



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

VÉGÉTARIENS ET FLEXITARIENS EN FRANCE EN 2020

Enquête IFOP pour FranceAgriMer
Rapport complet de l'étude



FranceAgriMer

ÉTABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

VÉGÉTARIENS ET FLEXITARIENS EN FRANCE EN 2020

RAPPORT COMPLET

20.05.2021

Aurélie CROUZET
Directrice de Pôle Consumer & Retail
aurelie.crouzet@ifop.com

Laura CRAVEUR
Directrice d'études Consumer & Retail
laura.craveur@ifop.com

Morgane TAYEAU
Chargée d'études Consumer & Retail
Morgane.tayeau@ifop.com

ifop





FranceAgriMer

ETABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

ifop

CONTEXTE & OBJECTIFS DE L'ETUDE

Véritable phénomène mondial, le **VÉGÉTARISME ET SES EXTENSIONS (VEGANISME, ...)** font de plus en plus parler d'eux.

Dans un pays comme la **FRANCE**, aux traditions culinaires très fortes, dont les plats les plus emblématiques sont à base de viande (bœuf bourguignon, blanquette de veau...) et qui est le **PAYS EUROPÉEN OÙ LA CONSOMMATION DE BŒUF ET VEAU EST LA PLUS ÉLEVÉE PAR HABITANT***, il est intéressant de voir comment ces nouveaux régimes alimentaires s'intègrent auprès de la population.

C'EST DANS CE CONTEXTE QUE FRANCEAGRI-MER A SOUHAITE QUANTIFIER LE PHÉNOMÈNE, COMPRENDRE LES MÉCANISMES POUR MIEUX ANTICIPER LES ÉVOLUTIONS DE CES NOUVEAUX RÉGIMES ALIMENTAIRES.

FranceAgriMer a d'ailleurs déjà mené une étude quantitative en 2018 sur le végétarisme mais souhaitait se doter d'**UN OUTIL BAROMÉTRIQUE PLUS ROBUSTE PERMETTANT D'ÊTRE REPRODUIT DANS LE TEMPS DE MANIÈRE FIABLE.** Une des **MESURES FORTES DE CETTE** étude-est donc d'être parti d'un **ÉCHANTILLON TRÈS IMPORTANT DE 15 000 PERSONNES** pour se donner les moyens d'optimiser les lectures et réduire les marges d'erreur.

- ➔ **QUANTIFIER LES DIFFÉRENTS 'STADES' DE NON CONSOMMATION DE VIANDE** : du flexitarien au vegan et être en mesure de suivre leurs évolutions dans le temps.
- ➔ Déterminer **SI LES PRATIQUES DE CONSOMMATION SONT EN ACCORD** avec le fait de se **DÉCLARER** comme appartenant à l'une de ces cibles.
- ➔ **PROFILER** ces cibles en termes de critères socio-démographiques mais également de consommation et plus globalement de comportements/ lifestyles.
- ➔ **COMPRENDRE LES MOTIVATIONS/INFLUENCES D'ADOPTION** de chacun des régimes alimentaires.

MODE DE RECUEIL

- Questionnaire **online ad hoc**
- Terrain réalisé du **30 septembre au 08 novembre 2020**

CONTEXTE DE CETTE ANNEE 2020 :

1^{er} confinement : du 17 mars au 10 mai 2020

2nd confinement : du 30 octobre au 15 décembre 2020

*Le lancement du terrain devait **initialement avoir lieu mi-mars.***

A l'annonce du 1^{er} confinement, il a été convenu conjointement de décaler le terrain à Septembre, pour ne pas tomber dans un recueil en cette phase inédite sur laquelle personne n'avait de recul vs l'impact sur l'alimentation des Français.

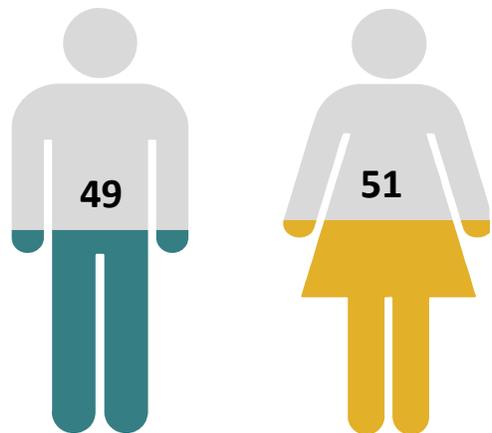
De fait, nous savons maintenant que cette crise a été un temps de réflexion sur son alimentation. Nous verrons d'ailleurs dans ce rapport que la consommation de viande a notamment été réfléchie pour certaines cibles !

ECHANTILLONNAGE

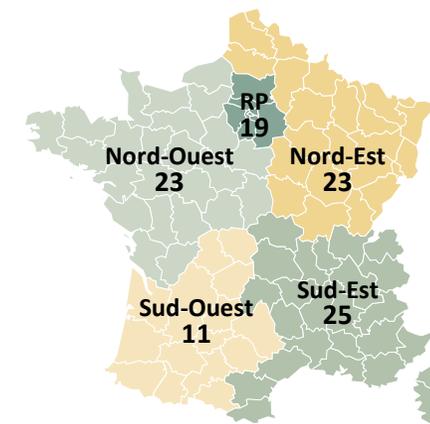
- Interrogation d'un échantillon de **15 001 personnes**
 - Agées de **15 à 70 ans**
 - Représentatives de la **population française**
- **Des quotas ont été fixés sur :**
- **Sexe**
 - **Age en 4 tranches** (15-24 / 25-34 / 25-49 / 50-70)
 - **Région en UDA 5**
 - **Taille d'agglomération en 5 tranches** (Zones rurales, villes de -20k hab., villes de 20k à 100k hab., villes de plus de 100k hab., Agglomération parisienne)
 - **CSP en 3 tranches** (CSP+ / CSP - /Inactifs)
- **Un suivi sur la bonne répartition a été fait sur:**
- Sexe par tranche d'âges
 - Diplôme en 3 tranches (inférieur au bac, bac, supérieur au bac)
 - La présence d'enfants de moins de 15 ans au foyer

PROFIL DE L'ÉCHANTILLON INTERROGÉ - QUOTAS

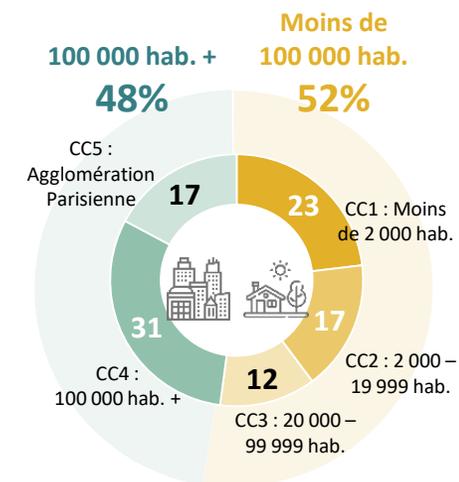
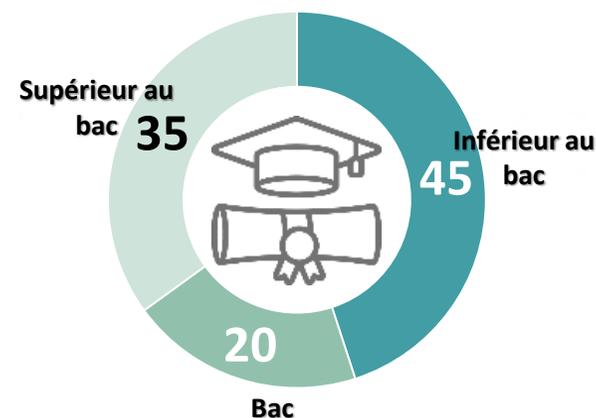
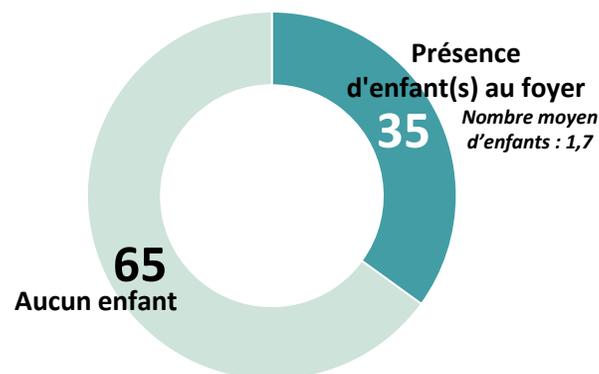
Base : Ensemble



CSP+	41
Agriculteur	2
Artisan, commerçant, chef d'entreprise	7
Profession libérale, cadre et profession intellectuelle supérieure	15
Profession intermédiaire, technicien, contremaître, agent de maîtrise	17
CSP-	33
Employé	15
Ouvrier	18
Inactifs	26
Retraité	20
Autre inactif (élève, étudiant)	6

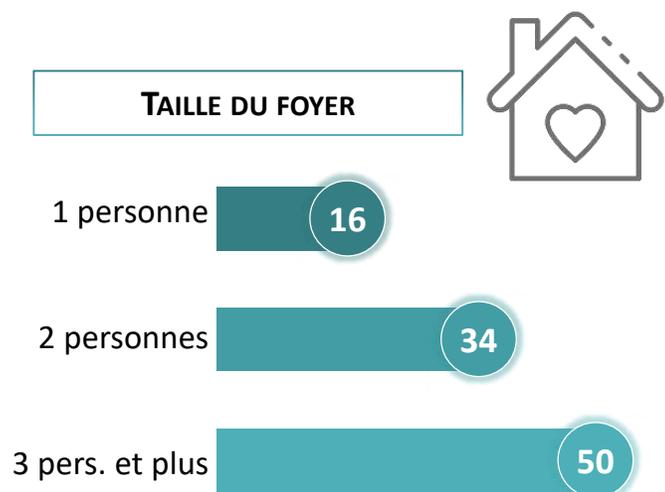


Age moyen : 43,2 ans

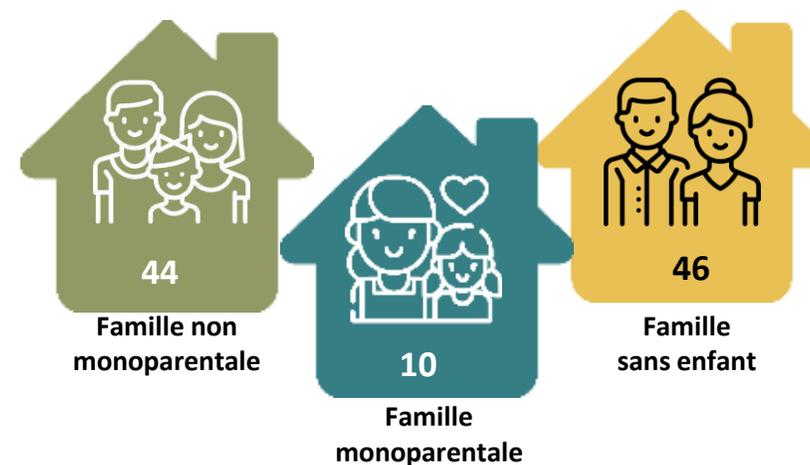
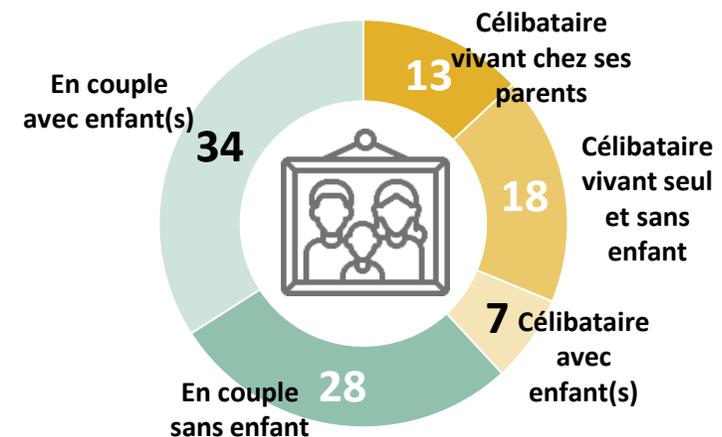
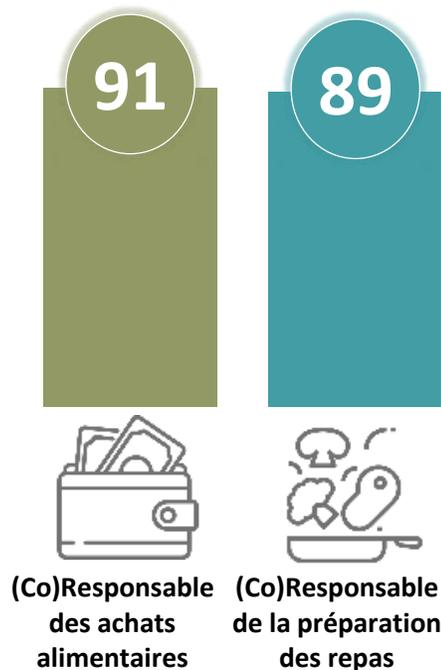


PROFIL DE L'ÉCHANTILLON INTERROGÉ – INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES (1/2)

