

LA FRANCE À TABLE (1/2) : LES MUTATIONS DE L'ALIMENTATION

Simon Borel, Guénaëlle Gault

26/08/2022

Quel meilleur analyseur de la société française que le rapport à l'alimentation pour comprendre non seulement les craintes et les aspirations des Français, les mutations sociétales de la consommation, mais également la recomposition des enjeux d'appartenance sociale et identitaire ainsi que les points de crispations politiques dans la société française ? Dans une première analyse qui se déroule en deux étapes¹, Simon Borel et Guénaëlle Gault s'appuient sur différentes données d'opinion pour décrypter les ruptures avec le modèle alimentaire issu de la société industrielle, mais aussi la façon dont le rapport des Français à l'alimentation se recompose.

On est ce que l'on mange. L'adage n'a cessé de se vérifier au fil des époques et des cultures. S'il est vrai que l'alimentation contribue en premier lieu à la constitution métabolique, elle participe également de l'image de soi, du rapport aux autres et plus généralement de l'inscription de l'homme dans son environnement. Dit autrement par le politologue Paul Ariès : « La table ne concerne pas que notre corps biologique, mais aussi notre corps social, culturel, politique, onirique, anthropologique². »

Ainsi le cours de l'histoire peut-il aussi se dessiner comme une succession de rituels et d'interdits alimentaires³, de conceptions diverses du pur et de l'impur⁴ qui tous ont animé et empêché les hommes dans leur quotidien. Traversé de multiples peurs alimentaires⁵, postures morales, éthiques et religieuses, le rapport à l'alimentation oscille entre continuité et ruptures. Entre des moments où un modèle alimentaire stable vient s'ancrer et se cristalliser dans les comportements et des moments de crise et réinvention en symbiose avec les mutations d'une société. C'est alors qu'apparaissent de nouveaux modèles et normes alimentaires.

Nous sommes précisément dans l'un de ces moments charnières.

Le grand fait alimentaire inaugural de la modernité occidentale a été la progressive déclinaison du modèle industriel de production et de consommation de masse à l'alimentation. Le XX^e siècle reste

marqué par ce passage : d'une ruralité agricole dominante à une industrialisation et une urbanisation fulgurantes, d'une alimentation de pénurie à une démocratisation de l'accès à une alimentation carnée et sécurisée pour le plus grand nombre.

Mais voilà : l'abondance qui semblait avoir réglé positivement la question de la faim et de l'insécurité alimentaire semble aujourd'hui se muer en une plaie lourde de conséquences pour la santé, l'environnement, le monde animal, mais aussi la cohésion sociale.

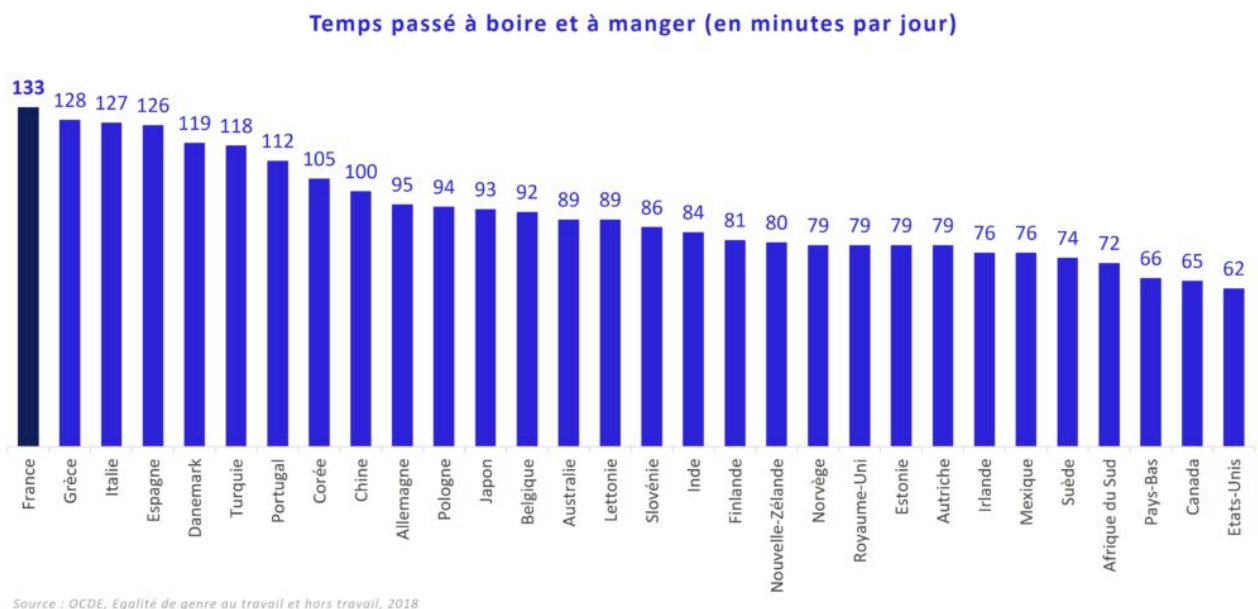
Car, désormais, cette abondance nous détruit. Sa répartition – en 2020, jusqu'à 7 millions de Français auraient eu recours à l'aide alimentaire⁶ – et sa soutenabilité sont autant interrogées que l'est son innocuité. Les critiques enflent et participent de la mise en doute plus globale de la pertinence de notre modèle de développement. Ce faisant, une transition est à l'œuvre qui a partie liée avec la nécessité (consensuelle en France) d'une transition écologique. Celle-ci porte également en elle une recherche de sens quand la modernité semble avoir épuisé le sien. Mais cette transition est loin d'être univoque. Si le modèle alimentaire partagé issu de la société industrielle reste majoritaire, il se fissure et de nouveaux référentiels du « bon » et du « bien » manger émergent et contribuent à créer des rapports très différents, voire antagoniques, à l'alimentation. Et alors que la contestation (multiforme) du « système » s'échappe de plus en plus du champ de l'idéologie et de l'action politique classique pour se loger au cœur même de la consommation, ce déplacement du domaine de la lutte en vient très naturellement à se cristalliser sur la question alimentaire.

C'est dans ce contexte qu'il nous arrive de ne plus nous reconnaître dans ce que nous mangeons. Comme si l'assiette était devenue le miroir de nos propres fractures et frayeurs et l'alimentation le condensé de toutes nos turpitudes dans notre rapport inquiet à l'hypermodernité et à notre démocratie imparfaite. Rien d'étonnant alors que des candidats à l'élection suprême s'interpellent sur l'entrecôte ou le quinoa.

