

# **REPAS EN FAMILLE ET PARTICIPATION À LA PRÉPARATION DES REPAS**

AUTEUR  
**Sarah BEL**

## **Remerciements**

Ce travail n'aurait pas pu être réalisé sans la collaboration de nombreuses personnes. Des remerciements particuliers sont adressés :

Aux participants et aux enquêteurs pour leur participation à l'enquête ;

À Loes Brocatus, Charlotte Stiévenart et Sofie Van den Abeele pour la préparation et l'organisation du travail de terrain, ainsi que pour leur contribution à la gestion des données collectées ;

À Ledia Jani pour son travail organisationnel et logistique lors de l'enquête, de même que pour la mise en page de ce rapport ;

À Sarah Bel, Koenraad Cuypers, Thérésa Lebacq, Cloë Ost et Eveline Teppers pour le travail de gestion et d'analyse des données collectées.

## **Pour toute référence à ce chapitre, veuillez utiliser la citation suivante :**

Bel S. Repas en famille et participation à la préparation des repas. Dans : Lebacq T, Teppers E (éd.). Enquête de consommation alimentaire 2014-2015. Rapport 1. WIV-ISP, Bruxelles, 2015.

## TABLE DES MATIÈRES

|                                                                                         |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Résumé .....                                                                            | 137 |
| 1. Introduction .....                                                                   | 138 |
| 1.1. Repas en famille .....                                                             | 138 |
| 1.2. Participation à la préparation des repas .....                                     | 138 |
| 2. Instruments .....                                                                    | 139 |
| 2.1. Questions .....                                                                    | 139 |
| 2.2. Indicateurs .....                                                                  | 139 |
| 3. Résultats .....                                                                      | 140 |
| 3.1. Repas en famille .....                                                             | 140 |
| 3.1.1. Distribution selon la fréquence des repas en famille .....                       | 140 |
| 3.1.2. Pourcentage de la population prenant au moins un repas par jour en famille ..... | 141 |
| 3.2. Participation à la préparation des repas .....                                     | 142 |
| 4. Discussion .....                                                                     | 143 |
| 5. Tableaux .....                                                                       | 144 |
| 6. Bibliographie.....                                                                   | 148 |



## RÉSUMÉ

L'impact des facteurs environnementaux sur l'alimentation a été démontré dans de nombreuses études scientifiques. Chez les enfants et les adolescents, plus particulièrement, le partage des repas en famille peut avoir un effet positif sur leur consommation alimentaire.

En Belgique, en 2014, 50 % de la population (de 10 à 64 ans) prend un repas par jour, à table, en famille, tandis que 28 % de la population prend deux repas par jour, ou plus, en famille. Au total, 78 % de la population a donc pour habitude de prendre au moins un repas par jour en famille. Ce pourcentage est supérieur chez les adolescents âgés de 10 à 13 ans (88 %) et de 14 à 17 ans (84 %), en comparaison aux adultes âgés de 18 à 64 ans (de 73 % à 78 %). Par ailleurs, 15 % de la population mange en famille uniquement le week-end, tandis que 6 % ne mange jamais en famille et 2 % uniquement lors de jours de fête.

Davantage de femmes (33 %) que d'hommes (23 %) consomment deux repas par jour ou plus en famille. Les adolescents âgés de 10 à 13 ans (34 %) et les adultes âgés de 51 à 64 ans (40 %) sont les plus nombreux à prendre deux repas par jour ou plus en famille, en comparaison aux autres catégories d'âge (de 20 % à 25 %). Les adultes âgés de 51 à 64 ans (39 %) sont les moins nombreux à prendre un repas par jour en famille, en comparaison aux catégories d'âge plus jeunes (de 53 % à 60 %). Le pourcentage de personnes mangeant en famille uniquement le week-end est plus élevé parmi les adultes âgés de 18 à 34 ans (19 %) que parmi les adolescents âgés de 10 à 13 ans (11 %). Quasiment aucun adolescent ne mange jamais en famille.

Les personnes ayant le niveau d'éducation le plus élevé sont plus nombreuses (31 %) à prendre deux repas par jour ou plus en famille, en comparaison aux personnes ayant le niveau d'éducation le plus faible (26 %). Le pourcentage de la population mangeant en famille deux fois par jour ou plus est plus faible en Wallonie (22 %) qu'en Flandre (32 %) ; le pourcentage de personnes mangeant une fois par jour en famille s'avère, en corollaire, plus élevé en Wallonie (55 %) qu'en Flandre (47 %).

