



Évaluation d'un projet d'éducation à la nutrition
implanté dans des écoles montréalaises en milieu défavorisé (CRSH)
réunissant les milieux familial, communautaire et scolaire et mesure de ses effets (IRSC)

Recherches financées par :

Les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), N° 200503MOP-143819-NUT
Le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (CRSH), N° 410-2005-0785

Rapport de recherche (*document de travail*) relatif à
l'intérêt des élèves et de leur parent à l'égard de la nutrition

**Mise en commun du discours obtenu par entrevue auprès d'élèves de 5^e année (Item 10)
et de leurs parents (Item 11a) portant sur leurs représentations des ateliers et de ses effets**

(Item 11b-2007)

Chercheuses principales :

Les professeures Johanne Bédard et Louise Potvin

Cochercheure et cochercheurs :

Les professeurs Yves Couturier, Jean-François Desbiens, Abdelkrim Hasni,
François Larose, Johanne Lebrun, Yves Lenoir, Olivier Receveur et Bernard Terrisse

Assistants de recherche / Analyse des données :

Sereywathna Soung et Véronique Lisée

Organisme promoteur du PC-PR :

Les Ateliers cinq épices

Partenaires du projet *Petits cuistots-Parents en réseaux* (PC-PR) :

Commission scolaire de Montréal, Fondation Lucie et André Chagnon,
Table de concertation sur la faim et le développement social du Montréal métropolitain

Sherbrooke – janvier 2009
Faculté d'éducation, Université de Sherbrooke

TABLE DES MATIÈRES

1. MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE	1
1.1 PROCÉDURE DE RECUEIL DES DONNÉES ET DESCRIPTION DE L'ÉCHANTILLON	1
1.2 DESCRIPTION DES GUIDES D'ENTREVUE	1
1.3 PROCÉDURE DE TRAITEMENT DES DONNÉES	1
2. RÉSULTATS	3
Thème 1 Rapport à la nutrition	3
Thème 2 Perception des ateliers de cuisine-nutrition <i>Petits cuistots</i> et des compétences développées	11
Thème 3 Effets des ateliers sur les comportements alimentaires	17
ANNEXE A- Guide d'entrevue des parents	
ANNEXE B- Guide d'entrevue d'élèves	

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1 Répartition de l'échantillon selon le milieu scolaire	2
Tableau 2 Questions communes posées aux parents et aux enfants	2

LISTE DES FIGURES

Figure 1 AFC du discours des parents et des élèves à la question 1P2E (variable <i>Sujet</i>): Que signifie "être en bonne santé", et à votre avis, que devrait faire un enfant pour le demeurer? *Que signifie "être en bonne santé"?	4
Figure 2 AFC du discours des parents et des élèves à la question 2P3E (variable <i>Sujet</i>): Selon vous, qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée et saine? *Selon toi, qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée et saine	6
Figure 3 AFC du discours des parents et des élèves à la question 4P4E (variable <i>Sujet</i>): D'après vous, est-ce important que votre enfant sache faire à manger? a) Si oui, pourquoi? *D'après toi, est-ce important de savoir faire à manger? a) Si oui, pourquoi est-ce important?	8
Figure 4 AFC du discours des parents et des élèves à la question 5P1E (variable <i>Sujet</i>): Pouvez-vous me dire ce que sont d'après vous, les ateliers de cuisine-nutrition <i>Petits cuistots</i> ? *Peux-tu me dire ce que sont les ateliers de cuisine-nutrition?	10
Figure 5 AFC du discours des parents et des élèves à la question 6P5E (variable <i>Sujet</i>): Que croyez-vous que votre enfant apprend aux ateliers de cuisine-nutrition? *Qu'est-ce que tu apprends aux ateliers de cuisine-nutrition? Peux-tu me donner deux exemples.	12
Figure 6 AFC du discours des parents et des élèves à la question 8P8E (variable <i>Sujet</i>): Avez-vous déjà participé aux ateliers de cuisine-nutrition dans la classe? a) Si oui, avez-vous aimé participer à l'atelier? Expliquez votre réponse. b) Si non, pourquoi n'avez-vous pas participé aux ateliers? *Ta mère ou ton père ont-ils déjà participé à un ou plusieurs ateliers dans la classe? a) Si oui, crois-tu que maman (ou papa) a aimé participer à l'atelier? Explique ta réponse. b) Si non, selon toi, pourquoi tes parents ne participent pas aux ateliers?	14
Figure 7 AFC du discours des parents et des élèves à la question 9P9E (variable <i>Sujet</i>): Selon vous, quel rôle peuvent jouer les parents qui sont dans la classe durant les ateliers? *Peux-tu décrire ce que font les parents qui sont dans la classe durant les ateliers?	16

Figure 8	AFC du discours des parents et des élèves à la question 11P13E (variable <i>Sujet</i>): Votre enfant vous demande-t-il occasionnellement d'acheter certains aliments dont il a entendu parler durant les ateliers ou auxquels il a goûtés? a) Si oui, avez-vous des exemples? b) Si non, vous arrive-t-il de lui demander son opinion sur l'achat d'aliments? *T'est-il arrivé de demander à tes parents d'acheter certains aliments dont tu avais entendu parler durant les ateliers ou auxquels tu avais goûtés? a) Si oui, peux-tu nous dire lesquels? Quelle a été la réaction de tes parents? b) Si non, pourquoi ne le fais-tu pas?	18
Figure 9	AFC du discours des parents et des élèves à la question 12P14E (variable <i>Sujet</i>): Arrive-t-il à votre enfant de lire les étiquettes sur l'emballage d'un produit afin d'identifier les ingrédients. Que pensez-vous d'une telle pratique? *T'arrive-t-il de lire les étiquettes sur l'emballage d'un produit afin d'identifier les ingrédients? Donne-moi des exemples.	20
Figure 10	AFC du discours des parents et des élèves à la question 13P15E (variable <i>Sujet</i>): Vous est-il arrivé de refaire des recettes réalisées durant les ateliers? a) Si oui, combien de fois et quelles recettes? *As-tu déjà refait chez toi, les recettes réalisées durant les ateliers? a) Si oui, combien de fois et quelles recettes?	22
Figure 11	AFC du discours des parents et des élèves à la question 17P17E (variable <i>Sujet</i>): Pensez-vous que votre enfant se perçoit comme étant un bon cuisinier (bonne cuisinière)? a) Si oui, comment ça se manifeste? b) Si non, qu'est-ce qui vous laisse penser cela? *Crois-tu que tu es bon cuisinier? a) Si oui, quelles sont les recettes que tu réussis bien? b) Si non, explique pourquoi tu considères ne pas être un bon cuisinier.	24
Figure 12	AFC du discours des parents à la question 19Pa18Ea (variable <i>Sujet</i>): Pour terminer, comment diriez-vous que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé votre enfant concernant sa façon de: a) percevoir l'alimentation. *Pour terminer, comment dirais-tu que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé ta façon de: a) voir les aliments	26
Figure 13	AFC du discours des parents à la question 19Pb18Eb (variable <i>Sujet</i>): Pour terminer, comment diriez-vous que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé votre enfant concernant sa façon de: b) cuisiner. *Pour terminer, comment dirais-tu que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé ta façon de: b) cuisiner	28
Figure 14	AFC du discours des parents à la question 19Pc18Ec (variable <i>Sujet</i>): Pour terminer, comment diriez-vous que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé votre enfant concernant sa façon de: c) manger. *Pour terminer, comment dirais-tu que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé ta façon de: c) manger.	30

1. MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE

1.1 PROCÉDURE DE RECUEIL DES DONNÉES ET DESCRIPTION DE L'ÉCHANTILLON

Entre les mois de mars et juin 2007, des entrevues individuelles ont été réalisées auprès d'élèves de 5^e année et de leurs parents. Au total, 105 élèves et 33 parents ont été interviewés. Les résultats du discours des élèves sont présentés en détail dans l'Item 10, et ceux des parents dans l'Item 11a. Dans ce rapport, l'échantillon comporte le discours de 31 élèves et celui de leurs parents (N= 31). Par exemple, un élève identifié E6 et son parent identifié P6, ont tous les deux participé à l'entrevue portant sur leurs représentations des ateliers de cuisine-nutrition et de ses effets. En fait, nous avons fusionné et analysé les réponses obtenues aux questions communes posées aux élèves et à leurs parents. En somme, ce sont 62 verbatim qui ont été considérés dans le présent rapport, soit 31 parents et 31 élèves de 5^e année de 7 des 8 écoles primaires qui participent au projet *Petits Cuistots-Parents en réseaux* (cf. tableau 1).

1.2 DESCRIPTION DES GUIDES D'ENTREVUE

Le guide d'entrevue des parents comportait 19 questions réparties en quatre thématiques (cf. annexe A).

Thème 1 Rapport à la nutrition (Q1 à Q5)

Thème 2 Perception des ateliers de cuisine-nutrition *Petits cuistots* et des compétences développées chez leur enfant (Q6 à Q10)

Thème 3 Effets des ateliers sur les comportements alimentaires (Q11 à Q16)

Thème 4 Perceptions de leurs compétences à cuisiner (Q17 à Q19)

Quant au guide d'entrevue des élèves, il comprenait 18 questions divisées aussi en quatre thèmes (cf. annexe B).

Thème 1 Rapport à la nutrition (Q1 à Q4)

Thème 2 Perception des ateliers de cuisine-nutrition *Petits cuistots* et des compétences développées (Q5 à Q12)

Thème 3 Effets des ateliers sur les comportements alimentaires (Q13 à Q15)

Thème 4 Perceptions de leurs compétences à cuisiner (Q16 à Q18)

Le tableau 1 identifie les questions communes posées aux élèves et à leurs parents. Les questions ont été codées en jumelant le numéro de la question posée aux parents avec celle commune posée à leur enfant (ex.: 1P2E signifie la question 1 posée aux parents, qui correspond à la question 2 posée aux élèves).

1.3 PROCÉDURE DE TRAITEMENT DES DONNÉES

Les données retenues ont fait l'objet d'une analyse de contenu de type lexicométrique à l'aide du logiciel *Sphinx-Lexica*. Ce logiciel permet d'effectuer l'analyse factorielle des correspondances des segments répétés du discours. Les plans factoriels produits montrent les similitudes (proximités) et les divergences (distances) que les sujets ou les groupes de sujets entretiennent entre eux au regard de la nutrition. Pour chacune des questions de l'entrevue, nous décrivons un plan factoriel produit par la variable *Sujet*.

Tableau 1
Répartition de l'échantillon selon le milieu scolaire

École	N de sujets (N parents + N enfants)		% de sujets
St-Benoît	10	(5P + 5E)	16,1
Jeanne Leber	10	(5P + 5E)	16,1
Victor Rousselot	06	(3P + 3E)	09,7
St-Zotique	18	(9P + 9E)	29,0
Ste-Odile	12	(6P + 6E)	19,4
Ludger Duvernavy	06	(3P + 3E)	09,7
Petite Bourgogne		-	-
Total	62	(31P + 31E)	100,0

Tableau 2
Questions communes posées aux parents et aux enfants

Questions communes	Questions posées aux parents	Questions posées aux enfants
<i>Thème 1- Rapport à la nutrition</i>		
1P2E	1P	2E
2P3E	2P	3E
	3P	-
4P4E	4P (+4Pa)	4E (+4Ea et 4Eb)
5P1E	5P	1E
<i>Thème 2- Perception des ateliers de cuisine-nutrition Petits cuistots et des compétences développées</i>		
6P5E	6P	5E
	7P	-
	-	6E
	-	7E
8P8E	8P (+8Pa et 8Pb)	8E (+8Ea et 8Eb)
9P9E	9P	9E
	-	10E
	-	11E
	10P	12E (+12Ea)
<i>Thème 3- Effets des ateliers sur les comportements alimentaires</i>		
11P13E	11P (+11Pa et 11Pb)	13E (+13Ea et 13Eb)
12P14E	12P	14E
13P15E	13P (+13Pa)	15E (+15Ea)
	14P	-
	15P	-
	16P	-
<i>Thème 4- Perception de leurs compétences à cuisiner</i>		
	-	16E
17P17E	17P (+17Pa et 17Pb)	17E (+17Ea et 17Eb)
	18P	-
19Pa18Ea	19Pa	18Ea
19Pb18Eb	19Pb	18Eb
19Pc18Ec	19Pc	18Ec

2. RÉSULTATS

THÈME 1 RAPPORT À LA NUTRITION

Q1P2E

Q.1 (QÉ.2) QUE SIGNIFIE “ÊTRE EN BONNE SANTÉ”, ET À VOTRE AVIS, QUE DEVRAIT FAIRE UN ENFANT POUR LE DEMEURER?