Base : Ensemble

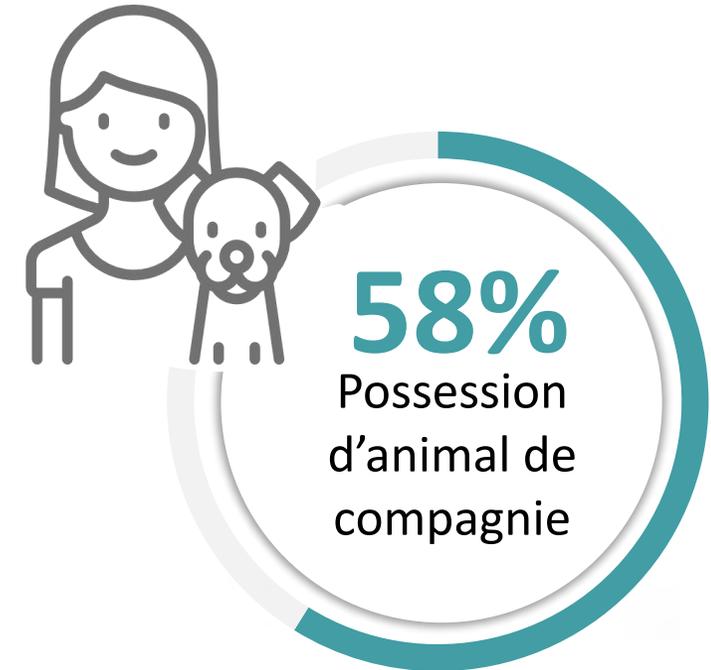
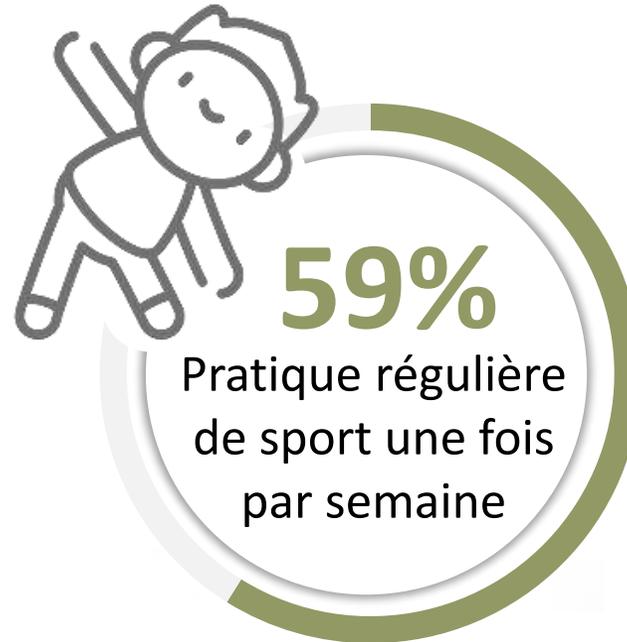
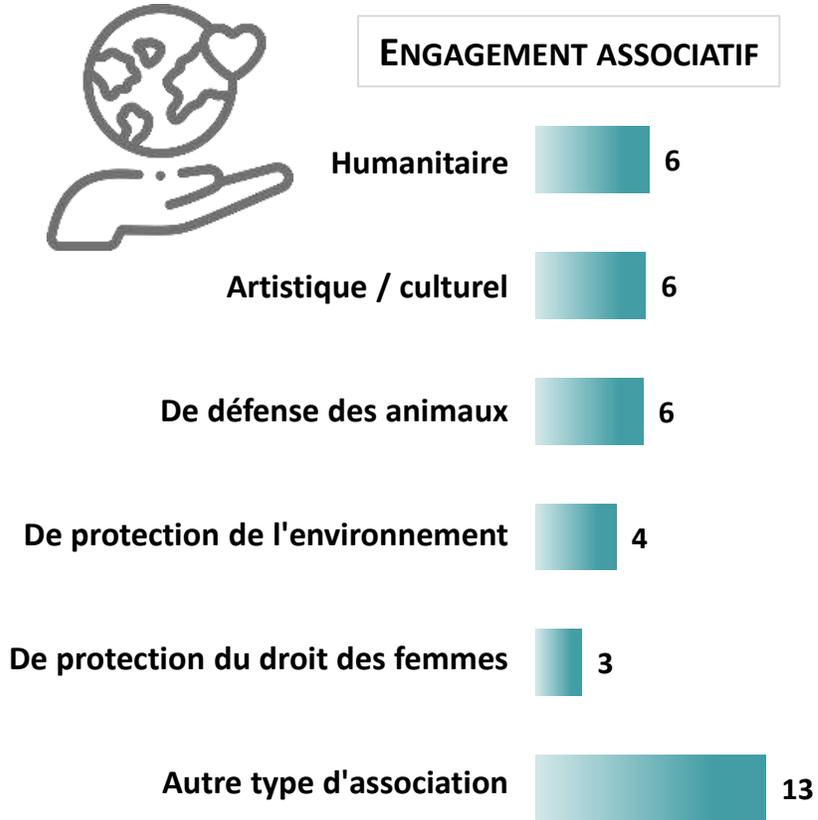


Nombre moyen de personnes au sein du foyer : 2,8 pers.



Base : Ensemble

ENGAGEMENT ASSOCIATIF



SCREENING & PROFILING

- Critères sociodémographiques : sexe, âge, profession, région, taille d'agglomération, taille du foyer, niveau de diplôme
- (Co)Responsable des achats
- (Co)Responsable des repas
- Pratique d'un sport
- Présence d'un animal de compagnie
- Engagement associatif
- Revenus exacts du foyer

DETERMINATION DES PRATIQUES ALIMENTAIRES

- Fréquence de consommation
- Consommation et limitation des diverses sources de protéines animales

DETERMINATION DES RÉGIMES ALIMENTAIRES ADOPTÉS

Présentation des définitions exactes de chaque régime

- Régime déclaré
- Ancien régime déclaré
- Changement projeté de régime
- Etat des lieux des régimes au sein du foyer

COMPRÉHENSION DES RAISONS D'ADOPTION D'UN RÉGIME

- Ancienneté d'adoption du régime
- Raisons spontanées d'adoption du régime (*ouvert*)
- Raisons d'adoption du régime (*multi-réponses et principale*)
- Projection d'une augmentation de consommation si conditions d'élevage meilleures
- Consommation de produits afin de compenser le manque de protéines animales
- Fréquence d'écarts au régime sans viande
- Difficultés rencontrées par rapport au régime (*multi-réponses et principale*)
- Raisons de non-adoption d'un régime végétarien (*multi-réponses et principale*)
- Raisons d'abandon d'un régime végétarien (*multi-réponses et principale*)

**Uniquement
à ceux ayant
un régime**

OPINIONS, HABITUDES ALIMENTAIRES ET STYLE DE VIE

- Opinions sur la consommation de viande et sur le végétarisme
- Attitudes alimentaires
- Notoriété qualifiée des nouveaux produits végétariens/végétaux
- Image des nouveaux produits végétariens/végétaux
- Description détaillée du mode de vie et des convictions personnelles

Dans ce document figurent plusieurs types d'indicateurs qui sont détaillés ci-dessous :

Écarts entre régimes principaux

Les écarts entre les 4 grands régimes sont symbolisés par des lettres telles que :

- O : Omnivores
- N : Flexitariens Non-étiquetés
- F : Flexitariens
- R : Régimes sans viande

Définitions données ultérieurement, dans le corps du rapport !

Écarts vs le TOTAL France

Les indiquent quand un régime principal affiche des taux supérieurs ou inférieurs aux résultats obtenus auprès de la population française.

Écarts au sein d'un régime

Les +/- indiquent quand un sous-régime est différent du régime principal

Exemple : Végétariens (sous-régime) vs Régimes sans viande (régime principal).

	TOTAL France (n=15001)	RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)	Pescetariens (n=167)	Végétariens (n=126)	Végétaliens / Vegans (n=38)
Sexe					
Un homme	49	33	26 -	35	59 +
Une femme	51	67 ON	74 +	65	41 -



Note de lecture:

- Les « Régime sans viande » sont composés de plus de femmes (vert vs TOTAL France) que la population française mais aussi que les omnivores et les non étiquetés (lettres ON).
- Les pescetariens sont composés quant à eux d'encore plus de femmes que l'ensemble des « régimes sans viande » (signe +).



FranceAgriMer

ETABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

ifop

RESULTATS DE L'ETUDE

SOMMAIRE

1. COMBIEN DE FRANÇAIS ONT OPTÉ POUR UN RÉGIME ALIMENTAIRE LIMITANT / SANS VIANDE ? ET LE RESPECTENT-ILS ?

2. QUEL PROFIL ONT-ILS ?

3. QUEL EST LEUR CHEMINEMENT ?

- a. Quels sont les facteurs d'adoption d'un régime alimentaire ?*
- b. Comment vivent-ils leur régime ?*

4. FOCUS SUR LES NOUVEAUX PRODUITS VÉGÉTARIENS
(connaissance, achat & Image)

5. TYPOLOGIE

1.

COMBIEN DE FRANÇAIS ONT OPTÉ POUR
UN RÉGIME ALIMENTAIRE LIMITANT /
SANS VIANDE?
ET LE RESPECTENT-ILS ?

QUESTIONNEMENT POUR LES RÉPONDANTS

PARTIE 1

PARTIE 2

PARTIE 3

PARTIE 4

**DESCRIPTION DE LEURS
PRATIQUES DE
CONSOMMATION AU SENS
LARGE ET NON CENTRÉE
SUR LA VIANDE**

**POSITIONNEMENT SUR UN
RÉGIME ALIMENTAIRE SUR
BASE DE DÉFINITION**

**FOCUS AUPRÈS DE CEUX
AYANT UN RÉGIME :
MOTIVATIONS,
DIFFICULTÉS...**

**ATTITUDES
LIFESTYLES
QUESTIONS DE PROFIL
ADDITIONNELLES**

DANS CETTE PREMIÈRE PARTIE DU RAPPORT L'ENSEMBLE DES RÉPONDANTS SERONT CLASSÉS EN FONCTION DU RÉGIME QU'ILS ONT DÉCLARÉ SUIVRE.

OMNIVORE

Je consomme indifféremment des aliments d'origine animale ou végétale, je mange de tout

FLEXITARIEN

Je diminue volontairement ma consommation de viande, sans être exclusivement végétarien

PESCETARIEN

Je ne consomme pas de viande mais je consomme du poisson et autres produits de la mer

VEGETARIEN

Je ne consomme ni viande, ni poisson, ni fruits de mer

VEGAN / VEGETALIEN

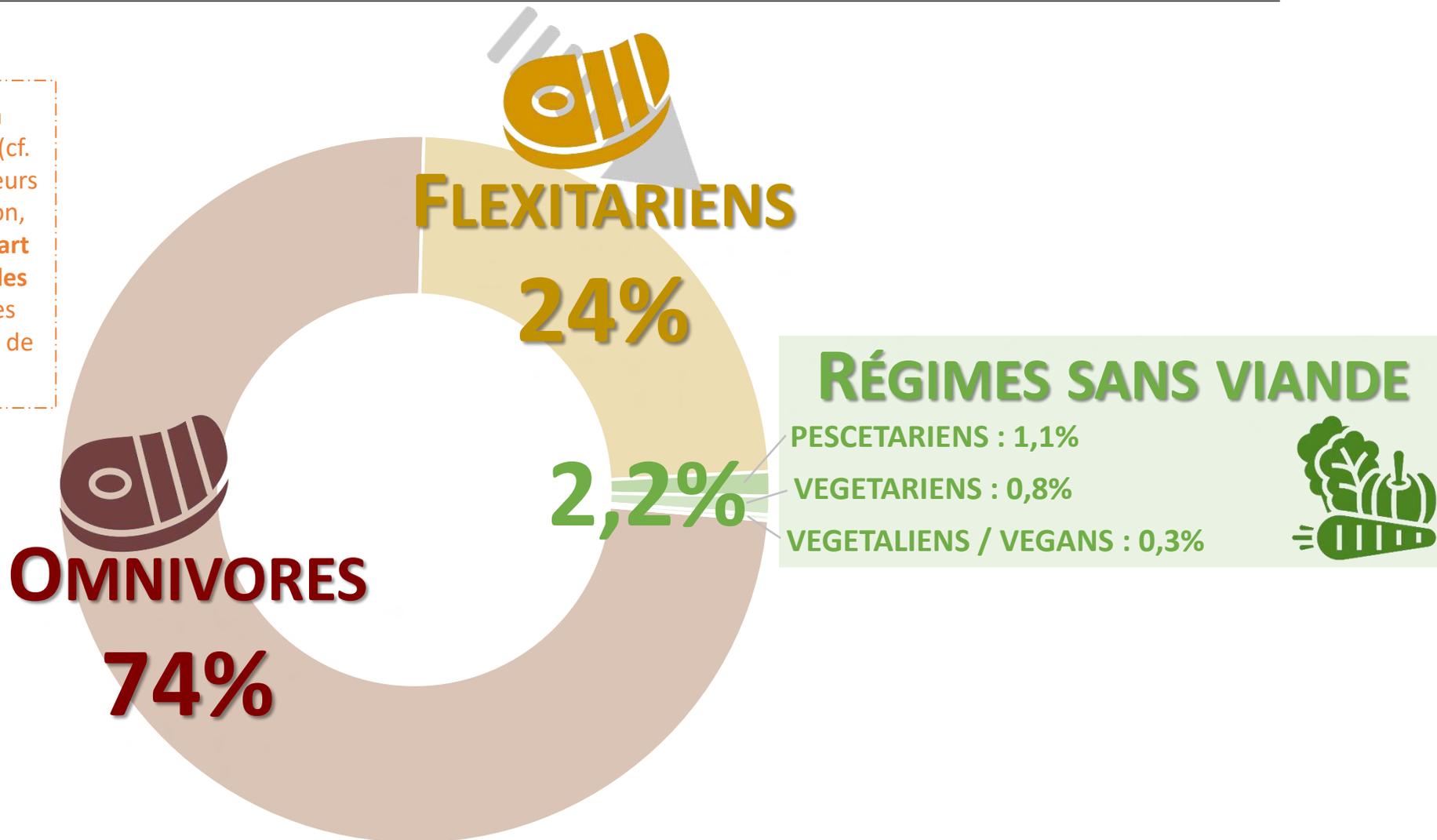
Je ne mange aucun produit d'origine animale (ni viande, ni poisson / fruits de mer, ni œuf, ni produit laitier, ni miel)

RÉGIME DÉCLARÉ (SUR BASE D'UNE DÉFINITION)

Les omnivores sont largement majoritaires au sein de la population française. Pour autant ¼ des Français se considèrent comme étant flexitariens. A contrario très peu s'identifient aux régimes banissant totalement la viande.

Base : Total Français = 15001

Le questionnaire IFOP, qui expose la définition précise de chacun des régimes (cf. page précédente) et qui faite suite à plusieurs questions sur le détail de leur alimentation, induit une réflexion plus poussée de la part des interviewés, ce qui permet d'affiner les taux généralement affichés dans d'autres études qui sont issus de questions posées de manière plus abrupte.

