon la même enquête, 13% des jeunes de neuf à 11 ans rapportent qu'occasionnellement ils ne déjeunent pas (20). Plus récemment, l'Enquête de Québec en Forme indique qu'en 2010-2011, 72% déjeunaient quotidiennement (25).

Pour ce qui est de la consommation d'aliments provenant de l'extérieur du domicile, selon l'Enquête Sociale et de Santé, en 1999, plus de la moitié des jeunes de neuf à 11 ans avaient consommé un repas au restaurant ou livré à la maison dans la semaine précédant l'enquête. C'est aussi plus de la moitié des jeunes de neuf à 11 ans qui avaient consommé des aliments de restauration rapide au cours de la dernière semaine. L'Enquête de Québec en Forme rapporte que près d'un cinquième des jeunes consommeraient plus de trois fois par semaine des aliments provenant de casse-croûte ou de restauration rapide.

2.1.2.2 La préparation des repas

À l'égard de la préparation des repas, en 1999, les jeunes de neuf à 11 ans préparaient plus souvent leur repas que les six à huit ans (12% vs 3%), mais une grande proportion (86%) d'entre eux n'avaient pas préparé leur repas dans la semaine précédant l'Enquête sociale et de santé (20). Plus récemment, le portrait effectué chez les jeunes Sherbrookoïsis indique qu'à neuf ans environ 15% des jeunes participaient à la préparation de la boîte à lunch (24). Un mémoire de maîtrise portant sur les comportements alimentaires de jeunes utilisateurs de boîte à lunch rapporte que la fréquence de préparation des repas du midi par les parents québécoïsis ou par l'enfant varie selon l'âge des enfants et de ses préférences alimentaires. Ainsi, au Québec, plus l'enfant vieillit, plus sa responsabilité à l'égard de la boîte à lunch augmentera. Exprimer ses choix en fonction de leur préférence alimentaire est la tâche principale de l'enfant par rapport à sa boîte à lunch (31). Si la préparation de la boîte à lunch est un pas vers l'autonomie alimentaire du jeune, notons aussi que la littérature suggère que les jeunes qui participent à la préparation des repas pour la famille auraient une alimentation de meilleure qualité (32). Aucun résultat n'est disponible spécifiquement pour les jeunes Québécoïsis.

2.1.3 Le poids des jeunes Québécois

Dès l'école primaire, les enquêtes rapportent des statistiques préoccupantes à l'égard du poids et de l'image corporelle des enfants.

2.1.3.1 Surpoids (embonpoint et obésité)

L'Enquête Sociale et de Santé indique qu'en 1999, moins d'un tiers des garçons (30%) et un peu plus d'un quart (26,6%) des filles de neuf à 11 ans présentaient un surplus pondéral (20). Puis, le rapport sur le poids corporel des jeunes Québécois utilisant les mesures anthropométriques de 2004 (Enquête de Santé des Collectivités Canadiennes (ESCC 2.2)) rapporte que 18,4% des jeunes de six à 11 ans présenteraient un surpoids (12).

Sans établir de relation avec le poids, selon l'Enquête de Québec en Forme, c'est un peu plus du tiers (37%) des jeunes du troisième cycle du primaire qui sont suffisamment actifs pour atteindre le niveau minimal d'activité physique pour une croissance et un développement optimal (25).

2.1.3.2 Image corporelle

En 1999, l'Enquête Sociale et de Santé indique que 80% des enfants de six à huit ans déclarent ne poser aucune action concrète pour modifier leur poids alors que c'est le cas pour 68% des jeunes de neuf à 11 ans. Ainsi, en vieillissant de moins en moins d'enfants déclarent ne poser aucune action concrète à l'égard de leur poids. Parmi les jeunes de neuf à 11 ans, 19% de ceux-ci tentent de perdre du poids (20). D'après l'Enquête de Québec en Forme effectuée auprès des jeunes du troisième cycle du primaire, 38% des jeunes seraient satisfaits de leur image corporelle, alors que 43 % des jeunes aimeraient être plus mince et 19% souhaitent avoir une silhouette plus forte. Les filles auraient plus tendance à rechercher une silhouette plus mince alors que les garçons rechercheraient plus souvent une silhouette plus forte (25).

En résumé, les Québécois âgés de 10 à 12 ans présentent des apports alimentaires non optimaux et environ le tiers serait en surpoids. Plus précisément, ils ne mangent pas suffisamment de fruits et légumes. Leur apport en laits et substituts est suffisant pour une partie de la population. Ces jeunes consomment suffisamment de viandes et substituts et de produits céréaliers, par contre, ils pourraient consommer des produits de meilleure qualité

nutritionnelle. Finalement, ils consomment en quantité excessive des produits formant le groupe « autres aliments ».

2.2 Profil des Québécois de niveau scolaire secondaire

Cette section porte exclusivement sur les jeunes du secondaire, soit les adolescents.

Parmi les trois études principalement citées pour cette section, la première est l'Enquête Sociale et de Santé auprès des enfants et des adolescents, volet nutrition. En 1999, 2452 participants âgés entre six et 16 ans ont participé à cette enquête dont 980 sont âgés de 12 ans et plus et inscrits au secondaire (20). La méthode utilisée est un rappel de 24 heures et un journal alimentaire complété en entrevue nutritionnelle effectuée par des nutritionnistes formés pour l'étude.

La seconde source est le portrait des jeunes Sherbrookoises de quatre à 17 ans en matière d'alimentation et d'activité physique et sportive (n=5250), mené en 2008 (24). Le questionnaire du volet alimentation était inspiré du questionnaire de l'enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois. Les travaux de chercheurs américains ont également inspiré le questionnaire. Les thèmes abordés par le questionnaire se basent sur le cadre écologique qui reconnaît l'influence des environnements dans lequel les individus vivent tout en considérant les particularités individuelles de ceux-ci. La méthode utilisée est un questionnaire rempli à la maison par le jeune avec l'aide d'un parent et porte sur les pratiques en alimentations des jeunes selon différents milieux de vie. Pour les jeunes du primaire, les parents étaient rejoints par une lettre de présentation distribuée par l'intermédiaire de leurs enfants. Les parents pouvaient alors remplir avec leur enfant le questionnaire en version papier qui devait être retourné à l'enseignant ou en version numérique à partir d'un site internet sécurisé. Les élèves du secondaire ont rempli le questionnaire en version papier durant les classes lors un bris d'horaire (24).

La troisième enquête utilisée porte seulement sur les jeunes du secondaire, « L'enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire » (EQSJS), effectuée auprès de 63 196 jeunes Québécois âgés de 13 ans et plus (11). La méthode utilisée est un questionnaire auto administré, anonymisé et informatisé.

Finalement, l'étude qualitative Ado 12-14 effectuée en 2014 (n=50) porte sur des jeunes âgées entre 12 et 14 ans. Les données de cette recherche consistent en des propos recueillis lors

d'entrevues individuelles. Parmi les participants, il y a 28 garçons et 22 filles provenant de quatre milieux scolaires situés dans différents milieux sociodémographiques et différentes régions du Québec (4).

2.2.1 Les apports alimentaires des adolescents québécois

2.2.1.1 Fruits et légumes

Le Guide alimentaire canadien (GAC) recommande six portions de fruits et légumes par jour pour les filles et garçons de neuf à 13 ans, sept portions par jour pour les filles de 14-18 ans et huit portions par jour pour les garçons de 14 -18 ans (26).

En 1999, selon l'Enquête Sociale et de Santé, la majorité des adolescents de 12-16 ans, sauf les garçons de 15-16 ans, ne consomment pas le minimum de cinq portions de fruits et légumes recommandées (20). Ensuite, en 2009, l'Enquête auprès des jeunes Sherbrookoises rapporte l'absence des légumes de l'assiette des jeunes de 12 à 17 ans chez 45 à 64% de ceux-ci (24). Le phénomène s'observe aussi pour les fruits et les jus de fruits, mais avec une moins grande ampleur (pourcentage non présenté). L'Enquête note une tendance plus marquée pour l'absence de fruits et légumes dans l'assiette des garçons comparée à celle des filles (15% de plus) (24). Un taux plus faible avait été rapporté dans l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Elle indiquait que le tiers des élèves du secondaire consommaient le nombre minimum de portions de fruits et légumes recommandées par le GAC (11). L'EQSJS va dans le même sens. Seulement 44% des jeunes du secondaire âgés de 13 ans et moins, 29 % des filles et 28% des garçons de 14 à 18 ans consomment le nombre minimum de portions de fruits et légumes recommandées par le guide alimentaire canadien pour leur âge (11).

2.2.1.2 Produits laitiers

Le GAC recommande que les Canadiens de neuf à 18 ans consomment trois à quatre portions de produits laitiers par jour (26). Les adolescents du secondaire sont en pleine puberté et les produits laitiers sont importants dans ce processus pour assurer une ostéogenèse adéquate (27). D'après l'Enquête Sociale et de Santé, en 1999, près du cinquième des adolescents âgés entre 12 et 16 ans ne consomment pas de produits laitiers quotidiennement (20). Chez les garçons,

c'est environ 65% qui n'en consomment pas assez, alors que chez les filles c'est près de 80% (20). Toutefois, même si le lait n'est pas bu par 8% des adolescents de 12 ans à 16 ans, il demeure le produit laitier le plus consommé selon l'Enquête Sociale et de Santé. L'EQSJS 2010-2011 rapporte que 54% des garçons et 42% des filles consomment le minimum de produits laitiers recommandés par le GAC, soit trois portions par jour (11). L'enquête effectuée auprès de jeunes Sherbrookoïses indique qu'entre 13 et 17 ans, 45% des jeunes ne consomment pas de produits laitiers quotidiennement (24). À partir de l'âge de 12 ans, les adolescents Sherbrookoïses diminueraient leur consommation de fromage et yogourt.

2.2.1.3 Produits céréaliers

Le GAC recommande six portions de produits céréaliers pour les jeunes de neuf à 13 ans et les filles de 14-18 ans alors qu'il recommande cinq portions pour les garçons du 14-18 ans (26). D'après l'Enquête Sociale et de Santé, en 1999, la majorité des jeunes de 12-16 ans consomment le nombre minimum de produits céréaliers recommandés par le GAC. Les adolescents de 12-16 ans mangent moins souvent du pain blanc que les jeunes de six à 11 ans (20). Près de la moitié des adolescents de 12-16 ans n'ont pas mangé de pain à grains entiers la semaine précédant l'enquête. Toujours d'après la même enquête, en 1999, les adolescents ont consommé au moins une fois au cours de la semaine précédant l'enquête les produits céréaliers suivants : les pâtes, le riz, la pizza et les *hot-dogs* (20). Plus récemment, selon l'enquête effectuée auprès des jeunes Sherbrookoïses, le pain à grains entiers ne serait pas consommé par 40 à 50% des jeunes de 12 à 17 ans.

2.2.1.3 Viande et substituts

Le GAC recommande que les Canadiens de neuf à 13 ans consomment une à deux portions de viande et substituts par jour, que les filles de 14-18 ans en consomment deux portions par jour et que les garçons de 14-18 ans en consomment trois portions par jour (26).

En 1999, selon l'Enquête Sociale et de Santé, c'est près du tiers des adolescents de 12-16 ans qui n'ont pas mangé de viande et substituts à tous les jours dans la semaine précédant l'enquête (20). C'est aussi près du tiers des adolescentes qui ne consomment pas le nombre minimal de viande et substituts. Toutefois, la majorité des adolescents (filles et garçons) consomment le minimum de portions recommandées par le GAC. Parmi les participants de 12-

14 ans, 25% rapportent n'avoir consommé aucune viande (agneau, bœuf, porc et veau). Les produits de la mer sont absents de l'assiette de près de 60% des adolescents et les légumineuses sont aussi absentes pour près de 55% (20). Plus récemment, un taux semblable est rapporté chez les Sherbrookoïses de 12 à 17 ans. En effet, 64 à 70% selon l'âge de ceux-ci ne consomment pas de poisson. Selon la même étude, les légumineuses sont, elles aussi, peu présentes dans l'assiette des adolescents. Toutefois, sa présence dans l'assiette augmente avec l'âge. À partir de 12 ans, les légumineuses entrent dans l'assiette des jeunes et leur présence augmente avec l'âge pour atteindre 48% à 17 ans (24).

2.2.1.4 Autres aliments

D'après l'EQSJS 2010-2011, près du tiers des jeunes du secondaire (31%) consommeraient quotidiennement des boissons sucrées, des grignotines ou des sucreries. Plus précisément, 10% des jeunes consomment des sucreries, 9% consomment des grignotines et 25% des jeunes consommeraient des boissons sucrées. D'après l'enquête auprès des jeunes Sherbrookoïses, 70% des jeunes auraient mangé des pâtisseries riches en gras et en sucre hebdomadairement. Selon l'Enquête Sociale et de Santé et l'enquête sherbrookoïse, les adolescents sont ceux qui fréquentent le plus les restaurants-minute (20, 24). L'EQSJS rapporte que 25% des jeunes du secondaire n'ont pas mangé de la malbouffe durant la semaine d'école précédant l'échantillonnage, donc 75% des jeunes en auraient consommée. Chez ceux qui en ont consommée, 27% en ont mangée 1 fois, 17% en ont mangée deux fois et 31% en ont consommée plus de trois fois (11). L'enquête effectuée auprès de jeunes Sherbrookoïses indique que plus de la moitié des jeunes de 15 à 17 ans ont mangé un repas de restaurant-minute au cours de la semaine précédant la cueillette de donnée. Ce repas a été pris en soirée ou durant la fin de semaine dans 60% des cas (24).

L'EQSJS 2010-2011 rapporte également que le quart des jeunes consomment des boissons sucrées une fois ou plus par jour. Les filles en consommeraient moins que les garçons qui consommeraient des boissons sucrées différentes de celles préférées des filles et en consommeraient plusieurs fois par jour. Les jeunes qui consomment six portions de fruits et légumes entiers étaient aussi moins nombreux à avoir consommé des boissons sucrées, des grignotines ou des sucreries au moins une fois par jour, comparativement à leurs pairs qui mangent moins de fruits et légumes.

Les boissons sucrées et énergisantes présentent une haute teneur en sucre, tout en étant peu nutritives. Les boissons énergisantes connaissent une croissance importante de popularité depuis une dizaine d'années, les rendant attrayantes aux yeux des jeunes (33, 34). Cependant, les acteurs de la santé publique identifient des enjeux potentiels à la consommation de ces boissons. Les résultats d'une étude menée dans 174 écoles secondaires canadiennes indiquent d'ailleurs que la présence de boissons sucrées dans l'environnement alimentaire scolaire est associée à un IMC augmenté et pourrait contribuer à l'obésité (35). La santé dentaire des consommateurs fréquents de boissons énergisantes est mise à risque puisque ces boissons sont sucrées. Pour cette même raison, l'impact de sa teneur en calorie pourrait avoir un impact négatif sur la saine alimentation et sur le poids (34). En 2010, l'étude québécoise sur la consommation de boissons énergisantes chez les adolescents et de jeunes adultes indique que parmi les élèves du secondaire, jusqu'à 12% consomment plus d'une fois par semaine des boissons énergisantes (34).

2.2.1.5 Commentaires sur la classification des apports alimentaires des jeunes

Nous notons que les apports alimentaires des jeunes du primaire et du secondaire ont tous été analysés selon le GAC. Récemment, le modèle de classification NOVA (2014), un modèle qui classifie les aliments en fonction de leur nature et leur degré de transformation industrielle, pourrait apporter une autre perspective aux analyses effectuées. Sommairement, le modèle propose différents groupes, le premier groupe comprend des aliments frais et les aliments ayant subi peu de transformations. Ceci inclut les transformations mécaniques tel que le portionnement, l'emballage, la torréfaction, la pasteurisation, la réfrigération, la congélation, l'embouteillage ou la fermentation non alcoolisée. Ainsi, on y retrouve les fruits et légumes, le lait pasteurisé, le yogourt, les farines et les pâtes alimentaires, etc. (36). Le second groupe est formé d'ingrédients culinaires obtenus grâce à la transformation d'aliments du premier groupe. Ces ingrédients sont utilisés pour la préparation de repas de type « maison » ou permettent de relever le goût des aliments du premier groupe. Ainsi, on y retrouve entre autres les huiles et le beurre, le sucre et l'amidon de maïs (36). Le troisième groupe est formé d'aliments ayant été transformés afin de prolonger leur durée de conservation ou améliorer leurs qualités organoleptiques. Il inclut aussi des produits alimentaires ayant intégré des ingrédients du second groupe aux aliments du premier groupe (36). Ce groupe comprend les produits en

conserves (fruits, légumes et légumineuses). Il contient également les viandes fumées, le fromage, les pains simples, etc. (36). Finalement, le quatrième groupe est fait de produits prêts à consommer. Ce sont des aliments ultra-transformés qui contiennent peu ou aucun d'ingrédients du premier groupe. Ils contiennent plusieurs ingrédients qui ne sont pas utilisés dans les préparations culinaires domestiques, soit des additifs alimentaires, des agents texturants ainsi que des protéines hydrolysées. Dans ce groupe, on retrouve les croustilles, les céréales à déjeuner, les biscuits, les bonbons, les boissons sucrées, les grignotines salées ou sucrées, les mets préparés et les pains et les fromages contenant des additifs (36).

Ce nouveau mode de classification est d'intérêt, car Moubarac et al. (2016) rapportent que les adultes de 19-30 ans consomment le plus d'énergie sous forme d'aliments ultra-transformés (37). En effet, en utilisant les données publiées par statistique Canada en 2001 sur l'Enquête sur les dépenses alimentaires (EDA, « FOODEX » en anglais) portant sur les dépenses et les quantités d'aliments achetés par les ménages canadiens et en utilisant le Fichier canadien sur les éléments nutritifs (FCÉN), Moubarac et ses collaborateurs ont prouvé que plus l'aliment est transformé, plus il a de chance d'être riche en sucre, sel et gras et plus sa densité énergétique risque d'être élevée (38). Cette même étude rapporte que plus la place prise par les aliments ultra-transformés dans l'alimentation d'un Canadien est importante, plus la qualité nutritive de son alimentation est diminuée. Cet individu est alors plus à risque de ne pas atteindre les recommandations nutritionnelles établies par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) ainsi que du Guide alimentaire canadien (GAC). Ces résultats ont été observés dans divers pays dont le Canada (37), mais également au Brésil, Colombie, au Chili et au Royaume-Uni (37, 38).

2.2.2 Les comportements alimentaires des adolescents québécois

Les comportements alimentaires des adolescents québécois ont été étudiés à maintes reprises. Ainsi voici quelques informations sur la prise de repas et leur capacité à préparer leur repas.

2.2.2.1 Prise de repas

L'Enquête Sociale et de Santé auprès des enfants et des adolescents québécois indique que 36% des adolescents de 12 à 16 ans ont rapporté ne pas déjeuner « à l'occasion », ce qui représente une proportion beaucoup plus importante que chez les jeunes de neuf à 11 ans

(13%) (20). De son côté l'EQSJS indique qu'environ 60% des jeunes du secondaire déjeunent le matin, environ 40% ne déjeunent pas tous les jours et 11% ne déjeuneraient jamais (11).

L'enquête effectuée auprès des jeunes Sherbrookoïses rapporte qu'environ le tiers des 13 à 17 ans ont sauté le déjeuner au moins une fois la semaine précédant la collecte de données. Parmi ceux-ci, un peu plus de la moitié des participants indiquent qu'ils n'ont pas déjeuné parce qu'ils n'avaient pas faim (24).

2.2.2.2 La préparation des repas

Selon l'Enquête sur l'alimentation et l'activité des jeunes Sherbrookoïses, les jeunes filles participent plus souvent que les garçons à la préparation de la boîte à lunch et à la préparation du souper. À 12 ans, environ 45% des jeunes auraient préparé leur boîte à lunch dans la semaine d'école précédant la cueillette de données. Cette proportion augmente à 70% pour les jeunes de 15 à 17 ans (24). Entre 13 et 17 ans, de 45% à 55% participent à la préparation du souper à la maison. Fait important, plusieurs des jeunes (60%) qui indiquent avoir participé à la préparation du souper l'ont préparé eux-mêmes. Toutefois, une bonne proportion aurait réchauffé des aliments préparés par leur parent, aurait préparé des repas commerciaux ou aurait grignoté au lieu de cuisiner (24).

2.2.3 Le poids des adolescents québécois

Afin de dresser un portrait complet du poids des adolescents, des données du poids des adolescents québécois et canadiens sont présentées dans la prochaine section.

2.2.3.1 Surpoids (embonpoint et obésité)

D'après le rapport sur le poids corporel chez les enfants et adolescents du Québec, en 1981, 10,8% adolescents de 12 à 17 ans ont un surpoids (embonpoint et obésité), alors qu'en 2004, les adolescents de 12 à 17 ans présentent un surplus pondéral de 24,4%. Cela a doublé entre 1981 et 2004. Les adolescents de 12 à 14 ans sont les plus touchés avec 27% d'entre eux présentant un surpoids (12). Plus récemment, l'EQSJS rapporte que 21% des adolescents ont un surplus pondéral (14% embonpoint ; 7% obésité) (11). La même enquête rapporte qu'un peu moins du quart (24%) des adolescents sont sédentaires lorsque l'activité physique effectuée dans les loisirs et dans les transports est combinée. L'embonpoint et l'obésité varient

peu selon le niveau scolaire au secondaire. Toutefois, la prévalence de surplus de poids varie selon le milieu sociodémographique et économique, le milieu familial, la scolarité des parents et l'emploi des parents.

2.2.3.2 Poids insuffisant

Selon l'EQSJS 2010-2011, un adolescent sur dix a un poids insuffisant (11). Il est possible de remarquer une plus grande prévalence de filles présentant un poids insuffisant par rapport aux garçons (12% contre 8%). Le statut pondéral varie aussi en fonction du niveau scolaire, ainsi les plus jeunes (12,8 % en secondaire 1) présentent une plus grande prévalence de poids insuffisant que les plus vieux (8,6% en secondaire 5) (11).

2.2.3.3 L'image corporelle

D'après l'étude Ado 12-14 effectuée en 2014 (n=50), les jeunes de 12-14 ans sont préoccupés par leur corps (4). Selon l'enquête effectuée auprès des jeunes Sherbrookoïses, les filles de 12 à 17 ans souhaiteraient être plus minces (45% à 53%) alors que les garçons auraient plutôt tendance à souhaiter une silhouette plus large (25 à 32%). Toutefois, selon la même enquête, certaines filles aimeraient avoir une silhouette plus large (5% à 11%) et une proportion importante de garçons aimerait être plus minces (27 à 35%).

En résumé, les adolescents québécois ne consomment pas suffisamment de fruits et légumes. Cela s'observe plus chez les garçons. Une proportion plus importante de jeunes filles que de jeunes garçons ont un apport insuffisant en lait et substituts. Les adolescents ne consomment pas suffisamment de grains entiers, de poissons et de légumineuses. Finalement, le poids est un sujet de préoccupation pour les jeunes du secondaire, l'embonpoint, l'obésité et le poids insuffisant sont au rendez-vous.

En résumé, les adolescents québécois ont des apports alimentaires sous optimaux et environ le tiers serait en surpoids. Plus précisément, ils ne mangent pas suffisamment de fruits et légumes. Leur apport en laits et substituts est insuffisant chez les adolescentes. Ces jeunes consomment assez de viandes et substituts et de produits céréaliers. Toutefois, comme les enfants, la qualité nutritionnelle de leur alimentation pourrait être améliorée puisqu'ils ont des apports excédentaires en des produits formant le groupe « autres aliments ». Finalement, les adolescents sont préoccupés par l'apparence de leur silhouette.

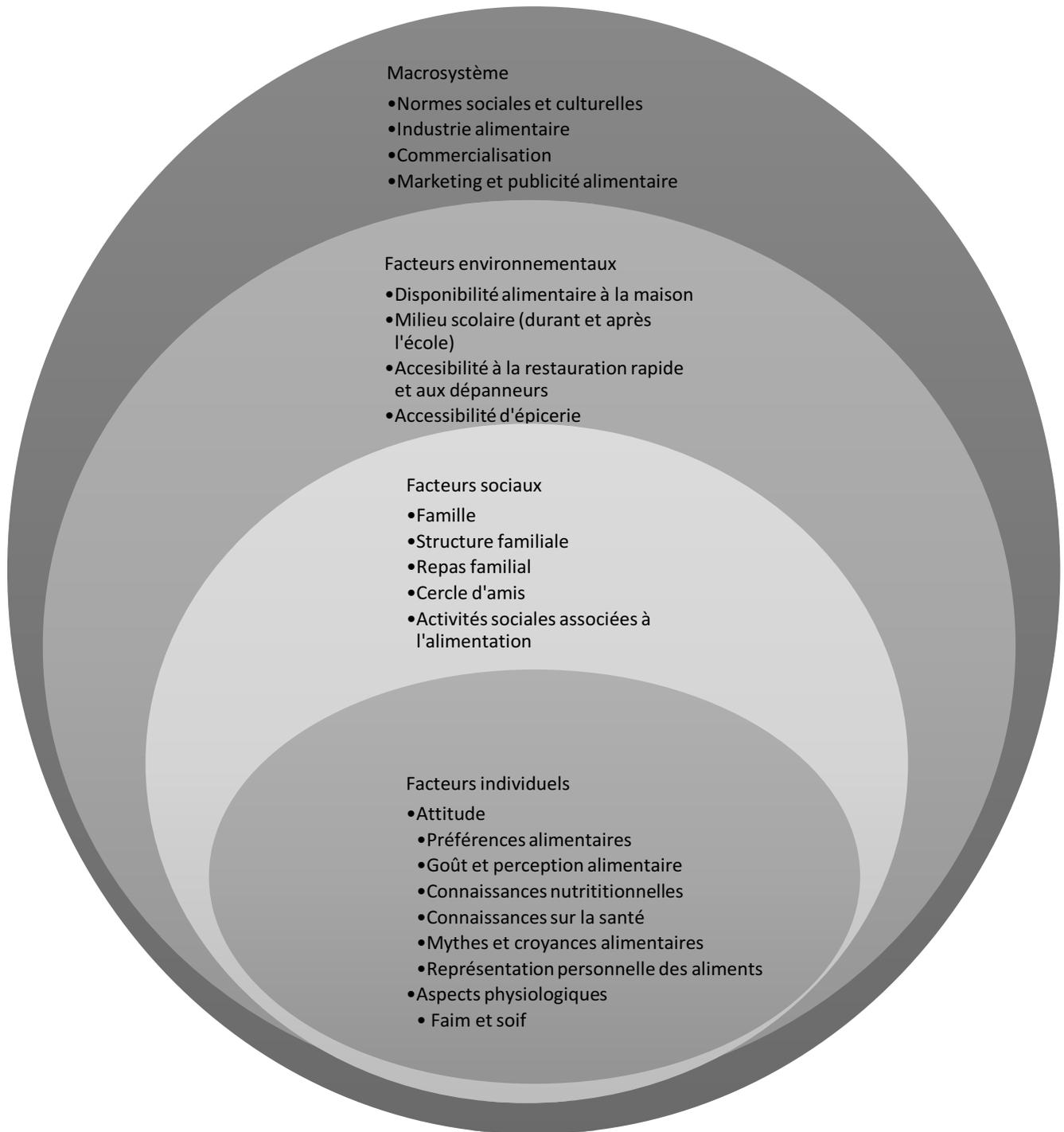
2.3 Déterminants de l'alimentation des jeunes

Bien qu'il existe plusieurs modèles pour décrire les différents niveaux d'environnements dans lesquels évoluent les individus, le modèle de Story et coll (2002) demeure un modèle écologique pertinent pour l'étude des perceptions, attitudes et comportements liés à l'alimentation des jeunes et des adolescents (39).

Le modèle de Story et coll (2002) est inspiré d'autres travaux sur le modèle écologique, dont ceux d'Urie Bronfenbrenner en écologie du développement (1979) (40). Celui-ci établit que l'écologie humaine est composée de l'accommodation progressive entre l'individu et son environnement à travers la vie. En bref, l'humain interagit avec son environnement et l'environnement l'influence. Les niveaux d'influence s'emboîtent les uns dans les autres comme des poupées russes, formant ainsi l'écologie de l'individu (40).

