

Questionnaire "Littératie alimentaire"

Introduction

Ce questionnaire a été créé spécifiquement pour l'étude HEREDITY et vise à mesurer le niveau de littératie alimentaire des adultes, ainsi que leur exposition aux informations alimentaires.

Quelques informations avant de commencer :

- Il comprend 4 parties et prendra environ 20 minutes.
- Vos réponses sont strictement confidentielles et anonymes.
- N'oubliez pas de valider vos réponses à la fin en bas à droite dans la fenêtre « Bilan ».

Merci d'avance pour votre participation !

PARTIE 1 - Littératie alimentaire

Dans cette partie du questionnaire, nous cherchons à mesurer votre niveau de littératie alimentaire.

La littératie alimentaire est la capacité, la confiance et les compétences nécessaires pour planifier, gérer, sélectionner, préparer et consommer des aliments afin de répondre à ses besoins et influencer son alimentation.

Pour cela, nous vous poserons une série de questions. Veuillez répondre en choisissant l'option qui correspond le mieux à vos comportements habituels.

Les questions suivantes portent sur vos habitudes alimentaires au cours du dernier mois.

Lorsque vous répondez, veuillez prendre en compte tous les repas, tels que le petit déjeuner, le déjeuner et le dîner, ainsi que les collations.

PARTIE 1 - Littératie alimentaire (cont.)

Veuillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec les affirmations ci-dessous :

Je sais ce que je devrais manger ou boire pour avoir des habitudes alimentaires favorables pour ma santé.

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

Je peux déterminer si une information sur l'alimentation et la nutrition provient d'une source fiable.

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

Je me sens limité par mon manque de connaissances en cuisine.

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord

- ☐ Plutôt pas d'accord
- ☐ Ni d'accord, ni pas d'accord
- ☐ Plutôt d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

J'ai la liberté et l'autonomie de manger ce dont j'ai envie, quand je le souhaite.

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

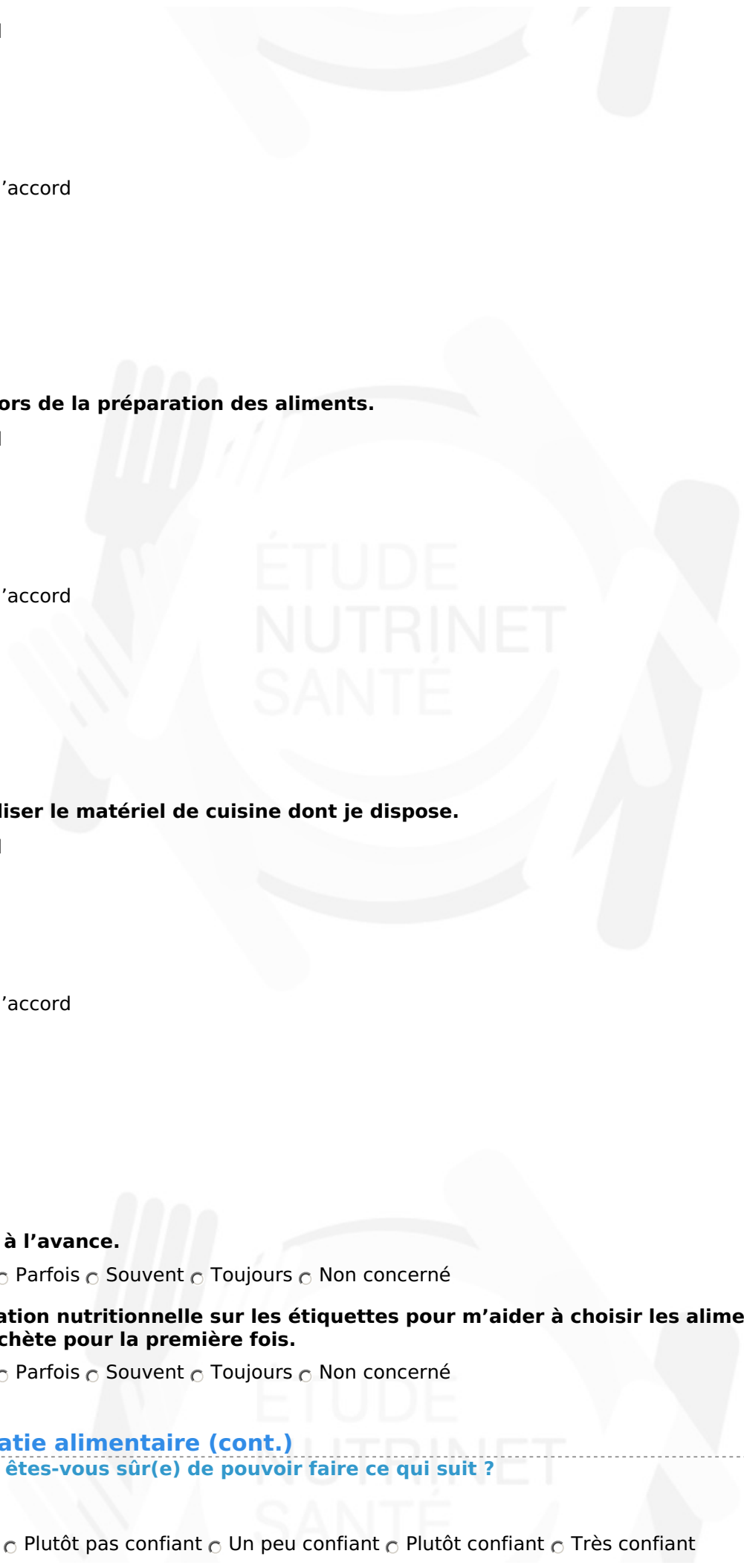
Lorsque je prépare des aliments, je me sens capable de faire face à des résultats inattendus.