Q.2 (QP.1) *QUE SIGNIFIE “ÊTRE EN BONNE SANTÉ”?

L'analyse factorielle des correspondances du discours des parents et des élèves, selon la variable *Sujet* (cf. figure 1), fait ressortir les points communs sur ce que signifie “être en bonne santé”.

- La nourriture: bien manger, manger tous les groupes alimentaires, consommer des portions adéquates de fruits et de légumes chaque jour. Limiter la consommation de tout ce qui n'a aucune valeur nutritive (bonbons, croustilles, *fast food*, etc.).
- Le sport: pratiquer une activité physique régulière, bouger et faire de l'exercice.
- La santé: être en forme physique, ne pas être malade et être bien dans sa peau.

Donc, l'alimentation joue un rôle important pour la santé.

Par ailleurs, un parent (P6) a mentionné que «pour être en bonne santé, il faut toujours surveiller et contrôler sa santé et aller voir le médecin peut-être deux fois par an pour un contrôle médical».

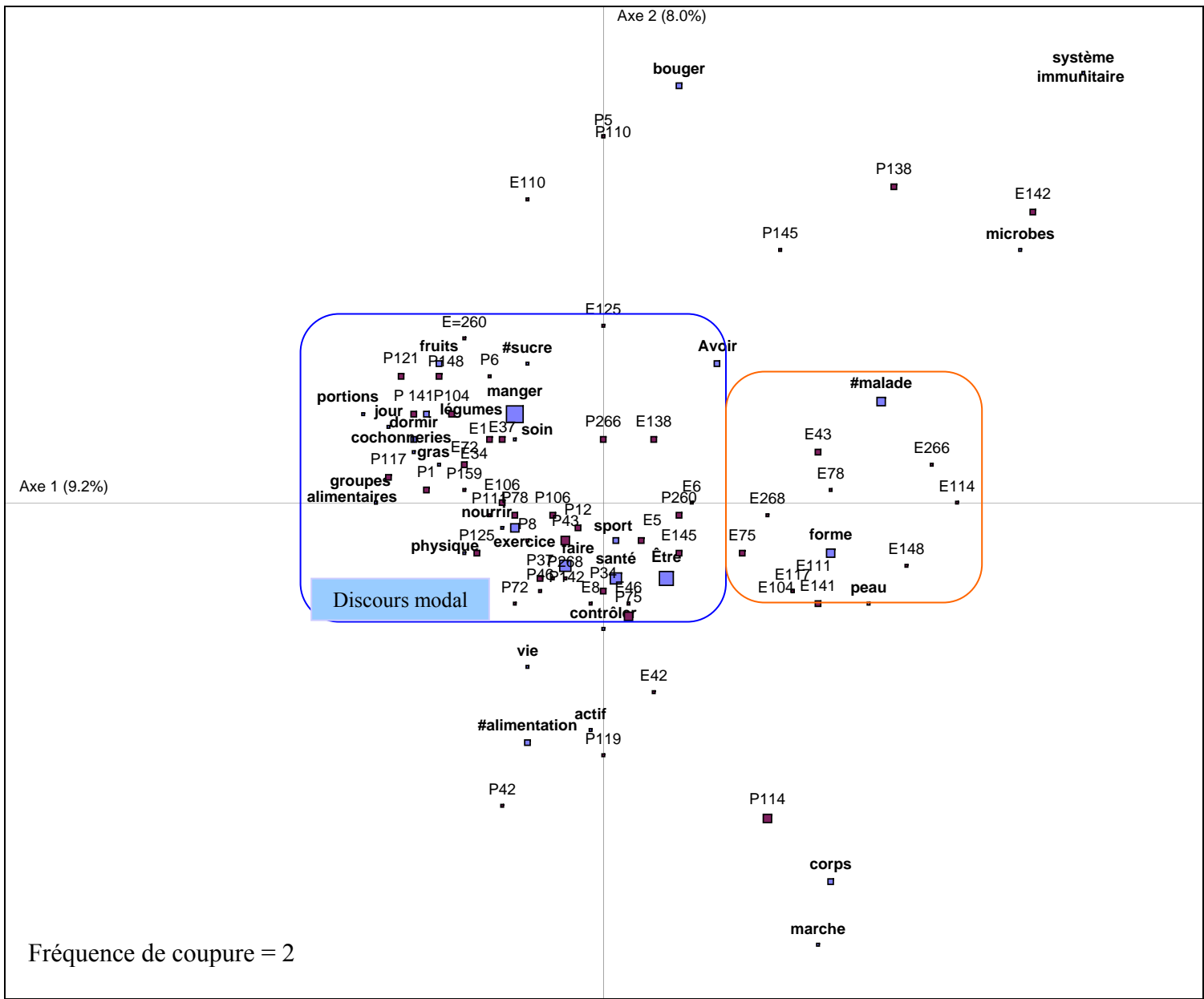


Figure 1- AFC du discours des parents et des élèves à la question 1P2E (variable *Sujet*): Que signifie “être en bonne santé” et à votre avis que devrait faire un enfant pour le demeurer? *Que signifie “être en bonne santé”?

Q2P3E

Q.2 (QÉ.3) SELON VOUS, QU'EST-CE QU'UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE ET SAINÉ?

Reformulation: QUE VEUT DIRE "BIEN S'ALIMENTER" ET "SE NOURRIR ADÉQUATEMENT"?

Q.3 (QP.2) *SELON TOI, QU'EST-CE QU'UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE ET SAINÉ?

Reformulation: QUE VEUT DIRE "BIEN S'ALIMENTER"?

Dans l'ensemble, les réponses des sujets (cf. figure 2) concernant une alimentation équilibrée et saine sont les suivantes.

- S'alimenter de façon équilibrée, c'est-à-dire manger au moins cinq portions de légumes et de fruits par jour.
- Opter pour des aliments riches en vitamines et en fibres.
- Consommer des produits laitiers (le lait joue aussi un rôle très important dans notre corps).
- Consommer des produits céréaliers et des aliments riches en protéines.
- Limiter la consommation de gras, que l'on retrouve particulièrement dans les viandes, les fromages, etc.
- Diminuer les portions de tout ce qui est néfaste pour notre santé.

Bref, il faut toujours faire attention à ce que l'on mange. En fait, la meilleure façon de s'assurer de bien s'alimenter est de suivre les recommandations du *Guide alimentaire canadien*.

En somme, selon le discours des sujets, nous pouvons constater que la consommation quotidienne d'aliments sains en quantité adéquate assure aux enfants les éléments nutritifs et l'énergie nécessaires à leur développement. Par ailleurs, le sport demeure une activité très importante pour la santé.

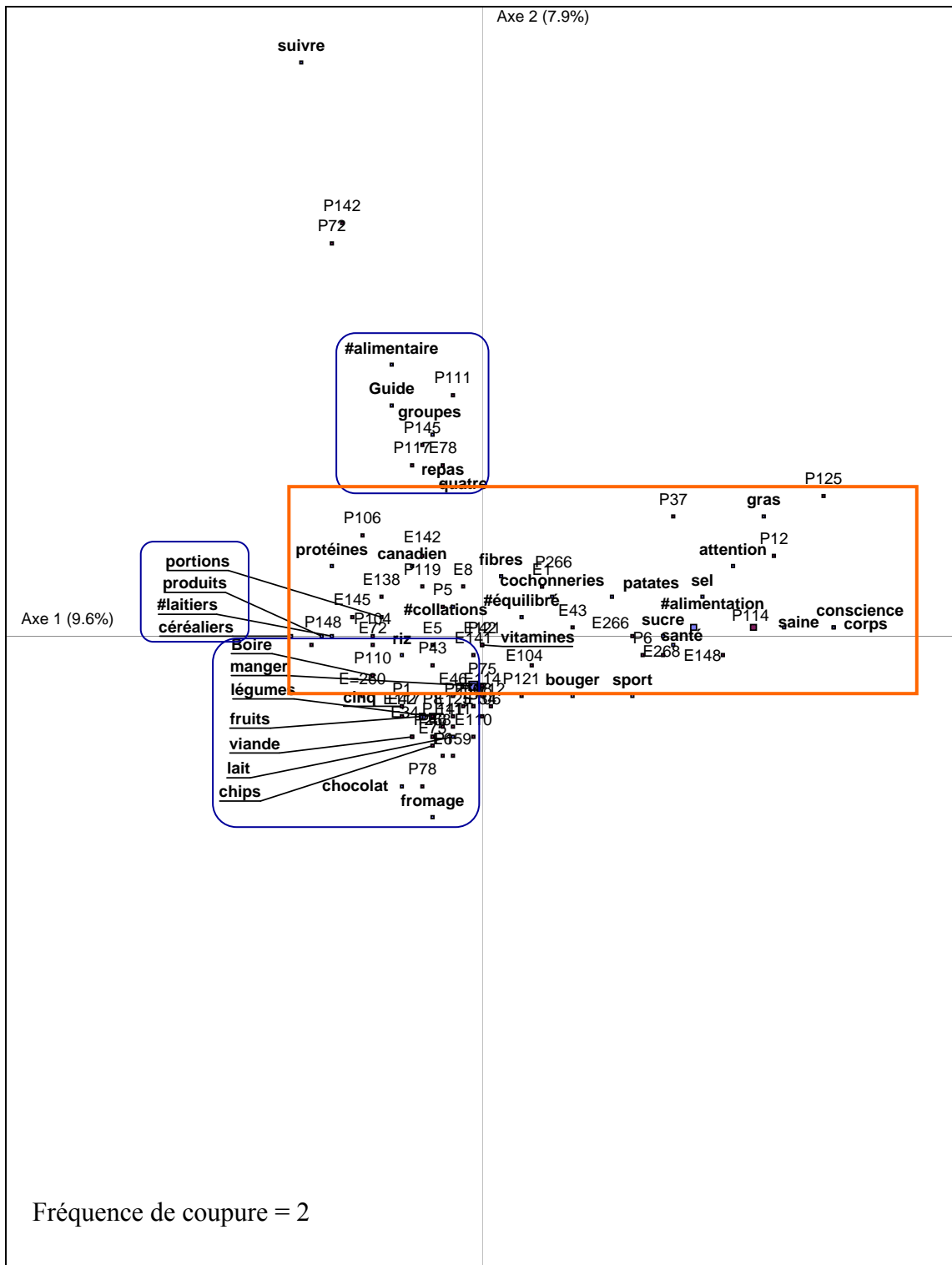


Figure 2- AFC du discours des parents et des élèves à la question 2P3E (variable *Sujet*): Selon vous, qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée et saine? *Selon toi, qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée et saine?

Q4P4E

Q.4 (QÉ.4) D'APRÈS VOUS, EST-CE IMPORTANT QUE VOTRE ENFANT SACHE FAIRE À MANGER?

A) SI OUI, POURQUOI?

Q.4 (QP.4) *D'APRÈS TOI, EST-CE IMPORTANT DE SAVOIR FAIRE À MANGER?

A) SI OUI, POURQUOI EST-CE IMPORTANT?

Comme le lecteur pourra le constater en se référant à la figure 3, selon le discours des sujets, la réponse est prioritairement «oui» et les principaux points ressortis concernant l'importance de savoir cuisiner sont les suivants.