Le modèle écologique de Story et coll (2002) est particulièrement intéressant dans ce mémoire puisqu'il porte plus précisément sur les facteurs environnementaux et individuels qui influencent les comportements alimentaires de la population étudiée. Le même modèle est utilisé pour les préadolescents puisque ceux-ci sont relativement près des adolescents en termes d'âge et de développement et il n'existe pas à notre connaissance de cadre spécifique à leur comportement alimentaire en particulier. Le modèle écologique de Story et coll (2002) présentent les différents déterminants des comportements alimentaires adolescents selon quatre niveaux d'influence. Ces niveaux de déterminants sont nommés : facteurs individuels, facteurs sociaux, facteurs environnementaux et macrosystème, tel qu'illustré à la figure 1 (23, 39).

Figure 1. Déterminants de l'alimentation des jeunes selon le modèle écologique de Story et coll (2002)



2.3.1 Facteurs individuels

Les déterminants individuels des comportements alimentaires des adolescents regroupent des caractéristiques propres aux individus. Il est possible d'y retrouver une multitude d'attitudes, d'aspects physiologiques et d'aspects liés au mode de vie, dont l'alimentation (39). Celle-ci est influencée par les préférences alimentaires des individus qui sont à leur tour influencées par des prédispositions génétiques. Chez l'humain, il est possible de retrouver le rejet des goûts amer et aigre, la préférence pour le sucré et le salé et la prédisposition à la néophobie alimentaire et à la capacité d'associer les aliments aux conséquences de leur consommation ainsi qu'à un contexte particulier (41).

La perception de la saine alimentation varie selon l'individu et peut certainement influencer les comportements alimentaires (23, 42). Une étude canadienne auprès d'adolescents (n=13) de 13-15 ans note que les aliments ont une variété de significations pour les jeunes, dont une connotation négative pour certains aliments sains et une connotation positive associée à la malbouffe (43). Selon l'étude québécoise Ado 12-14 rapportée en 2014 (n=50), les jeunes de 12-14 ans ne comprennent pas bien ce que signifie « l'alimentation santé », pourtant, ceux-ci considèrent que « manger santé » est important (4). Généralement, ils se réfèrent à des phrases ou mots clés généraux qui suivent les lignes directrices de la santé publique et parfois réfèrent à des concepts erronés tels que l'utilisation de gras et de calories comme synonymes. Il semblerait que les jeunes retiennent principalement les injonctions et mises en garde publiées par les instances de la santé publique du Québec. Les jeunes semblent aussi retenir les avertissements au sujet de l'alimentation exprimés par les parents et par leur école, comme si l'alimentation était une menace et qu'il fallait se protéger contre un danger omniprésent (4). Ainsi, le plaisir de manger n'est pas associé systématiquement à la saine alimentation. D'ailleurs, pour certains jeunes, une alimentation « santé » est synonyme d'insipide et ennuyeuse (44).

Une étude américaine s'est attardée aux perceptions de la saine alimentation chez les adolescents américains (n=203). Ceux-ci étaient inscrits à l'équivalent du secondaire au Québec, soit le « High School » (7^e à 12^e année scolaire), leur âge n'est pas spécifié dans l'étude. En groupe de discussion de 45 à 60 minutes, la saine alimentation, l'activité physique,

les diètes et les comportements d'hyperphagie ont été abordés. Les participants ont rapporté avoir été exposés aux messages du guide alimentaire américain. Toutefois, ils n'ont pas intégré la signification de ces messages ni mis en pratique les recommandations du guide dans leur quotidien (45).

À l'égard des facteurs physiologiques, la soif et la faim sont des phénomènes biologiques normaux. Durant l'adolescence la croissance associée à la puberté augmente les besoins énergétiques des jeunes et la faim peut être augmentée et influencer les comportements des jeunes (42). Les garçons auront tendance à avoir des apports alimentaires plus élevés que les filles étant donné leurs besoins énergétiques plus élevés (20).

Finalement, le mode de vie affectera l'alimentation des adolescents. Le temps disponible et la facilité de préparation des repas influenceront l'alimentation des jeunes (42, 46).

Concernant leur autonomie alimentaire, une étude effectuée auprès de 4746 adolescents américains de 11 à 18 ans rapporte que la majorité des jeunes participent aux achats et à la préparation des aliments à la maison (47). Pour la plupart, cela représente une participation d'un à deux soirs par semaine. Plusieurs caractéristiques sociodémographiques sont associées à une plus grande participation aux achats et à la préparation des aliments. Être une fille, de niveau scolaire « middle school » (âgés entre 11 et 14 ans), Américain d'origine asiatique, de niveau socio-économique faible et être en surpoids sont toutes des caractéristiques associées à la participation aux achats et à la préparation des aliments. Selon la même étude, si certains jeunes qui participent plus souvent à la préparation des repas font des choix alimentaires plus sains, d'autres sont aussi plus à risque de consommer un excès de calories et de faire moins d'exercice en comparaison avec ceux qui participent à la préparation des repas moins fréquemment (47). Les connaissances et compétences culinaires vont aussi influencer les comportements alimentaires des jeunes. En effet, ceux qui participent à la préparation du repas auraient une alimentation plus riche en nutriments.

Ainsi, dans un monde où l'économie du temps est si importante (42), les repas peuvent être consommés seuls au lieu d'être pris en famille, ils peuvent être des prêts-à-manger ou prêts-à-emporter plutôt que faits maison. Les jeunes ne sont pas épargnés, eux aussi ont un horaire chargé (48). En plus de l'école, des devoirs, des activités sportives ou artistiques, plusieurs ont un emploi rémunéré (48). Il est important pour eux que l'aliment ou le repas soit facile et rapide à préparer, à manger et ne demande pas trop de nettoyage et de vaisselle après le repas

(42). Chez les jeunes, l'utilisation de leur temps est aussi caractérisée par l'emploi. En ce qui concerne le travail étudiant, une enquête effectuée auprès de Québécois âgés de six à 16 ans (n=1834) rapporte que 26% des jeunes de 12-14 ans et 29% des jeunes de 15-16 ans travaillent. Ce sont les plus vieux (15-16 ans) qui rapportent travailler le plus soit 39% des jeunes qui déclarent travailler 11 heures et plus par semaine leur offrant un revenu discrétionnaire à dépenser (20).

Finalement, les motivations alimentaires teintent les pratiques alimentaires des jeunes. Le goût et l'apparence des aliments sont des motivations déterminantes. Par contre, l'attrait santé des aliments n'est pas une motivation principale à mieux s'alimenter chez les adolescents, mais serait plus important avec l'âge (23, 42, 45). Les motivations qui attirent les jeunes vers une alimentation de type malbouffé sont aussi nombreuses telles que rapportées par Hovington et al. (49), soit le goût (77%), la facilité d'accès (68%), la commodité et la rapidité (50%), le faible coût (35%), les portions plus grosses (12%), pour imiter les autres (3%).

Mis à part le mémoire de Blais Bélanger (50), aucune autre étude n'a, à notre connaissance, exploré de façon spécifique les motivations alimentaires des jeunes Québécois. Ce mémoire s'attarde entre autres aux connaissances associées aux motivations des jeunes du troisième cycle du primaire et du secondaire lors de choix alimentaires. Ces résultats soulignent l'importance du goût et de la propreté des lieux pour les jeunes du troisième cycle du primaire (5e et 6e année) et du secondaire. La variété de l'offre alimentaire scolaire serait l'aspect le plus apprécié de ces jeunes. Les jeunes du troisième cycle du primaire et du secondaire expriment aussi un intérêt pour des aliments favorables à la santé. D'ailleurs, les jeunes du primaire choisissent davantage leurs aliments afin de contrôler leur poids. L'opinion des pairs et des parents agit très peu sur les participants, surtout ceux du secondaire. Si peu d'études ont abordé les motivations alimentaires des jeunes, les motivations alimentaires des adultes ont été étudiées et différentes échelles de mesure permettent de les analyser, dont celle de Renner et al (51). L'outil de Renner et al est un questionnaire qui évalue les éléments motivateurs associés aux choix alimentaires, soit « pourquoi mangeons-nous ce que nous mangeons ». Ce questionnaire inclut 15 facteurs regroupant 78 énoncés.

2.3.2 Facteurs sociaux

La famille et les amis sont des facteurs sociaux importants pour les jeunes. Le point de référence principal des jeunes est la famille et au cours de son développement, le jeune sera aussi de plus en plus influencé par des facteurs extérieurs au milieu familial, dont les amis (4, 52).

2.3.2.1 Famille

La famille est le tout premier environnement social de l'enfant. Elle possède une grande capacité d'influence sur le développement et le comportement des jeunes autant positivement que négativement (46). L'alimentation familiale qui a lieu depuis que le jeune est tout petit l'imprènera de goûts, de moyens de distinguer les aliments et de normes alimentaires différentes (52). La famille et le contexte familial sont importants dans l'établissement de saines habitudes de vie (42, 53). Les parents servent alors de modèles pour leur enfant dès le plus jeune âge et continuent de l'influencer à la pré-adolescence et aussi à l'adolescence (54). Les parents et surtout la mère promeuvent de saines habitudes de vie durant la quête d'autonomie de leur jeune (53, 55). La mère est reconnue comme exerçant un rôle important dans le développement de la confiance en soi d'un jeune de la petite enfance à l'adolescence (55).

Toujours au Québec, le statut socio-économique de la famille influencera les habitudes alimentaires du foyer (56). Ainsi, dans les familles ayant un statut socio-économique faible, la qualité de l'alimentation est susceptible d'être réduite. Toutefois, la présence de la mère sur le marché du travail diminuerait la fréquence des repas pris en famille alors que ceux-ci sont associés positivement à la qualité alimentaire (57). Ensuite, les connaissances en nutrition et le niveau de scolarité des parents seraient aussi un déterminant de la qualité de l'alimentation d'un enfant (57). Ainsi, compte tenu de ces facteurs, bien que les membres d'une famille puissent transmettre de saines habitudes alimentaires aux plus jeunes, ils peuvent également contribuer au développement des comportements alimentaires ou de relation à la nourriture moins désirable (46, 58).

Ainsi, d'après le rapport du Forum de 2006 de l'OMS/HBSC, lorsqu'un jeune vit dans un milieu socio-économique plus faible, il a plus de risques de grandir dans un foyer et dans une communauté présentant un style de vie moins sain et d'être exposé à une alimentation

obésogène, et un manque d'activité physique (59). De plus, ce jeune aura possiblement un accès diminué à une éducation et à des services de santé de qualité. Il aura aussi plus de risques de ne pas être suffisamment actif. Cette problématique elle-même aura tendance à se reproduire d'une génération à l'autre. Cet environnement social moins favorable légué d'une génération à l'autre aura pour effet d'influencer le gradient social de l'obésité ce qui pourrait expliquer la plus forte proportion d'individus obèses dans certains milieux socio-économiques plus faibles (59).

Les parents exercent un rôle de modèle important. Une étude indique que la consommation du groupe des fruits et légumes par les adolescents serait principalement influencée par la consommation d'aliments de ce groupe par leurs parents (53, 60, 61). Selon la même étude, la consommation de fruits et légumes chez les jeunes serait plus influencée par les actions des parents que par leurs demandes à ce sujet. Les jeunes de famille ayant un faible revenu auraient un apport en calcium plus élevé lorsqu'ils rapportent voir leur père boire du lait comparés à ceux pour qui ce n'est pas le cas (54).

Les repas familiaux et la famille ont un effet positif sur la santé des jeunes (62). Fait intéressant, les pratiques alimentaires transmises durant les repas familiaux auraient tendance à être maintenues par les jeunes (63, 64). D'après une étude, les obstacles les plus fréquents à la prise de repas en famille seraient les conflits d'horaire, le désir d'autonomie des adolescents et l'insatisfaction des jeunes face à leurs relations familiales ou à l'égard des mets servis (23). La déstructuration des repas familiaux est aussi liée aux aspects structurels associés au marché du travail, qui rendent la conciliation famille-travail des parents plus ardue. À cela s'ajoutent les activités sociales et parascolaires des jeunes ainsi que la durée des trajets entre le domicile, l'école et le travail (62).

2.3.2.2 Amis et pairs

Les amis et pairs sont des facteurs sociaux déterminants des comportements alimentaires des adolescents. Les amis et les pairs prennent une place importante dans la vie de l'enfant dès un très jeune âge et ils viendront influencer les comportements alimentaires (57). Dès l'âge préscolaire, l'enthousiasme des amis par rapport à un nouvel aliment ou un nouveau mets a un effet direct sur l'intérêt de l'enfant pour y goûter (57). Au fur et à mesure que l'enfant vieillit, l'influence de la famille sur ses habitudes alimentaires diminue, tandis que l'influence des

amis et des pairs augmente (4, 23, 46). Arrivé à l'adolescence, le jeune se concentre sur ses relations à l'extérieur de son cercle familial (65). Les amis prennent alors une place plus importante dans la vie du jeune et il portera une attention particulière à ses relations d'amitié. L'adolescent vivra un processus d'individualisation et d'autonomisation qui lui permet de se différencier de son identité familiale et de se prouver à lui-même et aux autres qu'il possède une identité unique (66). La maturité du jeune évolue à travers les relations d'amitié qu'il développe. Grâce à ses relations, le jeune apprend la collaboration et la négociation avec ses pairs tout en apprenant sur lui-même et en développant des relations de confiance avec ses amis (67, 68). Un groupe d'amis fournit à chacun des membres de ce groupe un sentiment d'appartenance, une amitié réciproque et une liberté d'expression (67). Ainsi, la quête identitaire et la recherche de l'approbation des pairs vécues à l'adolescence pourraient entraîner les jeunes d'un même groupe d'amis à influencer les perceptions et les comportements de chacun. (46).

Il n'est donc pas surprenant qu'une association existe entre certains liens sociaux et les choix alimentaires des jeunes (69, 70). Toutefois, l'amitié n'influence pas toutes les habitudes alimentaires de façon égale. En effet, une étude effectuée auprès de jeunes danois âgés de 12-13 ans indique que l'amitié n'influence pas la consommation de fruits et légumes des jeunes (53). À l'inverse, une autre étude rapporte que la consommation de malbouffe d'un ami serait associée à la consommation de malbouffe d'un adolescent (69). L'étude de Guidetti et coll (2015) indique que les jeunes qui présentent une plus grande sensibilité aux normes sociales de leur groupe d'appartenance et une plus grande motivation à s'y conformer auraient une alimentation plus semblable à celle de leur cercle d'amis (71). D'ailleurs, les normes sociales perçues par un individu peuvent influencer l'alimentation de celui-ci en altérant l'évaluation de l'individu pour les qualités organoleptiques et le plaisir associé à un aliment (72).

Pour les jeunes, un repas entre amis remplit donc une fonction sociale permettant de créer et d'entretenir des liens avec les pairs (73). La cafétéria scolaire est un lieu de socialisation où les liens entre les jeunes se manifestent clairement. Ainsi, le repas du midi à l'école est teinté par les dynamiques sociales entre les jeunes (4). Aussi, la qualité du réseau social du jeune affecte son comportement alimentaire. La peur du rejet affecterait les comportements alimentaires du jeune puisque la consommation de certains aliments par celui-ci lui permettrait d'être accepté au sein de son groupe d'amis (4). Des adolescents canadiens indiquent considérer que la peur

du rejet et du jugement des autres comme ayant plus de conséquences sur eux qu'une mauvaise alimentation (74). La peur du rejet peut même motiver un jeune à avoir des comportements alimentaires ne s'accordant pas avec ses propres goûts (75). Ceux possédant un réseau social fort profiteraient davantage des dynamiques sociales du dîner leur permettant d'entretenir des liens et de développer des amitiés alors que ceux qui ont un réseau social faible pourraient se sentir isolés à ce moment. Ils peuvent alors utiliser des techniques pour éviter de manger seuls (4). Le jeune vivant de l'isolement social a tendance à manger à l'écart des autres afin d'éviter les jugements et regards discriminatoires (76).

2.3.3 Facteurs environnementaux

Les facteurs environnementaux réfèrent principalement à la disponibilité d'aliments ainsi qu'aux lieux et aux moments utilisés pour la consommation alimentaire dans les différents milieux de vie du jeune. À la maison, la disponibilité des aliments est un facteur influant l'alimentation (42), puisque les jeunes dépendent en partie de leurs parents concernant l'offre alimentaire à domicile. L'endroit, le moment et la durée du repas influencent les comportements alimentaires et cela s'applique à la maison, mais également à d'autres milieux, tels que l'école pour laquelle nous développerons davantage plus bas (42).

2.3.3.1 École

L'école est un facteur environnemental déterminant des comportements alimentaires des adolescents. Il s'agit donc d'un milieu de vie permettant des interventions sur les saines habitudes de vie, peu importe leur milieu socio-économique (2-7).

L'impact des interventions suivantes en milieu scolaire sera exploré : celles visant l'amélioration des comportements alimentaires, les modifications de l'offre alimentaire. Puis la littérature portant sur l'aménagement physique des écoles et l'environnement alimentaire à proximité des établissements scolaires sera étudiée.

2.3.3.1.1 Interventions scolaires pour améliorer les comportements alimentaires

Quelques revues systématiques portent sur les interventions visant la promotion de la saine alimentation en milieu scolaire. Ainsi nous avons retenu les revues ayant été citées à plusieurs reprises dans le milieu scientifique notamment :

- deux revues systématiques avec méta analyse abordant les interventions visant la consommation de fruits et de légumes des jeunes de milieux scolaires primaires (77,78).
- Une revue systématique abordant les interventions scolaires ayant ciblé l'amélioration des habitudes alimentaires des jeunes et des adolescentes (79).
- une revue systématique abordant de manière spécifique l'efficacité de l'intensité de l'intervention en milieu scolaire auprès de jeunes de 9-18 ans (80).

Les objectifs de ces revues et leurs constats sont présentés ici.

En 2011, une méta-analyse menée sur une revue systématique de données issues de 19 publications avait comme objectif de vérifier l'efficacité des interventions en milieu scolaire primaire pour la promotion de la consommation de fruits et légumes des enfants (77). Les écoles étaient toutes de pays développés. Les résultats de la méta-analyse indiquent que les interventions basées sur des jeux informatiques ont augmenté la consommation de fruits et légumes. Ce résultat peut s'expliquer par le fait que les jeunes enfants apprennent en s'amusant grâce aux jeux informatiques éducatifs (78). Les interventions à base de jeux d'ordinateurs sont des options disponibles à faible coût les rendant intéressantes à mettre en pratique dans les écoles (77).

Les interventions scolaires incluant l'offre gratuite ou subventionnée de fruits et légumes à l'école primaire n'ont pas eu les effets attendus sur la consommation des fruits et légumes. Aussi, les interventions ayant plusieurs composantes tels un programme d'éducation nutritionnelle, un changement dans l'environnement alimentaire ou l'inclusion des parents et professeurs à l'intervention ont révélé une tendance, toutefois non statistiquement significative, vers une augmentation de la consommation des fruits (77). Les auteurs suggèrent que ces résultats pourraient s'expliquer par l'importance de la motivation dans la consommation de fruits et légumes, laquelle n'était pas prise en compte dans les études. Les auteurs notent également le suivi trop court pour mesurer l'effet des interventions, un suivi de moins d'un an post intervention ne permettant pas d'évaluer la pérennité des résultats (77).

Une méta-analyse des interventions pour l'amélioration des apports quotidiens en fruits légumes chez les jeunes de 5 à 12 ans a été publiée en 2012 (79). Les 22 études sélectionnées ont analysé. Les interventions étaient d'une durée de 3 mois à 2 ans (79). Les interventions

étaient soit basées sur plusieurs composantes (e.g., impliquant l'école et la famille), ou basées sur des interventions uniques de type dons ou subventions en fruits et légumes. Les auteurs rapportent de leur analyse que ces interventions en milieux scolaires ont toutes le potentiel de pouvoir améliorer l'apport en fruits et légumes en moyenne d'un quart à un tiers de portion par jour (79). Cependant, les interventions n'ont pas permis d'augmenter l'apport en légumes dans une quantité suffisante, c'est principalement l'apport en fruits qui a subi une augmentation et les jus de fruits y contribuaient. Les interventions formées de plusieurs composantes avaient tendance à avoir un effet plus marqué sur l'augmentation de la consommation de fruits et légumes. Toutefois, les interventions étaient variées et il pourrait être difficile de les mettre en pratique (79). Des résultats moins probants ont été obtenus pour les interventions formées d'une seule composante incluant les interventions de distribution de fruits et légumes. Ces interventions étaient associées à peu d'éducation nutritionnelle même si les professeurs les jugeaient plus faciles à mettre en place. Les auteurs concluaient que le nombre d'études sur le sujet était limité et qu'il était impossible d'arriver à des conclusions plus probantes pour le moment.

Étant donné que l'effet de ces programmes diminuait après 6 mois, il est possible de croire que ces interventions devraient être maintenues dans le temps afin d'en maintenir l'effet (79). Cette revue systématique est intéressante pour la qualité méthodologique des études retenues. Notons que la recherche sur les programmes d'interventions pour augmenter la consommation de fruits et légumes chez les enfants est souvent menée sans groupe contrôle ou sans méthode de randomisation. Ces études furent jugées de plus faible qualité pour en tirer des constats (79). Néanmoins, bien que ces études ne puissent fournir des preuves aussi fortes que la revue systématique décrite ci-haut, il demeure que leur documentation pourrait permettre d'identifier de nouveaux moyens de faire avancer la recherche à ce sujet (79). Ainsi, les interventions de type jardinage, dégustation ou implication plus importante du rôle de la famille seraient à explorer (79).

Quelques années plus tôt, en 2009, une revue systématique par Van Cauwenberghe et coll révisait les preuves de l'efficacité des interventions scolaires abordant les habitudes alimentaires sur les apports alimentaires et les données anthropométriques de jeunes participants. La revue systématique inclut des études faites auprès des jeunes de 6 à 18 ans en milieu scolaire européen. Quarante-deux études ont été retenues (80). Elles ont été évaluées

avec une échelle à 3 points (allant de faible, modéré et fort) pour six critères, soit la représentativité de la population cible, le type d'étude, le contrôle des variables, « le niveau d'aveuglement », la fiabilité et la variabilité des résultats et les abandons et les retraits des études (80).

Cette revue systématique permet de conclure que, chez les enfants, il y a de fortes preuves quant à l'efficacité d'intervention combinant l'augmentation de la disponibilité des fruits et légumes associés à de l'éducation en nutrition faite par l'enseignant et un peu d'implication des parents pour l'augmentation de l'apport en fruits et légumes. Il y avait également des preuves moins robustes quant à l'effet de l'éducation à la nutrition par les professeurs comme seule intervention. Les preuves étaient également limitées quant à l'effet des modifications de l'environnement alimentaire par la distribution gratuite de fruits et légumes ou la mise en place d'un programme d'abonnement aux fruits et légumes (80).

Toutefois, les interventions de promotion de déjeuner dans les milieux défavorisés ou dans les communautés ethniques n'ont pas produit de preuves concluantes. Cette revue indique que les interventions de promotions des fruits et légumes peuvent être mises en œuvre et ont de fortes chances d'avoir du succès puisque toutes les interventions environnementales et éducationnelles ont eu des résultats positifs. Ces conclusions sont les mêmes que pour les autres revues portant sur ce sujet à travers le monde (80).

Van Cauwenberghe et coll rapportent que, chez les adolescents, l'effet d'intervention abordant seulement l'éducation est soutenu par des preuves modérées (80). Des preuves limitées sont trouvées pour les programmes ayant des interventions environnementales ayant un programme d'éducation. Dans les écrits recensés, l'inclusion des parents dans les interventions est parfois présente, toutefois la preuve de son effet sur l'efficacité de l'intervention demeure à faire puisque peu d'études incluent les parents dans l'intervention (80).

Toutefois, chez les enfants et les adolescents, il serait surprenant que l'augmentation de la consommation de fruits et légumes vienne prévenir, seule, l'obésité (80). Ainsi, il serait intéressant de retrouver des études portant sur les habitudes alimentaires ayant une influence sur la balance énergétique et la prise de poids. Cette étude appelle également à combler les lacunes de recherche méritant d'être approfondies (80). D'abord, les preuves au sujet de l'effet des interventions sur la composition mériteraient d'être mieux documentées. Afin d'augmenter la comparabilité entre deux études, il serait important d'atteindre un consensus sur les outils

d'évaluation de la diète des enfants et adolescents (questionnaires, entrevues) à utiliser pour évaluer la diète des enfants et adolescents. Les études devraient également se pencher sur ce que les enfants mangent hors de l'école afin de mesurer les comportements de compensations possibles hors de l'environnement alimentaire scolaire (80). Il manque également des données sur des groupes particuliers, tel que les adolescents âgés de 16-18 ans. Également, peu d'interventions visent les jeunes de milieu socio-économique plus faible et provenant de minorité ethnique. Le suivi des études est également à optimiser. En effet, les études sélectionnées étaient d'une courte durée et le suivi était fait rapidement après l'intervention alors qu'un suivi plusieurs mois après l'intervention est recommandé pour s'assurer du maintien du changement de comportement. Afin d'obtenir des résultats sur l'effet des interventions sur les comportements et l'obésité, il serait important de considérer l'exécution d'intervention ayant des suivis à plus long terme (80). Finalement, parmi les études retenues, seulement une seule étude rapportait des données sur l'efficacité économique des interventions. Bien que cet aspect n'ait pas été mesuré dans les autres études, la mesure de l'efficacité économique est une donnée importante à avoir afin de conseiller les créateurs de politique afin de mesurer l'effet économique d'une nouvelle politique et les bénéfices à long terme de celle-ci (80).

La revue systématique de Van Cauwenberghe et coll permet de prendre connaissance des preuves de faible qualité quant à l'effet des interventions visant la modification les comportements alimentaires et sur les données anthropométriques et d'indiquer au chercheur quelles pistes pourraient être intéressantes à investiguer. Parmi les pistes intéressantes à investiguer, il y a les interventions éducationnelles en nutrition avec ou sans changement d'environnement, l'inclusion des parents, la prise en compte de l'efficacité économique des interventions, les corrections des lacunes au niveau des outils de mesures disponibles et de la durée des interventions et des suivis (80).

En 2016, une revue systématique menée par Racey et coll porte sur l'impact de l'intensité des interventions en nutrition en milieu scolaire sur les apports alimentaires des jeunes de 9 à 18 ans (81). Elle a évalué 105 interventions sur les points suivants : la durée de l'intervention, la fréquence de contact avec le jeune, le type de contact (groupe ou personnalisé) et la portée de l'intervention (école, maison, communauté). Les études retenues dans la revue systématique portent sur divers types d'interventions ayant pour but soit l'amélioration de la qualité

générale de l'alimentation, l'augmentation de l'apport en fruits et légumes ou l'influence de l'apport pour un nutriment ou pour un aliment.

Les interventions abordant la saine alimentation de manière générale ou portant seulement sur les fruits et/ou légumes auraient un effet positif sur les habitudes alimentaires (81). Il a été remarqué qu'une intervention dirigée vers les fruits et légumes, plutôt que vers la saine alimentation, ne produit pas de meilleurs résultats. Les interventions les plus efficaces sont d'une durée variant de 6 semaines à 5 mois (81). Toutefois, les interventions plus longues permettent de rejoindre plus de milieux, tels que la communauté et le milieu familial. Les interventions comportant des rencontres mensuelles avec les jeunes et visant les classes entières à l'école sont aussi parmi les plus efficaces (81). Toutefois, la participation des parents n'a pas eu d'effet sur les résultats des interventions (81). Ce résultat s'explique possiblement en raison d'attentes qui ne sont pas clairement définies ou du manque de participation de la part des parents dans les activités. Racey et coll recommandent d'inclure les parents dans les interventions en milieu scolaire, mais de façon active (81).

Enfin, quelques études ont ciblé les élèves au niveau du groupe et au niveau individuel. Celles-ci ont été moins efficaces que celles qui ciblaient l'intervention au niveau de l'environnement alimentaire et/ou du groupe. Par contre, il faut faire preuve de prudence lors de l'interprétation de ces résultats puisque peu d'études ciblent les jeunes seulement au niveau du groupe ou au niveau individuel. Également, plusieurs des études sélectionnées avaient un effet sur l'offre alimentaire scolaire augmentant ainsi les chances de voir un effet immédiatement en post intervention. L'absence de suivi suite à la modification de l'environnement est problématique puisqu'il n'est pas possible d'évaluer l'effet de l'intervention à long terme (81).

