

Résultats d'une enquête sur l'alimentation des adolescents en Ontario

Les adolescentes de 16 et 17 ans s'alimentent mal et courent plus de risques de déficiences alimentaires que les adolescents du même âge et les enfants plus jeunes, révèle une enquête conduite récemment en Ontario auprès de 300 enfants d'âge scolaire.

Cette enquête menée auprès de trois groupes d'enfants (5-6 ans, 11-12 ans et 16-17 ans) montre qu'une adolescente sur cinq a un apport insuffisant de fer, d'acide folique, de vitamine D, de thiamine et de vitamine A et qu'elles ont le taux le plus élevé de risques de déficiences. Ces résultats recourent une enquête semblable conduite à Montréal par les docteurs Estelle Mongeau et Monique Gélinas au début des années 70.

Le lait (entier 2 p. cent et écrémé) reste toutefois l'aliment le plus fréquem-

ment consommé, mais lorsqu'on considère les quantités absorbées chaque semaine, soit 11 portions, cette consommation demeure nettement insuffisante par rapport aux besoins en calcium et en vitamine D.

Parmi les 25 aliments préférés des adolescentes, on trouve en tête de liste le sucre blanc, le thé, le café, les colas, les marinades, les frites, la gomme, la confiture, les *hot dogs*. Le jus d'orange congelé, non sucré, apparaît au dixième rang de la liste, suivi par les pommes et la laitue, aux quinzième et seizième rangs, les bananes au dix-neuvième rang et les oranges en avant-dernière place.

Chez les garçons, les goûts diffèrent mais on rencontre également sur cette liste des aliments à calories vides ou presque. A l'étonnement des responsables

de l'enquête, la bière apparaît au dix-neuvième rang sur la liste des aliments les plus fréquemment consommés.

Dans le journal alimentaire quotidien des 5-6 ans, qui a été tenu par les parents, on constate avec encouragement que le pain de blé entier occupe une place dans la liste des aliments consommés le plus fréquemment.

On a également cherché à savoir par cette enquête la relation entre la consommation de sucre et les problèmes ou l'incidence de la carie dentaire chez les enfants de ces trois groupes d'âge. Contrairement à des préjugés solidement ancrés, cette étude révèle une faible corrélation entre l'incidence de la carie dentaire et la consommation de sucrose. Mais on doit aussi noter que près des deux tiers de ces enfants habitent des régions où l'eau est fluorée. Dans la région où l'eau n'est pas fluorée, le taux de carie dentaire est de 50 p. cent plus élevé.

Remplissez bien votre déclaration d'impôt, disent les Martin

D'ici la fin du mois, les contribuables canadiens devront avoir rempli leur déclaration d'impôt, tâche souvent ardue. Pour les aider, ils pourront voir deux films de l'Office national du film, réalisés pour la direction des services de l'information de Revenu Canada, Impôt.

Le thème de *Voici les Martin/Meet the Martins* est le suivant: Mme Martin est une contribuable méthodique qui reçoit son chèque de remboursement dans les délais prévus. Par contre, son mari ap-

prend à ses dépens qu'il faut être méthodique. Il doit attendre son chèque parce qu'il n'a pas fourni tous les renseignements nécessaires ni tous les reçus appropriés.

Grand-papa est un des personnages sympathiques du film même si papa Martin s'aperçoit que le revenu de grand-papa est trop élevé pour qu'il puisse le déclarer comme personne à charge. A la fin de ce film de neuf minutes, tous les Martin ont compris qu'il est préférable de

remplir soigneusement sa déclaration d'impôt.

Les acteurs ne parlent pas: des narrateurs racontent l'histoire au fur et à mesure de son déroulement. La version française n'est pas une traduction mais une adaptation.

Return, return

Toujours à propos des impôts, un autre film a été réalisé, en anglais, sous le titre *Return, return*.

D'une durée de 30 minutes, il est diffusé par différentes stations de télévision durant la période de préparation des déclarations.

L'objet du film est d'expliquer, d'une façon agréable et approfondie, les éléments de la déclaration d'impôt qui, selon les recherches, présentent des difficultés pour la plupart des contribuables ou dont le taux d'erreurs est le plus élevé. Dans ce film encore, les personnages sont les membres d'une famille (le père, la mère et le fils) auxquels s'ajoute un expert en fiscalité des cotisations.

Sur l'écran, on voit des caméras de télévision et un numéro de séquence. Le téléspectateur se rend alors compte qu'il n'assiste pas à un scène, mais bien à la préparation d'un tournage. Les acteurs — "Phil" (le père), "Helen" (la mère) et leur jeune fils adolescent, "Jamie" — sont en train de lire leur scénario et de vérifier les accessoires en vue du tournage prévu une demi-heure plus tard.



Déductions, Revenu Canada

Qu'est-ce qui ne vas pas? demande Helen à Phil.