

Alimentation & Santé des jeunes

France Assos Santé Auvergne-Rhône-Alpes anime, grâce au soutien de l'Agence Régionale de Santé d'Auvergne-Rhône-Alpes (ARS), un groupe de travail régional sur la santé des jeunes. Ce groupe de travail a pour but de faire entendre la parole des jeunes sur les politiques de santé directement auprès des décideurs concernés. Au moins 50% de ses membres sont des jeunes de 16 à 25 ans comme toi.

Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes Auvergne, les associations Addictions France, Avenir Santé, Unis Cité et AFM Téléthon, le Département Prévention Cancer Environnement du Centre Léon Bérard, le Lycée Albert Camus de Rillieux-La-Pape, les étudiants relais santé des Universités Lyon I, II et III, et l'Union Régionale pour l'Habitat des Jeunes AURA (URHAJ) font partie de ce groupe en 2025.

Un avis annuel en 2025 sera rendu et portera sur la thématique de l'alimentation avec des propositions d'actions concrètes pour améliorer la santé des jeunes. Pour l'élaborer, nous avons besoin de tes réponses !

Quelques minutes suffisent pour remplir ce questionnaire. Un grand merci par avance !

A PROPOS DE TOI



Ton âge 16 ans 17 ans 18 ans 19 ans 20 ans
 21 ans 22 ans 23 ans 24 ans 25 ans

Genre Femme Homme Autre Je ne souhaite pas préciser

Ton département Ain Allier Ardèche Cantal Drôme Isère Haute-Savoie
 Loire Haute-Loire Puy-de-Dôme Rhône Savoie Haute-Savoie

Tu es Lycéen.ne Etudiant.e Salarié.e En formation / En apprentissage
 En recherche d'activité (emploi, formation...) En service civique ou stage Autre :

TA PERCEPTION

Es-tu satisfait.e de ton alimentation actuelle ?

Tout à fait Plutôt Peu Pas du tout



Que représente l'alimentation pour toi ?

Que signifie avoir une alimentation saine pour toi ?

TES CONNAISSANCES ALIMENTAIRES

Combien de fruits et légumes est-il recommandé de manger par jour ?

- 2 4 5 8

Une canette de 33 cl de soda, c'est l'équivalent de :

- 3 morceaux de sucre 5 morceaux de sucre 7 morceaux de sucre 10 morceaux de sucre

Peux-tu citer 3 éléments constitutifs d'un repas équilibré ?

1. _____
2. _____
3. _____

TES PRATIQUES ALIMENTAIRES

Quelle est ta part de décision dans :

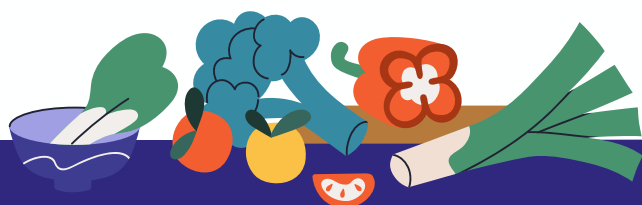
Je décide de tout ou j'ai une part importante de décision

Je décide de 50%

Je décide peu ou pas

L'élaboration des repas

Les achats alimentaires



Sur une semaine, à quelle fréquence manges-tu :

	Jamais	Une ou deux fois	Souvent (tous les jours ou presque)	A chaque repas
Des fruits et légumes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
De la viande et du poisson	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Des féculents (pâtes, riz, pain...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Des produits laitiers	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Des légumineuses (pois, lentilles, haricots, pois chiches ..)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Est-ce que tu utilises les informations nutritionnelles (étiquettes, Nutriscore) à ta disposition pour faire tes choix ?

- Oui, tout le temps Oui, parfois J'aimerais mais je ne les comprends pas Je ne sais pas de quoi il s'agit Non

Est-ce que tu peux te rendre facilement dans des commerces qui vendent des légumes et des fruits frais à des prix abordables ?

- Oui Non

Quand tu ne peux pas acheter de fruits et légumes frais, est-ce que tu en achètes en conserve ou surgelés ?

- Oui Non

Combien de repas, y compris goûter et snacking, prends-tu par jour ?

- 0 1 3 4+

Au cours de 12 derniers mois, as-tu sollicité un professionnel de santé sur des questions de nutrition ?

- Oui Non



ALIMENTATION & RESSOURCES

Au cours du dernier mois, as-tu personnellement eu accès à des repas gratuits dans une structure d'aide alimentaire (Restaurants du Cœur, Secours populaire, Croix rouge...)?

- Oui Non

Au cours du dernier mois, as-tu personnellement eu accès à une épicerie sociale ou solidaire, c'est-à-dire une épicerie où les aliments sont vendus 10 à 30% du prix du marché ?

- Oui Non

Si non, à l'une des deux questions précédentes, pourquoi ?

- Je dépasse à peine le plafond de ressources pour accéder à l'épicerie sociale ou solidaire
 Je n'en ai pas besoin
 Je ne sais pas où aller
 J'ai peur du regard des autres / je ne suis pas à l'aise à l'idée de demander de l'aide pour manger

Si oui, à l'une des deux questions précédentes, au cours des 12 derniers mois, as-tu, pour des raisons financières, renoncé à des soins de santé pour toi-même ?

- Oui Non

Parmi les 5 situations suivantes, quelle est celle qui correspond le mieux à la situation actuelle de ton foyer ?

- Tu peux manger tous les aliments que tu souhaites
 Tu as assez à manger mais pas toujours les aliments que tu souhaites
 Il t'arrive parfois de ne pas avoir assez à manger
 Il t'arrive souvent de ne pas avoir assez à manger
 Tu ne manges jamais à ta faim



TES PROPOSITIONS

D'après toi, quelle solution est la plus importante à mettre en place pour que les jeunes de 16 à 25 ans aient accès à une alimentation variée, de qualité et en quantité suffisante ?

(2 choix possibles maximum)

- Donner des informations et les bons réflexes pour comprendre les étiquettes alimentaires (comme le Nutri-Score)
- Interdire la publicité et le marketing pour des produits trop gras, trop sucrés et trop salés, en particulier quand cela cible les jeunes
- Encourager les politiques locales pour une action territoriale favorisant l'accès à une alimentation de qualité (en soutenant les initiatives de l'Economie Sociale et solidaire)
- Aider les communes à mettre en place des actions pour mieux manger (exemple : projets locaux, marchés solidaires, jardins partagés, ...)
- Proposer plus d'activités et de services pour les jeunes en situation de précarité (exemple : ateliers cuisine, jardinage, astuces pour manger bien avec peu, infos sur les bons plans nourriture, ...)
- Autre :

MERCI !



Si tu préfères remplir le questionnaire en ligne, c'est ici !



**SCAN
ME!**