En général, les interventions qui visent les préadolescents et les adolescents dans le milieu scolaire et qui visent l'amélioration de la qualité des habitudes alimentaires fonctionnent bien. Toutefois, cette revue systématique souligne le court effet de ces interventions dans le temps ainsi que le manque de suivi des retombées des interventions (81).

2.3.3.1.2 Modification de l'offre dans les environnements alimentaires scolaires

À un niveau plus macro, les politiques alimentaires scolaires sont des facteurs environnementaux ayant une influence sur l'alimentation des jeunes. La littérature sur l'effet

des changements dans l'offre alimentaire de l'environnement scolaire dans le but d'améliorer les habitudes alimentaires des jeunes sera abordée ci-bas.

Une revue systématique publiée en 2014 porte spécifiquement sur l'évaluation des modifications de l'offre alimentaire menée sans autres interventions (8). Elle inclut des études américaines et anglaises portant sur les changements dans l'environnement alimentaire scolaire (niveau primaire ou secondaire) avec ou sans politiques alimentaires. Parmi les études sélectionnées pour cette revue, celles présentant des résultats portant sur l'IMC et les comportements alimentaires tels que les achats et les apports alimentaires furent retenues.

Pour 17 des 18 études revues, les études rapportent des résultats démontrant la pertinence de l'amélioration de la qualité de l'offre dans l'environnement alimentaire scolaire sur les comportements alimentaires (achat et consommation) et sur la diminution de l'IMC des jeunes (8). Notons que les constats en lien avec l'IMC sont peu robustes compte tenu de l'absence de groupe contrôle dans les études. Néanmoins, les auteurs concluent que la modification de l'offre de l'environnement alimentaire des écoles aurait le potentiel de contribuer à prévenir l'obésité chez les enfants.

Ils affirment aussi que ces résultats sont prometteurs puisque des modifications à l'environnement sans ajout d'intervention éducationnelle sont des interventions relativement simples à mettre en pratique. Rappelons cependant que les études dans cette revue sont basées sur des données américaines, toutefois, la situation pourrait être différente au Canada étant donné la différence dans le fonctionnement des politiques et des règles de financement des milieux.

Cette revue systématique identifie également quels types de politiques ou d'intervention ont eu de meilleurs résultats. Les interventions étaient par exemple une modification de la disponibilité d'aliments et de boissons dans les points offrant des aliments, une modification de l'offre dans les machines distributrices, l'ajout d'un point de vente de fruits. Les interventions portant sur une seule dimension de l'offre alimentaire scolaire seraient moins prometteuses qu'une intervention portant sur la totalité de cette offre (8). À titre d'exemple, si une politique alimentaire porte seulement sur l'offre alimentaire des machines distributrices, les élèves peuvent déplacer leurs comportements alimentaires moins sains vers les autres points de distributions situés dans l'enceinte de l'école plutôt que de changer leurs habitudes alimentaires. Ainsi, si l'offre alimentaire scolaire est globalement modifiée, il n'est pas

possible pour les élèves de déplacer ainsi son comportement vers une offre alternative moins saine et des changements dans les choix alimentaires s'observent (8). Donc, il est recommandé que les interventions et politiques sur l'environnement alimentaire scolaire s'assurent de prendre en considération le comportement vers une autre source d'aliments moins sains afin de viser non seulement un changement de comportement alimentaire, mais un changement vers des choix plus sains (8). Les auteurs soulignent d'ailleurs l'importance d'examiner les sources potentielles d'accessibilité alimentaire à proximité des écoles lors d'études modifiant l'offre alimentaire scolaire (8).

Peu d'études portent sur les impacts économiques des changements de l'offre alimentaire sur le financement des écoles (8). Toutefois, certaines rapportent que les dépenses de l'école par élève augmentent lors de la modification de l'offre alimentaire. Il est aussi possible qu'il y ait des pertes de revenus associées au retrait d'aliments ne respectant pas les politiques alimentaires (8). Plus d'études sont nécessaires afin d'évaluer l'impact des changements de l'offre alimentaire scolaire sur les budgets des services alimentaires scolaires, ceux-ci devant certainement identifier de nouvelles sources de revenus autres que les aliments de faible valeur nutritive (8).

À l'égard des politiques, au Québec, la politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif reconnaît l'importance de la modification des facteurs environnementaux, tel l'environnement scolaire dans l'adoption de saines habitudes de vie chez les jeunes (2). Cette importance est renforcée par la Vision de la saine alimentation qui stipule que les milieux à mission éducative, telle que le milieu scolaire, sont des exemples pour les individus. Ainsi, l'offre alimentaire à l'école devrait être principalement composée d'aliments ayant une valeur nutritive élevée formant la base d'une saine alimentation. Celle-ci est constituée d'aliments de haute valeur nutritive et présentant des attributs culturels, affectifs ou gastronomiques pour le consommateur (82). Le milieu scolaire doit s'assurer que l'heure du repas et les collations sont prises dans des conditions favorisant la saine alimentation et le plaisir de manger (82). Il est pertinent d'y retrouver un lieu qui est associé à l'heure du repas et une atmosphère agréable, une offre alimentaire présentant des qualités organoleptiques attrayantes, diversifiées, répondant aux besoins nutritionnels des jeunes ainsi qu'à leurs préférences et à leurs goûts (82).

Au Québec, il n'y a actuellement aucun cursus pédagogique officiel portant sur la saine alimentation dans le système scolaire public. Toutefois, il est possible de remarquer l'émergence de programmes sur les saines habitudes de vie offerts par des activités parascolaires ou par les différents milieux de vie que les jeunes fréquentent, soit les services de garde, et les établissements municipaux. Les résultats de ces programmes sont peu documentés. Pour augmenter l'impact de ces programmes, il faudrait s'assurer d'inclure les membres de la communauté, ainsi que les parents et les familles dans ces programmes (83-85). Plusieurs auteurs suggèrent d'intégrer au cursus pédagogique des écoles des activités sur les saines habitudes de vie (57, 84-86).

2.3.3.1.3 Aménagement physique des écoles

En ce qui a trait à l'aménagement physique des écoles, celles-ci n'ont pas été construites dans l'optique de desservir un grand nombre d'élèves sur l'heure du dîner et elles présentent quelques lacunes spatiales notamment dans les écoles primaires (5, 24, 31, 87). Parmi celles-ci, il y a la rareté de locaux dédiés à l'heure du repas. Certaines écoles doivent faire une rotation rapide des classes d'élèves qui mangent dans le même local de repas ou déplacer des groupes d'élèves dans des locaux municipaux ou communautaires situés hors de l'école (5, 24). Une étude de Québec en Forme indique que 43% des jeunes du troisième cycle (5^e et 6^e année) du primaire et du secondaire n'ont pas assez de temps pour dîner (25). C'est le cas aussi dans les écoles primaires sherbrookoises (24).

Les grandes cafétérias scolaires quelques fois froides et bruyantes ne sont pas adaptées pour les jeunes (4). Certains jeunes du troisième cycle du primaire ne considèrent pas l'endroit où ils mangent comme étant agréable (44,8%) ou trouvent cet endroit bruyant (44%) (25). Il est alors difficile d'y manger avec plaisir et dans la convivialité. Certains recommandent de créer des espaces plus fragmentés et plus intimes pour s'assurer que les jeunes aient accès à des lieux qui répondent à leurs besoins en leur permettant de socialiser sur l'heure du dîner (4).

Un projet de maîtrise effectué auprès de 18 mères québécoises portant sur les comportements alimentaires de jeunes utilisateurs de boîte à lunch a fait ressortir l'insatisfaction de ces mères quant au lieu et l'espace utilisé lors de la consommation du repas apporté de la maison (31). L'ambiance lors de la prise des repas est aussi critiquée par certaines de ces mères. Bien que

certaines écoles aient des mesures pour favoriser la convivialité à l'heure des repas, il semblerait qu'elle soit mise de côté lorsque la gestion d'autres défis devient trop lourde (87).

Au niveau de la durée du repas, il est recommandé que celle-ci soit de 20 minutes minimum excluant les déplacements et la remise en température des plats (87). La même étude menée auprès des 18 mères québécoises précise que certaines d'entre elles notent que cette durée est trop courte pour leur enfant (31). Elles notent aussi que leur enfant possède un rythme de consommation alimentaire qui lui est propre. Même s'il y a un horaire fixe pour la prise alimentaire, le temps réservé à la consommation du repas par l'enfant peut être réduit lorsqu'il y a des activités sur l'heure du midi, lors de l'attente de son repas servi par le service traiteur et lorsque l'enfant apporte un repas à réchauffer, car les files sont longues pour réchauffer les mets au four micro-onde (31).

D'après l'enquête effectuée auprès de jeunes Sherbrookoises, environ la moitié des participants ont indiqué avoir apporté leur boîte à lunch tous les jours, alors que 33% jeunes du primaire à 38% jeunes du secondaire auraient utilisé la boîte à lunch et la cafétéria scolaire. Peu de jeunes du primaire et du secondaire ont mangé exclusivement des repas offerts par la cafétéria de l'école, soit 5% (24).

Notons qu'à l'égard de l'environnement physique de l'école, mis à part les données de Blais Bélanger (50), aucune autre étude ne s'est attardée à la complexité de l'interaction de l'environnement physique et social d'un service alimentaire avec les jeunes y consommant leurs repas. En marketing des services, le cadre conceptuel du « servicescape » permet de mieux comprendre la nature de cette interaction (97), c'est-à-dire, les éléments qui influencent favorablement ou non le consommateur, pour ensuite orienter la prestation du service selon les attentes de la clientèle.

À titre d'exemple, lorsqu'un jeune se présente dans un service alimentaire, il entre en contact avec les dimensions environnementales de ce service. Parmi celles-ci se retrouvent les conditions environnantes (température, bruit et musique), l'aspect physique de la cafétéria (organisation spatiale de la ligne de service et de la salle à manger, choix des équipements et du mobilier) et les signes et symboles du service (signalisation, décor, effets personnels) (88). Le consommateur en contact avec ces dimensions en percevra une partie. Ce qui sera perçu viendra influencer le comportement de celui-ci à l'égard de sa fréquentation actuelle et future du service alimentaire (88). Puis, les consommateurs entrent en contact avec les employés et

les autres jeunes consommateurs, utilisateurs du service. Ce contact peut être positif, neutre ou négatif. L'environnement physique perçu joint à la qualité de l'interaction sociale au sein du service viendra influencer le consommateur dans son comportement. Au final, sa réponse interne pourra être associée au désir de s'approcher des lieux du service, d'y passer plus de temps, d'y revenir régulièrement et d'y consommer des aliments. À l'inverse, une réponse négative pourra générer un comportement d'évitement ou le désir d'y passer le moins de temps possible.

2.3.3.2 Environnement à proximité des écoles

Finalement, mise à part l'offre à domicile et à l'école, l'environnement alimentaire associé à l'offre alimentaire de dépanneurs, de restaurants-minute et d'épiceries influence aussi les comportements alimentaires des jeunes (42, 89, 90). Si les jeunes ont physiquement accès à ces commerces, il aura plus de chance de consommer les aliments qu'ils offrent. Leur présence à proximité des écoles publiques vient assurément influencer l'alimentation des jeunes fréquentant ces écoles. Une revue systématique porte sur l'association entre l'environnement alimentaire des secteurs environnant les écoles et les apports alimentaires, le poids et les achats alimentaires chez les jeunes de niveau scolaire (91). Elle inclut 30 articles et 29 études qui ont été menées dans des pays industrialisés. Les participants étaient âgés de 5 à 18 ans. Cette revue indique que près du deux tiers des associations identifiées sont des associations positives entre le poids et l'exposition aux commerces d'alimentation et que près du tiers de ces associations sont significatives. La haute densité de commerces d'alimentation est positivement corrélée à l'achat d'aliments dans la dernière semaine par les élèves. Près de la moitié, des études rapportent des associations positives entre la consommation d'aliments riches en lipides, sucre et sel et la consommation d'aliments provenant de ces commerces d'alimentation. Également, près de la moitié des études rapportent des associations positives entre la consommation de fruits et légumes et l'exposition à des commerces d'alimentation (91). Notons par ailleurs que plusieurs de ces associations rapportées n'étaient pas statistiquement significatives.

Ainsi, cette revue systématique conclut n'avoir trouvé que très peu de preuves scientifiques dans la littérature sur l'effet de l'environnement alimentaire entourant les écoles sur les modèles de consommation et également peu d'effet sur les achats. Toutefois, quelques effets

sur le poids sont rapportés. Les études étaient observationnelles et les résultats présentés doivent être utilisés avec prudence. La preuve scientifique n'est pas suffisante à l'égard du lien entre l'exposition à des commerces alimentaires et son effet sur le poids, les achats et les apports alimentaires en aliments riches en gras, sucre et sel et en fruits et légumes (91). Pour améliorer la qualité des recherches, des études longitudinales ayant des outils de mesures plus précis seraient de mise. D'ailleurs, plusieurs questions sont soulevées au sujet de la précision et de l'exhaustivité des données associées à la méthode d'évaluation de la densité des commerces d'alimentation ainsi qu'aux types de commerces et considérés d'autres aspects comme le moyen de transport des enfants pour se rendre à l'école. (91).

Il demeure qu'au Québec, en 2014, 59% d'écoles se situent à 750 mètres et moins d'un établissement de restauration rapide et 64% sont situées à cette même distance d'un dépanneur. Le nombre de ces établissements a augmenté depuis 2009 (92, 93). De plus, les écoles québécoises desservant des élèves de milieux économiquement défavorisés situées en milieu rural et urbain ont significativement plus de chances de retrouver un restaurant-minute à moins de 15 minutes de marche (93). Dans les milieux urbains, il y a également significativement plus de chance d'en trouver un à moins 10 minutes de marche autour des écoles d'élèves défavorisés économiquement (93). Les écoles secondaires québécoises sont d'ailleurs souvent à distance de marche d'un restaurant-minute (93). Au Québec, diverses initiatives sont tentées afin de mieux légiférer sur l'environnement alimentaire à proximité des écoles. Ainsi, la ville de Rosemère a été la première à adopter un règlement municipal interdisant les établissements de restaurations rapides à moins de 500 m des écoles à l'automne 2012 (94). L'arrondissement Côte-des-Neiges–Notre-Dame-de-Grâce (CDN-NDG) à Montréal a également adopté un règlement limitant l'implantation d'établissement de restauration rapide (95, 96). Toutefois, Restaurants Canada, une association représentant les commerces de restauration, a récemment contesté ce règlement (132).

2.3.4 Facteurs sociétaux

Les facteurs sociétaux, tels que définis dans le macrosystème du modèle théorique de Story et coll (2002), incluent l'industrie alimentaire, la commercialisation, les publicités, et le marketing alimentaire et les normes sociales et les politiques publiques.

2.3.4.1 Publicité alimentaire

Les manufacturiers et l'industrie du marketing incluent les enfants et les jeunes dans leurs cibles. Cependant, les aliments qui font l'objet de publicités ne sont pas toujours sains (97). Les jeunes seraient fortement influencés par les différentes formes de médias ce qui aurait un effet sur leurs préférences, leurs demandes et leurs achats alimentaires des jeunes ainsi que leurs connaissances et leurs attitudes face à certains aliments ou boissons (23, 98, 99).

À l'international, le Canada se situe en haut de la liste des pays ayant le plus haut taux de publicités télévisées sur des aliments et boissons à faible valeur nutritive (99). Au Québec, depuis 1980, la « loi sur la protection du consommateur » légifère les publicités télévisées ciblant les enfants de moins de 13 ans lors de certaines heures de la journée (98, 99). Ainsi, les jeunes Québécois de 13 ans et moins sont mieux protégés de la publicité alimentaire les visant que les jeunes vivant hors du Québec (98).

Certaines initiatives d'autoréglementation de l'industrie ont été tentées. Par exemple, suite à l'« Initiative Canadienne pour la publicité sur les aliments et les boissons destinée aux enfants » des chercheurs ont remarqué une diminution (4,5%) des annonces au sujet de la nourriture et des boissons sur des chaînes spécialisées pour les enfants. Ils ont également remarqué une modification dans le type d'aliments sur lesquels les publicités portaient. Ainsi, les publicités de boissons gazeuses, de jus, de chocolat et céréales ont diminué, alors que celles portant sur le fromage, les collations et les biscuits ont augmenté. Toutefois ces résultats se limitent aux chaînes spécialisées pour les enfants. Lorsque toutes les chaînes sont considérées, l'exposition moyenne des enfants à des publicités alimentaires reste inchangée (100).

Récemment, l'OMS s'est penchée sur le niveau d'exposition des jeunes au marketing d'aliments riches en gras saturés, en sucre et sel dans les médias numériques et sur l'effet de cette exposition. Il conclut que des mesures politiques doivent être prises immédiatement afin de limiter la croissance de l'obésité. L'OMS recommande d'étendre les règlements existants à tous les médias numériques, de contraindre les diffuseurs de cesser la diffusion de contenus promouvant des aliments de faible qualité nutritive et d'émettre des sanctions lors de refus des entreprises afin de s'assurer que celles-ci se conforment aux nouvelles normes (101, 102).

2.3.4.2 Normes sociales

Les normes sociales au sujet de l'alimentation sont formées de la culture, des valeurs, des médias, des normes techniques émises par la santé publique ainsi que de l'environnement alimentaire (46, 103, 104). À l'adolescence, certains jeunes vivaient selon une norme sociale alimentaire basée sur les modèles de surconsommation (105).

Les normes sociales concernent l'alimentation, mais aussi l'apparence physique. Ainsi, les normes sociales sont fortement façonnées par la présentation dans les médias de modèles de beauté irréalistes. L'adolescence est associée à des changements physiologiques qui rendent les jeunes sensibles au regard extérieur. À cela s'ajoutent les pressions sociales sur l'apparence physique. L'adolescence est un processus marqué par l'expérience personnelle du corps et par les pressions extérieures quant à l'apparence corporelle. Les filles sont particulièrement touchées par les modèles de beauté irréalistes (23). Des initiatives régissant les modèles de beauté dans les médias sont importantes, car ces derniers sont liés aux problèmes d'image corporelle et augmentent l'usage de régimes amaigrissants (57). À titre d'exemple, en 2010, la *Charte québécoise pour une image saine et diversifiée* est entrée en fonction (106). Celle-ci avait pour objectif la mise en valeur d'une « image corporelle saine et diversifiée », d'encourager la participation active des divers milieux associés à l'image corporelle (e.g., le milieu de la mode, de la publicité) tout en mobilisant la société autour de la question de l'image corporelle ainsi que des problèmes associés à la préoccupation excessive face au poids, ainsi qu'à l'anorexie nerveuse et la boulimie (106).

2.3.4.3 Politiques publiques

Au Canada, il existe une variété de politiques publiques visant à promouvoir la saine alimentation. Ainsi, des politiques visant l'environnement, l'agriculture, l'économie peuvent être créées à l'échelle du pays (46).

Au Québec, dès 1977, il est possible de retrouver une politique visant l'acquisition de saines habitudes de vie par le biais d'une saine alimentation intitulée la *Politique Québécoise en Matière de Nutrition* (PQMN). Au fil des années, la communauté scientifique québécoise reconnaît la nécessité de modifier les environnements pour assurer une adhésion à de saines habitudes de vie (107). Plus récemment, un rapport publié en 2012, intitulé « L'amélioration des saines habitudes de vie chez les jeunes » (107) intègre parmi ses 62 recommandations la

nécessité d'élaborer une « Politique Québécoise en alimentation pour l'ensemble des services alimentaires et points de vente de responsabilité publique (107).

En 2012, le Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids, 2006-2012 a été adopté (107). Ce plan avait pour but de promouvoir des environnements qui encouragent les saines habitudes de vie soit une saine alimentation et un mode de vie actif. Les environnements alimentaires devaient alors être modifiés sur le plan de la production, de la transformation et de la distribution alimentaire. Parmi les milieux particuliers où des changements pouvaient être apportés, il est possible d'y retrouver les établissements scolaires. Ainsi, il était reconnu qu'une politique alimentaire dans les établissements scolaires pouvait promouvoir l'établissement de programmes de nutrition (57). Au niveau provincial et local, cette politique devait permettre de soutenir l'installation d'un environnement de vie sain en milieu scolaire (17). Notons, toutefois, que l'environnement autour des écoles n'était pas visé par ce plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids.

En 2007, la Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif avait alors été adoptée par trois ministères soit le Ministère de l'Éducation du Loisir et du Sport (MELS), maintenant nommé le Ministère de l'Éducation et des études supérieures, le Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) (2). Celle-ci est une politique publique qui devait ensuite être adoptée au niveau des commissions scolaires publiques et privées.

Le volet alimentation de la Politique-cadre a pour objectif de s'assurer que (2) :

« L'offre alimentaire sous la responsabilité des milieux scolaires favorise l'adoption de saines habitudes alimentaires » ;

« Les initiatives d'éducation, de communication et de promotion favorisent l'acquisition de saines habitudes de vie à long terme »

Le thème de l'environnement scolaire contient également trois orientations portant sur l'alimentation soit :

« Offrir une alimentation variée et privilégier les aliments de bonne valeur nutritive »

« Éliminer les aliments de faible valeur nutritive de l'offre alimentaire »

« Offrir des lieux adéquats et des conditions favorables lors des repas »

La politique-cadre a ainsi pour but d'offrir un environnement alimentaire scolaire sain à l'école, plus favorable à la santé et moins obésogène. Celle-ci promeut aussi la santé dans la communauté (2, 44). Bien entendu, la responsabilité du milieu familial reste tout de même importante dans l'établissement de saines habitudes de vie (2). Toutefois, la politique alimentaire en milieu scolaire vise à assurer une offre d'aliments sains lorsque les jeunes se retrouvent à l'école.

3. Problématique et objectifs de la recherche

Il est maintenant connu que les jeunes Québécois ont des apports insuffisants pour plusieurs groupes alimentaires, tels que les fruits et légumes, les produits laitiers et les produits céréaliers à grains entiers. Ceux-ci consomment aussi des produits à haute densité énergétique à une fréquence qui pourrait être diminuée (20, 24, 25, 108, 109). La proportion de jeunes Québécois présentant un surplus de poids ne cesse d'augmenter. Ce surplus de poids pouvant amener diverses complications de santé, la prévention est de mise grâce à l'adoption un mode de vie sain (14, 16, 17, 19, 25, 110-112). Parmi les facteurs déterminants les habitudes de vie des jeunes, la famille est le premier milieu de vie et influencent ses goûts, ses perceptions et ses attitudes (113). Cette influence diminue graduellement avec l'âge. Les pairs et l'école prendront alors de plus en plus de place dans l'environnement social des jeunes (113). L'environnement alimentaire scolaire et l'environnement alimentaire autour des écoles influenceront également les comportements alimentaires. L'environnement alimentaire scolaire est influencé par la direction scolaire, la commission scolaire ainsi que par les attentes du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (2, 8, 107). L'environnement alimentaire autour des écoles est formé d'établissements commerciaux et des communautés. Il est sous la juridiction des instances municipales et il est également influencé par la communauté (8, 21, 42, 89, 90, 91, 93, 95). Plusieurs études se sont attardées aux associations possibles entre les commerces avoisinant les écoles et les apports alimentaires des jeunes et les recherches doivent être maintenues pour en arriver à des associations plus concluantes (91).

En raison de ces problématiques de santé publique et de la place que prend l'école dans l'environnement social des jeunes, en 2007, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) a publié la politique alimentaire intitulée « *Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif : Pour un virage santé à l'école* » (9). Elle avait pour but la promotion les saines habitudes de vie et la prévention des problèmes liés au poids. En 2011, la Commission scolaire de Montréal (CSDM) a intégré la politique alimentaire (9) sous le couvert de l'adoption de son plan d'action « Réussir : être et agir ».

Par ailleurs, nous avons des données sur les apports alimentaires des jeunes, sur l'efficacité des interventions à l'école lesquelles rapportent des changements de comportements et même sur les changements d'IMC, mais qu'en est-il des attentes des jeunes et de ce qui les motive vraiment à utiliser les services alimentaires, bonifiés ou non d'interventions alimentaires ou encadrées ou non de politiques? La problématique aborde ici la perspective de l'utilisateur, de ses attentes et de ses motivations dans un contexte d'expérience de service, à laquelle la CSDM a souhaité s'attarder.

Ainsi, en 2014, au terme de la résolution 20 sur l'adoption d'une politique de saine alimentation au sein de la CSDM (114), les commissaires ont formé un comité de travail dont le mandat était d'analyser la situation de l'offre alimentaire à la CSDM et de proposer des recommandations au conseil des commissaires. Le comité de travail était constitué de deux commissaires, du directeur de la CSDM, de la directrice adjointe des services généraux, de la direction des écoles primaires et secondaires ainsi que d'un parent (50). Pour répondre à leur mandat, le comité de travail a commandé une étude dont l'objectif principal était de documenter les attentes et les motivations des élèves de la CSDM et de leurs parents à l'égard des services alimentaires. Cette vaste étude a donné lieu à plusieurs travaux de maîtrise (50, 115).

Pour le volet de l'étude abordant les parents d'élèves fréquentant les écoles de la CSDM, les objectifs étaient de :

- mesurer leurs perceptions de la qualité des produits et des services offerts dans les services alimentaires de la CSDM
- identifier leurs attentes à l'égard de l'alimentation de leur jeune à l'école
- identifier les motivations à l'égard des services à mettre en place pour assurer l'utilisation des services alimentaires à l'école par leur jeune.

Le projet de maîtrise de Bertrand (115) a traité les données quantitatives issues de ce projet et spécifiques aux parents. Les données qualitatives colligées auprès des parents sont en cours d'analyse.

Pour le volet de l'étude abordant les enfants, une collecte de données fut menée auprès des élèves du troisième cycle du primaire et des élèves du secondaire. Les objectifs étaient de mesurer :

- leur satisfaction à l'égard de la qualité des produits et des services offerts; d'étudier la complexité de leurs motivations alimentaires
- leurs attentes justifiant la mise en place de moyens pour promouvoir les services
- leur niveau d'implication à l'égard de la saine alimentation.

Le mémoire de maîtrise de Blais Bélanger (50) a traité les données quantitatives issues de ce projet et spécifiques aux enfants.

Les données qualitatives colligées auprès des enfants composent le corpus de données associé à ce présent mémoire dont les objectifs spécifiques sont d'analyser :

- les attentes des jeunes du secondaire de la CSDM à l'égard de l'offre alimentaire de leur service alimentaire actuel
- les attentes des jeunes du 3^e cycle du primaire (5^e et 6^e année) de la CSDM à l'égard des services alimentaires qu'ils fréquenteront éventuellement au secondaire
- les motivations de fréquentation du service alimentaire par les élèves du secondaire de la CSDM.

4. Méthodologie

4.1 Devis

Tel que déjà précisé, les données qualitatives de ce mémoire sont associées à un sondage de qualité et satisfaction fournissant des données transversales colligées auprès des élèves montréalais du 3^e cycle du primaire et des élèves du secondaire inscrits à la commission scolaire de Montréal (CSDM).

4.1.1 Échantillonnage

Étant donné que le volet de l'étude sur les élèves s'adresse à des jeunes du 3^e cycle du primaire et à des élèves du secondaire, deux échantillons distincts ont été créés (50), l'un formé des jeunes du 3^e cycle du primaire et l'autre des élèves du secondaire.

La sélection des établissements scolaires a été faite à partir de plusieurs critères :

- L'indice de défavorisation des écoles pour l'année 2013-2014 tel que défini par le Comité de gestion de la taxe scolaire de Montréal (CGTSIM) en date du 14 novembre 2013. Cet indice est basé sur le revenu du ménage, la monoparentalité féminine, la scolarité des mères et l'inactivité en emplois des parents. Des écoles secondaires visées par des mesures de soutien alimentaire ont été incluses dans l'étude.
- La variabilité du secteur géographique.
- La présence d'un service de cafétéria/traiteur (pour les écoles primaires) : Une attention particulière a été portée afin de s'assurer que différents types de fournisseurs de service soient représentés. Certaines écoles non desservies par un service de cafétéria furent exclues de l'étude.