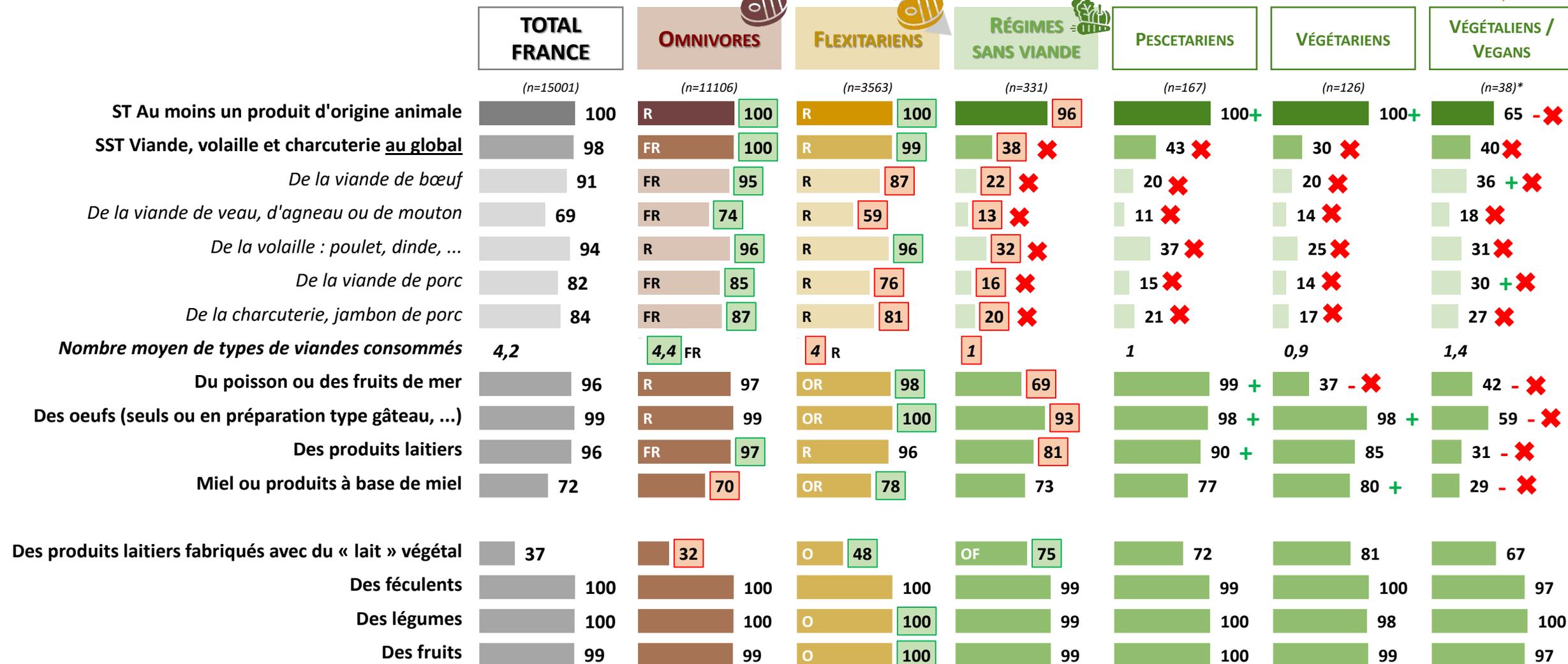


PRODUITS CONSOMMÉS (MÊME TRÈS OCCASIONNELLEMENT)

En plus d'être marginaux, les Français ayant un régime sans viande, sont une population au sein de laquelle on observe un certain nombre d'incohérences avec une consommation de produits n'entrant pourtant pas dans les régimes auxquels ils s'identifient. Les flexitariens consomment globalement moins de types de viande (notamment le veau/mouton/agneau) sauf la volaille qui est autant consommée (en pénétration) que par les omnivores.



Base : Total Français = 15001



Q1. Vous allez voir apparaître ci-dessous différents types de produits. Pour chacun d'eux, vous indiquerez à quelle fréquence vous les consommez. Merci de prendre en compte aussi bien les repas pris à votre domicile que ceux pris hors de chez vous, que ce soit en semaine ou pendant le week-end. (Plusieurs fois par jour / 1 fois par jour / Plusieurs fois par semaine / 1 fois par semaine / 1 à 3 fois par mois / Moins souvent / Jamais)

Q2. Et plus particulièrement, consommez-vous, **NE SERAIT-CE QU'OCCASIONNELLEMENT**, les produits suivants ? Merci de prendre en compte aussi bien les repas pris à votre domicile que ceux pris hors de chez vous, que ce soit en semaine ou pendant le week-end. (Oui / Non)

✗ Aliment interdit dans le régime

□ Significativement inférieur à 90% au total

□ Significativement supérieur à 90% au total

FRÉQUENCE DE CONSOMMATION DES PRODUITS D'ORIGINE ANIMALE

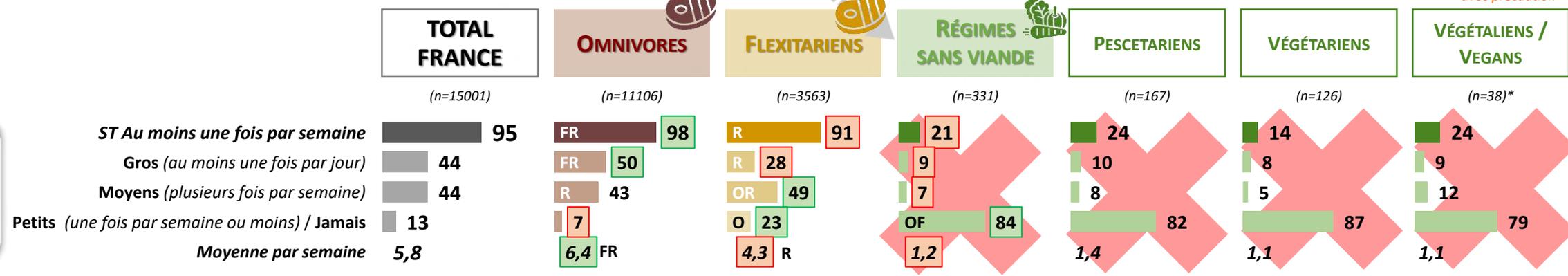
Des nouvelles habitudes qui prennent sans doute du temps, même si la volonté d'y arriver est là. Pour preuve quel que soit le type de régime, des entorses existent.



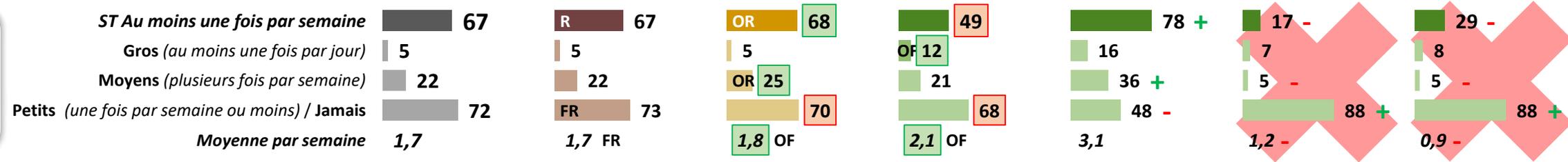
Base : Total Français = 15001

! Base très faible
Résultats pour information à lire avec précaution

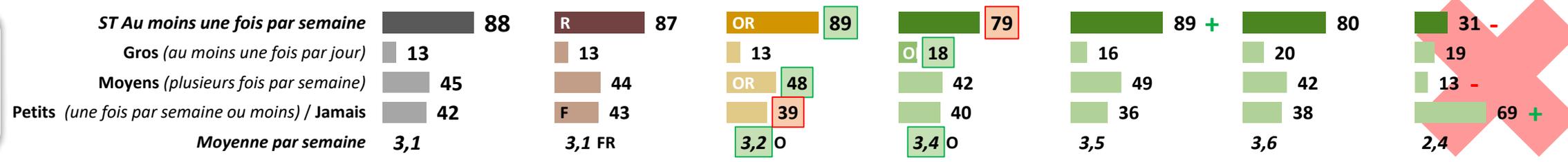
SST Viande, volaille et charcuterie **au global**



Poisson ou fruits de mer



Œufs (seuls ou en préparation type gâteau, ...)



Q1. Vous allez voir apparaître ci-dessous différents types de produits. Pour chacun d'eux, vous indiquerez à quelle fréquence vous les consommez. Merci de prendre en compte aussi bien les repas pris à votre domicile que ceux pris hors de chez vous, que ce soit en semaine ou pendant le week-end. (Plusieurs fois par jour / 1 fois par jour / Plusieurs fois par semaine / 1 fois par semaine / 1 à 3 fois par mois / Moins souvent / Jamais)

✗ Aliment interdit dans le régime
 □ Significativement inférieur à 90% au total
 □ Significativement supérieur à 90% au total

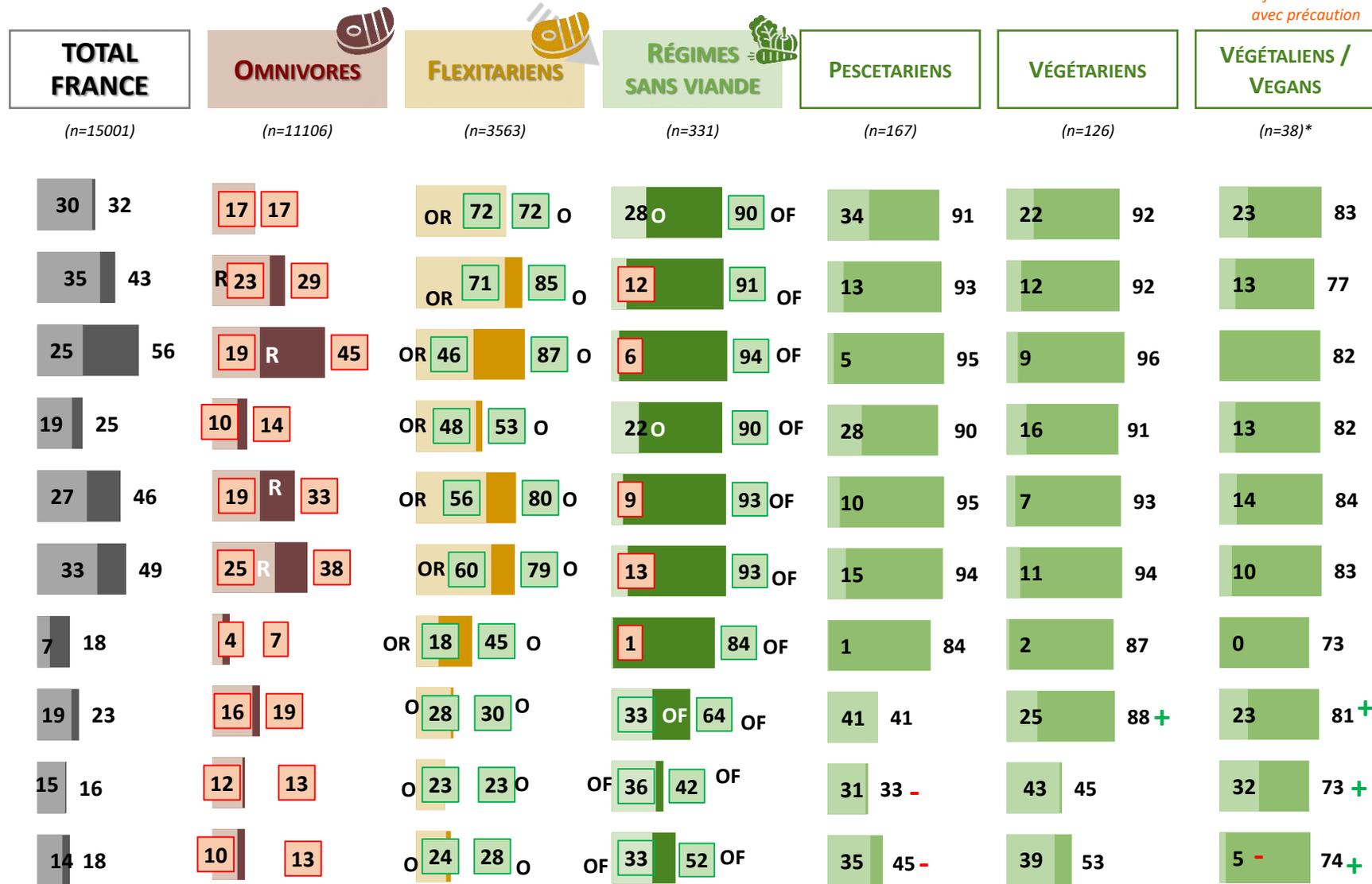
PRODUITS DONT LA CONSOMMATION EST LIMITÉE OU NULLE

1/4 de ceux qui se déclarent flexitariens disent ne pas limiter la viande et la volaille en général. Moins de 20% d'entre eux limitent en définitive toutes les viandes. L'enjeu pour eux est surtout sur la réduction de la viande de bœuf suivi de la charcuterie et de la viande de porc. En parallèle 17% des omnivores déclarés disent limiter leur consommation de viande et volaille en général, sans pour autant se considérer flexitarien.



Base : Total Français = 15001

■ Limite sa consommation
■ Limite ou ne consomme pas



* y compris dans la charcuterie et les plats cuisinés **pièce de viande ou en plats cuisinés ***pièce de viande, charcuterie ou en plats cuisinés

Q3. Certaines personnes nous disent modifier volontairement leur consommation de certains produits d'origine animale. Qu'en est-il pour vous, pour chacun des produits que vous avez déclaré consommer ?

