

BITES'N'BITS: ADDITIONAL DOCUMENTATION

Summary of research protocol	3
Mobile application surveys	4
Surveys to report a Meal	4
Surveys to report a Snack	8
Survey to report a forgotten meal/snack	15
End of the day survey	20
Survey to upload Fitbit data	23
Entry questionnaires	24
Personal data questionnaire	24
Personality Traits Questionnaire (TIPI)	24
Food Involvement Questionnaire (FIS)	26

1. Summary of research protocol

This study is composed of a set of mobile app surveys that will be completed during the ten days of data collection, and a set of entry and exit questionnaires to be completed before and after the data collection, respectively.

The mobile data collection is composed of eleven short surveys organized in a dynamic flow to allow participants to complete three main actions (see Figure 1):

- to document meals through the day
- to inform about their physical activity and the meal reports missing (at the end of the day)
- to upload fitbit data at the end of the day (only for users opting-in to the fitbit data collection)

To document meals through the day participants are asked to use the New Meal, New Snack and Add a Forgotten Meal/Snack surveys. Every time they complete one of these three surveys, the mobile application will automatically collect the GPS coordinates of their location and the time of the day.



Figure 1: The mobile application interface: short surveys are organized to document meals through the day (NOUVEAU REPAS, NOUVEL EN-CAS and AJOUTER REPAS/EN-CAS OUBLIEE), complete the End of the Day survey (RAPPORT FIN DE JOURNEE), and upload fitbit data (TELECHARGER DONEES FITBIT). In total, participants are expected to spend a maximum of 30 minutes a day completing these mobile surveys.

Previously to the mobile data collection, participants will be asked to complete two short entry questionnaires on personality traits (TIPI) and food involvement (FIS). These questionnaires will be completed using the mobile application. This takes around 5 minutes.

Finally, once the data collection is finished, participants will be asked to complete six exit surveys designed to measure several aspects of people’s eating behavior: motivations for eating (Brief TEMS), emotional eating (DEBQ), taste preference (PrefQuest), mouth behavior (JBMB), intuitive eating (IES), food consumption frequency (FFQ) and one exit survey on user experience. These surveys will be completed online. This takes around around 70 minutes, but participants can fill them whenever they want during one week

All the documents questionnaires described at length in this Appendix are in French, as this is the language that will be used throughout the study. The short explanations are provided in English.

2. Mobile application surveys

In the next sections, the mobile application surveys are presented screen-by screen using a table as follows.

Screen Id	Full instruction page	
Screen Id	Question	Answer

The full instruction page is a read-only. The question/answer page allows participants to respond to questions.

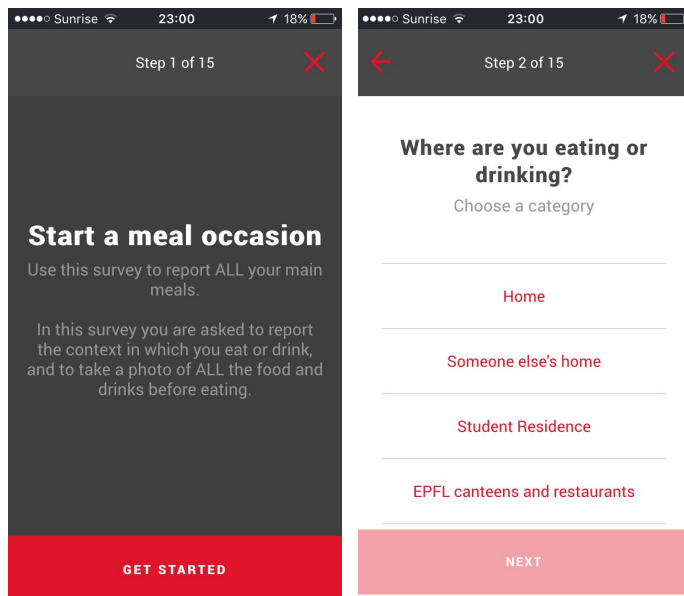


Figure 2: Instruction Page (left), Question/Answer page (right)

2.1. Surveys to report a Meal

Participants are asked to report all their main meals using the NEW MEAL (NOUVEAU REPAS). In this survey, they are asked to report the context in which they eat or drink, and to take a photo of all the food and drinks before start eating.

Participants can use the ADD FOOD/DRINK (AJOUTER ALIMENT/BOISSON) and ADD SERVING (AJOUTER PORTION) surveys to take a photo of any supplementary food and drinks or servings they

may have during the meal. At the end of the meal, participants will use the FINISH MEAL (TERMINER REPAS) survey to report any leftovers and any shared food or drink.

In total, this can take up to 2 minutes.