Les personnes obèses sont plus nombreuses (35 %) que les personnes en situation de surpoids (24 %) à consommer deux repas par jour ou plus en famille. Les personnes en surpoids sont, quant à elle, plus nombreuses (56 %) que les personnes ayant un IMC considéré comme normal (47 %) à prendre un repas par jour en famille. Le pourcentage de personnes mangeant en famille uniquement le week-end est plus élevé parmi les personnes ayant un IMC normal (17 %) que parmi celles souffrant d'obésité (10 %).

Enfin, en Belgique, en 2014, la moitié des adolescents âgés de 10 à 17 ans – parmi lesquels davantage de filles (58 %) que de garçons (42 %) – déclarent participer à la préparation des repas.

## 1. INTRODUCTION

L'influence des facteurs environnementaux sur la consommation alimentaire a été démontrée à de nombreuses reprises. Chez les enfants et les adolescents, plus particulièrement, le partage des repas en famille et la participation à la préparation des repas peuvent avoir un effet positif sur leur apport nutritionnel et leur santé (1-5).

### 1.1. REPAS EN FAMILLE

Le repas en famille, préparé à la maison et pris ensemble à table à heures régulières, constituait autrefois un rituel quotidien important. Dès les années 1960, ce rituel a évolué suite à l'entrée des femmes sur le marché du travail et à l'augmentation du nombre de familles monoparentales. L'augmentation du recours à des plats préparés (« convenience foods ») et la consommation plus fréquente des repas à l'extérieur du domicile familial a également contribué à l'évolution des habitudes alimentaires des familles (6).

Différentes études ont identifié le fait de prendre ses repas en famille comme un facteur protecteur contre le développement de certains problèmes de santé directement liés à l'alimentation (tels que le surpoids), ainsi que d'habitudes alimentaires ayant un impact négatif sur la santé et de troubles du comportement alimentaire.

Partager un repas avec d'autres personnes, plus particulièrement en famille, a en effet été associé à des habitudes alimentaires plus saines. Une telle relation s'avère particulièrement claire chez les enfants et les adolescents, tandis que des résultats contradictoires ont été observés dans la population adulte (1). Une étude récente a ainsi mis en évidence que les enfants et adolescents qui prennent leurs repas en famille trois fois par semaine ou plus ont davantage de probabilités de se situer dans une gamme de poids normal et de montrer des habitudes alimentaires saines, en comparaison aux enfants prenant moins souvent leur repas en famille. Ces enfants ont, en outre, moins de risque de développer des troubles du comportement alimentaire (2).

Chez les adolescents, prendre ses repas en famille aurait une influence positive sur la qualité de leur régime alimentaire, en ce qui concerne notamment leur consommation de fruits, de légumes et de produits laitiers ; cette habitude entraînerait également une diminution de la consommation de boissons sucrées et d'aliments ayant un impact négatif sur la santé (3).

### 1.2. PARTICIPATION À LA PRÉPARATION DES REPAS

Le fait d'impliquer les enfants et adolescents dans la préparation des repas peut amener ces derniers à acquérir des habitudes alimentaires saines. Certaines études ont, en effet, démontré que l'implication des enfants dans la préparation des repas peut augmenter leur consommation de légumes et, plus généralement, d'aliments sains (4;5). Il a également été mis en évidence que les adolescents participant souvent à la préparation des repas consomment moins de graisses et davantage de fruits, de légumes, de fibres, d'acide folique et de vitamine A (7). L'implication des enfants et adolescents dans la préparation des repas pourrait dès lors constituer une stratégie d'intervention afin de favoriser le développement d'habitudes alimentaires saines.

## 2. INSTRUMENTS

### 2.1. QUESTIONS

Les questions concernant la fréquence des repas pris en famille<sup>1</sup> (chez les individus âgés de 10 à 64 ans) et l'implication des adolescents (de 10 à 17 ans) dans la préparation des repas font partie du questionnaire adressé oralement aux participants (ou à un parent/tuteur), lors de la première visite à domicile de l'enquêteur ; ce questionnaire a été administré à l'aide d'un ordinateur (CAPI, « Computer Assisted Personal Interview »). Ces items n'étaient pas inclus dans l'enquête précédente de 2004 ; une comparaison entre ces deux enquêtes ne pourra donc pas être réalisée. Les différentes questions de ce module ont été formulées par le SPF Santé publique, Sécurité de la Chaîne alimentaire et Environnement.

La question suivante a été adressée aux adolescents (de 10 à 17 ans) et adultes (de 18 à 64 ans) :

**GF04** À quelle fréquence mangez-vous en famille, tous réunis autour d'une même table ?

- (1) Deux repas par jour ou plus ;
- (2) Un repas par jour ;
- (3) Uniquement le week-end ;
- (4) Uniquement lors de jours de fête ;
- (5) Jamais.