Sur un total de 153 écoles primaires, 65 écoles primaires ont été sélectionnées et sur un total de 40 établissements secondaires, 27 ont été sélectionnées. Le nombre de classes différentes pour chacune des années académiques a été décidé par la CSDM et les directions d'écoles en ont été avisées. Les directions de chaque école ont choisi les classes de manière aléatoire avec leurs enseignants.

4.1.2 Questionnaires

Comme rapporté dans le mémoire de Blais-Bélanger (50), deux questionnaires distincts ont été élaborés dans le but de faciliter la compréhension des jeunes, un questionnaire pour les élèves du primaire et un questionnaire pour les élèves du secondaire. Les questionnaires sont en français et prennent moins de dix minutes à compléter. Aucune mesure incitative n'a été offerte pour l'étude (50). La rédaction des versions préliminaires des questionnaires a été menée avec la contribution de la CSDM, de la professeure Marie Marquis, Ph. D. ainsi que de Mme Janie Blais-Bélanger, Dt.P., M.Sc. Elles furent discutées avec le comité sur l'offre alimentaire de la CSDM et les commentaires furent intégrés à la version utilisée pour le prétest.

4.1.3 Prétest

Les deux questionnaires ont été pré-testés auprès de leur population cible respective en version électronique sur Fluid Survey (version Ultra, Fluidware, Ottawa, Ontario). La version s'adressant aux élèves du primaire a été testée auprès de 40 étudiants de l'école Enfants-du-Monde (50). Les élèves membres du conseil de l'école Père-Marquette ont testé la version pour les étudiants du secondaire. Lors des pré-tests, un à deux membres de la CSDM et Mme Janie Blais-Bélanger étaient présents. Suite à ces versions préliminaires, les commentaires émis par les participants ont permis de modifier les questionnaires de façon à atteindre leur forme finale. Le Conseil des commissaires de la CSDM a approuvé la dernière version du questionnaire (50).

4.2 Collecte de données

Toutes les directions d'écoles primaires et d'écoles secondaires participantes ont reçu de l'information quant à l'étude en cours. Ces dernières ont ensuite communiqué avec les enseignants des classes sélectionnées afin de les inviter à faire participer leur classe à ce sondage. Le sondage était accessible sur le Portail éducatif. Ainsi, durant les heures de classe et sous la supervision de leur enseignant, les élèves du primaire et du secondaire ont rempli le sondage électronique. Aucun consentement éthique ne fut requis puisque le projet actuel initié par le conseil des commissaires s'insérait dans la catégorie d'études consacrées à l'assurance

de la qualité et l'amélioration de la qualité. Il était convenu que si l'élève remplissait le sondage électronique, il consentait à répondre à celui-ci.

4.3 Modèles étudiés pour le développement de la grille de codification

La possibilité de mener une analyse quantitative sur les données codées s'est aussi imposée. Ainsi, notre approche en est une d'analyse inductive combinée à une analyse sommative. Avec SPSS (version 21.0, SPSS inc., Chicago, Illinois), des tableaux de fréquences furent produits sur les réponses codifiées. La démarche de codification est exposée ci-bas.

Pour créer une grille de codification pertinente, divers modèles ont été étudiés. Les points forts et points faibles et ce qui a été retenu de chacun de ces modèles sont détaillés ci-dessous.

4.3.1 Modèles pertinents pour analyser les attentes des jeunes quant à l'offre alimentaire dans leur service alimentaire

Les modèles de classification de l'alimentation envisagés pour l'analyse des données sont les suivants : le guide alimentaire canadien (GAC) (116), le modèle de la classification NOVA (2014) (36), un modèle représentant l'organisation d'une cafétéria commerciale (117) et l'échelle de mesure des motivations alimentaires de Renner et al (96).

4.3.1.1 GAC (116)

Composé de quatre groupes alimentaires, les fruits et légumes, les produits céréaliers, les produits laitiers et les viandes et substituts (116), le guide alimentaire présente le nombre de portions de chaque groupe alimentaire qu'un individu devrait consommer selon son âge et son sexe (116). Dans le contexte du corpus de données actuelles, une classification adéquate des réponses est ardue puisque les réponses représentent fréquemment des aliments composés. En ayant peu de détails sur la composition du plat, il devient difficile de classer les réponses adéquatement sans les interpréter. Le GAC ne peut être utilisé seul comme grille d'analyse. Cependant, le concept de groupe alimentaire sera utilisé, tout en adjoignant d'autres concepts à la grille.

4.3.1.2 Modèle de classification NOVA (2014) : Alimentation transformée et ultra-transformée (36)

Le modèle de classification NOVA (2014) classifie les aliments en fonction de leur nature et leur degré de transformation industrielle (36). Cependant, les réponses du corpus de données sont peu détaillées, rendant difficile la classification adéquate de certaines d'entre elles. Par exemple, si un répondant indique « viande », veut-il dire « bœuf » ou « saucisses » ? Aussi, ce modèle ne permet pas de classer certains types de mets identifiés tels que les repas froids, les mets de table chaude, la restauration rapide et la cuisine ethnique.

4.3.1.3 Organisation d'une cafétéria commerciale

Il a été possible d'observer au cours du Baccalauréat en nutrition et lors de stages de gestion en service alimentaire de ce baccalauréat une segmentation des produits alimentaires afin d'en faciliter la gestion et de mieux les catégoriser en termes de ventes. Parmi les catégories fréquemment retrouvées dans l'organisation de services alimentaires se retrouvent les mets froids (prêts à emporter/bar à salades), la section restauration rapide, les mets en table chaude, les boissons embouteillées (eau, jus, boissons énergétiques), le café, les pâtisseries/desserts, les collations salées (croustilles/noix). L'avantage de ce modèle est qu'il est adapté à la gestion habituelle des services alimentaires, dont celle de la CSDM. Il permet une meilleure vulgarisation des attentes des élèves et rejoint certaines des catégories énoncées en lien avec le niveau de transformation des mets (117).

4.3.2 Modèles pertinents pour l'analyse des motivations des jeunes à manger à la cafétéria

Pour la question portant sur les motivations des jeunes à manger à la cafétéria, le premier modèle exploré fut celui lié à l'expérience de service « servicescape » de Bitner (1992) présenté dans la recension des écrits (88). Ce modèle aborde l'impact des éléments physiques de l'environnement sur les consommateurs (les jeunes) et les employés. Le service alimentaire d'une école correspond à un « service interpersonnel » où les élèves et les employés interagissent. Ce milieu est « élaboré » (88) et complexe, car l'environnement d'un service alimentaire scolaire est influencé par plusieurs facteurs physiques. Le cadre de référence associé s'intitule « *Framework for Understanding Environment-User relationships in Service*

Organizations ». Une traduction libre de ce cadre serait « Cadre de travail pour la compréhension de la relation environnement-utilisateur dans les organisations de service ». Dans la grille d'analyse préliminaire de la question portant sur les motivations des jeunes à fréquenter les services alimentaires, il est possible de retrouver les dimensions environnementales de ce cadre, ainsi que les interactions sociales entre les employés et les jeunes.

Comme autre modèle, Renner et coll (2012) (51) ont mis au point une échelle de mesure sur les motivations alimentaires. Il s'agit d'un questionnaire incluant 15 facteurs, représentés par soixante-dix-huit énoncés portant sur les raisons motivant les choix alimentaires : l'appréciation de l'aliment, l'habitude, les besoins physiques et l'appétit, la santé, la facilité de consommation, le plaisir, la tradition, la provenance (aliments organiques, naturels), le lien avec la vie sociale, le prix, l'attrait de l'apparence, le contrôle du poids, la gestion des émotions, les normes sociales, l'image sociale. Dans le contexte de ce mémoire, c'est un outil utile pour l'étude des réponses portant sur la motivation des jeunes à manger à l'école. Dans la grille d'analyse préliminaire de la question portant sur les motivations des jeunes, certains de ces facteurs furent retenus puisqu'ils se retrouvaient dans le corpus de données.

4.4 Méthode d'analyse : inductive

4.4.1 Raffinement de la grille d'analyse et création de clés de codification

Suite à l'étude de divers modèles pour les deux corpus de données à codifier et analyser, il a été conclu qu'aucun ne permettait de catégoriser l'ensemble des données sans laisser de côté une partie importante du corpus. Ainsi, dans une optique d'optimiser notre utilisation du corpus de données, une approche d'analyse inductive fut également retenue, c'est-à-dire permettre que le corpus de données puisse inspirer la grille de codification. Cette approche inductive a permis de compléter des catégories déjà identifiées dans les modèles présentés ci-haut et d'en ajouter de nouvelles telles celles associées au *besoin individuel spécifique* ou au *concept de valeur et de service* (118, 119). À partir des modèles retenus pour chacune des questions et de la connaissance des contenus rapportés par les jeunes, une grille d'analyse préliminaire a été construite pour chaque question sous forme de carte conceptuelle, laquelle fut discutée avec la directrice de recherche. Une première grille d'analyse fut construite pour

les données associées à la question portant sur les attentes des élèves à l'égard de l'offre alimentaire de leur cafétéria actuelle et future (niveau primaire et secondaire). Une seconde grille fut créée pour les données de la question portant sur les motivations des jeunes du secondaire à manger à la cafétéria. Elles furent testées sur un sous-échantillon de 15% du corpus par l'auteur de ce rapport. Au cours de ce processus, des échanges verbaux et écrits ont eu lieu entre l'auteure de ce mémoire, la directrice de recherche et avec une candidate à la maîtrise (Mme Alexandrine Gamache), familière avec l'analyse qualitative et responsable de l'analyse des données qualitatives du volet parental de l'étude. Ensuite, une clé de codification a été créée en support à ces grilles. La grille et la clé de codification préliminaire des deux questions ont été utilisées par l'auteur de ce mémoire sur 20% du corpus de données.

4.4.2 Validation de l'analyse

Mme Gamache a validé l'analyse effectuée par l'auteure de ce mémoire pour les données de la question portant sur les attentes des jeunes. Quelques ambiguïtés ont été mises à jour lors de la comparaison du codage des deux analystes, la grille d'analyse et la clé de codification ont donc été raffinées. Une seconde validation a été effectuée par Mme Gamache, celle-ci a recodé 10% du corpus de données en suivant la grille d'analyse fournie par l'auteure de ce mémoire. Ce pourcentage correspond à 150 réponses de la base de données du primaire et de 310 réponses pour la base de données du secondaire. Un taux de correspondance de 97% (répondants du primaire) et 91% (répondants du secondaire) a été atteint pour la grille associée aux données portant sur les attentes des jeunes et de 97% pour la grille associée aux données portant sur la motivation des jeunes à manger à la cafétéria (répondants du secondaire).

4.4.3 Codage des données et analyse des données

L'annexe A présente la grille et la clé de codification associées à la question portant sur les attentes des jeunes, la même grille fut utilisée pour les jeunes du primaire et du secondaire. L'annexe B, présente la grille et clé de codification associée à la question portant sur les motivations des jeunes du secondaire à manger à la cafétéria de l'école.

L'auteure de ce mémoire a entrepris le codage de tout le corpus de données pour les deux questions en utilisant le logiciel SPSS (version 21.0, SPSS inc., Chicago, Illinois). Ce codage a été révisé trois fois. Trois tableaux de fréquences ont été créés, deux pour la question portant

sur les attentes des jeunes face à leur service alimentaire (un pour le primaire et un pour le secondaire) et un tableau pour la question portant sur les motivations des jeunes à manger à leur cafétéria. Ces tableaux présentent le nombre de réponses et le pourcentage correspondant pour chaque catégorie. Puis, à l'intérieur des catégories, le nombre de réponses et le pourcentage de réponses pour chaque sous-catégorie ont été relevés.

5. Résultats

La section suivante résume le profil des répondants et les résultats pour les questions portant sur les attentes à l'égard de l'offre alimentaire demandée aux étudiants du primaire et du secondaire soit « *Nomme un aliment que tu souhaiterais retrouver dans les cafétérias au secondaire* » ou « *Nomme un aliment que tu aimerais pouvoir acheter à la cafétéria de ton école* » et celle demandée exclusivement aux jeunes du secondaire soit : « *Qu'est-ce qui te donnerait le goût de manger à la cafétéria de l'école le midi ?* » .

5.1 Profil des répondants

5.1.1 Profil des répondants du primaire pour la question portant sur les attentes à l'égard de l'offre alimentaire au secondaire

Le tableau I présente le profil des répondants des jeunes du primaire (n=1421) pour le questionnaire intégral. Au total, 88% (n=1253) ont répondu à cette question. Parmi ceux-ci, 54% sont des filles (n=672) et 46% sont des garçons (n=581). Les répondants sont inscrits au 3^e cycle du primaire, un peu moins de la moitié de ceux-ci sont inscrits en 1^{re} année du 3^e cycle (n = 601, 48%) et un peu plus de la moitié sont inscrits en 2^e année du 3^e cycle (n=652, 52%).

5.1.2 Profil des répondants du secondaire pour la question portant sur les attentes à l'égard de l'offre alimentaire au secondaire

Le profil de tous les répondants des jeunes du secondaire (n=3025) ayant rempli le questionnaire est détaillé dans le tableau I.

Au total, 86% (n=2613) des participants du secondaire (n=3025) ont répondu à la question sur leurs attentes à l'égard de l'offre alimentaire. 59% sont des filles (n=1534) et 41% sont des garçons (n=1079). Les répondants étaient inscrits à divers niveaux du secondaire. Ainsi, le quart des répondants étaient inscrits au premier secondaire (n= 645), le cinquième était inscrit au 2^e secondaire (n=519), 16% étaient au 3^e secondaire (n=407), 19% étaient au 4^e secondaire (n=505) et 21% étaient au 5^e secondaire (n=537).

5.1.3 Profil des répondants du secondaire pour la question portant sur les motivations

Au total, 83% de tous les participants du secondaire (n=2518) ont répondu à la question portant sur les motivations. Un peu plus de la moitié des répondants sont des filles (n=1481; 59%) alors que le reste sont des garçons (n=1037; 41%). Le quart des répondants étaient inscrits au 1^{er} secondaire (n=618), le cinquième au 2^e secondaire (n=505), 16% au 3^e secondaire (n=395), 19% au 4^e secondaire (n=481) et 21% au 5^e secondaire (n=519). Ainsi, le profil des répondants du secondaire à la question abordant leurs motivations est comparable au profil des répondants du secondaire à la question portant sur les attentes.

Tableau I. Profil général des répondants du primaire (n=1421) et du secondaire (n=3025)

| Variables | Troisième cycle du primaire (n=1421) | | | | Secondaire (n=3025) | | | |
|--|--------------------------------------|------|--------------------------|------|---------------------|------|--------------------------|------|
| | Échantillon | | Population totale (CSDM) | | Échantillon | | Population totale (CSDM) | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Sexe | | | | | | | | |
| Fille | 772 | 54,3 | 23 403 | 49,2 | 1785 | 59,0 | 11 608 | 48,6 |
| Garçon | 649 | 45,7 | 24 166 | 50,8 | 1240 | 41,0 | 12 257 | 51,4 |
| Nationalité | | | | | | | | |
| Canadienne | 930 | 65,4 | n/d | n/d | 1861 | 61,5 | n/d | n/d |
| Autres | 358 | 25,2 | | | 963 | 31,8 | | |
| Je préfère ne pas répondre | 133 | 9,4 | | | 201 | 6,6 | | |
| Année de résidence au Canada (Répondants nés à l'extérieur du Canada) | | | | | | | | |
| | n=360 | | | | n=949 | | | |
| Moyenne | 5,85 | | n/d | n/d | 7,49 | | n/d | n/d |
| Écart-type | 2,96 | | | | 3,89 | | | |
| Niveau scolaire | | | | | | | | |
| 1 ^{re} année ² | 696 | 49,0 | 5535 | 51,9 | 764 | 25,3 | 5 725 | 24,0 |
| 2 ^e année ² | 725 | 51,0 | 5137 | 48,1 | 617 | 20,4 | 5 008 | 21,0 |
| 3 ^e année | | | | | 482 | 15,9 | 4 752 | 19,9 |
| 4 ^e année | | | | | 561 | 18,5 | 3 933 | 16,5 |
| 5 ^e année | | | | | 601 | 19,9 | 4 449 | 18,6 |
| Indice de défavorisation des écoles fréquentées¹ | | | | | | | | |
| | n=1419 | | | | n=2986 | | | |
| 0,00% à 19,99% | 319 | 22,4 | 12 940 | 28,5 | 1053 | 35,3 | 8 067 | 35,6 |
| 20,00% à 29,00% | 182 | 12,8 | 8 907 | 19,6 | 285 | 9,5 | 3 826 | 16,9 |
| 30,00% à 49,99% | 704 | 49,6 | 11 273 | 24,8 | 1017 | 34,1 | 7 635 | 33,7 |
| 50,00% et plus | 214 | 15,1 | 12 290 | 27,1 | 631 | 21,1 | 3 106 | 13,7 |
| Allergies alimentaires | | | | | | | | |
| Oui | 130 | 9,1 | n/d | n/d | 259 | 8,6 | n/d | n/d |
| Non | 1291 | 90,9 | | | 2759 | 91,2 | | |

¹Les écoles dont l'indice se situe dans la tranche 0,00% à 19,99% selon la classification de la CSDM correspondent à un milieu à faible revenu.

² Prendre note que ce sont la 1^{ière} et 2^{ième} année du 3^{ième} cycle du primaire, équivalent de la 5^e et 6^e année

Source : Blais-Bélanger (50)

5.2 Attentes à l'égard de l'offre alimentaire attendue dans les écoles au secondaire

Cette section est consacrée à la présentation des résultats obtenus pour la question portant spécifiquement sur les attentes des élèves à la fin de leurs études primaires à l'égard d'aliments qu'ils souhaiteraient retrouver dans les cafétérias du secondaire. Rappelons que les catégories et sous catégories sont issues de l'analyse des données par une combinaison d'approches inductive et déductive. La grille complète utilisée pour la codification est présentée en Annexe A, accompagnée de la clé de codification définissant chacune des composantes et précisant les aliments inclus et exclus.

5.2.1 Attentes des élèves de niveau scolaire primaire

Les résultats sont d'abord présentés par catégorie, puis par sous-catégorie. Dans certains cas, des analyses ont été faites afin d'obtenir plus de détails sur les réponses contenues dans une sous-catégorie. Le tableau II présente les cinq catégories en ordre décroissant de fréquence de réponses et précise les sous-catégories associées à chacune. Dans plusieurs cas, la réponse d'un même répondant a été catégorisée sous plus d'une catégorie. Un total de 1421 énoncés furent classés.

Tableau II. Fréquences et exemples pour les catégories et sous-catégories portant sur les attentes des jeunes du primaire (n=1421 énoncés)

| Catégorie | n (%) ¹ | Sous-catégories | n (%) ² | Exemples |
|------------------------------|--------------------|---|--------------------|---|
| Aliment solide | 1286 (92) | Plats de type restauration commerciale | 454 (35) | Poutine, pizza |
| | | Offre alimentaire de style table chaude | 301 (23) | Spaghetti, poulet, pâtes |
| | | Fruit et légume | 291 (23) | Salade, fruits, pomme |
| | | Grignotine sucrée | 126 (10) | Gâteau, chocolat |
| | | Mets froid | 55 (4) | Sandwich, salade grecque |
| | | Déjeuner | 22 (2) | Bacon et des œufs, céréales, muffin |
| | | Cuisine du monde | 18 (1) | Biryani, nourriture indienne |
| | | Grignotine salée | 11 (1) | Chips |
| | | Produit laitier solide | 8 (1) | Yogourt |
| Motivation | 57 (4) | Préférence pour une marque commerciale | 20 (35) | Shish Kebab, Mc Donald, Harvey, Tim Hortons, |
| | | Santé | 13 (23) | Des hamburgers santé |
| | | Fraicheur et variété | 12 (21) | Fruits frais » « Des légumes frais non congelés décongelés... |
| | | Goût | 7 (12) | De bons fruits et légumes, du bon spaghetti |
| | | Nutriments | 3 (5) | Concombre avec du sel dessus, frites sans gras |
| | | Prix | 2 (4) | Gâteau gratuit, trio mac poulet |
| | | Qualité | 0 (0) | |
| Aliment liquide | 23(2) | Lait et substituts du lait | 8 (35) | Des galettes avec du lait, lait de soya |
| | | Boisson sucrée | 8 (35) | Limonade, des boissons gazeuses |
| | | Jus de fruits | 7 (30) | Jus de pomme, du riz avec une omelette avec du jus d'orange |
| | | Eau | 0 (0) | |
| | | Boisson caféinée ou énergétique | 0 (0) | |
| Autre élément de réponse | 21 (1) | Précision variée | 13 (62) | Des aliments pas de mayonnaise ni d'autre produit |
| | | Aucun changement | 6 (29) | Je n'en ai pas, rien |
| | | Réponse non retenue | 2 (10) | Viande de cheval, truffe |
| Besoin individuel spécifique | 14 (1) | Religion | 6 (43) | Des lentilles sans porc, viande halal |
| | | Végétarisme | 5(36) | Burger végétarien, sushi végétarien |
| | | Allergie | 3 (21) | Chocolat sans noix ni arachides |
| | | Supplément pour sportif | 0 (0) | |
| | | Biologique | 0 (0) | |

¹ : Le pourcentage est calculé par rapport au nombre total d'énoncés (n=1421)

² : Le pourcentage est calculé par rapport au nombre d'énoncés de la catégorie de référence (exemple : n=1286 pour la catégorie « Aliment solide »)

5.2.1.1 Aliment solide

5.2.1.1.1 Plat de type restauration commerciale

La sous-catégorie des plats inspirés de la restauration commerciale se démarque par sa fréquence élevée. En effet, 35% des énoncés (n=454) sont associés au souhait d'avoir des aliments habituellement offerts en restauration commerciale lors de l'entrée au secondaire. Suite à une analyse exhaustive des réponses contenues dans cette sous-catégorie, ce sont principalement des aliments retrouvés dans des commerces de restauration rapide ayant une offre riche en gras et en sodium qui sont majoritairement nommés (n= 182 ; 40%). Voici des exemples de réponses se retrouvant dans cette sous-catégorie : « *frite* », « *du fast food* » et « *ails de poulet* ».

La pizza est le second aliment le plus populaire de cette sous-catégorie (n=141 ; 31%). En général, le terme « *pizza* » est utilisé seul. Mais, dans certains cas, un adjectif ou une marque commerciale suit le mot *pizza*. Ainsi, nous y retrouvons des propositions telles que : « *pizza pepperoni fromage* », « *pizza pas de fromage* », « *pizza chaude* » et « *pizza Domino* ».

Le sushi (n= 77 ; 17%) est le troisième mets le plus populaire. Les répondants n'en précisent pas la composition, sauf dans un seul cas où il est indiqué : « *sushi végétarien* ».

Les mets de restauration ayant une inspiration internationale constituent le quatrième type d'aliment de restauration commerciale le plus souvent rapporté par l'échantillon (n=40 ; 9%). Il est possible d'y retrouver les réponses suivantes : « *tacos* », « *souvlaki* », « *shawarma* » et « *général tao* ».

Finalement, certains énoncés (n=14 ; 3%) expriment une attente pour des aliments généralement offerts dans les restaurants ayant un service de type service aux tables. Parmi les mets nommés se retrouvent les propositions suivantes : « *steak* », « *côtes levées* » et « *salade de choux crémeuse* ».

5.2.1.1.2 Offre alimentaire de style table chaude

Environ le quart des énoncés réfèrent à des aliments appartenant à cette sous-catégorie (n=301). Suite à une analyse, il est possible de faire émerger cinq types de plats du jour : les pâtes, les viandes et substituts, le riz/couscous, les soupes et les repas complexes.

Le type de plat dominant pour cette sous-catégorie demeure les pâtes (n=146 ; 49%). Certains participants sont imprécis et indiquent seulement souhaiter retrouver des pâtes, alors que d'autres précisent le type de pâtes recherché soit du « *spaghetti* », du « *macaroni au fromage* », des « *nouilles* » ou de la « *lasagne* ».

Le second plat de type table chaude le plus populaire est composé majoritairement des viandes et substituts (n=78 ; 26%), lesquels sont clairement nommés. Cependant, il est rare que l'aliment nommé soit mis en contexte dans un mets que les participants apprécient. Ainsi, il est possible de retrouver les réponses suivantes : « *bœuf* », « *poulet* », « *lentilles sans porc* », « *poisson* ».

Le troisième type de plat le plus fréquemment nommé (n=30 ; 10%) est un repas composé de plusieurs groupes alimentaires difficilement dissociables. Cette attente inclut des mets de type : « *vol-au-vent* », « *pâté chinois* », « *hot chicken* ». Certains indiquent simplement « *repas complet* ».

Les féculents autres que les pâtes alimentaires sont demandées par certains élèves (n=29 ; 10%). Ils incluent la patate, le couscous et le riz. Notons que la fréquence de ce type de plat est moins importante que pour les pâtes alimentaires.

La soupe est nommée moins fréquemment pour cette sous-catégorie (n=18 ; 6%). Il faut noter que les élèves souhaitent retrouver des soupes-bouillons de type « *soupe poulet et nouilles* » plutôt que des potages.

5.2.1.1.3 Fruit et légume

Environ 23% des énoncés (n=291) indiquent que des participants aimeraient retrouver des fruits ou des légumes dans les cafétérias du secondaire. Les fruits sont plus communément nommés (n=178 ; 61%) que les légumes (n=76 ; 26%) ou crudités (n=37 ; 13%). Le vocabulaire utilisé pour signifier l'intérêt du participant à avoir accès à des fruits et légumes à la cafétéria est assez variable. Ainsi, il est possible que les élèves nomment un aliment précis tel que des « *concombres* » et des « *pommes* ». Alors que d'autres nomment le groupe des fruits et légumes sans spécifier le type de fruits et légumes. Des exemples de réponses sont les suivants : « *fruits et des légumes* », « *fruits* » et « *de la salade* ». Quelques participants nomment les fruits et légumes à l'intérieur d'une énumération de plusieurs autres aliments formant un plateau repas. À titre d'exemple, un répondant précise « *un peu de légumes de viande ou poulet couscous* ». Fait isolé, un seul participant a ajouté un qualificatif afin de préciser ses attentes à l'égard de la qualité de ces fruits et légumes soit « *des légumes frais non congelés décongelés...* »

5.2.1.1.4 Grignotine sucrée

Les grignotines sucrées regroupent 10% des énoncés (n=126). La palette des grignotines sucrées est variée. Les gâteaux et les brownies sont les plus demandés (n=34 ; 27%) et sont ainsi

rapportés : « *gâteau au fromage et aux fraises* » « *gâteau au chocolat* » « *brownie* ». Ils sont suivis par les biscuits et galettes (n=26 ; 21%). Notons à titre d'exemple, « *des biscuits aux pépites de chocolat* », « *biscuit au caramel* » et « *des galettes avec du lait* ». Puis, certains énoncés (n=25 ; 20%) réfèrent à des desserts sucrés difficiles à sous-catégoriser. Ainsi, notons qu'il est possible d'y retrouver le « *sucre à la crème* », le « *pouding* », le « *jello* », la « *tarte à la mangue* » et le « *croissant au chocolat* ». Les chocolats et les bonbons sont aussi souvent nommés (n=20 ; 16%) alors que d'autres énoncés (n=18 ; 14%) indiquent des desserts glacés tels que la crème glacée, du sorbet et des sandwichs à la crème glacée. Au bas de la liste des aliments sucrés se trouvent les muffins au chocolat et « *cupcakes* » (n=3 ; 2%) lesquels furent classifiés dans la catégorie des grignotines sucrées. Par ailleurs, notons qu'un jeune a clairement associé les muffins à des attributs de cuisine maison et de santé : « *les muffins, car c'est fait maison et c'est quand même santé* ».

