

## Questionnaire « Choix des plats et des recettes »

Lancé le 02/09/2013

<ul style="list-style-type: none"><li>1 - Introduction</li><li>2 - Vos Pratiques</li><li>3 - Choix des plats</li><li>4 - Choix des recettes</li><li>5 - Perception cuisine nutrition</li><li>6 - Commentaires</li></ul>	<p>Ce questionnaire a pour objectif de mieux comprendre comment se fait le choix des plats/recettes qui sont préparés au sein de votre foyer. Nous nous intéressons aux <b>raisons qui vous motivent à choisir un plat et la recette permettant de le réaliser.</b></p> <p>Nous vous remercions d'avance du temps que vous consacrerez à ce questionnaire.</p> <p style="text-align: right;"><a href="#">Suite ▶</a></p>
---	--

- 1 - Introduction
- 2 - Vos Pratiques**
- 3 - Choix des plats
- 4 - Choix des recettes
- 5 - Perception cuisine nutrition
- 6 - Commentaires

### Vos Pratiques

Dans ce questionnaire, nous entendons par « cuisiner », le fait de préparer un plat froid (crudités, salade de fruits...) ou chaud, faire de la pâtisserie, etc.

**En général, au sein de votre foyer quelle est la personne qui cuisine le plus souvent ?**

*Si la cuisine est faite équitablement par deux personnes, cochez deux cases.*

En semaine	Le week-end
<input checked="" type="checkbox"/> Moi-même <input type="checkbox"/> Mon conjoint <input type="checkbox"/> Ma conjointe <input checked="" type="checkbox"/> Ma mère <input type="checkbox"/> Mon père <input type="checkbox"/> Mon enfant/mes enfants <input type="checkbox"/> Un autre membre de ma famille <input type="checkbox"/> Un colocataire <input type="checkbox"/> Un auxiliaire de vie <input type="checkbox"/> Un voisin, un ami <input type="checkbox"/> Autre	<input type="checkbox"/> Moi-même <input type="checkbox"/> Mon conjoint <input checked="" type="checkbox"/> Ma conjointe <input type="checkbox"/> Ma mère <input checked="" type="checkbox"/> Mon père <input type="checkbox"/> Mon enfant/mes enfants <input type="checkbox"/> Un autre membre de ma famille <input type="checkbox"/> Un colocataire <input type="checkbox"/> Un auxiliaire de vie <input type="checkbox"/> Un voisin, un ami <input type="checkbox"/> Autre

**Généralement, à quelle fréquence cuisinez-vous au sein de votre foyer ? ?**

- Toujours
- Souvent
- Parfois
- Jamais

**SI REPONSE ≠ JAMAIS**

**Plus particulièrement,**

En semaine	Le week-end
<input type="radio"/> Tous les jours, deux fois par jour ou plus <input type="radio"/> Tous les jours, une fois par jour <input type="radio"/> Plusieurs fois par semaine mais pas tous les jours <input checked="" type="radio"/> Une fois par semaine <input type="radio"/> Moins d'une fois par semaine <input type="radio"/> Jamais	<input type="radio"/> Les deux jours, deux fois par jour ou plus <input type="radio"/> Les deux jours, une fois par jour <input type="radio"/> Moins d'une fois par jour <input checked="" type="radio"/> Jamais

**Combien de temps consacrez-vous habituellement à la préparation d'un repas (hors petit-déjeuner) ?**  
*Y compris le temps de cuisson*

En semaine	Le week-end
<input type="radio"/> Je ne cuisine jamais <input type="radio"/> Moins de 15 minutes <input type="radio"/> Entre 15 et 30 minutes <input checked="" type="radio"/> Entre 30 et 45 minutes <input type="radio"/> Entre 45 minutes et 1 heure <input type="radio"/> Plus d'une heure	<input type="radio"/> Je ne cuisine jamais <input checked="" type="radio"/> Moins de 15 minutes <input type="radio"/> Entre 15 et 30 minutes <input type="radio"/> Entre 30 et 45 minutes <input type="radio"/> Entre 45 minutes et 1 heure <input type="radio"/> Plus d'une heure

◀ Précédent | Suite ▶

- 1 - Introduction
- 2 - Vos Pratiques
- 3 - Choix des plats**
- 4 - Choix des recettes
- 5 - Perception cuisine nutrition
- 6 - Commentaires

### Choix des plats

Dans notre questionnaire, nous entendons par « plat », un élément d'un repas tels qu'un cake aux olives, du poisson en papillote, un taboulé. Une « recette » correspond à la description détaillée de la façon dont un plat est préparé. Pour un plat donné, il existe donc un grand nombre de recettes différentes (taboulé express, taboulé au poulet...).