La question suivante a été posée uniquement aux adolescents (de 10 à 17 ans) :

**GF00** Participez-vous à la préparation des repas ?

A cette question, les participant pouvaient répondre :

- (1) Oui ;
- (2) Non.

### 2.2. INDICATEURS

Sur base des questions détaillées dans la section précédente, trois indicateurs ont été créés :

- FM\_1** Cet indicateur présente la distribution de la population (de 10 à 64 ans) en cinq catégories en fonction de la fréquence des repas pris en famille : (1) deux repas par jour ou plus ; (2) un repas par jour ; (3) uniquement le week-end ; (4) uniquement lors de jours de fête ; (5) jamais.
- FM\_2** Pourcentage de la population (de 10 à 64 ans) qui prend au moins un repas par jour en famille. Cet indicateur regroupe les catégories de réponse « 2 repas par jour ou plus » et « un repas par jour » de la question GF04.
- FM\_3** Pourcentage des adolescents (de 10 à 17 ans) qui participent à la préparation des repas.

<sup>1</sup> Ces deux thématiques ont été étudiées chez les enfants dans le Chapitre « Environnement familial et alimentation des enfants ».

## 3. RÉSULTATS

### 3.1. REPAS EN FAMILLE

#### 3.1.1. Distribution selon la fréquence des repas en famille

En Belgique, en 2014, 49,9 % de la population (de 10 à 64 ans) prend un repas par jour en famille et 27,7 % de la population prend deux repas par jour ou plus en famille. 15,0 % de la population ne mange en famille que durant le week-end, 5,9 % de la population ne mange jamais en famille et 1,5 % uniquement lors de jours de fête.

Davantage de femmes (32,5 %) que d'hommes (23,0 %) prennent deux repas par jour ou plus en famille ; cette différence est significative après standardisation en fonction de l'âge (OR 1,60 ; IC 95 % 1,23-2,09). Cette différence hommes-femmes se marque essentiellement dans les catégories d'âge adulte (de 18 à 64 ans) (Figure 1).

Le pourcentage de personnes prenant deux repas par jour ou plus en famille suit une courbe en « U » en fonction de l'âge : ce pourcentage est, en effet, le plus élevé chez les adolescents âgés de 10 à 13 ans (34,1 %) et les adultes les plus âgés (de 51 à 64 ans) (39,5 %), tandis qu'il s'avère inférieur dans les catégories d'âge 14-17 ans (24,2 %), 18-34 ans (19,9 %) et 35-50 ans (24,6 %).

Les adultes âgés de 51 à 64 ans sont moins nombreux (38,6 %) que les personnes plus jeunes (de 52,9 % à 60,0 %) à prendre un repas par jour en famille. La catégorie d'âge 51-64 ans intègre, en effet, le pourcentage le plus élevé de personnes qui prennent deux repas par jour ou plus en famille.

Les jeunes adultes (de 18 à 34 ans) sont plus nombreux (18,8 %) que les adolescents âgés de 10 à 13 ans (10,8 %) à manger en famille uniquement le week-end (OR 1,93 ; IC 95% 1,23-3,03). Par ailleurs, très peu d'adolescents (de 10 à 17 ans), à savoir 0,2 % et 0,4 %, ne mangent jamais en famille, des pourcentages qui sont nettement inférieurs à ceux observés chez les adultes (de 4,8 % à 8,5 %). De telles différences sont significatives après standardisation pour le sexe.

Après standardisation pour l'âge et le sexe, le pourcentage de personnes prenant deux repas par jour ou plus en famille est significativement plus élevé parmi les personnes détenant le niveau d'éducation le plus élevé (30,7 %) que parmi celles ayant le niveau d'éducation le plus faible (25,6 %) (OR 1,44 ; IC 95 % 1,03-2,01).

Ce pourcentage varie également selon le lieu de résidence : il est, en effet, plus faible en Wallonie<sup>2</sup> (22,4 %) qu'en Flandre (31,7 %) (OR 0,63 ; IC 95 % 0,46-0,86). En corollaire, les personnes domiciliées en Wallonie sont plus nombreuses (55,4 %) que celles vivant en Flandre (47,1 %) à manger un repas par jour en famille (OR 1,34 ; IC 95 % 1,04-1,78). Ces différences sont significatives après standardisation pour l'âge et le sexe.