NOUVEAU REPAS

Étape 1	Utilisez ce questionnaire pour documenter TOUS vos repas principaux (petit déjeuner, repas du midi, repas du soir). Dans ce questionnaire, vous devez préciser le contexte dans lequel vous prenez ce repas, et prendre une photo de tous les aliments et toutes les boissons que vous consommez.	
Étape 2	OÙ mangez-vous/ buvez-vous? Choisissez une catégorie	Chez moi Chez quelqu'un d'autre À la résidence étudiante À l'EPFL (cantine/restaurant) À l'EPFL (autre) Au travail (hors EPFL) Dans un restaurant (hors EPFL) Dans les transports Dans un lieu public Autre
<p>LOGIC (Answer → Next Step)</p> <p>Chez moi, Chez quelqu'un d'autre, Résidence étudiante - Étape 3</p> <p>À l'EPFL (cantine/restaurant) - Étape 4</p> <p>À l'EPFL (autre) - Étape 5</p> <p>Au travail (hors EPFL) - Étape 6</p> <p>Dans un restaurant (hors EPFL) - Étape 8</p> <p>Dans les transports - Étape 7</p> <p>Dans un lieu public, Autre - Étape 9</p>		
Étape 3	Choisissez un endroit	Dans la cuisine Dans la chambre à coucher Autour d'une table à manger Sur un canapé Autre
- Étape 9		
Étape 4	Choisissez un endroit	Cafétéria BC Cafétéria ELA Cafétéria INM Cafétéria MX Cafétéria SG (Giacometti) L'Ornithorynque (SV) Cyber Café SV L'esplanade (CO) Satellite L 'Atlantide Le Corbusier Le Vinci Le Parmentier L'Acardie

		Hong Thai Rung Maharaja Obeirut libanaise L'Epicure Le Hodler (Rolex) Cafeteria Rolex Le Copernic Le Puur innovation Gina Ristorante CUT Le star*s Le tableau de Valloton (Rolex)
- Étape 9		
Étape 5	Choisissez un endroit	Dans une salle à manger Dans un espace de détente À mon bureau Dans un espace de travail Dans une bibliothèque Dans une salle de classe Autre
- Étape 9		
Étape 6	Choisissez un endroit	Dans une cantine / cafétéria Dans une salle à manger Dans un espace de détente À mon bureau Dans une salle de réunion Autre
- Étape 9		
Étape 7	Choisissez un mode de transport	À pied Transport public incluant gare et arrêt de bus En voiture Autre
- Étape 9		
Étape 8	Choisissez un endroit	Bar / Pub Restaurant / Café Fast Food Autre
Étape 9	AVEC QUI mangez-vous/buvez-vous ?	Avec quelqu'un que je connais Avec un groupe de personnes que je connais Seul(e) dans une foule Seul(e)
LOGIC (Answer --> Next Step) Avec quelqu'un que je connais → étape 10		

Avec un groupe de personnes que je connais → étape 10 Seul(e) dans une foule → étape 12 Seul(e) → étape 12		
Étape 10	Qui est cette personne ou ce groupe de personnes? Plusieurs réponses possibles	Mon/Ma partenaire Membre(s) de ma famille Quelqu'un avec qui je sors (rdv amoureux) Ami(e) / Groupe d'amis Collègue(s) de travail
Étape 11	Quel est le sexe de cette personne ou groupe de personnes?	Homme / Tous des hommes Femme / Toutes des femmes Groupe mixte (uniquement pour les groupes)
Étape 12	Que faites-vous en mangeant ou buvant? (à part utiliser cette application pour l'étude)	Rien d'autre Je socialise / je discute avec d'autres personnes J'utilise mon téléphone portable (messagerie, lecture, vidéos, etc.) Je travaille J'étudie Je cuisine Je fais des tâches ménagères (nettoyage) Je conduis Je me déplace (par transport ou à pied) Je me prépare à partir Je me prépare à aller dormir Je me prépare pour les cours Je me prépare pour une séance de sport Je récupère d'une séance de sport Je regarde la télévision, mon ordinateur portable, ou je joue à des jeux vidéo J'écoute la radio Je lis (livre, journal, etc.) Je fais des achats Autre
Étape 13	Prenez une photo de TOUS les aliments et boissons ENSEMBLES	[PHOTO]
Étape 14	Dans le prochain écran, vous pouvez ajouter des aliments ou boissons supplémentaires de votre repas (pour de nouveaux aliments ou boissons), ainsi que des portions supplémentaires pour les aliments et boissons déjà reportés. Une fois votre repas terminé, cliquez sur TERMINER REPAS pour finaliser le questionnaire.	

AJOUTER ALIMENT/BOISSON

Étape 1	Ajouter aliment/boisson Prenez une photo de tout aliment ou boisson SUPPLÉMENTAIRE que vous consommez pendant votre repas et que vous n'avez pas encore reporté(e).	
Étape 2	Prenez une photo de l'aliment ou la boisson supplémentaire	[PHOTO]

AJOUTER PORTION

Étape 1	Ajouter portion Prenez une photo de toute PORTION SUPPLÉMENTAIRE d'aliments ou boissons que vous déjà reportée lors de ce repas.	
Étape 2	Prenez une photo de la portion supplémentaire.	[PHOTO]

TERMINER REPAS

Étape 1	Terminer repas Pour terminer votre repas, veuillez documenter tous les aliments et boissons que vous n'avez pas entièrement consommés, ainsi que les aliments et boissons partagés avec d'autres personnes.	
Étape 2	Quelle quantité d'aliments/boissons avez-vous consommée?	La totalité Plus de la moitié La moitié Moins de la moitié Presque rien
Étape 3	Prenez une seule photo, de tous les aliments et boissons restants ou cliquez sur Je ne peux pas prendre de photo car je n'ai pas les aliments ou les boissons restants devant moi	[PHOTO]
Étape 4	Y-at-il des aliments/boissons que vous avez partagés avec d'autres personnes?	Oui Non
LOGIC (ANSWER → NEXT STEP) Oui → Étape 5 Non → Étape 6		
Étape 5	Décrivez les aliments et boissons que vous avez partagés ci-dessous Séparez les produits par des virgules	[FREE TEXT]
Étape 6	Remerciements Merci de votre contribution	

