

À améliorer

45% des 8-11 ans cuisinent avec leur parent et pourtant, 72% aimeraient le faire. EJE

40% des 12-17 ans ne savent pas cuisiner et 60% aimerait apprendre. EJE

Seulement 40,3% des jeunes de 5^e et 6^e respectent les recommandations de fruits et légumes du GAC 5^e-6^e prov

1/3 des jeunes du secondaire consomment le nombre minimal de fruits et de légumes suggéré par le GAC. (6 à 8 portions) VSP sec

Environ la moitié des élèves consomme la quantité recommandée de lait et de produit laitier. (3 à 4 portions) VSP sec

Seulement 38% des jeunes sont «satisfaits» de leur image corporelle; 43,2% d'entre eux désirent une silhouette plus mince et 18,8% aspirent à une silhouette plus forte. 5^e-6^e prov

25% essaie de perdre du poids, 33% veut maintenir, 12% veut gagner de la masse et 30% ne fait rien. VSP sec

1/4 des jeunes a déclaré avoir pris un repas-minute dans un restaurant ou un casse-croûte au moins 3 fois au cours de la dernière semaine. VSP sec

66% des 8-11 ans mangent 1 à 2 fois/sem de la restauration rapide et 22% jamais. EJE

40% des 12-17 ans fréquentent 1-2 fois/sem les restaurants-minutes. EJE

58% des 0 à 17 ans vivant en milieu urbain vivent à moins de 1km d'un dépanneur et 74,2% d'un restaurant minute. EM Estrie

Saine Alimentation

Les jeunes d'un milieu défavorisé sur les plans matériel et social sont moins nombreux à répondre aux recommandations en alimentation. VSP sec

Les habitudes alimentaires varient selon la perception qu'ont les jeunes de leur performance scolaire. Ceux qui se considèrent au-dessus de la moyenne sont plus nombreux, toute proportion gardée, à se rapprocher des recommandations. VSP sec

56% des parents mentionnent que le coût est un obstacle à la SA. EJE

Les jeunes perçoivent l'importance du discours santé dans l'environnement social. Toutefois, leurs propos sur la saine alimentation sont souvent confus et ils retiennent surtout les messages alarmistes. INSPQ ado

L'acquisition de compétences pour se nourrir sainement n'est pas associée au plaisir de manger. INSPQ ado

Positifs

71,6% des jeunes du primaire mentionnent qu'ils déjeunent tous les matins. Ils sont 25,2% à déjeuner une à quatre fois, et 3,17% d'entre eux ne le font jamais. 5^e-6^e prov

Près du 2/3 des élèves ont l'habitude de déjeuner. VSP

83% des 8-11 ans mentionnent déjeuner à tous les matins. EJE

Les filles sont moins nombreuses à déjeuner et à prendre suffisamment de lait et de produits laitiers. VSP sec

31,7% rapportent qu'ils ne consomment pas de nourriture provenant d'un restaurant rapide. 5^e-6^e prov

Pour les jeunes de 12 à 14 ans, la famille est la principale référence en matière d'alimentation. INSPQ ado

Les parents jouent un rôle déterminant dans l'alimentation des jeunes adolescents. INSPQ ado

52% des parents cuisinent tous les jours et 40% 5 à 6x/sem et 68% disent manger 1-2x/mois dans un restaurant-minute. EJE

En Estrie, 70% des élèves du secondaire ont un poids normal, 20% ont un surplus de poids, et 10% un poids insuffisant. VSP sec

70% des jeunes de 12-17 ans mentionnent être satisfaits de leur image corporelle. EJE

Selon leur perception, 83% choisissent un poids normal, 15% un poids insuffisant et 2% un surplus de poids. VSP sec

Un peu plus de la moitié est satisfaits de leur apparence, 32% désire une silhouette plus mince et 15% plus forte. VSP sec

Jardins collectifs

Offres alternatives dans les fêtes

Sherbrooke est doté d'une politique alimentaire. EM Estrie

Table de quartier 4 saisons (TQ4S)

Groupe d'achats

Le repas de midi à l'école est fortement marqué par les dynamiques sociales. INSPQ ado

Le contexte du repas scolaire peut être difficile pour les jeunes dont le réseau social est faible. INSPQ ado

Souper de gang pour les 12-15 ans