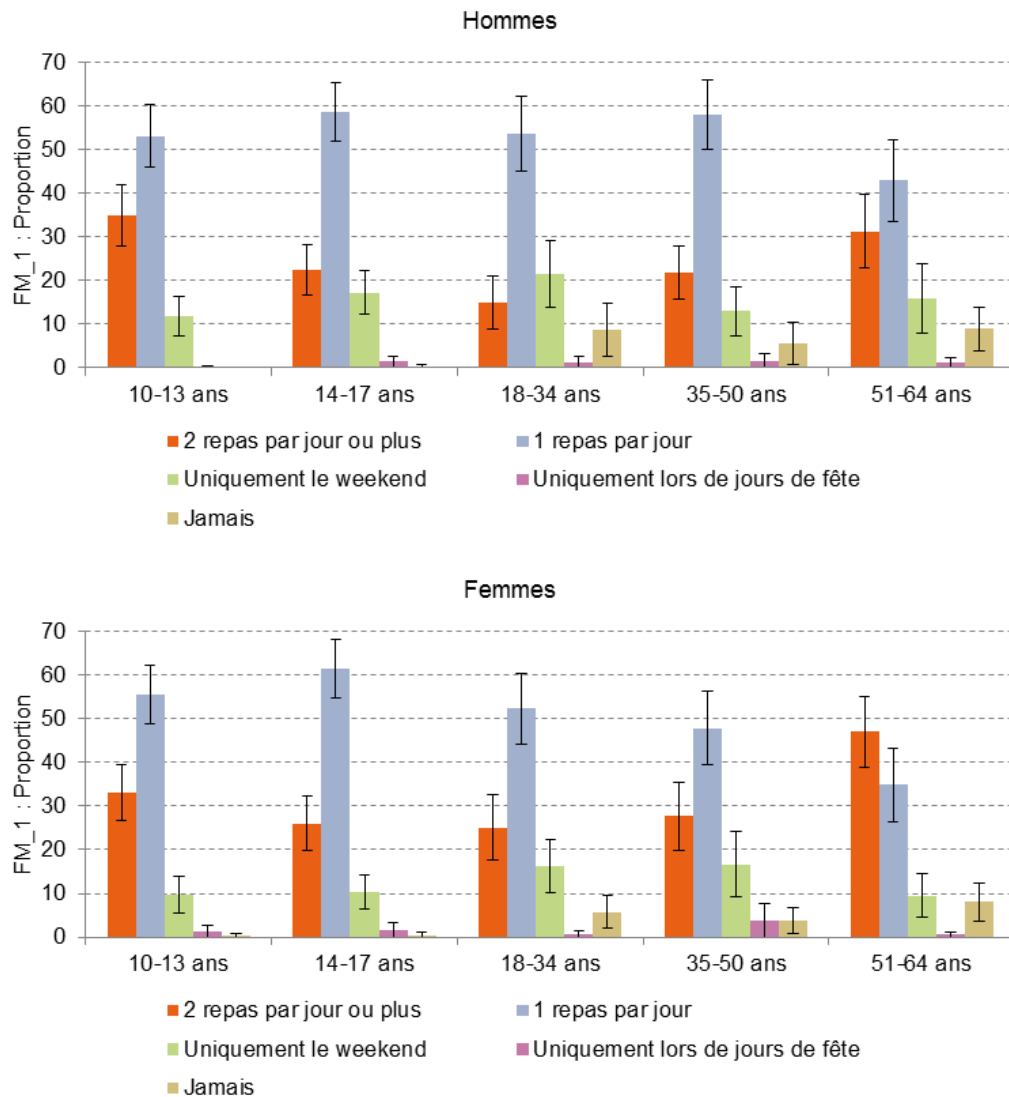
Les personnes obèses<sup>3</sup> sont plus nombreuses (35,1 %) que les personnes en surpoids (24,1 %) à prendre deux repas par jour ou plus en famille (OR 1,67 ; IC 95% 1,11-2,62). Les personnes en surpoids sont, quant à elles, plus nombreuses (55,6 %) que les personnes ayant un IMC considéré comme normal (47,2 %) à prendre un repas par jour en famille (OR 1,67 ; IC 95 % 1,24-2,24). Enfin, le pourcentage de personnes mangeant en famille uniquement le week-end est plus élevé parmi les personnes ayant un IMC normal (17,2 %) que parmi celles souffrant d'obésité (10,1 %) (OR 1,83 ; IC 95 % 1,06-3,16). Ces différences sont significatives après standardisation pour l'âge et le sexe.

<sup>2</sup> Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été incluses dans toutes les autres analyses.

<sup>3</sup> Pour davantage d'informations sur l'IMC, se référer au Chapitre « Anthropométrie ».