(J'en limite ma consommation / J'en mange toujours autant / J'en mange plus qu'avant)

■ Significativement inférieur à 90% au total
■ Significativement supérieur à 90% au total

FINALEMENT QUELLE DIFFÉRENCE ENTRE :

- LE RÉGIME AUQUEL IL DÉCLARE APPARTENIR

ET

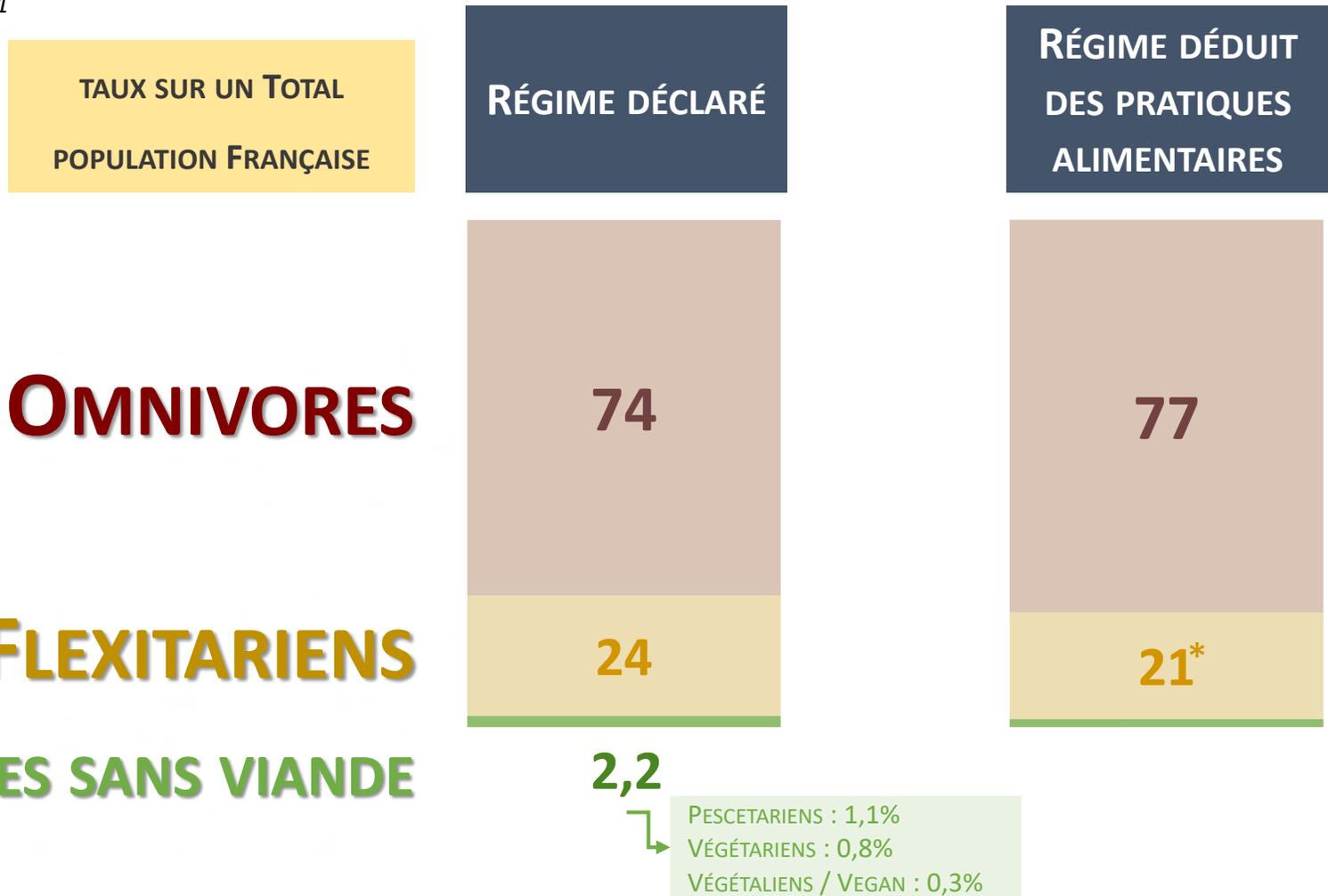
- LEURS PRATIQUES ALIMENTAIRES ?

AU FINAL : RÉGIME DÉCLARÉ VS. RÉGIME DÉDUIT DES PRATIQUES ALIMENTAIRES

Comme vu précédemment, il existe des différences entre le déclaratif et la pratique. L'écart entre le taux déduit des identités et des pratiques semble minime, mais il masque des transferts inter-régimes non négligeables (qui sont présentés slide suivante).



Base : Total Français = 15001



*Sont considérés comme flexitariens dans la pratique ceux qui déclarent ces 2 critères :

- limiter la consommation de viande et volaille en général (y compris dans la charcuterie et les plats cuisinés)
- ET consommer moins d'une fois par jour de la viande, de la volaille et de la charcuterie (au global, en comptabilisant les pièces de viande (steaks, escalopes,..) mais aussi celles que vous pouvez manger dans les plats cuisinés)

- Q1. Vous allez voir apparaître ci-dessous différents types de produits. Pour chacun d'eux, vous indiquerez à quelle fréquence vous les consommez. Merci de prendre en compte aussi bien les repas pris à votre domicile que ceux pris hors de chez vous, que ce soit en semaine ou pendant le week-end. (Plusieurs fois par jour / 1 fois par jour / Plusieurs fois par semaine / 1 fois par semaine / 1 à 3 fois par mois / Moins souvent / Jamais)
- Q2. Et plus particulièrement, consommez-vous, **NE SERAIT-CE QU'OCASIONNELLEMENT**, les produits suivants ? Merci de prendre en compte aussi bien les repas pris à votre domicile que ceux pris hors de chez vous, que ce soit en semaine ou pendant le week-end. (Oui / Non)
- Q3. Certaines personnes nous disent modifier volontairement leur consommation de certains produits d'origine animale. Qu'en est-il pour vous, pour chacun des produits que vous avez déclaré consommer ? (J'en limite ma consommation / J'en mange toujours autant / J'en mange plus qu'avant)
- Q5. Après avoir pris en compte ces définitions, comment vous vous considérez personnellement aujourd'hui ?

CROISEMENT PRATIQUES ALIMENTAIRES X DÉCLARATIF D'IDENTITÉ

Dans le détail, 1 omnivore déclaré sur 10 déclare tout de même limiter sa consommation de viande. A contrario à peine plus de la moitié des Français déclarant avoir un régime ont une pratique totalement en accord avec cette déclaration, et 38% des personnes se déclarant d'un régime sans viande déclarent en manger en réalité. Parmi les 3 régimes sans viande, les végétaliens/vegans sont les moins en ligne avec leur pratique. In fine, une pratique idéalisée ? Un terme galvaudé ?



Base : Se déclarent d'un régime alimentaire

	DÉCLARATIF						
	OMNIVORES (n=11106)	RÉGIMES DÉCLARÉS (n=3895)	FLEXITARIENS (n=3563)	RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)	Pescetariens (n=167)	Végétariens (n=126)	Végétaliens / Vegans (n=38)
PRATIQUES = DECLARATIF	90	57	54	62	57	60	35
PRATIQUES ≠ DECLARATIF	10	43	46	38	43	40	65

Base très faible
Résultats pour information à lire avec précaution

DANS LES PRATIQUES ALIMENTAIRES

	OMNIVORES	RÉGIMES DÉCLARÉS	FLEXITARIENS	RÉGIMES SANS VIANDE	Pescetariens	Végétariens	Végétaliens / Vegans
OMNIVORES	90 FR	43	46 R	14	14	14	19
CORRESPOND A UN RÉGIME	10	57	54 O	86 OF	86	86	81
FLEXITARIENS	10	51	54 OR	24 O	29	17 -	21
RÉGIMES SANS VIANDE	0,1	6	0,6 O	62 OF	57	70	60
PESCETARIENS	0,1	3	0,4 O	33 OF	57 +	10 -	9 -
VÉGÉTARIENS	0,0	2	0,2 O	25 OF	0	60 +	16
VÉGÉTALIENS / VEGANS	0	0,3	0	4	0	0	35 +

*Sont considérés comme flexitariens dans la pratique ceux qui déclarent ces 2 critères :

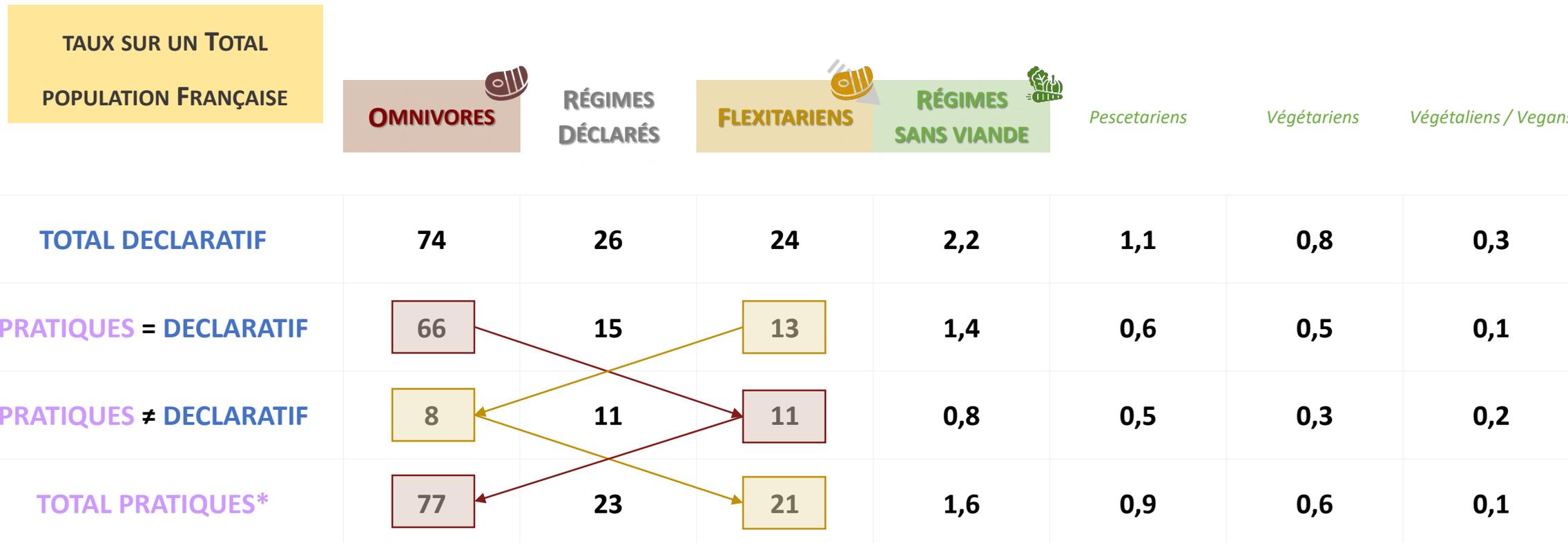
- limiter la consommation de viande et volaille en général (y compris dans la charcuterie et les plats cuisinés)
- ET consommer moins d'une fois par jour de la viande, de la volaille et de la charcuterie (au global, en comptabilisant les pièces de viande (steaks, escalopes,..) mais aussi celles que vous pouvez manger dans les plats cuisinés)

CROISEMENT PRATIQUES ALIMENTAIRES X DÉCLARATIF D'IDENTITÉ

Ramené sur le total France, c'est 8% des omnivores déclarés qui ont un comportement alimentaire assimilable à la définition du flexitarisme. Il sera intéressant de comprendre en quoi ils se différencient des flexitariens déclarés et ce qui les empêche de s'identifier à ce régime alimentaire.



Base : Total Français = 15001



*Sont considérés comme flexitariens dans la pratique ceux qui déclarent ces 2 critères :

- limiter la consommation de viande et volaille en général (y compris dans la charcuterie et les plats cuisinés)
- ET consommer moins d'une fois par jour de la viande, de la volaille et de la charcuterie (au global, en comptabilisant les pièces de viande (steaks, escalopes,..) mais aussi celles que vous pouvez manger dans les plats cuisinés)

Focus sur les 'incohérents' (pratiques ≠ déclaratif) :
En quoi le sont-ils ?
Et pourquoi ?
Finally, sont-ils vraiment 'incohérents' ?



POUR AVOIR LE DÉTAIL (renvoi qui fonctionne en mode diaporama)

Critère 1 = limitation de la viande

Pratiques cohérentes
(limitent la viande)

Pratiques incohérentes
(ne limitent pas la viande)

Critère 2 = consommation moins d'une fois par jour de la viande

Pratiques cohérentes
(consommant moins d'une fois par jour de la viande)

Pratiques incohérentes
(consommant au moins une fois par jour de la viande)

54%

#MOTIVATIONS BIEN-ETRE / SANTE ++
#MOTIVATIONS ETHIQUES ++

→ En termes de profil vs. l'ensemble des flexitariens, ce sont un peu plus **des plus âgés, des monofoyers, des diplômés supérieur au bac**

18%

Pourquoi ?

#LIMITATION D'AU MOINS UN TYPE DE VIANDE NOTAMMENT LE BŒUF
#DEFINITION PERSONNELLE DU FLEXITARISME COMME FAIBLE CONSOMMATION DE VIANDE
#LIMITATION DE LA VIANDE DEPUIS TROP LONGTEMPS (PLUS DE 10 ANS) POUR LE CONSIDERER COMME UN CHANGEMENT OU UN FAIT NOUVEAU (ce n'est plus une trajectoire mais un état)
#MOINS DE MOTIVATIONS ETHIQUES

→ En termes de profil vs. l'ensemble des flexitariens, ce sont un peu plus **des hommes, des plus âgés/retraités**

18%

Pourquoi ?

#SENTIMENT DE DÉJÀ FAIRE DES EFFORTS VS AVANT
#LIMITATION DE TOUS LES TYPES DE VIANDE SAUF LA VOLAILLE

→ En termes de profil vs. l'ensemble des flexitariens, ce sont un peu plus **des femmes, des jeunes 15-34 ans, des couples avec enfant(s), des CSP- et des ruraux**

10%

Pourquoi ?

#DES MOTIVATIONS ETHIQUES MOINS NOMBREUSES
#TROP DE DIFFICULTES RENCONTREES
#PREOCCUPATIONS BUDGETAIRES (leur budget courses a augmenté car ils diversifient leur alimentation mais continuent de manger beaucoup de viande → des aspirationnels ?)

→ En termes de profil vs. l'ensemble des flexitariens, ce sont un peu plus **des jeunes 15-34 ans, des couples avec enfant(s), des CSP-/diplômés inférieurs au bac et des ruraux**

FOCUS SUR CEUX QUI SE DÉCLARENT D'UN RÉGIME SANS VIANDE (=2,2%)



➔ POUR AVOIR LE DÉTAIL (renvoi qui fonctionne en mode diaporama)

ST REGIMES SANS VIANDE

PESCE-TARIENS

VEGE-TARIENS

VÉGÉTA-LIENS / VEGANS

Pratiques totalement cohérentes

55%

Et 62% sont cohérents à ne pas consommer de viande
Ce sont plus des femmes

57%

60%

35%

#MOTIVATION ETHIQUES ++
#ECARTS AU REGIME TRES RARES
#TENIR SON REGIME = + DE DIFFICULTES ET VIE SOCIALE IMPACTEE
(manger en extérieur, incompréhension de l'entourage)
#PLUS D'ATTENTES SUR L'OFFRE VEGETARIENNE DANS LES COMMERCES

Au moins une pratique incohérente (consommation d'un aliment interdit)

45%

Ce sont plus des hommes, CSP-, avec des diplômes inférieur au bac

43%

40%

65%

Pourquoi ?

#MOTIVATIONS MOINS FORTES ET PLUS CENTREES SUR EUX-MÊMES
(PERTE DE POIDS, SANTE)

Pratiques incohérentes sur la viande

38%

30%

40%

#CONSCIENCE ET ACCEPTATION PLUS FACILE DE FAIRE DES ECARTS

Pratiques incohérentes uniquement sur les autres aliments que la viande

7%

La viande = le seul produit interdit de ce régime

10%

poisson

25%

poisson, lait, œuf, miel

#FAIM

***Des individus qui paraissent ‘incohérents’
(pratiques ≠ déclaratif) mais qui au final sont le
reflet de définitions, parcours et cheminements
différents au sein d’une même population.***

PREMIERS ENSEIGNEMENTS

Des **TAUX DE RÉGIMES PLUS BAS** quand les individus sont poussés **À RÉFLÉCHIR À LEUR CONSOMMATION**.