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

Lorsque je prépare des aliments, c'est facile pour moi d'obtenir les résultats souhaités.

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

Lors de la préparation des aliments, je peux résoudre facilement la plupart des problèmes qui surviendraient.

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

Je me sens à l'aise lors de la préparation des aliments.

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

Je sais comment utiliser le matériel de cuisine dont je dispose.

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

Je planifie les repas à l'avance.

- ☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐ Non concerné

Je consulte l'information nutritionnelle sur les étiquettes pour m'aider à choisir les aliments et/ou les boissons que j'achète pour la première fois.

- ☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐ Non concerné

PARTIE 1 - Littératie alimentaire (cont.)

Dans quelle mesure êtes-vous sûr(e) de pouvoir faire ce qui suit ?

Suivre une recette.

- ☐ Pas du tout confiant ☐ Plutôt pas confiant ☐ Un peu confiant ☐ Plutôt confiant ☐ Très confiant

Préparer un repas pour vous et votre famille/vos amis.

☐ Pas du tout confiant ☐ Plutôt pas confiant ☐ Un peu confiant ☐ Plutôt confiant ☐ Très confiant

Préparer un repas en moins de 30 minutes.

☐ Pas du tout confiant ☐ Plutôt pas confiant ☐ Un peu confiant ☐ Plutôt confiant ☐ Très confiant

Modifier une recette (par exemple, pour la rendre plus saine, pour respecter des restrictions alimentaires, pour réduire les coûts ou pour tenir compte de vos propres pratiques culturelles).

☐ Pas du tout confiant ☐ Plutôt pas confiant ☐ Un peu confiant ☐ Plutôt confiant ☐ Très confiant

Veuillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec les affirmations ci-dessous :

Je participe à la préparation des repas quotidiens.

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

Lorsque je fais les courses, je sais comment je vais utiliser les ingrédients que j'achète.

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

Je suis confiant de pouvoir créer des repas à partir des ingrédients que j'ai sous la main.

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

Avant de commencer à cuisiner, j'ai généralement un plan de toutes les étapes que je devrai

accomplir.

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

Devant deux produits similaires à acheter, j'ai confiance en mes capacités à choisir entre eux.

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

Je sais où trouver les ingrédients dont j'ai besoin pour préparer un repas.

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

Je trouve que cuisiner est une activité très gratifiante.

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ Plutôt pas d'accord
- ☐ Ni d'accord, ni pas d'accord
- ☐ Plutôt d'accord
- ☐ D'accord

☐ Tout à fait d'accord

Je mange au restaurant, hors restaurants d'entreprise/scolaire. (Concerne par exemple, les restaurants, les plats à emporter ou en livraison, et la restauration rapide)

☐ Jamais

☐ 1 à 3 fois par mois

☐ 1 à 3 fois par semaine

☐ 4 à 6 fois par semaine

☐ 7 fois ou plus par semaine

Je cuisine les repas de A à Z.