2.2. Surveys to report a Snack

Participants are asked to report all their food and drink snacks using the REPORT A SNACK (NOUVEL EN-CAS) survey. In this survey, they are asked to report the context in which they eat or drink, and then report each of the items individually by using the ADD A SNACK survey. In the ADD A SNACK SURVEY,

participants are asked to take a photo of each food or drink item and to respond to several questions about this specific item.

Participants can use the ADD A SNACK (AJOUTER EN-CAS) or ADD A SERVING (AJOUTER PORTION) surveys to report any new snack or t a photo of any extra servings they may have during the snack occasion. At the end of the meal, participants will use the FINISH SNACK (TERMINER EN-CAS) survey to report any leftovers and any shared food or drink.

In total, this can take up to 4 minutes.

NOUVEL EN-CAS

Étape 1	<p>Nouvel en-cas Utilisez ce questionnaire pour documenter TOUS les aliments et boissons que vous consommez HORS des repas principaux (goûter, collation, 10 heures, quatre heures, snack, etc.). Dans ce questionnaire, vous devez préciser le contexte dans lequel vous consommez ces aliments et boissons, puis les documenter INDIVIDUELLEMENT.</p>	
Étape 2	<p>OÙ mangez-vous/ buvez-vous? Choisissez une catégorie</p>	<p>Chez moi Chez quelqu'un d'autre À la résidence étudiante À l'EPFL (cantine/restaurant) À l'EPFL (autre) Au travail (hors EPFL) Dans un restaurant (hors EPFL) Dans les transports Dans un lieu public Autre</p>
<p>LOGIC (Answer → Next Step) Chez moi, Chez quelqu'un d'autre, Résidence d'étudiants - Étape 3 À l'EPFL (cantine/restaurant) - Étape 4 À l'EPFL (autre) - Étape 5 Au travail (hors EPFL) - Étape 6 Dans un restaurant (hors EPFL) - Étape 8 Dans les transports - Étape 7 Dans un lieu public, Autre - Étape 9</p>		
Étape 3	<p>Choisissez un endroit</p>	<p>Dans la cuisine Dans la chambre à coucher Autour d'une table à manger Sur un canapé Autre</p>
<p>- Étape 9</p>		
Étape 4	<p>Choisissez un endroit</p>	<p>Cafétéria BC Cafétéria ELA Cafétéria INM Cafétéria MX Cafétéria SG (Giacometti) L'Ornithorynque (SV) Cyber Café SV</p>

		L'esplanade (CO) Satellite L 'Atlantide Le Corbusier Le Vinci Le Parmentier L'Acadie Hong Thai Rung Maharaja Obeirut libanaise L'Epicure Le Hodler (Rolex) Cafeteria Rolex Le Copernic Le Puur innovation Gina Ristorante CUT Le star*s Le tableau de Valloton (Rolex)
- Étape 9		
Étape 5	Choisissez un endroit	Dans une salle à manger Dans un espace de détente À mon bureau Dans un espace de travail Dans une bibliothèque Dans une salle de classe Autre
- Étape 9		
Étape 9	AVEC QUI mangez-vous/buvez-vous ?	Avec quelqu'un que je connais Avec un groupe de personnes que je connais Seul(e) dans une foule Seul(e)
LOGIC (Answer -> Next Step) Avec quelqu'un que je connais → étape 10 Avec un groupe de personnes que je connais → étape 10 Seul(e) dans une foule → étape 12 Seul(e) → étape 12		
Étape 10	Qui est cette personne ou ce groupe de personnes? Plusieurs réponses possibles	Mon/Ma partenaire Membre(s) de ma famille Quelqu'un avec qui je sors (rdv amoureux) Ami(e) / Groupe d'amis Collègue(s) de travail
Étape 11	Quel est le sexe de cette personne ou groupe de personnes?	Homme / Tous des hommes Femme / Toutes des femmes Groupe mixte (uniquement pour les groupes)

Étape 12	Que faites-vous en mangeant ou buvant? (à part utiliser cette application pour l'étude)	Rien d'autre Je socialise / je discute avec d'autres personnes J'utilise mon téléphone portable (messagerie, lecture, vidéos, etc.) Je travaille J'étudie Je cuisine Je fais des tâches ménagères (nettoyage) Je conduis Je me déplace (par transport ou à pied) Je me prépare à partir Je me prépare à aller dormir Je me prépare pour les cours Je me prépare pour une séance de sport Je récupère d'une séance de sport Je regarde la télévision, mon ordinateur portable, ou je joue à des jeux vidéo J'écoute la radio Je lis (livre, journal, etc.) Je fais des achats Autre
Étape 13	Dans l'écran suivant, vous devez documenter chaque aliment ou boisson INDIVIDUELLEMENT en cliquant sur AJOUTER EN-CAS. Une fois que vous avez fini de manger ou boire, cliquez sur TERMINER EN-CAS pour finaliser votre rapport.	