UNE DIFFICULTÉ POUR LES FRANÇAIS DE SE SÉPARER TOTALEMENT DE LA VIANDE, DANS CE PAYS OÙ CULTURELLEMENT LA GRANDE MAJORITÉ DES PLATS SONT STRUCTURÉS AUTOUR DE LA VIANDE.

UNE DIFFICULTÉ À FAIRE CORRESPONDRE PARFAITEMENT LES PRATIQUES ALIMENTAIRES AVEC LE RÉGIME DÉCLARÉ, ou UNE NON-VOLONTÉ à s'associer à ces 'nouveaux' termes de régimes alimentaires.

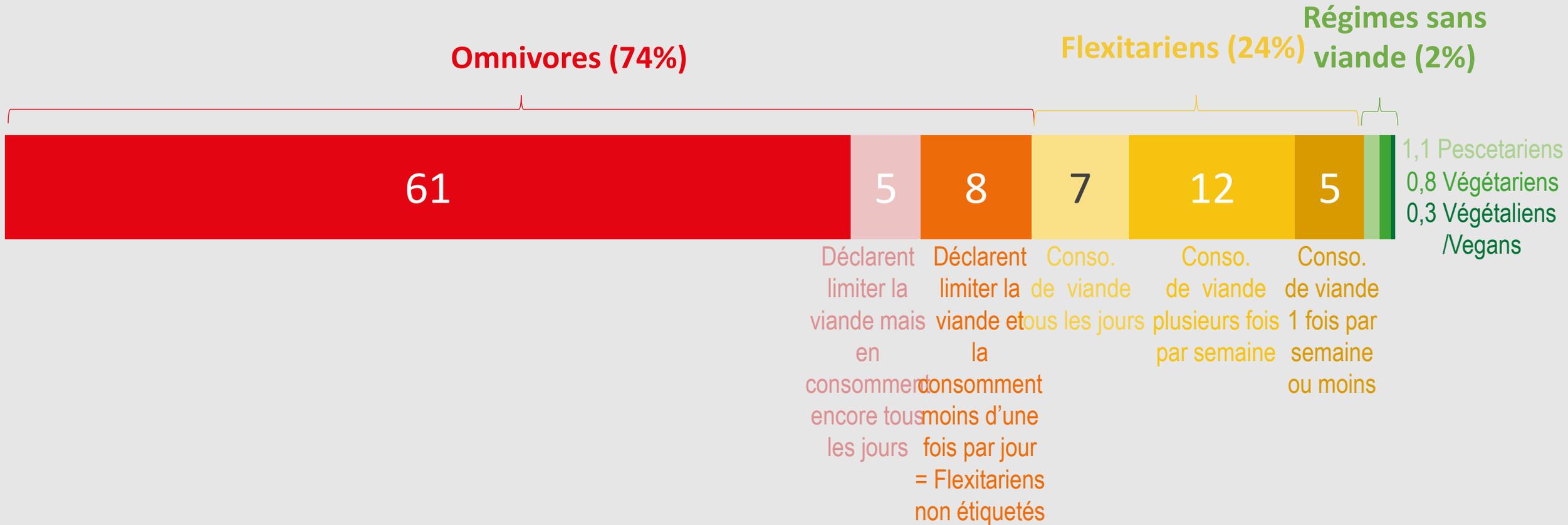
Le déclaratif correspond donc à ce dont **L'INDIVIDU EST CONVAINCU D'ÊTRE** mais...

... Lorsqu'il s'agit d'un **régime sans viande**, cela n'empêche pas de **faire des écarts, souvent consciemment et dus à une adhésion moins forte à la philosophie qu'il y a derrière le végétarisme** (préservation du vivant, de l'environnement...). **Respecter son régime entraîne également plus de difficultés sociales** (incompréhension de l'entourage, difficulté pour aller au restaurant...).

...Lorsqu'il s'agit d'un **régime flexitarien**, les fréquences de consommation de viande sont très **hétérogènes** et **influent sur les difficultés** rencontrées. De plus, **les flexitariens récents** ne se retrouvent pas de manière automatique parmi ceux ne respectant pas à 100% leur régime (= les « incohérents »).

...Lorsqu'il s'agit d'un **régime omnivore**, une part non négligeable a **un comportement alimentaire correspondant aux flexitariens** avec donc une difficulté ou une non-volonté de « **rentrer dans cette case** » de flexitariens.

PREMIERS ENSEIGNEMENTS



POUR LA SUITE DE L'ANALYSE DANS LE RAPPORT



Au sein des omnivores, la part ayant un comportement alimentaire correspondant au flexitarisme sera analysée séparément et identifiée sous le nom de « Flexitariens Non-étiquetés » afin de comprendre en quoi ils se différencient des flexitariens déclarés et ce qui les empêche de s'identifier à ce régime alimentaire.



Les flexitariens déclarés étant un groupe plutôt hétérogène au niveau de la fréquence de consommation de viandes seront analysés sous 3 strates additionnelles :

- Flexitariens **modérés** : consomment de la viande au moins une fois par jour (correspondant donc à une partie des « incohérents »)
- Flexitariens **moyens** : consomment de la viande plusieurs fois par semaine
- Flexitariens **marqués** : consomment de la viande moins souvent (1 fois par semaine ou moins)



L'analyse des trois régimes sans viande (pescetariens, végétariens, végétaliens/vegans) étant très semblable et afin de simplifier la présentation des résultats, ils seront rassemblés sous la bannière « sans viande », avec une présentation du détail lorsque cela s'avèrera utile.



FranceAgriMer

ETABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

ifop

2.

QUEL PROFIL ONT-ILS ?

- Homme (54%)
- CSP- (ouvrier) (20%)
- Vivant en milieu rural (24%)
- Famille traditionnelle (couple avec enfants) (46%)
- Niveau d'étude inférieur au bac (47%)
- Moins sportif (57%)
- Peu engagé dans les associations (26%)

OMNIVORES
74%

DONT →

FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS
8%

- 50 ANS ET PLUS (53%)
- RETRAITÉ (31%)
- SANS ENFANT (74%)
- VIVANT DANS DES GRANDES VILLES (53%)
- Au Sud-Est (28%)

QUI EST QUOI ?

- FEMME (67%)
- JEUNE 15-34 ANS (41%)
- CSP + (47%)
- NIVEAU SUPÉRIEUR AU BAC (45%)
- CÉLIBATAIRE SANS ENFANT (32%)
- VIVANT SEULE (28%)
- RÉGION PARISIENNE (25%)
- SPORTIVE (68%)
- ENGAGÉE (42%)

RÉGIMES SANS VIANDE
2,2%

FLEXITARIENS
24%

- FEMME (65%)
- 50 ans et plus (41%)
- CSP + (46%)
- NIVEAU SUPÉRIEUR AU BAC (42%)
- Célibataire avec ou sans enfants (famille monoparentale) (12%)
- Vivant dans des grandes villes (51%)
- SPORTIVE (64%)
- ENGAGÉE (33%)

RÉGIMES DES MEMBRES DU FOYER

La probabilité de partager son régime avec un membre de son foyer s'amointrit avec l'augmentation des contraintes liées au régime. Mais tout de même près de 1 personne ayant un régime sans viande sur 2 vit avec quelqu'un du même régime.



Base : Foyer de plusieurs personnes

TOTAL France (n=12527)	OMNIVORES (n=9385)	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=910)	FLEXITARIENS (n=2904)	Flexitariens modérés (n=857)	Flexitariens moyens (n=1464)	Flexitariens marqués (n=583)	RÉGIMES SANS VIANDE (n=239)	Pescetariens (n=118)	Végétariens (n=92)	Végétaliens/Vegans (n=29)
---------------------------	-----------------------	---------------------------------------	--------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	-------------------------	-----------------------	------------------------------

		OMNIVORES	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS	FLEXITARIENS	Flexitariens modérés	Flexitariens moyens	Flexitariens marqués	RÉGIMES SANS VIANDE	Pescetariens	Végétariens	Végétaliens/Vegans
Omnivore	90	98 NFR	96 FR	68	77 +	65 -	63 -	64	64	61	70
ST Au moins un régime	36	23	32 O	77 ONR	75	78	77	69 ON	66	73	71
Au moins un membre suit le même régime déclaré que ITW	91	98 NFR	96 FR	73 R	71	75	71	46	45	47	47

ENSEIGNEMENTS SOCIODÉMOGRAPHIQUES

Des critères d'**ÂGE**, de **SEXE**, d'**ÉDUCATION/CSP**, et de **TAILLE D'AGGLOMÉRATION** qui augmentent la probabilité d'appartenance ou non à un régime.

L'**ENGAGEMENT ASSOCIATIF** (de protection de l'environnement et de défense des animaux) est aussi un élément discriminant dans le fait de suivre un régime mais est-ce une cause ou conséquence ?

La **STRUCTURE DU FOYER** va avoir un impact non négligeable sur le type de régime alimentaire.
→ Seul il est plus aisé d'aller vers des régimes restrictifs que lorsqu'on partage son foyer avec un conjoint et/ou des enfants.

Note: Ces insights ne sont pas issus d'une analyse de régressions – c'est pourquoi il n'est pas précisé quel est le poids de chacun de ces facteurs sociodémographiques.



FranceAgriMer

ETABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

ifop

3.

QUEL EST LEUR CHEMINEMENT ?

3.

QUEL EST LEUR CHEMINEMENT ?

a. Quels sont les facteurs d'adoption d'un régime alimentaire ?

ANCIENNETÉ & AGE D'ADOPTION DU RÉGIME

L'adoption d'un régime sans viande se fait relativement jeune (surtout entre 15 et 24 ans). Par contre on remarque que les flexitariens non-étiquetés ont pour beaucoup réduit la viande à partir de 50 ans (laissant supposer d'autres problématiques : financière, de santé...).



Base : A un régime

FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS

(n=1152)

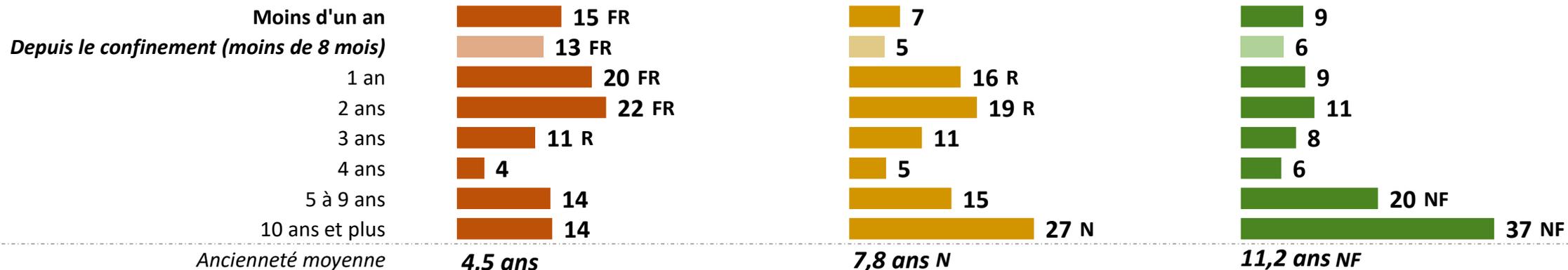
FLEXITARIENS

(n=3895)

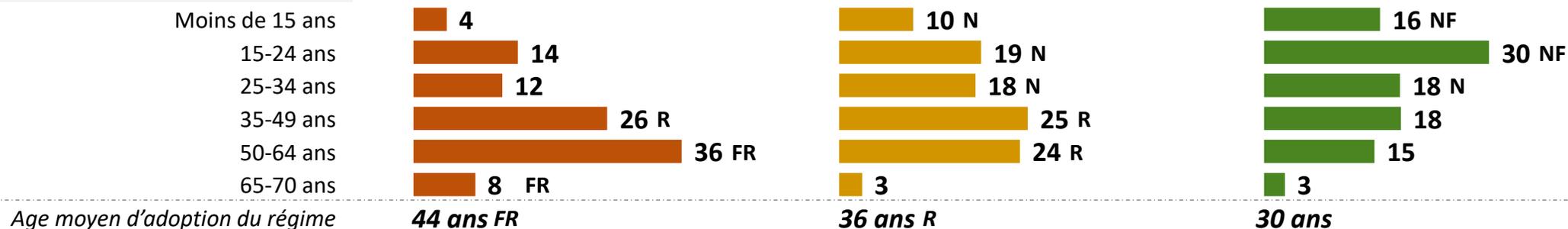
RÉGIMES SANS VIANDE

(n=331)

Ancienneté du régime

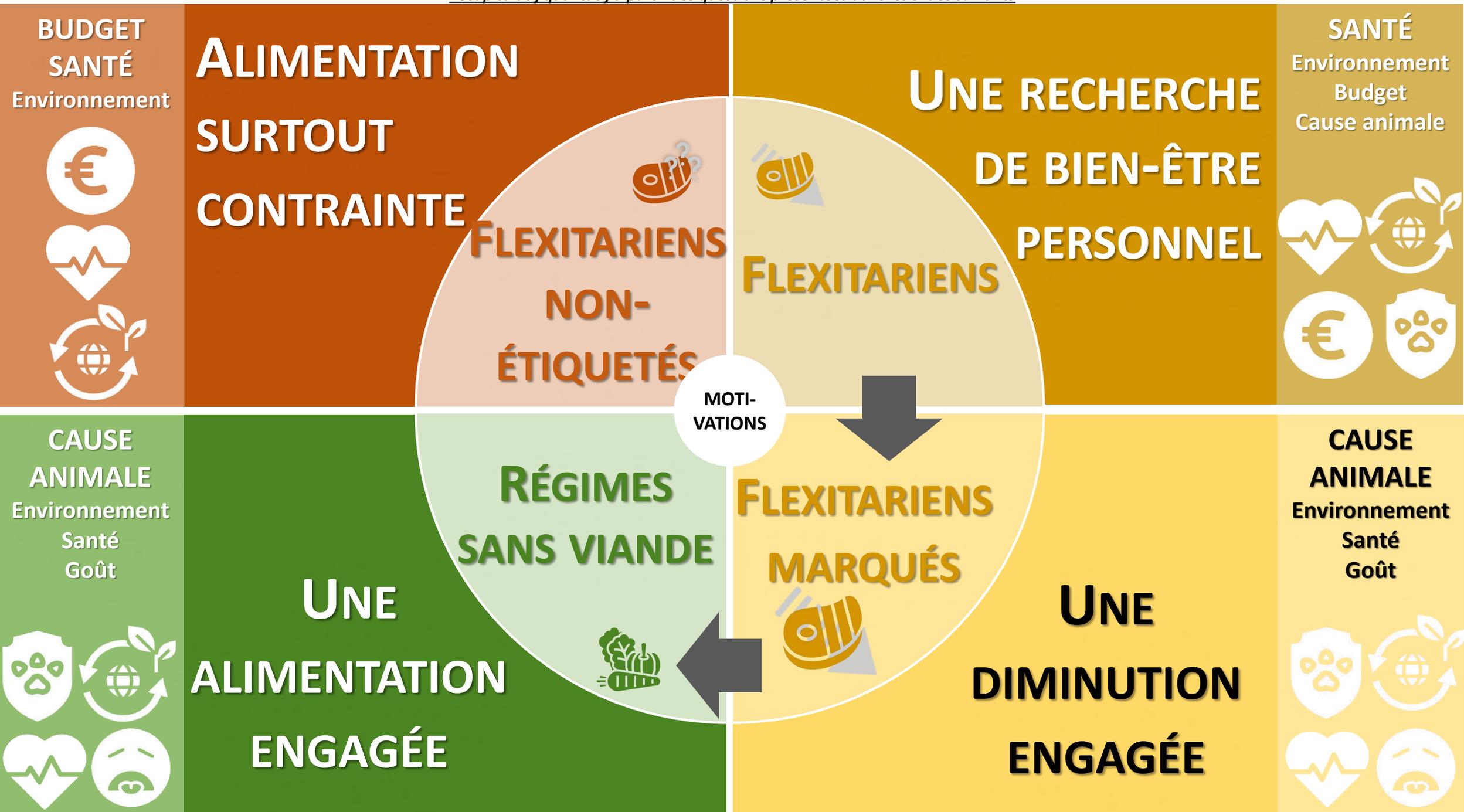


Age d'adoption du régime



/\ Les plus récents dans le régime sont aussi les plus jeunes.
Logiquement, ceux qui ont adopté le régime depuis plus de 10 ans sont plus âgés.