☐ Jamais

☐ 1 à 3 fois par mois

☐ 1 à 3 fois par semaine

☐ 4 à 6 fois par semaine

☐ 7 fois ou plus par semaine

PARTIE 1 - Littératie alimentaire (cont.)

Veillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec les affirmations ci-dessous :

Je me lave les mains pendant 20 secondes avec de l'eau chaude et du savon avant de manipuler des aliments.

☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours

Je nettoie les surfaces de la cuisine et j'évite la contamination croisée (par exemple, le transfert de bactéries d'une surface à une autre).

☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours

Je respecte les instructions de conservation sur les aliments emballés, par exemple, réfrigérer après ouverture.

☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours

Je regarde les étiquettes des aliments pour savoir d'où ils proviennent, par exemple, Produit de France.

☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours

Je sais comment :

Cueillir des plantes sauvages (p. ex. petits fruits, champignons, etc.)

☐ Oui ☐ Non

Elever ou prendre soin des animaux pour la viande, les produits laitiers, les œufs ou d'autres produits

☐ Oui ☐ Non

Cultiver ou récolter des légumes, des fines herbes ou des fruits

☐ Oui ☐ Non

Veillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec les affirmations ci-dessous :

Je sais reconnaître les aliments qui sont de saison.

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

Je considère que les publicités alimentaires peuvent influencer mon envie de consommer des aliments ou des boissons.

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

Je sais où je peux trouver des produits qui font partie des traditions alimentaires de ma famille.

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

Je mange des produits provenant de diverses cultures alimentaires.

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

Je suis au courant des programmes d'aides alimentaires qui aident à rendre la nourriture accessible. (par exemple, les restos du cœur, les épiceries solidaires).

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

La date de durabilité minimale sur l'étiquette d'un aliment signifie que l'aliment :

- ☐ Devrait être jeté après la date, car il est dangereux de le consommer
- ☐ Peut encore être consommé, mais la qualité du produit peut être affectée
- ☐ Pas sûr

PARTIE 1 - Littératie alimentaire (cont.)

Veuillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec les affirmations ci-dessous :

Pour moi, cuisiner est juste quelque chose que je dois faire le plus vite possible.

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

Comparativement à d'autres activités, cuisiner m'apporte peu de plaisir.

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

Si j'essaie de préparer un nouveau plat et que le résultat n'est pas satisfaisant, je n'essaie généralement pas de le refaire.

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

Je pense souvent à ce que je vais cuisiner ou manger.

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

Je préfère consacrer mon temps à des choses plus importantes que l'alimentation.

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

Si ça ne modifie en rien mon organisation, je choisis de cuisiner plutôt que quelqu'un d'autre me prépare à manger.

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

J'ai l'impression que cuisiner est un gaspillage de temps.

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ Plutôt pas d'accord
- ☐ Ni d'accord, ni pas d'accord
- ☐ Plutôt d'accord

- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

S'il reste un aliment à la fin du repas, qu'en faites-vous le plus souvent ?

- ☐ Je le mets à la poubelle
- ☐ Je donne les restes aux animaux
- ☐ Je le garde et le mange ou l'utilise pour un autre repas
- ☐ Aucune de ces réponses

J'essaie d'éviter d'acheter des aliments emballés dans du plastique (par exemple, l'emballage des fruits)

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement
- ☐ Parfois
- ☐ Souvent
- ☐ Toujours

Veuillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec les affirmations ci-dessous :

J'aime cuisiner pour d'autres personnes, comme ma famille ou mes amis.

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

C'est un fardeau pour moi de devoir cuisiner pour d'autres personnes, comme ma famille ou mes amis.

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

J'aimerais avoir plus de temps pour planifier les repas.

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ Plutôt pas d'accord

- ☐ Ni d'accord, ni pas d'accord
- ☐ Plutôt d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

J'ai du mal à trouver assez de temps pour préparer les aliments que j'aimerais manger.

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

Mes responsabilités familiales m'empêchent d'avoir le temps de préparer les repas.

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

Mes engagements sociaux m'empêchent d'avoir le temps de préparer les repas.

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

Mes responsabilités professionnelles m'empêchent d'avoir le temps de préparer les repas.