5.2.1.1.5 Mets froids

La sous-catégorie des mets froids est constituée d'une variété de plats prêts à consommer froids. Moins de 5 % des énoncés des élèves du primaire portent sur ce type d'aliment (n=55). Les sandwichs (n=37 ; 67%) dominent. Certains répondants précisent ou qualifient le type de sandwich attendu par exemple : « *une sandwich santé* » « *sous-marin au poulet* » « *club sandwich* ». Des jeunes du primaire désirent aussi retrouver des salades repas dans leur future cafétéria (n=13 ; 24%). Le type de salade repas recherché est diversifié. Finalement, quelques jeunes recherchent des croissants et des quiches (n=5 ; 9%).

5.2.1.1.6 Déjeuner

Les déjeuners sont rarement nommés (n=22 ; 2%). La moitié d'entre eux précisent une offre de déjeuner chaud telle que « *des crêpes* », « *des gaufres* » et « *de bacon et des œufs* ». Les autres précisent plutôt une offre de déjeuner froid en mentionnant des « *céréales* », « *du pain brun* » ou des « *muffins* ».

5.2.1.1.7 Cuisine du monde

Quelques jeunes ont aussi nommé des aliments ou repas qui ne sont pas typiquement offerts en cafétéria ou en restauration commerciale (n=18 ; 1%) et qui après analyse étaient majoritairement des aliments ou mets d'origine internationale. En voici quelques exemples : « *algues* »,

« empanadas », « samosa » et « toutes les nourritures en provenance des Philippines comme « adobo ».

5.2.1.1.8 Grignotine salée

Les croustilles demeurent les grignotines salées les plus demandées. Il est possible de retrouver des grignotines salées accompagnées d'une marque commerciale et la saveur recherchée. Un exemple de réponse est « *chips (DORITOS) les piquants* ». Le pop-corn est une grignotine salée nommée.

5.2.1.1.9 Produit laitier solide

Quelques énoncés (n=8) réfèrent à des produits laitiers solides. Le fromage a été nommé plus fréquemment que le yogourt.

5.2.1.2 Motivation

Cinquante-sept éléments de réponse permettent de préciser l'aliment attendu (4%). Ils portent sur des attributs associés à l'aliment que les jeunes recherchent à la cafétéria, la fréquence pour chacune de ces sous-catégories est décrite dans le tableau II.

Des éléments de réponses réfèrent à des préférences pour des marques commerciales (n=20 ; 35%), ceux-ci renvoient principalement à des marques commerciales de restauration rapide par exemple en nommant les « sandwichs de Subway » ou « Thaï Express ». Moins de jeunes réfèrent à des marques commerciales de produits alimentaires ou de boissons gazeuses tels que le « kraft dinner » ou du « 7up ».

Certains participants réfèrent au caractère sain de certains aliments (n=13 ; 23%). Ils utilisent généralement le terme « santé » et l'utilisent à l'affirmative. Donc, les jeunes ne réfèrent pas à des aliments qui ne sont « pas santé », mais bien à des aliments « santé ». En général, ils se servent de ce terme afin de qualifier un aliment qui n'est pas nécessairement reconnu comme étant sain par exemple « des hamburgers santé » et des « pizzas santé ».

Quelques éléments de réponse indiquent que les jeunes souhaitent avoir accès à des aliments qui sont frais ou variés (n=12 ; 21%). Ce souhait peut être manifesté sous forme d'adjectifs qualifiant les aliments tels que « des aliments variés », et des « fruits frais ». D'autres participants communiquent leur désir de variété sous forme de réponses plus complexes. Elles vont comme

suit « de la nourriture de tous les pays et pas juste du Québec » « plus de viande comme du veau pas juste de la pizza ».

Quelques énoncés indiquent que les participants recherchent des aliments qui ont bon goût (n=7 ; 12%). Leurs réponses restent assez imprécises telles que « quelque chose de bon ». La réponse la plus précise étant « une pizza qui est bonne à manger et délicieuse ».

Parmi les réponses des participants du primaire, trois (n=3 ; 5%) réponses dans cette catégorie sont accompagnées de l'ajout ou du retrait d'un nutriment (sel/sucre/gras). Finalement, rares sont les énoncés qui font référence directement ou indirectement au prix (n=2 ; 4%).

5.2.1.3 Aliment liquide

Quelques réponses ont été codées dans la catégorie des aliments liquides (n=23 ; 2%). Le tableau II présente chaque sous-catégorie associée à la catégorie « aliment liquide » en ordre décroissant de fréquence, accompagnée de quelques exemples.

Quoique peu mentionnées, les sous-catégories les plus fréquentes sont celles du « lait » (n=8 ; 35%) et des « boissons sucrées » (n=8 ; 35%). Dans plusieurs cas, les élèves recherchent du lait aromatisé au chocolat ou une option de lait végétal, tel que le « lait de soya ». Les boissons sucrées nommées sont variées. Aussi, le jus de fruits est nommé par des participants (n=7 ; 30%). Certains participants précisent la saveur de jus qu'ils souhaitent retrouver ou l'incluent dans une énumération formant un plateau-repas. Ainsi, il est possible de rencontrer des réponses telles que « jus de pomme ».

5.2.1.4 Autre élément de réponse

Vingt et un éléments de réponse entrent dans la catégorie « autre élément de réponse » (1%). Le tableau II présente chaque sous-catégorie associée à cette catégorie en ordre décroissant de fréquence, ainsi que quelques exemples.

La sous-catégorie « précision variée » est celle avec la fréquence la plus élevée pour cette catégorie (62%). Il est possible d'y retrouver des réponses référant à des modifications ou à la possibilité de faire des modifications aux aliments offerts (n=9 ; 69%). Deux participants souhaitent retrouver des aliments offerts dans d'autres écoles. Deux autres élèves incluent dans leur réponse d'autres notions, telles que la proportion « plus de fruits que de cochonnerie » ou la saisonnalité « sandwich de crème glacée durant les mois chauds ».

Peu de répondants ont indiqué qu'ils ne savaient pas quel aliment ils souhaiteraient voir dans la cafétéria du secondaire (n=6 ; 29%). Deux réponses n'ont pas été retenues en raison de manque de pertinence.

5.2.1.5 Besoin individuel spécifique

Le tableau II expose les sous-catégories liées à la catégorie « besoin individuel spécifique » en ordre décroissant de fréquence suivie de quelques exemples. Très peu de réponses y sont associées. Quelques-unes entrent dans la sous-catégorie « religion » (n=6 ; 43%). Le régime religieux le plus fréquemment nommé est le régime halal associé à la religion musulmane, suivi du régime cachère associé à la religion juive. Concernant la sous-catégorie « végétarisme », quelques participants ont indiqué rechercher des mets végétariens ou sans viande (n=5 ; 36%). Finalement, la thématique des « allergies » est très rarement abordée par les répondants du primaire (n=3 ; 21%).

5.2.2 Attentes des élèves de niveau scolaire secondaire à l'égard de l'offre alimentaire

La section suivante présente les résultats obtenus chez les élèves du secondaire en réponse à la question portant sur leurs attentes concernant les aliments qu'ils aimeraient pouvoir acheter à la cafétéria de leur école secondaire.

Les résultats sont présentés selon les mêmes catégories que celles utilisées pour catégoriser les réponses des jeunes du secondaire. Pour certaines sous-catégories, une analyse plus approfondie a été effectuée afin de bien décrire le contenu de celles-ci. Le tableau III expose les cinq catégories ainsi que les sous-catégories associées en ordre décroissant de fréquence. Dans certains cas, la réponse d'un même répondant a été catégorisée sous plus d'une catégorie. Un total de 3050 énoncés furent donc classés.

Tableau III. Fréquences et exemples pour les catégories et sous-catégories portant sur les attentes des jeunes du secondaire (n=3050 énoncés)

| Catégorie | n (%) ¹ | Sous-catégories | n (%) ² | Exemples |
|------------------------------|--------------------|---|--------------------|---|
| Aliment solide | 2367 (78) | Plats de type restauration commerciale | 889 (38) | Frites, hot dog, poutine, pizza, shish-taouk, tacos |
| | | Fruit et légume | 412 (17) | Fraises, fruits, mangue, salade |
| | | Grignotine sucrée | 373 (16) | Biscuit, bonbons, chocolat |
| | | Offre alimentaire de style table chaude | 295 (12) | Couscous, lasagne, macaroni au fromage, poulet |
| | | Cuisine du monde | 128 (5) | Griot, pupusas, empanadas |
| | | Mets froids | 93 (4) | Panini, sandwich |
| | | Déjeuner | 82 (3) | Bacon, céréale, gruau |
| | | Grignotine salée | 62 (3) | Chips, nachos, popcorn |
| | | Produit laitier solide | 33 (1) | Fromage, yogourt |
| Motivation | 248 (8) | Fraicheur et variété | 79 (32) | Des fruits frais |
| | | Préférence pour une marque commerciale | 76 (31) | Gros sac de Doritos, Coke, du jello |
| | | Goût | 41 (17) | Bonne salade, lasagne gouteuse |
| | | Santé | 17 (7) | La poutine santé, aliments santé |
| | | Prix | 14 (6) | des fruits gratuits |
| | | Qualité | 12 (5) | Vrai pizza, vrai nourriture |
| | | Nutriments | 9 (4) | Des boissons avec des protéines |
| Aliment liquide | 209 (7) | Boisson sucrée | 73 (35) | Boisson gazeuse, Coke, slush |
| | | Eau | 45 (22) | Bouteille d'eau |
| | | Boisson caféinée ou énergétique | 38 (18) | Café, thé glacé |
| | | Lait et substituts du lait | 37 (18) | Smoothie, lait, lait au chocolat |
| | | Jus de fruits | 16 (8) | Jus, jus fait maison, muffin au chocolat et le jus |
| Autre élément de réponse | 163 (5) | Précision variée | 86 (53) | Soupe maison, des céréales le matin |
| | | Aucun changement | 57 (35) | Rien, je ne sais pas, aucun |
| | | Réponse non retenue | 20 (12) | Caviar, langue-de-vache |
| Besoin individuel spécifique | 63 (2) | Religion | 27 (43) | Des aliments halal |
| | | Végétarisme | 17 (27) | Pizza végétarienne, |
| | | Supplément pour sportif | 6 (10) | Protéines, shake de protéine, |
| | | Biologique | 9 (14) | Aliment biologique |
| | | Allergie | 4 (6) | Aliments certifiés sans noix |

¹ : Le pourcentage est calculé par rapport au nombre total d'énoncés (n=3050)

² : Le pourcentage est calculé par rapport au nombre d'énoncés de la catégorie de référence (exemple : n=2367 pour la catégorie « Aliment solide »)

5.2.2.1 Aliment solide

La catégorie « aliment solide » est fractionnée en neuf sous-catégories, inspirées par l'organisation habituelle d'une cafétéria scolaire en contexte québécois, et exposées en ordre décroissant de fréquences dans le tableau III. Elles sont accompagnées de quelques exemples.

5.2.2.1.1 Plat de type restauration commerciale

La sous-catégorie des plats inspirés de la restauration commerciale forme le groupe d'aliments que les participants du secondaire souhaiteraient le plus fréquemment pouvoir acheter à la cafétéria de leur école secondaire. Cette sous-catégorie représente 38% des réponses (n=889). Les réponses qui constituent cette sous-catégorie sont variées, mais des aliments riches en gras et en sodium souvent offerts en restauration rapide, étaient les plus fréquemment nommés (n=508 ; 57%). Parmi les réponses, il est possible d'y retrouver la « poutine », les « ailes de poulet », les « frites » et les « hot dog ».

Les mets de restauration rapide ayant une inspiration internationale forment le second type d'aliment de restauration commerciale le plus fréquemment nommé (n=124 ; 14%). Des exemples de mets sont : « shish-taouk », « tacos » et « général tao ». Le troisième type d'aliment le plus populaire est la pizza avec 13% des réponses pour cette catégorie (n=117). Il faut noter que le terme pizza est fréquemment accompagné d'autres mots qui la précisent, tels que « pizza au fromage » et « pizza végétarienne ».

Le sushi est le quatrième aliment le plus fréquemment nommé dans cette sous-catégorie avec 13% (n=112). Les répondants précisent rarement leur réponse pour ce type de mets, Parmi les quelques exemples de précisions qu'il est possible d'y retrouver, il y a « Onigiri », « Sushi (Kamikaze, Oeil de Dragon) ». Quelques participants souhaitent pouvoir acheter des aliments souvent offerts dans les établissements de restauration offrant un service aux tables (n=26 ; 3%) tels que du « steak », « du pain à l'ail », des « tapas » et du « tartare ». Quelques énoncés nomment la cuisine rapide en général « malbouffe » (n=2 ; 0,2%).

5.2.2.1.2 Fruit et légume

Parmi les énoncés des participants du secondaire, 17% (n=412) expriment qu'ils souhaitent pouvoir acheter des fruits ou des légumes à leur cafétéria du secondaire. Les fruits sont plus

souvent nommés (n=314 ; 76%), suivent les légumes (n= 61 ; 15%) et les crudités (n=37 ; 9%). Les participants décrivent les fruits et légumes de manière variée. Très souvent, il est possible de retrouver le fruit ou le légume très précis, par exemple « ananas », « banane », « carotte » et « concombres ». Toutefois, il est aussi possible de trouver des énoncés plus vagues tels que « fruits », « légumes » et « salade ». Aussi, plusieurs répondants indiquent rechercher simplement « plus de fruits » ou « plus de légumes » dans la cafétéria de leur école secondaire. Lorsque les fruits et légumes sont nommés, ils sont plus souvent nommés seuls qu'avec d'autres aliments. Enfin, les fruits et légumes sont souvent nommés en compagnie d'adjectifs soulignant l'importance de la fraîcheur de ceux-ci telle que dans les exemples suivants : « fruits frais », « des légumes frais et non surgelés ».

5.2.2.1.3 Grignotine sucrée

Seize pourcent des énoncés (n=373) réfèrent aux grignotines sucrées comme aliments solides que les jeunes pourraient acheter dans leur cafétéria. Une variété de grignotines sucrées est nommée. Les chocolats et les bonbons dominent cette sous-catégorie avec 28% des réponses (n=105). Les gâteaux, brownies et beignes sont les deuxièmes plus populaires (n=76 ; 20%). Les troisièmes types de grignotines sucrées les plus populaires sont les desserts glacés, tels que la crème glacée et les sorbets (n=75 ; 20%). Les biscuits et les galettes forment 15% des grignotines sucrées (n=54). Certains élèves du secondaire indiquent rechercher une variété d'aliments sucrés difficiles à classer tels que de la « barbe à papa » et « de la gomme » (n=40 ; 11%). Certains participants recherchent plutôt des poudings ou desserts de style « jello » (n=12 ; 3%). D'autres élèves souhaitent plutôt retrouver des muffins au chocolat ou des « cupcakes » (n=11; 3%)

5.2.2.1.4 Offre alimentaire de style table chaude

Plusieurs participants souhaitent acheter une offre alimentaire de style table chaude (n=295 ; 12%). Il est possible de catégoriser les réponses en cinq types de plat du jour soit les pâtes alimentaires, les viandes et substituts, les repas complexes, le riz ou couscous et les soupes. Le mets le plus fréquent est les pâtes (n=108 ; 37%). En général, les répondants indiquent la variété de pâtes qu'ils souhaitent retrouver, à titre d'exemple : « lasagne », « spaghettis » et « macaronis au fromage ». Cependant, plusieurs répondants indiquent simplement « des pâtes » sans plus de précisions.

Le deuxième type mets de type table chaude le plus fréquemment nommé est constitué de viandes et substituts (n=98 ; 33%). Parmi les réponses, il est possible de retrouver le type de viande recherché sans plus d'informations. Des exemples de réponses sont les suivants : « poulet », « crabe », « cuisse de poulet », « des plats au tofu ».

Les plats à base de féculents autre que les pâtes sont précisés dans 16% des réponses (n=48). Plusieurs participants se contentent de nommer le féculent qu'il recherche, sans plus de détail tel que le « riz » et le « couscous ». Quelques-uns indiquent avec quel aliment ils aimeraient retrouver le féculent. Voici quelques exemples de réponses : « du riz avec de bons légumes et de la bonne sauce et de la viande », « poitrine de poulet avec du riz puis la salade César ».

Les mets complexes suivent avec 12% (n=35) des réponses. Ils sont composés le plus souvent de viande, d'un féculent et parfois de légumes tels que le « pâté chinois » et les « boulettes de viande avec spaghetti sauce tomate ». Il est possible aussi de retrouver des réponses plus générales du type « repas complet ».

La soupe est nommée le moins fréquemment pour cette sous-catégorie (n=6 ; 2%). Il faut noter que les élèves souhaitent pouvoir acheter plus des soupes-bouillons de type « soupe poulet et nouilles » plutôt que des potages.

5.2.2.1.5 Cuisine du monde

Plusieurs participants indiquent vouloir acheter des aliments qui ne sont généralement pas associés à l'offre alimentaire de cafétéria ou de restauration commerciale (n=128 ; 5%). On y retrouve principalement des mets et aliments d'origine internationale tels que le « griot », le « pupusas », l'« empanada », et le « samossa ».

5.2.2.1.6 Mets froids

Cette sous-catégorie est formée de plats prêts à être consommés froids. Parmi les énoncés, 4% (n=93) indiquent qu'ils souhaiteraient acheter ces mets dans leur cafétéria. Les sandwichs sont nommés le plus fréquemment (n=62 ; 67%). Plusieurs participants précisent le type de sandwich qu'ils aimeraient soit « sandwich au thon » et « sandwich aux œufs ». Puis, il est possible de retrouver simplement une indication au niveau de la sorte de pain « panini », « sous-marin ».

Quelques participants du secondaire recherchent des salades repas (n=16 ; 17%). Parfois le type de salade ou la recherche de variété est précisé tel que présenté dans les exemples suivants : « salades de différentes sortes » et « bar à salades ».

5.2.2.1.7 Déjeuner

Le déjeuner est une sous-catégorie rejoignant 82 énoncés. En général, les participants indiquent rechercher une offre de déjeuner chaud contenant des aliments tels que du « bacon », des « crêpes » et des « gaufres » (n=36 ; 44%). Cependant, d'autres indiquent rechercher une offre de choix froids. Ainsi, il est possible d'y retrouver des « céréales » des « muffins », des « barres tendres » ou du « yogourt avec granola » (n=44 ; 54%). Finalement, quelques énoncés nomment simplement les déjeuners en général (n=2 ; 2%).

5.2.2.1.8 Grignotine salée

Les aliments formant la sous-catégorie des grignotines salées (n=62 ; 3%) sont nommés moins fréquemment que celle des grignotines sucrées (n=373 ; 16%). Les croustilles dominent cette sous-catégorie (n=54 ; 87%). Le terme « chips » est souvent présent seul. Il est parfois accompagné d'une marque commerciale telle que « chips Doritos ». Autrement, il est possible de retrouver d'autres aliments dans cette sous-catégorie, tels que le « popcorn », les « nachos » et « des petits sachets de noix (pistaches, arachides, etc.) » (n=8 ; 13%).

5.2.2.1.9 Produit laitier solide

Finalement, certains participants du secondaire indiquent désirer acheter des produits laitiers solides tels que le fromage et le yogourt (n=33 ; 1%). Généralement, ils sont nommés seuls, mais certains répondants ont ajouté des précisions. Par exemple, il est possible de retrouver dans cette sous-catégorie les réponses « fromage en grains », « fromage frais », « des yogourts avec céréales », « yogourt avec granola ».

5.2.2.2 Motivation

La catégorie « motivation » contient 248 éléments de réponses (8%). Celle-ci est formée de cinq sous-catégories qui visent des attributs, associés aux aliments, que les jeunes souhaitent acheter dans leur cafétéria. Le tableau III présente la fréquence et des exemples pour chaque sous-catégorie.

La sous-catégorie « fraîcheur et variété » contient le plus de réponses pour cette catégorie (n=79 ; 32%). Certains participants insistent sur la fraîcheur des aliments servis, par exemple « de la bonne bouffe avec des aliments FRAIS pas congelés ». Alors que d'autres souhaitent acheter un

type d'aliment offert plus souvent ou en plus grande variété tel que « plus de choix de fruit ex ; grenadine ».

Les participants réfèrent occasionnellement à des marques commerciales (n=76 ; 31%). En général, ceux-ci réfèrent à des marques ou bannières de restauration rapide (n=37 ; 49%) telles que « PFK » et « Big Mac ». Certains jeunes nomment plutôt des marques commerciales de produits alimentaires (n=28 ; 37) tels que les « chips Doritos », le « Kraft Dinner » et « Des barres de chocolat (Mars, Reeses, Hersheys, etc.) ». D'autres nomment plutôt des marques de boissons (n=11 ; 15%) comme le « Pepsi » ou le « Coke ». Pour la majorité, les marques nommées sont associées à des aliments transformés. Toutefois, un énoncé porte sur un aliment non transformé soit des « pommes rouges (Spartan, Cortland, etc) ».

Il est possible de remarquer que plusieurs énoncés réfèrent à des aliments ayant bon goût (n=41 ; 17%). Parmi les réponses, il est possible de retrouver des énoncés plus précis, tels qu' « un bon sandwich du style Subway », « de la vraie lasagne bien gouteuse », de « bonnes salades ». Toutefois, la majorité des réponses portent sur la nourriture ou des repas en général comme « de la bonne nourriture ».

La santé est un attribut précisé dans certains énoncés (n=17 ; 7%). Ainsi, il est possible de retrouver des réponses comportant le terme « santé » utilisé à l'affirmative, telle que « barre tendre santé ». Un seul commentaire utilise ce terme à la négative, soit « chips normales (pas bons pour la santé) ».

Ensuite, quelques répondants réfèrent au prix ou au rapport qualité-prix (n=14 ; 6%). En général, ils indiquent rechercher des bas prix pour leurs aliments. Certains indiquent que le rapport qualité-prix ne correspond pas à leurs attentes. Quelques participants indiquent désirer acheter des aliments de qualité (n=12 ; 5%). Finalement, quelques participants communiquent un intérêt pour certains nutriments (gras, sel, sucre et protéines) pour lesquels ils achèteraient le produit s'ils étaient présents ou retirés de l'aliment ou du plat (n=9 ; 4%).

5.2.2.3 Aliment liquide

La catégorie des aliments liquides contient 209 énoncés. Elle est formée des cinq sous-catégories suivantes : « boisson sucrée », « eau » « boisson caféinée ou énergétique », « lait et substituts du lait » et « jus de fruits ». Le tableau III présente les sous-catégories associées à la catégorie « aliment liquide » en ordre décroissant de fréquence, accompagnées de quelques exemples.

La sous-catégorie ayant reçu le plus de réponses est celle des « boissons sucrées » (n=73 ; 35%) suivies par les boissons caféinées ou énergétiques (n=38 ; 18%). Cette dernière contient une multitude de boissons, voici quelques exemples « thé glacé » et « vanille française ». Les breuvages laitiers et les substituts forment la quatrième sous-catégorie (n=37 ; 18%). Il faut noter que certains participants précisent le type de produits qu'ils souhaitent acheter tels que « du lait de soya » ou « du lait sans lactose » ou indiquent une saveur particulière, par exemple « lait aux fraises ». Au dernier rang se trouve le jus de fruits (n=16 ; 8%).

5.2.2.4 Autre élément de réponse

La catégorie « autre élément de réponse » est formée de 163 énoncés (5%). Cette catégorie est divisée en trois sous-catégories : « précision variée », « aucun changement », « réponse non retenue ». Le tableau III présente les sous-catégories formant cette catégorie, en ordre décroissant et accompagné de quelques exemples de réponses.

La sous-catégorie « précision variée » a reçu le plus de réponses dans la catégorie « autre élément de réponse » (n=86 ; 53%). À titre d'exemples, des énoncés réfèrent à des adjectifs modifiant le format, la présentation ou le contenu d'un aliment ou mets (n=39 ; 68%). D'autres réfèrent au moment de la journée ou de l'année où ils aimeraient retrouver certains mets (12 ; 21%). Certains participants spécifient qu'ils n'avaient pas d'idée d'aliments qu'ils aimeraient acheter à la cafétéria de leur école (n=57 ; 35%). Quelques réponses n'ont pas été retenues en raison de leur manque de pertinence (n=20 ; 12%)

5.2.2.5 Besoin individuel spécifique

La catégorie contenant le moins de réponses est celle des « besoins individuels spécifiques » (n=63 ; 2%). Celle-ci est formée de cinq sous catégories soit : « religion », « végétarisme », « supplément pour sportif », « allergie », « biologique ». Le tableau III présente la fréquence de chaque sous-catégorie ainsi que quelques exemples. La « religion » est la sous-catégorie ayant reçu le plus de réponses (n=27 ; 43%). Le régime halal est le plus fréquemment nommé.

5.3 Motivations à consommer le repas du midi à l'école

La section qui suit décrit les résultats ayant trait aux motivations des élèves du secondaire à consommer le repas du midi à leur école, présentés par catégorie et sous-catégorie. Dans certains cas, une analyse plus approfondie de certaines sous-catégories a été effectuée afin de caractériser son contenu. Le tableau IV résume les six catégories et les sous-catégories associées en ordre décroissant de fréquence. Dans plusieurs cas, la réponse d'un même répondant a été catégorisée sous plus d'une catégorie. Un total de 3869 énoncés furent classés. Les réponses étant plus élaborées, des exemples de réponses sont intégrés au fil des résultats discutés ci-bas.

Tableau IV. Fréquences pour les catégories et sous-catégories portant sur les motivations des jeunes de niveau secondaire à consommer le repas du midi à l'école (n=3869 énoncés)

| Catégorie | n (%) ¹ | Sous-catégorie | n (%) ² |
|--------------------------|--------------------|---------------------------------------|--------------------|
| Produit alimentaire | 2150 (53) | Aliment | 795 (37) |
| | | Qualité organoleptique | 580 (27) |
| | | Variété | 351 (16) |
| | | Transformation | 130 (6) |
| | | Santé | 129 (6) |
| | | Besoin individuel spécifique | 127 (6) |
| | | Rassasiement | 38 (2) |
| Environnement physique | 612 (15) | Ambiance | 293 (48) |
| | | Organisation physique de la cafétéria | 129 (21) |
| | | Propreté | 79 (13) |
| | | Extérieur de la cafétéria | 72 (12) |
| | | Météo | 39 (6) |
| Environnement social | 522 (13) | Autonomie | 187 (36) |
| | | Pairs | 147 (28) |
| | | File d'attente | 133 (25) |
| | | Attitude du personnel | 55 (11) |
| Valeur | 213 (11) | Prix | 240 (56) |
| | | Portion | 106 (25) |
| | | Aspect promotionnel | 57 (13) |
| | | Rapport qualité/portion/prix | 26 (6) |
| Autre élément de réponse | 275 (7) | Aucun changement | 255 (93) |
| | | Non pertinent | 20 (7) |

¹: Le pourcentage est calculé par rapport au nombre total d'énoncés (n=3869)

²: Le pourcentage est calculé par rapport au nombre d'énoncés de la catégorie de référence (exemple : n=2150 pour la catégorie « Produit alimentaire »)

5.3.1 Produit alimentaire

La catégorie « produit alimentaire » est formée de sept sous-catégories décrivant différents aspects d'un produit alimentaire offert en service alimentaire qui motiveraient les jeunes à manger à la cafétéria de l'école le midi. Le tableau IV les présente par ordre décroissant de fréquences.

5.3.1.1 Aliment

La sous-catégorie « aliment » est la sous-catégorie comportant le plus d'éléments de réponses (n=795 ; 37%). Pour manger à la cafétéria le midi, parmi les aliments les plus fréquemment nommés sont ceux provenant de la restauration commerciale (n=237 ; 30%), tels que la « poutine », la « pizza » et les « sushis ». Les mets du jour sont les seconds (n=169 ; 21%). Parmi les réponses, il est possible de retrouver « pâtes », « lasagne », « poulet ». Ensuite, les fruits et légumes forment 12% des éléments de réponses portant sur les aliments attendus (n=98). Les aliments sucrés suivent de près les fruits et légumes (n=96 ; 12%), des exemples des réponses sont de la « crème glacée », du « gâteau » et des « desserts ». La cuisine d'inspiration internationale forme le quatrième groupe d'aliments le plus fréquemment nommés (n=67 ; 8%). Parmi les éléments de réponses, notons la cuisine arabe, libanaise, magrébine, haïtienne, latino, russe, indienne. Un répondant a écrit vouloir « Manger des plats de différente ethnie, par exemple des bananes plantains, des sushis, du griot, du couscous... » (915).

