

Valeurs essentielles à transmettre à ses enfants en matière d'alimentation

- En spontané -

Base : Ensemble des parents	533 = 100%
	%
ONT CITÉ AU MOINS UN ÉLÉMENT	96
➤ ST Équilibre alimentaire/ diététique/ qualités nutritionnelles	59
– L'équilibre, repas équilibré.....	35
– La qualité	12
– Manger sain / naturel.....	7
– Bien manger sai, manger correctement sai.....	4
– Manger des produits frais, ne pas manger de conserves, de produits préparés.....	3
– Ne pas manger n'importe quoi sai.....	2
– Ne pas manger trop gras.....	2
– Ne pas manger trop de sucré.....	2
– Faire un repas avec trois plats, de l'entrée au dessert.....	1
– Ne pas se goinfrer, manger raisonnablement	1
• ST Aliments à manger	8
– Manger des légumes.....	7
– Manger des laitages, du fromage.....	2
– Manger de la viande.....	2
– Manger du poisson.....	1
– Manger des fruits	1
• ST Aliments à ne pas manger.....	3
– Ne pas manger trop de gâteaux.....	1
– Ne pas manger (trop) de hamburgers.....	1
– Ne pas boire de sodas, coca.....	1
– Ne pas manger trop de féculents, frites, pâtes	1

Valeurs essentielles à transmettre à ses enfants en matière d'alimentation (suite)

- En spontané -

Base : Ensemble des parents	533 = 100%
	%
➤ ST Goût/ variété	48
– Goûter de tout/Manger de tout, la variété	43
– Goûter, goûter aux choses nouvelles, découvrir des aliments	4
– Le goût, éducation du goût/ Apprendre à savoir ce qui est bon	4
➤ ST Respect pour le moment du repas / ne pas manger entre les repas	10
– Pas de grignotage, ne pas manger entre les repas sai	6
– Manger à heures fixes, régulières, ne pas manger n'importe quand	5
➤ ST Comportement à table / bonne éducation	6
– Rester à table quand on mange	2
– Le respect de la nourriture sai	1
– Une bonne éducation, bien se tenir à table	1
– Finir son assiette.....	1
– Ne pas gaspiller	1
➤ ST Convivialité/ plaisir de la table	5
– Le plaisir de manger, le plaisir de la table	4
– La convivialité	1
– Savoir partager	1
➤ ST La cuisine/ les recettes	3
– Faire la cuisine.....	2
– La cuisine familiale, ancienne, traditionnelle	1
– Prendre le temps, manger lentement	1
– Hygiène.....	1
N'ONT CITÉ AUCUN ÉLÉMENT	4