/\ Les plus âgés ont adopté leur régime très tardivement, majoritairement après 50 ans.



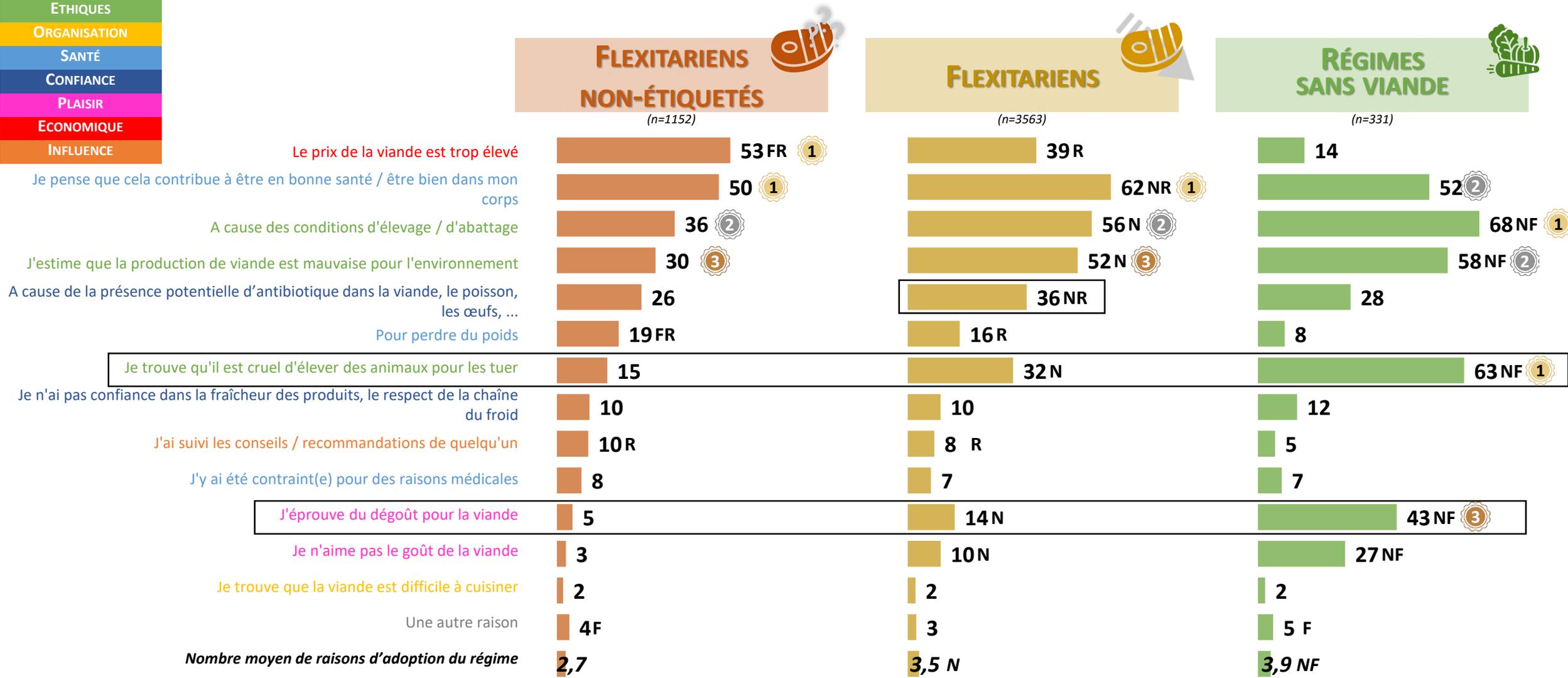
RAISONS ASSISTÉES D'ADOPTION DU RÉGIME



La santé, la condition animale et la protection de l'environnement sont des motivations qui reviennent pour l'ensemble des régimes. Comme vu en spontané, les flexitariens non-étiquetés sont également drivés par des notions budgétaires tandis que les régimes sans viande sont encore plus concernés par le bien-être animal et se différencient également par leur dégoût pour la viande mais aussi par la perception de la cruauté dans le fait d'élever des animaux pour les tuer. Sur bien des notions les flexitariens se trouvent à mi-chemin entre les flexitariens non-étiquetés et les sans viande avec plus de considérations sur la présence potentielle d'antibiotiques (cf. nitrites dans la charcuterie?)

Base : A un régime

- ETHIQUES
- ORGANISATION
- SANTÉ
- CONFIANCE
- PLAISIR
- ECONOMIQUE
- INFLUENCE



RAISONS ASSISTÉES D'ADOPTION DU RÉGIME

Sur les raisons fortement ancrées chez les « régimes sans viande » (abattage, cruauté, dégoût, goût), on constate que les flexitariens consommant peu de viande sont souvent à mi-chemin entre l'ensemble des flexitariens et les non consommateurs de viande avec un ranking équivalent des raisons d'adoption mais dans des proportions moindres. A noter que chez tous les « régime sans viande » la cause animale prime toujours sur les considérations environnementales.



Base : A un régime

	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=1152)	FLEXITARIENS (n=3563)	Flexitariens modérés (n=982)	Flexitariens moyens (n=1764)	Flexitariens marqués (n=817)	RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)	Pescetariens (n=167)	Végétariens (n=126)	Végétaliens / Vegans (n=38)
Le prix de la viande est trop élevé	53 FR	39 R	42	39	37	14	15	13	15
Je pense que cela contribue à être en bonne santé / être bien dans mon corps	50	62 NR	61	64	60	52	53	47	68 +
A cause des conditions d'élevage / d'abattage	36	56 N	52 -	56	63 +	68 NF	71	66	58
J'estime que la production de viande est mauvaise pour l'environnement (réchauffement climatique, épuisement des ressources naturelles ...)	30	52 N	47 -	54	54	58 NF	59	58	55
A cause de la présence potentielle d'antibiotique dans la viande, le poisson, les oeufs, ...	26	36 NR	35	37	38	28	29	25	37
Pour perdre du poids	19 FR	16 R	19 +	16	13 -	8	8	5	19
Je trouve qu'il est cruel d'élever des animaux pour les tuer	15	32 N	29 -	30	41 +	63 NF	61	68	57
Je n'ai pas confiance dans la fraîcheur des produits, le respect de la chaîne du froid	10	10	12 +	9	10	12	10	10	27 +
J'ai suivi les conseils / recommandations de quelqu'un	10 R	8 R	10	8	6 -	5	4	3	19 +
J'y ai été contraint(e) pour des raisons médicales	8	7	8	7	6	7	10	4	5
J'éprouve du dégoût pour la viande	5	14 N	12 -	13	20 +	43 NF	47	43	21 -
Je n'aime pas le goût de la viande	3	10 N	7 -	9	16 +	27 NF	34 +	23	7 -
Je trouve que la viande est difficile à cuisiner	2	2	3	2	2	2	1	3	5
Une autre raison	4 F	3	3	2	3	5 F	5	5	3
Nombre moyen de raisons d'adoption du régime	2,7	3,5 N	3,4 -	3,5	3,7 +	3,9 NF	4,1	3,7	3,9

RAISONS ASSISTÉES D'ADOPTION DU RÉGIME – DIFFÉRENCES AUPRÈS DE CEUX AYANT DÉBUTÉ DEPUIS LE CONFINEMENT

Des motivations financières et de perte de poids plus présentes depuis le confinement



	TOTAL FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=1152)		FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS DEPUIS LE CONFINEMENT (n=177)		TOTAL FLEXITARIENS (n=3563)		FLEXITARIENS DEPUIS LE CONFINEMENT (n=183)	
Le prix de la viande est trop élevé	53 FR	1	53	1	39 R		51 +	1
Je pense que cela contribue à être en bonne santé / être bien dans mon corps	50	1	41 -	2	62 NR	1	58	1
A cause des conditions d'élevage / d'abattage	36	2	28 -	3	56 N	2	52	1
J'estime que la production de viande est mauvaise pour l'environnement (réchauffement climatique, épuisement des ressources naturelles ...)	30	3	27	3	52 N	3	47	2
A cause de la présence potentielle d'antibiotique dans la viande, le poisson, les oeufs, ...	26		18 -		36 NR		34	3
Pour perdre du poids	19 FR		28 +	3	16 R		27 +	3
Je trouve qu'il est cruel d'élever des animaux pour les tuer	15		16		32 N		35	3
Je n'ai pas confiance dans la fraîcheur des produits, le respect de la chaîne du froid	10		15		10		13	
J'ai suivi les conseils / recommandations de quelqu'un	10 R		12		8 R		11	
J'y ai été contraint(e) pour des raisons médicales	8		6		7		6	
J'éprouve du dégoût pour la viande	5		3		14 N		12	
Je n'aime pas le goût de la viande	3		1 -		10 N		1 -	
Je trouve que la viande est difficile à cuisiner	2		3		2		4	
Une autre raison	4 F		5		3		1	
Nombre moyen de raisons d'adoption du régime	2,7		2,6		3,5 N		3,5	

Pas de différence sur cette notion qui reste au même niveau

RÉGIMES SANS VIANDE

Base insuffisante pour effectuer la comparaison au sein de cette population

- ETHIQUES
- ORGANISATION
- SANTÉ
- CONFIANCE
- PLAISIR
- ECONOMIQUE
- INFLUENCE

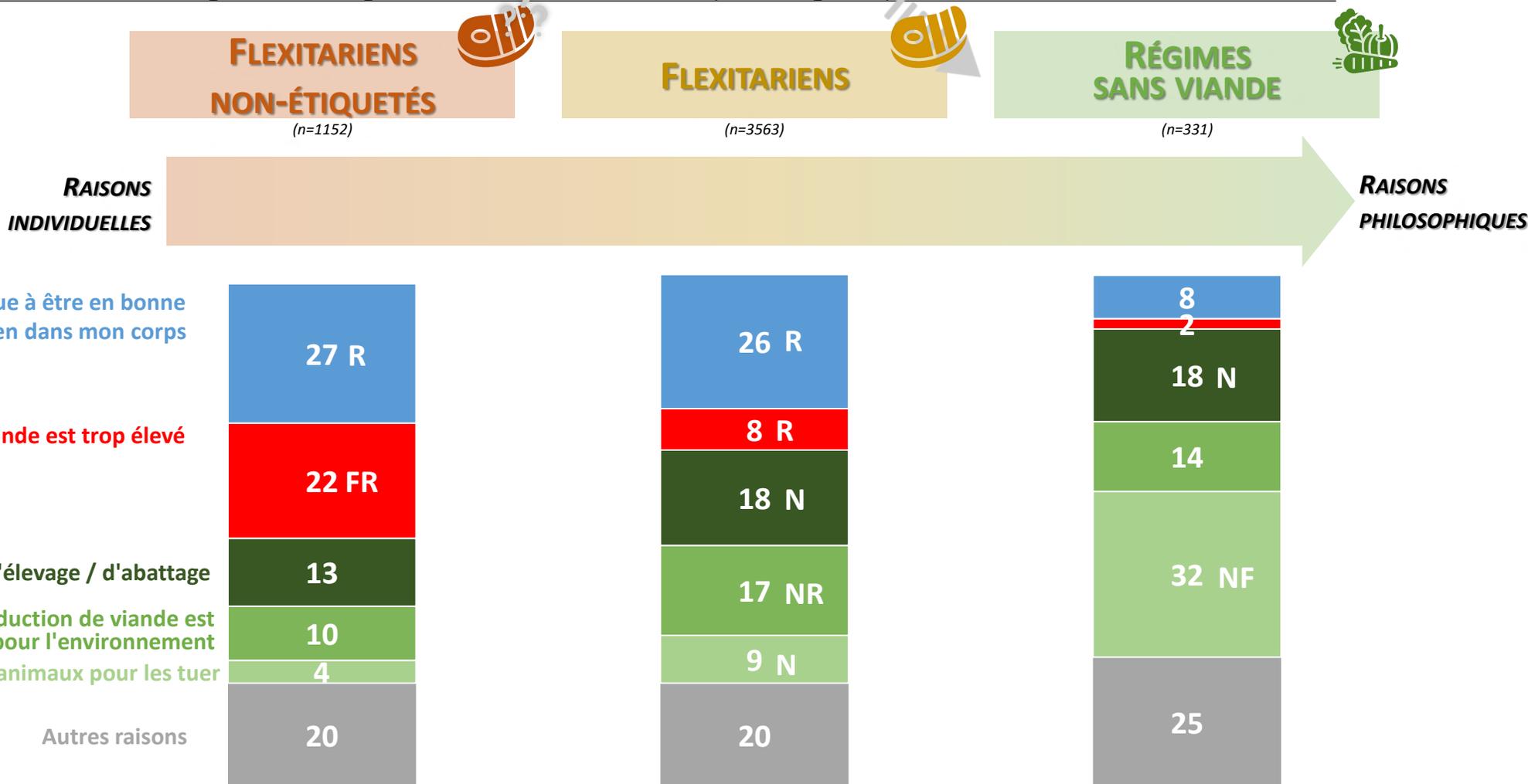
RAISON PRINCIPALE ASSISTÉE D'ADOPTION DU RÉGIME

La santé et le budget dominant chez les flexitariens non-étiquetés indiquant un régime plus contraint que choisi (lié à leur âge plus important), tandis que les notions éthiques et notamment concernant le traitement des animaux sont les principaux drivers de l'abandon de la viande. Les flexitariens le sont eux plus dans un but de préserver leur santé ; les arguments environnementaux et les conditions d'élevage reviennent également souvent chez eux tandis que le budget est plus minoritaire.



