



Tout le monde
à table

RAPPORT NATIONAL

Sommaire

21 SEPTEMBRE 2011

INFORMATIONS SUR LE PROJET

PROJET, MISSION, MISE EN CONTEXTE

Tout le monde à table est la plus importante initiative sur les habitudes alimentaires des jeunes familles jamais déployée au Québec. C'est la première fois qu'un tel projet s'intéresse à leurs comportements alimentaires. *Tout le monde à table* est une initiative des nutritionnistes d'Extenso, le portail Web du Centre de référence en nutrition de l'Université de Montréal, rendue possible grâce au soutien et à l'appui financier de Québec en Forme. Le projet s'est fait en partenariat avec l'Institut du Nouveau Monde (INM) et l'Association québécoise des centres de la petite enfance (AQCPÉ). Persuadées que la problématique d'une saine alimentation ne passe pas uniquement par le contenu de notre assiette, les nutritionnistes d'Extenso ont décidé de s'inviter à la table des Québécois pour dresser le portrait fidèle de leurs comportements alimentaires.

La mission?
Amener l'alimentation des générations grandissantes du Québec (0-12 ans) au cœur des préoccupations.

La première phase du projet a permis de donner la parole aux jeunes familles du Québec afin de les entendre sur leurs comportements alimentaires, leurs priorités, leurs préoccupations et les défis auxquels elles font face lors de la planification, de la préparation et du partage des repas (3 « P »). *Tout le monde à table* a rejoint les jeunes familles dans 16 régions administratives du Québec à l'aide de quatre moyens : la tournée de la caravane *Tout le monde à table*, les centres de la petite enfance (CPE), le site Internet interactif (toutlemondeatable.org) et un sondage mené par Léger Marketing.

À TRAVERS LE QUÉBEC

Profil des familles

7 674 990 habitants
1 199 518 enfants âgés entre 0 et 14 ans
2 121 610 familles, dont 1 267 715 familles avec enfants (de moins de 18 ans) à la maison

Tournée provinciale

Octobre 2010 à juin 2011
76 villes visitées, 119 événements
Public cible : adultes vivant avec des enfants de 12 ans et moins ainsi que les enfants de 12 ans et moins
Près de 32 000 réponses récoltées, dont 16 606 du public cible (5023 enfants et 11 583 parents d'enfants de 0 à 12 ans)
Le passage de la caravane a été souligné par plusieurs médias, pour une portée totale de 32 092 581*.

*La portée représente le nombre de personnes qui ont potentiellement été en contact (lu, vu ou entendu) avec le sujet concerné. Chaque personne peut avoir été en contact plus d'une fois avec le même sujet.

Analyse des résultats¹

Le visage de la population active au Québec a bien changé depuis les dernières décennies. La main-d'œuvre québécoise est désormais composée de presque autant d'hommes que de femmes, souvent parents de jeunes enfants. Ces parents doivent concilier responsabilités professionnelles et familiales. Il est connu que l'heure du souper représente souvent une source de stress importante pour les parents. *Tout le monde à table* a voulu en savoir plus sur la façon dont le repas du soir se déroule dans les familles avec enfants de 12 ans et moins.

PLANIFICATION – CONCILIATION TRAVAIL-FAMILLE

On a demandé aux jeunes parents à quelle fréquence ils se retrouvent en situation de dernière minute pour la planification de leur souper. Voilà ce qu'ils nous ont dit :


- Près de la moitié (44 %) des parents ne savent pas, à 17 heures, ce qu'ils mangeront pour le souper et ce, 3 fois et plus par semaine. Lorsqu'on compare les réponses des parents de jeunes enfants (ceux ayant des enfants de 12 ans et moins à la maison) à celles des autres participants, les jeunes parents se retrouvent tout de même significativement moins souvent en situation de dernière minute (2,7 fois/par semaine vs 3,1 fois/semaine). En effet, le quart (25 %) des adultes ne vivant pas avec des enfants de 12 ans et moins n'a pas de souper (à 17 heures) prévu 5 fois et plus par semaine, comparativement à 15 % des parents du groupe cible.

Que font les parents lorsqu'ils n'ont rien de prévu pour le souper et qu'il est 17 heures?

- Dans 38 % des cas, ils improvisent avec les ingrédients qu'ils ont sous la main.
- Une fois sur quatre (24 %), les parents ont recours à des repas de l'extérieur (restaurant, livraison, plats préparés, prêts-à-manger) (significativement plus que les participants sans jeunes enfants).
- Une fois sur cinq (21 %), ils vont à l'épicerie en vue de cuisiner à la maison.

Les responsabilités parentales poussent les gens à prévoir davantage les menus à l'avance que s'ils n'ont pas de jeunes enfants à la maison. Cela dit, le nombre important de parents qui se retrouvent en situation de dernière minute plus de 3 fois par semaine suggère que le manque de planification des repas quotidiens est une des problématiques en amont. Bien que le fait d'improviser (38 % des cas) dénote une certaine planification en ayant sous la main les ingrédients nécessaires pour cuisiner le souper, on peut penser que le fait de ne pas connaître le menu du souper à 17 heures est une source de stress pour les parents. Une source de stress additionnelle à celle des enfants qui ont faim, à celle des devoirs, et à celle de l'énergie (en baisse) de fin de journée...

¹ Les résultats détaillés suivent la présente analyse et l'interprétation des disparités régionales est en cours.



Bien que cela demande plus de temps, devoir aller à l'épicerie à 17 heures pour cuisiner le souper à la maison peut être une solution intéressante; toutefois, cette situation signifie aussi qu'il y a un manque de planification à la base. Finalement, une fois sur quatre, les parents de jeunes enfants optent pour l'option du repas provenant de l'extérieur (restaurant, livraison, plats préparés, prêts-à-manger). Cette solution est souvent considérée par les gens pour économiser du temps, et aussi comme une solution au manque d'énergie. Comparativement aux autres participants, les parents de jeunes enfants ont plus recours aux repas de l'extérieur, aux plats congelés (faits maison) et vont plus souvent à l'épicerie. Ils utilisent par ailleurs moins l'option des repas simples (comme par exemple des céréales ou des toasts).

Les hommes et les femmes réagissent différemment face à une situation de dernière minute pour le souper : les hommes se tournent plus souvent vers les repas provenant de l'extérieur (restaurant, livraison, plats préparés, prêts-à-manger) que les femmes qui, elles, se tournent plus souvent vers l'improvisation du souper avec les ingrédients disponibles à la maison. Ce constat, pour le moins stéréotypé, soulève quelques questions : les hommes sont-ils moins intéressés par l'improvisation avec des aliments de base que les femmes? Ont-ils moins d'habiletés culinaires leur permettant de cuisiner avec des aliments de base? Sont-ils au courant du contenu du garde-manger et du frigo? Les hommes se mettent-ils moins de pression que les femmes qui improvisent avec ce qu'il y a dans la maison?


