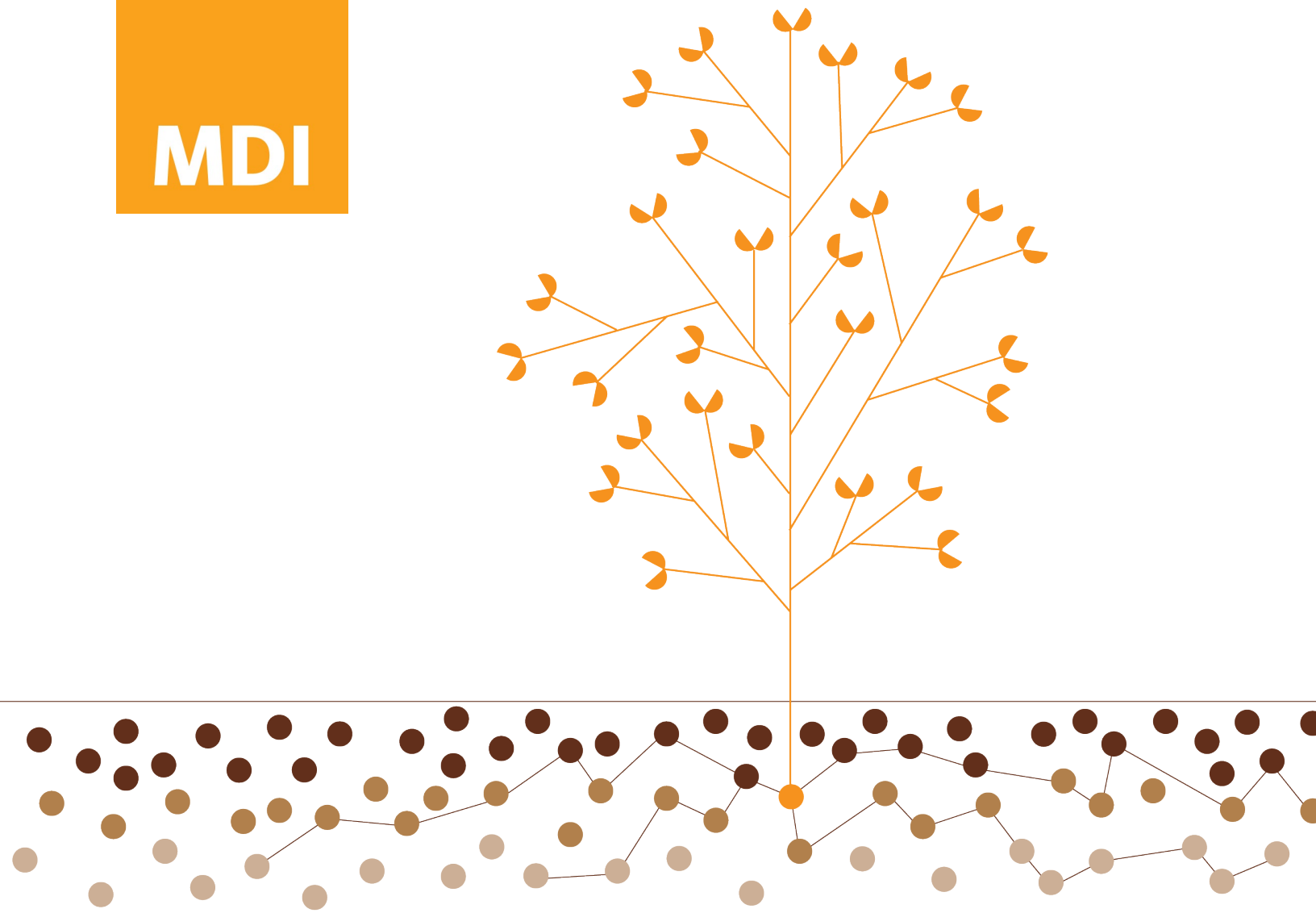
MDI



COMPRENDRE NOS VIES

INSTRUMENT DE MESURE DU DÉVELOPPEMENT DES ANNÉES INTERMÉDIAIRES

2026–2027 **SONDAGE DES ÉLÈVES DE 7ÈME ANNÉE**

SONDAGE ÉDUCATIF DE LA COLOMBIE-BRITANNIQUE

Vous pouvez pré visionner le sondage à www.mdi.ubc.ca

HUMAN EARLY LEARNING PARTNERSHIP

a place of mind UBC

MDi

Ceci est une traduction de la version originale anglaise de Middle Years Development Instrument et est protégée par les droits d'auteur. Copyright © UBC, Vancouver, Canada. Il est interdit d'utiliser ou de reproduire ce questionnaire sans entente écrite avec l'UBC. Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec MDI@help.ubc.ca.

RAPPELS IMPORTANT!

1. Avant de commencer le sondage, veuillez lire le consentement des élèves à la page suivante à voix haute ! Les élèves doivent avoir l'opportunité de se désister et de ne pas compléter le sondage. Les élèves peuvent se retirer en tout temps en cliquant l'onglet 

sur chaque page.

2. Chaque élève a son propre identifiant et mot de passe lui étant assigné. Les élèves ont besoin de savoir que leurs réponses sont confidentielles, de manière à ce qu'ils se sentent plus confortable à répondre aux questions honnêtement. Il est essentiel qu'ils sachent que ce n'est pas un test et qu'il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses.

3. La section "Dites-nous à propos de vous" au début du sondage peut être difficile à répondre pour certains élèves. Veuillez lire cette section à voix haute afin de vous assurer que tout le monde comprend. Vous connaissez vos élèves mieux que quiconque et si vous hésitez à propos de leur niveau de lecture, nous vous suggérons de lire toutes les questions du sondage à voix haute à vos élèves.

4. Le MDI prend environ 45 à 60 minutes à compléter. La section activité est un endroit naturel pour arrêter.

Merci!

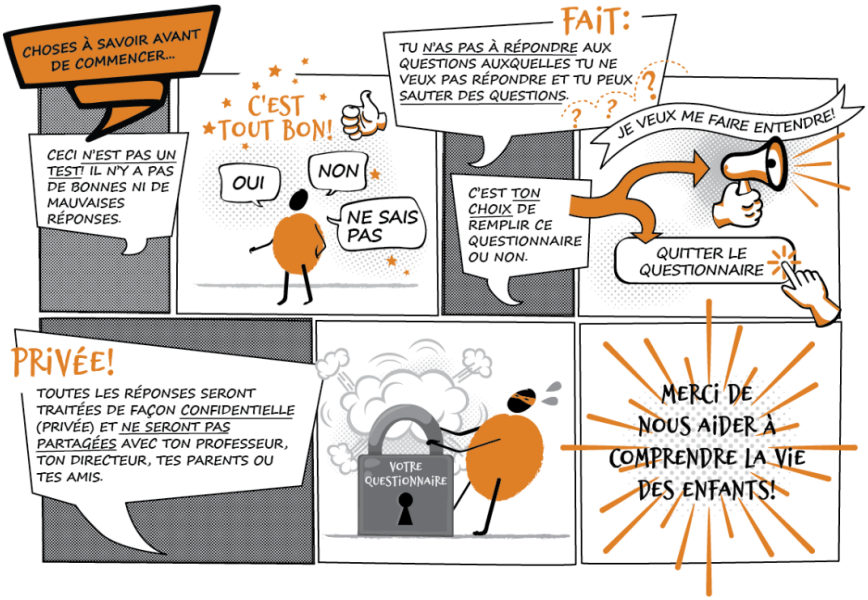
Veuillez lire le texte ici-bas à voix haute à vos élèves avant de commencer le sondage!

SCRIPTE DE CONSENTEMENT DES ÉLÈVES

MDi | SONDAGE DES ÉLÈVES Abandonner le sondage Fermer la session

Comprendre nos vies : Instrument de mesure du développement durant les années intermédiaires

Nous aimerions en savoir plus sur la vie des jeunes fréquentant l'école au Canada, et la meilleure façon de le faire est de te poser des questions sur ta vie à l'école et hors de l'école. Nous avions ton âge il y a bien longtemps. Tu seras donc notre « professeur » afin que nous puissions en savoir plus sur la vie des jeunes d'aujourd'hui. Afin de connaître les jeunes de ton âge, nous aimerions te poser quelques questions sur ce que tu penses et ce que tu ressens des choses qui se passent dans ta vie et sur ce que tu aimes faire.



Voici certaines choses à savoir avant de commencer:

1. Ceci **n'est pas un test**! Il n'y a **pas de bonnes ni de mauvaises réponses**. Chaque personne a des opinions et des émotions différentes sur des sujets différents. Nous voulons savoir ce que tu penses et ce que tu ressens. Tes réponses sont très importantes et nous aideront à améliorer les programmes et les activités pour les jeunes de ton âge.

2. C'est **ton choix** de remplir ce questionnaire ou non. Tu peux choisir de ne pas remplir ce questionnaire à n'importe quel moment avant, pendant ou après avoir rempli le questionnaire et tu ne n'auras aucune conséquence négative ou ne perdras aucun point. Tu n'as pas à répondre aux questions auxquelles tu ne veux pas répondre et tu peux sauter des questions. Tu peux quitter le questionnaire à n'importe quel moment en appuyant le bouton "abandonner le sondage" sur chaque page.

