

Quelles sont mes habitudes de consommation?

Analyse tes habitudes de consommation et celles de ta famille. À quoi faites-vous attention quand vous achetez des denrées alimentaires ? Quels critères sont importants à vos yeux ?

Exercice 1

Coche la case jamais, occasionnellement, souvent ou très souvent pour indiquer à quelle fréquence toi et ta famille consommez les aliments suivants.

	jamais	occasionnellement	souvent	très souvent
Eau et boissons non sucrées				
Fruits				
Légumes				
Viande				
Pain				
Produits laitiers				
Pommes de terre				
Pâtes				
Sucreries				
Boissons sucrées				

Qu'est-ce que ta famille mange souvent et volontiers ? Note vos aliments ou plats préférés dans chaque catégorie. Explique pourquoi.

	Les aliments et plats préférés de ma famille
Eau et boissons non sucrées	
Fruits	
Légumes	
Viande	
Pain	
Produits laitiers	
Pommes de terre	
Pâtes	
Sucreries	
Boissons sucrées	

Cycle 3

Nom: _____

Marque d'une croix la case correspondante pour indiquer dans quelle mesure ta famille et toi prêtez attention aux critères ci-après lorsque vous achetez des produits alimentaires.

Nous faisons attention à ce que le produit ...

	Nous y prêtons beaucoup d'attention	Nous y prêtons d'attention	Nous y prêtons parfois attention	Nous y prêtons rarement attention	Nous n'y prêtons aucune attention
... provienne de Suisse.					
... provienne de la région.					
... soit issu d'une production durable.					
... soit bon marché.					
... soit issu d'une production biologique					
... soit de saison (pour les fruits et légumes)					
... provienne d'un élevage particulièrement respectueux des animaux (p. ex. pour la viande).					
... porte un label déterminé.					
... ne contienne pas d'huile de palme.					
... soit, dans la mesure du possible, bénéfique pour la santé.					
... soit labellisé Faitraide ou production durable comme Max Havelaar ou UTZ					
... (autre critère).					

Cycle 3

Nom: _____

Exercice 2

Réfléchis aux critères particulièrement importants pour toi et ta famille quand vous achetez des denrées alimentaires. Considère les facteurs d'influence retenus (prix, qualité, etc.). Discutes-en avec un·e camarade et note ses réponses aux trois questions suivantes:

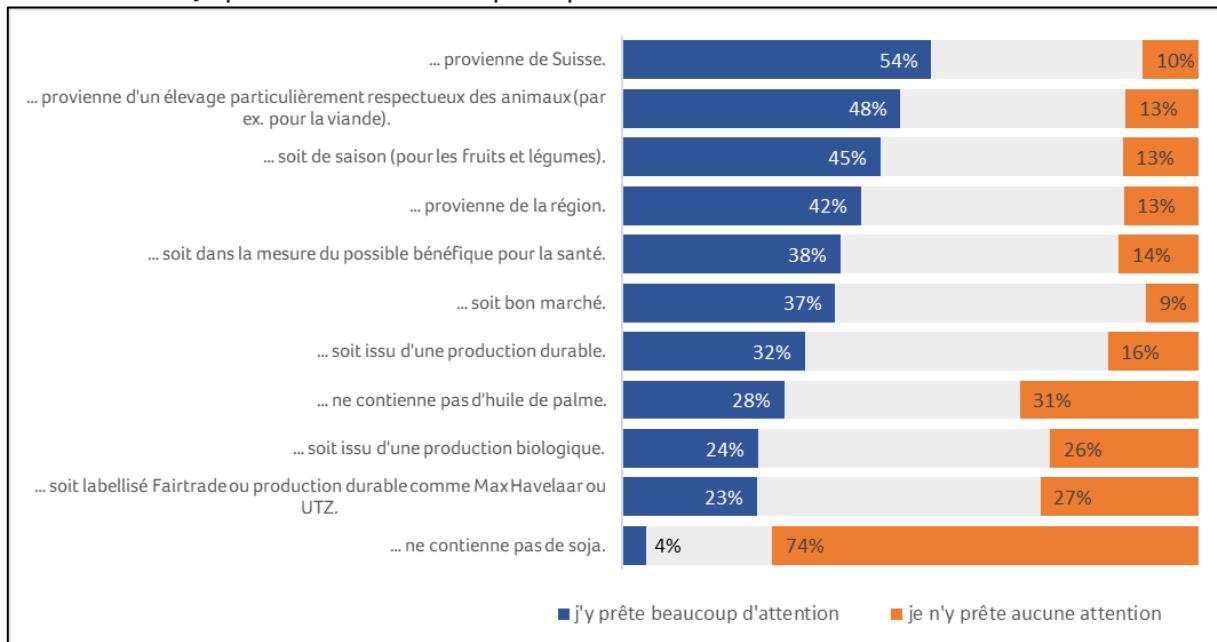
Mon ou ma camarade mange souvent ...

Sa famille achète particulièrement beaucoup de ...

Quand elle fait ses courses, la famille de mon ou ma camarade tient surtout compte des critères suivants:

Exercice 3

Regarde à présent les résultats du sondage suivant: de **jeunes adultes (18 à 30 ans)** ont indiqué dans quelle mesure ils font attention aux critères suivants quand ils achètent des aliments. Je prête attention à ce que le produit...



Source: Évaluation stratégique de l'attitude à l'égard du lait, Swissmilk, 2023

Pour conclure: quels facteurs d'influence prends-tu personnellement en compte quand tu achètes des denrées alimentaires ?