**Figure 1 |** Distribution de la population (de 10 à 64 ans) selon la fréquence de consommation des repas en famille, par sexe et par âge, Belgique, 2014



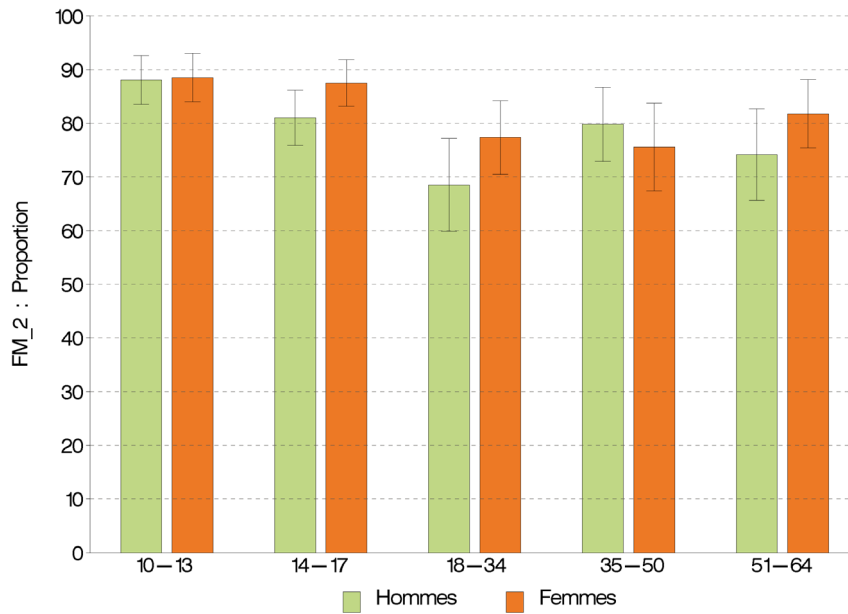
### 3.1.2. Pourcentage de la population prenant au moins un repas par jour en famille

Cette section présente les résultats relatifs au pourcentage de la population prenant au moins un repas par jour en famille. En Belgique, en 2014, 77,6 % de la population (de 10 à 64 ans) a pour habitude de prendre au moins un repas par jour en famille. Après standardisation pour l'âge, ce pourcentage ne varie pas significativement en fonction du genre.

Après standardisation pour le sexe, les adolescents (de 10 à 17 ans) sont significativement plus nombreux (88,3 % pour les adolescents âgés de 10 à 13 ans et 84,2 % pour ceux âgés de 14 à 17 ans) que les adultes (de 72,9 % à 78,2 %) à prendre au minimum un repas par jour en famille (Figure 2).

Aucune différence significative n'a été observée à ce sujet en fonction du niveau d'éducation, de la région de résidence (Wallonie versus Flandre) ou de l'IMC.

**Figure 2 |** Pourcentage de la population (de 10 à 64 ans) qui prend au moins une fois par jour un repas en famille, Belgique, 2014

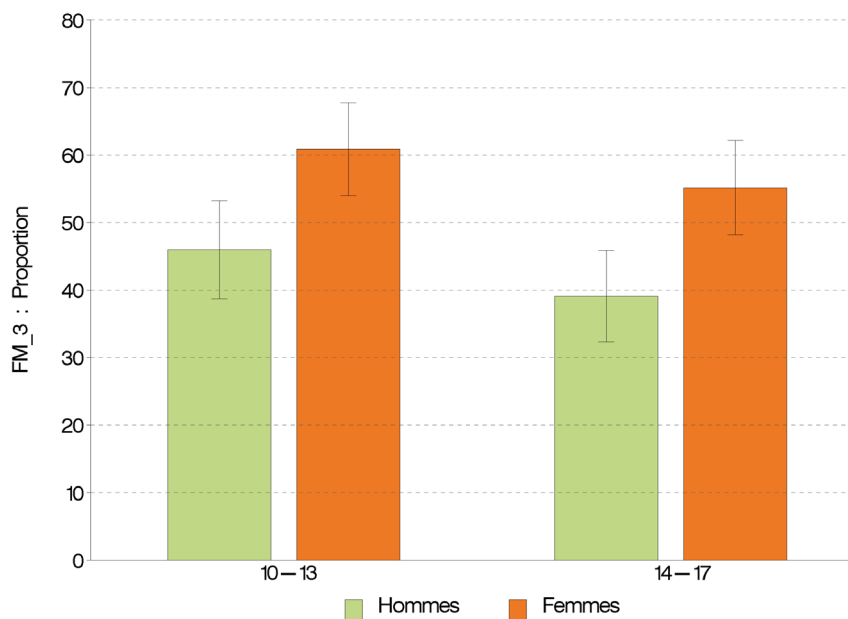


### 3.2. PARTICIPATION À LA PRÉPARATION DES REPAS

En Belgique, en 2014, 50,0 % des adolescents âgés de 10 à 17 ans déclarent participer à la préparation des repas. Les filles (57,9 %) sont davantage impliquées que les garçons (42,4 %) dans la préparation des repas, une différence qui s'avère significative après standardisation pour l'âge (OR 1,87 ; IC 95 % 1,41-2,49) (Figure 3).