Nous nous intéressons ici au « plat » et non pas à la « recette ».

**En général, au sein de votre foyer, qui décide majoritairement des plats qui vont être préparés ?**

*Si le choix est fait équitablement par deux personnes, cochez deux cases.*

En semaine	Le week-end
<input type="checkbox"/> Moi-même	<input type="checkbox"/> Moi-même
<input checked="" type="checkbox"/> Mon conjoint	<input type="checkbox"/> Mon conjoint
<input type="checkbox"/> Ma conjointe	<input type="checkbox"/> Ma conjointe
<input type="checkbox"/> Ma mère	<input type="checkbox"/> Ma mère
<input type="checkbox"/> Mon père	<input checked="" type="checkbox"/> Mon père
<input type="checkbox"/> Mon enfant/mes enfants	<input type="checkbox"/> Mon enfant/mes enfants
<input type="checkbox"/> Un autre membre de ma famille	<input type="checkbox"/> Un autre membre de ma famille
<input type="checkbox"/> Un colocataire	<input type="checkbox"/> Un colocataire
<input type="checkbox"/> Un auxiliaire de vie	<input type="checkbox"/> Un auxiliaire de vie
<input type="checkbox"/> Un voisin, un ami	<input type="checkbox"/> Un voisin, un ami
<input type="checkbox"/> Autre	<input type="checkbox"/> Autre

**SI REPONSE = JAMAIS**

➔ *Passage partie suivante*

**Globalement, dans votre foyer, à quelle fréquence choisissez-vous les plats qui vont être préparés ?**

- Toujours
- Souvent
- Parfois
- Jamais

◀ Précédent | Suite ▶

**SI REPONSE ≠ JAMAIS**

Plus particulièrement,

En semaine	Le week-end
<input checked="" type="radio"/> Toujours	<input type="radio"/> Toujours
<input type="radio"/> Souvent	<input checked="" type="radio"/> Souvent
<input type="radio"/> Parfois	<input type="radio"/> Parfois
<input type="radio"/> Jamais	<input type="radio"/> Jamais

Quelle importance donnez-vous aux critères suivants lorsque vous choisissez le plat (ex : cake aux olives/poisson en papillote/taboulé) que vous allez préparer :

*Si vous avez répondu que vous ne choisissez « jamais » les plats en semaine ou le week-end, la colonne correspondante est vide car vous n'avez pas à la remplir.*

	En semaine	Le week-end
<b>Le temps que j'ai pour cuisiner</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
<b>Mes compétences en cuisine : ce que je sais faire</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
<b>Le fait que ce plat est pratique à manger (ex : plateau télé, pique-nique)</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important

<p><b>La météo : je cuisine des plats différents quand il fait chaud ou froid</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>La saison : je cuisine avec des produits de saison</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Ce que moi ou les membres de ma famille ont consommé dans la journée/ces derniers jours (ex : si brocolis à la cantine le midi, je n'en cuisine pas le soir)</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Le fait que j'ai établi un menu à l'avance</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Le fait que ce plat peut être préparé à l'avance</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>La possibilité de préparer le plat en grande quantité pour pouvoir en manger à plusieurs reprises</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>

<p><b>Le nombre de personnes qui mangent à la maison</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Mes préférences et/ou celles de mes proches</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Le fait que le plat puisse être adapté pour plaire à tous les convives (ex : pâtes avec des accompagnements différents pour chacun)</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Les ingrédients disponibles chez moi</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Les restes qui sont dans mon réfrigérateur/congélateur</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>Le matériel de cuisine à ma disposition</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important</p> <p><input type="radio"/> Important</p> <p><input type="radio"/> Moyennement important</p> <p><input type="radio"/> Peu important</p> <p><input type="radio"/> Pas important</p>