Une chose est claire, ces résultats suggèrent que les femmes sont (encore) le plus souvent responsables de la planification des repas dans les foyers québécois.

On le sait, être à la dernière minute pour la planification et la préparation du souper prend en bout de ligne plus de temps. Ainsi, il n'est pas étonnant de constater que 35 % des parents interrogés nomment le temps comme étant leur principal obstacle à manger sainement et que, pour 21 % des parents, le manque de temps fait partie du scénario catastrophe de préparation du repas. À l'opposé, seulement 8 % des parents voient la planification ou l'organisation comme un des principaux obstacles à manger sainement en famille.

Les parents ne réalisent pas que le manque de planification est une des causes importantes à l'origine de leur manque de temps.

Avec les résultats des scénarios idéal/catastrophe de préparation des repas, on observe que les parents sont tout de même conscients que la planification ou la non-planification influencent l'efficacité, le plaisir et l'ambiance à cuisiner un repas. En effet, la planification fait partie du scénario idéal pour 25 % des parents et le manque de planification fait partie du scénario catastrophe pour 28 % des parents. Ils savent que, dans le meilleur des mondes, il faudrait qu'ils planifient, mais le manque de temps semble être pour eux une réalité incontournable de la conciliation travail-famille.

Or, une meilleure planification viendrait certainement changer la routine des foyers québécois en leur donnant... du temps.



On peut penser que l'aspect de la qualité nutritionnelle des repas préparés par les jeunes parents est menacé, puisque la planification est une problématique répandue. Le manque de planification n'influence pas nécessairement la qualité nutritionnelle mais il peut l'affecter. En effet, l'impact peut être engendré par les raccourcis que prennent parfois les parents : aliments préparés, restaurants minute, etc. Enfin, sans planification, le souper peut se trouver retardé, et ainsi faire en sorte que les enfants affamés collationnent abondamment avant le repas et risquent de ne plus avoir faim pour le souper.

Parmi les autres obstacles pour manger sainement nommés par les parents, notons : le coût des aliments/limites budgétaires (22 %), le manque d'idées/inspiration (17 %), les goûts et caprices des membres de la famille (17 %), l'offre alimentaire (12 %), les connaissances culinaires (10 %), les horaires liés aux activités et au travail (10 %) et les goûts et caprices des enfants (9 %). Ces résultats suggèrent que les parents trouvent que manger sainement demande du temps, coûte cher, nécessite des efforts d'imagination et qu'il est exigeant de devoir considérer les goûts et caprices des membres de la famille. De plus, pour manger sainement, les parents disent devoir conjuguer avec une offre alimentaire et des connaissances culinaires déficientes en plus de jongler avec l'horaire de travail et des activités.

Une fois de plus, une meilleure planification aiderait à contourner certains obstacles, ou du moins, à en diminuer les impacts. Il semble évident que d'être pris à la dernière minute ne permet pas de consulter des sources d'inspiration (livres, magazines, sites Web) et de réfléchir au menu à établir. Sous pression, les parents choisissent généralement un plat qui leur est familier, voire routinier dans certains cas. En somme, bien qu'ils soient vus comme des obstacles en soi, plusieurs découlent directement ou indirectement du manque de planification. Ils seraient des symptômes plutôt que la source des problèmes.

Une planification adéquate permet également d'identifier les spéciaux des épiceries et des recettes économiques, bref de mieux faire face aux contraintes budgétaires.

Les résultats de l'Élection nomade sont directement en lien avec la situation décrite par les parents : la conciliation travail-famille est laborieuse. En effet, 27 % des parents ont voté pour le candidat fictif qui exprimait l'idée de mettre en place des mesures de conciliation travail-famille (alias Maxime Parent). Plusieurs personnes auraient aimé voter pour plus d'un candidat. Ainsi, puisque les électeurs devaient en choisir un seul, les résultats sous-estiment le nombre de personnes qui sont favorables à Maxime Parent. La réalité est donc que beaucoup plus que 27 % des parents se sentent concernés par cette mesure.

Il est intéressant de noter que les femmes souhaitent davantage la conciliation travail - famille que les hommes (22 % vs 16 %). De plus, parmi toutes les tranches d'âges des parents du groupe cible, les plus jeunes parents (15- 45 ans) sont ceux qui ressentent le plus le besoin d'avoir des mesures de conciliation travail-famille. Est-ce parce qu'ils ont de très jeunes enfants et qu'ils doivent faire face aux heures d'ouverture/fermeture des services de garde? Est-ce que parce qu'ils doivent travailler plus pour se faire une place sur le marché du travail? Ces jeunes parents désirent peut-être plus (que la génération de leurs parents) une qualité de vie et un équilibre travail/famille?

PRÉPARATION DU REPAS FAMILIAL

La préparation du repas est un moment et une tâche redoutés par plusieurs. Avoir la responsabilité de la préparation du repas, être pressé pour le faire avec, en plus, des enfants qui ont faim, peut être suffisant pour en perdre son latin...et sa patience! Avec le jeu de la Roue des possibles, nous avons voulu savoir quel était le scénario idéal et catastrophique de préparation du repas. Voici ce que les parents ont répondu :

Un peu plus d'un parent sur trois (35 %) souhaite préparer le repas avec de l'aide ou en bonne compagnie (pas de discipline et de surveillance à faire). En contrepartie, autant de parents (32 %) souhaitent être seuls pour préparer le repas. Bien que cela semble être paradoxal, c'est en fait deux profils de répondants différents. Selon ce qu'ils vivent au quotidien, certains préfèrent avoir de l'aide (qu'ils n'ont pas... de leur conjoint ou enfant) et d'autres souhaitent avoir la tranquillité (par opposition aux enfants qui dérangent, se chicanent, etc.). Avoir du temps pour préparer le repas est une préoccupation pour 22 % des jeunes parents. Une ambiance agréable lors de la préparation du repas fait partie du scénario idéal pour 25 % des parents et devoir faire de la discipline fait partie du scénario catastrophe pour 18 % des parents.

Ces résultats nous amènent à penser que le partage des responsabilités dans la cuisine aurait avantage à être redéfini, pour le bien-être et la tranquillité d'esprit de tous les membres de la famille.

À cet effet, la majorité (69 %) des parents de jeunes enfants disent demander à ces derniers de les aider dans la préparation des repas. Quand on demande aux enfants ce qu'ils font pour aider leurs parents dans la cuisine, 38 % disent aider en mettant la table, 34 % disent s'impliquer dans la préparation des aliments, 13 % s'occupent de la vaisselle (laver ou lavez-vous), 6 % nettoient ou débarrassent la table et 1 % fait le service. Près du quart (23 %) des parents d'enfants plus jeunes (0 à 5 ans) invitent eux aussi leurs enfants à participer à la préparation des repas, à mettre la table ou à aider au service. En bas âge, il est fort probable que les parents ne voient pas la participation de leurs enfants comme une aide. Cela dit, cette habitude a des chances d'éveiller la curiosité et susciter l'intérêt des petits, et de perdurer au fil des ans quand la contribution des enfants aux tâches pourra être considérée comme de l'aide.