Ce pourcentage ne varie pas significativement en fonction de l'âge, du niveau d'éducation, de la région de résidence (Wallonie versus Flandre) ou de l'IMC.

**Figure 3 |** Pourcentage des adolescents (de 10 à 17 ans) qui participent à la préparation des repas, par sexe et par âge, Belgique, 2014



## 4. DISCUSSION

Prendre ses repas en famille constitue l'un des facteurs protecteurs contre le développement de certains problèmes de santé directement liés à l'alimentation (tels que le surpoids) ; cette habitude limiterait également le développement de comportements alimentaires ayant un impact négatif sur la santé et de troubles du comportement alimentaire (1;6).

En Belgique, en 2014, 78 % de la population (de 10 à 64 ans) a pour habitude de prendre au moins un repas par jour en famille. Plus spécifiquement, 50 % de la population prend un repas par jour en famille, tandis que 28 % de la population mange deux repas par jour ou plus en famille. 15 % de la population indique manger en famille uniquement le week-end. La taille du ménage pourrait jouer un rôle important dans cette habitude alimentaire. Toutefois, seule une minorité de personnes qui mangent en famille uniquement le week-end habitent seules (8 %) ; à l'inverse, la majorité d'entre elles (67 %) font partie de ménages composés de quatre personnes ou plus. Une faible part de la population ne mange jamais en famille (6 %) ou ne mange en famille que lors de jours de fête (2 %). La majorité des personnes ne mangeant jamais en famille (89 %) habitent seules. Parmi les personnes qui mangent en famille uniquement lors de jours de fête, une majorité (73 %) fait partie d'un ménage de deux personnes ou plus.

Les adolescents (de 10 à 17 ans) sont plus nombreux que les adultes (de 18 à 64 ans) à prendre au moins un repas par jour en famille. En outre, très peu d'entre eux ne mangent jamais en famille ; cette proportion étant plus élevée chez les adultes. Un tel résultat s'explique par le fait que les adolescents sont encore souvent dépendants de leurs parents, notamment en ce qui concerne les repas. Par ailleurs, le lien entre le fait de manger en famille et le développement d'un comportement alimentaire sain a essentiellement été démontré au sein de cette catégorie d'âge plus jeune (1).

Les adultes les plus âgés (de 51 à 64 ans) sont plus nombreux que leurs homologues plus jeunes à prendre deux repas par jour ou plus en famille ; en corollaire, ils sont moins nombreux à prendre un repas par jour en famille. Il est, en effet, possible que ces derniers aient davantage de temps pour manger en famille, en comparaison aux adultes plus jeunes étant souvent amenés à combiner carrière, ménage et enfants. Il est également probable que les adultes plus âgés aient acquis et conservé l'habitude de manger en famille lorsqu'ils étaient enfants, quand les repas familiaux étaient considérés comme un rituel quotidien important. A l'instar d'autres études (8), les résultats de la présente enquête mettent en évidence que les femmes sont plus nombreuses que les hommes à prendre deux repas par jour ou plus en famille. Aucune différence significative n'a toutefois été observée en fonction du genre pour les autres fréquences étudiées dans ce chapitre. Sur base des résultats obtenus, il semble que le niveau d'éducation soit lié à la fréquence de consommation du repas en famille. Ainsi, le pourcentage de la population prenant deux repas par jour ou plus en famille est plus élevé parmi les personnes ayant le niveau d'éducation le plus élevé (31 %) que parmi celles ayant le niveau d'éducation le plus faible (26 %). Un tel résultat contraste néanmoins avec ceux observés dans la littérature et qui mettent en évidence une relation négative entre le statut socio-économique et la fréquence de consommation des repas en famille (8).

Les résultats de l'enquête de consommation alimentaire 2014-2015 indiquent que les personnes en situation de surpoids ou souffrant d'obésité mangent plus régulièrement en famille. Cette fréquence plus élevée n'implique toutefois pas nécessairement l'adoption d'habitudes alimentaires plus saines. Bien que les enfants et adolescents mangeant plus fréquemment en famille aient davantage de chance de présenter un IMC considéré comme normal (2), il n'existe pas de consensus dans la littérature au sujet de l'existence d'une telle association à tout âge (1).