Car si la France n'est pas seule à vivre ces mutations, elles y prennent cependant une dimension particulière tant manger revêt ici une importance singulière et constitue un signe de distinction nationale majeur. Les Français ne passent-ils pas en moyenne **2 heures et 13 minutes** à table par jour, soit bien plus que partout ailleurs ? Au-delà du temps qui leur est consacré, ce sont aussi les moments de convivialité autour des repas, leur structuration et composition qui nous distinguent. L'Unesco décidait d'ailleurs en 2010 de classer comme patrimoine culturel immatériel de l'humanité le « repas gastronomique des Français », écho à l'influence de nos chefs sur la scène internationale.

Dès lors, quel meilleur analyseur de la société française que le rapport à l'alimentation pour comprendre non seulement les craintes et les aspirations des Français, les mutations sociétales de la consommation, mais également la recomposition des enjeux d'appartenance sociale et identitaire ainsi que les points de crispations politiques dans la société française ? Quel meilleur levier, aussi, pour accompagner les Français dans les enjeux qui fondent notre démocratie ?

Nous verrons pourquoi et comment s'accroissent les ruptures avec le modèle alimentaire issu de la société industrielle. Nous aborderons ensuite la façon dont le rapport des Français à l'alimentation se recompose.



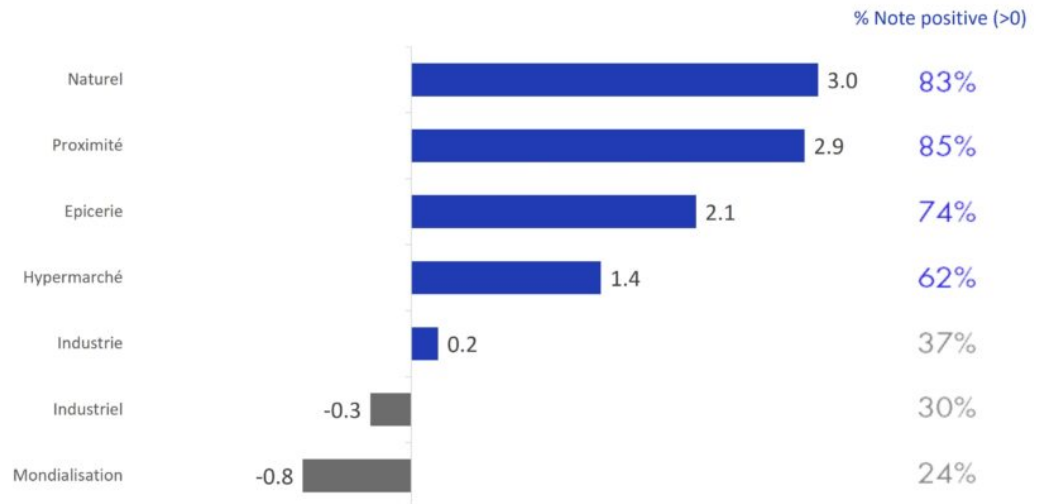
La rupture avec le modèle alimentaire issu de la société industrielle

Un rejet croissant de l'imaginaire industriel

La critique du modèle alimentaire général repose aujourd'hui sur ce qui a fait sa force et la réalisation de sa promesse durant l'essentiel du siècle dernier : son caractère « industriel ». Si, à l'âge d'or des Trente Glorieuses, les représentations liées à l'industrie renvoyaient au progrès économique, à l'efficacité, à l'abondance, à la sécurité et au confort matériel, elles relèvent aujourd'hui de la standardisation et de la massification impersonnelle, de l'inhumanité des processus de production et des effets néfastes sur la santé et l'environnement. Ainsi, seuls 30% des Français associent au mot « industriel » quelque chose de positif.

Sur une échelle de -5 à 5, dans quelle mesure associez-vous les mots suivants à quelque chose de positif ou à quelque chose de négatif ?

Base totale, n=4000



L'OBSoCo

Source : L'ObSoCo, Observatoire du rapport à la proximité, novembre 2021

Jadis source d'innocuité, d'hygiène et de sécurité, l'industrie dite « agroalimentaire » est désormais de plus en plus objet de défiance quand elle ne se trouve pas entachée par un imaginaire de l'artificiel, de l'impur ou, pire, de l'empoisonnement, découlant de nombreux scandales sanitaires et alimentaires dont les Français ont gardé la mémoire.

À cet égard, un travail d'association spontanée relatif aux aliments montre bien l'impact de ce discrédit. La chose est évidente s'agissant de la viande issue de l'élevage industriel⁷. Celle-ci se trouve majoritairement affiliée au registre du mortifère (de l'« aliment mort »⁸ et du malsain). Les fruits et légumes font, dans l'ensemble, l'objet d'associations positives. Leur culture intensive laisse toutefois planer le doute sur leur authenticité et qualité. Doute qui, de surcroît, entre en résonance avec la déploration croissante de la standardisation et du calibrage des tailles, des couleurs et des formes ainsi que de leur affadissement généralisé.

À l'inverse, les imaginaires des âges préindustriels relevant des mondes et de l'économie domestiques, des sphères familiales et artisanales se trouvent puissamment réinvestis : valorisation du geste, des produits bruts et non transformés, de l'authenticité et de la naturalité. Et l'origine locale et le fait maison de se poser en contrepoint aspirationnels d'une globalisation largement décriée.

Tout ceci renvoie à des mutations profondes de nos imaginaires, bien au-delà du sujet de l'alimentation. Selon l'Observatoire des perspectives utopiques de l'ObSoCo, l'utopie moderne portée par l'idéal d'un progrès économique (et donc industriel), social et politique articulé autour de valeurs matérialistes et de pratiques consuméristes n'a plus la cote (préférée par 10% seulement

des enquêtés). Au contraire, près d'un tiers des Français (31%) nourrissent une utopie identitaire-sécuritaire faisant la part belle à une société nostalgique d'un passé révolu, soucieuse de préserver son identité et sa singularité, quand une majorité de Français privilégie quant à eux l'utopie écologique (55%). S'il s'agit, certes, de répondre à leurs préoccupations grandissantes vis-à-vis de l'environnement, les Français expriment aussi à travers cette préférence un désir de tendre vers des modes de vie qui, par l'intensification des relations sociales, l'ancrage territorial, la réalisation personnelle et la conquête d'une plus grande autonomie, contribuent à une redéfinition du bien-être. Changement de paradigme donc.

Ce faisant, au-delà du rejet croissant de l'imaginaire industriel apparaissent une critique plus globale de notre modèle de développement et l'essoufflement de la pertinence d'un capitalisme fordien basé sur une logique de masse. Un système productif concentré sur des séries standardisées dont les volumes autorisent les prix bas articulés à une consommation répondant aux aspirations homogènes d'une classe moyenne massive. Avec, à l'interface, une distribution organisée autour des « grandes » surfaces.