Environ 7 % des enfants interrogés disent n'avoir aucune tâche liée à la cuisine. Donc, on peut penser que les enfants pourraient davantage être mis à contribution. Souvenons-nous d'ailleurs que huit enfants sur dix ne demandent qu'à cuisiner plus souvent. Si la répartition des tâches dans la cuisine était mieux distribuée, on peut penser que le stress associé à la préparation du repas serait moins élevé.

Favoriser la participation des enfants à la préparation des repas contribuerait à développer leurs habiletés culinaires, mais aussi leur curiosité et leur intérêt envers la saine alimentation par la découverte et l'expérimentation.

Les habiletés culinaires des enfants semblent préoccuper les parents. En effet, 28 % aimeraient voir réapparaître en priorité les cours d'économie familiale dans le cursus scolaire au primaire. Il est fort probable que cette idée plaise à beaucoup de parents (en plus des 28 % qui ont voté pour Kim Lajeunesse), mais ils devaient choisir un seul candidat. Pourquoi souhaiter le retour des cours d'économie familiale? Est-ce parce qu'ils réalisent qu'ils peuvent difficilement transmettre ces connaissances à leurs enfants (par manque d'habiletés)? Est-ce par manque d'intérêt? Est-ce par manque de temps?

Un parent sur dix a mentionné que les connaissances culinaires étaient un obstacle à manger sainement.

Préfèrent-ils reléguer cette responsabilité à l'école? Avec le jeu du Dé-licieux, on apprend que plus de la moitié (56 %) des enfants interrogés ne cuisinent pas régulièrement avec leurs parents et, quand ils le font, les desserts et les biscuits (entièrement faits maison ou non) sont les principales recettes auxquelles les enfants participent (36 %). Viennent ensuite muffins, éléments du déjeuner, plats de pâtes, etc. On peut donc penser que les enfants cuisinent surtout la fin de semaine... quand il y a plus de temps.


Les parents des tranches d'âge 46-65 ans sont ceux qui souhaiteraient le plus revoir les cours d'économie familiale dans les écoles (37 %). Est-ce parce qu'ils sont plus conscients des effets néfastes d'une perte de transmission des connaissances culinaires? Est-ce parce qu'ils sont plus nostalgiques que les autres des anciens cours d'économie familiale? Une chose est certaine, si cette idée se réalisait, il faudrait certainement actualiser et dynamiser le contenu des cours pour intéresser les jeunes d'aujourd'hui et coller aux nouvelles réalités.

PARTAGE DU REPAS FAMILIAL

Le repas est l'occasion de discuter des événements de la journée, des bonnes nouvelles, de sujets divers, de prendre connaissance des besoins et intérêts des membres de la famille, ainsi que de transmettre les histoires familiales. C'est aussi l'occasion, pour l'enfant, de faire l'apprentissage de la vie sociale, des modèles d'interaction et des règles de savoir-vivre; d'assimiler les normes quant aux rôles des divers membres de sa famille qui meublent les conversations autour de la table.

Lors d'un soir typique de semaine, seulement une famille québécoise sur deux (51 %) dit manger en famille, sans la télévision, avec tous les membres de la famille, et 14 % sont à table avec une partie de la famille. Il est intéressant de noter que les jeunes familles se rassemblent plus souvent pour manger que les gens qui ne vivent pas avec de jeunes enfants. La télévision est un membre actif de la famille pour 34 % d'entre elles. En effet, la télévision est soit présente dans la cuisine lors du souper (21 %), soit dans une autre pièce où a lieu le souper (13 %). Les jeunes familles souper plus souvent dans la cuisine en présence de la télévision que les autres répondants (qui mangent plus dans une autre pièce).

Avec la présence de la télévision (ou autre écran) au moment du souper, on peut déduire que ce repas n'est plus une occasion d'échange ni un moment d'éducation alimentaire pour une famille québécoise sur trois.



Lorsqu'on demande aux enfants s'ils mangent souvent leur repas du soir devant la télévision ou l'ordinateur, le pourcentage qui répond affirmativement est plus élevé que celui des parents. En effet, près d'un enfant sur deux (45 %) prétend manger souvent son repas du soir devant la télévision ou l'ordinateur. Cette différence de réponses entre les enfants et les parents peut entre autres s'expliquer par le fait que certains parents laisseraient leurs enfants manger seuls devant la télévision. Il y aurait ainsi effectivement moins de parents qui mangent en présence d'écrans. Par ailleurs, 11 % des enfants nous ont aussi dit manger leur repas au salon. Seulement 1,3 % des enfants disent manger le souper dans leur chambre. Toutefois, plus les enfants vieillissent, plus ils mangent dans leur chambre.

Dans leurs scénarios idéal/catastrophe de partage de repas, 39 % des parents mentionnent l'importance des discussions harmonieuses et de l'absence de tension. La présence de tous les membres de la famille à table en même temps est également importante pour 33 % d'entre eux. Le mauvais comportement des enfants à table (enfants excités, qui chialent) et la tension à table sont des éléments préoccupants pour 29 % et 13 % des parents, respectivement. Une ambiance agréable apportée notamment par le calme, du vin ou de la musique (24 %), avoir du temps/ ne pas être pressé (17 %) et l'absence d'écrans quelconques (16 %) sont des éléments souhaités du partage de repas idéal.

D'après les préoccupations amenées par les parents d'enfants de 12 ans et moins, il apparaît que l'ambiance lors du repas familial soit souvent perçue comme désagréable, tendue et bruyante.

En questionnant les parents d'enfants d'âge préscolaire sur leurs trucs pour que leurs enfants mangent bien, l'idée du jeu comme stratégie est souvent ressortie comme, par exemple, faire des dessins avec les aliments. L'aliment jeu, utilisé et valorisé par l'industrie, est reproduit à la maison. Cette stratégie peut avoir comme conséquence de dénaturer l'aliment auprès de l'enfant (va-t-il manger son brocoli si son bonhomme-aliment n'est pas formé dans l'assiette?). Le plaisir de manger est-il remplacé par l'aliment-divertissement? Par ailleurs, le parent s'impose une pression supplémentaire en essayant d'amuser ses enfants. La magie de « l'arbre-brocoli » est éphémère et le parent doit sans cesse renouveler ses stratégies.