3. Il est important que tu saches que TOUTES LES RÉPONSES seront traitées de façon confidentielle (privée) et ne seront **pas** partagées avec ton professeur, ton directeur, tes parents ou tes amis.

Essaie de répondre à chaque question du mieux que tu peux.

Merci pour ton aide!

HUMAN EARLY LEARNING PARTNERSHIP

Débuter sondage ›

Indiquer aux élèves de cliquer sur l'onglet « débuter le sondage » afin de commencer.



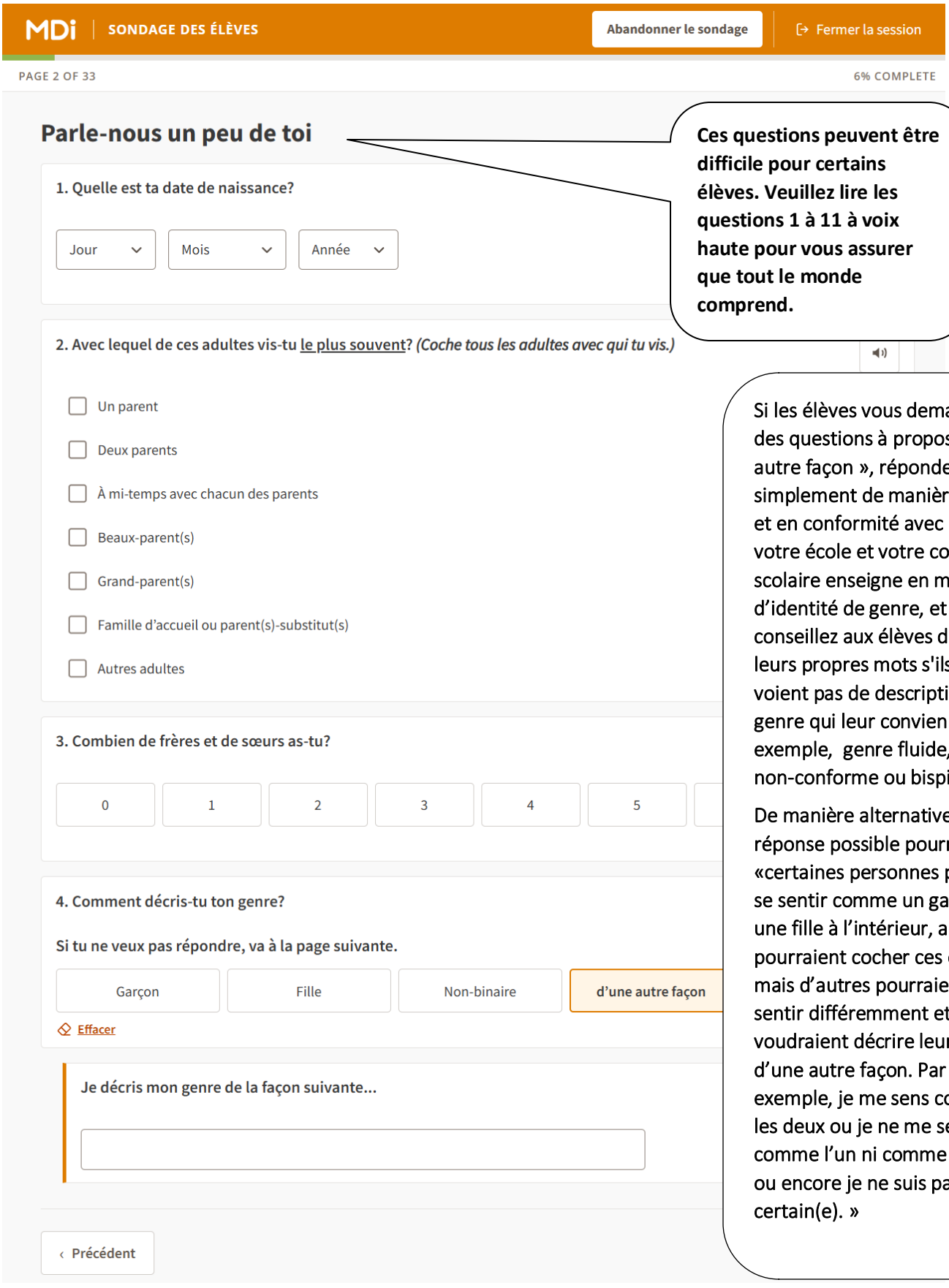
Les élèves peuvent cliquer les boites à cocher afin de confirmer qu'ils comprennent le scripte de consentement.

Cliquer sur l'onglet "suivant" sauvegarde les réponses des élèves et vous permet d'avancer à la page suivante.

Veuillez lire la section démographique du sondage éducatif ainsi que les exemples de questions à voix haute à vos élèves. Après avoir complété la première section ils devraient être capable de continuer le sondage seul, bien que quelques-uns d'entre eux auront peut-être encore besoin de votre support. Vous connaissez vos élèves mieux que quiconque et si vous êtes inquiets à propos de leur niveau de lecture, nous vous suggérons de lire toutes les questions du sondage à voix haute à vos élèves.

Si vos élèves ont des écouteurs, ils peuvent cliquer sur cette icône pour entendre les questions lues à voix haute.