Une montée parallèle de l'incertitude et des exigences : la volonté de contrôle

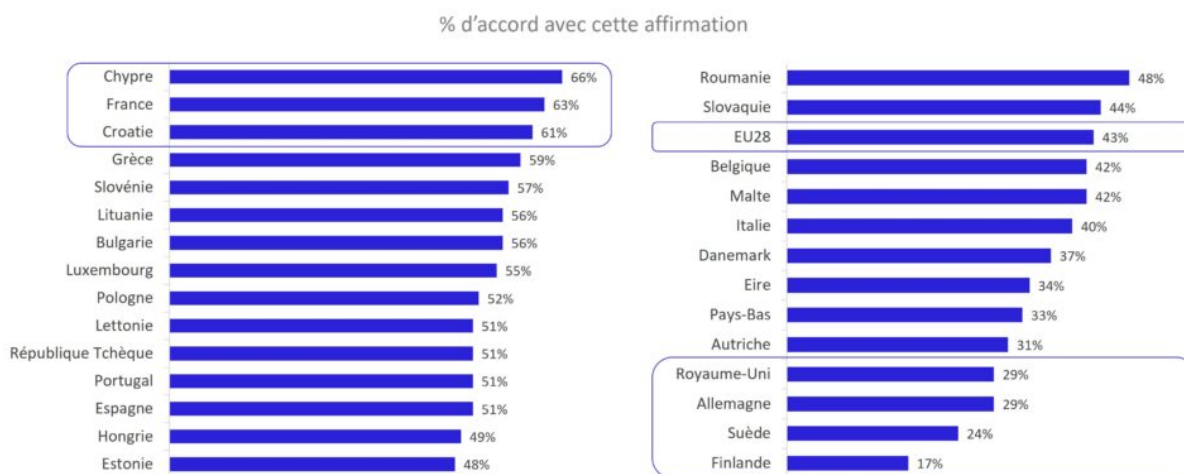
C'est cette alimentation issue du modèle de développement industriel que pointait Pierre Rabhi quand il disait : « Avec l'alimentation moderne, il vaut mieux souhaiter bonne chance que bon appétit⁹. » Un propos révélateur du basculement du rapport à l'alimentation à l'ère de la « société du risque¹⁰ ». Si nous ne vivons pas nécessairement dans un monde plus dangereux qu'autrefois (bien au contraire), la question du risque est désormais au cœur de nos sociétés et de l'existence individuelle. Fini le progrès univoque et positif, celui-ci porte désormais atteinte à la santé et à la sécurité. Depuis « l'infiniment petit » biologique, sanitaire et alimentaire, jusqu'à « l'infiniment grand » des catastrophes technologiques, écologiques ou géopolitiques. Tout ceci se trouve amplifié par un contexte de mondialisation qui accentue les interdépendances et diminue d'autant le sentiment de maîtrise. Rien d'étonnant alors qu'amenés à choisir le plus probable, 69% des Français interrogés optent pour le pessimisme et s'accordent sur le fait que « nous ne passerons pas les dix ou vingt prochaines années sans catastrophes majeures » quand 31% optent pour une vision positive de l'avenir (une « société plus humaine »)¹¹. La pandémie et la guerre en Ukraine ont contribué à considérablement assombrir l'avenir collectif. Autant d'événements qui contribuent en outre, directement ou indirectement, à renforcer les risques sociaux et psychosociaux par l'aggravation des situations de vulnérabilité tant matérielles et financières que psycho-affectives et relationnelles. Dès lors, le risque, « d'instrument de mesure, devient instrument de démesure », plus proche finalement de l'incertitude selon la distinction qu'en faisait l'économiste Frank Knight

(l'incertitude comme risque immesurable)¹².

Cette incertitude et l'anxiété qu'elle génère se cristallisent de manière singulière dans le domaine de la santé et, par rebond, dans celui de l'alimentaire. Car en l'absence de meilleur horizon collectif, la santé est valorisée comme un des biens individuels les plus précieux. Il suffit de regarder l'explosion des pratiques sportives individuelles ou, dans un tout autre registre, les sacrifices consentis aux pires heures de la pandémie pour protéger la santé des plus vulnérables.

Ce faisant, la multiplication des scandales sanitaires et alimentaires vient percuter cette tendance profonde. De même que la mise en lumière de la composition problématique ou néfaste des produits industriels (perturbateurs endocriniens, résidus de pesticides et de conservateurs contestés), la profusion d'études médicales établissant un lien entre composition de l'assiette et pathologies (obésité, diabète, cancer, etc.) et les campagnes de santé publique en faveur du bien manger (les fameux « manger bouger » et « cinq fruits et légumes par jour ») ont achevé de focaliser l'attention sur les relations dangereuses entre santé et alimentation.

« De nos jours les produits alimentaires sont remplis de substances nocives »



Source : Eurobaromètre, avril 2019

L'anxiété que cette combinaison génère pousse alors les individus plus formés, plus informés, plus affirmés que jamais à chercher des moyens de reprendre le contrôle sur leur consommation pour s'assurer de la bonne qualité de celle-ci¹³, comme le recours à des applications spécialisées¹⁴. Un surcroît d'informations qui concourt à accroître le sentiment de contrôle ainsi qu'à alimenter une économie de la défiance. Plus on sait, moins on a l'impression de savoir. La confiance baisse alors, jusqu'à se transformer, parfois, en défiance¹⁵.

La quête de contrôle de/sur soi par son alimentation peut même parfois faire basculer certains individus dans l'« orthorexie ». À cheval entre le médical et le sociétal, ce trouble du comportement alimentaire tend à faire de l'alimentation une véritable obsession. Il s'agit d'une tentative poussée à