- ☐ Pas du tout d'accord

- ☐ Pas d'accord
- ☐ Plutôt pas d'accord
- ☐ Ni d'accord, ni pas d'accord
- ☐ Plutôt d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

PARTIE 2 - Littératie médiatique

Dans cette partie, nous cherchons maintenant à évaluer le niveau de littératie médiatique des adultes en lien avec l'alimentation. Pour cela, nous vous poserons 4 questions. A partir de ces 4 questions, nous calculerons un score global de votre niveau de littératie médiatique en lien avec l'alimentation.

Sur une échelle allant de très difficile à très facile, dans quelle mesure diriez-vous qu'il est difficile ou facile pour vous de :

Trouver des informations fiables et précises sur l'alimentation saine sur Internet ?

- ☐ Très difficile
- ☐ Assez difficile
- ☐ Assez facile
- ☐ Très facile

Comprendre les informations sur une alimentation saine et les recommandations alimentaires sur Internet ?

- ☐ Très difficile
- ☐ Assez difficile
- ☐ Assez facile
- ☐ Très facile

Juger si les informations sur une alimentation saine trouvées sur Internet vous concernent ?

- ☐ Très difficile
- ☐ Assez difficile
- ☐ Assez facile
- ☐ Très facile

Appliquer les informations sur une alimentation saine provenant d'Internet à votre vie quotidienne afin de mieux manger ?

- ☐ Très difficile
- ☐ Assez difficile
- ☐ Assez facile
- ☐ Très facile

PARTIE 3 - Fréquence d'exposition et confiance envers une source d'information

Dans cette partie, nous cherchons à comprendre quelles sources d'informations sont privilégiées par les adultes et quelle confiance il leur accordent.

Au cours du dernier mois, à quelle fréquence avez-vous été exposé à des informations en lien avec l'alimentation auprès des personnes/sources suivantes ?

Sites Internet non institutionnels (par exemple, Santé magazine, Allodocteur, Doctissimo, ...)

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Sites Internet institutionnels (par exemple, Manger-bouger.fr, OMS, 1000premiersjours, ...)

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois

- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Livres sur l'alimentation ou la santé

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Expertise scientifique : publications scientifiques, Docteur en sciences, ...

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Réseaux sociaux (par exemple, les influenceurs que vous suivez ou non, les Blogs)

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Émissions de télé, vidéos YouTube, documentaires sur plateforme de streaming

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Podcasts

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine

- ☐ Quasiment tous les jours

Magazines ou journaux en ligne ou papier

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Publicités

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Professionnels de la nutrition (par exemple, diététicien.ne, médecin nutritionniste)

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Amis, collègues, pairs, groupes ou forum en ligne

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

Membres de la famille

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine

- ☐ Quasiment tous les jours

Professionnels de santé (Hors spécialiste de la nutrition)

- ☐ Jamais
- ☐ Rarement : Moins d'une fois dans le mois
- ☐ Parfois: 2 à 3x dans le mois
- ☐ Souvent: au moins une fois par semaine
- ☐ Quasiment tous les jours

PARTIE 3 - Fréquence d'exposition et confiance envers une source d'information (cont.)

Dans quelle mesure faites-vous confiance aux informations alimentaires données par les personnes/sources suivantes ?

Sites Internet non institutionnels (par exemple, Santé magazine, Allodocteur, Doctissimo, ...)

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Sites Internet institutionnels (par exemple, Manger-bouger.fr, OMS, 1000premiersjours, ...)

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Livres sur l'alimentation ou la santé

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Expertise scientifique : publications scientifiques, Docteur en sciences, ...

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance

- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Réseaux sociaux (par exemple, les influenceurs que vous suivez ou non, les Blogs)

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Émissions de télé, vidéos YouTube, documentaires sur plateforme de streaming

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Podcasts

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Magazines ou journaux en ligne ou papier

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis
- ☐ Je fais généralement confiance
- ☐ J'ai une confiance absolue

Publicités

- ☐ Je ne fais absolument pas confiance
- ☐ Généralement, je ne fais pas confiance
- ☐ Je suis indécis

☐ Je fais généralement confiance

☐ J'ai une confiance absolue

Professionnels de la nutrition (par exemple, diététicien.ne, médecin nutritionniste)