En questionnant les parents d'enfants d'âge préscolaire sur leurs trucs pour que le repas du soir soit agréable, 71 % d'entre eux ont dit miser sur la communication et la discussion entre les membres de la famille. La présence de tous les membres de la famille est aussi importante pour 40 % des jeunes parents. Avec les tout-petits, l'absence de télévision, mentionnée par 30 % des parents, est un truc pour rendre le repas plus agréable. Les parents disent également éliminer toute autre forme de distraction (appareil électronique, toutou, jouet, etc.). La création d'une ambiance agréable (musique, lumière tamisée, chandelles, etc.) est souvent mentionnée par les parents (23 %). Enfin, 25 % des répondants invitent les enfants à participer à diverses tâches liées au repas (préparation, mettre le table, service, etc.).

À cet effet, les parents mentionnent que non seulement ces tâches tiennent les enfants occupés, mais les enfants sont par le fait même plus patients, moins turbulents et donc de meilleure compagnie. Pour rendre le repas plus agréable, 12 % des jeunes parents mentionnent l'aspect visuel (présentation des mets ou de la vaisselle). Enfin, 10 % disent éviter les sources de bruit et les sujets de discorde, car ils jugent qu'une ambiance calme et agréable en dépend.

Ces résultats suggèrent qu'avec des enfants en bas âge, la communication entre les membres de la famille est plus aisée. Les sources de tension (école, mauvais comportements, discipline) sont beaucoup moins nombreuses qu'avec des enfants d'âge scolaire et la communication serait moins « risquée ».

CONCEPTION DE « BIEN MANGER »

Avec les cartes postales distribuées dans les CPE du Québec, nous avons demandé aux parents quels étaient leurs trucs pour que leur(s) enfant(s) mange(nt) bien. Nous avons volontairement omis de définir la notion de bien manger. Ainsi, par les réponses des parents, nous pouvions comprendre leur propre définition de bien manger.

*Quand « bien manger » rime avec un contrôle sur la **qualité** des aliments offerts.*

Pour les parents d'enfants d'âge préscolaire interrogés, la conception de « bien manger » fait principalement référence à l'aspect qualitatif de l'alimentation. En effet, 41 % font référence au Guide alimentaire canadien, parlent du contenu santé de leurs choix et mentionnent la présence de fruits et légumes. Un autre aspect qualitatif de l'alimentation est celui de la variété des menus et des aliments offerts aux repas, mentionné par 31 % des répondants. Ces deux éléments soulignent l'importance de la valeur nutritive que les parents accordent aux repas. Le côté attrayant et appétissant des plats réfère lui aussi à l'aspect qualitatif. Le quart des parents (24 %) accordent de l'importance à l'aspect visuel (couleur, présentation, vaisselle). Finalement, lors du choix des aliments qui composent les repas, 21 % tiennent compte des préférences des enfants en incluant des aliments qu'ils apprécient et en ne les forçant pas à manger ce qu'ils n'aiment pas. Cette pratique chevauche les aspects qualitatif et quantitatif, puisqu'en incluant certains aliments (qualité), les parents s'assurent que leurs enfants mangent quelque chose (quantité)...

*Ainsi, « bien manger »
fait principalement référence
à la **qualité** de l'alimentation.
La notion de **quantité**
la côtoie tout de même de près.*

Quand « bien manger » rime avec un contrôle sur la **quantité** d'aliments ingérés par les enfants.

Pour le tiers des répondants (33 %), les ruses et stratégies sont utilisées pour que leurs enfants « mangent bien ». En effet, ils parlent de camoufler les légumes dans les aliments, de faire un jeu ou une compétition pour inciter les enfants à manger davantage, ils négocient « quelques bouchées », etc. Pour 14 %, bien manger semble vouloir dire forcer les enfants d'une manière ou d'une autre : soit en les obligeant à terminer leur assiette, soit à manger certains aliments, ou soit à obliger à manger un certain nombre de bouchées prédéterminé par le parent (souvent selon l'âge de l'enfant). Ces résultats suggèrent que les parents sont préoccupés par la quantité des aliments que leurs enfants mangent. Ils veulent bien faire, mais peuvent en faire trop ou méconnaître les effets pervers de leur pratique. Ces effets peuvent être néfastes en prévention de l'obésité, amener une aversion pour certains aliments, diminuer le plaisir associé de manger et des repas en famille, etc. Les fluctuations de l'appétit de l'enfant sont probablement aussi mal comprises.


Finalement, 14 % des parents disent respecter l'appétit de leurs petits en ne les forçant pas à terminer leur assiette et en leur servant une 2^e portion au besoin. Précisons toutefois que certains de ces mêmes parents disent parfois forcer leurs enfants à manger 2 ou 3 bouchées jugées nécessaires... Bref, le principe de ne pas forcer les enfants à manger n'est pas toujours clair et peut être plus facile à dire qu'à faire.

ENFANTS ET LA CUISINE

S'ils devaient amener un seul aliment sur une île déserte, les pâtes seraient les grandes favorites pour 23 % des enfants, ce qui n'est guère surprenant. Certains enfants ont sans doute donné leur réponse en pensant à leur aliment préféré et d'autres, en considérant davantage l'aspect nutritif. Cela n'exclut toutefois pas le fait que des enfants apprécient réellement les fruits et des légumes, en plus de les savoir « bon pour la santé »...

Il est plus inusité et fort intéressant de noter que les fruits et légumes suivent de très près avec 17 %, et devant la pizza, le fast-food, les friandises, les desserts, etc.

Bien que les enfants (garçons et filles) disent préférer cuisiner à faire l'épicerie (67 % vs 33 %), plus de la moitié (56 %) des enfants interrogés ne cuisinent pas régulièrement avec leurs parents. Pourtant, s'ils cuisinent peu souvent avec leurs parents, ce n'est pas par manque d'intérêt, car plus de 79 % souhaiteraient le faire davantage. Parmi ces résultats, notons deux choses intéressantes : 1) les filles sont davantage intéressées par la cuisine (73 % choisissent la cuisine au lieu de l'épicerie vs 59 % des garçons), car elles cuisinent significativement plus que les garçons (49 % vs 39 %); 2) l'intérêt à cuisiner davantage se perd chez les enfants plus vieux (6-7 ans vs 8 ans). Ainsi, il serait souhaitable d'éveiller l'intérêt des garçons à la cuisine et de trouver des moyens de maintenir cet intérêt chez les enfants plus vieux.



Il est possible que plusieurs enfants aiment faire l'épicerie avec leurs parents en sachant qu'ils influenceront les achats et recevront peut-être une gâterie... Cela dit, on peut voir l'épicerie comme un lieu potentiel d'éducation et de sensibilisation. On sait notamment que les enfants y subissent les effets de la publicité et du marketing. Toutefois, faire l'épicerie peut être une occasion de les sensibiliser aux diverses techniques d'influence qu'utilisent les fabricants. C'est aussi une occasion pour enseigner et éveiller l'intérêt des enfants aux aliments.