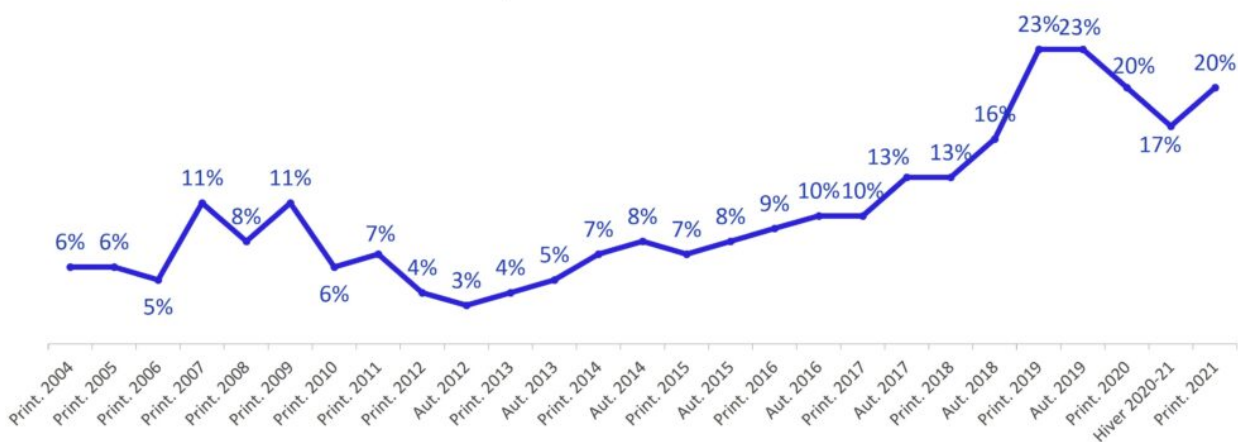
l'extrême, jusqu'à la pathologie, d'un contrôle total sur ce qui est ingéré, pour faire en sorte de ne jamais être mis en danger par les effets de l'alimentation sur la santé, au risque de vivre en vase clos et de se couper des autres.

Une soutenabilité environnementale et sociale en questions

La volonté de contrôle de son alimentation est exacerbée par des exigences croissantes en matière de durabilité et de soutenabilité du modèle alimentaire. Le modèle alimentaire général issu de la société industrielle se trouve de fait attaqué sur le front de sa soutenabilité écologique. Si les préoccupations des Français pour l'environnement s'affichent fortement depuis un moment, elles sont bien plus intenses quand elles sont articulées à la santé. De lointaines dans le temps (les générations futures) et dans l'espace (banquise, forêt amazonienne...), elles sont devenues un sujet d'inquiétude *ici et maintenant* pour soi (et ses proches).

A votre avis, quels sont les deux problèmes les plus importants auxquels doit faire face la France en ce moment (deux réponses maximum) ?

Réponse : "l'environnement"



Source : Eurobaromètre, Commission Européenne

Les personnes les plus préoccupées par l'enjeu écologique sont-elles également les plus attentives aux impacts de l'alimentation sur la santé (et inversement) ?

La dégradation des écosystèmes naturels est directement liée au sujet de la détérioration de la qualité de vie. Impactant les productions agricoles et l'élevage, elle affecte en cascade la qualité de l'assiette et donc la santé du consommateur.

À ce titre, 85% des Français estiment que l'élevage industriel est mauvais pour l'environnement¹⁶. Parallèlement, la souffrance animale apparaît de plus en plus comme une justification très répandue, appuyant la critique du modèle industriel, symptôme de la perte de liens avec le monde rural. Une majorité (71 %) de Français est d'accord avec le fait que « manger de la viande issue de

l'élevage industriel participe à la souffrance animale »¹⁷. La sensibilité à la cause animale est aussi très liée au degré d'inquiétude quant aux effets négatifs possibles des aliments sur la santé. La viande issue de l'élevage industriel est de moins bonne qualité et produit des effets néfastes sur la santé (en plus de la culpabilité qui résulte de sa consommation).

Un questionnement sur la soutenabilité sociale du modèle alimentaire est également à l'œuvre. La pauvreté en France progresse sensiblement depuis le début de la crise sanitaire. Dans son rapport annuel, le Secours catholique alerte sur l'extension des privations des ménages touchés par cette précarité dans le domaine de l'alimentation. Ainsi, jusqu'à 7 millions de personnes (près d'un Français sur dix) ont eu recours à l'aide alimentaire en 2020, soit une augmentation de 15 à 20% par rapport à 2019¹⁸. Un accroissement patent de la précarité dont l'association note qu'elle touche désormais de nouveaux publics, tels que les étudiants ou les travailleurs pauvres. Le **coup de gueule** du patron des Restos du cœur, qui voit arriver des jeunes avec leurs manteaux siglés Uber Eats, en témoigne : « Ils apportent à manger aux autres, mais n'ont pas de quoi manger pour eux. »

À l'autre bout du spectre, cette augmentation de la précarité touche également et paradoxalement les producteurs agricoles eux-mêmes. Confrontés aux inégalités croissantes du modèle agricole dominant, un grand nombre de paysans acteurs de la production alimentaire vivrière française durable bascule dans la pauvreté – la Mutualité sociale agricole (MSA) **avance** que 30% des agriculteurs français disposaient de revenus inférieurs à 350 euros par mois en 2015 quand l'Insee **indique** que 18% des ménages agricoles vivaient sous le seuil de pauvreté en 2018. Ces derniers sont directement impactés par le changement climatique qui entraîne incertitudes, variabilité extrême des revenus et souvent diminution de la productivité des cultures.

Ces questions de soutenabilité environnementale comme sociale s'accompagnent d'une réflexion croissante des Français vis-à-vis de leurs habitudes alimentaires. Aux dimensions de goût, d'innocuité et de santé, au besoin de contrôle et de reprise en main concrète s'ajoutent aussi des dimensions plus éthiques et responsables.

La grande transition alimentaire

À la croisée de ces évolutions, un mouvement général se dégage : celui de la « transition alimentaire », processus par lequel une société et des individus tendent à modifier leur manière de produire, consommer et s'alimenter.

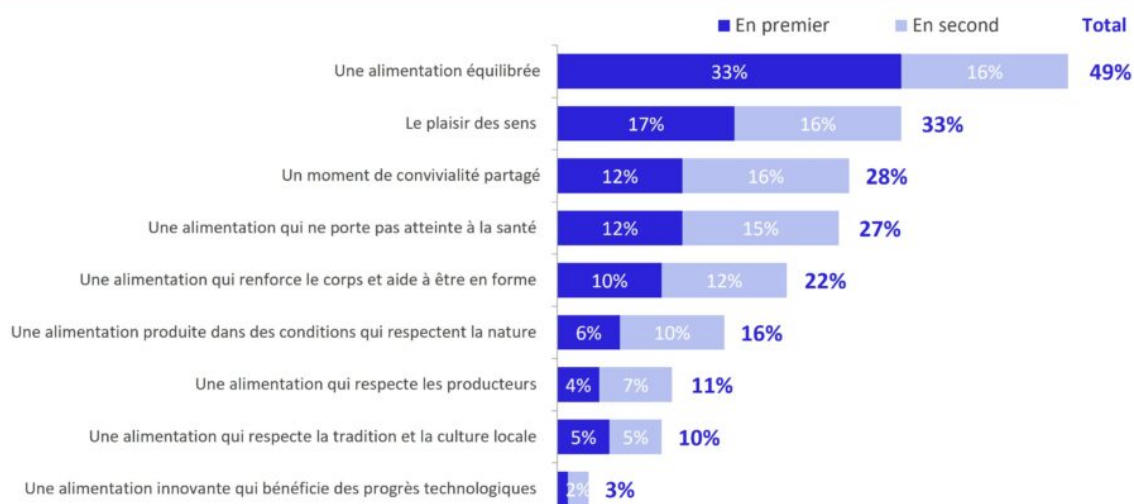
Déjà près de la moitié des Français (45%) semblent avoir pris en marche le train d'une transition alimentaire¹⁹, accélérée par la crise sanitaire et qui peut prendre plusieurs formes.