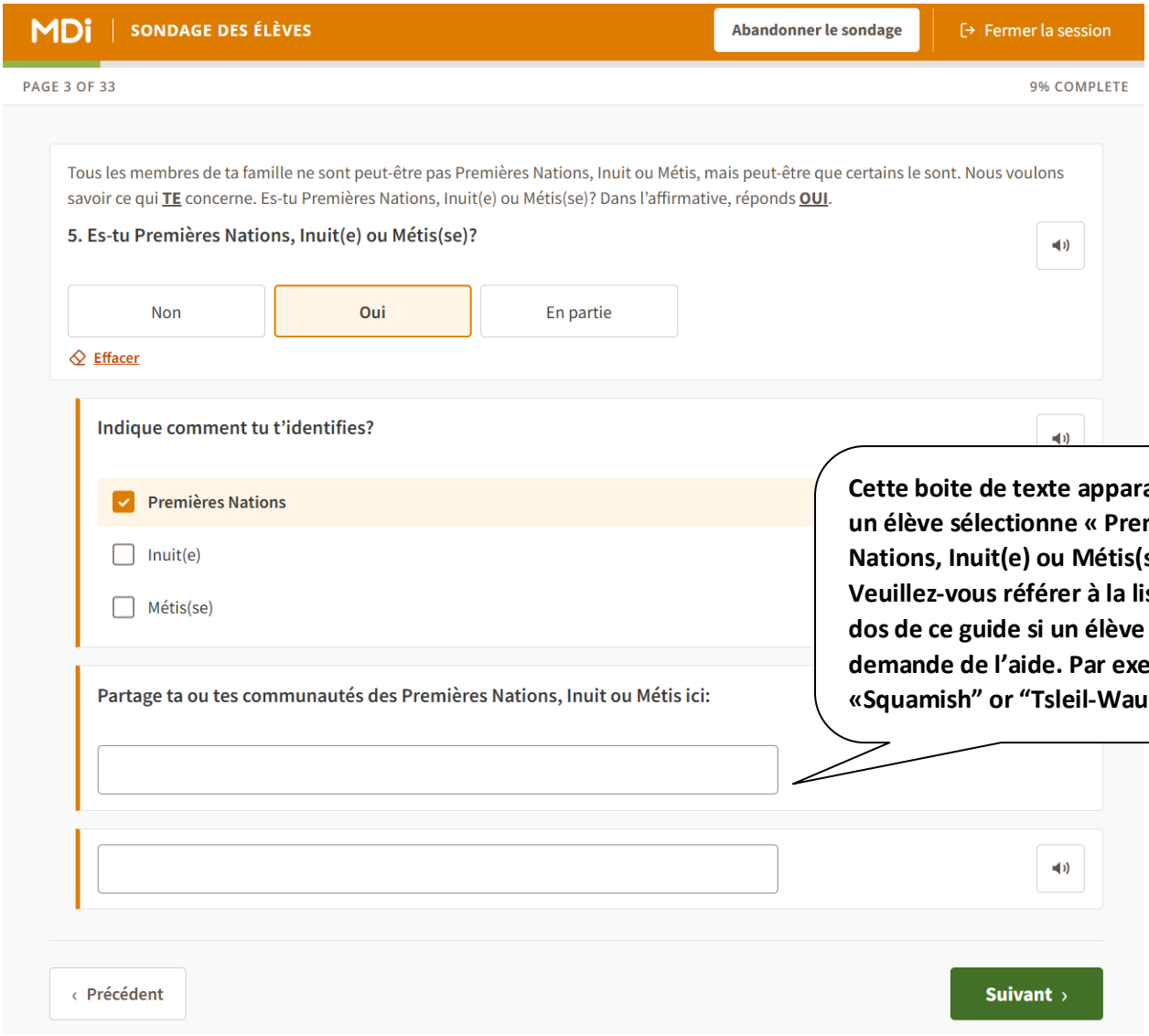




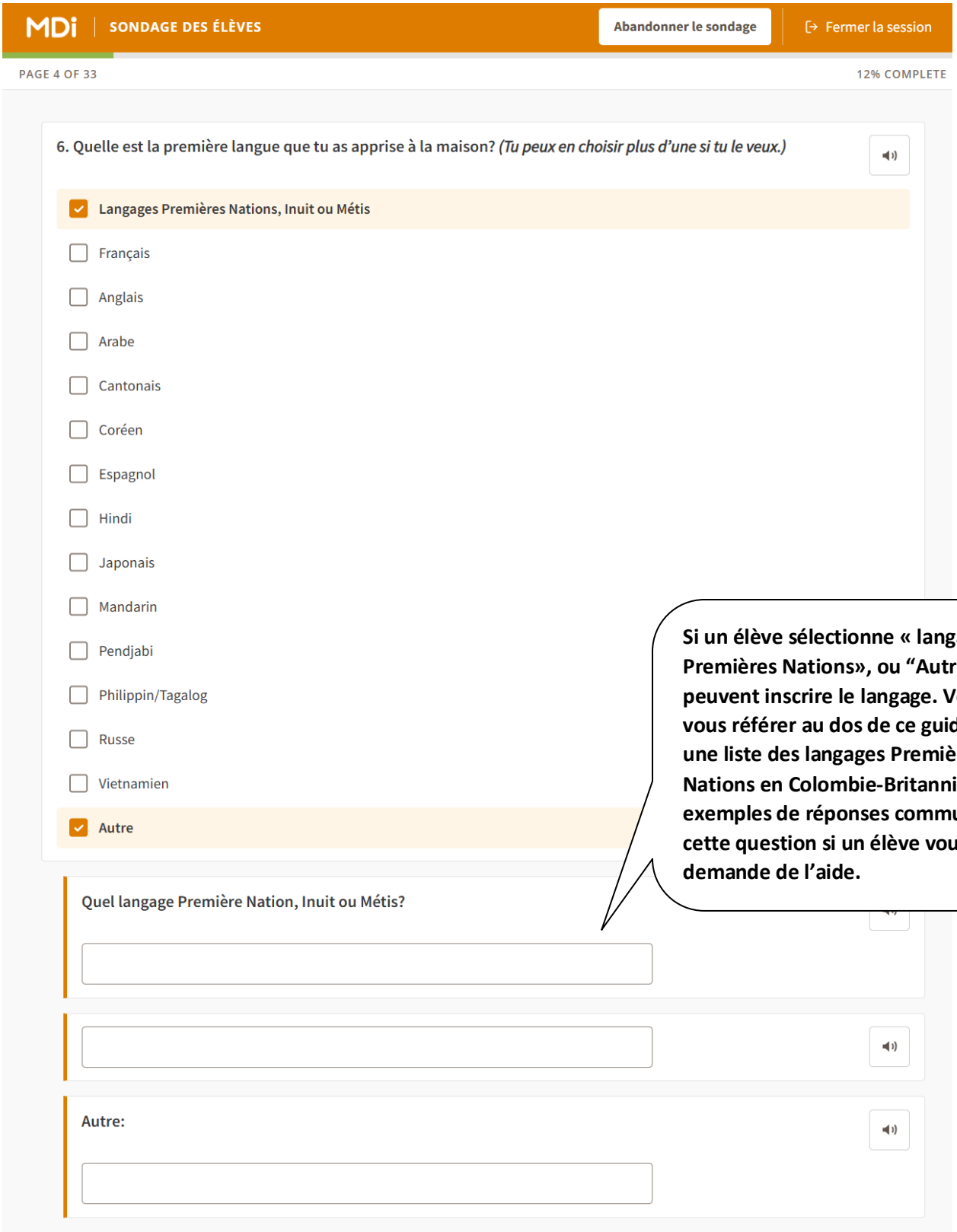
Ces questions peuvent être difficile pour certains élèves. Veuillez lire les questions 1 à 11 à voix haute pour vous assurer que tout le monde comprend.

Si les élèves vous demandent des questions à propos « d'une autre façon », répondez simplement de manière directe et en conformité avec ce que votre école et votre conseil scolaire enseigne en matière d'identité de genre, et conseillez aux élèves d'utiliser leurs propres mots s'ils ne voient pas de description de genre qui leur convienne. Par exemple, genre fluide, genre non-conforme ou bispirituel.

De manière alternative, une réponse possible pourrait être «certaines personnes peuvent se sentir comme un garçon ou une fille à l'intérieur, alors ils pourraient cocher ces cases; mais d'autres pourraient se sentir différemment et voudraient décrire leur genre d'une autre façon. Par exemple, je me sens comme les deux ou je ne me sens ni comme l'un ni comme l'autre ou encore je ne suis pas certain(e). »



Cette boite de texte apparaitra si un élève sélectionne « Premières Nations, Inuit(e) ou Métis(se) ». Veuillez-vous référer à la liste au dos de ce guide si un élève vous demande de l'aide. Par exemple, «Squamish" or "Tsleil-Waututh».



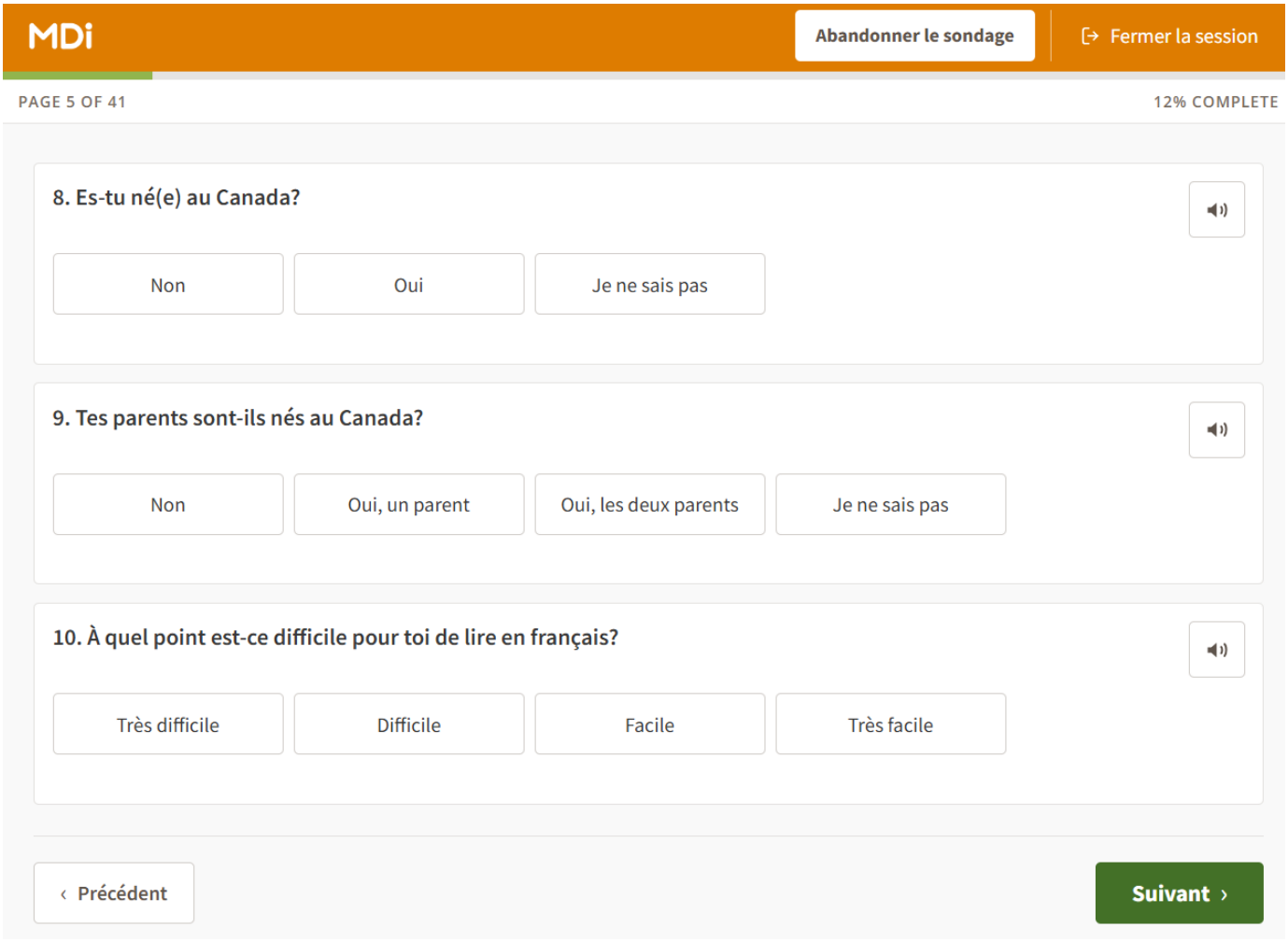
Si un élève sélectionne « langages Premières Nations», ou "Autre", ils peuvent inscrire le langage. Veuillez-vous référer au dos de ce guide pour une liste des langages Premières Nations en Colombie-Britannique exemples de réponses communes à cette question si un élève vous demande de l'aide.