Base : A un régime

- ETHIQUES
- ORGANISATION
- SANTÉ
- CONFIANCE
- PLAISIR
- ECONOMIQUE
- INFLUENCE

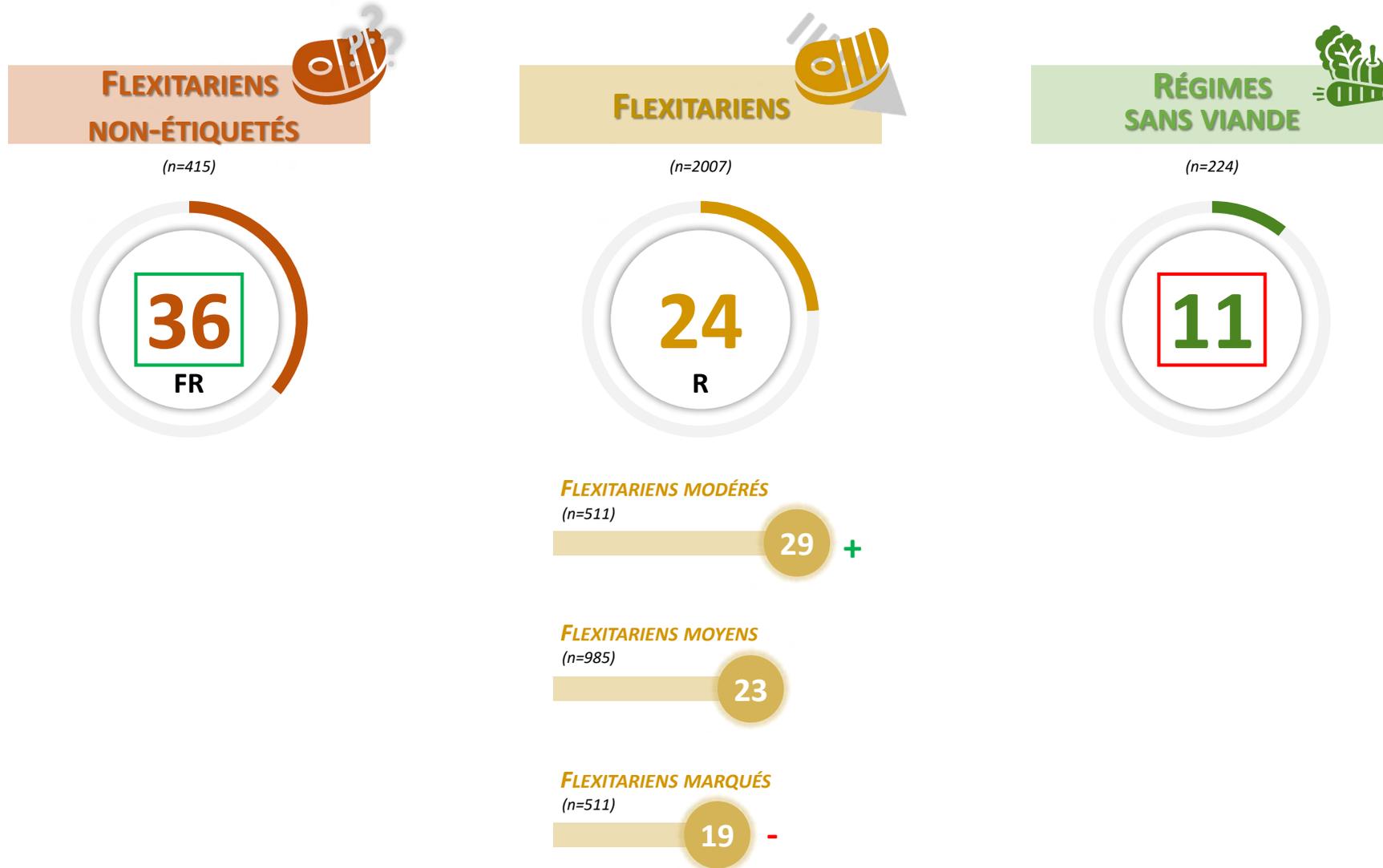


Ne sont présentés ici que les items ayant au moins un score > 9% pour au moins un des régimes.

CONSOMMATION DE PLUS DE VIANDE SI CONDITIONS D'ÉLEVAGE/D'ABATTAGE ÉTAIENT MEILLEURES

Même s'il s'agit d'une raison de non consommation de viande, la raison derrière va au-delà des simples conditions d'élevage et d'abattage mais concerne la préservation du vivant. Ainsi les vrais régimes sans viande n'y reviendraient pas même si ces conditions étaient bonnes.

Base : suit un régime à cause des conditions d'élevage et d'abattage



VIE DRIVÉE PAR LE PLAISIR, DÉCONNECTÉE DES ENJEUX DD

- **AIMENT LA VIANDE** (96%)
- Estiment que la viande est **NÉCESSAIRE POUR LA SANTÉ** (88%)
- Estiment que la viande est signe de **CONVIVIALITÉ** (73%)
- Beaucoup moins intéressés par les questions animales et environnementales (56%)
- Sont de nature **optimiste** (81%)
- Font confiance à l'industrie et aux labels (84%)


OMNIVORES

PERSON
NALITÉ

- **DÉFENSEURS DE LA CAUSE ANIMALE** (72%)
- **MÉFIANTS** vis-à-vis de l'industrie agro-alimentaire/**ATTENTIFS** à ce qu'ils consomment (82%)
- **Attentifs vis-à-vis de LEUR IMPACT ENVIRONNEMENTAL** (77%)
- Sentiment **DE RESPONSABILITÉ** vis-à-vis des générations futures (87%)
- Sont de nature **inquiets** (70%)

**RÉGIMES
SANS
VIANDE**


ENGAGEMENT ET TOURNÉ VERS L'AVENIR

VERS LA DÉCONSOMMATION

- Estiment que l'on **PEUT MANGER DE LA VIANDE TOUT EN RESPECTANT LE BEA** (90%)
- Sont attentifs à **L'IMPACT DE LEUR ALIMENTATION SUR LEUR SANTÉ** (89%)
- Cherchent à consommer **MOINS MAIS MIEUX** (93%)
- Favorisent **LES ACHATS RESPONSABLES** (rémunérations des producteurs, de saisons) (81%)


**FLEXITARIENS
NON-ÉTIQUETÉS**

FLEXITARIENS


- Considèrent que **LES FRANÇAIS MANGENT TROP DE VIANDE** (91%)
- Que la **PRODUCTION DE VIANDE EST NÉFASTE POUR L'ENVIRONNEMENT** (81%)
- Se **DÉTACHENT** de l'industrie agro-alimentaire (64%)

DÉFIANCE ET ENGAGEMENT SOCIÉTAL

ENSEIGNEMENTS LIÉS AUX MOTIVATIONS & OPINIONS

LA SANTÉ, LA CONDITION ANIMALE ET LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT sont des causes communes à l'adoption d'un régime mais **dans un ordre différent** selon qu'on soit sans viande ou non : la santé d'abord pour les flexitariens quand les régimes sans viande positionnent d'abord la condition animale puis la protection de l'environnement.

PLUS LE RÉGIME EST STRICT PLUS L'ENGAGEMENT EST FORT ! Ceci se traduit aussi par **une volonté plus importante de convertir d'autres personnes** au régime alimentaire suivi.

Des régimes sans viande qui sont **CONVAINCUS ET ENGAGÉS DE LONGUE DATE** (il y a plus de 10 ans et dès le jeune âge) ; sans grande distinction entre les 3 sous régimes. Comme vu en partie 1, le fait que certains ne respectent pas strictement leur régime dans leurs pratiques **LAISSE À PENSER QU'IL Y A 2 GROUPES: LES CONVAINCUS AUX MOTIVATIONS TRÈS ORIENTÉS ETHIQUES ET LES MOINS CONVAINCUS AUX MOTIVATIONS PLUS CENTRÉES SUR EUX-MÊMES.**

Des **FLEXITARIENS MARQUÉS** qui ont des motivations similaires aux « régimes sans viande », laissant penser à un **BASCULEMENT POSSIBLE DE CERTAINS FLEXITARIENS MARQUÉS (LES PLUS SENSIBLES À LA CRUAUTÉ ANIMALE, CEUX ÉTANT MOINS ATTACHÉS AU GOÛT DE LA VIANDE) VERS CES RÉGIMES SANS VIANDE.**

Des **FLEXITARIENS MODÉRÉS** qui se posent des questions sur leur consommation de viande, notamment suite à la COVID-19, mais qui ont des attitudes et opinions parfois similaires aux omnivores. Cela laisse penser à une **CONVICTION MOINS FORTE DES ENJEUX LIÉS À LA RÉDUCTION DE LA CONSOMMATION DE VIANDE ET DONC À UNE CONSOMMATION QUI RESTERA TOUJOURS AUSSI FRÉQUENTE** (quotidienne) chez eux.

Des **FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS** qui limitent ou consomment peu de viande mais **DE MANIÈRE PLUS CONTRAINTÉ (FINANCIÈRE OU SANTÉ) QUE CHOISIE**, adoptée assez récemment (moins de 5 ans) et chez des plus âgés. Ceci pouvant expliquer qu'ils ne se soient pas affectés aux flexitariens. Toutefois, ils ne sont **PAS INSENSIBLES AUX QUESTIONS DE SANTÉ, ENVIRONNEMENTALES ET DE BIEN ÊTRE ANIMAL LIÉES À LA PRODUCTION DE VIANDE**, laissant penser qu'à minima ils **MAINTIENDRONT LEUR NIVEAU DE CONSOMMATION DE VIANDE ACTUELLE** à l'avenir.

DES EFFETS LIÉS À LA CRISE SANITAIRE : La **PERTE DE POIDS** et les **RAISONS FINANCIÈRES** sont 2 raisons surreprésentées chez les personnes ayant diminué leur consommation de viande depuis le confinement.

3.

QUEL EST LEUR CHEMINEMENT ?

b. Comment vivent-ils leur régime ?



PEU DE DIFFICULTÉS RENCONTRÉES

- Idées menus (17%)
- Trouver des alternatives (12%)
- Se priver (16%)
- Ne pas faire d'écarts (9%)
- Sensation de faim (9%)
- Augmentation du budget courses (14%)



FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS

DIFFICULTÉS



FLEXITARIENS

- IDÉES MENUS (22%)
- Trouver des alternatives (17%)
- Se priver (16%)
- Augmentation du budget courses (15%)

- RESTAURANT (23%)
- Offre végétarienne insatisfaisante dans les commerces (10%)
- PARTAGE DE REPAS (30%)
- SITUATION FAMILIALE NOUVELLE (21%)
- ORGANISATION (23%)
- PROBLÈMES DE SANTÉ (27%)

8/10 ont réintroduit la viande (omnivore ou flexitarien) pour palier aux difficultés

ANCIENS VÉGÉTARIENS OU VEGANS



RÉGIMES SANS VIANDE



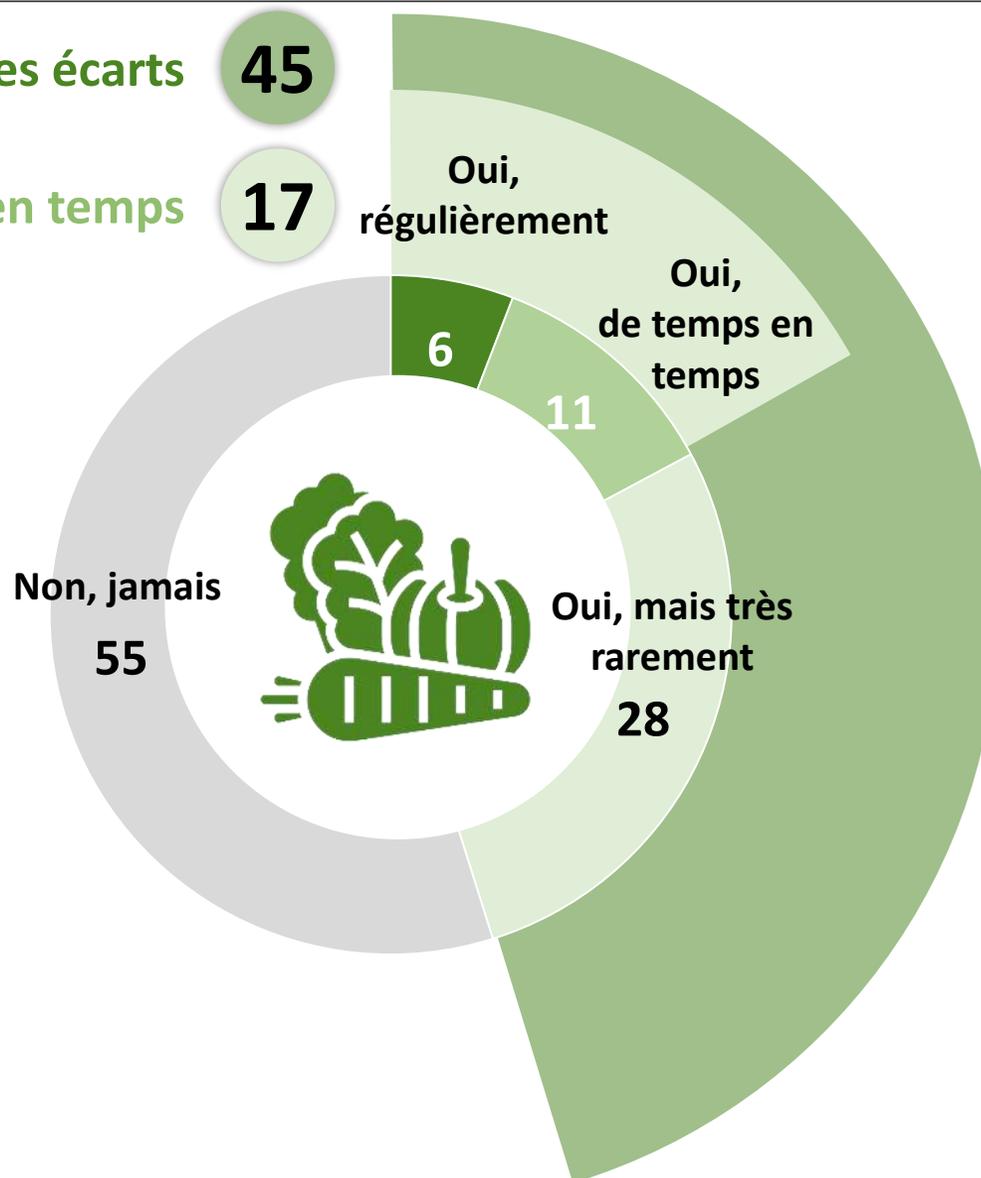
- BEUCOUP DE DIFFICULTÉS RENCONTRÉES
- RESTAURANT (40%)
 - OFFRE VÉGÉTARIENNE INSATISFAISANTE DANS LES COMMERCES (25%)
 - PARTAGE DE REPAS (32%)
 - INCOMPRÉHENSION ENTOURAGE (27%)

ÉCARTS AU RÉGIME

Vu précédemment, une partie des Français suivant un régime sans viande a tendance à consommer des aliments « interdits ». Ces écarts sont conscients pour une partie d'entre eux et s'avèrent plutôt rares.