AJOUTER EN-CAS

Étape 1	Ajouter en-cas Utilisez ce questionnaire pour documenter chaque élément (aliment ou boisson) de votre en-cas, de manière individuelle. Dans ce questionnaire, vous prendrez une photo du produit en question et répondrez à plusieurs questions.	
Étape 2	Est-ce que le produit est dans un emballage ou en bouteille?	Oui Non
LOGIC (ANSWER → NEXT STEP) Oui → Étape 3 Non → Étape 6		
Étape 3	Y a-t-il un code-barres?	Oui Non
LOGIC (ANSWER → NEXT STEP) Oui → Étape 4 Non → Étape 5		
Étape 4	Prenez une photo du CODE-BARRES de ce produit	[PHOTO]

	Veillez vous assurer que le code-barres est entier et lisible.	
NEXT STEP → Étape 7		
Étape 5	Prenez une photo de l'emballage en entier ou de la bouteille de ce produit Veillez vous assurer que le nom du produit est lisible.	[PHOTO]
NEXT STEP → Étape 8		
Étape 6	Prenez une photo du produit. Veillez utiliser le marqueur de référence ou cliquez sur Je ne peux pas prendre de photo car je n'ai pas les aliments ou les boissons devant moi.	[PHOTO]
ACTION → NEXT STEP [PHOTO] → Étape 8 CLICK → Étape 9		
Étape 7	Décrivez le produit	[FREE TEXT]
Étape 8	Où l'avez-vous acheté?	Magasin d'alimentation/Supermarché Cafétéria du campus Distributeur automatique Kiosque Café Boulangerie Autre
Étape 9	Quand l'avez-vous acheté?	À l'instant Plus tôt aujourd'hui Hier ou avant
Étape 10	Quand avez-vous prévu de manger ou boire ce produit?	À l'instant Plus tôt aujourd'hui Hier ou avant C'est une habitude/routine
Étape 7	Pourquoi avez-vous choisi ce produit?	

	<p>Pensez à toutes les raisons qui décrivent pourquoi vous avez choisi de consommer cet aliment ou cette boisson spécifiquement. Veuillez sélectionner, dans les pages suivantes, toutes les raisons qui s'appliquent à votre cas, en complétant la phrase: "Je mange / bois ce produit..." (à chaque page, faites défiler vers le bas pour voir toutes les options).</p>	
Étape 11	Je mange / bois ce produit...	<p>parce que j'ai de l'appétit pour ces aliments / boissons</p> <p>parce que cela a bon goût</p> <p>parce que j'aime ces aliments / boissons</p> <p>parce que j'en ai vraiment envie</p> <p>parce que j'ai l'habitude d'en manger / boire</p> <p>parce que j'en mange / bois souvent</p> <p>parce que j'y suis familier</p> <p>parce que j'ai besoin d'énergie</p> <p>parce que c'est agréablement rassasiant</p> <p>parce que j'ai faim / soif</p>
Étape 12	Je mange / bois ce produit...	<p>pour maintenir une alimentation équilibrée</p> <p>parce que c'est sain</p> <p>parce que cela me garde en forme (ex: plein d'énergie, motivé)</p> <p>parce que j'aime consommer une variété d'aliments / de boissons</p> <p>parce que c'est pauvre en calories</p> <p>parce que je surveille mon poids</p> <p>parce c'est pauvre en matière grasse</p> <p>parce que c'est naturel (ex: pas d'OGM)</p> <p>parce que cela ne contient pas de substances dangereuses (ex: pesticides, polluants, antibiotiques)</p> <p>parce que c'est bio</p>
Étape 13	Je mange / bois ce produit...	<p>parce que je suis triste</p> <p>parce que je suis frustré</p> <p>parce que je me sens seul</p> <p>parce que je l'apprécie</p> <p>pour me faire plaisir</p> <p>pour me récompenser</p> <p>parce que la présentation est attirante (ex: l'emballage)</p> <p>parce que cela m'a spontanément attiré (ex: situé au niveau des yeux, couleurs attrayantes)</p> <p>parce que je l'ai vu dans des publicités ou à la tv</p>
Étape 14	Je mange / bois ce produit...	<p>parce que ce n'est pas cher</p> <p>parce que je ne veux pas dépenser plus d'argent</p>

		parce que c'est en promotion parce qu'il y avait un choix limité parce que c'est rapide à préparer parce que c'est le plus pratique parce que c'est facile à préparer parce que c'est à la mode parce que cela me permet d'être bien vu par les autres parce que d'autres aiment ces aliments/boissons
Étape 15	Je mange / bois ce produit...	parce que cela fait partie de certaines situations par tradition (ex: traditions familiales, occasions spéciales) parce que j'ai grandi avec parce que c'est dans un contexte convivial pour pouvoir passer du temps avec d'autres personnes parce que cela rend les rencontres sociales moins inconfortables parce que ce serait impoli de ne pas en manger pour éviter de décevoir quelqu'un qui essaye de me faire plaisir parce que je suis supposé en manger/boire pour fêter une occasion spéciale avec d'autres
Étape 16	Voulez-vous ajouter d'autres motivations? Séparez les produits par des virgules	
Étape 17	Veuillez répéter cette opération pour tout autre produit de votre en-cas en cliquant sur AJOUTER EN-CAS dans l'écran suivant.	

