

Portrait de l'activité physique et de l'alimentation

École Alfred Desrochers

Mai 2016

72 % considèrent que l'école accorde de l'importance à la saine alimentation.

32 % des garçons et **52 %** des filles n'atteignent pas la cible de 60 minutes d'activité physique par jour principalement parce qu'ils disent manquer de temps mais...

62 % des garçons et **36%** des filles disent passer plus de 2h/jour à jouer aux jeux vidéo !!!!

2 % se rendent à l'école de façon active et même lorsqu'ils habitent près de l'école (43 élèves), **93%** d'entre eux n'utilisent pas le transport actif pour se rendre à l'école.

46 % n'avaient consommé le nombre de fruits et de légumes recommandé.

68 % n'avaient pas consommé au moins 2 portions de lait.

59 % avaient consommé 4 portions et plus d'eau la veille du sondage.

60 % ont indiqué qu'ils avaient consommé une boisson sucrée ou plus la veille.

86 % ont indiqué qu'ils déjeunent à tous les matins et de ce nombre **69 %** ne le font pas pcq ils n'ont pas faim.

58 % mangent de la nourriture provenant d'un restaurant au moins 1 à 2 fois/semaine.

54 % ne prennent pas au moins 8 repas (déjeuner, dîner ou souper) avec un adulte de leur famille /semaine.

17 % prennent leurs repas devant un écran 5 fois et plus par semaine.

51 % ne sont pas « satisfaits » de leur image corporelle et **22 %** ont essayé de perdre du poids.

13 % MON ÉCOLE ME DONNE L'OCCASION D'APPRENDRE À CUISINER.