D'autres éléments de réponses portent plutôt sur des mets froids (n=37 ; 5%), des boissons pour sportifs (n=23 ; 3%), des déjeuners (n=14 ; 2%), des aliments salés (n=14 ; 2%). Les liquides bouclent cette catégorie avec du lait (n=10 ; 1%), du jus de fruits (n=10 ; 1%), des produits laitiers solides (n=7 ; 1%), des boissons caféinées et énergétiques (n=7 ; 1%) et de l'eau : (n=6 ; 1%).

5.3.1.2 Qualité organoleptique

La sous-catégorie « qualité organoleptique » est constituée des éléments de réponses portant sur ce qui est perçu au niveau sensoriel. Elle forme 27% des éléments de réponses pour la catégorie des produits alimentaires (n=580). L'ouïe n'est pas incluse dans cette catégorie, car les éléments portant sur le son ne concernent pas l'expérience alimentaire comme telle, mais plutôt l'ambiance

sonore de la cafétéria. L'appréciation générale des qualités organoleptiques entre aussi dans cette sous-catégorie.

Le goût est la qualité organoleptique la plus fréquemment nommée (n=408 ; 70%). La seconde qualité organoleptique est l'apparence (n=85 ; 15%). Les éléments de réponses se présentent sur la forme suivante « des aliments qui ont l'air bons ». À plusieurs occasions, il est possible de retrouver des éléments de réponse référant à une amélioration des qualités organoleptique sans précision sur une qualité en particulier (n=55 ; 9%). L'odeur (n=18 ; 3%), la texture et la chaleur (n=14 ; 2%) sont nommées par quelques participants.

5.3.1.3 Variété alimentaire

Seize pourcent des réponses (n=351) portent sur l'offre alimentaire. Plusieurs répondants souhaiteraient une plus grande variété et diversité des choix alimentaires en vente à la cafétéria. Certains éléments réponses portent sur la recherche des aliments inspirés d'autres cultures. Finalement, quelques participants réfèrent à la notion de proportion de l'offre (plus ou moins d'un aliment) et de temporalité (plus souvent d'un aliment ou retrouver un aliment régulièrement comme une fois par semaine).

5.3.1.4 Transformation

Plusieurs éléments de réponses portent sur le processus de transformation des aliments à la cafétéria (n=130 ; 6%). Cette sous-catégorie inclut la qualité, la nature des ingrédients ou le type de cuisson. Ainsi, des réponses indiquent le désir de trouver des aliments frais qui ne sont pas en conserve ou congelé.

5.3.1.5 Santé

La cinquième sous-catégorie porte sur la « santé » (n=129 ; 6%). Les participants utilisent principalement le terme « santé » comme adjectif décrivant un aliment en particulier ou l'offre alimentaire générale, telle que décrite dans l'exemple suivant : « Des aliments qui sont bons pour la santé, mais pas toujours » (2140). Certains participants précisent même rechercher une offre alimentaire contenant moins de certains nutriments : « Des aliments qui ont moins de gras trans et saturés et moins caloriques. » (283).

5.3.1.6 Besoin individuel spécifique

Des jeunes recherchent une offre alimentaire répondant à leurs besoins particuliers (n=127 ; 6%). Parmi les éléments de réponses, les besoins individuels spécifiques nommés sont les suivants : considérations religieuses (halal/cachère), végétarisme, allergies, biologiques ou naturelles, familiarité des aliments ou particularités alimentaires. Certains répondants indiquent aussi en avoir assez des choix végétariens, l'énoncé ci-dessous l'illustre : « Manger plus souvent de la viande et moins végétarien ! » (2425)

5.3.1.7 Rassasiement

La dernière sous-catégorie de la catégorie produit alimentaire est celle des « rassasiements » (n=38 ; 2%). Certains éléments de réponses portent sur la faim. Ainsi, les participants indiquent qu'ils mangeraient au service alimentaire lorsqu'ils ressentent la faim. D'autres participants indiquent qu'ils recherchent des aliments qui les comblent afin qu'ils n'aient pas faim en après-midi. Certains participants incluent aussi la notion de rassasiement par rapport au prix (*notons que la notion de qualité prix est abordée dans les pages suivantes*).

« Que les prix soient enfin abordables et que la quantité soit plus grosse, car en ce moment, elle ne vaut pas son prix, par exemple, un diner à 2,10\$ a une portion beaucoup trop petite pour ne plus avoir faim jusqu'à la fin des heures de classe. Il n'y a rien à boire qui est inclus dans le 2.10\$, on doit payer 1\$ pour un jus et 1\$ pour un biscuit comme collation, ce qui revient à environ 4,10\$ pour un diner complet. » (2185)

5.3.2 Environnement physique

La catégorie « environnement physique » est formée de 612 éléments de réponses (15%) et regroupe cinq sous-catégories : « ambiance », « organisation physique de la cafétéria », « propreté », « extérieur de la cafétéria » et « météo ». Elles décrivent les attributs physiques associés au service alimentaire et à son aire de consommation. Le tableau IV présente la fréquence pour chaque sous-catégorie.

La sous-catégorie « ambiance » regroupe le plus grand nombre d'éléments de réponses (n=293 ; 48%). Les commentaires portent principalement sur le son, l'ambiance générale et le décor de la cafétéria. D'abord, plus de la majorité des élèves abordent le bruit dans la cafétéria (n=181 ; 62%). Certains participants se plaignent du volume trop fort du son (voix ou musique) diffusé

dans la cafétéria par la radio-étudiante, ou les choix musicaux qui ne correspondent pas à leurs préférences. Par ailleurs, des participants n'apprécient pas l'absence d'une radio-étudiante ou de musique. Ensuite, certains éléments de réponses portent sur l'ambiance générale dans la cafétéria (n=83 ; 28%). Les commentaires s'opposent, ainsi certains indiquent que l'ambiance devrait être plus calme alors que d'autres recherchent une ambiance plus mouvementée.

Quelques éléments de réponses portent sur le décor de la cafétéria (n=29 ; 10%). Plusieurs réponses portent sur la couleur des murs ou sur la décoration générale de la cafétéria. Certains répondants nomment plutôt la luminosité. Finalement, quelques réponses portent sur l'environnement en général.

La sous-catégorie « organisation physique de la cafétéria » est la seconde sous-catégorie comportant le plus de réponses (n= 129 ; 21%). Plus du trois quarts des éléments de réponses portent sur l'état du mobilier physique (chaises et tables) et sur l'organisation physique de la cafétéria (n=100 ; 78%) soit le nombre suffisant de chaises et les tables, la façon dont ces derniers sont assemblés, les aires de circulation, les zones d'attentes pour le four micro-ondes. Ensuite, le cinquième des éléments de réponses portent sur l'accès limité à des micro-ondes (n=24 ; 19%). Les participants aimeraient qu'il y ait plus de micro-ondes afin de réduire le temps d'attente pour faire réchauffer leur repas. Finalement, quelques éléments de réponses indiquent que certains aimeraient qu'un effort soit fait en ce qui concerne le développement durable (n=5 ; 4%).

Certains éléments de réponses réfèrent à la « propreté » (n=79 ; 13%). Plusieurs réponses réfèrent à des lieux ou de la nourriture provenant de « l'extérieur à la cafétéria » (n=72 ; 12%) comme éléments les motivant à consommer le repas du midi à l'école. Souvent, les élèves nomment l'offre alimentaire à l'extérieur de l'école dans les commerces et la comparent à l'offre au service alimentaire scolaire. D'autres nomment la nourriture de la maison ou nomment leur « lunch » apporté de la maison. Des élèves réfèrent au besoin d'aller dehors pour prendre l'air ou manger sur des tables de pique-nique. Quelques élèves nomment des lieux situés dans l'école, tels que des classes de récupération et la bibliothèque.

Finalement, la météo est aussi une thématique surprenante du corpus de données (n=39 ; 6%). Plusieurs éléments de réponses portent sur la « température » sans plus de précision, et quelques un réfèrent à la « mauvaise température ». D'autres nomment l'hiver ainsi que certaines caractéristiques qui sont associées à cette saison telles que le froid, la neige ou la tempête. Dans les deux cas, une météo moins clémente motive les participants à rester à la cafétéria.

5.3.3 Environnement social

La catégorie « environnement social » est formée de 522 éléments de réponses (13%). Elle regroupe quatre sous-catégories : « autonomie », « pairs », « file d'attente », « attitude du personnel ». Le tableau IV présente ces sous-catégories en ordre décroissant de fréquence.

D'abord, la sous-catégorie « autonomie » comporte le plus grand nombre d'éléments de réponses (n=187 ; 36%). Les participants nomment une variété d'activités déjà existantes ou qu'ils aimeraient retrouver dans leur cafétéria et qui les obligent ou les incitent à manger à la cafétéria. Parmi celles-ci, il est possible de retrouver des sports, des activités parascolaires, des récupérations, des spectacles, des films, des jeux de société. Certains aimeraient avoir accès à leurs appareils électroniques et à l'internet sans-fil (Wi-fi). D'autres aimeraient pouvoir y faire leurs devoirs. Finalement, d'autres indiquent qu'ils aimeraient qu'il y ait moins de règles et plus de liberté. À l'opposé, quelques répondants mentionnent que la surveillance devrait être améliorée.

Ensuite, la sous-catégorie « pairs » est la seconde sous-catégorie comporte le plus d'éléments de réponses pour cette catégorie (n=147 ; 28%). Le contenu de cette sous-catégorie est très homogène. En effet, pour presque toutes les réponses, il est possible de noter que la présence des amis des répondants les motiverait à manger à la cafétéria de l'école.

Puis, plusieurs éléments de réponses réfèrent aux « files d'attente » à la cafétéria (n=133 ; 25%). La majorité des commentaires portent sur la longueur de la file. Les répondants indiquent que celle-ci est trop longue et que parfois le temps les presse. Le temps à attendre dans la file peut alors être un irritant. Quelques réponses portent sur la vitesse et la rapidité du service. Quelques éléments de réponses réfèrent à l'achalandage de la cafétéria trop important pour certains élèves.

À l'égard de l'« attitude du personnel » (n=55 ; 11%), la majorité des commentaires portent sur l'attitude négative ou désagréable du personnel avec les répondants. Toutefois, trois participants indiquent apprécier certains membres du personnel du service alimentaire.

5.3.4 Valeur

La catégorie « valeur » est formée de 429 énoncés (11%) et de quatre sous-catégories soit « prix », « portion », « aspect promotionnel » et « rapport qualité/portion/prix ». Le tableau IV présente les sous-catégories formant cette catégorie.

D'abord, un peu plus de la moitié (n=240 ; 56%) des éléments de réponses portant sur la valeur des produits vendus à la cafétéria concernent le prix de ceux-ci. Plusieurs jeunes indiquent qu'ils souhaiteraient trouver des choix moins chers ou pas très chers. De rares commentaires indiquent que les participants considèrent les prix de la cafétéria raisonnables.

Ensuite, le quart des éléments de réponses portent sur le format de la portion servie à la cafétéria (n=106). Cette sous-catégorie est homogène. La grande majorité des réponses indiquent que les répondants souhaiteraient que la portion servie soit plus grosse.

La sous-catégorie « aspect promotionnel » regroupe les éléments de réponses portant sur les stratégies de diminution de prix, tel que les combos, promotion, spéciaux ou de mets ou collation gratuits (n=57 ; 13%).

Finalement, moins d'un dixième des éléments de réponses pour cette catégorie portent sur le rapport qualité/portion/prix. (n=26). Les répondants aimeraient que ce rapport soit amélioré.

5.3.5 Autre élément de réponse

La catégorie « autre élément de réponse » contient 275 éléments de réponses (7%) et est formée de deux sous-catégories : « aucun changement » et « non pertinent ». Le tableau IV ci-haut présente la fréquence de chaque sous-catégorie et « aucun changement » regroupe la majorité des réponses (n=255 ; 93%). Certains participants répondent « rien » ou « je ne sais pas » à la question « qu'est-ce qui te donnerait le goût de manger à la cafétéria le midi ? » Quelques éléments de réponses ont été considérés comme non pertinents (n=20 ; 7%).

5.3.6 Service

La catégorie ayant le moins d'éléments de réponses est la catégorie « service » comportant 97 éléments de réponses (2%) et formée de trois sous-catégories « accessibilité », « autres moyens de distribution » et « communication ». Le tableau IV décrit la fréquence pour chaque sous-catégorie.

D'abord, la première sous-catégorie formée de près du deux tiers (62%) des éléments de réponses porte sur « l'accessibilité » (n=60). Les répondants indiquent qu'ils auraient plus le goût de manger à la cafétéria si les heures d'ouverture étaient prolongées ou si l'heure de diner était plus longue. Quelques participants indiquent que la proximité de la cafétéria leur donne le goût d'y manger le midi. Ensuite, plusieurs éléments de réponses portent sur les « autres moyens de

distribution » (n=23 ; 24%). En effet, certains répondants réfèrent à des machines distributrices, des comptoirs à salades, des caisses rapides pour ceux qui achètent un ou deux articles. Puis, quelques éléments de réponses portent sur la communication des services alimentaires (n=14 ; 14%). Les participants réfèrent à principalement à l'affichage du menu de la semaine et des prix ainsi qu'au respect du menu affiché ou envoyé aux parents. Certains indiquent qu'ils aimeraient qu'il y ait des publicités et des annonces près de la cafétéria ou à « l'intercom ».

6. Discussion

Les données qualitatives abordant les attentes et les motivations alimentaires des jeunes analysées dans ce mémoire complètent les données quantitatives rapportées sur le même sujet par Blais-Bélanger (50).

En général, l'important taux de réponse pour les deux questions posées est surprenant. Les jeunes avaient de l'information à partager. Comme dans la littérature, des différences inter-corpus, soit entre le corpus de données des participants du primaire et celui des participants du secondaire, ont pu être observées et liées au processus d'autonomisation (4, 52, 86, 120). Également, étant donné l'apport important en aliments riches en sucre, gras et sel décrit dans la littérature il était attendu que les jeunes les nomment dans leurs attentes alimentaires (11, 20-25, 28). Blais-Bélanger note également la fréquentation importante de commerce de restauration rapide (50).

La demande importante pour les fruits et légumes associés à la notion de fraîcheur et de variété et les plats de type « table chaude » était surprenante, en raison de leur faible apport en aliment de ce groupe (20). Ce résultat est particulièrement intéressant et prometteur considérant le succès d'interventions pour l'augmentation des apports en fruits et légumes en milieu scolaire dans les autres pays industrialisés (77, 79-81). L'attrait pour la fraîcheur et la variété associé aux fruits et légumes vient également soulever de nouvelles questions qui seront discutées plus loin dans ce chapitre.

Comme motivateur, les mets, aliments ou boissons étaient des réponses attendues puisqu'ils sont parmi les principaux extrants d'un service alimentaire scolaire. L'importance du goût, du prix et de la grosseur des portions était également prévisible (49). Les quelques commentaires portant sur le personnel rappellent l'importance de l'interaction consommateur-employé décrite dans le concept de servicescape de Bitner, tout comme les commentaires portant sur l'ambiance et l'environnement physique de la cafétéria (88). Toutefois, la prévalence élevée de commentaires portant sur la présence des amis n'était pas attendue à ce point. Également, les résultats illustrent l'interaction complexe entre les attitudes et motivations associées au prix, à la grosseur de la portion et aux qualités organoleptiques des produits alimentaires.

Les faits saillants et les différences entre les attentes des jeunes du primaire et du secondaire seront soulignés et les constats des revues systématiques ayant abordé les interventions en milieu scolaire. Ensuite, les motivations alimentaires spécifiques aux jeunes du secondaire seront explorées. Finalement, des pistes de recherches seront proposées et les limites de ce mémoire seront décrites.

6.1 Constats sur les attentes des jeunes du primaire

Les jeunes du primaire sont à l'aube de leur adolescence où prend place le processus d'autonomisation dont la phase critique se situe vers l'âge de 12-14 ans (4). Ainsi, au contraire des adolescents, les plus jeunes suivront habituellement le modèle alimentaire traditionnel présenté par leurs parents. N'étant pas en recherche de différenciation, l'alimentation familiale orientera les goûts, les habitudes alimentaires des enfants (52). D'ailleurs, leurs parents jouent encore un rôle important sur leur alimentation et plusieurs interventions en milieu scolaire tentent de rejoindre les parents pour les associer à l'amélioration de l'environnement alimentaire (91). Ainsi, il est possible de retrouver dans leurs réponses des aliments compatibles avec la politique alimentaire en fortes proportions soit les sous-catégories « offre alimentaire de style table chaude », « fruits et légumes » et « mets froids », sous-catégories qu'endosseraient certainement leurs parents.

Par ailleurs, la préférence pour une marque commerciale est nettement l'aspect motivateur le plus fréquent chez ces jeunes du primaire. L'environnement alimentaire commercial peut avoir inspiré ceux-ci à fournir de telles réponses (121). Cet intérêt pour des marques commerciales sous-tend une exposition soutenue au marketing alimentaire (102), mais également leur intégration, par la mémorisation des noms. Ces résultats sont d'autant plus surprenants étant donné que la méthode qualitative ne fournissait pas de choix de réponses dirigés. Pour le jeune, la référence à une marque lui permet d'exprimer rapidement ses attentes. Du côté de l'influence parentale, il n'est pas étonnant de retrouver la santé comme motivation définissant leurs attentes en matière d'alimentation, puisque l'importance de manger « santé » est souvent transmis au sein de l'environnement familial. Au Québec, les jeunes sont aussi exposés à des messages sur la saine alimentation dans leur communauté, à l'école, mais également via les

médias. Par ailleurs, leur compréhension de ce concept d'alimentation saine demeure à mesurer ainsi que leur intérêt pour la fraîcheur et la variété.

6.2 Constats sur attentes des jeunes du secondaire

Les jeunes du secondaire sont en pleine adolescence. Dans leur transition du primaire au secondaire, leur environnement socioculturel se diversifie de plus en plus, la famille, faisant partie de ce même environnement, occupe une place moins importante. C'est un moment charnière de leur individualisation. Lors du processus d'autonomisation, les adolescents imposent leur statut de « mangeur libre » ou « mangeur pensant et s'autorégulant » (120). L'alimentation est un terrain d'expérimentation et d'invention de nouvelles règles pour les adolescents. Ainsi, les jeunes tentent de nouvelles expériences en mangeant et en achetant des aliments dans des lieux autres que la maison, par exemple dans les restaurants et à l'école.

Parmi les résultats, l'intérêt pour les fruits et légumes tout juste après les attentes pour des plats de type de restauration commerciale surprend un peu, compte tenu des habitudes de consommation de fruits et légumes des adolescents connues comme étant relativement faibles. Les fruits et légumes sont compatibles avec la politique alimentaire scolaire ; si les jeunes du secondaire indiquent souhaiter en retrouver dans leur cafétéria, il est possible que l'offre actuelle ne corresponde pas à leurs attentes. Les revues systématiques sur les interventions au niveau de l'environnement alimentaire ont démontré que ces dernières avaient un effet positif sur la consommation de fruits et légumes (8). Ici, les jeunes ont clairement indiqué qu'ils aimeraient voir plus de fruits et légumes à la cafétéria. L'implantation d'une intervention scolaire visant à augmenter l'offre de fruits et de légumes frais et de qualité dans l'environnement alimentaire serait prometteuse. Dans un autre ordre d'idée, il est possible que les attentes des jeunes aient pu être influencées aussi par leur environnement médiatique. Depuis quelques années, une campagne québécoise sur la saine alimentation appelée le Défi santé accorde une grande importance à la consommation de fruits et aux légumes il est possible que celle-ci ait pu influencer leurs réponses à la hausse (122).

Selon le mémoire de Blais-Bélanger (2014) (50), la variété est un des aspects les plus recherchés par près de 50% des jeunes montréalais du secondaire (48%). Toutefois, la perception de fraîcheur et de variété telle que représentée par les jeunes pour ces produits spécifiques serait à évaluer. Il est possible que ces attentes soient le reflet de la préférence des

participants pour des attributs de fraîcheur et de qualité qui ne sont possiblement pas toujours au rendez-vous dans les cafétérias scolaires.

Il semble également y avoir une attente pour des mets traditionnels formant la sous-catégorie « offre alimentaire de style table chaude ». Ce type de repas est également compatible avec les opérations des services alimentaires scolaires. Précisons ici que l'offre alimentaire de type table chaude est souvent accompagnée d'éléments de réponses portant sur la motivation, telle que la fraîcheur et la variété, le goût, le prix et la qualité. Certains de ces éléments révèlent une insatisfaction à l'égard de l'offre actuelle.

Malgré la présence de politiques alimentaires en milieu scolaire, les jeunes du secondaire cherchent des plats de type restauration commerciale et des grignotines sucrées en proportion importante. Blais-Bélanger rapporte que les jeunes de niveau secondaire de cette étude visitent fréquemment les commerces entourant leur école (50). Bien que la politique alimentaire limite l'accès à des aliments de plus faible qualité nutritive dans l'enceinte des écoles, il demeure que les jeunes y ont facilement accès dès leur sortie de l'école. En effet, 42% des écoles publiques québécoises en milieu urbain sont situées à moins de 500m de distance d'un restaurant minute (92). D'ailleurs, lors de modifications de l'offre dans l'environnement alimentaire, les comportements alimentaires des jeunes ne sont pas toujours améliorés s'il leur est possible d'obtenir des aliments moins sains d'une autre source de distribution (8). Nos données confirment que les jeunes recherchent encore ces aliments de faible valeur nutritive. Toutefois, dans la situation où les jeunes ont le choix entre fréquenter un commerce environnant l'école ou rester sur place, ceux-ci doivent se prêter à une analyse coûts-bénéfices. Malgré tout, certains jeunes préféreront sortir du milieu scolaire pour se restaurer. C'est pour cette raison qu'il est important de considérer la contribution des communautés entourant les milieux scolaires dans la modification de l'environnement aliment scolaire (8, 91).

6.3 Des attentes différentes selon le cycle d'études

Nous avons déjà mentionné que le processus d'autonomisation chez les jeunes du secondaire peut expliquer une bonne part des différences observées dans les données entre les élèves du primaire et du secondaire. Ces derniers vont s'affirmer en exprimant des choix liés à des aliments qui sont riches en sucre, sel et gras et qui rejoignent davantage leurs préférences alimentaires.

Les « mets de restauration commerciale d'inspiration internationale » et la « cuisine du monde » gagnent en popularité entre le primaire et le secondaire. D'ailleurs, Blais-Bélanger rapporte que les jeunes du secondaire sont plus ouverts aux aliments inconnus que les jeunes du troisième cycle primaire (50).

Ainsi, l'offre alimentaire de style table chaude est bien plus importante chez les jeunes du primaire (23%) alors que les jeunes du secondaire l'ont nommée deux fois moins souvent (12%). Toutefois, il est également possible que les jeunes du primaire n'ayant pas de service alimentaire idéalisent l'idée de la cafétéria qui peut sembler plus intéressante pour eux que des repas servis en barquettes en provenance d'un traiteur. Tel que rapporté précédemment, pour un jeune du primaire, la cafétéria est le lieu des plus grands. On peut y choisir ce que l'on veut manger et avoir un comportement d'adulte (31). Les mets froids sont alors moins intéressants puisque c'est un mets qu'ils peuvent amener de la maison tous les jours. À leur entrée aux secondaires, plusieurs jeunes ont également une opinion négative à l'égard de la boîte-à-lunch et n'apprécient pas l'attente aux fours à micro-ondes, une expérience quotidienne qui marque certainement leur imaginaire en prévision de l'arrivée au secondaire (31).

Pour les jeunes du primaire, les boissons sucrées sont peu nommées, alors qu'au secondaire, ce sont les boissons les plus fréquemment rapportées. Les boissons sucrées sont des aliments ultra transformés (38), mais associées à un marketing important, elles sont des options attrayantes pour les jeunes qui cherchent à sortir des sentiers battus (120, 123, 124). Aussi les boissons caféinées et énergisantes apparaissent dans les résultats des jeunes du secondaire alors qu'il n'y en avait aucune mentionnée au primaire. Cela peut certainement être le résultat des efforts de pratique de marketing alimentaire importante visant les jeunes (34) ajoutés au fait que les jeunes expérimentent de nouveaux produits stimulants qui ajoutent des éléments de risque et les éloignent de la voie de l'alimentation traditionnelle (120). Dans le même ordre d'idée, les suppléments pour sportifs et les aliments biologiques retrouvés sont présents dans les résultats du secondaire alors qu'il n'y en a aucune mention au primaire.

Toutefois, certaines différences sont difficilement attribuables au processus d'autonomisation des adolescents. D'abord, l'apparition de la sous-catégorie « eau » au secondaire. Ceci peut s'expliquer par le retrait récent des bouteilles d'eau dans les écoles secondaires de la CSDM (125). Dans un contexte de changement d'environnement alimentaire, l'eau pourrait être exploitée dans la modification de l'offre alimentaire autant au primaire qu'au secondaire.

D'ailleurs, il existe une initiative récente s'adressant aux jeunes du primaire faisant la promotion de l'eau (126).

Ensuite, l'importance accordée à la qualité des aliments est inexistante pour les résultats du primaire et apparait au secondaire. Rappelons que selon notre grille d'analyse la qualité des aliments est définie par la référence à la qualité par rapport au prix ou à « l'authenticité » de l'offre alimentaire du service alimentaire (ex. une vraie pizza). Notre grille d'analyse fait d'ailleurs une distinction entre la qualité alimentaire, la variété, la fraîcheur, les qualités organoleptiques et la santé. Ce concept un peu plus abstrait, peut-être plus difficile à définir chez les participants du primaire. Peut-être que les adolescents perçoivent être exposés à une offre de qualité supérieure lors de la fréquentation d'autres lieux de restauration leur permettant de comparer la qualité dans ces différents emplacements de consommation. D'ailleurs, les adolescents sont en processus d'autonomisation et ont plus l'habitude d'affirmer leur opinion sur divers sujets et l'alimentation n'y échappe pas.

6.4 Des attentes similaires selon le cycle d'études

Les attentes pour des plats de type « restauration commerciale » sont les plus fréquemment nommées au primaire (n=454; 35%) et au secondaire (n=889; 38%). Ce type de plat est reconnu pour son faible prix.

Chez les jeunes du primaire et du secondaire, les aliments nommés et liés aux commerces de restauration rapide sont riches en gras et en sodium, mis à part les sushis qui par ailleurs sont souvent faibles en protéines. Ces aliments sont attrayants pour les jeunes étant donné leur palatabilité, leur rapidité de service, mais également leur bas prix. Ainsi, les jeunes peuvent avoir une attente, non nommée, qui est un faible prix attendu. La pizza et les sushis sont parmi les produits attendus de plusieurs jeunes. Dans les deux cas, ce sont des choix faciles à emporter et à manger. Toutefois, il est possible de remarquer une demande plus importante pour la pizza que pour les sushis chez les jeunes du primaire. Cette augmentation pour les sushis au secondaire peut s'expliquer par le développement du goût et le désir de vivre une nouvelle expérience. Également, il est possible que les élèves soient influencés par la multiplication de l'offre de sushi auprès de franchisés de la restauration rapide au Québec.

Les fruits et légumes, sans être au même rang au primaire et au secondaire (2^e et 3^e rang

respectivement), demeurent populaires. Les jeunes du primaire et du secondaire recherchent une offre de fruits et légumes qui ne correspond pas nécessairement à l'offre typique de cafétéria. Ils veulent une variété de légumes et fruits frais, entiers, coupés ou en smoothies. D'après les réponses obtenues, ils ne semblent pas aimer particulièrement des légumes congelés ou en conserve avec leur repas. Les jeunes du secondaire sont très clairs quant à leurs attentes de fruits et légumes correspondant à leurs standards de fraîcheur et variété, ce qui n'est pas le cas pour les répondants du primaire. Sachant que les interventions en milieux scolaires ayant pour but l'augmentation de la consommation de fruits et légumes par une augmentation de leur offre suggèrent des résultats positifs (8, 77, 79), une intervention à ce niveau pourrait avoir des retombées intéressantes. Chez les jeunes du primaire, les attentes face à la fraîcheur et la variété des fruits et légumes semblent prendre moins de place que chez les jeunes du secondaire.