Manger « mieux » / « sain »

Dans le sillage d'une sensibilité et attention croissantes des Français à l'impact de l'alimentation sur la santé, le poids de celle-ci et de l'innocuité tend à augmenter dans la conception et la définition que les Français se font de la qualité alimentaire. Les produits consommés doivent non seulement être vecteurs de goût, de saveurs et de plaisir, mais aussi être garants d'une bonne santé. C'est encore plus le cas depuis la crise sanitaire qui a contribué – au moins un temps – à reléguer les moments de convivialité et de sociabilité alimentaire au second plan des préoccupations au profit d'un recentrement sur soi.

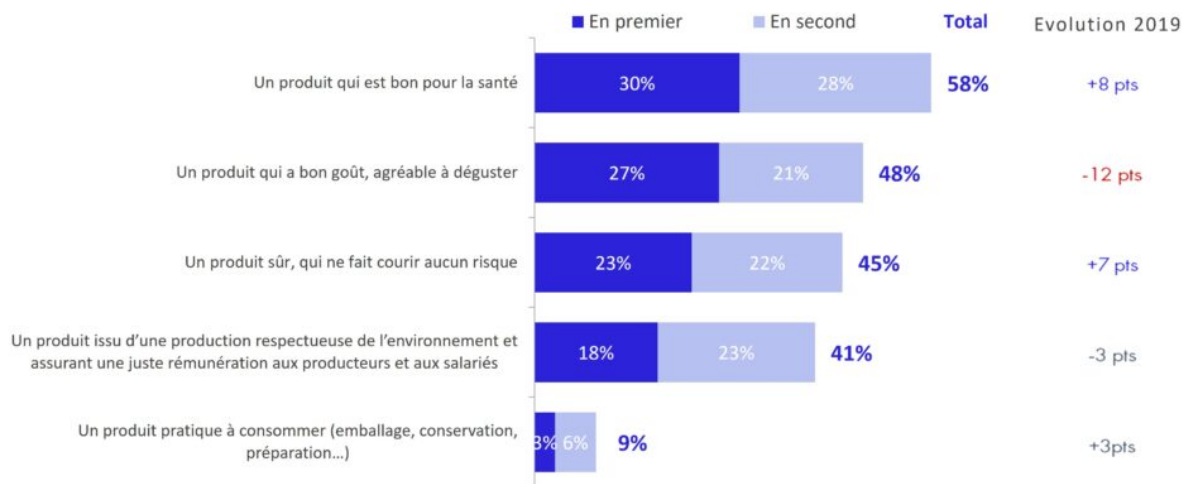
Pour vous, « bien manger », c'est avant tout... ?

Base totale, n=4000



Pour vous, un produit alimentaire de qualité, c'est avant tout... ?

Base totale, n=4000



Source : L'ObSoCo, Observatoire du rapport à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, décembre 2021

Pour beaucoup, « bien manger » est synonyme d'une alimentation équilibrée et saine (49% dont 33% en premier choix de réponse) – en augmentation de 8 points par rapport à 2019 – devant le plaisir des sens (33%, -3 points) et le moment de convivialité partagé (28%), en forte baisse (-7 points)²⁰. Si l'on aspire toujours au plaisir, celui-ci doit être compatible avec la préservation et l'entretien de son capital santé. De même, pour 58% des Français (dont 30% en premier choix de réponse), un produit alimentaire de qualité est avant tout un produit qui est « bon pour la santé », un résultat en hausse de 8 points par rapport à 2019. Une progression qui s'opère au détriment du goût (en baisse de 12 points) et qui, dans son sillage, tire aussi la question de l'innocuité (45%, en augmentation de 7 points également).

Les produits bruts / le faire et produire soi-même

Phénomène ancien qui s'accélère avec la crise sanitaire, la pratique du fait maison se révèle, elle aussi, significative de cette quête du manger « mieux » et « sain » qui anime une partie de la population. Redécouverte de la cuisine, progression des pratiques, renforcement et acquisition de compétences... Là encore, la crise sanitaire a accéléré les tendances. Aujourd'hui, 75% des Français interrogés déclarent réaliser de leurs mains au moins 7 plats sur 10 consommés au sein de leur foyer – dont 46% indiquent consommer quasi intégralement (9 à 10 plats) des plats faits maison. Si cet engagement proclamé dans le fait maison comporte un biais de désirabilité sociale important et renvoie souvent à de la cuisine d'assemblage, il témoigne néanmoins d'une pratique culinaire fortement installée, mais aussi durable, avec des marges de progression importantes : 37% des répondants – plus jeunes et très préoccupés par les questions environnementales et sociétales – pensent que leur consommation de produits faits maison va augmenter au cours des

deux années à venir.

Le fait maison répond à des motivations multiples : la réalisation d'économies dans ses achats alimentaires, le plaisir de faire soi-même, l'envie de se faire plaisir, de se réunir et partager, mais aussi la volonté de retrouver la maîtrise de/sur son alimentation.