- Pour être en santé
- Bien s'alimenter
- Afin de pouvoir se débrouiller (quand on est seul, quand les parents sont occupés et quand on sera grand)
- Pour ne pas aller tout le temps manger au restaurant.

Q5P1E

Q.5 (QÉ.1) POUVEZ-VOUS ME DIRE CE QUE SONT D'APRÈS VOUS, LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION *PETITS-CUISTOTS*?

Q.1 (QP.5) *PEUX-TU ME DIRE CE QUE SONT LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION *PETITS-CUISTOTS*?

L'analyse factorielle des correspondances du discours des répondants (cf. figure 4) fait ressortir les points suivants.

- Apprendre à cuisiner
- Préparer les aliments
- Apprendre à manger santé
- Connaître des nouvelles recettes
- Goûter à de nouveaux ingrédients
- Découvrir certains aliments de différents pays.

Peu importe les réponses données par les parents ou par les enfants, ces ateliers sont intéressants et importants.

Pour certains parents, ils s'intéressent aux nouveaux aliments et aux diverses cultures culinaires.

En somme, l'éducation à la nutrition, c'est l'éducation à la santé qui vise l'adoption d'une saine alimentation.

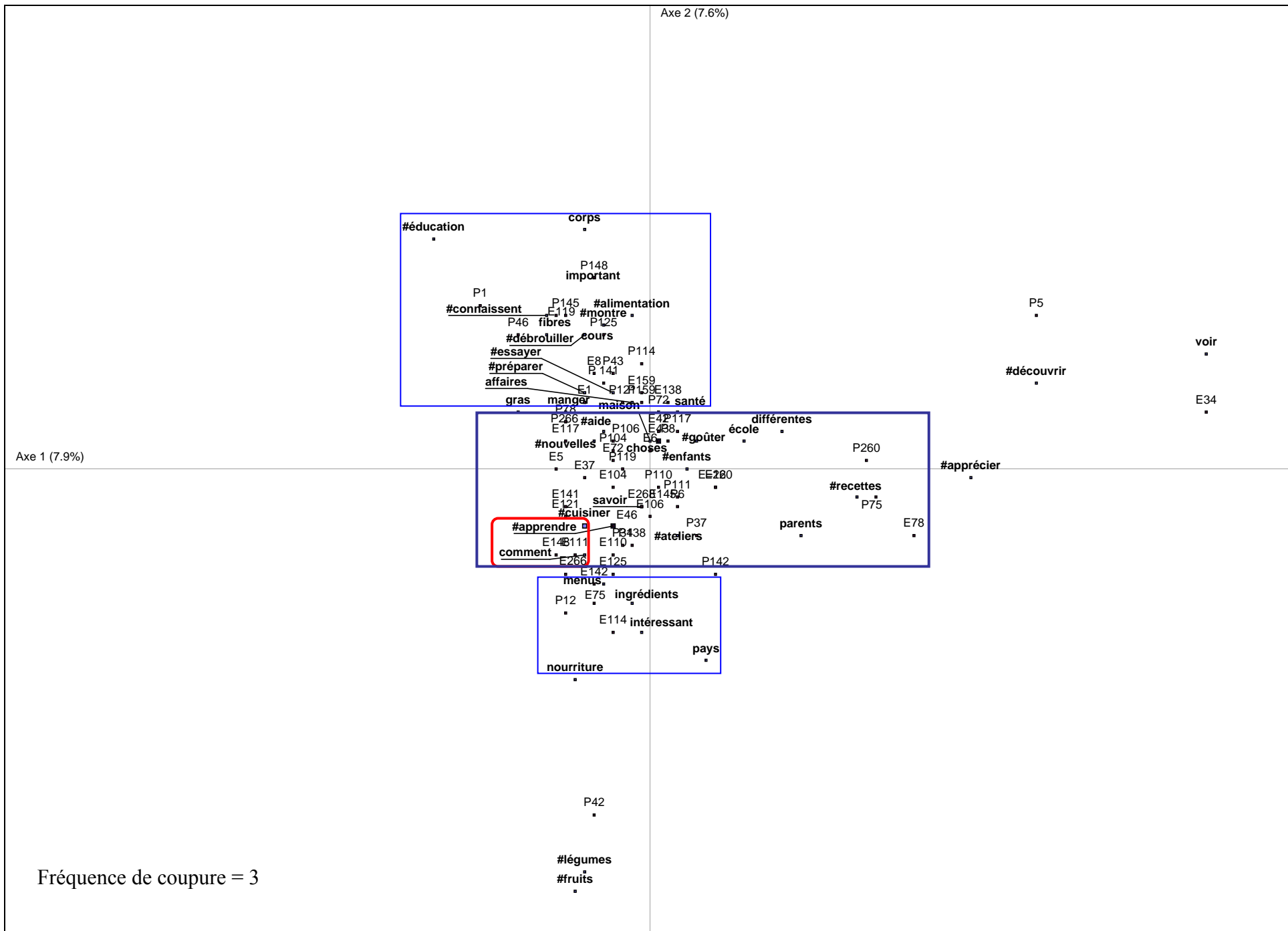


Figure 4- AFC du discours des parents et des élèves à la question 5PIE (variable *Sujet*): Pouvez-vous me dire ce que sont d'après vous, les ateliers de cuisine-nutrition *Petits cuistots*? *Peux-tu me dire ce que sont les ateliers de cuisine-nutrition?

THÈME 2
PERCEPTION DES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION *PETITS-CUISTOTS*
ET DES COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES CHEZ LES ENFANTS

Q6P5E

Q.6 (QÉ.5) QUE CROYEZ-VOUS QUE VOTRE ENFANT APPREND AUX ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION?

Q.5 (QP.6) *QU'EST-CE QUE TU APPRENDS AUX ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION? PEUX-TU ME DONNER DEUX EXEMPLES.

Selon le discours des parents et des enfants (cf. figure 5) pour cette question, diverses réponses ont été apportées au niveau de ce que l'enfant apprend aux ateliers de cuisine-nutrition.

- Des nouvelles recettes (ex.: faire du couscous du Maroc)
- Cuisiner
- Bien s'alimenter
- Apprendre à couper les fruits et les légumes
- Connaître les groupes alimentaires du *Guide alimentaire canadien*
- Utiliser adéquatement les ustensiles de cuisine
- Goûter de nouveaux aliments

Quant aux parents, ils ont l'occasion de connaître les aliments de différentes cultures.

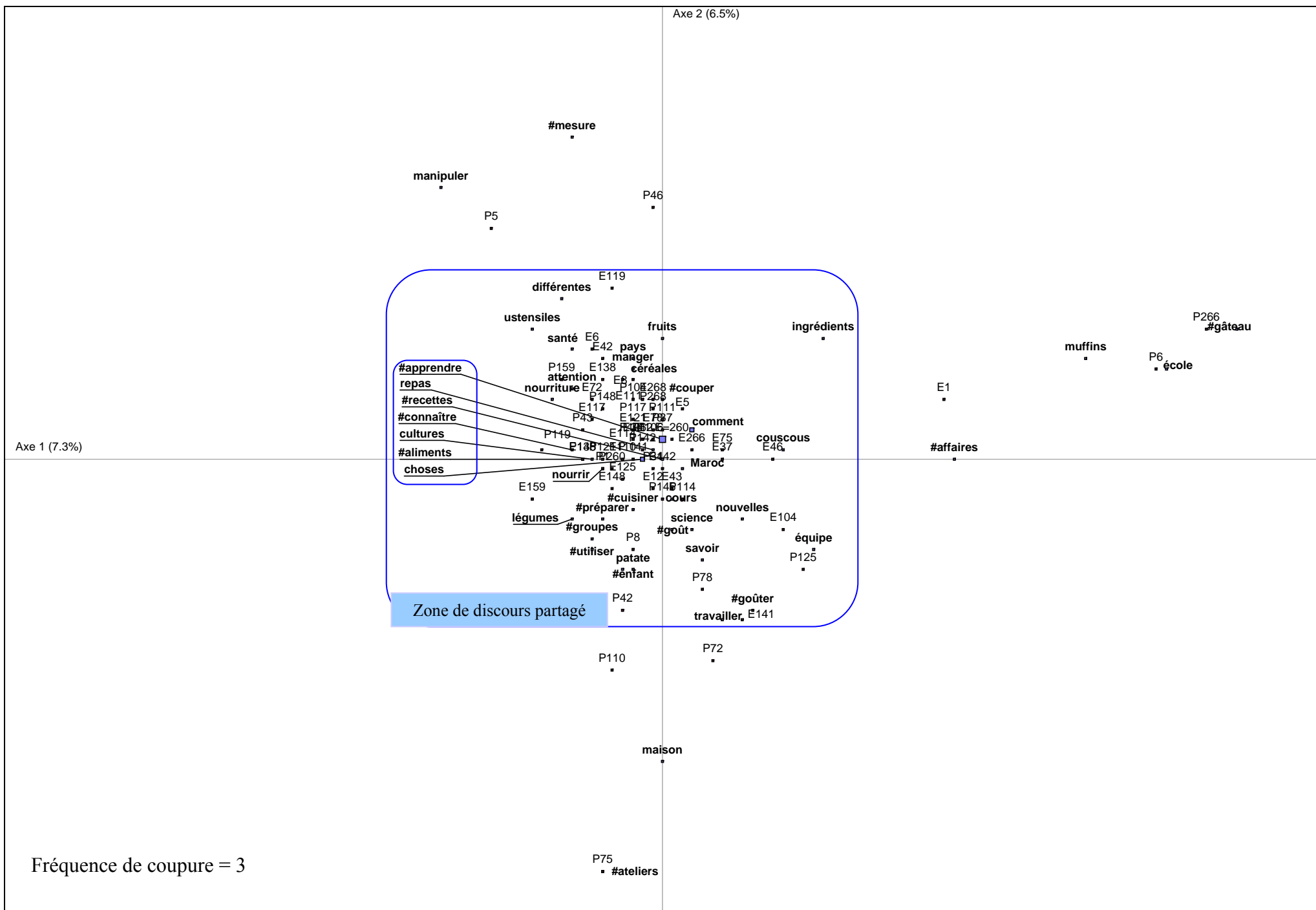


Figure 5- AFC du discours des parents et des élèves à la question 6P5E (variable *Sujet*): Que croyez-vous que votre enfant apprend aux ateliers de cuisine-nutrition?
 *Qu'est-ce que tu apprends aux ateliers de cuisine-nutrition? Peux-tu me donner deux exemples.

Q8P8E

Q.8 (QÉ.8) AVEZ-VOUS DÉJÀ PARTICIPÉ AUX ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION DANS LA CLASSE?

A) SI OUI, AVEZ-VOUS AIMÉ PARTICIPER À L'ATELIER? EXPLIQUEZ VOTRE RÉPONSE.

B) SI NON, POURQUOI N'AVEZ-VOUS PAS PARTICIPÉ AUX ATELIERS?

Q.8 (QP.8) *TA MÈRE OU TON PÈRE ONT-ILS DÉJÀ PARTICIPÉ À UN OU PLUSIEURS ATELIERS DANS LA CLASSE?

A) SI OUI, CROIS-TU QUE MAMAN (OU PAPA) A AIMÉ PARTICIPER À L'ATELIER?

EXPLIQUE TA RÉPONSE.

B) SI NON, SELON TOI, POURQUOI TES PARENTS NE PARTICIPENT PAS AUX ATELIERS?

L'analyse factorielle des correspondances du discours des parents et des enfants (cf. figure 6) fait ressortir les points suivants.

- Certains parents participent aux ateliers afin de voir comment ça fonctionne en classe et pendant les ateliers.
- Lors des ateliers, ils peuvent apporter conseil et aider à gérer le groupe.
- Certains parents ne peuvent pas participer dû au manque du temps (travail ou jeunes enfants à la maison). Quelques grands-parents assistent aussi aux ateliers.

D'après les enfants, les parents sont contents d'avoir participé aux ateliers car ça leur permet de voir comment leur enfant travaille en classe.