7. Quelle(s) langue(s) parles-tu à la maison? *(Tu peux en choisir plus d'une si tu le veux.)*

- [x] **Langages Premières Nations, Inuit ou Métis**
- [ ] Français
- [ ] Anglais
- [ ] Arabe
- [ ] Cantonais
- [ ] Coréen
- [ ] Espagnol
- [ ] Hindi
- [ ] Japonais
- [ ] Mandarin
- [ ] Pendjabi
- [ ] Philippin/Tagalog
- [ ] Russe
- [ ] Vietnamien
- [x] **Autre**

Quel langage Première Nation, Inuit ou Métis?

Autre:


MDi
Abandonner le sondage
Fermer la session
PAGE 5 OF 41
12% COMPLETE
8. Es-tu né(e) au Canada?
Non
Oui
Je ne sais pas
9. Tes parents sont-ils nés au Canada?
Non
Oui, un parent
Oui, les deux parents
Je ne sais pas
10. À quel point est-ce difficile pour toi de lire en français?
Très difficile
Difficile
Facile
Très facile
‹ Précédent
Suivant ›

La question suivante porte sur ton origine ethnique ou raciale.

Pourquoi posons-nous cette question?

Nous savons que les personnes de races différentes n'ont pas une génétique très différente. Toutefois notre race et notre origine ethnique ont toujours des conséquences importantes, y compris les expériences que nous avons avec différentes personnes et organisations.

Le Canada abrite des personnes de nombreux groupes et origines raciaux ou ethniques différents. Chaque personne est née en appartenant à un ou à plusieurs groupes raciaux ou ethniques.

11. Comment décrirais-tu ta propre origine raciale ou ethnique? ***(Tu peux choisir plusieurs origines si cela s'applique à toi.)***

- [ ] Autochtone (Premières Nations, inuite ou métisse)
- [ ] Noir (par exemple, africaine, antillaise, haïtienne, kenyane, nigériane)
- [ ] Asiatique de l'Est (par exemple, chinoise, japonaise, coréenne, taïwanaise, mongole)
- [ ] Latino/Latina/Latinx (par exemple, hispanique, latino-américaine, chilienne, colombienne, mexicaine)
- [ ] Moyen-Orient (par exemple, égyptienne, iranienne, israélienne, libanaise, turque)
- [ ] Sud-asiatique (par exemple, indienne, pakistanaise, népalaise, sri lankaise)
- [ ] Sud-est asiatique (par exemple, cambodgienne, philippine, indonésienne, thaïe, vietnamienne)
- [ ] Blanc(européenne)
- [x] **Autre**

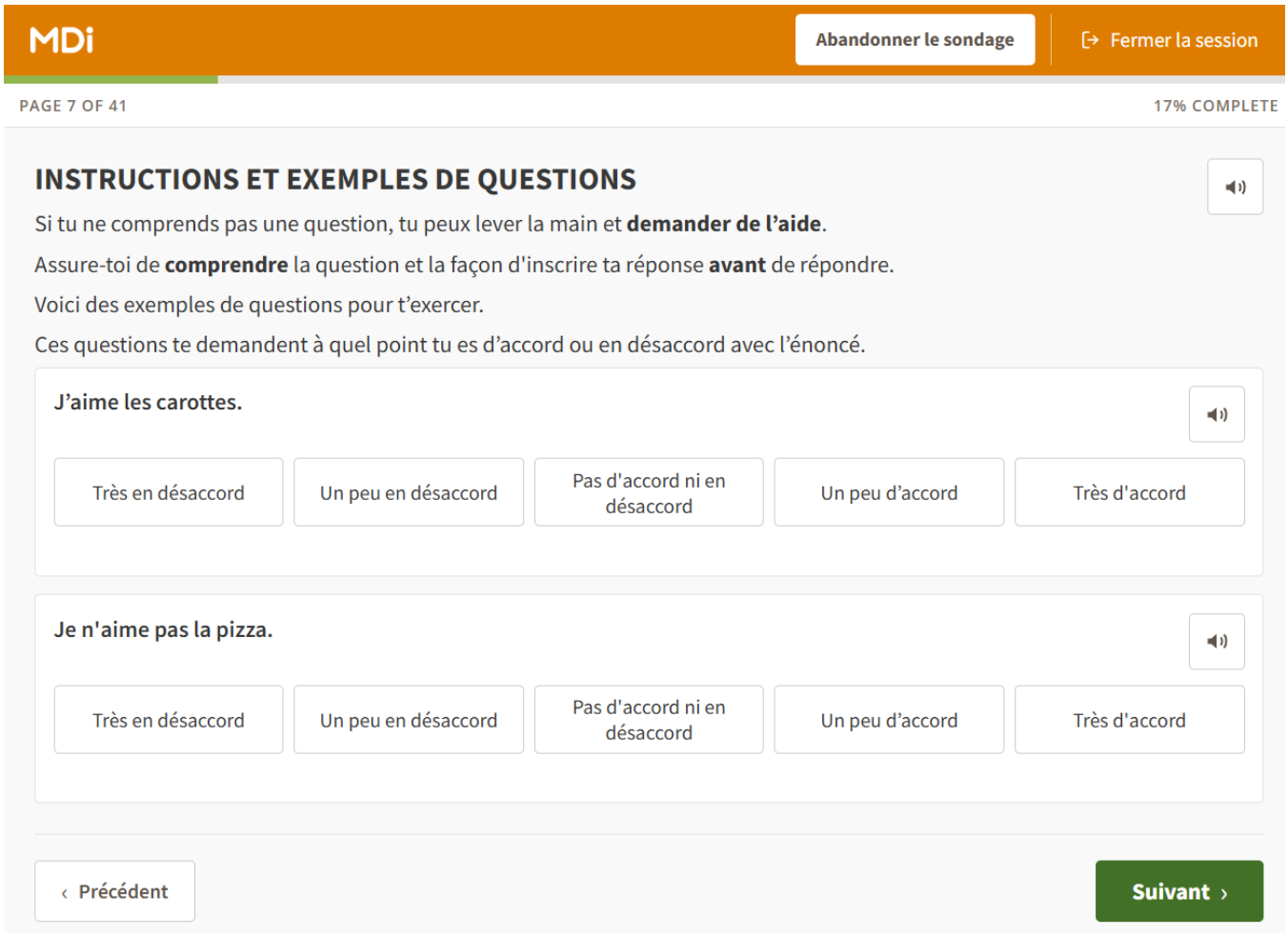
Autre:

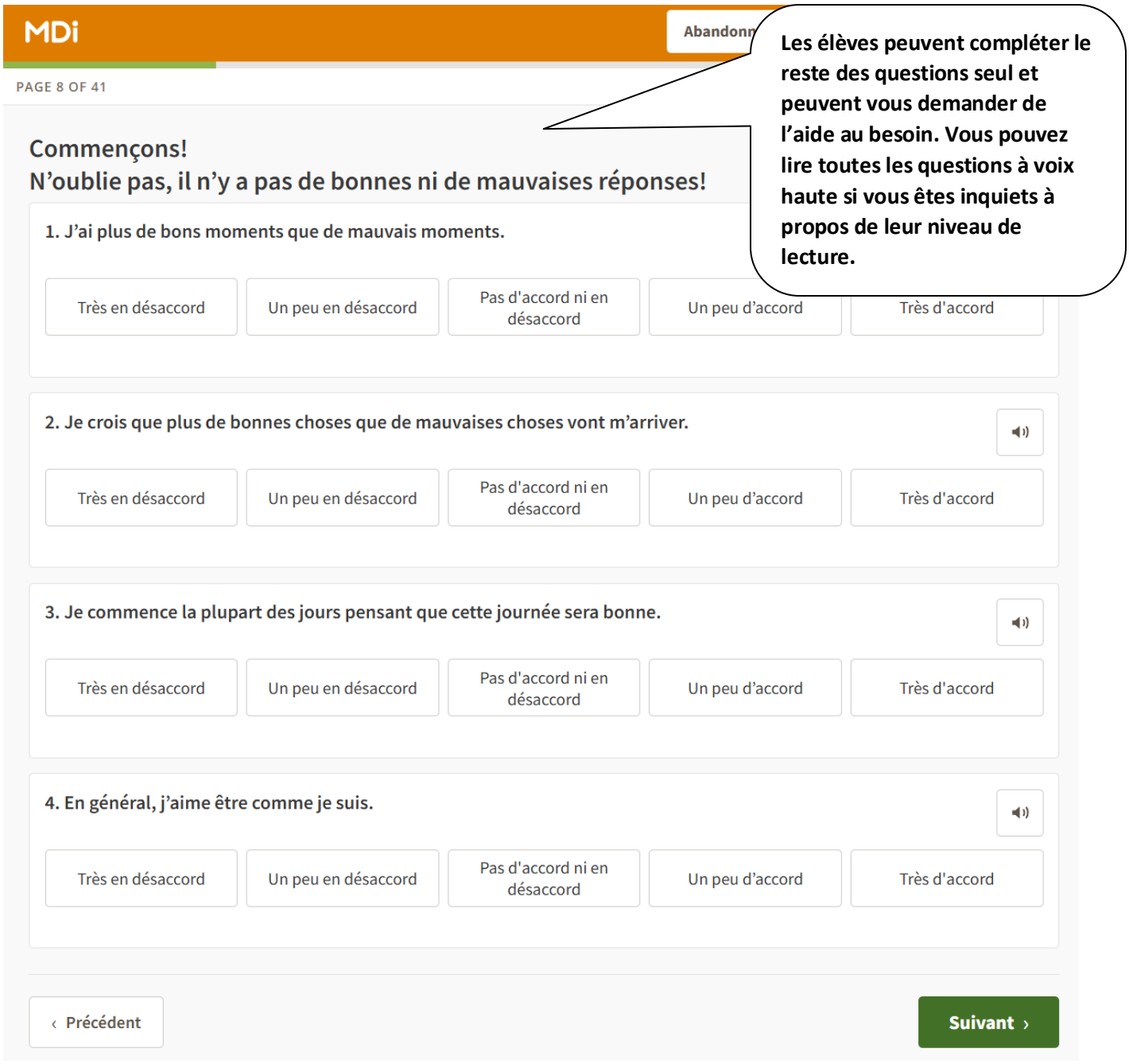
‹ Précédent

Suivant ›

Veuillez lire LES INSTRUCTIONS ET LES EXEMPLES DE QUESTIONS à voix haute pour vous assurer que tout le monde comprend.

Les exemples de questions permettent aux élèves de s'exercer avec des questions positives et négatives.





Les élèves peuvent compléter le reste des questions seul et peuvent vous demander de l'aide au besoin. Vous pouvez lire toutes les questions à voix haute si vous êtes inquiets à propos de leur niveau de lecture.

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 9 OF 41 — 22% COMPLETE

5. Dans l'ensemble, j'ai beaucoup de raisons d'être fier(ère).

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

6. Il y a beaucoup de choses à propos de moi qui sont bonnes.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

7. Je me sens souvent malheureux(se).

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

8. Je suis contrarié par certaines choses.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

MDi | Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 10 OF 41 — 24% COMPLETE

9. Je sens que je fais souvent mal les choses.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

10. Je m'inquiète de ce que les autres enfants peuvent dire à mon sujet.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

11. Je m'inquiète beaucoup du fait que d'autres personnes pourraient ne pas m'aimer.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

12. Je m'inquiète d'être taquiné(e).

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent | Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 11 OF 41 — 27% COMPLETE

13. Au cours des deux dernières semaines, à quelle fréquence as-tu été dérangé(e) par les problèmes suivants?

a) Sentiment de nervosité, d'anxiété ou de tension.

Pas du tout	**Plusieurs jours**	Plus de la moitié des jours	Presque tous les jours

Effacer

b) Incapable d'arrêter de t'inquiéter ou de contrôler tes inquiétudes.

Pas du tout	**Plusieurs jours**	Plus de la moitié des jours	Presque tous les jours

Effacer

Dans quelle mesure ces problèmes ont-ils rendu difficiles ton travail, tes tâches à la maison ou ta capacité à bien tu entendre avec les autres?

Pas du tout difficile	Un peu difficile	Très difficile	Extrêmement difficile

‹ Précédent | **Suivant ›**

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 12 OF 41

29% COMPLETE

14. En général, ma vie est comme je veux qu'elle soit.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

15. Les choses dans ma vie sont excellentes.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

16. Je suis heureux(se) de ma vie.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

17. Jusqu'à présent, j'ai eu les choses importantes que je veux dans la vie.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

18. Si je pouvais revivre ma vie, je voudrais que ce soit de la même façon.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 13 OF 41 — 32% COMPLETE

19. Y a-t-il des adultes qui sont IMPORTANTS POUR TOI à ton école?

Non | Oui

Si tu as répondu « Oui » à la question ci-dessus, nous aimerions que tu inscrives l'initiale (la première lettre du prénom OU du nom de famille de la personne) pour tous les adultes qui sont **importants pour toi** à ton **école**. Par exemple, si le nom de ton enseignant est monsieur Reed, tu peux simplement écrire un « R » dans l'espace, ou si le nom de ton surveillante est Jane, tu peux simplement écrire la lettre « J ». Tu n'as pas à remplir les six espaces.

Personne 1

Personne 2

Personne 3

Personne 4

Personne 5

Personne 6

‹ Précédent | Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 14 OF 41 — 34% COMPLETE

À quel point chacun des énoncés suivants est-il vrai pour toi?

À mon école, il y a un enseignant ou un autre adulte...

20. ... qui se soucie vraiment de moi.

Pas vrai du tout | Un peu vrai | Presque vrai | Tout à fait vrai

21. ... qui croit que je vais réussir.

Pas vrai du tout | Un peu vrai | Presque vrai | Tout à fait vrai

22. ... qui m'écoute quand j'ai quelque chose à dire.

Pas vrai du tout | Un peu vrai | Presque vrai | Tout à fait vrai

‹ Précédent | Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 15 OF 41

37% COMPLETE

Les trois prochaines questions portent sur tes parents (ou tuteurs) ou d'autres adultes qui vivent dans ta maison. Les parents peuvent être les parents biologiques, adoptifs, les beaux-parents, des parents de même sexe ou les parents de famille d'accueil.

Dans ma maison, il y a un parent ou un autre adulte...

23. ... qui croit que je vais réussir.

Pas vrai du tout	Un peu vrai	Presque vrai	Tout à fait vrai

24. ... qui m'écoute quand j'ai quelque chose à dire.

Pas vrai du tout	Un peu vrai	Presque vrai	Tout à fait vrai

25. ... à qui je peux parler de mes problèmes.

Pas vrai du tout	Un peu vrai	Presque vrai	Tout à fait vrai

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 16 OF 41 — 39% COMPLETE

Dans mon voisinage/ma communauté (pas l'école ni la famille), il y a un adulte...

26. ... qui se soucie vraiment de moi.

Pas vrai du tout	Un peu vrai	Presque vrai	Tout à fait vrai

27. ... qui croit que je vais réussir.

Pas vrai du tout	Un peu vrai	Presque vrai	Tout à fait vrai

28. ... qui m'écoute quand j'ai quelque chose à dire.

Pas vrai du tout	Un peu vrai	Presque vrai	Tout à fait vrai

‹ Précédent

Suivant ›

S'il te plaît, réponds aux questions suivantes portant sur toi et ton ou tes amis et ton école.

29. Je me sens inclus(e) dans un groupe d'amis qui font des choses ensemble.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

30. Je sens qu'en général, je m'intègre bien auprès des autres enfants autour de moi.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

31. Quand je suis avec d'autres enfants de mon âge, je sens que je fais partie du groupe.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

32. J'ai au moins un très bon ami avec qui je peux parler quand quelque chose m'inquiète.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 18 OF 41

44% COMPLETE

33. J'ai un ami à qui je peux tout dire.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

34. Il y a quelqu'un de mon âge qui me comprend vraiment.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

35. Je suis sûr(e) que je peux apprendre les compétences enseignées à l'école cette année.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

36. Si j'ai assez de temps, je suis capable de bien faire tout mon travail d'école.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

37. Même si le travail est difficile à l'école, je peux l'apprendre.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

38. Les enseignants et les élèves se respectent mutuellement à cette école.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

39. Les gens se soucient des autres à cette école.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

40. Les élèves s'entraident à cette école même s'ils/elles ne sont pas des amis(es).

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 20 OF 41 — 49% COMPLETE

41. J'ai un sentiment d'appartenance à cette école.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

42. Je sens que je suis important(e) à cette école.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

43. Au cours de cette année scolaire, à quelle fréquence as-tu été traité(e) injustement par d'autres en raison de ton origine ethnique, raciale ou culturelle?

Pas du tout cette année	Au moins une fois	Presque chaque mois	Presque chaque semaine	Plusieurs fois par semaine

‹ Précédent

Suivant ›

Définition importante: **Intimidateur** - Il existe beaucoup de façons d'intimider quelqu'un, mais un intimidateur possède un avantage quelconque (plus fort, plus populaire ou autre); il veut blesser l'autre personne (ce n'est pas un hasard) et le fait à plusieurs reprises (encore et encore) et injustement. Parfois, un groupe d'élèves peut intimider un autre élève.

Les quatre questions suivantes peuvent te rendre mal à l'aise, mais il est important pour nous de connaître tes pensées. S'il te plaît, réponds à ces questions honnêtement.

Cette année scolaire, combien de fois as-tu été victime d'intimidation par d'autres élèves de la manière suivante?

44. Intimidation physique (par exemple, quelqu'un t'a frappé, poussé, donné des coups de pied, craché dessus, tabassé, ou a endommagé ou pris tes choses sans permission).

Pas du tout cette année	Au moins une fois	Presque chaque mois	Presque chaque semaine	Plusieurs fois par semaine

45. Intimidation verbale (par exemple, quelqu'un t'a appelé par des noms, taquiné, embarrassé, menacé ou fait faire des choses que tu ne voulais pas faire).