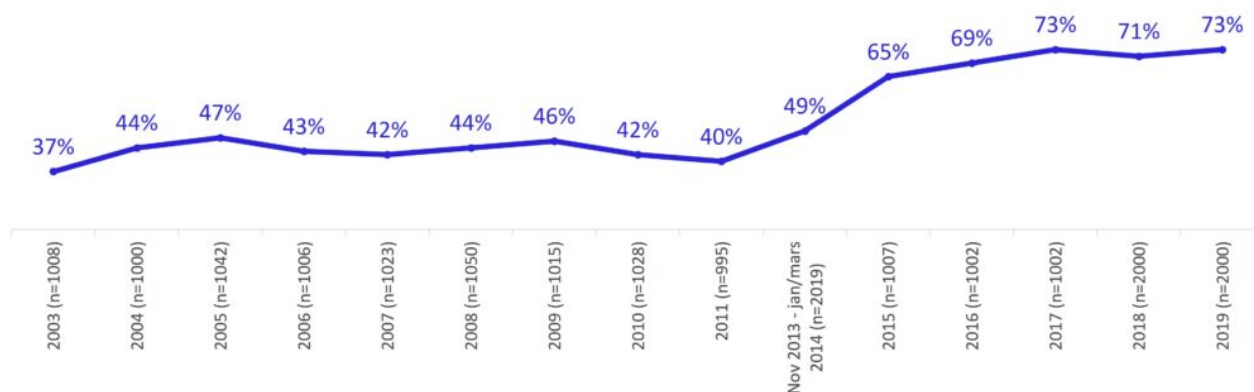
L'autoproduction alimentaire a également le vent en poupe. Culture de fruits, de légumes et d'herbes aromatiques, production d'engrais naturels pour le jardin, fabrication de conserves, élevage de poules... 67% des Français pratiquent au moins une activité d'autoproduction, soit 30,5 millions de personnes²¹ ! Une pratique répandue et qui bénéficie d'une dynamique positive avec 9% de nouveaux pratiquants depuis le début de l'année 2021, soit 4,1 millions de Français. S'il s'agit de faire des économies et trouver le plaisir de faire soi-même, la pratique de l'autoproduction alimentaire semble avant tout motivée par la possibilité de consommer des aliments bruts/frais/sains, motivation la plus importante pour les Français.

Manger bio

La sensibilité des consommateurs à la qualité des produits alimentaires et les quêtes de manger « mieux »/« sain » s'expriment également au travers de la formidable progression du « bio » depuis une décennie en France. Malgré une récente inflexion (deuxième semestre 2020) des ventes de produits bio en grandes surfaces alimentaires (GSA)²², les données de l'Agence bio montrent que la part de consommateurs de produits biologiques a connu une très forte croissance entre 2011 et 2017, passant de 40% à 73% – pour ensuite rester sur ce plateau élevé.

Avez-vous consommé des produits biologiques au cours des douze derniers mois ?

Consommateurs au moins une fois par mois



Source : Agence Bio, Baromètre de consommation et de perception des produits biologiques en France, 2021

En 2020, neuf Français sur dix déclarent avoir consommé des produits biologiques, 13% en

consomment même tous les jours ! La démocratisation du bio est donc à l'œuvre dans toutes les couches de la population même si la fréquence des achats montre que des inégalités persistent en termes d'âge - 55% des 25-34 ans sont des consommateurs réguliers (au moins une fois par semaine) contre 43% des 50-64 ans - et de CSP : 59% des CSP+ consomment des produits alimentaires bio de façon hebdomadaire contre 43% des CSP-.

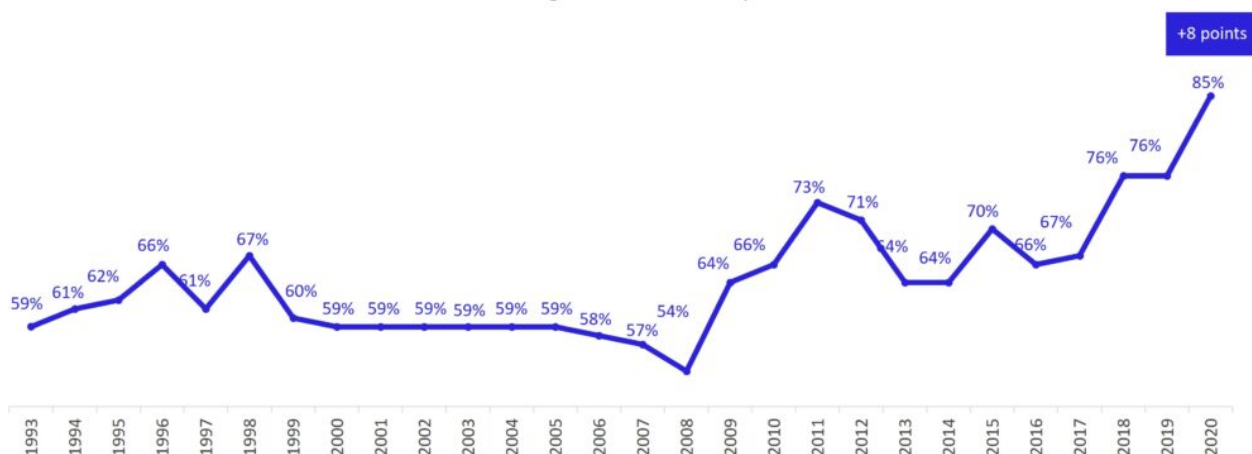
La montée en puissance du « bio » semble répondre à l'aspiration santé et bien-être majoritairement associée au bien manger. Il est aujourd'hui investi comme un signe de rassurance en matière de santé et d'innocuité pour un nombre croissant de consommateurs, malgré les nombreuses critiques sur ses insuffisances (voire ses compromissions).

Manger local et direct producteur

Autre phénomène ressorti renforcé de la crise sanitaire : l'attrait des Français pour la proximité. La crise a eu pour conséquence un recentrage à toutes les échelles : l'échelle nationale, avec une poussée du souverainisme et une volonté massive de relocalisation ; l'échelle régionale et locale avec un renforcement de l'appétence pour les produits alimentaires locaux et les circuits courts ; l'échelle du quartier enfin, avec l'accroissement de la fréquentation des commerces de proximité et l'augmentation de leur popularité auprès des consommateurs.

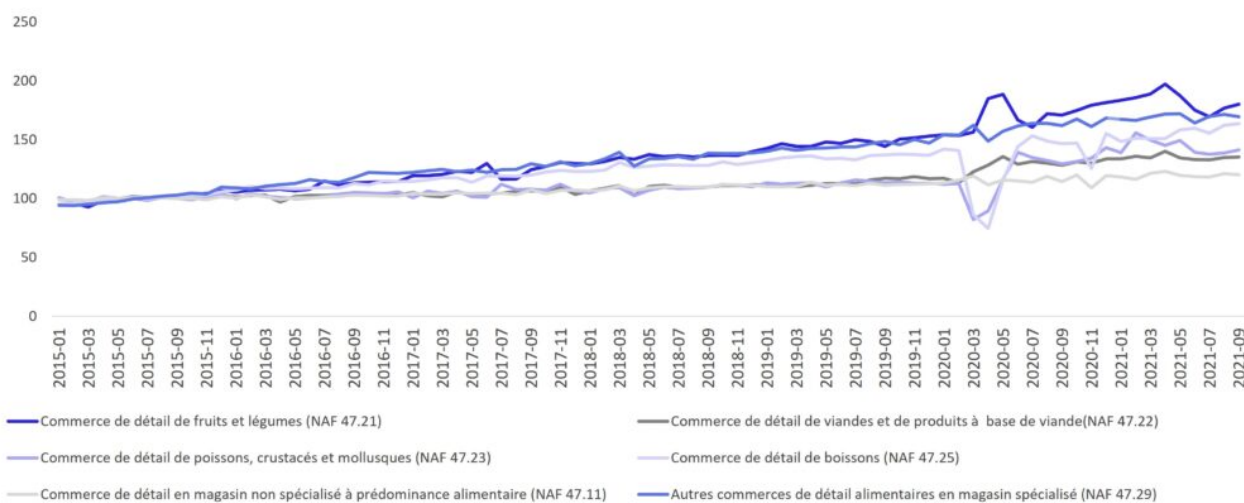
Voici plusieurs raisons d'acheter des produits de consommation, pour chacune d'entre elles, dites-moi si vous personnellement, elles vous incitent à acheter un produit