AJOUTER PORTION

Étape 1	Ajouter portion Prenez une photo de toute portion supplémentaire d'aliments ou de boissons que vous avez déjà reportés lors de cet en-cas.	
Étape 2	Prenez une photo de la portion supplémentaire.	[PHOTO]

TERMINER EN-CAS

Étape 1	Terminer en-cas Pour terminer votre en-cas, veuillez documenter les aliments et boissons que vous n'avez pas entièrement consommés, ainsi que les aliments/boissons partagés avec d'autres personnes.	
---------	--	--

Étape 2	Quelle quantité d'aliments/boissons avez-vous consommée? J'ai consommé...	La totalité Plus de la moitié La moitié Moins de la moitié Presque rien
Étape 3	Prenez d'une seule photo, c'est-à-dire tous ensemble, les aliments et boissons restants ou cliquez sur Je ne peux pas prendre de photo car je n'ai pas les aliments ou les boissons restants devant moi.	[PHOTO]
Étape 4	Y-at-il des aliments/boissons que vous partagés avec d'autres personnes?	Oui Non
LOGIC (ANSWER → NEXT STEP) Oui → Étape 5 Non → Étape 6		
Étape 5	Décrivez les aliments et boissons que vous avez partagés ci-dessous Séparez les produits par des virgules	[FREE TEXT]
Étape 6	Remerciements Merci de votre contribution	

2.3. Survey to report a forgotten meal/snack

Participants are asked to use the ADD FORGOTTEN MEAL/SNACK (AJOUTER REPAS/EN-CAS OUBLIÉE) whenever realize they have forgotten to report a meal or snack report. In this survey they are asked to inform the context in which they ate or drink, to describe the items in question, and to report the reasons for which they forgot the report. This can take up to 1 minute.

AJOUTER REPAS/EN-CAS OUBLIÉ

Étape 1	Ajouter repas/en-cas oublié Utilisez ce questionnaire si vous avez oublié de documenter un repas ou un en-cas.	
Étape 2	OÙ avez-vous mangé/bu Choisissez une catégorie	Chez moi Chez quelqu'un d'autre À la résidence étudiante À l'EPFL (cantine/restaurant) À l'EPFL (autre) Au travail (hors EPFL) Dans un restaurant (hors EPFL) Dans les transports Dans un lieu public

		Autre
<p>LOGIC (Answer → Next Step) Chez moi, Chez quelqu'un d'autre, Résidence d'étudiants - Étape 3 À l'EPFL (cantine/restaurant) - Étape 4 À l'EPFL (autre) - Étape 5 Au travail (hors EPFL) - Étape 6 Dans un restaurant (hors EPFL) - Étape 7 Dans les transports - Étape 8 Dans un lieu public, Autre - Étape 9</p>		
Étape 3	Choisissez un endroit	Dans la cuisine Dans la chambre à coucher Autour d'une table à manger Sur un canapé Autre
- Étape 9		
Étape 4	Choisissez un endroit	Cafétéria BC Cafétéria ELA Cafétéria INM Cafétéria MX Cafétéria SG (Giacometti) L'Ornithorynque (SV) Cyber Café SV L'esplanade (CO) Satellite L'Atlantide Le Corbusier Le Vinci Le Parmentier L'Acardie Hong Thai Rung Maharaja Obeirut libanaise L'Epicure Le Hodler (Rolex) Cafeteria Rolex Le Copernic Le Puur innovation Gina Ristorante CUT Le star*s Le tableau de Valloton (Rolex)
- Étape 9		
Étape 5	Choisissez un endroit	Dans une salle à manger Dans un espace de détente À mon bureau Dans un espace de travail Dans une bibliothèque

		Dans une salle de classe Autre
- Étape 9		
Étape 6	Choisissez un endroit	Dans une cantine / cafétéria Dans une salle à manger Dans un espace de détente À mon bureau Dans une salle de réunion Autre
- Étape 9		
Étape 7	Choisissez un mode de transport	À pied Dans un transport public (gare et arrêt de bus compris) En Voiture Autre
- Étape 9		
Étape 8	Choisissez un endroit	Bar / Pub Restaurant / Café Fast Food Autre
Étape 9	AVEC QUI avez-vous mangé/bu?	Avec quelqu'un que je connais Avec un groupe de personnes que je connais Seul(e) dans une foule Seul(e)
<p>LOGIC (Answer --> Next Step)</p> <p>Avec quelqu'un que je connais → étape 10</p> <p>Avec un groupe de personnes que je connais → étape 10</p> <p>Seul(e) dans une foule → étape 12</p> <p>Seul(e) → étape 12</p>		
Étape 10	Qui était cette personne ou ce groupe de personnes? Plusieurs réponses possibles	Mon/Ma partenaire Membre(s) de ma famille Quelqu'un avec qui je sors (rdv amoureux) Ami(e) / Groupe d'amis Collègue(s) de travail
Étape 11	Quel est le sexe de cette personne ou groupe de personnes?	Homme / Tous des hommes Femme / Toutes des femmes Groupe mixte (uniquement pour les groupes)
Étape 12	Que faisiez-vous en mangeant ou buvant? (à part utiliser cette application pour l'étude)	Rien d'autre Je socialisais/je discutais avec d'autres personnes