Pas du tout cette année	Au moins une fois	Presque chaque mois	Presque chaque semaine	Plusieurs fois par semaine

46. Intimidation sociale (par exemple, quelqu'un t'a laissé de côté ou exclus, a répandu des commérages ou des rumeurs à ton sujet ou t'a fait avoir l'air ridicule).

Pas du tout cette année	Au moins une fois	Presque chaque mois	Presque chaque semaine	Plusieurs fois par semaine

47. Cyberintimidation (par exemple, quelqu'un t'a exclu(e), menacé(e), embarrassé(e) ou blessé(e) en ligne ou par messages texte).

Pas du tout cette année	Au moins une fois	Presque chaque mois	Presque chaque semaine	Plusieurs fois par semaine

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 22 OF 41 — 54% COMPLETE

Les prochaines questions portent sur ta santé. Parfois, les enfants de ton âge peuvent être mal à l'aise de répondre à ce genre de questions.

N'oublie pas que tu nous aides à en apprendre davantage sur la santé des enfants de ton âge au Canada.

48. En général, comment décrirais-tu ton état de santé?

- Mauvaise
- Passable
- Bonne
- Excellente

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 23 OF 41 — 56% COMPLETE

49. En général, comment dirais-tu que ta santé mentale est…

Mauvaise	Passable	Bonne	Excellente

50. Au cours de la dernière année, as-tu reçu de l'aide professionnelle pour des problèmes de santé mentale ou émotionnels?

Non, parce que je n'avais pas besoin d'aide	Non, je n'ai pas reçu d'aide lorsque j'en avais besoin	**Oui, j'ai reçu de l'aide lorsque j'en avais besoin**

Effacer

Si tu as reçu de l'aide au cours de la dernière année pour des problèmes de santé mentale ou émotionnels, de qui as-tu reçu de l'aide? (Sélectionne toutes les réponses qui s'appliquent.)

- [ ] Un médecin
- [ ] Une infirmière
- [ ] Un psychiatre
- [ ] Quelqu'un dans un hôpital, aux urgences ou dans une clinique de soins d'urgence
- [ ] Un conseiller scolaire
- [ ] Un psychologue ou un conseiller en dehors de l'école
- [ ] Un travailleur social
- [ ] Autre
- [ ] Je ne sais pas

‹ Précédent | Suivant ›

50. Au cours de la dernière année, as-tu reçu de l'aide professionnelle pour des problèmes de santé mentale ou émotionnels?

Non, parce que je n'avais pas besoin d'aide	**Non, je n'ai pas reçu d'aide lorsque j'en avais besoin**	Oui, j'ai reçu de l'aide lorsque j'en avais besoin

Effacer

Si tu n'as pas reçu d'aide lorsque tu en avais besoin, quelles sont les raisons pour lesquelles tu n'as pas reçu d'aide? (Sélectionne toutes les réponses qui s'appliquent.)

- [ ] Je pensais pouvoir m'en sortir tout seul
- [ ] Je ne savais pas où obtenir de l'aide
- [ ] Je n'ai jamais eu le temps de m'y rendre (par exemple, j'étais trop occupé)
- [ ] Il aurait été difficile d'organiser cela
- [ ] J'ai essayé, mais l'attente a été trop longue
- [ ] Je suis sur une liste d'attente
- [ ] Je ne pensais pas qu'une aide professionnelle serait utile
- [ ] Cela allait coûter trop cher
- [ ] Il était difficile de m'y rendre
- [ ] J'avais peur de ce que les autres penseraient de moi
- [ ] Mes parents/tuteurs ne voulaient pas m'y emmener
- [ ] Je ne voulais pas que mes parents/tuteurs le sachent
- [ ] Expérience(s) négative(s) passée(s) lorsque j'ai essayé d'obtenir de l'aide
- [ ] J'ai utilisé un chat de discussion avec l'IA à la place (par exemple, ChatGPT, Gemini ou Claude)
- [ ] J'ai utilisé une application de bien-être ou de santé mentale à la place
- [ ] Autre

‹ Précédent

Suivant ›

51. a) Comment te rends-tu habituellement À L'ÉCOLE?

Voiture	Autobus scolaire	Transport en commun (autobus public, train ou traversier)	Marche	Vélo, planche à roulettes, mobylette ou patins à roulettes	Autre transport

51. b) Comment reviens-tu habituellement À LA MAISON?

Voiture	Autobus scolaire	Transport en commun (autobus public, train ou traversier)	Marche	Vélo, planche à roulettes, mobylette ou patins à roulettes	Autre transport

‹ Précédent Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 25 OF 41 — 61% COMPLETE

52. À quelle fréquence manges-tu un déjeuner/petit déjeuner?

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine	6 fois par semaine	Chaque jour

53. À quelle fréquence tes parents ou les autres membres adultes de la famille mangent-ils leur repas avec toi?

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine	6 fois par semaine	Chaque jour

54. Au cours de la dernière année, est-ce que tu t'es endormi(e) le ventre vide parce qu'il n'y avait pas assez de nourriture à la maison?

Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Très souvent

‹ Précédent | Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 26 OF 41 — 63% COMPLETE

55. Les prochaines questions portent sur LES FRUITS ET LES LÉGUMES que tu as mangés HIER.

a) HIER, combien de portions de fruit (frais, congelés, en conserve, ou séchés) as-tu mangés? Ne compte pas les jus de fruits ni les boissons aux fruits.

Une portion de FRUITS correspond à peu près à la taille de ton poing. Cela peut être, par exemple, 1 pomme ou 1 orange, 1 banane, une demi-tasse de petits fruits, 20 cerises ou raisins, ou encore quelques morceaux de fruits secs.

Aucun	1 portion	2 portions	3 portions	4 portions	5 portions ou plus

b) HIER, combien de portions de légumes (crus, congelés, ou en conserve) as-tu mangés? Ne compte pas les jus de légumes ni les frites.

Une portion de LÉGUMES correspond à peu près à la taille de ton poing. Cela peut être, par exemple, une demi-tasse de brocoli, 1 tasse de laitue ou d'épinards, une demi-tasse de haricots verts, une demi-tasse de patates sucrées, ou une demi-tasse de bok choy.

Aucun	1 portion	2 portions	3 portions	4 portions	5 portions ou plus

‹ Précédent | Suivant ›

56. Les prochaines questions portent sur tes autres habitudes alimentaires. Réponds en pensant à ce que tu manges pendant une SEMAINE NORMALE. Pense à tous les repas comme le petit-déjeuner, le déjeuner, le dîner, le souper et les collations.

a) Pendant une semaine normale, à quelle fréquence manges-tu des aliments sucrés (par exemple: biscuits, gâteaux, crème glacée, chocolat, bonbons, céréales sucrées pour le déjeuner, ou muffins, barres de granola ou barres protéinées achetés en magasin)?

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine	6 fois par semaine	Chaque jour

b) Pendant une semaine normale, à quelle fréquence manges-tu des collations salées (par exemple, des chips, craquelins, pretzels, ou popcorn)?

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine	6 fois par semaine	Chaque jour

c) Pendant une semaine normale, à quelle fréquence bois-tu une boisson sucrée (par exemple: thé glacé, jus de fruits, boisson gazeuses ou soda, chocolat chaud, thé ou café sucré comme le bubble tea ou café glacé mélangé, ou boissons sportives)?

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine	6 fois par semaine	Chaque jour

‹ Précédent

Suivant ›

MDi | Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 28 OF 41 — 68% COMPLETE

57. À quelle fréquence connais-tu une bonne nuit de sommeil?

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine	6 fois par semaine	Chaque jour

58. À quelle heure te réveilles-tu habituellement en semaine?