Ce module avait finalement aussi pour objectif d'évaluer la proportion d'adolescents participant à la préparation des repas. Les résultats de l'enquête montrent qu'en Belgique, en 2014, la moitié des adolescents sont impliqués dans la préparation des repas, parmi lesquels davantage de filles que de garçons. Cette différence en fonction du genre pourrait indiquer une certaine transmission du partage des rôles entre hommes et femmes au sein du ménage – et plus spécifiquement au niveau de la préparation des repas – dès l'adolescence. L'implication des adolescents dans la préparation des repas a été identifiée comme une stratégie efficace afin d'améliorer les habitudes alimentaires des jeunes (4;5;7). Une telle implication offre, en effet, aux parents la possibilité de transmettre aux adolescents des habitudes alimentaires saines. Elle permet de développer l'intérêt des adolescents vis-à-vis d'une alimentation saine et peut dès lors favoriser la consommation d'aliments sains (5).

## 5. TABLEAUX

|                    |                                                                                                                             |     |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Tableau 1  </b> | Distribution de la population (de 10 à 64 ans) selon la fréquence de consommation des repas en famille, Belgique, 2014..... | 145 |
| <b>Tableau 2  </b> | Pourcentage de la population (de 10 à 64 ans) qui prend au moins une fois par jour un repas en famille, Belgique, 2014..... | 146 |
| <b>Tableau 3  </b> | Pourcentage des adolescents (de 10 à 17 ans) qui participent à la préparation des repas, Belgique, 2014 .....               | 147 |

**Tableau 1 |** Distribution de la population (de 10 à 64 ans) selon la fréquence de consommation des repas en famille, Belgique, 2014

| FM_1               |                                      | 2 repas par jour ou plus | 1 repas par jour | Uniquement le weekend | Uniquement lors de jours de fête | Jamais     | N           |
|--------------------|--------------------------------------|--------------------------|------------------|-----------------------|----------------------------------|------------|-------------|
| SEXE               | Hommes                               | 23,0                     | 52,8             | 16,3                  | 1,3                              | 6,6        | 1081        |
|                    | Femmes                               | 32,5                     | 46,9             | 13,7                  | 1,7                              | 5,2        | 1145        |
| AGE                | 10 - 13                              | 34,1                     | 54,2             | 10,8                  | 0,7                              | 0,2        | 469         |
|                    | 14 - 17                              | 24,2                     | 60,0             | 13,9                  | 1,5                              | 0,4        | 495         |
|                    | 18 - 34                              | 19,9                     | 52,9             | 18,8                  | 1,0                              | 7,3        | 486         |
|                    | 35 - 50                              | 24,6                     | 53,2             | 14,8                  | 2,7                              | 4,8        | 425         |
|                    | 51 - 64                              | 39,5                     | 38,6             | 12,5                  | 0,8                              | 8,5        | 351         |
| NIVEAU D'EDUCATION | Sans diplôme, primaire ou secondaire | 25,6                     | 51,9             | 14,3                  | 2,3                              | 6,0        | 960         |
|                    | Supérieur de type court              | 28,4                     | 47,3             | 17,2                  | 0,9                              | 6,2        | 619         |
|                    | Supérieur de type long               | 30,7                     | 49,6             | 14,6                  | 0,8                              | 4,3        | 611         |
| REGION*            | Flandre                              | 31,7                     | 47,1             | 15,1                  | 1,2                              | 4,9        | 1276        |
|                    | Wallonie                             | 22,4                     | 55,4             | 14,2                  | 1,1                              | 6,9        | 772         |
| <b>TOTAL</b>       |                                      | <b>27,7</b>              | <b>49,9</b>      | <b>15,0</b>           | <b>1,5</b>                       | <b>5,9</b> | <b>2226</b> |

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

Pourcentages pondérés.

\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles ont, par contre, été incluses dans toutes les autres analyses

**Tableau 2 |** Pourcentage de la population (de 10 à 64 ans) qui prend au moins une fois par jour un repas en famille, Belgique, 2014

| FM_2               |                                      | Taux brut* (%) | IC 95% brut        | Taux stand** | IC 95% stand | N           |
|--------------------|--------------------------------------|----------------|--------------------|--------------|--------------|-------------|
| SEXE               | Hommes                               | 75,8           | (71,7-79,9)        | 75,5         | (71,5-79,6)  | 1081        |
|                    | Femmes                               | 79,4           | (75,7-83,1)        | 79,3         | (75,6-83,0)  | 1145        |
| AGE                | 10 - 13                              | 88,3           | (85,1-91,5)        | 88,3         | (85,1-91,5)  | 469         |
|                    | 14 - 17                              | 84,2           | (80,8-87,6)        | 84,3         | (80,9-87,6)  | 495         |
|                    | 18 - 34                              | 72,9           | (67,3-78,4)        | 72,9         | (67,5-78,4)  | 486         |
|                    | 35 - 50                              | 77,8           | (72,4-83,2)        | 77,7         | (72,3-83,1)  | 425         |
|                    | 51 - 64                              | 78,2           | (72,9-83,4)        | 78,0         | (72,6-83,3)  | 351         |
| NIVEAU D'EDUCATION | Sans diplôme, primaire ou secondaire | 77,4           | (73,3-81,6)        | 77,0         | (72,8-81,2)  | 960         |
|                    | Supérieur de type court              | 75,7           | (70,3-81,1)        | 75,6         | (70,3-80,8)  | 619         |
|                    | Supérieur de type long               | 80,3           | (75,3-85,4)        | 80,5         | (75,5-85,5)  | 611         |
| REGION***          | Flandre                              | 78,7           | (75,3-82,1)        | 78,3         | (75,0-81,7)  | 1276        |
|                    | Wallonie                             | 77,8           | (73,0-82,6)        | 77,6         | (72,9-82,3)  | 772         |
| <b>TOTAL</b>       |                                      | <b>77,6</b>    | <b>(74,8-80,3)</b> |              |              | <b>2226</b> |