En bref, participer aux ateliers c'est une possibilité pour les parents d'entrer dans le milieu scolaire, de rencontrer l'enseignant et d'apprendre des choses avec leur enfant. Ils peuvent également voir leur enfant en interaction avec ses amis et avec l'enseignant.

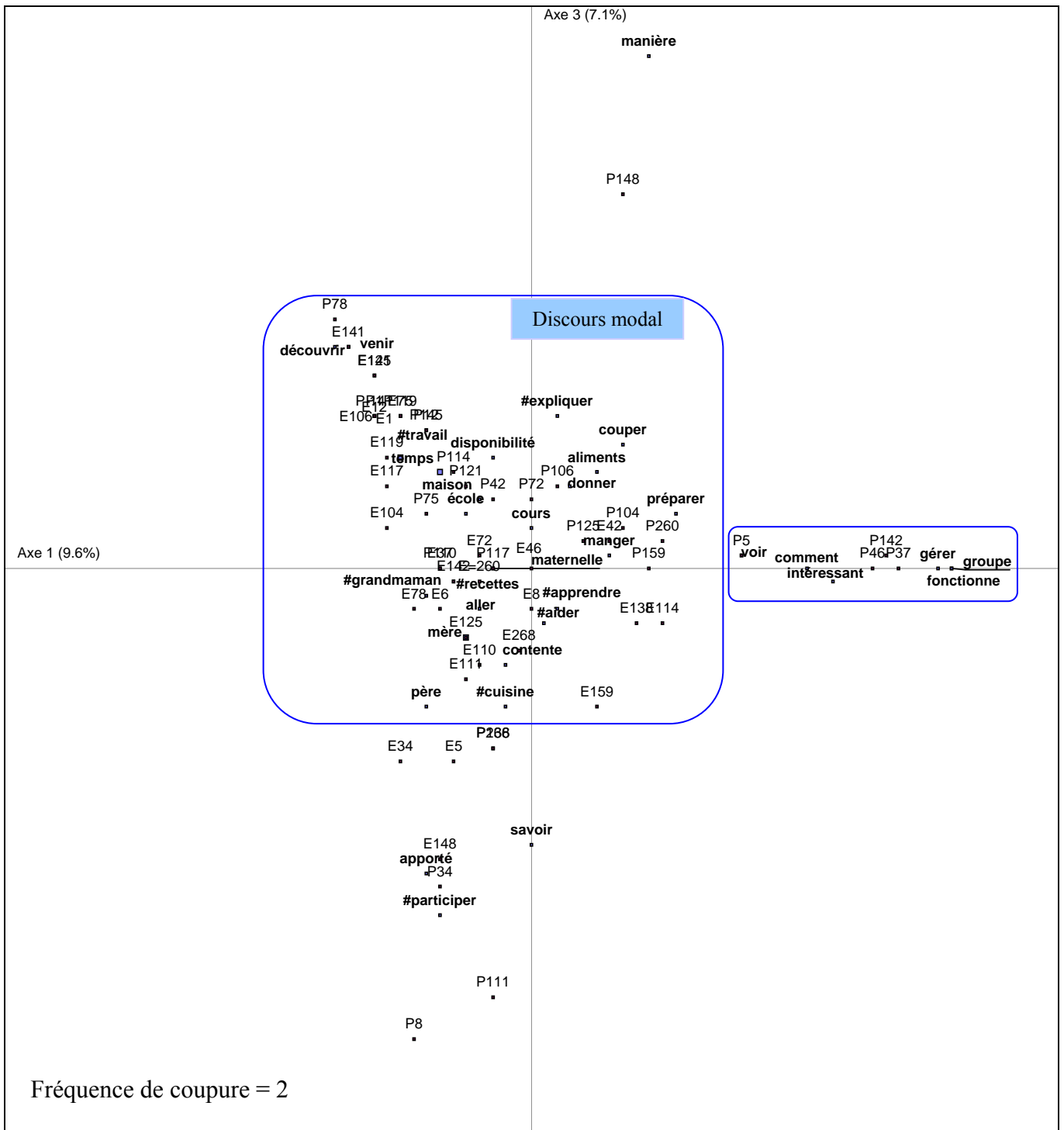


Figure 6- AFC du discours des parents et des élèves à la question 8P8E (variable *Sujet*): Avez-vous déjà participé aux ateliers de cuisine-nutrition dans la classe? a) Si oui, avez-vous aimé participer à l’atelier? Expliquez votre réponse. b) Si non, pourquoi n’avez-vous pas participé aux ateliers? *Ta mère ou ton père ont-ils déjà participé à un ou plusieurs ateliers dans la classe? a) Si oui, crois-tu que maman (ou papa) a aimé participer à l’atelier? Explique ta réponse. b) Si non, selon toi, pourquoi tes parents ne participent pas aux ateliers?

Q9P9E

Q.9 (QÉ.9) SELON VOUS, QUEL RÔLE PEUVENT JOUER LES PARENTS QUI SONT DANS LA CLASSE DURANT LES ATELIERS?

Q.9 (QP.9) *PEUX-TU DÉCRIRE CE QUE FONT LES PARENTS QUI SONT DANS LA CLASSE DURANT LES ATELIERS?

Des réponses similaires ont été données par les parents et les élèves sur la description de ce que font les parents en classe lors des ateliers (cf. figure 7).

- Ils conseillent les enfants qui ont besoin d'aide
- Ils montrent comment mesurer
- Ils aident à effectuer la recette
- Ils lavent la vaisselle et nettoient les tables à la fin des activités

Un parent (P37) montre qu'il y a un lien entre la famille à la maison et l'école: «On peut avoir des bonnes habitudes à l'école et ensuite les appliquer à la maison».

En somme, le rôle des parents est important parce que ça permet aux enfants de savoir que les adultes vont s'impliquer avec eux dans cette activité.

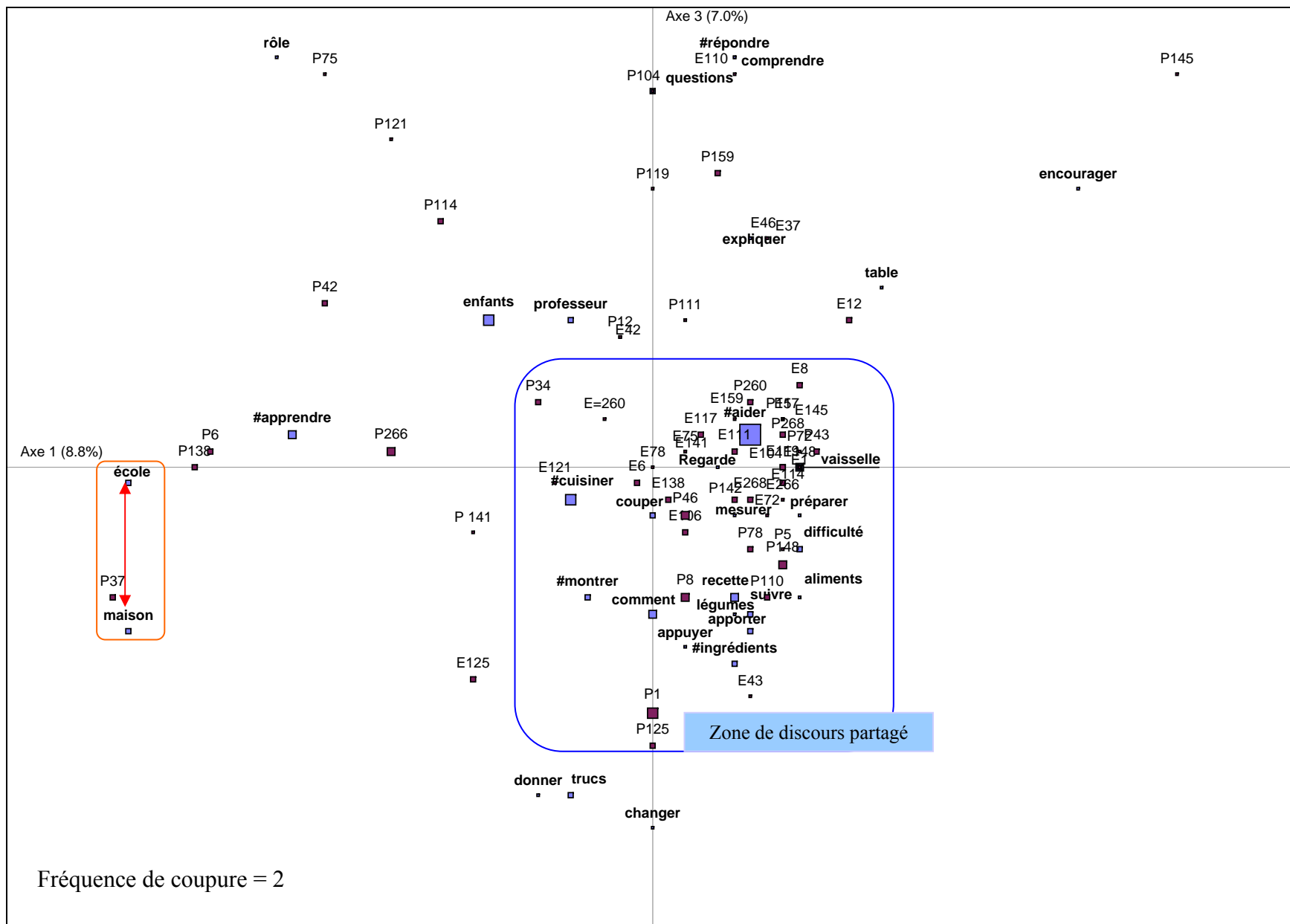


Figure 7- AFC du discours des parents et des élèves à la question 9P9E (variable *Sujet*): Selon vous, quel rôle peuvent jouer les parents qui sont dans la classe durant les ateliers? *Peux-tu décrire ce que font les parents qui sont dans la classe durant les ateliers?

THÈME 3

EFFETS DES ATELIERS SUR LES COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES

Q11P13E

Q.11P (QE.13) VOTRE ENFANT VOUS DEMANDE-T-IL OCCASIONNELLEMENT D'ACHETER CERTAINS ALIMENTS DONT IL A ENTENDU PARLER DURANT LES ATELIERS OU AUXQUELS IL A GOÛTÉS?

A) SI OUI, AVEZ-VOUS DES EXEMPLES?

B) SI NON, VOUS ARRIVE-T-IL DE LUI DEMANDER SON OPINION SUR L'ACHAT D'ALIMENTS?

Q.13E (QP.11) *T'EST-IL ARRIVÉ DE DEMANDER À TES PARENTS D'ACHETER CERTAINS ALIMENTS DONT TU AVAIS ENTENDU PARLER DURANT LES ATELIERS OU AUXQUELS TU AVAIS GOÛTÉS?

A) SI OUI, PEUX-TU NOUS DIRE LESQUELS? QUELLE A ÉTÉ LA RÉACTION DE TES PARENTS?

B) SI NON, POURQUOI NE LE FAIS-TU PAS?

L'analyse du discours des parents et des enfants en ce qui concerne l'achat de certains aliments qu'ils ont utilisés ou dont ils ont entendu parler durant les ateliers, selon la variable *Sujet*, fait ressortir que les principaux aliments qu'ils ont achetés sont les suivants.

- Des fruits frais
- Des fruits congelés
- Des fruits confits
- Diverses sortes de céréales nutritives
- Du yogourt aux fruits
- Des jus 100 % pur
- Ils vont choisir le pain brun parce qu'ils ont compris qu'il est meilleur pour la santé que le pain blanc
- Ils achètent aussi les ingrédients composant la salade de fruits réalisée lors d'un atelier (où on combinait des ananas, des pommes et des oranges).
- Ils proposent aussi d'acheter divers aliments qui composent certaines autres recettes qu'ils ont très appréciées lors des ateliers, telles qu'une recette à base de citrouille, une autre avec du chocolat blanc, une recette de couscous aux légumes, des biscuits et des muffins.