Avant 6 h	Entre 6 h et 7 h	Entre 7 h et 8 h	Après 8 h

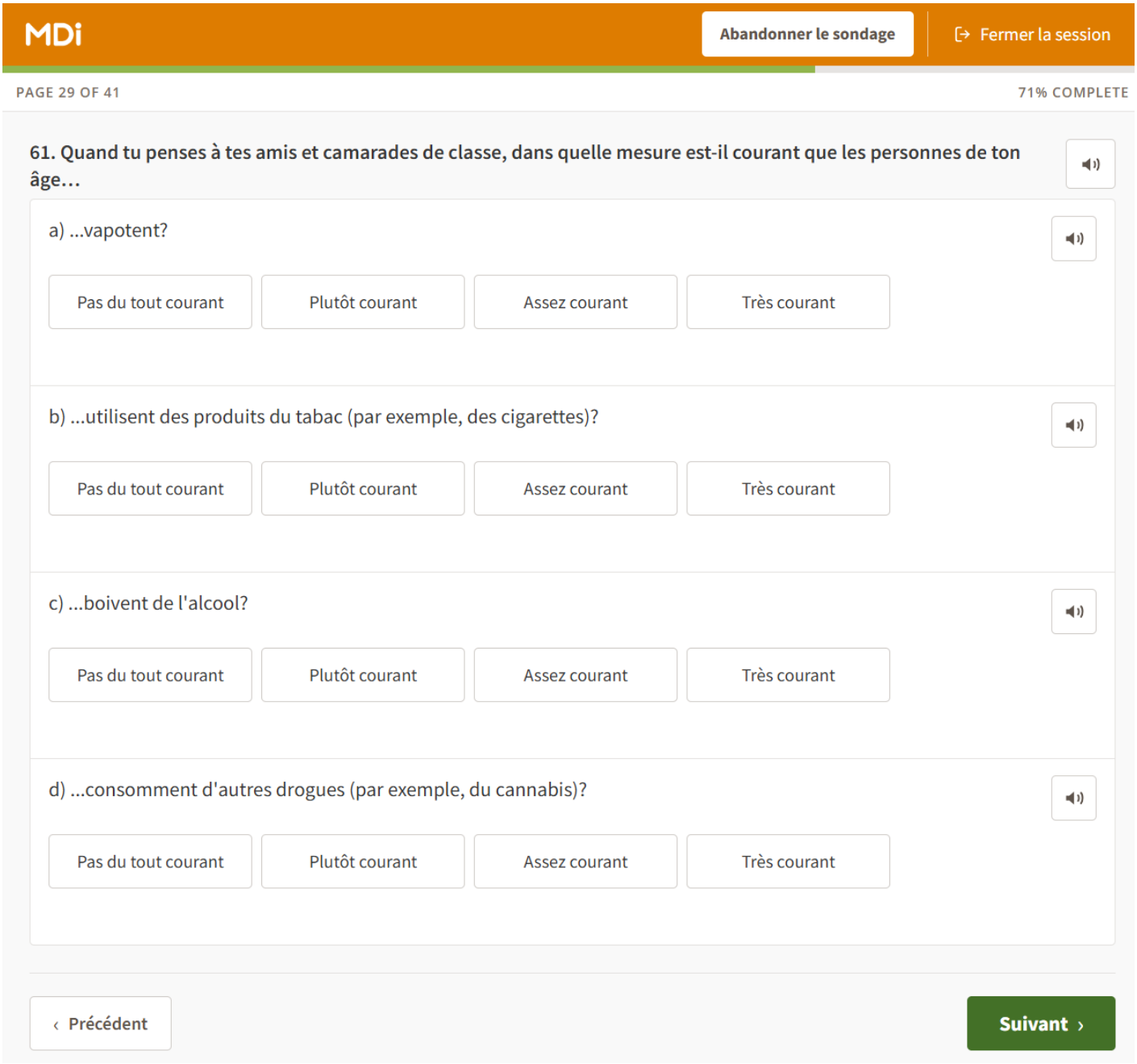
59. À quelle heure te couches-tu habituellement les jours de la semaine?

Avant 21 h	Entre 21 h et 22 h	Entre 22 h et 23 h	Entre 23 h et minuit	Après minuit

60. Je passe du temps sur mon téléphone ou d'autres appareils électroniques avant d'aller me coucher.

Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Très souvent

‹ Précédent | Suivant ›



Ce point dans le sondage est un endroit naturel pour arrêter.

MON TEMPS EN DEHORS DE L'ÉCOLE

62. Combien de jours par semaine vas-tu dans ces endroits <u>après l'école?</u>

a) Je rentre chez moi.

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine (tous les jours d'école)

b) Je reste à l'école pour participer à des activités scolaires (par exemple, sports, tutorat, clubs).

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine (tous les jours d'école)

d) Je vais à la maison d'un ami.

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine (tous les jours d'école)

e) Je vais à la bibliothèque.

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine (tous les jours d'école)

f) Je vais ailleurs, par exemple, à la maison d'un membre de la famille ou autre.

Jamais	Une fois par semaine	2 fois par semaine	3 fois par semaine	4 fois par semaine	5 fois par semaine (tous les jours d'école)

‹ Précédent Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 31 OF 41

76% COMPLETE

63. Y a-t-il des endroits dans ton voisinage/ta communauté où tu te sens à l'aise pour passer du temps avec des amis?

Non | Oui | Je ne sais pas

64. Mon voisinage est un endroit où les voisins s'entraident.

Très en désaccord | Un peu en désaccord | Pas d'accord ni en désaccord | Un peu d'accord | Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

Clarification suggérée : « Ces questions tentent de comprendre ce que vous faites pendant une semaine normale. Si la semaine dernière était différente de la normale (peut-être étais-tu malade ou ne pouvait pas aller à tes activités normales), veuillez répondre aux questions en pensant à votre

MDi | Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 32 OF 41 — 78% COMPLETE

Les questions suivantes portent sur les activités qui sont organisées. Autrement dit, les questions portent sur les activités qui sont planifiées et supervisées par un enseignant, un instructeur, un adulte, un entraîneur ou un bénévole.

65. Pendant une semaine normale, en dehors des heures d'école, combien de jours par semaine passes-tu en train à faire les activités suivantes:

a) Des leçons ou des activités éducatives (par exemple, soutien scolaire, mathématiques, école de langue, ou autre)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

b) Des leçons d'art ou de musique (par exemple, dessin, peinture, instrument de musique, ou autre)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

c) Des organisations de jeunesse (par exemple, Scouts, Guides, 'Boys and Girls Clubs', service de garde, ou autre)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

d) Des sports individuels avec un entraîneur ou un instructeur (par exemple, natation, danse, gymnastique, tennis, patinage, ou autre)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

e) Des sports d'équipe avec un entraîneur ou un instructeur (par exemple, basketball, hockey, soccer, football, ou autre)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

‹ Précédent | Suivant ›

Les prochaines questions portent sur d'autres activités que tu pourrais faire en dehors de l'école.

66. Pendant une semaine normale, en dehors des heures d'école, combien de jours par semaine passes-tu en train à faire les activités suivantes:

a) … sport ou exercice pour le plaisir (par exemple, jouer à l'extérieur, faire du vélo, patiner, faire de la luge, lancer le ballon au panier, natation, yoga, danse, ou autre)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

b) … faire des devoirs?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

c) … lire pour le plaisir?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

d) … passer du temps avec des amis en personne?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

e) … jouer dehors dans un parc, une aire de jeux ou dans le quartier?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

f) … des activités religieuses, spirituelles ou confessionnelles?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

g) … des activités culturelles?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

h) … faire du bénévolat (que ce soit à l'école ou dans la communauté)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

i) … travailler (par exemple, garde d'enfants, tondre la pelouse)?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

‹ Précédent

Suivant ›

L'activité physique est toute activité qui augmente ta fréquence cardiaque et t'essouffle de temps en temps. L'activité physique peut être pratiquée dans les sports, les activités scolaires, les jeux avec des amis ou la marche à l'école. Quelques exemples d'activité physique sont la course, la marche rapide, le patin à roues alignées, le vélo, la danse, la planche à roulettes, la natation, le soccer et le basketball.

Essayons d'additionner tout le temps que tu as consacré à une activité physique chaque jour:

67. Au cours d'une semaine normale, combien de jours es-tu physiquement actif pendant un total d'au moins 60 minutes ou une heure par jour?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

68. Pendant combien de jours, au cours d'une semaine normale, passes-tu au moins 30 minutes dans la nature?

Jamais	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours	Tous les jours

‹ Précédent
Suivant ›

Les questions suivantes demandent combien d'heures par jour tu pratiques une activité, plutôt que combien de jours par semaine.

69. Dans une semaine normale, combien d'heures par jour fais-tu…

a) …s'asseoir et regarder la télévision, des films ou des vidéos, incluant YouTube?

Je ne fais pas cette activité	Moins d'une heure	De 1 à 2 heures	De 2 à 3 heures	De 3 à 4 heures	De 4 à 5 heures	5 heures ou plus

b) … jouer à des jeux vidéo ou sur ordinateur?

Je ne fais pas cette activité	Moins d'une heure	De 1 à 2 heures	De 2 à 3 heures	De 3 à 4 heures	De 4 à 5 heures	5 heures ou plus

c) … passer du temps avec des amis sur le téléphone, la tablette ou l'ordinateur (par exemple, appel vidéo, texto)?

Je ne fais pas cette activité	Moins d'une heure	De 1 à 2 heures	De 2 à 3 heures	De 3 à 4 heures	De 4 à 5 heures	5 heures ou plus

d) … passer du temps sur des sites ou des applications de médias sociaux, tels qu'Instagram, Snapchat, Facebook, TikTok, soit en naviguant ou en publiant?

Je ne fais pas cette activité	Moins d'une heure	De 1 à 2 heures	De 2 à 3 heures	De 3 à 4 heures	De 4 à 5 heures	5 heures ou plus

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 36 OF 41 — 88% COMPLETE

70. À la maison, y a-t-il un appareil électronique que tu utilises souvent (par exemple, un téléphone intelligent, une console de jeu vidéo, un ordinateur ou un iPad)?

Non | **Oui**

Effacer

Si oui, lesquels des appareils suivants utilises-tu? (Sélectionne toutes les réponses qui s'appliquent.)

- [ ] Téléphone cellulaire de base (peut faire des appels et envoyer des textos, mais ne peut pas aller sur Internet)
- [ ] Téléphone intelligent (peut aller sur Internet, utiliser des applications et les médias sociaux, par exemple Instagram, TikTok ou Facebook)
- [ ] Montre intelligente (par exemple, Apple Watch)
- [ ] Tablette ou iPad
- [ ] Ordinateur portable
- [ ] Ordinateur de bureau
- [ ] Appareil de jeu vidéo (par exemple, Xbox ou Nintendo Switch)
- [ ] Autre

‹ Précédent | Suivant ›

MDi | Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 37 OF 41 — 90% COMPLETE

La prochaine question porte sur l'intelligence artificielle, ou IA.

