

Enquête sur le petit-déjeuner des Genevois

Concernant les adultes, notre enquête réalisée en mars 2022 sur les habitudes alimentaires, les attitudes et les croyances des Genevois sur le petit-déjeuner a révélé plusieurs résultats intéressants sur lesquels nous nous sommes basés pour construire les objectifs pédagogiques de cet atelier. L'enquête a révélé que la moitié des adultes ne consomment pas de petit-déjeuner tous les matins (44,4%) malgré que 88% de l'ensemble des répondants affirment qu'il s'agit d'un repas important.

De plus, cette enquête a permis de constater que parmi les individus consommant un petit-déjeuner le matin (55,6%), 84,4% considèrent leur petit déjeuner comme étant de bonne qualité, alors qu'en réalité, seulement 24,5% de ceux-ci le sont réellement.

Enfin, 56% des Genevois souhaitent améliorer la qualité de leur petit déjeuner et 81,1% se sont déjà renseignés sur comment faire pour consommer un petit déjeuner plus sain. En prenant ces résultats, on peut remarquer une incohérence sur les croyances des individus à propos du petit-déjeuner les amenant à réaliser un comportement erroné.

De ce fait, nous souhaitons pallier cette incohérence en cherchant à modifier les croyances des individus sur ce que représente un petit déjeuner équilibré et sain afin que ces croyances impactent par la suite leur comportement et donc leurs habitudes alimentaires en matière de petit-déjeuner. Pour cela, un article sur le petit-déjeuner équilibré et sain (sur son adhésion au sein du public genevois, son importance, sa composition, ses proportions ainsi que quelques idées de petit déjeuner sains sucrés et salés) a été publié afin d'éveiller les adultes à cette incohérence et à les amener à la résoudre à travers un changement de comportement.

Concernant les enfants, une vidéo dans laquelle des enfants avaient pour mission de deviner le noms de légumes qui leur étaient présentés (réalisée dans le cadre de notre première campagne de dons "Plante ta graine") a montré que seulement 1 enfant sur 3 était capable de reconnaître les légumes présentés. De plus, avant l'atelier, les enfants inscrits ont rempli un petit questionnaire afin de voir l'étendue de leurs connaissances en matière d'alimentation et de petit déjeuner équilibré. Celui-ci a montré que seulement peu d'enfants réussissent à répondre correctement aux questions posées. Avec ces informations, on peut remarquer que les enfants ont un grand manque de connaissances en matière d'alimentation, les amenant à réaliser un comportement erroné.