En somme, les parents et les enfants veulent goûter et refaire ce qu'ils ont découvert dans l'atelier, comme le lecteur pourra le constater en consultant la figure suivante.

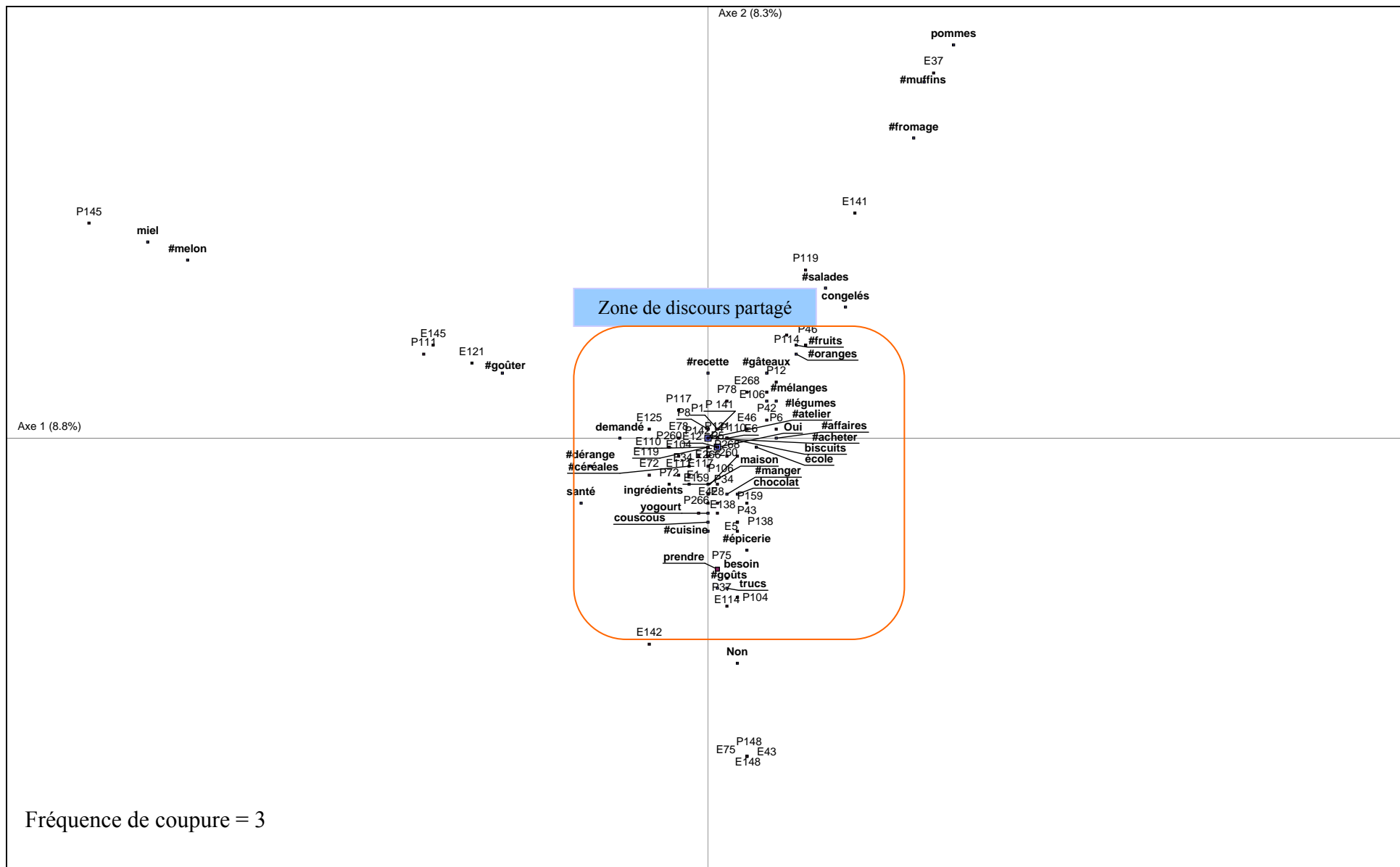


Figure 8- AFC du discours des parents et des élèves à la question 11P13E (variable *Sujet*): Votre enfant vous demande-t-il occasionnellement d'acheter certains aliments dont il a entendu parler durant les ateliers ou auxquels il a goûtés? a) Si oui, avez-vous des exemples? b) Si non, vous arrive-t-il de lui demander son opinion sur l'achat d'aliments? *T'est-il arrivé de demander à tes parents d'acheter certains aliments dont tu avais entendu parler durant les ateliers ou auxquels tu avais goûtés? a) Si oui, peux-tu nous dire lesquels? Quelle a été la réaction de tes parents? b) Si non, pourquoi ne le fais-tu pas?

Q12P14E

Q.12P (QE.14) ARRIVE-T-IL À VOTRE ENFANT DE LIRE LES ÉTIQUETTES SUR L'EMBALLAGE D'UN PRODUIT AFIN D'IDENTIFIER LES INGRÉDIENTS. QUE PENSEZ-VOUS D'UNE TELLE PRATIQUE?

Q.14E (QP.12) *T'ARRIVE-T-IL DE LIRE LES ÉTIQUETTES SUR L'EMBALLAGE D'UN PRODUIT AFIN D'IDENTIFIER LES INGRÉDIENTS? DONNE-MOI DES EXEMPLES.

L'analyse du discours des répondants au regard de cet énoncé, selon la variable *Sujet* (cf. figure 9), fait ressortir que la plupart d'entre eux répondent «oui» en ce qui concerne la lecture des étiquettes sur l'emballage d'un produit.

Les enfants ont bien retenu ce qu'ils ont appris lors des ateliers. Ils pensent que c'est important de lire les étiquettes sur l'emballage d'un produit afin d'identifier les ingrédients. Ils font attention à leur santé. Quand, ils vont acheter des aliments avec leurs parents, ils regardent les ingrédients sur les produits qu'ils veulent prendre, par exemple pour voir: le pourcentage de fibres, s'il y a beaucoup de sucre et de matières grasses. Ils regardent le nombre de calories, et ce, surtout concernant le lait, les fromages, les jus de fruits, les yogourts et les céréales. Ils regardent également la date d'expiration des produits.

Quant aux parents, ils mentionnent que les enfants comprennent dorénavant l'importance de manger des aliments santé grâce aux ateliers. Ils s'alimentent mieux.

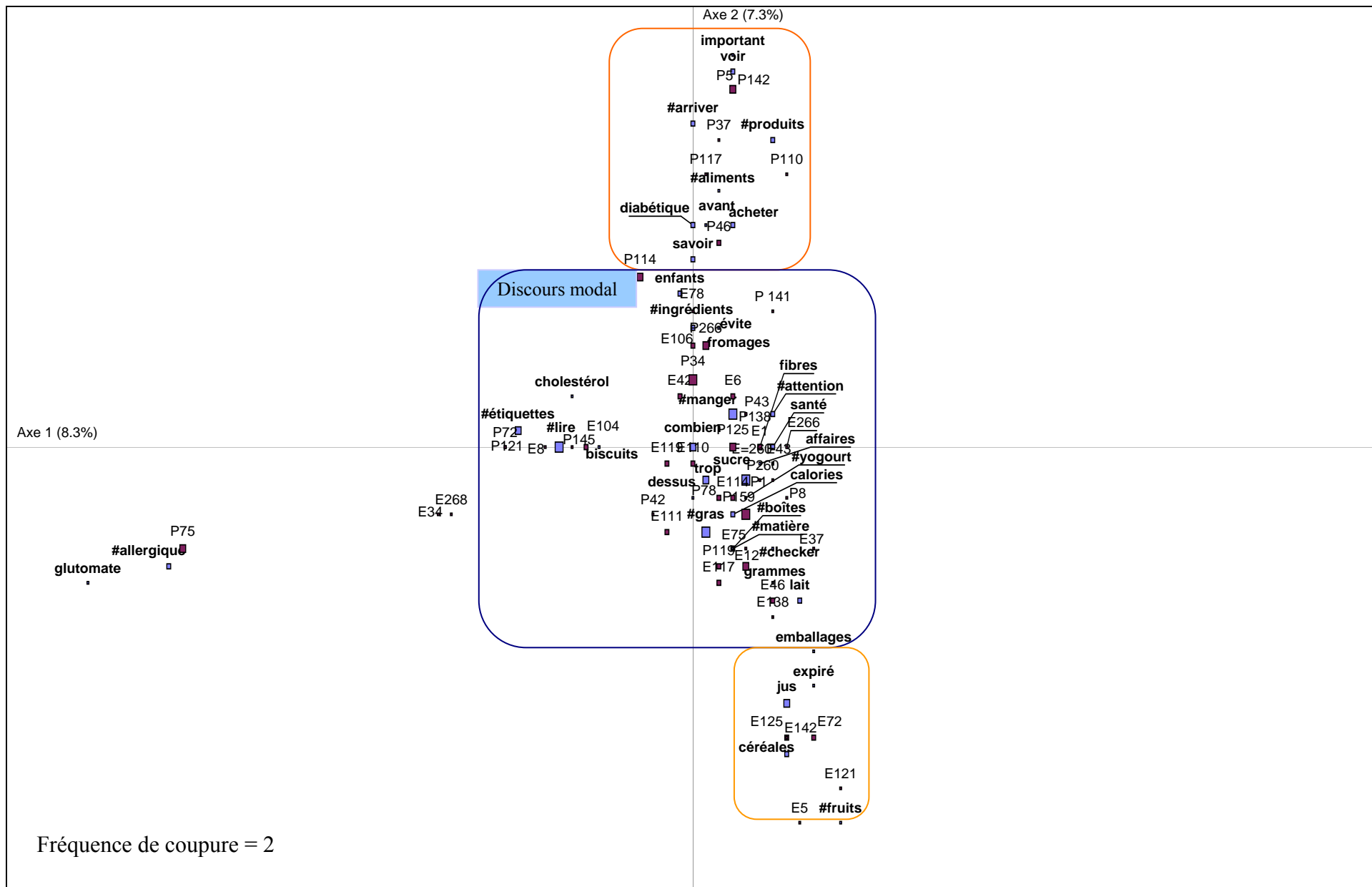


Figure 9- AFC du discours des parents et des élèves à la question 12P14E (variable *Sujet*): Arrive-t-il à votre enfant de lire les étiquettes sur l’emballage d’un produit afin d’identifier les ingrédients. Que pensez-vous d’une telle pratique? *T’arrive-t-il de lire les étiquettes sur l’emballage d’un produit afin d’identifier les ingrédients? Donne-moi des exemples.

Q13P15E

Q.13P (QE.15) VOUS EST-IL ARRIVÉ DE REFAIRE DES RECETTES RÉALISÉES DURANT LES ATELIERS?

A) SI OUI, COMBIEN DE FOIS ET QUELLES RECETTES?

Q.15E (QP.13) *AS-TU DÉJÀ REFAIT CHEZ TOI, LES RECETTES RÉALISÉES DURANT LES ATELIERS?

A) SI OUI, COMBIEN DE FOIS ET QUELLES RECETTES?

D'une manière générale, l'analyse du discours des sujets, selon la variable *Sujet* (cf. figure 10), fait ressortir que la majorité des parents et des enfants répondent qu'ils refont quelquefois (deux à quatre fois) des recettes réalisées durant les ateliers. Parmi celles-ci, voici la liste des recettes qui ont été davantage appréciées et réalisées par la suite à la maison.

