|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 |
| Verbalise son sentiment de faim. | Oui | Oui | Oui |
| Verbalise son sentiment de satiété. | Oui | Oui | Dit parfois qu’il est « tanné » de manger le repas, mais mange son dessert après. |
| Est conscient des autres repas de la journée. | Oui | Oui | Oui |
| Différencie un repas d’une collation ou d’un dessert. | Oui, reconnait qu’un dessert se mange si nous avons encore faim après le repas principal. Dit aussi qu’il ne faut pas se « forcer à finir ». | Oui. Est consciente de ce qui lui donnera de l’énergie plus longtemps (donne comme exemple : son wrap vs. Sa pomme vs. Les petits jujubes « Welch’s ' ». Elle ajoute que si elle mange sa pomme et qu’elle n’a plus de place, elle aura encore faim bientôt. | Oui, mais mentionne qu’il préfère quand même manger son petit gâteau à la place de son sandwich. |
| Se repèrent dans la journée (matin, midi, après-midi). | Oui | Oui | Oui |
| S’assurent d’avoir des collations pour l’après-midi. | Oui. Montre fièrement ce qu’elle choisit de manger le matin et ce qu’elle garde pour l’après-midi. | Oui | Oui |

Observations AVANT de consulter une nutritionniste – Début novembre 2021 :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 |
| Verbalise son sentiment de faim. | Oui | Oui | Oui |
| Verbalise son sentiment de satiété. | Oui | Oui | Dit parfois qu’il est « tanné » de manger le repas, mais mange son dessert après. |
| Est conscient des autres repas de la journée. | Oui | Oui | Oui |
| Différencie un repas d’une collation ou d’un dessert. | Oui, reconnait qu’un dessert se mange si nous avons encore faim après le repas principal. Dit aussi qu’il ne faut pas se « forcer à finir ». | Oui. Est consciente de ce qui lui donnera de l’énergie plus longtemps (donne comme exemple : son wrap vs. sa pomme vs. Les petits jujubes « Welch’s ' ». Elle ajoute que si elle mange sa pomme et qu’elle n’a plus de place, elle aura encore faim bientôt. | Oui, mais mentionne qu’il préfère quand même manger son petit gâteau à la place de son sandwich. |
| Se repère dans la journée (matin, midi, après-midi). | Oui | Oui | Oui |
| S’assurent d’avoir des collations pour l’après-midi. | Oui. Montre fièrement ce qu’elle choisit de manger le matin et ce qu’elle garde pour l’après-midi. | Oui | Oui |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 4 | 5 | 6 |
| Verbalise son sentiment de faim. | Oui | Ne mentionne pas qu’il a faim et ne se questionne pas à savoir quand est la collation/le diner. | Oui |
| Verbalise son sentiment de satiété. | Oui. Ne se force pas à finir ses repas ou ses collations et mange à sa faim. | Fini toujours toutes ses collations et ses repas, même si cela peut être long. Ne mentionne pas s’il a encore faim et si on lui demande il dit « non ». Ne mentionne pas s’il a encore faim et si on lui demande il dit « non ». | Dit parfois qu’il est « tanné » de manger le repas, mais mange son dessert après. |
| Est conscient des autres repas de la journée. | Oui | Oui, me parle de ce qu’il mange pour déjeuner/diner/souper quand il n’est pas à l’école. | Oui |
| Différencie un repas d’une collation ou d’un dessert. | Oui | Plus ou moins | Oui |
| Se repère dans la journée (matin, midi, après-midi). | Oui | Oui | Oui |
| S’assurent d’avoir des collations pour l’après-midi. | Oui | S’il est distrait lors de la collation, il peut les manger au complet et ne pas s’en garder pour l’après-midi. | Oui |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 7 | 8 | 9 |
| Verbalise son sentiment de faim. | Non, mais si on lui demande oui. | Oui | Non, mais si on lui demande oui. |
| Verbalise son sentiment de satiété. | Oui, mais cela est souvent pour ne pas avoir à manger son repas principal. | Oui | Non. Elle mange tout ce qui se retrouve dans sa boîte à lunch et ne sait pas vraiment quoi répondre quand on lui si elle a encore faim. |
| Est conscient des autres repas de la journée. | Oui, mais ne les situent pas dans l’espace-temps. | Oui | Plus ou moins. |
| Différencie un repas d’une collation ou d’un dessert. | Oui | Oui | Plus ou moins |
| Se repère dans la journée (matin, midi, après-midi). | Plus ou moins | Oui | Oui |
| S’assurent d’avoir des collations pour l’après-midi. | Plus ou moins | Oui | Non |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 10 | 11 |
| Verbalise son sentiment de faim. | Oui | Oui |
| Verbalise son sentiment de satiété. | Non, si on lui demande il nous dira qu’il a encore faim. Cela lui arrive de nous dire qu’il a « mal au ventre » après les repas. | Oui, mais parfois pour aller jouer plus rapidement. |
| Est conscient des autres repas de la journée. | Oui | Oui |
| Différencie un repas d’une collation ou d’un dessert. | Oui | Oui |
| Se repère dans la journée (matin, midi, après-midi). | Oui | Oui |
| S’assurent d’avoir des collations pour l’après-midi. | Oui. Moins évident en début d’année, mais, maintenant il s’assure d’avoir quelque chose en après-midi. | Non |