L'IA est un type de programme informatique qui peut apprendre à partir de beaucoup d'informations. Elle peut répondre à des questions, aider à faire des tâches, et créer des choses comme du texte, des images, des vidéos ou de la musique.

Voici quelques exemples d'IA : les agents conversationnels IA (comme ChatGPT, Gemini ou Copilot), les réponses générées par l'IA qui apparaissent quand tu fais une recherche sur Google, les outils IA qui créent des images ou des vidéos (comme Canva), ou les outils IA qui aident avec les devoirs ou l'écriture (comme Grammarly).

71. À quelle fréquence utilises-tu l'IA?

Je ne l'utilise pas	Je l'ai essayée, mais je l'utilise rarement	**Je l'utilise parfois, environ une fois par semaine**	Je l'utilise tous les jours	Je l'utilise plusieurs fois par jour

Effacer

À quoi utilises-tu l'IA)? (Coche toutes les réponses qui s'appliquent.)

- [ ] M'aider avec mes travaux scolaires ou mes devoirs
- [ ] Rechercher des informations ou explorer de nouveaux sujets
- [ ] Poser des questions sur ma santé ou mon corps
- [ ] Parler de mes émotions ou de choses qui me préoccupent
- [ ] Pratiquer comment parler aux autres ou se faire des amis
- [ ] Créer des choses comme des images, des vidéos, des histoires, de la musique ou des applications
- [ ] Juste pour le plaisir ou me divertir
- [ ] Autre

‹ Précédent | Suivant ›

MDi | Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 38 OF 41 — 93% COMPLETE

Ces questions te demandent à quel point tu es d'accord ou en désaccord avec l'énoncé. N'oublie pas, il n'y a pas de bonnes ni de mauvaises réponses.

72. Quand je prends une décision, je pense à ce qui pourrait arriver par la suite.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

73. J'accepte la responsabilité pour mes erreurs.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

74. Je peux dire « non » quand quelqu'un veut que je fasse quelque chose de mauvais ou de dangereux.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

75. Quand je suis triste, je suis généralement capable de faire quelque chose qui me fera sentir mieux.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent | Suivant ›

76. Lorsque je suis interrompu ou distrait, je peux facilement continuer à travailler là où j'ai arrêté.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

77. Je peux me calmer quand je suis excité ou contrarié.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

78. Quand je suis contrarié, je remarque comment je me sens avant d'agir.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

79. Je suis conscient de la façon dont mes humeurs affectent ma manière de traiter les autres.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

MDi

Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 40 OF 41 — 98% COMPLETE

80. Lors d'une situation difficile, je suis capable de ne pas réagir immédiatement.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

81. Je crois que je peux faire une différence dans le monde.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

82. J'essaie de faire de ce monde un endroit meilleur.

Très en désaccord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ni en désaccord	Un peu d'accord	Très d'accord

‹ Précédent

Suivant ›

MDi | Abandonner le sondage | Fermer la session

PAGE 41 OF 41 — 100% COMPLETE

Les prochaines questions portent sur le changement climatique et son impact sur ta vie. Lorsque on parle de « changement climatique », on fait référence aux changements climatiques à long terme et à leurs effets (par exemple, chaleur extrême ou réchauffement climatique, inondations, feux de forêt, tempêtes).

83. Le changement climatique a-t-il un impact négatif sur ta santé mentale?

Non, pas du tout	Oui, légèrement	Oui, un peu	Oui, assez	Oui, beaucoup

84. Je pense que je peux faire des choses pour aider à résoudre le problème du changement climatique.

Pas du tout d'accord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ou en désaccord	Un peu d'accord	Tout à fait d'accord	Je ne pense pas que le changement climatique soit un problème

85. J'ai des personnes dans ma vie (par exemple, des amis, de la famille, des professionnels) qui peuvent me soutenir si je me sens stressé(e) par le changement climatique.

Pas du tout d'accord	Un peu en désaccord	Pas d'accord ou en désaccord	Un peu d'accord	Tout à fait d'accord	Je ne me sens pas stressé(e) par le changement climatique

86. Ma vie quotidienne (par exemple, mes loisirs, mes activités, mes projets pour l'été) a été directement impactée par le changement climatique (par exemple, les conditions météorologiques extrêmes/les feux de forêt, les changements environnementaux).

Non, pas du tout	Oui, légèrement	**Oui, un peu**	Oui, assez	Oui, beaucoup

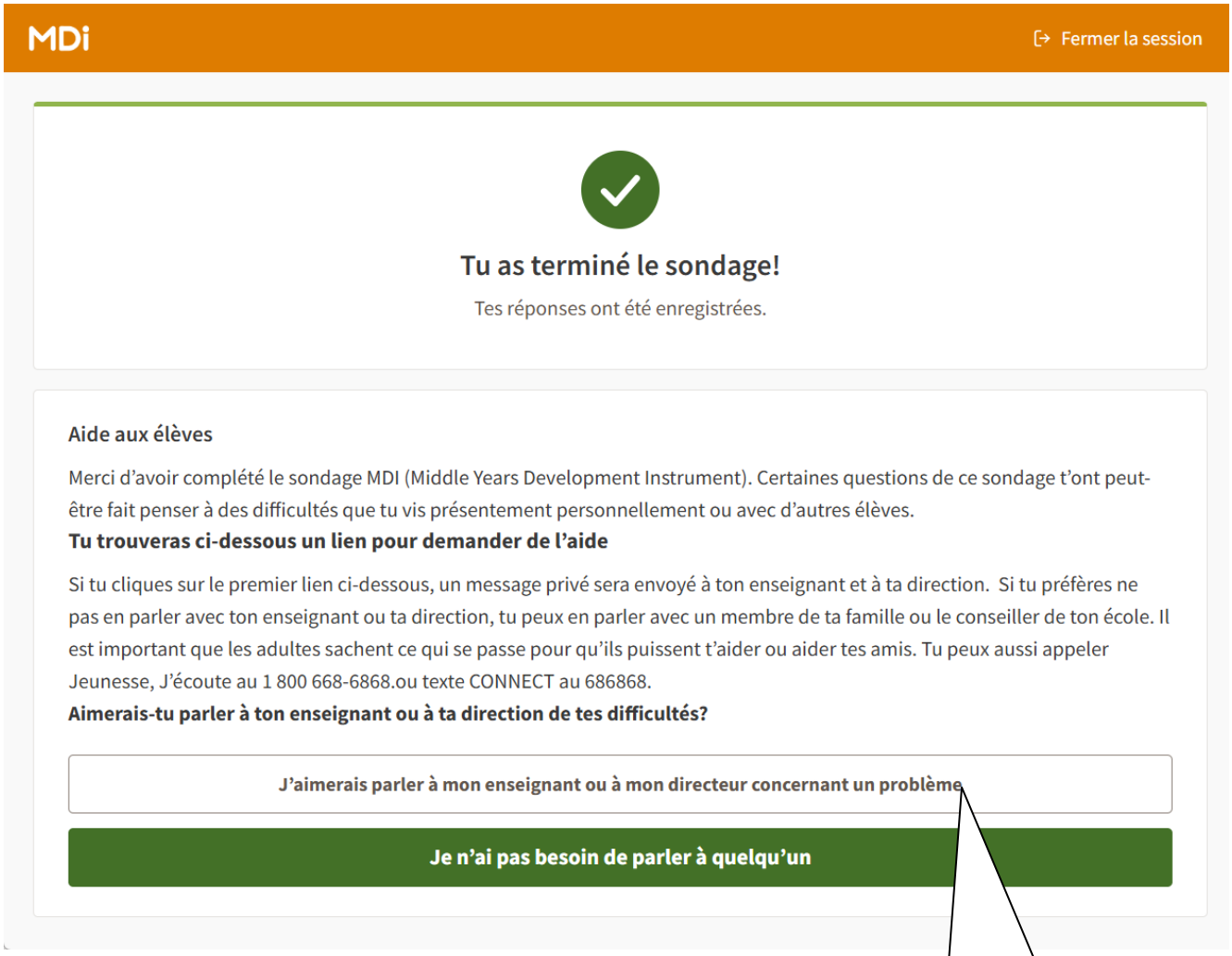
Effacer

Si oui, ma vie a été affectée par (sélectionne tout les réponses qui s'appliquent):

- [ ] La qualité de l'air ou la fumée
- [ ] Les risques posés par les feux de forêt
- [ ] Chaleur extrême
- [ ] Inondations ou les pluies extrêmes
- [ ] La sécheresse (pénurie d'eau)
- [ ] Autre

Les élèves cliquent pour finir le sondage et visionner la page d'aide aux élèves.

‹ Précédent | **Terminer sondage ›**



Une demande d'aide sera envoyée à votre courriel de district, veuillez suivre le protocole de votre école pour aider les élèves.