- La salade de fruits
- Les muffins
- Le mélange de céréales
- Les scones aux bleuets
- Le couscous aux légumes
- La brochette de fruits avec une trempette au yogourt
- Les barres énergétiques
- Une vinaigrette réalisée avec du vinaigre balsamique
- Les biscuits au chocolat blanc et en pain d'épice
- La soupe à la courge
- Le potage aux carottes
- Le granola ensoleillé
- Le granola avec yogourt et un mélange de fruits, fait au mélangeur

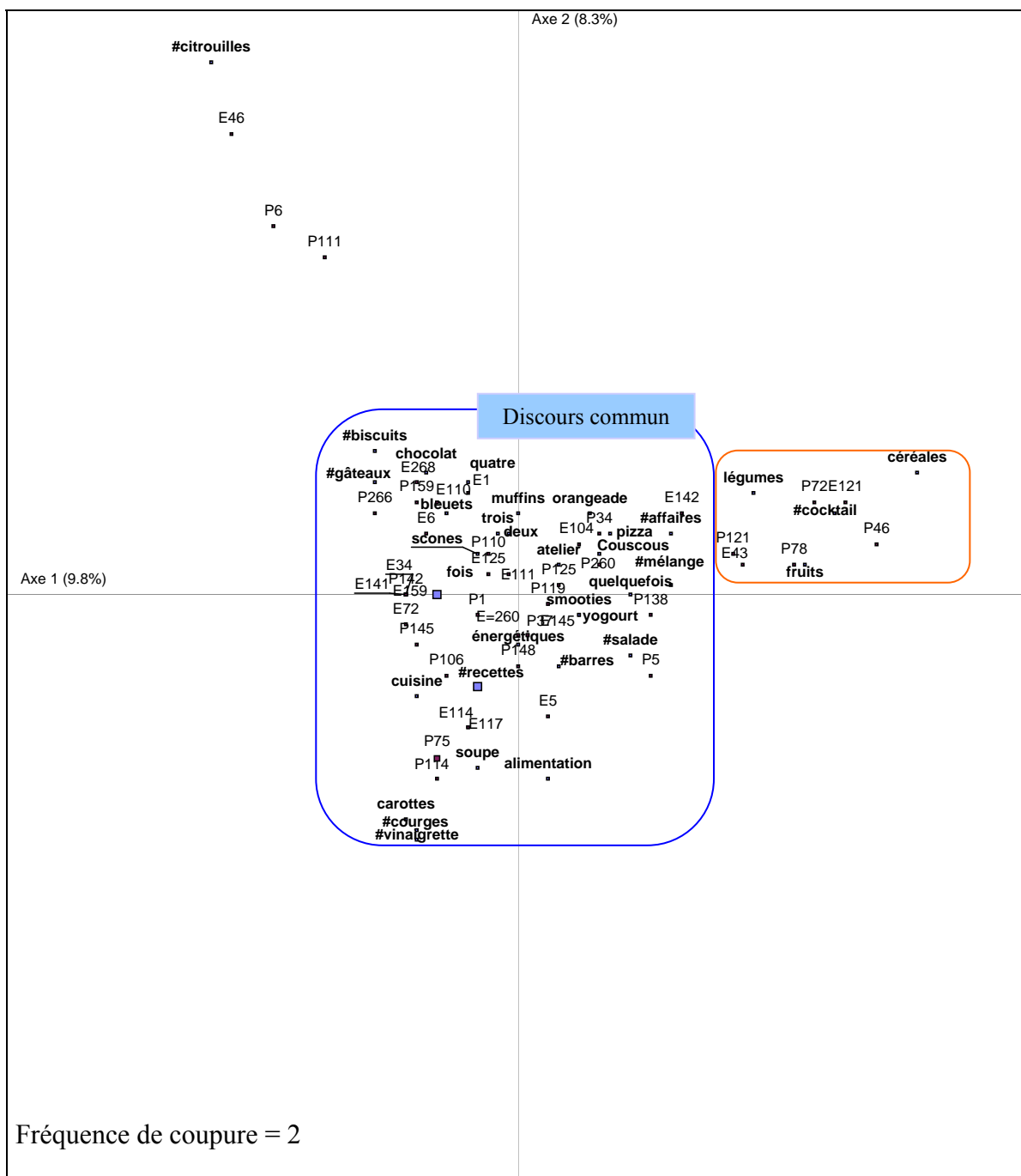


Figure 10- AFC du discours des parents et des élèves à la question 13P15E (variable *Sujet*): Vous est-il arrivé de refaire des recettes réalisées durant les ateliers? a) Si oui, combien de fois et quelles recettes? *As-tu déjà refait chez toi, les recettes réalisées durant les ateliers? a) Si oui, combien de fois et quelles recettes?

THÈME 4 PERCEPTION DE LEURS COMPÉTENCES À CUISINER

Q17P17E

Q.17P (QE.17) PENSEZ-VOUS QUE VOTRE ENFANT SE PERÇOIT COMME ÉTANT UN BON CUISINIER (BONNE CUISINIÈRE)?

A) SI OUI, COMMENT ÇA SE MANIFESTE?

B) SI NON, QU'EST-CE QUI VOUS LAISSE PENSER CELA?

Q.17E (QP.17) *CROIS-TU QUE TU ES BON CUISINIER?

A) SI OUI, QUELLES SONT LES RECETTES QUE TU RÉUSSIS BIEN?

B) SI NON, EXPLIQUE POURQUOI TU CONSIDÈRES NE PAS ÊTRE UN BON CUISINIER.

Comme le lecteur pourra le constater en consultant la figure 11, les parents perçoivent leur enfant comme étant un bon cuisinier, même si ça se limite, par exemple, à la cuisson des oeufs et à des petites choses dans la cuisine (couper des légumes ou la viande au moment où le parent prépare les repas).

- Il prépare quelquefois seul son petit déjeuner.
- Parfois il veut faire des essais, il demande s'il peut préparer lui-même le petit déjeuner ou le dîner.

Plus précisément, les enfant disent être capables de préparer certains aliments, entre autres du spaghetti à l'ail, une salade pour leur lunch, du *Kraft Dinner*, des œufs, des crêpes, du pain doré et faire des gâteaux roulés.

Les parents mentionnent que leur enfant a le goût de le faire, il n'a pas peur d'essayer de cuisiner, même s'ils affirment que ce n'est pas un «gros intérêt». «Il se débrouille tout seul et c'est assez bien pour son âge.»

Ils voient quand même une amélioration suite aux ateliers.

Les enfants prévoient qu'ils seront meilleurs parce que leur mère va leur apprendre et les aider.

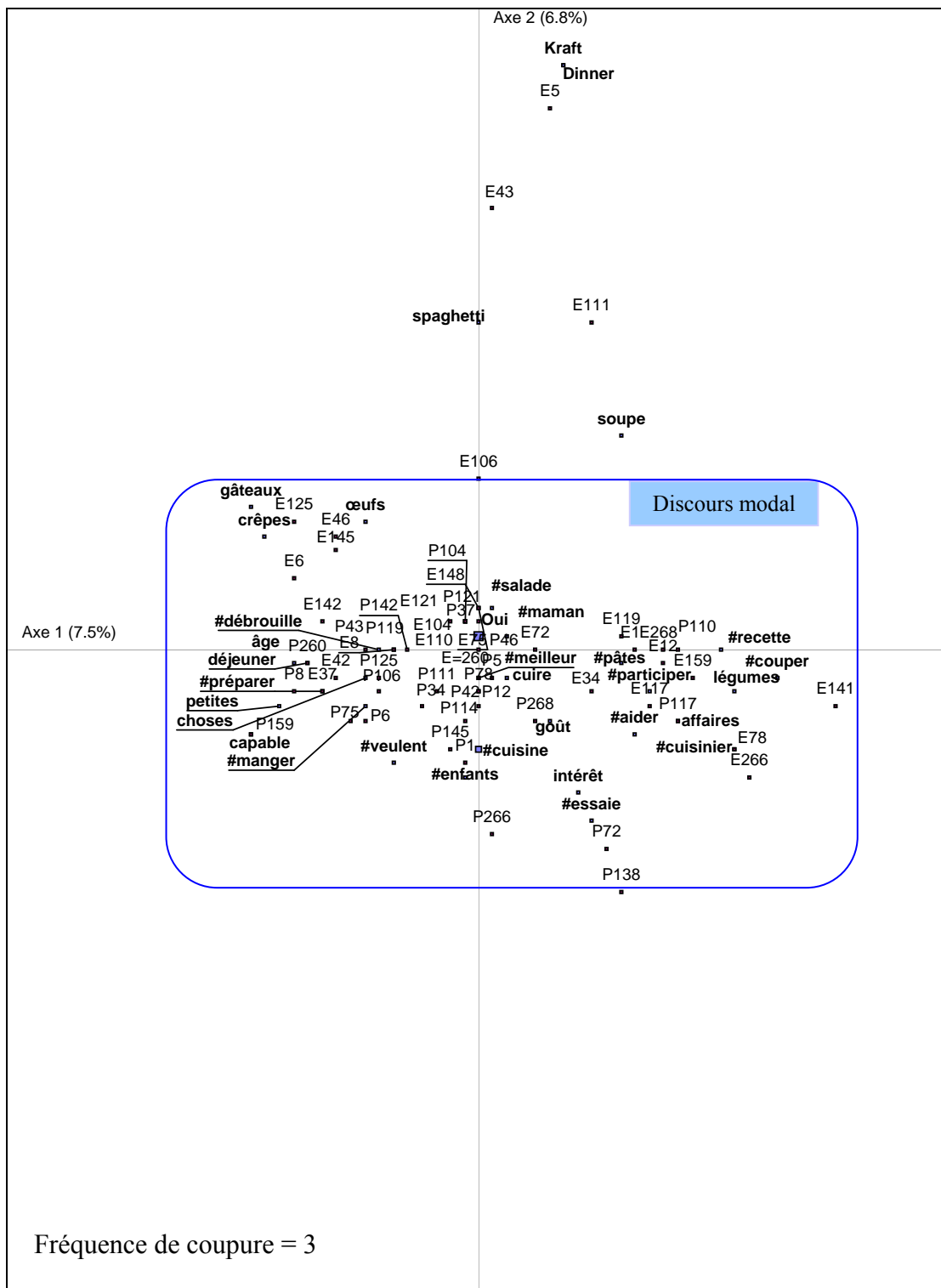


Figure 11- AFC du discours des parents et des élèves à la question 17P17E (variable *Sujet*): Pensez-vous que votre enfant se perçoit comme étant un bon cuisinier (bonne cuisinière)? a) Si oui, comment ça se manifeste? b) Si non, qu'est-ce qui vous laisse penser cela? *Crois-tu que tu es bon cuisinier? a) Si oui, quelles sont les recettes que tu réussis bien? b) Si non, explique pourquoi tu considères ne pas être un bon cuisinier.

Q19aP18Ea

Q.19P (QE.18) POUR TERMINER, COMMENT DIRIEZ-VOUS QUE LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION ONT INFLUENCÉ VOTRE ENFANT CONCERNANT SA FAÇON DE:

A) PERCEVOIR L'ALIMENTATION.

Q.18E (QP.19) *POUR TERMINER, COMMENT DIRAIS-TU QUE LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION ONT INFLUENCÉ TA FAÇON DE:

A) VOIR LES ALIMENTS.

Selon le discours des parents et des enfants (cf. figure 12), les ateliers de cuisine-nutrition les ont influencés concernant leur façon de percevoir l'alimentation. Les points suivants sont ressortis.

- Les enfants comprennent l'importance de manger des fruits et des légumes et de varier les aliments.
- Par ailleurs, ils sont plus ouverts à l'alimentation, ce qui leur permet de savoir ce qu'ils vont manger à l'extérieur de la maison (boîte à lunch) et seront plus aptes à choisir des produits sains et équilibrés lorsqu'ils accompagneront leurs parents au supermarché.
- Les enfants reconnaissent qu'ils goûtent plus d'aliments, ce qu'ils ne faisaient pas auparavant.
- De plus, ils sont plus attentifs aux produits, à la liste des ingrédients, donc ils regardent souvent avant d'acheter ou de manger.