☐ Je ne fais absolument pas confiance

☐ Généralement, je ne fais pas confiance

☐ Je suis indécis

☐ Je fais généralement confiance

☐ J'ai une confiance absolue

Amis, collègues, pairs, groupes ou forum en ligne

☐ Je ne fais absolument pas confiance

☐ Généralement, je ne fais pas confiance

☐ Je suis indécis

☐ Je fais généralement confiance

☐ J'ai une confiance absolue

Membres de la famille

☐ Je ne fais absolument pas confiance

☐ Généralement, je ne fais pas confiance

☐ Je suis indécis

☐ Je fais généralement confiance

☐ J'ai une confiance absolue

Professionnels de santé (Hors spécialiste de la nutrition)

☐ Je ne fais absolument pas confiance

☐ Généralement, je ne fais pas confiance

☐ Je suis indécis

☐ Je fais généralement confiance

☐ J'ai une confiance absolue

À quelle fréquence cherchez-vous volontairement de l'information sur l'alimentation ?

☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Quasiment tous les jours

Veuillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec l'affirmation ci-dessous :

Mon environnement d'information contient beaucoup d'informations fausses ou trompeuses.

☐ Pas du tout d'accord

- ☐ Pas d'accord
- ☐ Plutôt pas d'accord
- ☐ Ni d'accord, ni pas d'accord
- ☐ Plutôt d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

Au cours du mois dernier, j'ai souvent vu des informations que je pensais fausses ou trompeuses.

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

Sur une échelle de 1 à 9, veuillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec l'affirmation suivante :

Je pense que la version officielle des événements donnée par les autorités cache très souvent la vérité

Complètement faux : 1 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Complètement vrai : 9

PARTIE 4 - Surcharge d'information sur l'alimentation

Dans cette partie, les questions portent sur votre ressenti vis-à-vis de l'abondance d'information sur l'alimentation.

Veuillez indiquer à quel point vous êtes en accord ou non avec l'affirmation ci-dessous :

Il y a tellement de recommandations différentes concernant l'alimentation qu'il est difficile de savoir lesquelles suivre

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

Il y a tellement d'information sur l'alimentation, que je me sens bombardé(e) par ces recommandations

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

La plupart des choses que j'entends ou que je lis sur l'alimentation me semblent assez exagérées

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

Il y a tellement d'informations sur l'alimentation, que j'en oublie la plupart juste après les avoir reçues

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

Je me sens submergé(e) par la quantité d'information sur l'alimentation que je suis censé(e) connaître

- ☐ Pas du tout d'accord
- ☐ Pas d'accord
- ☐ D'accord
- ☐ Tout à fait d'accord

Je n'ai pas assez de temps pour suivre toutes les recommandations concernant l'alimentation

☐ Pas du tout d'accord ☐ Pas d'accord ☐ D'accord ☐ Tout à fait d'accord

La quantité des informations sur l'alimentation m'agace

☐ Pas du tout d'accord ☐ Pas d'accord ☐ D'accord ☐ Tout à fait d'accord

PARTIE 5 - Inquiétudes perçue face à un risque alimentaire

Dans cette partie, les questions qui suivent explorent votre perception des menaces potentielles liées à l'alimentation.

L'alimentation est-elle une source d'inquiétude pour vous ?

☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours

Si vous avez des enfants, l'alimentation de vos enfants est-elle une source d'inquiétude pour vous ?

☐ Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐ Non concerné

Sur une échelle de 1 à 5, dans quelle mesure les éléments suivants vous préoccupent-ils ?

Gaspillage alimentaire

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Métaux lourds dans les produits de la mer

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Intoxication alimentaire (par exemple, salmonelle)

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Pollution / problèmes environnementaux

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

L'ultra-transformation des aliments

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Sucres ajoutés dans les aliments

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Les aliments ne correspondant pas à ce qui est indiqué sur l'étiquette

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Présence de cadmium (un élément métallique) dans les aliments

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Allergènes dans les aliments

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Produits chimiques dans les aliments (ex. utilisation de pesticides, Produits chimiques cancérigènes, ...)

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi :

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Utilisation d'additifs (ex. : conservateurs) ou d'édulcorants artificiels

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi ;

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Hormones / stéroïdes / antibiotiques dans les aliments

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi ;

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Bien-être animal

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi ;

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Aliments génétiquement modifiés (OGM)

Ce n'est pas du tout un sujet de préoccupation pour moi ;

1

○○○○○

C'est un sujet de préoccupation majeur pour moi : 5

Commentaires (facultatifs)

Commentaires (Nombre de caractères restants : 150)