		<p>J'utilisais mon téléphone portable (messagerie, lecture, vidéos, etc.)</p> <p>Je travaillais</p> <p>J'étudiais</p> <p>Je cuisinai</p> <p>Je faisais des tâches ménagères (nettoyage)</p> <p>Je conduisais</p> <p>Je me déplaçais (par transport ou à pied)</p> <p>Je me préparais à partir</p> <p>Je me préparais à aller dormir</p> <p>Je me préparais pour les cours</p> <p>Je me préparais pour une séance de sport</p> <p>Je récupérais d'une séance de sport</p> <p>Je regardais la télévision/mon ordinateur portable, ou je jouais à des jeux vidéo</p> <p>J'écoutais la radio</p> <p>Je lisais (livre, journal, etc.)</p> <p>Je faisais des achats</p> <p>Autre</p>
Étape 13	Quelle est la raison pour laquelle vous avez manqué ce rapport?	<p>J'étais occupé(e)</p> <p>J'ai oublié(e)</p> <p>J'étais pressé(e)</p> <p>Je n'avais pas mon téléphone avec moi</p> <p>Mon téléphone n'avait plus de batterie/ne fonctionnait pas</p> <p>Je n'ai pas osé car le contexte social ne s'y prêtait pas (p. ex. j'étais au restaurant)</p> <p>Je ne savais pas comment faire</p> <p>C'était trop difficile à documenter (trop de plats, p. ex. repas canadien, brunch, apéro, etc.)</p> <p>Autre</p>
Étape 14	Quel type de repas/en-cas avez-vous oublié de signaler?	<p>Petit-déjeuner</p> <p>Repas de midi</p> <p>Repas du soir</p> <p>En-cas (aliment ou boisson)</p>
<p>ANSWER → NEXT STEP</p> <p>En-cas → Étape 15</p> <p>rest of answers → Étape</p>		
Étape 15	Nommez un des aliments et boissons que vous avez oubliés. Si vous avez oublié plusieurs aliments et boissons veuillez en choisir un.	[FREE TEXT]
Étape 16	Heure approximative de votre en-cas	
Étape 17	Pourquoi avez-vous choisi ce produit?	

	<p>Pensez à toutes les raisons qui décrivent pourquoi vous avez choisi de consommer cet aliment ou cette boisson spécifiquement. Veuillez sélectionner, dans les pages suivantes, toutes les raisons qui s'appliquent à votre cas, en complétant la phrase: "Je mange / bois ce produit..." (à chaque page, faites défiler vers le bas pour voir toutes les options).</p>	
Étape 18	Je mange / bois ce produit...	<p>parce que j'ai de l'appétit pour ces aliments / boissons</p> <p>parce que cela a bon goût</p> <p>parce que j'aime ces aliments / boissons</p> <p>parce que j'en ai vraiment envie</p> <p>parce que j'ai l'habitude d'en manger / boire</p> <p>parce que j'en mange / bois souvent</p> <p>parce que j'y suis familier</p> <p>parce que j'ai besoin d'énergie</p> <p>parce que c'est agréablement rassasiant</p> <p>parce que j'ai faim / soif</p>
Étape 19	Je mange / bois ce produit...	<p>pour maintenir une alimentation équilibrée</p> <p>parce que c'est sain</p> <p>parce que cela me garde en forme (ex: plein d'énergie, motivé)</p> <p>parce que j'aime consommer une variété d'aliments / de boissons</p> <p>parce que c'est pauvre en calories</p> <p>parce que je surveille mon poids</p> <p>parce c'est pauvre en matière grasse</p> <p>parce que c'est naturel (ex: pas d'OGM)</p> <p>parce que cela ne contient pas de substances dangereuses (ex: pesticides, polluants, antibiotiques)</p> <p>parce que c'est bio</p>
Étape 20	Je mange / bois ce produit...	<p>parce que je suis triste</p> <p>parce que je suis frustré</p> <p>parce que je me sens seul</p> <p>parce que je l'apprécie</p> <p>pour me faire plaisir</p> <p>pour me récompenser</p> <p>parce que la présentation est attirante (ex: l'emballage)</p> <p>parce que cela m'a spontanément attiré (ex: situé au niveau des yeux, couleurs attrayantes)</p> <p>parce que je l'ai vu dans des publicités ou à la tv</p>
Étape 21	Je mange / bois ce produit....	parce que ce n'est pas cher