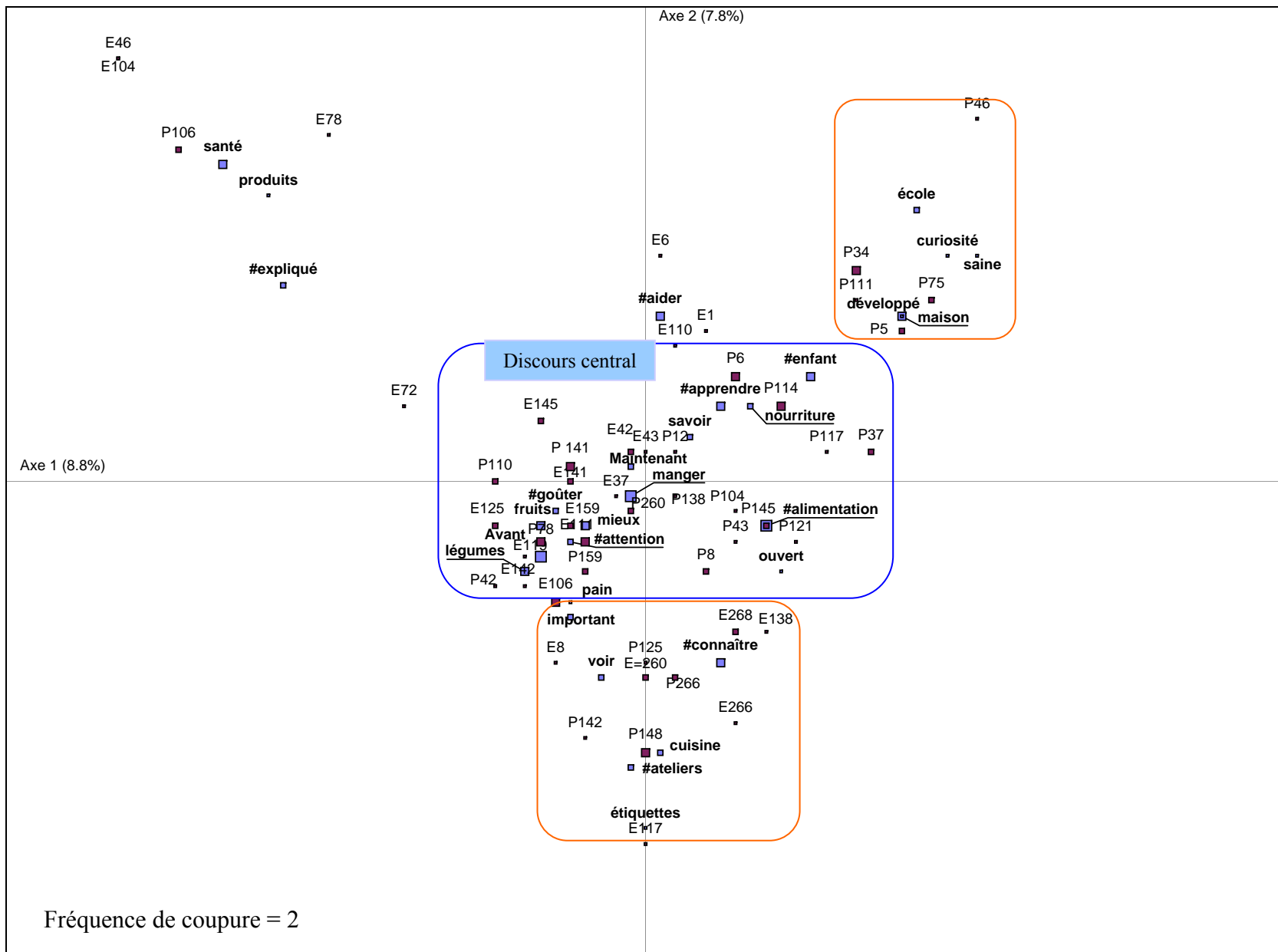


Figure 12- AFC du discours des parents à la question 19Pa18Ea (variable *Sujet*): Pour terminer, comment diriez-vous que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé votre enfant concernant sa façon de: a) percevoir l'alimentation. *Pour terminer, comment dirais-tu que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé ta façon de: a) voir les aliments.

Q19bP18Eb

Q.19P (QE.18) POUR TERMINER, COMMENT DIRIEZ-VOUS QUE LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION ONT INFLUENCÉ VOTRE ENFANT CONCERNANT SA FAÇON DE:

B) CUISINER.

Q.18E (QP.19) *POUR TERMINER, COMMENT DIRAIS-TU QUE LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION ONT INFLUENCÉ TA FAÇON DE:

B) CUISINER.

Selon les réponses données dans la figure 13, les parents mentionnent que, suite aux ateliers, leur enfant ne cuisine pas beaucoup plus qu'avant mais qu'il aide quand même pour diverses petites tâches, telles que couper des légumes et ranger les choses dans la cuisine.

Selon les réponses données par les enfants, ils disent qu'ils se sentent capables de faire des petites choses dans la cuisine (qu'ils ne savaient pas avant), comme mesurer et mélanger les ingrédients.

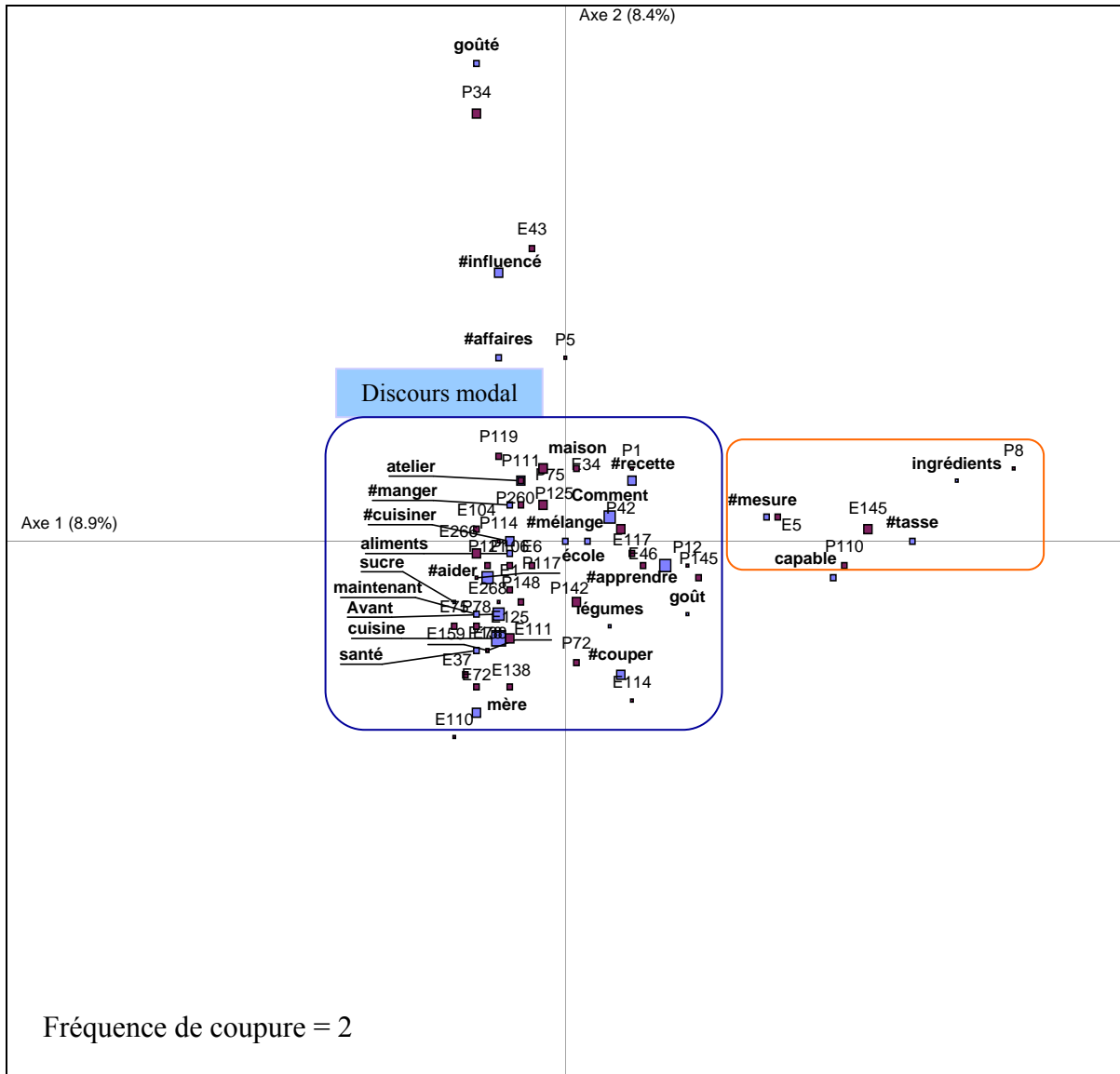


Figure 13- AFC du discours des parents à la question 19Pb18Eb (variable *Sujet*): Pour terminer, comment diriez-vous que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé votre enfant concernant sa façon de: b) cuisiner. *Pour terminer, comment dirais-tu que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé ta façon de: b) cuisiner.

Q19cP18Ec

Q.19P (QE.18) POUR TERMINER, COMMENT DIRIEZ-VOUS QUE LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION ONT INFLUENCÉ VOTRE ENFANT CONCERNANT SA FAÇON DE:
C) MANGER.

Q.18E (QP.19) *POUR TERMINER, COMMENT DIRAIS-TU QUE LES ATELIERS DE CUISINE-NUTRITION ONT INFLUENCÉ TA FAÇON DE:
C) MANGER.

L'analyse du discours des parents au regard de la façon de s'alimenter de leur enfant, selon la variable *Sujet* (cf. figure 14), fait ressortir les points suivants.

- L'enfant essaie davantage de manger plus sainement, consommer plus de fruits et de légumes, même s'il doit parfois faire un effort pour goûter.
- Il goûte plus d'aliments lorsqu'il va manger au restaurant.
- Il consomme moins de choses néfastes pour sa santé (chocolat, croustilles, bonbons, etc.).
- Il prend conscience qu'il est préférable d'avoir un poids santé.

Les enfants ont précisé qu'avant ils n'aimaient pas les légumes et les fruits, mais que maintenant ils en mangent à chaque repas. Ils sont plus sensibilisés face à leur santé.