Les enfants préfèrent le déjeuner (42 %) aux autres repas de la journée tout juste devant le souper (36 %). Les enfants plus jeunes choisissent significativement plus souvent le déjeuner (7,4 ans en moyenne), tandis que les plus vieux préfèrent le dîner ou le souper. Le fait qu'un ou des aliments particulièrement appréciés soient servis à ce repas explique ce choix du déjeuner (36 %). La présence de la famille est la deuxième raison évoquée avec 11 %. Lorsque les enfants préfèrent le déjeuner, ils le font principalement parce qu'ils apprécient les aliments qu'on y sert et qu'ils ont la possibilité de choisir.

CONCLUSION DE L'ANALYSE

PRIORITÉS D'ACTION

Pour la suite des choses, Extenso partagera ses résultats avec les intervenants en santé publique, les représentants de l'industrie agroalimentaire, les professionnels du secteur de l'éducation et de la santé qui œuvrent avec les familles. Ceci permettra d'identifier les solutions concrètes à apporter par chacun de ces secteurs. Des actions concrètes seront ensuite entreprises.

À la lumière de tous ces résultats, les priorités, préoccupations et obstacles des parents sont assez clairs. Les Québécois ont besoin d'être exposés, et selon le cas de se réapproprier des comportements favorisant de saines habitudes alimentaires tels que cuisiner et manger en famille. Ils ont également besoin de redéfinir leurs responsabilités parentales à l'égard de tout ce qui entoure les repas, des achats jusqu'à la table. D'un point de vue interventionnel, il y a de nombreuses voies d'actions possibles pour aider les parents à surmonter les obstacles qu'ils rencontrent. Plusieurs solutions sont également envisageables pour agir conformément aux priorités qu'ils ont exprimées. Les voies d'actions qui nous semblent prioritaires sont les suivantes :

1. Assurer le développement des compétences culinaires des enfants;
2. Faire reconnaître les bienfaits et le plaisir à manger en famille dans le but de modifier la norme sociale;
3. Aider les familles à intégrer une meilleure planification dans leur routine de repas;
4. Faire connaître les pratiques alimentaires à privilégier pour rendre la préparation et le partage du repas agréable et sain malgré tous les obstacles identifiés (temps, caprices, coûts, organisation, etc.);
5. Diminuer la présence de la télévision aux repas.

RÉSULTATS

Les données qui suivent ont été principalement récoltées lors de la tournée de la caravane **Tout le monde à table**. Les données ont été obtenues par des outils d'animation (jeux) dirigés par les animateurs de la caravane. Pour l'Élection nomade, les gens ont aussi pu voter via le site [Web toutlemondeatable.org](http://Web.toutlemondeatable.org). Par ailleurs, les données de l'Opération cartes postales ont pu être recueillies lors d'une collecte de données organisée dans 650 CPE de la province. La méthodologie est détaillée dans la section du même nom à la fin de ce sommaire.

Parents d'enfants de 0 à 12 ans

Défi des priorités

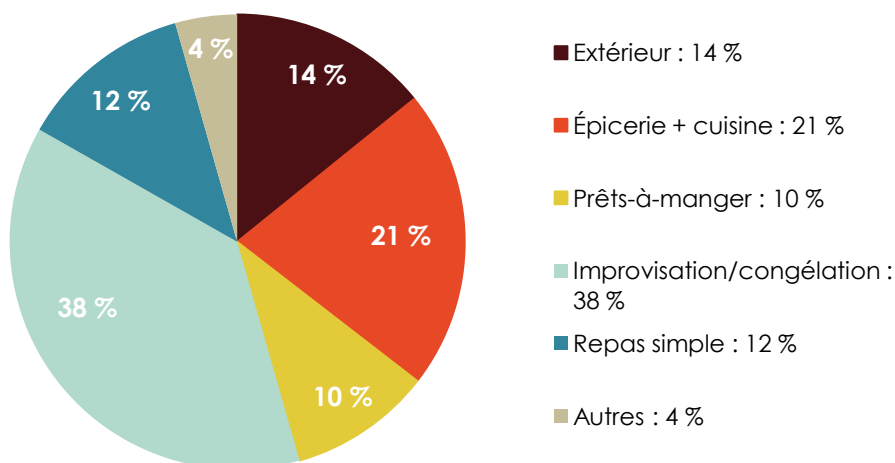
Le Défi des priorités proposait une mise en situation aux participants: « *Il est 17 h et vous n'avez rien de planifié pour le souper. Quelle est généralement votre solution?* » Les parents devaient indiquer leurs choix en répartissant huit jetons parmi six solutions, à la manière d'un sondage visuel.


Échantillon

6627 réponses (3940 du public cible)

Résultats

Défi des priorités | choix des parents





Lorsqu'il est 17h et que rien n'est planifié pour le souper, la solution vers laquelle disent se tourner le plus souvent les parents d'enfants de 12 ans et moins est la cuisine maison (improvisation ou provision congelée), et ce dans les 16 régions étudiées (37,6 %). Les régions où cette solution est utilisée le plus souvent sont la Mauricie (41,8 %) et l'Estrie (39,1 %). À l'inverse, cette option est moins nommée par les parents de la Côte-Nord (33,1 %) et du Centre-du-Québec (32,1 %).

En deuxième position, on retrouve l'option d'aller à l'épicerie en vue de cuisiner à la maison (21,3 %). Cette option est la plus utilisée par les parents de la Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine (21,9 %) et du Saguenay – Lac-Saint-Jean (21,6 %), et moins utilisée en Mauricie (18,0 %) et dans le Centre-du-Québec (18,9 %).

En troisième position, la solution des repas pris au restaurant ou livrés obtient 14,2 %. Cette solution est utilisée plus fréquemment par les parents de la Mauricie (16,9 %) et du Centre-du-Québec (16,7 %), et elle l'est moins par les parents de la Côte-Nord (10,6 %) et du Bas-Saint-Laurent (8,9 %).

Fréquence des soupers non planifiés

Nous avons également demandé aux parents combien de fois par semaine ils se retrouvaient en situation de dernière minute pour la préparation du souper. Plus de la moitié d'entre eux (56,4 %) s'y retrouve rarement (0 à 2 fois par semaine). Une proportion de 28,8 % se retrouve dans cette situation à l'occasion (3 ou 4 fois par semaine) et 14,8 % s'y retrouvent souvent (5 fois et plus par semaine).

À l'échelle du Québec, cette situation de dernière minute arrive en moyenne 2,7 fois par semaine aux parents de jeunes enfants. Les régions où cette moyenne est la plus élevée sont la Montérégie (3,0 fois par semaine) et le Centre-du-Québec (2,9 fois par semaine). À l'inverse, la moyenne du nombre de soupers non planifiés est plus basse en Estrie et à Laval (2,3 fois par semaine).

