

Utilise cette feuille pour explorer comment les repas ont changé depuis deux ou trois générations. Utilise un autre feuille de papier pour répondre aux questions 2 à 9 de chaque section.

Tes grands-parents (ou un voisin ou un ami de la famille de la même génération)

1. Demande à un de tes grands-parents (ou à une personne de cette génération) de faire une liste des repas principaux typiques qu'il mangeait quand il était enfant. Coche la colonne correspondante pour indiquer si la nourriture était faite à la maison, achetée déjà préparée ou commandée à un restaurant.

Repas principaux typiques	Fait à la maison	Acheté déjà préparé	Commandé à un restaurant

2. Combien de repas achetés déjà préparés y a-t-il dans la liste?
3. Combien de fois tes grands-parents mangeaient-ils leur repas ensemble en famille?
_____ fois par semaine
4. Où mangeaient-ils?
5. Est-ce qu'ils faisaient d'autres activités pendant qu'ils mangeaient? Si oui, quelles étaient ces activités?
6. À quel moment de la journée mangeaient-ils leur repas principal quand ils étaient enfants?
7. Environ combien de temps prenaient-ils pour manger leur repas principal?
8. Qui préparait le repas et combien de temps cela prenait-il?
9. Quels étaient les défis de manger tous ensemble en famille?

Tes parents

1. Demande à un de tes parents (ou à une personne de cette génération) de faire une liste des repas principaux typiques qu'il mangeait quand il était enfant. Coche la colonne correspondante pour indiquer si la nourriture était faite à la maison, achetée déjà préparée ou commandée à un restaurant.

Repas principaux typiques	Fait à la maison	Acheté déjà préparé	Commandé à un restaurant

2. Combien de repas achetés déjà préparés y a-t-il dans la liste?
3. Combien de fois tes grands-parents mangeaient-ils leur repas ensemble en famille?
_____ fois par semaine
4. Où mangeaient-ils?
5. Est-ce qu'ils faisaient d'autres activités pendant qu'ils mangeaient? Si oui, quelles étaient ces activités?
6. À quel moment de la journée mangeaient-ils leur repas principal quand ils étaient enfants?
7. Environ combien de temps prenaient-ils pour manger leur repas principal?
8. Qui préparait le repas et combien de temps cela prenait-il?
9. Quels étaient les défis de manger tous ensemble en famille?

Ta famille

- Maintenant, fais la liste des repas principaux typiques de ta famille pendant une semaine. Coche la colonne correspondante pour indiquer si la nourriture était faite à la maison, achetée déjà préparée ou commandée à un restaurant.

Repas principaux typiques	Fait à la maison	Acheté déjà préparé	Commandé à un restaurant

- Combien de repas achetés déjà préparés y a-t-il dans la liste?
- Combien de fois tes grands-parents mangeaient-ils leur repas ensemble en famille?
_____ fois par semaine
- Où mangeaient-ils?
- Est-ce que toi ou ta famille faites d'autres activités pendant que vous mangez? Si oui, qu'est-ce que vous faites?
- À quel moment de la journée tes parents mangeaient-ils leur repas principal quand ils étaient enfants?
- Environ combien de temps prenaient-ils pour manger leur repas principal?
- Qui préparait le repas et combien de temps cela prenait-il?
- Quels étaient les défis de manger tous ensemble en famille?