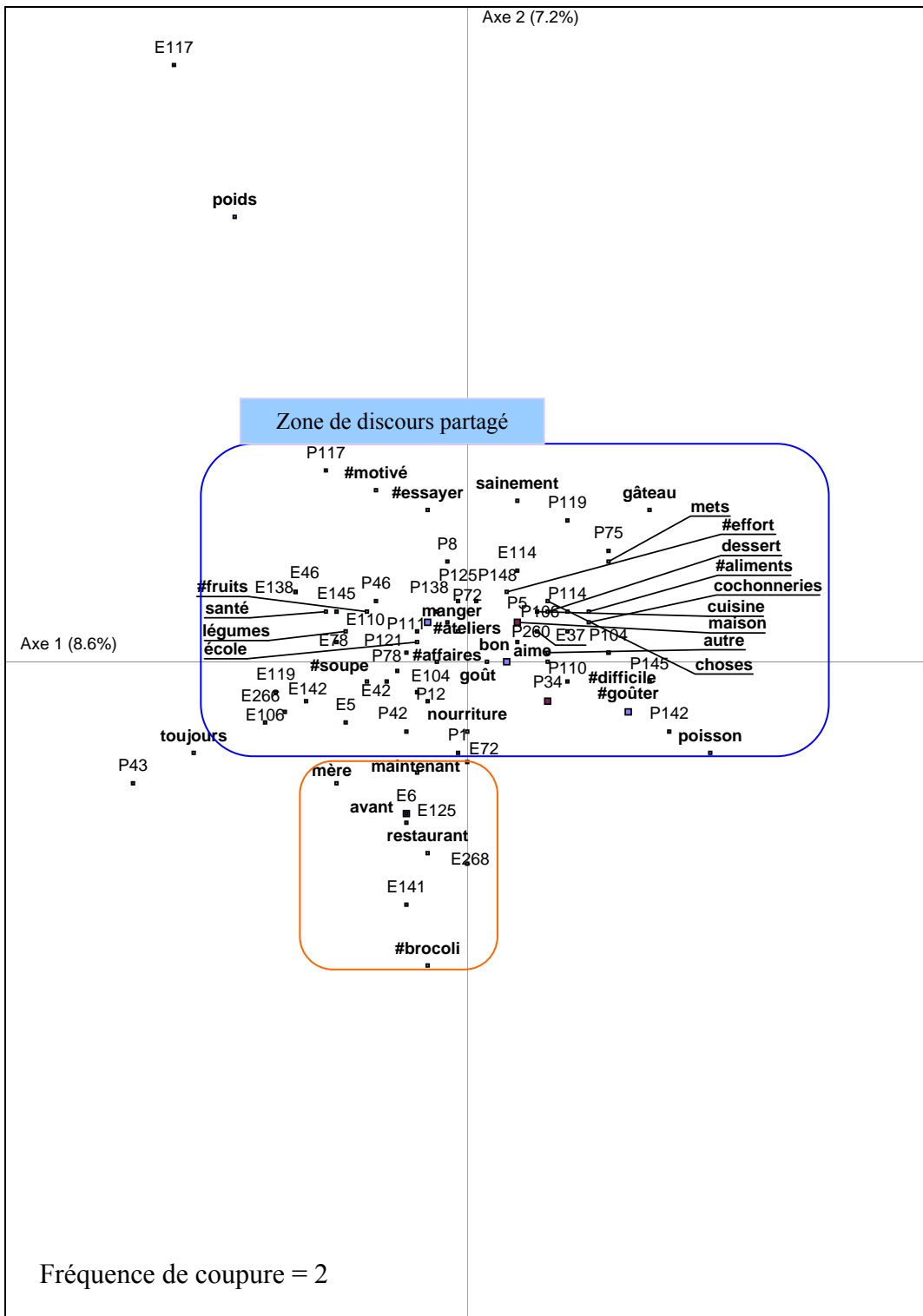


Figure 14- AFC du discours des parents à la question 19Pc18Ec (variable *Sujet*): Pour terminer, comment diriez-vous que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé votre enfant concernant sa façon de: c) manger. *Pour terminer, comment dirais-tu que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé ta façon de: c) manger.

ANNEXE A
Guide d'entrevue des parents

Sujet n°: P-_____

Sujet n°: É-_____

FICHE D'IDENTIFICATION - PARENTS

→ **Nom de l'interviewer** : _____

Date de l'entrevue : _____

Heure : _____

• **Nom du parent** (inscrire le prénom, suivi du nom de famille en lettres moulées): _____

• **Sexe du parent** M F

• **Nom de l'école de l'enfant**: _____ **Année**: 5^e année

• **Nom de l'enfant**: (inscrire le prénom, suivi du nom de famille en lettres moulées): _____

• **Sexe de l'enfant** M F

• **Âge du parent** moins de 26 ans 26-30 ans 31-35 ans
36-40 ans 41-46 ans 47-50ans

• **Nationalité du parent** Canadienne Autre

Si autre, qu'elle est votre nationalité d'origine? _____

Depuis combien d'années résidez-vous au Québec? _____

Thème 1 - Rapport à la nutrition

- Q.1** (QÉ.2) **Madame/Monsieur “XXX”**, que signifie “être en bonne santé” et à votre avis que devrait faire un enfant pour le demeurer?
- Q.2** (QÉ.3) Selon vous, qu’est-ce qu’une alimentation équilibrée et saine?
Reformulation: Que veut dire “bien s’alimenter” et “se nourrir adéquatement”?
- Q.3** Pourriez-vous nous dire en quelques mots, la place que vous accordez personnellement à l’alimentation et celle qu’elle tient au sein de votre famille?
- Q.4** (QÉ.4) D’après vous, est-ce important que votre enfant sache faire à manger?
a) Si oui, pourquoi?
- Q.5** (QÉ.1) Pouvez-vous me dire ce que sont d’après vous, les ateliers de cuisine-nutrition *Petits cuistots*?

Thème 2 – Perception des ateliers de cuisine-nutrition *Petits cuistots* et des compétences développées chez votre enfant

- Q.6** (QÉ.5) Que croyez-vous que votre enfant apprend aux ateliers de cuisine-nutrition?
- Q.7** (QÉ.6-7) Lorsque votre enfant revient des ateliers, vous en parle-t-il?
a) Si oui, veuillez nous donner des exemples de ce qu’il dit.
b) Si non, vous arrive-t-il de le questionner?
- Q.8** (QÉ.8) Avez-vous déjà participé aux ateliers de cuisine-nutrition dans la classe?
a) Si oui, avez-vous aimé participer à l’atelier? Expliquez votre réponse.
b) Si non, pourquoi n’avez-vous pas participé aux ateliers?
- Q.9** (QÉ.9) Selon vous, quel rôle peuvent jouer les parents qui sont dans la classe durant les ateliers?
- Q.10** (QÉ.12) ***Poser cette question uniquement aux parents des écoles suivantes: St-Zotique, Petite-Bourgogne et Victor Rousselot.***
Dans le cadre des ateliers, une agente de développement social est souvent présente. De votre point de vue, quel est son rôle?

Thème 3 – Effets des ateliers sur les comportements alimentaires

- Q.11** (QÉ.13) Votre enfant vous demande-t-il occasionnellement d’acheter certains aliments dont il a entendu parler durant les ateliers ou auxquels il a goûtés?
a) Si oui, avez-vous des exemples?
b) Si non, vous arrive-t-il de lui demander son opinion sur l’achat d’aliments?
- Q.12** (QÉ.14) Arrive-t-il à votre enfant de lire les étiquettes sur l’emballage d’un produit afin d’identifier les ingrédients? Que pensez-vous d’une telle pratique?
- Q.13** (QÉ.15) Vous est-il arrivé de refaire des recettes réalisées durant les ateliers?
a) Si oui, combien de fois et quelles recettes?
- Q.14** À l’occasion des ateliers, avez-vous développé des liens avec d’autres parents?
a) Si oui, veuillez nous les décrire.

- Q.15** À l'occasion des ateliers, avez-vous reçu de l'information à propos de ressources communautaires ou publiques pouvant vous aider?
a) Si oui, veuillez identifier lesquelles et nous dire si vous les avez ou non contactées.
- Q.16** Avez-vous une meilleure connaissance de la vie scolaire depuis que vous participez aux ateliers?
a) Si oui, veuillez préciser en quoi.

Thème 4 – Perception de leurs compétences à cuisiner

- Q.17** (QÉ.17) Pensez-vous que votre enfant se perçoit comme étant un bon cuisinier (bonne cuisinière)?
a) Si oui, comment ça se manifeste?
b) Si non, qu'est-ce qui vous laisse penser cela?
- Q.18** Vous arrive-t-il de discuter avec votre enfant, des propriétés de certains aliments ou de réaliser ensemble des recettes?
a) Si oui, veuillez donner des exemples.
b) Si non, pourquoi selon vous ces échanges ne sont pas nécessaires?
- Q.19** (QÉ.18) Pour terminer, comment diriez-vous que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé votre enfant concernant sa façon de:
a) percevoir l'alimentation
b) cuisiner
c) manger

Merci beaucoup d'avoir accepté de répondre à nos questions,
l'équipe de recherche l'apprécie sincèrement!

ANNEXE B
Guide d'entrevue des élèves

Fiche d'identification des ÉLÈVES

→ Nom de l'interviewer: _____ Date de l'entrevue: _____ Heure: _____

• **Nom** (inscrire le prénom, suivi du nom de famille en lettres moulées): _____

• **Sexe** M F

• **Nom de l'école:** _____ **Année:** 5^e année

• **Depuis quelle année scolaire es-tu inscrit à cette école-ci?**

Maternelle 1^{ère} année 2^e année 3^e année 4^e année 5^e année

• **Es-tu né au Canada ou dans un autre pays?** Canada Autre

Si autre, - tu es né dans quel pays: _____

- tes parents sont nés dans quel(s) pays: (père) _____

(mère) _____

Une autre personne de nationalité différente, demeure-t-elle à la maison: Oui Non

- si oui, de quelle nationalité est-elle? _____

Depuis combien d'années résides-tu au Québec?: _____

GUIDE D'ENTREVUE

Thème 1 - Rapport à la nutrition

- Q.1** (QP-5) Peux-tu me dire “XXX”, ce que sont les ateliers de cuisine-nutrition?
- Q.2** (QP-1) Que signifie “être en bonne santé”?
- Q.3** (QP-2) Selon toi, qu’est-ce qu’une alimentation équilibrée et saine?
Reformulation: Que veut dire “bien s’alimenter”?
- Q.4** (QP-4) D’après toi, est-ce important de savoir faire à manger?
a) Si oui, pourquoi est-ce important?
b) Si non, pourquoi ne trouves-tu pas important de savoir faire à manger?

Thème 2 – Perception des ateliers de cuisine-nutrition *Petits cuistots* et des compétences développées

- Q.5** (QP-6) Qu’est-ce que tu apprends aux ateliers de cuisine-nutrition? Peux-tu me donner deux exemples.
- Q.6** (QP-7) Qu’est-ce que tu aimes le mieux durant les ateliers? Explique pourquoi.
- Q.7** (QP-7) Qu’est-ce que tu aimes le moins durant les ateliers? Explique pourquoi.
- Q.8** (QP-8) Ta mère ou ton père ont-ils déjà participé à un ou plusieurs ateliers dans la classe?
a) Si oui, crois-tu que maman (ou papa) a aimé participer à l’atelier? Explique ta réponse.
b) Si non, selon toi, pourquoi tes parents ne participent pas aux ateliers?
- Q.9** (QP-9) Peux-tu décrire ce que font les parents qui sont dans la classe durant les ateliers?
- Q.10** Quel est le rôle de ton enseignant durant les ateliers?
Reformulation: Que fait-on enseignant durant les ateliers?
- Q.11** Ton enseignant te parle-t-il d’alimentation ou de nutrition en classe?
a) Si oui, quand et comment? Donne-moi des exemples.
b) Si non, aimerais-tu en savoir davantage sur la nutrition et qu’aimerais-tu savoir?
- Q.12** (QP-10) *Poser cette question uniquement aux élèves des écoles St-Zotique, Petite-Bourgogne et Victor Rousselot.*
Connais-tu **Marie-Ève** (École St-Zotique) ou **Nicole** (Écoles Petite-Bourgogne et Victor Rousselot) qui est l’agente de développement qui travaille avec les ateliers de cuisine-nutrition?
a) Si oui, d’après toi pourquoi participe-t-elle aux ateliers?

Thème 3 – Effets des ateliers sur les comportements alimentaires

- Q.13** (QP-11) T’est-il arrivé de demander à tes parents d’acheter certains aliments dont tu avais entendu parler durant les ateliers ou auxquels tu avais goûtés?
a) Si oui, peux-tu nous dire lesquels? Quelle a été la réaction de tes parents?

b) Si non, pourquoi ne le fais-tu pas?

Q.14 (QP-12) T'arrive-t-il de lire les étiquettes sur l'emballage d'un produit afin d'identifier les ingrédients? Donne-moi des exemples.

Q.15 (QP-13) As-tu déjà refait chez toi, les recettes réalisées durant les ateliers?

a) Si oui, combien de fois et quelles recettes?

Thème 4 – Perception de leurs compétences à cuisiner

Q.16 Toi, aimes-tu cuisiner durant les ateliers ou à la maison?

a) Si oui, qu'est-ce que tu préfères préparer?

b) Si non, explique pourquoi tu n'aimes pas tellement cuisiner?

Q.17 (QP-17) Crois-tu que tu es bon cuisinier?

a) Si oui, quels sont les recettes que tu réussis bien?

b) Si non, explique pourquoi tu considères ne pas être un bon cuisinier.

Q.18 (QP-19) Pour terminer, comment dirais-tu que les ateliers de cuisine-nutrition ont influencé ta façon de:

a) voir les aliments

b) cuisiner

c) manger

Merci beaucoup d'avoir accepté de répondre à mes questions,
l'équipe de recherche l'apprécie !