<b>Le prix des ingrédients</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
<b>Le fait que le plat soit original/innovant</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
<b>Mon envie du moment et/ou celle de mes proches</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
<b>Mes habitudes alimentaires (ex : je ne mange pas de viande le soir) et/ou celles de mes proches</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
<b>Les recettes que je consulte (ex : je cuisine souvent des plats issus de recettes trouvées sur Internet)</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
<b>Mon état de fatigue</b>	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important

	En semaine	Le week-end
Ma faim et/ou celle de mes proches	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
Mes convictions religieuses (ex : sans porc, poisson le vendredi), ou personnelles (ex : végétarien, végétalien) et/ou celles de mes proches	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
Mon état de santé (ex : diabète, cholestérol) ou allergies/intolérances alimentaires et/ou ceux de mes proches	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
Mon éventuel régime amaigrissant ou celui d'un de mes proches	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important
L'association avec d'autres plats du repas : en terme de goût	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important	<input type="radio"/> Très important <input type="radio"/> Important <input type="radio"/> Moyennement important <input type="radio"/> Peu important <input type="radio"/> Pas important

<p><b>L'association avec d'autres plats du repas : en terme de nutrition</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>L'équilibre du plat (qualité nutritionnelle)</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>La quantité de calories dans le plat</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>La quantité de glucides simples (sucres) dans le plat</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>La quantité de lipides (matière grasse) dans le plat</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>
<p><b>La quantité de protéines dans le plat</b></p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>	<p><input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important</p>

<p><b>La quantité de sel dans le plat</b></p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>
<p><b>La quantité de vitamines et minéraux dans le plat</b></p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>
<p><b>La quantité de fibres dans le plat</b></p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>
<p><b>La quantité en fruits et légumes dans le plat</b></p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>
<p><b>La quantité de féculents dans le plat</b></p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>
<p><b>La quantité de viande, poisson, œuf dans le plat</b></p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>
<p><b>La quantité de produits laitiers dans le plat</b></p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>	<p> <input type="radio"/> Très important  <input type="radio"/> Important  <input type="radio"/> Moyennement important  <input type="radio"/> Peu important  <input type="radio"/> Pas important         </p>
<p>◀ Précédent   Suite ▶</p>		

- 1 - Introduction
- 2 - Vos Pratiques
- 3 - Choix des plats
- 4 - Choix des recettes**
- 5 - Perception cuisine nutrition
- 6 - Commentaires

### Choix des recettes

Vous choisissez maintenant la **recette** ou « **façon de faire** » pour réaliser votre plat.

Nous souhaitons savoir par exemple, **comment vous choisissez la recette** d'un cake aux olives (ex : recette de famille vs trouvée sur Internet), d'une papillote de poisson (ex : facile vs difficile) parmi les différentes propositions auxquelles vous avez accès.

Il est possible que la plupart du temps vous n'utilisiez pas de « recette » à proprement parler, mais nous nous intéressons également aux **recettes que vous savez faire par cœur ou inventez**.

**En général, au sein de votre foyer qui choisit les recettes ?**

- Moi-même
- Mon conjoint
- Ma conjointe
- Ma mère
- Mon père
- Mon enfant/mes enfants
- Un autre membre de ma famille
- Un colocataire
- Un auxiliaire de vie
- Un voisin, un ami
- Autre

**SI REPONSE = JAMAIS**

→ *Passage partie suivante*

**Globalement, à quelle fréquence choisissez-vous les recettes utilisées pour la préparation des plats ?**

- Toujours
- Souvent
- Parfois
- Jamais

◀ Précédent | Suite ▶

**SI REPONSE ≠ JAMAIS**

**Globalement, d'où sont issues les recettes des plats que vous préparez ?**

- De ma famille
- De livres de cuisine
- De sites Internet ou applications smart phone/tablette
- Des médias (magazines, TV, radio...)
- De conseils de mes proches (amis, collègues...)
- De ce que j'invente