Roue des possibles (scénarios idéal/catastrophe)

Le jeu la Roue des possibles avait pour but d'identifier les représentations idéales et catastrophiques des parents en ce qui concerne la préparation du repas, d'une part, et le partage du repas familial, d'autre part. À l'image d'un jeu de roulette, les parents étaient invités à tourner une roue dont l'aiguille s'arrêtait sur un des quatre cadrans et à partager leur scénario aux animateurs.

Échantillon

2166 adultes (1733 du public cible)

Lors d'un soir typique de semaine, 50,8 % des parents d'enfants de 12 ans et moins sont à table en famille ou du moins avec une partie de la famille (14,3 %), et la télévision est présente à l'heure du souper pour 33,7 % d'entre eux.

Quand on les questionne sur les principaux obstacles à manger sainement en famille, le manque de temps est le principal obstacle nommé par 34,5 % des parents d'enfants de 0 à 12 ans du Québec. Le coût et le budget (21,9 %), les goûts et les caprices des membres de la famille (16,7 %), le manque d'idées et d'inspiration (16,9 %), l'offre alimentaire (11,6 %), les horaires de travail et d'activités (9,6 %), ainsi que les connaissances culinaires (9,5 %) sont également des obstacles pour de nombreux parents du groupe cible.

Les gens des 16 régions font face à des obstacles communs, mais il existe aussi des différences. Voici ces différences pour les 3 obstacles les plus fréquemment nommés par le public cible.

Obstacles (% national)	Régions qui le mentionnent le plus	Régions qui le mentionnent le moins
Manque de temps (35 %)	Outaouais (49 %), Abitibi-Témiscamingue (48 %) Bas-Saint-Laurent (44 %) Chaudière-Appalaches (44 %)	Estrie (13 %), Centre-du-Québec (13 %)
Coût, budget (22 %)	Laurentides (40 %), Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine (35 %) Montérégie (35 %) Abitibi-Témiscamingue (30 %)	Montréal (9 %) Estrie (7 %) Centre-du-Québec (6 %)
Idées, inspiration (17 %)	Centre-du-Québec (31 %) Montérégie (31 %) Côte-Nord (24 %) Gaspésie (24 %) Lanaudière (24 %)	Laval (5 %) Estrie (0 %)

Les éléments suivants font partie des caractéristiques de la **préparation d'un repas**. Ils sont mentionnés en ordre décroissant d'importance. Chaque élément présent dans les tableaux a été nommé par au moins 10 % des répondants du groupe cible :

Scénario idéal	Scénario catastrophe
» Avoir de la compagnie/aide – 35 %	» Mauvaise planification – 28 %
» Être en charge, seul pour la préparation – 32 %	» Manquer de temps/être pressé – 21 %
» Ambiance (musique, vin, calme, etc.) – 25 %	» Non-réussite du plat préparé – 20 %
» Bonne planification – 24 %	» Mauvais comportement des enfants/discipline – 18 %
» Avoir du temps/ne pas être pressé – 22 %	» Survenue d'un dérangement, d'accidents, de dégâts – 16 %
» Repas rapide à préparer – 15 %	

Différences entre les régions

Voici les différences régionales pour les 3 éléments les plus mentionnés par le public cible pour les scénarios idéal et catastrophe de **préparation de repas**.

Éléments mentionnés	Régions où les caractéristiques sont les plus mentionnées	Régions où les caractéristiques sont les moins mentionnées
Préparation idéale		
Avoir de la compagnie/aide (35 %)	Chaudière-Appalaches (45 %) Gaspésie (43 %) Estrie (43 %)	Mauricie (3 %)
Être en charge, seul pour la préparation (32 %)	Côte-Nord (46 %), Bas-Saint-Laurent (45 %) Chaudière-Appalaches (44 %) Outaouais (43 %) Lanaudière (41 %)	Saguenay – Lac-Saint-Jean (10 %) Mauricie (3 %)
Ambiance (musique, vin, calme, etc.) (25 %)	Abitibi-Témiscamingue (36 %) Laurentides (34 %) Outaouais (34 %)	Lanaudière (18 %) Mauricie (17 %) Montréal (10 %)
Préparation catastrophe		
Mauvaise planification (28 %)	Laval (39 %)	Chaudière-Appalaches (12 %)
Manquer de temps/être pressé (21 %)	Laurentides (34 %) Bas-Saint-Laurent (27 %) Montréal (27 %) Outaouais (27 %) Côte-Nord (27 %)	Saguenay– Lac-Saint-Jean (11 %) Gaspésie (9 %) Mauricie (0 %)
Non-réussite du plat préparé (20 %)	Saguenay – Lac-Saint-Jean (37 %) Centre-du-Québec (32 %) Mauricie (28 %) Lanaudière (27 %)	Chaudière-Appalaches (10 %) Outaouais (6 %)

Les éléments suivants font partie des caractéristiques du **partage d'un repas** pour le public cible :

Scénario idéal	Scénario catastrophe
» Harmonie, discussions, pas de tension – 39 %	» Enfants turbulents, chialent, ne mangent pas bien – 29 %
» Présence de tous les membres de la famille. Pas de retard/absence – 33 %	» Survenue d'un dérangement, d'accidents, de dégâts – 20 %
» Ambiance (musique, vin, calme, etc.) – 24 %	» Manquer de temps/être pressé – 14 %
» Avoir du temps/ne pas être pressé – 17 %	» Manque d'harmonie, chicanes, tension – 13 %
» Sans télé, ni ordinateur – 16 %	
» Lieu du repas – 13 %	
» Repas apprécié de tous – 12 %	
» État physique/psychologique idéal – 10 %	

Différences entre les régions

Voici les différences régionales pour les 3 éléments les plus mentionnés par le public cible pour les scénarios idéal et catastrophe de **partage de repas**.

Éléments mentionnés	Régions où les caractéristiques sont les plus mentionnées	Régions où les caractéristiques sont les moins mentionnées
Repas idéal		
Discussions harmonieuses, absence de tension (39 %)	Abitibi-Témiscamingue (62 %) Laurentides (59 %) Montérégie (56 %)	Mauricie (21 %) Montréal (25 %) Gaspésie-Îles de la Madeleine (30 %)
Présence de tous les membres de la famille. Pas de retard/absence (33 %)	Outaouais (45 %) Montérégie (43 %) Mauricie (41 %)	Capitale-Nationale (23 %) Centre-du-Québec (20 %)
Ambiance (musique, vin, calme, etc.) (24 %)	Montérégie (41 %) Estrie (34 %)	Côte-Nord (16 %) Montréal (13 %)
Repas catastrophe		
Enfants turbulents, chialent, ne mangent pas bien (29 %)	Bas-Saint-Laurent (50 %) Estrie (36 %) Outaouais (36 %)	Saguenay – Lac-Saint-Jean (19 %) Côte-Nord (19 %) Laurentides (19 %)
Survenue d'un dérangement, d'accidents, de dégâts (20 %)	Mauricie (35 %) Centre-du-Québec (32 %) Laval (29 %)	Chaudière-Appalaches (12 %) Montréal (11 %)
Manquer de temps/être pressé (14 %)	Laurentides (32 %) Outaouais (25 %)	Estrie (9 %) Capitale-Nationale (8 %) Mauricie (7 %) Saguenay-Lac-Saint-Jean (2 %)

Élection nomade

L'élection nomade était une élection fictive entre six candidats ayant chacun une proposition sur un thème lié à l'alimentation. Les participants étaient invités à voter pour leur candidat préféré.