		<p>parce que je ne veux pas dépenser plus d'argent</p> <p>parce que c'est en promotion</p> <p>parce qu'il y avait un choix limité</p> <p>parce que c'est rapide à préparer</p> <p>parce que c'est le plus pratique</p> <p>parce que c'est facile à préparer</p> <p>parce que c'est à la mode</p> <p>parce que cela me permet d'être bien vu par les autres</p> <p>parce que d'autres aiment ces aliments/boissons</p>
Étape 15	Je mange / bois ce produit...	<p>parce que cela fait partie de certaines situations</p> <p>par tradition (ex: traditions familiales, occasions spéciales)</p> <p>parce que j'ai grandi avec</p> <p>parce que c'est dans un contexte convivial pour pouvoir passer du temps avec d'autres personnes</p> <p>parce que cela rend les rencontres sociales moins inconfortables</p> <p>parce que ce serait impoli de ne pas en manger</p> <p>pour éviter de décevoir quelqu'un qui essaye de me faire plaisir</p> <p>parce que je suis supposé en manger/boire pour fêter une occasion spéciale avec d'autres</p>
Étape 22	<p>Voulez-vous ajouter d'autres motivations?</p> <p>Séparez les produits par des virgules</p>	
Étape 23	<p>Remerciements</p> <p>Vos données seront automatiquement importées.</p> <p>Merci de votre contribution</p>	

2.4. End of the day survey

Participants are asked to complete the END OF THE DAY SURVEY (RAPPORT FIN DE JOURNÉE) to inform about their physical activity and to report any missing items during the day. This can take up to 5 minutes.

RAPPORT DE FIN DE JOURNÉE

Étape 1	Rapport de fin de journée Remplissez ce questionnaire à la fin de la journée.	
Étape 2	Partie 1 Ces questions concernent le temps que vous avez passé à être actif physiquement AUJOURD'HUI. Pensez aux activités que vous avez faites au travail, à votre domicile, pour vos déplacements et pendant votre temps libre, les loisirs et le sport.	
Étape 3	Tout d'abord, pensez aux ACTIVITÉS INTENSES qui vous ont demandé un gros effort physique. Ces activités font élever le rythme cardiaque, font respirer beaucoup plus fort que d'habitude, et ne vous laisse parler sans faire une pause pour respirer (ex : randonner (en montée), creuser, faire de l'aérobic, faire plusieurs longueurs de natation, courir,...) Pensez seulement aux activités intenses qui ont duré au moins dix minutes d'affilée.	
Étape 4	Combien de temps avez-vous consacré aux activités intenses aujourd'hui (h:min)?	[TIME (h:min)]
Étape 5	Aviez-vous votre Fitbit sur vous lors de ces activités?	Oui, lors de toutes les activités Non, dans aucune de ces activités Uniquement pour certaines activités
Étape 6	Maintenant pensez aux ACTIVITÉS MODÉRÉES. Ces activités font élever un peu le rythme cardiaque, vous donnent chaud et vous font transpirer, et vous pouvez parler mais pas chanter (ex : porter des charges légères, faire du vélo à un rythme tranquille, jouer au tennis en double,...) N'incluez pas la marche. Là encore, pensez seulement aux activités qui ont duré au moins 10 minutes d'affilée.	
Étape 7	Combien de temps y avez-vous consacré aux activités modérées aujourd'hui (h:min)?	[TIME (h:min)]
Étape 8	Aviez-vous votre Fitbit sur vous lors de ces activités?	Oui, lors de toutes les activités Non, dans aucune de ces activités Uniquement pour certaines activités
Étape 9	Maintenant, pensez au temps que vous avez passé à marcher (à votre domicile, au travail, à l'université, pour vous déplacer d'un endroit à un autre, pour faire des courses, pour faire de l'exercice ou juste pour le plaisir, etc.). Incluez seulement la marche qui a duré au moins 10 minutes d'affilée.	
Étape 10	Combien de temps avez-vous consacré à marcher aujourd'hui (h:min)?	[TIME (h:min)]

Étape 11	Aviez-vous votre Fitbit sur vous lorsque vous marchiez	Oui, tout le temps A certains moments de la journée mais pas tous Non jamais
Étape 12	Finalement, pensez au temps que vous avez passé assis aujourd'hui. Incluez le temps passé à l'université, au travail, à la maison, chez des amis, le temps passé à étudier ou pour les loisirs, le temps passé à lire ou bien le temps passé assis ou allongé à regarder la télé.	
Étape 13	Combien de temps avez-vous passé assis aujourd'hui ?	[TIME (h:min)]
Étape 14	A quelle heure vous êtes-vous couché hier soir ?	[TIME (h:min)]
Étape 15	A quelle heure vous êtes-vous réveillé ce matin?	[TIME (h:min)]
Étape 16	Partie 2 Veuillez documenter tous les repas ou en-cas que vous avez oubliés aujourd'hui. N'incluez pas ceux que vous avez déjà ajoutés comme REPAS/EN-CAS OUBLIÉ	
Étape 17	Y a-t-il un repas/en-cas que vous n'avez pas reporté aujourd'hui?	Oui Non
Non -> Étape 22		
Étape 18	Quel est le type de repas/en-cas que vous n'avez pas reporté aujourd'hui? Plusieurs réponses possibles	Petit-déjeuner Repas de midi Repas du soir En-cas (aliment ou boisson)
Étape 19	Si vous avez manqué un/plusieurs en-cas, nommez tous les aliments et boissons que vous avez consommés lors de cet/ces en-cas. Séparez les produits par des virgules.	
Étape 20	Si vous manquez un/plusieurs en-cas, quand les avez-vous consommé(s)? Plusieurs réponses possibles	Tôt le matin En milieu de matinée Aux alentours de midi Dans l'après-midi Dans la soirée Tard le soir