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Prévalence pondérée.

\*\* Prévalence pondérée après standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été incluses dans toutes les autres analyses.

**Tableau 3 | Pourcentage des adolescents (de 10 à 17 ans) qui participent à la préparation des repas, Belgique, 2014**

| FM_3               |                                      | Taux brut* (%) | IC 95% brut        | Taux stand** | IC 95% stand | N          |
|--------------------|--------------------------------------|----------------|--------------------|--------------|--------------|------------|
| SEXE               | Hommes                               | 42,4           | (37,5-47,3)        | 42,5         | (37,6-47,4)  | 470        |
|                    | Femmes                               | 57,9           | (53,1-62,7)        | 58,0         | (53,2-62,8)  | 494        |
| AGE                | 10 - 13                              | 53,3           | (48,2-58,3)        | 53,3         | (48,3-58,2)  | 469        |
|                    | 14 - 17                              | 46,9           | (42,0-51,8)        | 47,0         | (42,1-51,8)  | 495        |
| NIVEAU D'EDUCATION | Sans diplôme, primaire ou secondaire | 49,2           | (43,7-54,7)        | 49,6         | (44,2-55,0)  | 394        |
|                    | Supérieur de type court              | 51,2           | (44,5-57,8)        | 50,7         | (44,3-57,1)  | 266        |
|                    | Supérieur de type long               | 48,9           | (42,4-55,4)        | 49,3         | (43,0-55,7)  | 283        |
| REGION***          | Flandre                              | 46,6           | (42,0-51,2)        | 46,7         | (42,2-51,2)  | 547        |
|                    | Wallonie                             | 53,3           | (47,3-59,4)        | 53,4         | (47,4-59,4)  | 337        |
| <b>TOTAL</b>       |                                      | <b>50,0</b>    | <b>(46,5-53,5)</b> |              |              | <b>964</b> |

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Prévalence pondérée.

\*\* Prévalence pondérée après standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été incluses dans toutes les autres analyses.

## 6. BIBLIOGRAPHIE

- (1) Fulkerson JA, Larson N, Horning M, Neumark-Sztainer D. A review of associations between family or shared meal frequency and dietary and weight status outcomes across the lifespan. *J Nutr Educ Behav* 2014 Jan;46(1):2-19.
- (2) Hammons AJ, Fiese BH. Is frequency of shared family meals related to the nutritional health of children and adolescents? *Pediatrics* 2011 Jun;127(6):e1565-e1574.
- (3) Woodruff SJ, Hanning RM. A review of family meal influence on adolescents' dietary intake. *Can J Diet Pract Res* 2008;69(1):14-22.
- (4) Van der Horst K, Ferrage A, Rytz A. Involving children in meal preparation. Effects on food intake. *Appetite* 2014 Apr 4;79C:18-24.
- (5) Chu YL, Storey KE, Veugelers PJ. Involvement in Meal Preparation at Home Is Associated With Better Diet Quality Among Canadian Children. *J Nutr Educ Behav* 2013 Nov 13;(13):10.
- (6) Burgess-Champoux TL, Larson N, Neumark-Sztainer D, Hannan PJ, Story M. Are family meal patterns associated with overall diet quality during the transition from early to middle adolescence? *J Nutr Educ Behav* 2009 Mar;41(2):79-86.
- (7) Larson NI, Story M, Eisenberg ME, Neumark-Sztainer D. Food preparation and purchasing roles among adolescents: associations with sociodemographic characteristics and diet quality. *J Am Diet Assoc* 2006 Feb;106(2):211-8.
- (8) Dwyer L, Oh A, Patrick H, Hennessy E. Promoting family meals: a review of existing interventions and opportunities for future research. *Adolesc Health Med Ther* 2015 Jun 22;6:115-31.