Échantillon

9098 participants (4661 du public cible)

Résultats des parents vivant avec des enfants de 12 ans et moins

Première place : Kim Lajeunesse (28,0 %)

Deuxième place : Maxime Parent (27,0 %)

Troisième place : Marguerite Beauchamp (16,0 %)



Kim Lajeunesse propose un retour des cours d'économie familiale à l'école. Maxime Parent veut mettre en place des mesures de conciliation travail-famille. Marguerite Beauchamp propose de soutenir et d'encourager l'accessibilité et la consommation d'aliments locaux et régionaux.

Kim Lajeunesse et Maxime Parent obtiennent une proportion de votes très rapprochée à l'échelle du Québec ; ils se partagent la 1^{re} et la 2^e position dans toutes les régions de la province. Kim Lajeunesse arrive 1^{re} dans 9 régions sur 16, tandis que Maxime Parent arrive 1^{er} dans 7 régions sur 16. La 3^e position varie davantage ; selon les régions, elle va à Marguerite Beauchamp, à Karima Vadeboncoeur (qui souhaite offrir des choix plus sains dans les cafétérias d'écoles et les lieux de loisirs) ou à Émilio Marchand (qui veut collaborer avec l'industrie alimentaire et les épiceries pour offrir plus de choix santé parmi les prêts-à-manger). Marguerite Beauchamp est toutefois celle qui arrive le plus souvent en 3^e position.

Opération cartes postales

Pour mieux connaître la réalité des familles ayant de jeunes enfants et leurs bons trucs entourant la tenue des repas, une opération cartes postales a été menée dans 650 CPE à travers le Québec visant à rejoindre les parents d'enfants d'âge préscolaire.

Échantillon

1257 parents du groupe cible

Résultats

Voici, en ordre décroissant, les trucs les plus mentionnés (10 % et plus) par les parents d'enfants fréquentant les CPE de la province de Québec pour chacune des deux questions posées via l'Opération cartes postales.

Trucs pour que les enfants mangent bien	Trucs pour rendre le repas agréable
» Aspect santé – 41 %	» Discussion – 70 %
» Stratégies/ruses – 33 %	» Présence de tous les membres de la famille – 40 %
» Variété – 31 %	» Absence de la télévision – 30 %
» Aspect visuel – 23 %	» Participation des enfants – 25 %
» Participation des enfants à la préparation – 23 %	» Éléments d'ambiance – 22 %
» Respect des préférences – 21 %	» Aspect visuel – 12 %
» Respect de l'appétit – 14 %	» Ambiance calme et agréable – 10 %
» Obligation – 14 %	
» Participation des enfants aux choix – 12 %	
» Aliments sains accessibles à la maison – 10 %	

Différences entre les régions

Voici les différences régionales pour les 3 principaux éléments de chacune des deux questions de l'Opération cartes postales.

	Régions où les parents mentionnent LE PLUS	Régions où les parents mentionnent LE MOINS
Trucs pour que les enfants mangent bien		
» Aspect santé – 41 %	Saguenay - Lac-Saint-Jean (62 %) Centre-du-Québec (56 %) Estrie (53 %) Côte-Nord (52 %)	Outaouais (33 %) Bas-Saint-Laurent (27 %)
» Stratégies/ruses – 33 %	Côte-Nord (44 %)	Saguenay - Lac-Saint-Jean (19 %)
» Variété – 31 %	Capitale-Nationale (43 %) Bas-Saint-Laurent (41 %) Lanaudière (39 %)	Montréal (24 %) Saguenay - Lac-Saint-Jean (24 %) Côte-Nord (19 %)
Trucs pour rendre le repas agréable		
» Discussion – 70 %	Saguenay - Lac-Saint-Jean (86 %) Côte-Nord (85 %)	Mauricie (59 %), Centre-du-Québec (54 %)
» Présence de tous les membres de la famille – 40 %	Abitibi-Témiscamingue (50 %) Capitale-Nationale (50 %) Bas-Saint-Laurent (47 %)	Laval (31 %) Chaudière-Appalaches (26 %)
» Absence de la télévision – 30 %	Saguenay - Lac-Saint-Jean (48 %) Chaudière-Appalaches (46 %) Lanaudière (42 %) Mauricie (41 %)	Abitibi-Témiscamingue (22 %) Outaouais (22 %) Montréal (18 %)

Enfants

Délicieux

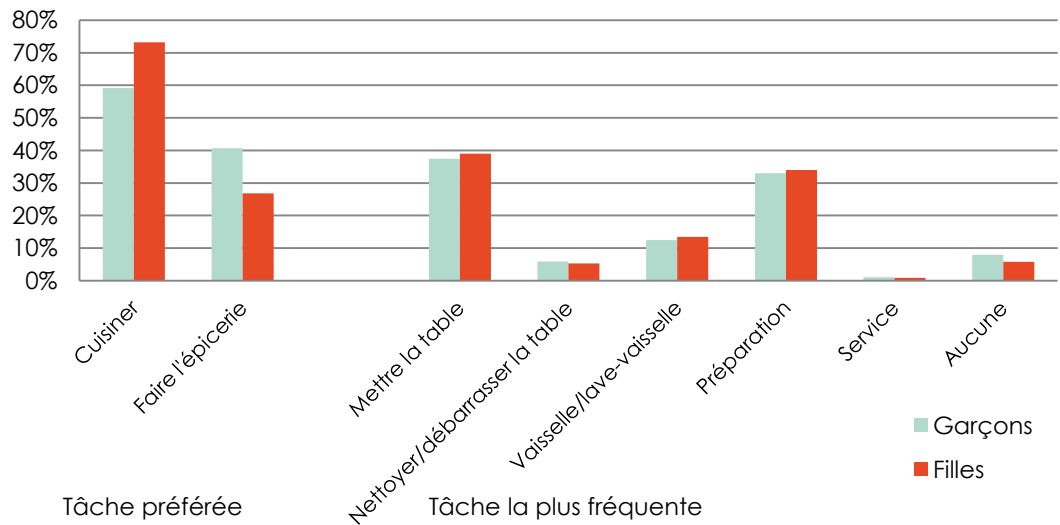
Ce jeu s'adressait aux enfants de 2 à 12 ans et portait sur les comportements alimentaires. Pour jouer, il fallait brasser un dé à six faces et répondre à une question.