**Lorsque vous utilisez une recette, vous arrive-t-il de la modifier de façon importante ?**

- Toujours
- Souvent
- Parfois
- Jamais

**Quelle importance donnez-vous aux critères suivants lorsque vous choisissez la recette que vous allez utiliser pour préparer un plat :**

**Le temps de préparation**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Le temps de cuisson**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**La difficulté de la recette**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Le nombre d'ingrédients nécessaires**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Le fait que j'ai ou non la majorité des ingrédients nécessaires chez moi**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Le prix des ingrédients**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Le fait que les ingrédients soient faciles à trouver**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Mes préférences et/ou celles de mes proches**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Mes expériences précédentes (ex : recettes déjà essayées, améliorations apportées)**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Mon état de santé (ex : diabète, cholestérol) ou allergies/intolérances alimentaires et/ou ceux de mes proches**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**Mon éventuel régime amaigrissant ou celui d'un de mes proches**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**La quantité de glucides simples (sucres) dans la recette**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**La quantité de lipides (matière grasse) dans la recette**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

**La quantité de sel dans la recette**

- Très important
- Important
- Moyennement important
- Peu important
- Pas important

[◀ Précédent](#) | [Suite ▶](#)

- 1 - Introduction
- 2 - Vos Pratiques
- 3 - Choix des plats
- 4 - Choix des recettes
- 5 - Perception cuisine nutrition**
- 6 - Commentaires

## Perception cuisine nutrition

Aimez-vous faire la cuisine ?

En semaine	Le week-end
<input type="radio"/> Oui, j'aime beaucoup	<input type="radio"/> Oui, j'aime beaucoup
<input type="radio"/> Oui, j'aime assez	<input type="radio"/> Oui, j'aime assez
<input type="radio"/> Je n'aime pas tellement	<input type="radio"/> Je n'aime pas tellement
<input type="radio"/> Je n'aime pas du tout	<input type="radio"/> Je n'aime pas du tout

Parmi les phrases suivantes, laquelle décrit le mieux votre niveau de cuisine ?

- J'ai un très bon niveau, je cuisine comme un chef
- Je sais bien cuisiner
- J'ai un niveau moyen
- Je ne sais faire que quelques plats très simples
- Je ne sais pas cuisiner

Parmi les phrases suivantes, laquelle décrit le mieux votre niveau de connaissances en nutrition ?

- Je m'y connais très bien
- Je m'y connais assez bien
- Je m'y connais un peu
- Je ne m'y connais pas

### Questions posées

**SI REPONSE ≠ JAMAIS**

**A la question  
« Globalement à  
quelle fréquence  
cuisinez-vous ? » dans  
la partie 2 (vos  
pratiques)**

Pour chacune des affirmations suivantes, comment vous positionneriez-vous ?

**Je suis capable de cuisiner aussi bien que la majorité des gens**

- Tout à fait d'accord
- Plutôt d'accord
- Ni d'accord, ni pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Pas du tout d'accord

**Je suis sûr(e) de moi lorsque je cuisine**

- Tout à fait d'accord
- Plutôt d'accord
- Ni d'accord, ni pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Pas du tout d'accord

**J'attache de l'importance à ce que les gens pensent de ma cuisine**

- Tout à fait d'accord
- Plutôt d'accord
- Ni d'accord, ni pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Pas du tout d'accord

**Dans l'ensemble je suis satisfait(e) de ce que j'ai cuisiné**

- Tout à fait d'accord
- Plutôt d'accord
- Ni d'accord, ni pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Pas du tout d'accord

## Commentaires

---

Si vous n'avez pas de commentaires, merci de valider définitivement votre questionnaire.

En revanche, si vous pensez que votre situation n'est prise en compte que partiellement dans ce questionnaire, nous vous proposons de nous préciser ci-dessous les informations supplémentaires qui nous permettront de mieux traiter vos réponses :

500 Caractères restants

Si vous avez besoin d'une aide pour remplir ce questionnaire, merci de cliquer sur la rubrique **NOUS CONTACTER** et de nous préciser vos difficultés : nous vous enverrons une réponse dans les plus brefs délais vous permettant de terminer et de valider votre questionnaire.

MERCI.

---

[← Précédent](#) | [📄 Enregistrer en brouillon](#) | [📄 Valider définitivement](#)