Produits régionaux - "Beaucoup" et "assez"



Source : Crédoc, Tendances de consommation, juin-juillet 2020

La progression du commerce de détail



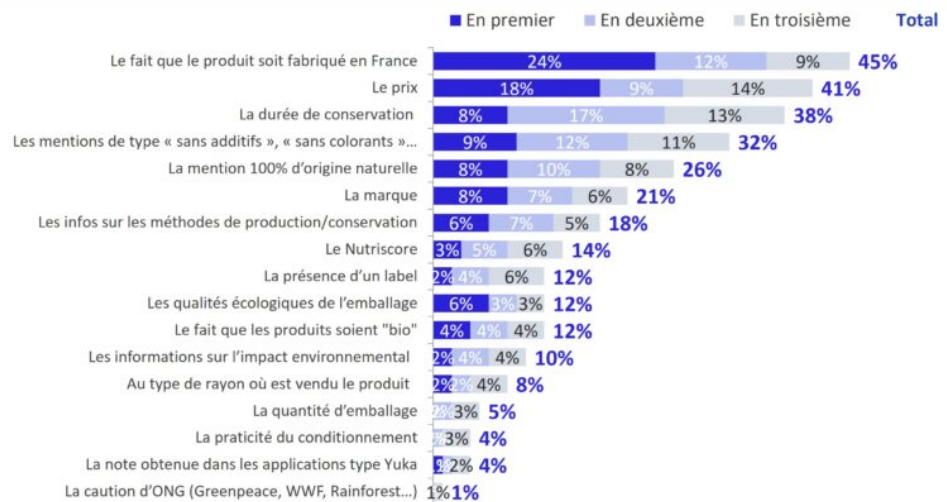
Source : INSEE

Dès lors, dans une démarche de conciliation santé, qualité et responsabilité sociale et environnementale, de nombreux Français ont réorienté une partie de leur consommation alimentaire vers le local, les circuits courts et le direct producteur. 72% des Français interrogés affirment avoir acheté au cours des douze derniers mois des produits alimentaires « direct producteur »²³. Les achats sur les marchés paysans rassemblent la plus forte proportion d'acheteurs (59%), suivis des achats directement chez l'exploitant (50%), loin devant les achats directs *via* un site internet et le recours à une AMAP ou un réseau du même type (26% et 21%). Sur la base des réponses à la même question posée en décembre 2020, la pénétration de chacun des circuits abordés a progressé de 4 ou 5 points.

Cette valorisation du local concerne également les circuits de distribution classiques au sein desquels les Français sont de plus en plus attentifs à l'origine des produits alimentaires consommés (en particulier la viande et les fruits et légumes). Lorsqu'on leur demande de classer les trois critères les plus importants au moment d'acheter des produits alimentaires, le « fabriqué en France » arrive en première position.

Au moment d'acheter des produits alimentaires, quels sont pour vous les trois critères les plus importants ?

Base totale, n=4000



Source : L'ObSoCo, Observatoire du rapport à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, décembre 2021

Manger moins de viande (rouge)

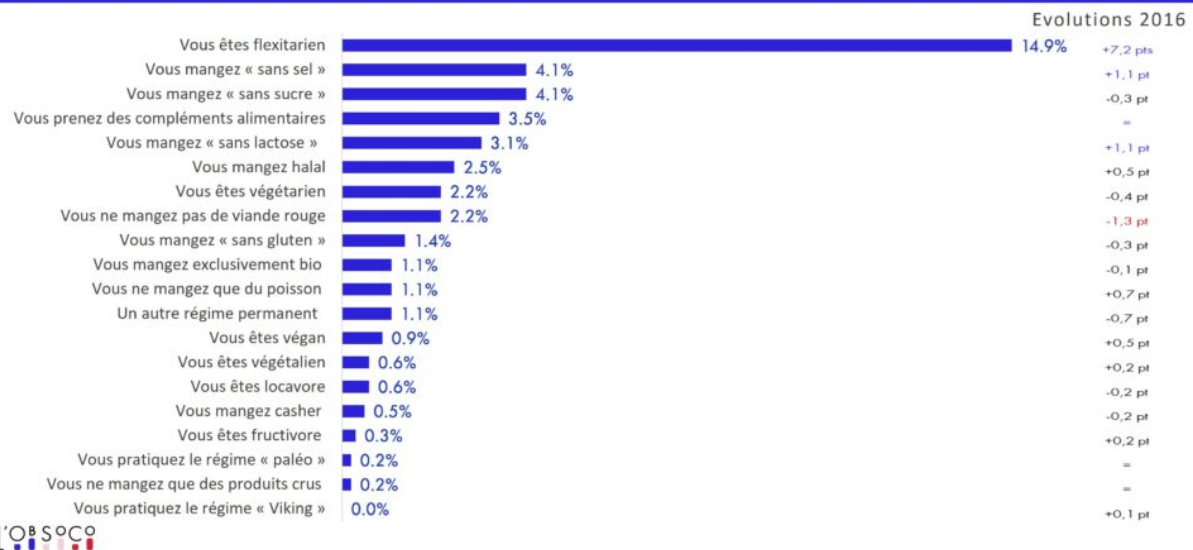
En parallèle, beaucoup de Français s'engagent dans un processus de réduction de leur consommation de viande rouge et de charcuterie (soldes d'évolution de -42 et -48 points en trois ans)²⁴ et, plus marginalement, leur suppression. Bien qu'en légère baisse, la consommation des autres types de protéines animales (les œufs, la viande blanche et la volaille) s'est quant à elle globalement stabilisée. Le phénomène, loin de concerner un profil spécifique, semble au contraire se déployer de manière uniforme parmi l'ensemble de la population. À noter aussi des effets de substitution entre types de viande et en particulier entre viande rouge et viande blanche, cette dernière apparaissant tout à la fois moins chère et comportant moins de risques pour la santé.