Échantillon

5012 répondants (46 % garçons et 54 % filles)

Résultats

Les tâches des enfants



Les deux tiers des enfants de la province de Québec préfèrent cuisiner (66,7 %) à faire l'épicerie (33,2 %) avec leurs parents. Les filles (73,2 %) sont significativement plus enclines à préférer la cuisine que les garçons (59,2 %). L'âge laisse également voir une différence significative puisque les enfants qui préfèrent cuisiner ont 7,6 ans et ceux qui préfèrent faire l'épicerie ont 7,4 ans.

Mettre la table est la tâche que les jeunes répondants du Québec disent faire le plus souvent (38,3 %) pour aider leurs parents dans la cuisine. En deuxième position, 33,5 % des enfants disent participer à la préparation du repas. Les autres tâches suivent loin derrière. De plus, 6,8 % des enfants disent n'avoir aucune tâche dans la cuisine pour donner un coup de main. Il y a une différence significative entre les enfants en fonction du sexe, à savoir que les filles mettent un peu plus la table que les garçons (39,0 % vs 37,4 %), et que ces derniers sont plus nombreux à n'accomplir aucune tâche (7,9 % vs 5,8 %).

Les jeunes des régions de Chaudière-Appalaches (70,5 %), de la Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine (64,3 %), du Bas-Saint-Laurent (61,6 %) et de l’Abitibi-Témiscamingue (58,6 %) sont ceux qui aident le plus à la préparation des repas. En comparaison, seulement 19,3 % et 19,6 % des enfants du Saguenay–Lac-Saint-Jean et de l’Estrie disent aider leurs parents à accomplir cette tâche. Au Saguenay–Lac-Saint-Jean, les parents demandent surtout aux enfants de mettre la table (48,7 %) et c’est en Estrie qu’on retrouve la plus forte proportion d’enfants qui n’accomplissent aucune tâche (12,3 %).

Le soir, que les enfants mangent dans la cuisine, le salon ou la chambre, la télévision ou l’ordinateur est présent sur une base régulière dans 45,4 % des cas.

Cuisiner avec les parents

Nous avons demandé aux enfants s’ils cuisinaient régulièrement avec leurs parents et s’ils aimeraient le faire plus souvent. À 55,7 %, les enfants disent ne pas cuisiner régulièrement avec leurs parents. Quand on leur demande s’ils aimeraient le faire plus souvent, la majorité (79,4 %) répond par l’affirmative. Les filles sont significativement plus nombreuses que les garçons à dire qu’elles aimeraient cuisiner encore davantage (84,0 % et 74,2 %, respectivement).

C’est à Laval (50,5 %) et dans le Bas-Saint-Laurent (48,6 %) que la plus grande proportion d’enfants cuisine avec ses parents, et c’est en Outaouais et sur la Côte-Nord (ex aequo à 33,8 %) que le moins d’enfants cuisinent. Même si, dans toutes les régions, une majorité d’enfants souhaitent cuisiner davantage, la proportion est plus faible pour la Côte-Nord (68,2 %) et au Saguenay–Lac-Saint-Jean (69,9 %), alors qu’elle est plus forte dans la région de Chaudière-Appalaches (90,6 %).

Une recette où tu aides

Quand on demande aux enfants de nommer une recette pour laquelle ils aident, la catégorie des desserts (dont les populaires biscuits) est la plus fréquemment nommée (36,1 %). Les pâtes (12,6 %), les items du déjeuner (12,0 %) et les muffins (10,7 %) suivent. Dans une proportion de 2,4 %, certains enfants disent ne participer à aucune recette.

Les enfants de toutes les régions cuisinent surtout des desserts. Celles où les proportions sont les plus élevées sont la Mauricie (44,4 %), le Saguenay–Lac-Saint-Jean (41,3 %), l’Estrie (40,7 %) et la Capitale-Nationale (40,5 %). Là où elles le sont le moins (mais tout de même en première position) sont le Centre-du-Québec (31,9 %), la Montérégie (31,3 %) et la Côte-Nord (29,2 %).

Le souper et la télévision

C’est dans la cuisine que 87,4 % des enfants mangent leur souper au quotidien. Une proportion de 11,3 % soupe dans le salon et 1,3 % dans la chambre. C’est à Laval et en Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine qu’on retrouve le plus d’enfants disant souper régulièrement au salon (16,7 %).

La télévision ou l’ordinateur est présent sur une base régulière à l’heure du souper pour 45,4 % des enfants du Québec. C’est en Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine que cette proportion est la plus élevée (58,3 %), tandis que Chaudière-Appalaches est la région où elle est la plus basse (30,2 %).

MÉTHODOLOGIE

Différentes actions ont été posées afin de recueillir l'information. Voici la méthodologie qui a été employée et qui a permis de récolter toutes les données si précieuses à **Tout le monde à table**.

Sondage

Un sondage téléphonique préalable à la tournée a été mené par la firme Léger Marketing. Il a été réalisé auprès de 1510 parents ayant un ou des enfants âgés entre 0 et 12 ans à la maison, répartis de façon représentative dans 16 régions administratives du Québec (le Nord-du-Québec n'était pas représenté). Un sondage a également été mené via le Web, dans la section « on vous écoute » du site de **Tout le monde à table**. À tous les mois, de nouvelles questions étaient mises en ligne.

Participation citoyenne

La tournée

Au volant de la caravane **Tout le monde à table**, deux animateurs de l'Institut du Nouveau Monde (INM), ainsi qu'une nutritionniste de chez Extensio ont parcouru 16 régions du Québec en s'arrêtant dans des festivals, événements, centres commerciaux et autres lieux susceptibles d'accueillir de jeunes familles. Cette tournée a permis de rencontrer les gens et de les inviter à s'exprimer sur leurs comportements alimentaires et les défis auxquels ils font face lors de la planification, de la préparation et du partage des repas (3 « P »). Cette participation citoyenne s'est traduite en diverses activités d'animation dynamiques et ludiques, telles que présentées dans ce rapport.



Opération cartes postales

Grâce au réseau de l'Association québécoise des centres de la petite enfance, 6 500 cartes postales ont été distribuées dans 650 Centres de la petite enfance (CPE) répartis aux quatre coins de la province. Les parents étaient invités à répondre à deux courtes questions. Le CPE se chargeait de retourner les cartes postales à Extensio dans une enveloppe préaffranchie.

Les partenaires régionaux

Nous tenons à remercier tous les partenaires ayant contribué au succès de la tournée **Tout le monde à table**. Leur participation s'est avérée essentielle au succès de l'opération.

REMERCIEMENTS

