

Dimension décisionnelle

A trait à l'autonomie que détient l'individu dans ses choix alimentaires.

Exemples : tensions entre les choix individuels et les normes et les valeurs familiales.

La dimension décisionnelle renvoie à la capacité de faire ses propres choix et met en lumière le contrôle que l'étudiant exerce sur sa vie et son alimentation. Elle constitue un élément clé pour comprendre les habitudes des étudiants du cégep, dans un contexte marqué par la redéfinition des relations familiales et une autonomie financière accrue.

Les personnes interrogées ont été invitées à évoquer les éléments de continuité lors du passage du secondaire au cégep. Bien que la question portait sur la continuité, il est important de noter que les répondants ont surtout mentionné des ruptures. En abordant leurs comportements alimentaires, plusieurs étudiants ont mis en avant des bouleversements que nous qualifions ici de « ruptures », regroupées en trois catégories : la prise de nouvelles responsabilités, la désorganisation temporelle et ses conséquences, ainsi que la solitude.

1. Nouvelles responsabilités selon le degré de décohabitation.
2. La désorganisation temporelle : « C'est débrouille-toi pour manger ».
3. La solitude subie

On développe des astuces afin de s'adapter aux nouvelles exigences liées aux études collégiales :

- Collations et snacking.
- On abandonne certains aliments qu'on affectionne.
- On mange souvent les mêmes aliments.

Propositions des étudiants concernant les actions à entreprendre en matière d'alimentation :

1. Suggestions concernant les coûts reliés à l'alimentation dans les cégeps (baisser les prix)
2. Suggestions concernant des services de charité (paniers alimentaires, aide financière, cartes-cadeaux d'épicerie, aide alimentaire, frigo communautaire, collations gratuites...)
3. Suggestions concernant la qualité et l'offre alimentaire des cégeps (aliments santé, options halal, végétariennes, végan...)
4. Suggestions concernant des activités visant l'éducation à l'alimentation (ateliers de cuisine collective, cours de nutrition, conférences, etc.)
5. Suggestions concernant les installations alimentaires (plus de locaux, heures d'ouverture de la cafétéria, propreté, plus de cafés étudiants, meilleure répartition des denrées des frigo communautaires...)
6. Suggestions concernant l'horaire des prises alimentaires (permettre de manger en classe, blocage horaire...)

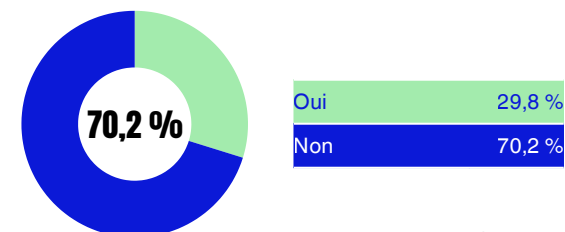


Offre alimentaire au cégep :

Lorsque vous devez manger au cégep et que vous n'avez pas de lunch, trouvez-vous une offre alimentaire...

qui répond à vos goûts ?	55,4 % (non)
que vous considérez de qualité ?	59,4 % (non)
que vous considérez abordable ?	81,1 % (non)

Si vous viviez des difficultés à vous procurer des aliments, sauriez-vous vers quel(s) service(s) vous diriger dans votre cégep ?



Livraison des repas :

- Les personnes en contexte résidentiel sans parent sont proportionnellement plus nombreuses à se faire livrer des repas
- Les personnes qui jugent leur situation financière « excellente » = mentionnent peu se faire livrer de la nourriture
- Celles qui jugent leur situation financière « très inquiétante » ou « préoccupante » sont proportionnellement plus nombreuses à se faire livrer de la nourriture