Étape 21	Quelles sont les raisons pour lesquelles vous avez manqué ce(s) rapport(s)? Plusieurs réponses possibles	J'étais occupé J'ai oublié(e) J'étais trop pressé(e) Je n'avais pas mon téléphone avec moi Mon téléphone n'avait plus de batterie/ne fonctionnait pas Le contexte social ne me le permettait pas Je ne savais pas comment faire C'était trop difficile à documenter (trop de plats, p. ex. repas canadien, brunch, apéro, etc.) Autre
Étape 22	Remerciements Merci de votre contribution	

2.5. Survey to upload Fitbit data

Participants opting-in to the fitbit data collection are asked to follow the instructions in the survey **UPLOAD FITBIT DATA (TELECHARGER DONNEES FITBIT)** to synchronize their fitbit devices to the fitbit.com platform. The fitbit data is automatically imported from their fitbit.com account. This can take up to 5 minutes.

TELECHARGER DONNÉES FITBIT

Étape 1	Télécharger données fitbit Veuillez suivre les étapes suivantes.	
Étape 2	Activez le bluetooth de votre natel	
Étape 3	Ouvrez l'app officiel fitbit et synchronisez votre fitbit avec votre natel	
Étape 4	Vérifiez que les données sont disponibles sur votre app fitbit	
Étape 5	Voyez-vous les données disponibles sur votre app officiel fitbit?	Oui Non
LOGIC (Answer → Next step) Oui → Étape 7 Non → Étape 6		
Étape 6	Veuillez répéter l'opération et vérifier que vos données sont disponibles sur l'app officiel fitbit. Si vous rencontrez des problèmes n'hésitez pas à nous contacter.	

Étape 7	Remerciements Vos données seront automatiquement importées. Merci de votre contribution
---------	---

3. Entry questionnaires

These questionnaires will be administered to the participants using the mobile application previously to the start of the data collection. The total time to complete these questionnaires is 5 minutes.

3.1. Personal data questionnaire

QUESTIONNAIRE 1

Étape 1	Merci de répondre aux questions suivantes vous concernant :	
Étape 2	Quel âge avez-vous?	[Introduisez votre age]
Étape 3	Vous-êtes...	Un homme Une femme
Étape 4	Quelle est votre taille (en cm) Quelle est votre taille ?	[Introduisez votre taille en cm]
Étape 5	Quelle est votre poids? (en Kg) Quel est votre poids ?	[Introduisez votre poids en Kg]
Étape 6	Remerciements Merci de votre contribution	

3.2. Personality Traits Questionnaire (TIPI)

QUESTIONNAIRE 2

Étape 1	Voici une liste de traits de caractère qui peuvent ou non vous correspondre. Veuillez indiquer dans quelle mesure vous pensez qu'ils vous correspondent. Veuillez évaluer la paire de caractéristique même si une caractéristique s'applique plus que l'autre.	
Étape 2	Je me considère Extraverti(e), enthousiaste	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord

		D'accord Tout à fait d'accord
Étape 3	Je me considère Critique, querelleur(e)	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 4	Je me considère Fiable, discipliné(e)	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 5	Je me considère Anxieux(se), facilement irrité(e)	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 6	Je me considère Ouvert(e) aux nouvelles expériences, complexe	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 7	Je me considère Réservé(e), discret(e)	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 8	Je me considère Sympathique, chaleureux(se)	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord

		D'accord Tout à fait d'accord
Étape 9	Je me considère Désorganisé(e), négligent(e)	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 10	Je me considère Calme, stable émotionnellement	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 11	Conventionnel(le), peu créatif(ve)	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 12	Remerciements Merci de votre contribution	

Adapté de Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in personality*, 37, 504-528.

3.3. Food Involvement Questionnaire (FIS)

Étape 1	Voici une liste de traits de caractère qui peuvent ou non vous correspondre. Veuillez indiquer dans quelle mesure vous pensez qu'ils vous correspondent.	
Étape 2	Je ne pense pas beaucoup à la nourriture chaque jour	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord

Étape 3	Cuisiner ou faire des barbecues n'est pas particulièrement amusant	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 4	Parler de ce que j'ai mangé ou de ce que je vais manger est quelque chose que j'aime faire	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 5	En comparaison d'autres décisions quotidiennes, mes choix alimentaires ne sont pas très importants	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 6	Quand je voyage, l'une des choses que j'anticipe le plus est de goûter les nourritures locales	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 7	Je fais la plupart ou tout le rangement après avoir mangé	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 8	J'aime cuisiner pour les autres et moi-même	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord

Étape 9	Quand je mange au restaurant, je ne pense pas ou je ne parle pas beaucoup du goût des aliments	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 10	Je n'aime pas mélanger ou couper en morceaux les aliments	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 11	Je fais la plupart ou toutes mes courses alimentaires moi-même	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 12	Je ne fais pas la vaisselle ou ne nettoie pas la table	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 13	J'accorde de l'importance si une table est bien présentée ou non	Pas du tout d'accord Pas d'accord Plutôt pas d'accord Ni d'accord ni pas d'accord Plutôt d'accord D'accord Tout à fait d'accord
Étape 14	Remerciements Merci de votre contribution	

Adapté de Bell, R., & Marshall, D. W. (2003). The construct of food involvement in behavioral research: scale development and validation. *Appetite*, 40(3), 235-244.