Si les régimes « sans viande » (végétarien, végétalien, végan, etc.) ne concernent que 5% de la population, la proportion de flexitariens dans la population augmente tendanciellement et passe de 7,7% en 2016 à 14,9% en 2021. Ce régime est particulièrement apprécié des jeunes (18-35 ans), des femmes, des urbains, des personnes sans enfant et des individus très sensibles à l'environnement et à la cause animale.

Suivez-vous un régime alimentaire permanent particulier ?

(Plusieurs réponses possibles)

Base totale, n=4000



Source : L'ObSoCo, Observatoire du rapport à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, décembre 2021

Cette dynamique ne fait que commencer. Lorsqu'on leur demande s'ils comptent ou non s'engager dans un (nouveau) régime permanent dans les deux prochaines années, 27,6% des Français interrogés envisagent de devenir flexitariens (pour des raisons sanitaires, environnementales ou éthiques), ce qui porterait le pourcentage de flexitariens à 42,6% de la population !

L'enquête du Crédoc sur les comportements alimentaires effectifs en France réalisée en 2019 confirme, pour la première fois depuis plusieurs années, une tendance à l'augmentation de la consommation de fruits et légumes²⁵. En dix ans, le nombre de personnes se conformant à la recommandation du Programme national nutrition santé (« cinq fruits et légumes par jour ») a ainsi augmenté de 4 points, autant chez les enfants que chez les adultes. La consommation par jour et par adulte s'élève désormais à 323 grammes de fruits et légumes frais, 365 grammes en comptant les conserves.

Manger « moins »

Une proportion massive (81%) de Français s'accordent pour dire que « nous pourrions vivre en mangeant beaucoup moins »²⁶. Cette attitude se traduit concrètement dans les comportements puisque quasiment un tiers (32%) d'entre eux déclarent avoir l'impression d'avoir réduit les quantités d'aliments ingérés en vue d'une alimentation plus frugale au cours des dernières années.

Cette valorisation du manger « moins » se complète, pour deux tiers des Français, par un besoin de purifier leur corps, notamment des impuretés des produits industriels.

L'idée d'une éthique du « soi », du « sain » et du « soin » orientant les conduites alimentaires vers une alimentation qui respecte ses biorythmes et qui participe de son accomplissement et épanouissement personnel est de plus en plus présente. Les personnes les plus convaincues par ce besoin de purification sont celles qui sont les plus attentives aux effets de l'alimentation sur leur santé, qui sont le plus soucieuses des questions environnementales et sociétales et les habitants des grandes métropoles. Les répondants très pratiquants dans leur religion sont également davantage en quête de purification dans une optique cette fois-ci spirituelle.

1. **La deuxième partie s'intitule : La France à table (2/2) : Alimentations et fragmentations.**
2. Paul Ariès, *Une histoire politique de l'alimentation. Du paléolithique à nos jours*, Paris, Max Milo, 2016.
3. Olivier Assouly, *Les Nourritures divines. Essai sur les interdits alimentaires*, Arles, Actes Sud, 2002.
4. Mary Douglas, *Purity and Danger. An analysis of the concept of pollution and taboo*, Londres, Routledge et Kegan Paul, 1966 (Mary Douglas, *De la souillure. Essai sur les notions de pollution et de tabou*, Paris, Maspero, 1971).
5. Voir Madeleine Ferrières, *Histoire des peurs alimentaires. Du Moyen Âge à l'aube du XX^e siècle*, Paris, Seuil, 2010.
6. *État de la pauvreté en France en 2021*, Secours catholique.
7. Observatoire des éthiques dans l'alimentaire, L'ObSoCo, 2016.
8. Laurence Ossipow, « Aliments morts, aliments vivants », dans Claude Fischler (dir.), *Manger magique. Aliments sorciers, croyances comestibles*, Paris, Autrement, 1994, pp. 127-135.
9. Pierre Rabhi dans « L'invité des matins » sur France Culture le 19 juillet 2018.
10. Ulrich Beck, *La Société du risque. Sur la voie d'une autre modernité* (1986), Paris, Aubier, 2001.
11. L'Observatoire du rapport à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, L'ObSoCo, 2021.
12. Frank Hyneman Knight, *Risk, uncertainty and profit*, New York, Houghton Mifflin Company, 1921.
13. Camille Adamiec, *Devenir sain. Des morales alimentaires aux écologies de soi*, Rennes, Presses universitaires de Rennes, 2016.
14. Le recours plurimodèle aux applications d'évaluation des produits alimentaires (Yuka, Open Food Facts, Scan Up, Mylabel, Consommateur et Citoyen, ConsoMieux...) – 23% des Français interrogés – est davantage le fait des jeunes (32% des 18-34 ans), des foyers aisés (33% des hauts revenus), des CSP+ et des plus diplômés (35%) (L'Observatoire du rapport des Français à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, L'ObSoCo, 2021).
15. *La quête de contrôle du consommateur. Le phénomène Yuka ou le business de la défiance*, L'ObSoCo, collection « Tendances, les nouvelles cultures de la consommation », 2018.
16. L'Observatoire du rapport des Français à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, L'ObSoCo, 2021.
17. *Ibid.*
18. *État de la pauvreté en France 2021*, Secours catholique.
19. Observatoire du rapport à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, vague 3, L'ObSoCo, 2021.
20. Observatoire du rapport à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, vague 3, L'ObSoCo, 2021.
21. Observatoire de l'autoproduction alimentaire, L'ObSoCo & Invivo Retail, 2022.
22. Selon les données Iri pour LSA, sur les sept premiers mois de l'année 2021, l'évolution des ventes de produits bio en GSA est négative (-1,6%). Les ventes des produits bio en GSA au premier semestre ne progressent que de 16% sur deux ans, entre 2019 et 2021, alors qu'elles augmentaient de plus de 50% entre 2017 et 2019, indique Iri. Plusieurs explications peuvent être avancées : inflation alimentaire (surcoût des produits « bio »), début de saturation du marché et difficulté pour le marché du « bio » à recruter de nouveaux adeptes, ralentissement de la croissance de l'assortiment (ou de la diversité de l'offre) en produits bio en magasin, perte de confiance dans la qualité et la rigueur éthique des produits « bio »

dans le cadre de sa démocratisation/massification, etc.

23. L'Observatoire du rapport des Français à la proximité, L'ObSoCo, 2021.
24. Observatoire du rapport à la qualité et aux éthiques dans l'alimentaire, vague 3, L'ObSoCo, 2021.
25. Louise Seconda et *al.*, *Renversement de tendance : les Français végétalisent leur alimentation*, Crédoc, coll. « Consommation et modes de vie », n°CMV315, mars 2021.
26. L'Observatoire du rapport aux éthiques et à la qualité dans l'alimentaire, L'ObSoCo, 2021.