Bien que l'offre alimentaire en table chaude soit plus fréquemment attendue par les élèves du primaire qu'au secondaire, il demeure que le type d'aliments principalement recherchés par les jeunes est semblable malgré le cycle scolaire. Les plats de pâtes sont nommés dans la plus grande proportion, suivis par les viandes et substituts.

Le goût ressort également chez les jeunes du primaire et du secondaire. Cependant, cette sous-catégorie est formée de très peu de réponses au primaire en comparaison avec le secondaire. Ce résultat est d'autant plus intéressant lorsqu'il est comparé aux résultats provenant du mémoire de Blais-Bélangier (50). En effet, 70,8% des jeunes du primaire et 89,2% des jeunes du secondaire indiquent dans le volet quantitatif de l'étude que le bon goût des aliments est important. Les répondants avaient par ailleurs indiqué en très faible proportion que les aliments servis à leur école avaient bon goût (34,2% au primaire et seulement 24,6% au secondaire) (50). Pourquoi recueillir alors un pourcentage si faible d'éléments de réponses portant sur le goût comme qualificatif entourant l'aliment attendu? Il est possible que la fraîcheur et la variété soient plus problématiques aux yeux des jeunes que celle du goût.

Dans la catégorie des besoins individuels spécifiques, la religion est la plus fréquente au primaire et au secondaire. Celle-ci est suivie par le végétarisme. La CSDM accueille des jeunes de diverses origines et certains jeunes indiquent que l'offre alimentaire actuelle ne correspond pas à leurs attentes (127). Certains éléments de réponses indiquent que les participants recherchent des mets chauds adaptés à leur religion, et pas seulement des mets

froids. Pour ceux qui peuvent manger de la viande, ils aimeraient avoir accès à des plats de viande respectant leur religion. Cette problématique représente un défi pour la CSDM, compte tenu des contraintes de production alimentaires que leur mise en application engendre. Par exemple, afin de produire un repas certifié halal ou cachère, il faut que la totalité des ingrédients soit certifiée. Le principal enjeu est la viande qui doit avoir été sacrifiée en suivant les principes de ces religions. En plus, dans le cas des repas de type cachère, il faut deux cuisines complètes séparées afin d'éviter que la viande cachère entre en contact avec les produits laitiers.

Les élèves de la CSDM ont des attentes, quel que soit leur cycle d'études, qui sont en partie en harmonie avec les propositions d'initiatives de la politique-cadre. En effet, plusieurs participants nomment des aliments correspondant aux lignes directrices de la politique-cadre. La politique-cadre comporte des initiatives pour ses composantes prioritaires (2). Les grandes lignes sont les suivantes : offrir des repas équilibrés, contenant au moins une portion de légumes en accompagnement, en privilégiant les produits céréaliers à grains entiers, en limitant la teneur en gras des viandes et en choisissant des types de cuisson maigres. Les desserts offerts doivent être à base de fruits, de produits laitiers et produits céréaliers à grains entiers. Également, il faut faire place à une variété de fruits et légumes, jus de fruits purs, jus de légumes, lait et eau. Au final, ces composantes prioritaires sont comparables aux attentes des jeunes. En effet, ceux-ci recherchent une variété de fruits et légumes autant en collation que dans les repas. Ils recherchent des repas rassasiants, une des qualités des repas équilibrés. Les boissons sont également à l'honneur que ce soit l'eau ou les jus. Par ailleurs, les recommandations récentes relatives à la limitation de la consommation de fruits sous forme de jus amèneront certainement une révision des positions sur la place de cette catégorie d'aliments (133).

Pour inspirer les gestionnaires de services alimentaires, en 2015, la première conférence nationale sur l'alimentation scolaire a été inaugurée, à Montréal. Intitulée « du changement au menu », cette conférence a réuni plus de 450 participants, pour la plupart des acteurs des services alimentaires scolaires. Celle-ci a permis aux participants d'acquérir de nouvelles connaissances en ce qui a trait à des stratégies, des pratiques, outils et ressources, tout en renouvelant leur motivation à l'égard de la bonification de l'alimentation scolaire. Les retombées de cette conférence furent qualifiées de positives par les participants.

6.5 Implications pratiques des résultats liés aux attentes des jeunes

Certaines des attentes et motivations sont peu réalistes ou ne peuvent pas être appliquées dans les milieux scolaires pour des raisons d'incompatibilités avec la politique alimentaire et les règlements scolaires ou compte tenu des limites financières des établissements. Toutefois, certaines attentes exprimées par les jeunes pourraient être retenues telles que :

- Les jeunes désirent des fruits et légumes variés et frais. Les revues systématiques supportent la mise en place d'interventions sur les fruits et légumes.
- Les jeunes souhaitent boire de l'eau, mais également des boissons sucrées. Cela renforce la place d'initiatives sur l'eau tel que J'ai soif de santé (126).
- Une grande partie des jeunes ont des attentes spécifiques, par exemple les pâtes. Cette catégorie de mets économiques présente des opportunités en cuisine pour y associer d'autres groupes alimentaires (légumes, légumineuses, etc)

Ce mémoire a une pertinence particulière. Il permet également d'évaluer les attentes des jeunes pour le moment. Si un sondage comparable est répété dans le futur, il sera possible de comparer l'évolution des attentes des jeunes qui, espérons-le, auront évolué à l'égard des boissons sucrées.

6.6 Constats sur ce qui motive les jeunes à utiliser la cafétéria

Les motivations retenues ne se limitent pas aux produits alimentaires, mais portent également sur l'environnement physique et social de la cafétéria.

6.6.1 Importance du produit alimentaire

Les produits alimentaires et leurs caractéristiques motivent d'abord les jeunes à manger à la cafétéria. À l'instar de plusieurs études, les qualités organoleptiques des aliments sont parmi les déterminants qui motivent les jeunes à fréquenter les services alimentaires (23, 50). Aussi, la présentation à la ligne de service et l'odeur dans la cafétéria sont des aspects à soigner. Les jeunes identifient également la variété alimentaire (n=351; 16%) et la transformation alimentaire c'est-à-dire la qualité, la nature des ingrédients ou le type de cuisson (n=130; 6%)

comme étant un élément motivateur à la fréquentation de la cafétéria de l'école, rappelant les attentes au sujet de la fraîcheur et variété.

Puis, viennent la santé et certains besoins individuels spécifiques. Il est curieux de retrouver « santé » avant « besoins individuels spécifiques » comme éléments motivateurs pour les jeunes puisque la littérature note un désintérêt de la part de plusieurs jeunes pour la santé, les préoccupations des jeunes étant sur des bénéfices immédiats ou à très court terme. (23, 50). Cependant, il semble que plusieurs jeunes ne comprennent pas bien ce qu'est un aliment associé à la santé (4).

Différentes hypothèses pourraient justifier ce résultat. L'offre alimentaire de la CSDM est nutritionnellement conforme aux standards de la politique alimentaire de la CSDM et du MELS, toutefois, certains aliments offerts sont des aliments pouvant être faussement catégorisés par les jeunes comme étant de la malbouffe, malgré leur profil nutritionnel respectant les standards de la CSDM. C'est le cas de biscuits, muffins, pouding au chocolat et pizza. Dans ce cas, les jeunes pourraient avoir nommé la santé afin de dénoncer cette offre par ailleurs composée d'ingrédients adaptés aux politiques alimentaires.

Il est également possible que certains de ces jeunes soient à la recherche d'une offre personnalisée et qu'ils nomment la santé comme un attribut, une « étiquette », qu'ils recherchent sans plus de considération. Ce même phénomène serait également observé pour « besoin individuel spécifique ». Cette tendance pour les aliments « santé » reflétée dans la transformation progressive de l'offre alimentaire de l'industrie est certainement une tendance émergente dans la population en général, reflet d'une norme sociale qui prend place lentement au sein de certains segments et laquelle mérite certainement d'être documentée en santé publique.

Finalement, le pouvoir rassasiant des aliments est nommé comme élément déterminant par les jeunes. Selon les résultats de Blais-Bélanger, environ la moitié des jeunes indiquent choisir des aliments qui les aident à se rendre au prochain repas. Des interventions éducatives pourraient porter sur l'équilibre alimentaire, l'importance de manger lorsque l'on a faim et de respecter sa satiété ainsi que de fournir des informations sur les besoins énergétiques spécifiques associés à des contextes particuliers comme l'entraînement. D'ailleurs, l'offre de

collations par les services alimentaires est une offre très importante afin de permettre aux jeunes de respecter leur faim et leur satiété.

6.6.2 Importance des environnements physiques

L'ambiance, l'organisation physique et la propreté de la cafétéria sont des aspects qui motiveraient les jeunes à fréquenter leurs services alimentaires scolaires. Par ailleurs, les contraintes financières et d'organisation des cafétérias peuvent limiter les modifications à l'ambiance et à l'organisation des environnements physiques. Toutefois, retenons que la satisfaction des jeunes à l'égard de l'environnement physique (et social) pourrait influencer favorablement les performances financières des services alimentaires si la clientèle du secondaire choisissait de ne pas quitter les services alimentaires sur l'heure du dîner.

L'ambiance est une dimension très importante de l'environnement physique. Le bruit trop élevé dans les cafétérias semble être un réel problème pour une majorité de participants. À l'inverse, d'autres jeunes préfèrent des endroits plus bruyants pour manger. Toutefois, durant le repas, l'ambiance devrait être conviviale et calme (5, 6). Il serait intéressant d'étudier les possibilités d'offrir une ambiance plus calme dans les cafétérias afin que les jeunes puissent respecter leur tolérance au son. Pour éviter que le bruit ne devienne une condition défavorable à la prise de repas, une évaluation de l'environnement sonore de la salle à manger est recommandée par le MELS (128). Le décor est également un motivateur pour les jeunes, mais celui-ci ne semble pas répondre à ce qu'ils recherchent. Si l'on compare l'environnement physique des cafétérias de la CSDM aux autres environnements physiques alimentaires fréquentés par les jeunes, tel que les restaurants rapides et les foires alimentaires, la différence est assez importante.

6.6.3 Importance des environnements sociaux

Les attentes liées à l'environnement social reflètent leur désir de se divertir et de socialiser dans la cafétéria comme dans d'autres lieux publics. Les règlements de leur cafétéria semblent trop stricts pour ceux-ci. Ils veulent être divertis et stimulés par des activités sportives, ou parascolaires. Ils aimeraient également avoir accès à leur appareil électronique et le Wi-fi. Ces jeunes sont nés avec la technologie et celle-ci fait partie de leur vie (129).

À l'égard de leur désir de socialiser, les amis font également partie des éléments motivateurs de l'environnement social et peuvent être expliqués par le processus d'autonomisation des jeunes (120). Ce résultat est soutenu par Blais-Bélanger (50), la famille prenant de moins en moins de place dans les décisions de consommation du jeune (65) au profit de l'influence du groupe d'amis (69, 103, 120). Ainsi, si des membres de ce groupe d'amis dînent à l'extérieur, certains les suivront pour rester avec le groupe, l'inverse s'applique également (52, 103).

L'attitude du personnel joue également un rôle. Elle est considérée par plusieurs jeunes comme négative, et les jeunes indiquaient clairement ne pas apprécier le comportement de certains employés de la cafétéria alors que d'autres étaient louangés. Il faut se demander si les participants du secondaire ont déjà à priori une perception négative des employés de services alimentaires. Cette perception ancrée de l'« employé de cafétéria » a fait son entrée dans la culture populaire et continue d'exister maintenant (130). Le dur labeur des employés peut être bonifié avec de la formation quant aux interactions avec les adolescents, mais également sur les points à améliorer pour répondre aux attentes des jeunes à l'égard de l'importance des relations sociales.

Indirectement associées aux environnements sociaux, notons la qualité des communications du service alimentaire avec les jeunes. Certains répondants indiquent que les communications en provenance du service alimentaire ne sont pas adaptées à leur besoin. Des exemples sont l'affichage et le respect du menu et de ses prix, et la communication des heures d'ouverture. Le plus important étant de respecter ce qui a été communiqué. Il faut développer cette relation de confiance avec les jeunes et respecter ses engagements est particulièrement important.

6.6.4 Sensibilité au prix

Les jeunes indiquent leur sensibilité au prix en nommant le prix, la portion, l'aspect promotionnel et le rapport qualité/ portion/prix comme les motivant à fréquenter les services alimentaires de leur école. Ce résultat est confirmé par Blais-Bélanger qui rapporte l'importance du prix pour les jeunes du secondaire (50). Au secondaire, une certaine proportion des jeunes ont un emploi rémunéré, et ont donc un pouvoir d'achat plus important (20). Avec le gain d'autonomie associé à l'adolescence et la prise en charge progressive de leur responsabilité financière, les adolescents développent leur conscience de la valeur de

l'argent. Ils ont également des expériences passées avec la restauration à l'extérieur du service alimentaire. La grosseur de la portion est également importante en raison des besoins énergétiques accrus à l'adolescence (131). Si l'on combine leur sensibilité au prix et l'importance de la grosseur de la portion, il est possible de mieux comprendre l'importance du rapport portion/prix afin d'avoir une portion répondant à leur appétit tout en étant à un prix jugé abordable. Il serait intéressant d'étudier les déterminants de la satisfaction du rapport qualité/prix chez les adolescents.

6.7 Implications pratiques des résultats liés aux motivations des jeunes

Bien que les services alimentaires scolaires appartiennent à la CSDM, il demeure que les jeunes en sont les principaux utilisateurs, relativement captifs. Les jeunes ont identifié les éléments qui les motivent, alors ils pourraient également être impliqués dans la modification de l'ambiance de la cafétéria. Le niveau sonore dans la cafétéria semble être problématique, il serait prioritaire d'explorer les avenues architecturales possibles pour réduire le niveau de bruit, tenant compte des matériaux et des superficies. Le personnel est l'âme du service alimentaire, ce sont eux qui entrent en contact avec les élèves tous les jours. Comme le « servicescape » l'indique, ce contact aura un effet sur la fréquentation des jeunes. Bien que le roulement de la main d'œuvre des services alimentaires soit souvent élevé, la formation du personnel sur la saine alimentation et le service aux jeunes serait de mise afin de s'assurer d'offrir un service que les jeunes aimeront et adopteront. Des activités visant à valoriser l'implication du personnel comme source d'informations sur les comportements des jeunes seraient aussi certainement profitables dans une optique d'amélioration continue de la qualité du service. Au quotidien, ce sont eux qui observent et quelques fois subissent les attitudes des jeunes à l'égard de l'offre en place ou de la nouveauté.

6.8 Pistes de recherche

Durant ce mémoire, il a été possible de constater que les jeunes du primaire et du secondaire peuvent être consultés en recherche qualitative. La majorité des jeunes ont répondu aux questions qualitatives, et peu n'ont pas été sérieux dans leurs réponses. C'est également un

moyen de consulter les jeunes qui prend peu de temps. Par ailleurs, il serait pertinent de compléter les données recueillies à l'aide de groupes de discussion afin de mieux comprendre certaines attentes et perceptions des jeunes. Des analyses croisées pourraient également être faites pour faire ressortir des différences entre les réponses des filles et des garçons, ou selon l'indice de défavorisation des écoles. Plusieurs sujets méritent d'être étudiés, tels que la faisabilité de revoir une offre alimentaire répondant à la demande de la clientèle tout en suivant la politique alimentaire de la CSDM, l'importance des marques commerciales, l'importance de la présence de ses amis. Les jeunes semblent être insatisfaits de la qualité de l'offre de fruits et légumes, mais mangeraient-ils plus de fruits et légumes provenant de leur cafétéria si l'offre répondait à leurs attentes à l'égard de leur fraîcheur et de leur variété? Également, il est surprenant de voir les jeunes nommer en grand nombre les plats de « type table chaude », ces attentes mériteraient d'être clarifiées. Aussi, il serait intéressant de savoir sur quel référentiel ils se basent pour juger de l'ambiance et de la qualité alimentaire. Se basent-ils sur les environnements de lieux d'alimentation commerciaux? Il pourrait alors être intéressant d'étudier l'environnement des établissements concurrents. Les environnements physiques et sociaux sont-ils aussi importants au primaire qu'au secondaire? Quelles sont les différences? Finalement, peu de données sont disponibles quant aux préjugés défavorables associés aux cafétérias. Et de l'autre côté de la ligne de service, les employés des services alimentaires devraient également être étudiés afin de mieux comprendre leurs perceptions de ces jeunes consommateurs. Finalement, il serait intéressant d'étudier des façons réalistes d'inclure les jeunes dans les différents aspects du service alimentaire par exemple dans le choix des nouvelles recettes à intégrer au menu par le biais de panels de dégustation, l'amélioration des communications de la cafétéria et la création d'activités de valorisation des services alimentaires.

6.9 Forces et limites

L'approche qualitative déductive était nécessaire dans le traitement des données pour ce mémoire considérant la richesse du corpus de données (119). Plusieurs efforts de validation des codifications ont été mis en place pour assurer la qualité de l'analyse. Grâce à cette approche, il a été possible de faire ressortir des résultats plus précis qu'avec une classification

plus générale surtout considérant que ce projet cible l'expérience de l'utilisateur. Par contre, sa principale faiblesse est le temps nécessaire pour la création de la grille, le codage du corpus de données et l'analyse de données. N'ayant pas utilisé un cadre rigide, plusieurs ajustements ont dû être apportés au cours de l'analyse. Également, certaines réponses étaient plus difficiles à coder en raison de leur contenu qui manquait de précision, quelques fois de sérieux ou de contexte. Par ailleurs, parmi les limites, notons aussi que dans certains cas, les réponses auraient pu être plus précises. En manquant de précisions de la part des répondants, certaines réponses ont été plus difficiles à classer même si tous les efforts furent mis en place pour éviter d'extrapoler au-delà des réponses inscrites.

Au niveau de l'échantillon, sa représentativité par rapport à la population d'élèves de la CSDM est également une limite de cette étude. La répartition des niveaux scolaires entre les échantillons et la population sont relativement semblables. Toutefois, plus de filles du primaire et du secondaire ont rempli le questionnaire. Également, les caractéristiques socio-économiques de l'échantillon sont légèrement différentes. Au primaire, il y a plus de jeunes appartenant à la tranche de défavorisation de « 30% à 49,9% » et une proportion plus importante des jeunes provenant de la tranche de défavorisation « 50% et plus » dans l'échantillon du secondaire. Également, certaines informations sur la population de la CSDM sont manquantes (origine canadienne ou autre, allergies alimentaires) ce qui limite l'évaluation de la représentativité de l'échantillon à ce sujet. L'échantillon n'est donc pas représentatif de l'ensemble des élèves québécois inscrits en troisième année du primaire et du secondaire. En effet, les caractéristiques sociodémographiques, le type d'établissement scolaire (privé, public), les moyens de transport (marche, vélo, autobus, automobile) et le style de vie (urbain vs rural) peuvent différer entre cet échantillon et la population de jeunes Québécois d'autres villes ou régions géographiques.

7. Conclusion

De multiples enquêtes démontrent que les apports des jeunes Québécois ne répondent pas aux recommandations du GAC et pourraient être néfastes pour leur santé à court et à long terme. Pendant ce temps, l'obésité chez les jeunes est en augmentation depuis quelques décennies. La littérature indique que les saines habitudes de vie dépendent pas d'un, mais bien de plusieurs facteurs, tels qu'illustré par le concept écologique de Story et coll (2002) (23).

Les connaissances en matière d'alimentation ne sont plus enseignées dans le cursus pédagogique québécois alors que durant ce temps de plus en plus d'aliments transformés sont consommés par les jeunes Québécois. La politique-cadre donne une orientation aux milieux scolaires à l'égard des aliments qui devraient être servis aux jeunes.

L'environnement alimentaire scolaire est un lieu qui rejoint des jeunes de divers milieux socio-économiques. Il est reconnu comme milieu d'intervention pour les saines habitudes de vie. Toutefois, il demeure que les jeunes ont des attentes et des motivations à l'égard de leur service alimentaire malgré les limites imposées par la politique alimentaire ainsi que les limites institutionnelles de ces services.

Cette mémoire porte le volet qualitatif de la satisfaction et de la perception des services alimentaires des jeunes de la CSDM, soit les attentes et les motivations des participants. Les résultats présentés devraient permettre aux gestionnaires des services alimentaires de la CSDM de mieux comprendre les attentes des jeunes du primaire et du secondaire ainsi que ce qui les motive à fréquenter les services alimentaires. L'approche qualitative avait sa place. Sortant du cadre des questions à choix de réponses il a été possible d'obtenir des réponses de qualité, car les jeunes ont pris l'exercice au sérieux. Fait intéressant, les fruits et légumes sont attendus par les jeunes du troisième cycle primaire et du secondaire, les plats de « type table chaude » le sont aussi. Les jeunes du primaire et du secondaire sont différents quant à leurs attentes face à divers aspects tels que la santé, la variété et la fraîcheur, le pouvoir rassiant. Ce qui motive les jeunes du secondaire à fréquenter leur cafétéria est l'importance du produit alimentaire, mais aussi l'importance des environnements physiques et sociaux.

À partir de ces résultats, la CSDM pourra être inspirée pour orienter son offre et la gestion de ses services alimentaires. Les résultats du volet qualitatif de cette étude pourraient également être utilisés par d'autres intervenants en contact avec une clientèle semblable au Québec. Même si les résultats ne peuvent être généralisés à tous les jeunes de la province, ils offrent des repères que les divers milieux peuvent valider auprès de leurs clientèles respectives en poursuivant avec des sondages. Les informations obtenues permettront à la CSDM de mieux comprendre la perspective de l'utilisateur, laquelle devrait inspirer des interventions adaptées à celui-ci.

Les réponses des jeunes portent en grande partie sur des déterminants individuels, telles que les préférences alimentaires. Les déterminants sociaux font également partie de leur quotidien en raison de l'importance de la présence des amis à la cafétéria. Finalement, les déterminants environnementaux rejoignent également les participants, le service alimentaire et les commerces d'aliments à proximité des écoles viennent quotidiennement influencer les attentes et motivations alimentaires des jeunes au quotidien.

8. Bibliographie

1. Gouvernement du Québec. Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012. Québec. 2012.
2. Gouvernement du Québec. Pour un virage santé à l'école. Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif Québec. 2007.
3. Gouvernement du Québec. Agir ensemble pour prévenir les problèmes liés au poids: Optimiser nos pratiques, réduire les inégalité sociales de santé et promouvoir le développement durable - Guide pour les intervenants de santé publique. Québec. 2013.
4. Baril G, Paquette M-C, Ouimet A-M. Ados 12-14: les dimensions socioculturelles des pratiques alimentaires et d'activité physique des adolescents. Québec: Institut national de santé publique du Québec, 2014.
5. Québec en forme. Cantine pour tous: Guide pratiques d'encadrement éducatif pour des saines habitudes de vie. Montréal. 2015.
6. Québec en forme. Contexte des repas: Pour que les jeunes se nourrissent mieux: créer des contextes conviviaux pour les repas. Québec. 2012.
7. Mitchell J, Price P, Cass Y. School health promotion—good effort, but could do better; keep up the good work! *Health Promot J Austr* 2005;16:58-60.
8. Driessen CE, Cameron AJ, Thornton LE, Lai SK, Barnett LM. Effect of changes to the school food environment on eating behaviours and/or body weight in children: a systematic review. *Obes Rev*. 2014;15(12):968-82.
9. CSDM. Nutrition et service alimentaires : À votre santé! . Québec. 2014.
10. Association pour la Santé Publique du Québec. Les problèmes reliés au poids au Québec : un appel à l'action. 2005.
11. Pica LA, Traoré I, Bernèche F, Laprise P, Cazale L, Camirang H, et al. L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé physique et leurs habitude de vie. Québec: Gouvernement du Québec, 2012.
12. Gouvernement du Québec. Le poids corporel chez les enfants et adolescents du Québec: de 1978 à 2005. 2009.

13. Jenkins S, Horner SD. Barriers that influence eating behaviors in adolescents. *J Pediatr Nurs.* 2005;20(4):258-67.
14. Daniels SR. The consequences of Childhood Overweight and Obesity. *The future of Children.* 2006;16(1):47-67.
15. World Health Organisation. *Global nutrition targets 2025 : childhood overweight policy brief (WHO/NMH/NFD/14.6).* Geneva 2014.
16. Daniels SR, Jacobson MS, McCrindle BW, Eckel RH, Sanner BM. American Heart Association Childhood Obesity Research Summit: executive summary. *Circulation.* 2009;119(15):2114-23.
17. Lobstein T, Baur L, Uauy R. Obesity in children and young people : a crisis in public health. *Obes Rev.* 2004;5(Suppl. 1):4-85.
18. Brewis AA. Stigma and the perpetuation of obesity. *Soc Sci Med.* 2014;118:152-8.
19. Organisation mondiale de la santé. *Charte européenne sur la lutte contre l'obésité.* Istanbul, Turquie. 2006.
20. Lavallé C, Stan S. *Enquête Sociale et de Santé auprès des Enfants et des Adolescents Québécois 1999, Volet nutrition.* Québec: Institut de la statistique du Québec, 2004.
21. Engler-Stringer R, Le H, Gerrard A, Muhajarine N. The community and consumer food environment and children's diet: a systematic review. *BMC Public Health.* 2014 ;14(522).
22. Lytle LA, Sokol RL. Measures of the food environment: A systematic review of the field, 2007-2015. *Health Place.* 2017;44:18-34.
23. Story M, Neumark-Sztainer D, French S. Individual and Environmental Influences on Adolescent Eating Behaviors. *J Am Diet Assoc.* 2002;102(3):S40-S51.
24. Morin P, coll. *Portrait des Jeunes Sherbrookoises de 4 à 17 ans en Matière d'Alimentation et d'Activité Physique et Sportive.* 2009.
25. Québec en forme. *État de la situation 2010-2011: Collecte de données auprès des jeunes du 3e cycle du primaire - Activité physique – Alimentation - Image corporelle - Rapport provincial.* Trois-Rivières. 2013.
26. Gouvernement du Canada. *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien.* 2011.

27. Gouvernement du Canada. Bien manger avec le Guide alimentaire canadien - Ressources à l'intention des éducateurs et communicateurs. 2011.
28. Institut national de la santé Publique du Québec. La consommation de boissons énergisantes. Québec. 2013.
29. Garriguet D. Beverage consumption of children and teens. *Health Rep.* 2008;19(4):17-22.
30. Hoyland A, Dye L, Lawton CL. A systematic review of the effect of breakfast on the cognitive performance of children and adolescents. *Nutr Res Rev.* 2009;22(2):220-43.
31. Mondou J-M. Comportements alimentaires de jeunes utilisateurs de boîte à lunch, selon des mères québécoises [Mémoire de maîtrise]: Université de Montréal; 2011.
32. Berge JM, MacLehose RF, Larson N, Laska M, Neumark-Sztainer D. Family Food Preparation and Its Effects on Adolescent Dietary Quality and Eating Patterns. *Journal of Adolescent Health.* 2016;59(5):530-6.
33. Reissig CJ, Strain EC, Griffiths RR. Caffeinated energy drinks--a growing problem. *Drug Alcohol Dependence.* 2009;99(1-3):1-10.
34. Gouvernement du Québec. Boisson énergisantes: risques liés à la consommation et perspectives de santé publique. 2010.
35. Mâsse LC, de Niet-Fitzgerald JE. Associations between the school food environment, student consumption and body mass index of Canadian adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2014;11(29):9.
36. Moubarac JC, Batal M, Martins AP, Claro R, Levy RB, Cannon G, et al. Processed and ultra-processed food products: consumption trends in Canada from 1938 to 2011. *Can J Diet Pract Res.* 2014;75(1):15-21.
37. Moubarac JC, Martins AP, Claro RM, Levy RB, Cannon G, Monteiro CA. Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. Evidence from Canada. *Public Health Nutr.* 2012;16(12):2240-8.
38. Monteiro CA, Moubarac JC, Cannon G, Ng SW, Popkin B. Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system. *Obes Rev.* 2013;14 Suppl 2:21-8.
39. Story M, Kaphingst KM, Robinson-O'Brien R, Glanz K. Creating healthy food and eating environments: policy and environmental approaches. *Annu Rev Public Health.* 2008;29:253-72.

40. Bronfenbrenner U. Toward an Experimental Ecology of Human Development. *American Psychologist*. 1977;July:19.
41. Birch LL. Development of Food Preferences. *Annu Rev Nutr*. 1999;19:41-62.
42. Neumark-Sztainer D, Story M, Perry C, Casey MA. Factors Influencing Food Choices of Adolescents. *J Am Diet Assoc*. 1999;99(8):929-37.
43. Harrison M, Jackson LA. Meanings that youth associate with healthy and unhealthy food. *Can J Diet Pract Res*. 2009;70(1):6-12.
44. Gouvernement du Québec. Les politiques alimentaires en milieu scolaire, une synthèse de connaissances sur le processus d'implantation (abrégé). 2008.
45. Croll JK, Neumark-Sztainer D, Story M. Healthy Eating: What Does It Mean to Adolescents? *J Nutr Educ* 2001;33(4):193-8.
46. Raine K. Les déterminants de la saine alimentation au Canada. *Rev Can Santé publique*. 2005;96(3):S8-S15.
47. Larson NI, Story M, Eisenberg ME, Neumark-Sztainer D. Food preparation and purchasing roles among adolescents: associations with sociodemographic characteristics and diet quality. *J Am Diet Assoc*. 2006;106(2):211-8.
48. Marshall K. La vie bien chargée des adolescents. *Perspective*. 2007;8(5):5-17.
49. Hovington J, Ledoux JJ, David C. Enquête québécoise sur la malbouffe. Québec: RSEQ. 2012.
50. Blais-Bélanger J. Satisfaction et perception des services alimentaires de la Commission scolaire de Montréal telles que rapportées par les élèves du troisième cycle du primaire et du secondaire [Mémoire de maîtrise]: Université de Montréal; 2014.
51. Renner B, Sproesser G, Strohbach S, Schupp HT. Why we eat what we eat. The Eating Motivation Survey (TEMS). *Appetite*. 2012;59(1):117-28.
52. Tichit C. Du repas familial au snack entre copains : le point de vue des enfants sur leur alimentation quotidienne. *Anthropology of food*. 2015;9:1-19.
53. Pedersen S, Gronhoj A, Thogersen J. Following family or friends. Social norms in adolescent healthy eating. *Appetite*. 2015;86:54-60.
54. Savage JS, Fisher JO, Birch LL. Parental influence on eating behavior : Conception to Adolescence. *Journal of Law, Medicine & Ethics*. 2007.

55. Le Breton D. En souffrance. Adolescence et entrée dans la vie. Paris: Éditions Métailié; 2007.
56. Desrosier H, Bédard B. Enquête de nutrition auprès des enfants québécois de 4 ans. Québec: Institut de la statistique du Québec, 2005.
57. Taylor J, Evers S, McKenna M. Les déterminants de la saine alimentation chez les enfants et les jeunes. Rev Can Santé publique. 2005;96(3):S22-S9.
58. Polivy J, Herman P. La santé mentale et les comportements alimentaires. Rev Can Santé Publique. 2005;96(3):S49-S53.
59. World Health Organisation Europe. Addressing the socioeconomic determinants of healthy eating habits and physical activity levels among adolescents. Florence, Italy. 2006.
60. Fisher JO, Mitchell D, Smiciklas-Wright H, Lipps Birch L. Parental influences on young girl's fruit and vegetable, micronutrient and fat intakes. J Am Diet Assoc. 2002;102(1):58-64.
61. Wardle J, Carnell S, Cooke L. Parental control over feeding and children's fruit and vegetable intake: How are they related? J Am Diet Assoc. 2005;105(2):227-32.
62. Latreille M, Ouellette F-R. Le repas familial: recension d'écrits. Institut national de la recherche scientifique; 2008.
63. Burgess-Champoux TL, Larson N, Neumark-Sztainer D, Hannan PJ, Story M. Are Family Meal Patterns Associated with Overall Diet Quality during the Transition from Early to Middle Adolescence? J Nutr Educ Behav. 2009;41(2):79-86.
64. Larson NI, Neumark-Sztainer D, Hannan PJ, Story M. Family meals during adolescence are associated with higher diet quality and healthful meal patterns during young adulthood. J Am Diet Assoc. 2007;107(9):1502-10.
65. Bassett R, Chapman GE, Beagan BL. Autonomy and control: the co-construction of adolescent food choice. Appetite. 2008;50(2-3):325-32.
66. Singly FD. Les adonaissants. Paris: Armand Colin; 2006.
67. Delagrave M. Ados: mode d'emploi. Montréal: Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine; 2005.
68. Vallières S. Les psy-trucs pour les préados de 9 à 12 ans. Québec 2011.

69. Sawka KJ, McCormack GR, Nettel-Aguirre A, Swanson K. Associations between aspects of friendship networks and dietary behavior in youth: Findings from a systematized review. *Eat Behav.* 2015;18:7-15.
70. Fletcher A, Bonell C, Sorensen A. You are what your friends eat: systematic review of social network analyses of young people's eating behaviours and bodyweight. *J Epidemiol Community Health.* 2011;65(6):548-55.
71. Guidetti M, Cavazza N, Conner M. Social influence processes on adolescents' food likes and consumption: the role of parental authoritativeness and individual self-monitoring. *Journal of Applied Social Psychology.* 2015;46(2):114-28.
72. Higgs S. Social norms and their influence on eating behaviours. *Appetite.* 2015;86:38-44.
73. Neely E, Walton M, Stephens C. Young people's food practices and social relationships. A thematic synthesis. *Appetite.* 2014;82:50-60.
74. Harrison M, Jackson LA. Meanings that youth associate with healthy and unhealthy food. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research.* 2009;70(1):6-12.
75. Contento I, Williams S, Michela J, Franklin A. Understanding the food choice process of adolescents in the context of family and friends. *J Adoles Health.* 2006;38(575-582):575.
76. Baril G, Paquette M-C. Environnement socioculturel et habitudes de vie des adolescents : mieux comprendre pour mieux agir. *TOPO - Synthèses de l'équipe de nutrition, activité physique, poids.* 2014(7):1-8.
77. Delgado-Noguera M, Tort S, Martínez-Zapata MaJ, Bonfill X. Primary school interventions to promote fruit and vegetable consumption: A systematic review and meta-analysis. *Prev Med.* 2011;53:3-9.
78. Horne PJ, Lowe, C.F., Fleming, P.F., Dowey, A.J.,. An effective procedure for changing food preferences in 5-7-year-old children. . *Proc Nutr Soc.* 1995;54:441-52.
79. Charlotte EL Evans, Meaghan S Christian, Christine L Cleghorn, Darren C Greenwood, Cade JE. Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to improve daily fruit and vegetable intake in children aged 5 to 12 y. *Am J Clin Nutr* 2012;96(889-901):13.
80. Eveline Van Cauwenberghe, Lea Maes, Heleen Spittaels, Frank J. van Lenthe, Johannes Brug, Bourdeaudhuij J-MOIJ. Effectiveness of school-based interventions in

Europe to promote healthy nutrition in children and adolescents: systematic review of published and 'grey' literature. *British Journal of Nutrition* 2010;103:781-97.

81. Racey M, O'Brien C, Douglas S. Systematic Review of School-Based Interventions to Modify Dietary Behavior: Does Intervention Intensity Impact Effectiveness? *Journal of School Health*. 2016;86(6):12.

82. Gouvernement du Québec. Vision de la saine alimentation pour la création d'environnements alimentaires favorables à la santé. Québec. 2010.

83. Santé Canada. La saine alimentation après l'école - Intégration de la saine alimentation dans les initiatives d'activité physique offertes après l'école. 2012.

84. McKenna ML. Policy options to support healthy eating in schools. *Can J Public Health* 2010;101(2):S14-8.

85. Gouvernement du Québec. Réussite éducative, santé, bien-être: agir efficacement en contexte scolaire (Synthèse de recommandations). Québec. 2010.

86. Baril G, Paquette M-C, Ouimet A-M. Ados 12-14: les dimensions socioculturelles des pratiques alimentaires et d'activité physique des adolescents - Annexes. Québec: Institut national de santé publique du Québec, 2014.

87. Québec en forme 0. Données du Temps. Québec. 2011.

88. Bitner MJ. Servicescapes : The Impact of Physical Surroundings on Customers and Employees. *Journal of Marketing*. 1992;52(2):57-71.

89. Cutumisu N, Traoré I, Paquette MC, Cazale L, Camirand H, Lalonde B, et al. Association between junk food consumption and fast-food outlet access near school among Quebec secondary-school children: findings from the Quebec Health Survey of High School Students (QSHSS) 2010–11. *Public Health Nutrition*. 2016;20(5):927-37.

90. Lebel A, Morin P, Robitaille É, Lalonde B, Florina Fratu R, Bisset S. Sugar Sweetened Beverage Consumption among Primary School Students: Influence of the Schools' Vicinity. *Journal of Environmental and Public Health*. 2016;2016:10.

91. Williams J, Scarborough P, Matthews A, Cowburn G, Foster C, Roberts N, et al. A systematic review of the influence of the retail food environment around schools on obesity-related outcomes. *Obes Rev*. 2014;15(5):359-74.

92. Lalonde B, Robitaille É. L'environnement bâti autour des écoles et les habitudes de vie des jeunes. État des connaissances et portrait du Québec. Québec: Gouvernement du Québec, 2014.
93. Gouvernement du Québec. Analyse géographique de l'accessibilité des restaurations-minute et des dépanneurs autour des écoles publiques québécoises. 2009.
94. Gouvernement du Québec. Urbanisme et environnement alimentaire autour des écoles : Une réglementation pour limiter l'implantation des restaurants rapides. 2013.
95. Ville de Montréal. Projet d'adoption de règlement modifiant le Règlement d'urbanisme de l'arrondissement de Côte-des-Neiges–Notre-Dame-de-Grâce (01-276), le Règlement d'urbanisme d'une partie de l'arrondissement de Mont-Royal (01-281) et le Règlement sur le certificat d'occupation et certains permis (R.R.V.M, c. C-3.2) afin de promouvoir la santé et les saines habitudes de vie. 2015.
96. Gouvernement du Québec. Adoption d'une série de mesures pro-santé dans l'arrondissement CDN-NDG. 2016.
97. Alvy LM, Calvert SL. Food marketing on popular children's web sites: a content analysis. *J Am Diet Assoc.* 2008;108(4):710-3.
98. Gouvernement du Québec. Publicité destinée aux enfants de moins de 13 ans, Guide d'application des articles 248 et 249 Loi sur la protection du consommateur. 2012.
99. Raine K, Lobstein T, Landon J, Kent MP, Pellerin S, Caulfield T, et al. Restricting marketing to children: Consensus on policy interventions to address obesity. *J Public Health Policy.* 2013;34(2):239-53.
100. Potvin M, Wanless A. The influence of the children's food and beverage advertising. 2014:558-62.
101. Institut national de la santé Publique du Québec. Environnement Socioculturel - Les enfants et le marketing des aliments dans le monde numérique. Québec. 2017.
102. . Tackling food marketing to children in a digital world: trans-disciplinary perspectives. Copenhague. 2016.
103. Gouvernement du Québec. Les normes sociales et l'alimentation : analyse des écrits scientifiques. 2012.
104. Québec en forme. Les saines habitudes de vie, c'est bien normal! Québec. 2014.

105. Perkins JM, Perkins HW, Craig DW. Misperceptions of peer norms as a risk factor for sugar-sweetened beverage consumption among secondary school students. *J Am Diet Assoc.* 2010;110(12):1916-21.
106. Secrétariat à la condition féminine. Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée. Québec. 2014.
107. Gouvernement du Québec. Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012 Québec. 2012.
108. Le Quotidien, Gouvernement du Canada. Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2013. 2014.
109. Larson NI, Story M, Wall M, Neumark-Sztainer D. Calcium and dairy intakes of adolescents are associated with their home environment, taste preferences, personal health beliefs, and meal patterns. *J Am Diet Assoc.* 2006;106(11):1816-24.
110. Leatherdale ST, Rynard V. A cross-sectional examination of modifiable risk factors for chronic disease among a nationally representative sample of youth: are Canadian students graduating high school with a failing grade for health? *BMC Public Health.* 2013;13(569):8.
111. Le Petit C, Berthelot J-M. Obesity – a growing issue. *Health Rep.* 2006;17(3):43-50.
112. OMS. Obésité : prévention et prise en charge de l'épidémie mondiale. Genève. 2003.
113. Ayadi K, Brée J. Le rôle des interactions au sein de la famille dans la construction du répertoire alimentaire chez l'enfant. Une approche mésosystémique. *Management & Avenir.* 2010;37(7):195.
114. CSDM. Politique pour une saine alimentation. Montréal. 2011.
115. Bertrand A. Perceptions, attentes et motivations de parents à l'égard des services alimentaires de la Commission scolaire de Montréal (CSDM). Travail dirigé de maîtrise [Travail dirigé de maîtrise]. Montréal: Université de Montréal; 2014.
116. Gouvernement du Canada. Guide alimentaire Canadien. 2011.
117. Dansereau-Gilbert M. Services alimentaires. Guide d'aménagement. Modulo, rédacteur1990.
118. Hsieh H-F, Shannon SE. Three approaches to qualitative content analysis. *Qual Health Res.* 2005;15:1277.
119. Elo S, Kyngäs H. The qualitative content analysis process. *J Adv Nurs.* 2007;62(1):107-15.

120. Baril G, Ouimet A-M, Bergeron P, Séguin-Temblay R, Gauthier A. Ados 12-14 : les dimensions socioculturelles des pratiques alimentaires et d'activité physique des adolescents. Québec: 2011.
121. Ferguson CJ, Munoz ME, Medrano MR. Advertising influences on young children's food choices and parental influence. *J Pediatr.* 2012;160(3):452-5.
122. Défi santé. [modifié le; cité le]. Disponible: <https://www.defisante.ca/>
123. Scully M, Wakefield M, Niven P, Chapman K, Crawford D, Pratt IS, et al. Association between food marketing exposure and adolescents' food choices and eating behaviors. *Appetite.* 2012;58(1):1-5.
124. Schor JB, Ford M. From Tastes Great to Cool: Children's Food Marketing and the Rise of Symbolic. *Child Obes.* 2007;Spring:9-21.
125. Plamondon L, Morin P, Demers K, Paquette M-C. Portrait de l'environnement alimentaire dans les écoles primaires du Québec. Gouvernement du Québec: 2012.
126. Association Québécoise de la garde scolaire. [En ligne]. Canada : Association Québécoise de la garde scolaire ; 2016. J'ai soif de santé! ; [créé en 2016; cité le 13 juin 2017]. [environ 4 écrans]. Disponible: <http://www.gardescolaire.org/aqgs/projets/jai-soif-de-sante/>
127. CSDM. Rapport annuel 2012-2013. Montréal. 2014.
128. Gouvernement du Québec. Guide d'application du volet alimentation. Politique- Cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif. Québec. 2008.
129. Amey P, Salerno S. Les adolescents sur Internet : expériences relationnelles et espace d'initiation. *Revue française des sciences de l'information et de la communication* 2015;6.
130. Conger C, Ervin C. Stuff you mom never told you. Dans: Conger C, Ervin C, rédacteurs. *Lunch Ladies* 2016.
131. Santé Canada. Apports nutritionnels de référence. Canada. 2010.
132. La Presse [En ligne]. Montréal (Canada) : La presse Lte ; 2016. Restauration rapide: un règlement montréalais contesté en cour ; [Mis à jour le 30 août 2016, cité le 4 juin 2017]; [environ 3 écrans]. Disponible: <http://www.lapresse.ca/actualites/montreal/201608/29/01-5015364-restauration-rapide-un-reglement-montrealais-conteste-en-cour.php>

133. Gouvernement du Canada. Consultation Guide alimentaire [En ligne]. Canada : Gouvernement du Canada ; [Mis à jour le 05 avril 2017, cité le 13 juin 2017]; [environ 4 écrans]. Disponible: <http://www.consultationguidealimentaire.ca/principes-directeurs>

Annexe A: Grille d'analyse et clé de codification pour les réponses à la question sur les attentes des jeunes du primaire et du secondaire

| Catégorie | Sous-catégories | Définition | Inclus | Exclus |
|----------------|---|---|--|--|
| Aliment solide | Plats de type restauration commerciale | Référence à des plats caractéristiques de la restauration commerciale. <i>Peut-être aussi une inspiration de cuisine internationale.</i> | Pizza, frites, hamburger, sushi, général tao, tacos. | Plat du jour du style « table chaude ». |
| | Fruits et légumes | Référence au groupe des fruits et légumes tel que le GAC le décrit. | Terme « salade » accompagné ou non d'aliments du groupe des fruits et légumes. | Pommes de terre et autres sous-produits de la pomme de terre. Terme « salade » associé à des termes autres que les fruits et légumes. Ex. : salade de pâtes, salade grecque. |
| | Grignotine sucrée | Référence des aliments sucrés consommés sous forme de desserts, ou de collations. | Pâtisseries (croissant au chocolat, croissant aux amandes, galettes), bonbons. | Pâtisseries peu sucrées tels les croissants nature ou au fromage. |
| | Offre alimentaire de style table chaude | Référence à des plats de type « menu du jour » incluant les soupes, accompagnement et les viandes et substituts tels que décrit par le GAC. | Lasagne, pâté chinois, pâtes, riz, pomme de terre, soupe, viande, tofu, crevettes, mets végétarien, repas complet, grilled-cheese. | Plats connus en restauration rapide et la cuisine ethnique. Mets froids |
| | Cuisine du monde | Référence à des aliments qui ne sont pas servis en cafétéria ou en restauration commerciale. | Pupusas, empenadas, griot. | Tacos, chili, sushi. |
| | Mets froids | Référence à des mets froids du type prêt à emporter. | Sandwich, salades de pâtes froides, croissant | Plats du jour consommés chauds, cuisine du monde, plats de type restauration commerciale. |
| | Déjeuner | Référence au déjeuner, à l'offre alimentaire du matin et aux aliments associés au déjeuner | Pain, céréales, oeuf, bacon, | Chocolatine, muffin |
| | Grignotine salée | Référence à des aliments salés consommés généralement hors du | Croustilles variées, noix, croissant au fromage, | Grignotine sucrée, Plats de type restauration commerciale, cuisine |

| | | | | |
|-----------------|--|---|--|---|
| | | repas tel que des croustilles et autres grignotines salées. | | du monde, offre alimentaire de style table chaude |
| | Produit laitier solide | Référence à un produit laitier du guide alimentaire canadien (autre que le lait et les autres boissons lactées). | Fromage, yogourt | Boissons lactées ou végétales et les boissons principalement à base de ces ingrédients |
| Motivation | Fraicheur et variété | Référence à la fraîcheur et la variété de l'offre alimentaire. | Toute sorte de ... Plus de... ... frais | ... bon |
| | Préférence pour une marque commerciale | Référence au nom d'une marque de produits alimentaires et d'entreprise de restauration. | Doritos™, McDonald's™, Jello™ (et autres marques commerciales) | |
| | Goût | Référence à l'expérience gustative | Bonne salade, lasagne gouteuse | Bon pour moi |
| | Santé | Référence à la thématique de la santé, du bien-être des saines habitudes de vie et du poids. Peut qualifier un aliment. | Aliment sain, aliment bon pour la santé/pour moi, aliment qui ne fait pas prendre du poids | Référence à la variété, fraîcheur, qualité organoleptique et la qualité générale |
| | Prix | Référence au prix ou à la gratuité de l'offre alimentaire du service alimentaire. | Pas cher, combo/trio, prix, gratuit | Tout ce qui ne réfère pas au prix ou la valeur de l'offre alimentaire |
| | Qualité | Référence à la qualité prix ou à « l'authenticité » de l'offre alimentaire du service alimentaire. | Vraie pizza, vraie nourriture | Référence à la variété, fraîcheur, qualité organoleptique et la santé |
| | Nutriments | Référence à un nutriment afin de décrire l'aliment ou pour décrire l'ajout de ce nutriment. | Gras, sucre, protéines, sel, vitamine. | Référence à la variété, fraîcheur, qualité générale, qualité organoleptique et la santé |
| Aliment liquide | Boisson sucrée | Référence à des boissons sucrées. | Boissons gazeuses, boissons aux fruits, boissons pour sportifs, chocolat chaud | Jus de fruits |
| | Eau | Référence à la disponibilité de bouteilles d'eau ou d'eau pétillante. | Eau, eau pétillante | Boisson sucrée, boissons caféinées et énergisantes, jus de fruits |
| | Boisson caféinée ou énergisante | Référence à une boisson à base de café ou autres substrats stimulants. | Café, latté, vanille française, cappuccino, thé, thé glacé, boisson énergisante, etc. | Lait, boisson sucrée, jus de fruits |
| | Lait et substituts du lait | Référence au lait, à des boissons végétales ou à une boisson à base d'un de ces deux ingrédients. | Lait, lait de soya, smoothie/frappé aux fruits, lait au chocolat, lait à la fraise | Fromage, yogourt, boissons caféinées et énergisantes |

| | | | | |
|------------------------------|-------------------------|--|--|--|
| | Jus de fruits | Référence spécifique au jus de fruits. | Jus de fruits | Toutes boissons qui ne sont pas clairement identifiées « jus » |
| Autre élément de réponse | Précisions variées | Autres éléments <u>pertinents</u> qui ne correspondent à aucune autre catégorie. | Ex. : besoin de personnaliser l'aliment, et. | Tout élément non pertinent ou ne fournissant pas de nouvelles informations |
| | Aucun changement | Commentaires signifiant que l'élève ne sait pas quel nouvel aliment serait désiré. | Je ne sais pas, Je n'achète pas mes repas à la cafétéria. Aucun changement | Tout élément non pertinent ou fournissant de nouvelles informations |
| | Réponses non retenues | Tout commentaire qui n'est pas pertinent dans sa <u>totalité</u> . *Catégorie exclusive*. | Commentaire qui est n'est pas pertinent dans son entièreté. Ex. : Loll | Commentaires comportant une partie pertinente. Ex. : Des bananes :P |
| Besoin individuel spécifique | Religion | Référence à des aliments respectant les pratiques associées à une religion (<i>spécifique énoncé dans la réponse</i>). | Halal, cachère | Végétarien sans mention à la religion |
| | Végétarisme | Référence à une offre alimentaire végétarienne sans référence à la religion | Pizza végétarienne, lasagne sans viande | Halal, cachère |
| | Supplément pour sportif | Référence à des produits alimentaires associés aux sports et à la performance sportive. | Protéine, créatinine, shake, barre pour sportifs | Barres protéinées |
| | Biologique | Référence à une offre alimentaire biologique | Aliment biologique | Référence à la qualité, variété, fraîcheur, santé et n'importe quelle réponse ne référant pas à une offre biologique |
| | Allergie | Référence au lien entre les aliments et les allergies. | Mention d'allergie | Mention de considération culturelle ou religieuse |

Annexe B : Grille d'analyse et clé de codification pour les réponses à la question sur les motivations exprimées par des jeunes du secondaire.

| Catégorie | Sous-catégorie | Définition | Inclus | Exclus |
|------------------------|---------------------------------------|--|--|---|
| Produit alimentaire | Aliment | Référence à tout aliment ou mets précis ou à de grandes catégories | Tout aliment liquide ou solide | Mention d'autres informations que les aliments. |
| | Qualité organoleptique | Référence à la qualité organoleptique des aliments et repas offerts au service alimentaire. | Apparence, odeur, goût, température, acceptabilité des aliments, repas de qualité, meilleure nourriture, plus chaude, bien décongeler, plus de sel | Mention de la qualité nutritionnelle d'un produit |
| | Variété | Référence à la variété des aliments offerts. | Variété, mets d'ailleurs, mets thématiques du monde, nouveau mets, plusieurs choix, briser la routine, constance, plus souvent | |
| | Transformation | Référence au processus de transformation des aliments à la cafétéria | la qualité, la nature des ingrédients, le type de cuisson : aliments frais, non congelé, pas en conserve | Mention des qualités organoleptiques |
| | Santé | Référence à la santé, au bien-être, aux saines habitudes de vie et du poids. | Aliment sain, aliment bon pour la santé/pour moi, aliment qui ne fait pas prendre du poids, « bonne » alimentation, repas équilibré, nutriment | Faim, notion de satiété |
| | Besoin individuel spécifique | Référence à un besoin de répondre à des critères religieux/culturels, d'accès à des produits spécialisés pour les individus allergiques ou pour les sportifs | Particularité alimentaire (se dit capricieux) religieuse/culturelle, halal, cachère, végétarien, allergie, produits pour sportifs (créatinine, protéines, barres protéinées, etc.) | Notion de santé autre que les allergies |
| | Rassasiement | Référence à un besoin de maîtrise du poids, de combler ses signaux de satiété. | Thématique du poids, de la faim, plus grosse portion | Composition saine ou non de l'aliment |
| Environnement physique | Ambiance | Référence au décor ou à l'ambiance de la cafétéria. Référence au niveau de bruit dans la cafétéria à l'heure du dîner. | Couleur, décoration de la cafétéria, éclairage, pairs, ambiance, tranquillité, radio étudiante, niveau de bruit, musique. | État du mobilier, propreté, achalandage. |
| | Organisation physique de la cafétéria | Référence à l'état et la quantité de mobilier disponible pour les élèves dans la cafétéria, à son organisation spatiale et l'espace total disponible dans la cafétéria | Places assises, s'asseoir par terre par obligation, nombre de micro-ondes, état des tables et banc, espace dans la cafétéria, recyclage | Tout ce qui est relié à la propreté ou à l'achalandage de la cafétéria. |
| | Propreté | Référence à la propreté des lieux. | Termes « propres », « propreté », « nettoyer », technique de nettoyage. | Références à l'état du mobilier. |

| | | | | |
|--|---------------------------|---|---|---|
| | Extérieur de la cafétéria | Référence à tous les lieux à l'extérieur de la cafétéria | Commerces extérieurs, Tables extérieures, Maison, Lunch | Référence à la cafétéria et à son mobilier. |
| | Météo | Référence à l'état météorologique à l'extérieur de l'école. | Météo, température | Lieux extérieurs |

| Catégorie | Sous-catégorie | Définition | Inclus | Exclus |
|-----------------------------|-------------------------------|--|---|---|
| Valeur | Prix | Référence au prix des items vendus | Prix, ex. : « 2,50 » | Mention de portion, rapport qualité/prix/portion. |
| | Portion | Référence à la portion des items vendus | Grosseur de la portion | Mention de prix ou du rapport qualité/prix/portion. |
| | Rapport qualité/portion/prix | Référence au rapport qualité/prix/portion. | Prix, portion qualité/prix/portion | Mode de paiement, promotion, gratuit, combo |
| | Aspect financier | Référence au mode de paiement à l'offre de combo de promotion ou d'aliments gratuits. | Gratuit, carte repas, combo, spécial, coupon Fruits et légumes vendus à part, donnés | Qualité/prix Portion/qualité/prix |
| Autres éléments de réponses | Aucun changement | Commentaires signifiant que l'élève ne sait pas quel changement devrait être fait. | Je ne sais pas, aucun changement, | Commentaires non pertinents (voir sous-catégorie « non-pertinent ») |
| | Non pertinent | Tout commentaire qui n'est pas pertinent dans sa totalité *Catégorie exclusive*. | Blagues, ou réponses hors sujet, ex. : trompettes | Tout commentaire apportant de l'information pertinente |
| Service | Accessibilité | Référence à l'horaire de la cafétéria et de l'école ou à la distance ou la facilité d'accès de la cafétéria | Horaire, heure d'ouverture, Accessibilité physique des lieux | Distance, emplacement de la cafétéria, Horaire, heure d'ouverture |
| | Autres moyens de distribution | Autres moyens de distribution que la ligne de service | Bar à salade, machine distributrice, dépanneurs, Caisse rapide | Ligne de service, nombre de caisses ouvertes |
| | Communication | Référence à l'affichage, les communications et la publicité faits par le service alimentaire de l'école grâce à divers médias. | Valeur nutritionnelle, ingrédients, message dans agenda, menu | Horaire, heure d'ouverture |