Base : Régimes sans viande (Pescetariens ou végétariens ou végétaliens/vegans)

Fait des écarts 45
Régulièrement + De temps en temps 17



/!
**Plus on est récent dans le régime,
plus on fait des écarts.**

Aucun écart constaté entre les Pescetariens, les Végétariens et les Végétaliens/Vegans

DIFFICULTÉS RENCONTRÉES SUITE À L'ADOPTION DU RÉGIME

Les risques d'être confronté à des difficultés sont plus grands lors de l'exclusion de la viande de l'alimentation : les ¾ des régimes sans viande en ont rencontrées.

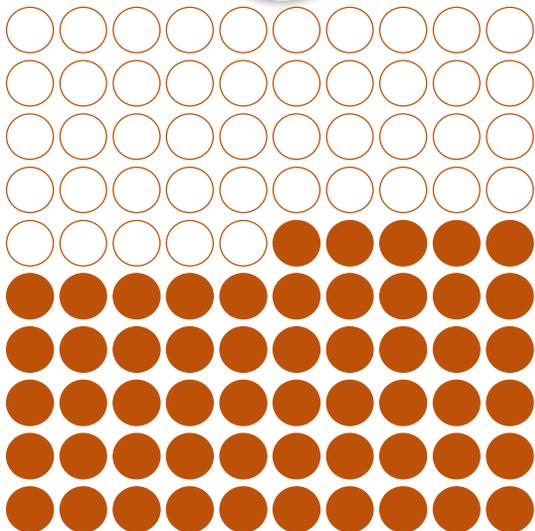
Base : A un régime

ONT RENCONTRÉ AU MOINS UNE DIFFICULTÉ ...

**FLEXITARIENS
NON-ÉTIQUETÉS**

(n=1152)

55%

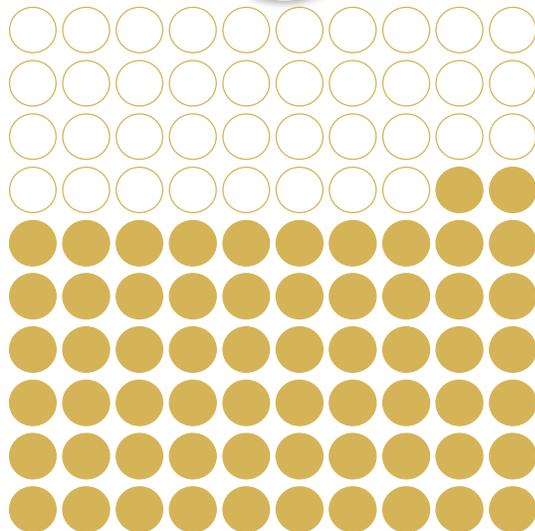


FLEXITARIENS

(n=3563)

62%

N

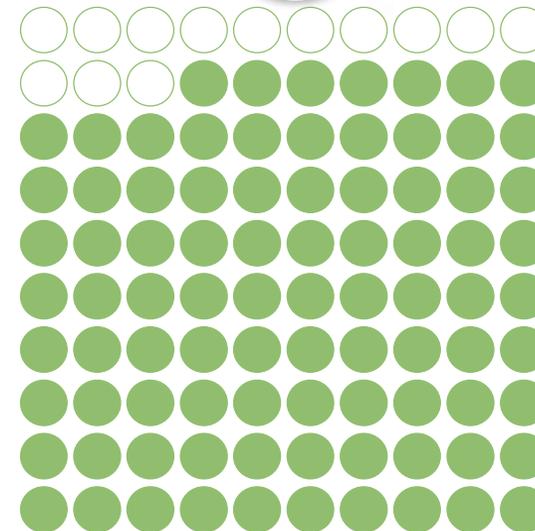


**RÉGIMES
SANS VIANDE**

(n=331)

77%

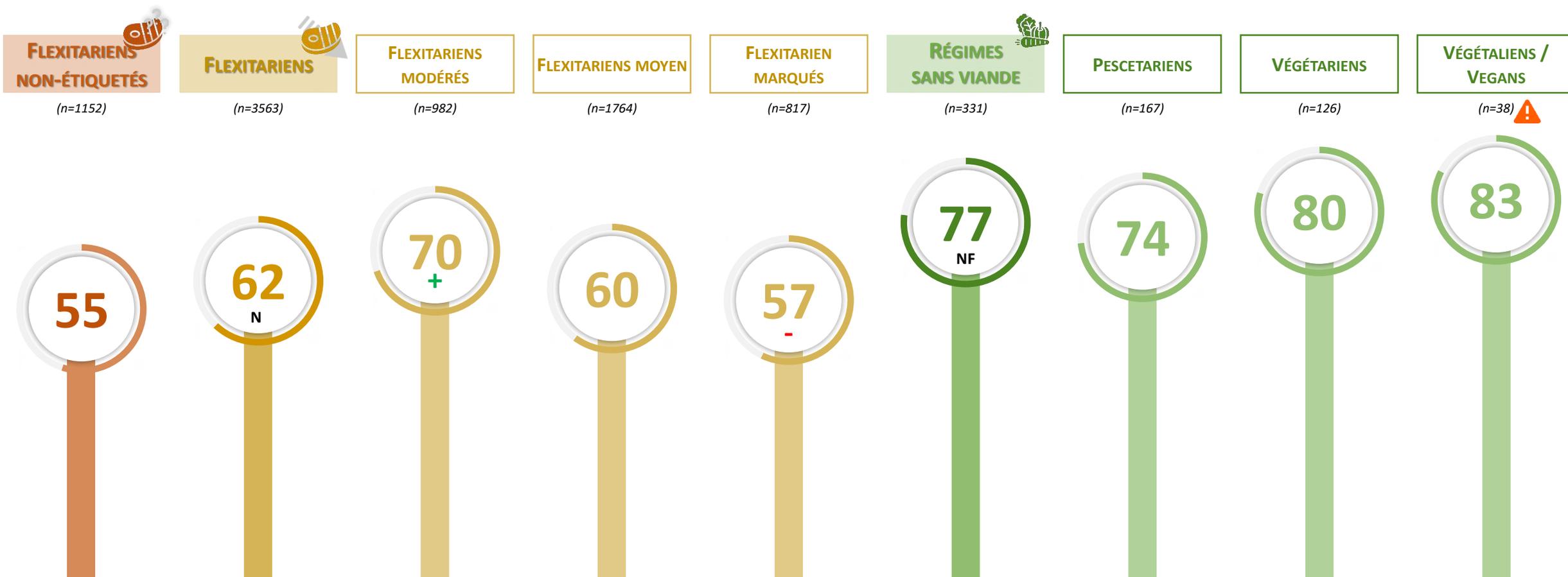
NF



DIFFICULTÉS RENCONTRÉES SUITE À L'ADOPTION DU RÉGIME

Les flexitariens marqués, aux opinions plus engagées, rencontrent moins de difficultés que les modérés qui consomment encore quotidiennement de la viande. De plus, le fait de continuer à s'autoriser à consommer de la viande, même peu souvent, réduit les difficultés vs. les régimes sans viande.

Base : A un régime



Peut-être par effet d'apprentissage (et de convictions qui se renforcent), plus longtemps on reste dans le régime, moins de difficultés on rencontre.

DIFFICULTÉS RENCONTRÉES / RAISONS D'ABANDON DU RÉGIME

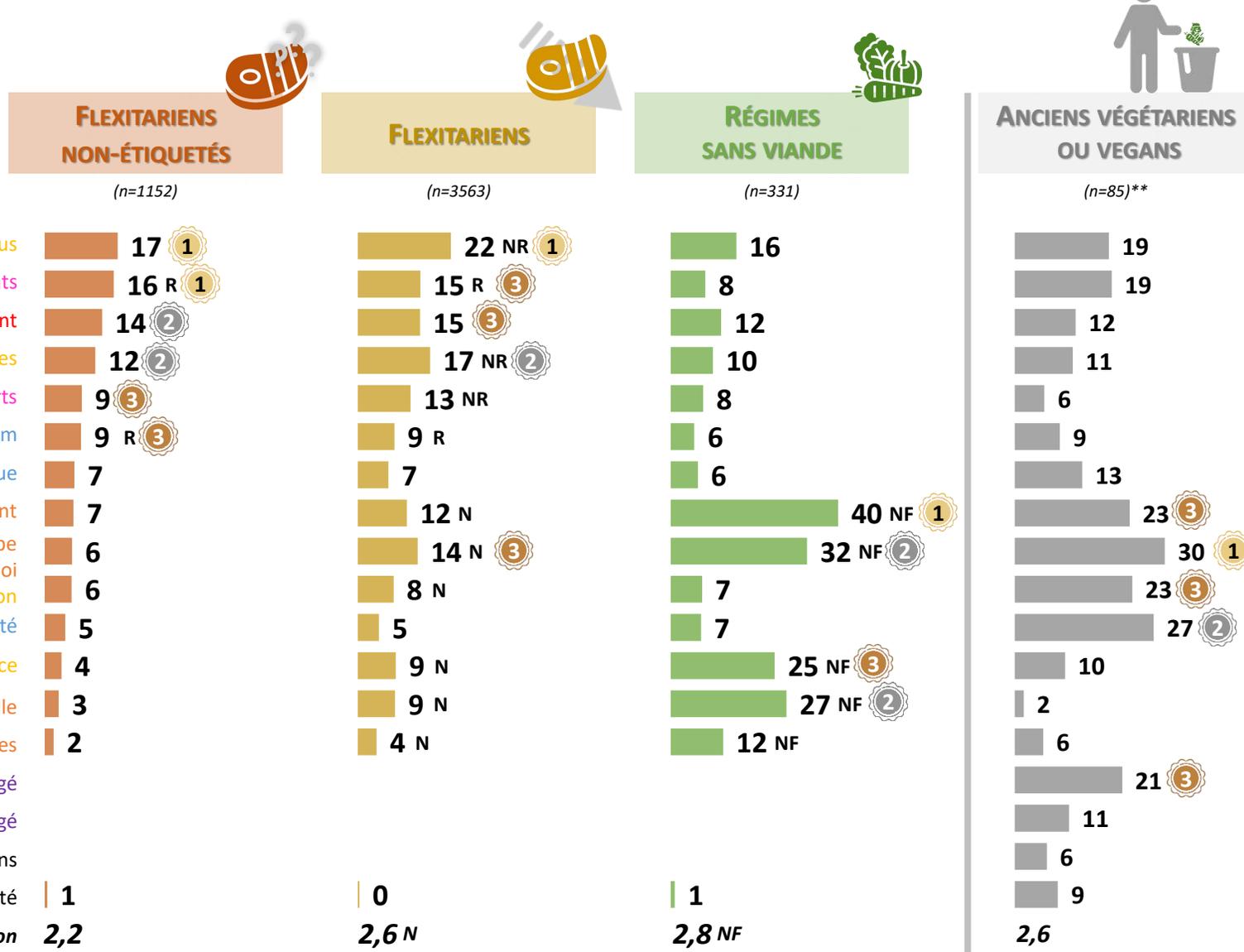
Les difficultés rencontrées par les flexitariens non-étiquetés et les flexitariens tournent autour du plaisir (idées menus/produits de compensation, privation) et du budget. Alors que les régimes sans viande souffrent très nettement d'une offre insatisfaisante dans les commerces et restaurants, du manque de convivialité et d'une distance subie avec l'entourage (difficulté de partage, incompréhension, critique, ...). Notions également retrouvées dans les raisons d'abandons auxquelles s'ajoutent l'organisation et les problèmes de santé.



Base : A un régime

SANTÉ
PLAISIR
ORGANISATION
ECONOMIQUE
VIE SOCIALE
CHANGEMENT DE VIE

/!\ Plus on est récent dans le régime, plus il est difficile de se priver de certains aliments, de le respecter strictement, de s'organiser et trouver des idées de menus.
/!\ les plus jeunes rencontrent plus de difficultés, de toute sorte



Q12a. Depuis que vous suivez ce régime, quelle(s) difficulté(s) avez-vous rencontrées par rapport à votre alimentation, QUE CE SOIT PAR LE PASSÉ OU ENCORE ACTUELLEMENT ?

Q14a. Pour quelles raisons n'êtes-vous actuellement plus [végétarien (c'est-à-dire une personne ne consommant ni viande, ni poisson, ni fruits de mer) / vegan/végétalien (c'est-à-dire une personne ne consommant aucun produit d'origine animale (ni viande, ni poisson / fruits de mer, ni œuf, ni produit laitier, ni miel) ?

**Base : Omnivores, flexitariens ou pescetariens étant des anciens végétariens ou vegans

PROJECTION D'UN CHANGEMENT DE RÉGIME

15% des Français envisagent de faire évoluer leur régime alimentaire. Et ce sont les pescetariens, les végétariens ainsi que les flexitariens marqués qui ont plus tendance à envisager un changement de régime. Les végétaliens/vegans sont très peu nombreux à envisager de revenir en arrière.

Base : Ensemble



FLEXITARIENS MODÉRÉS
(n=982)

19

FLEXITARIENS MOYENS
(n=1764)

19

FLEXITARIENS MARQUÉS
(n=817)

25

+

PESCETARIEN
(n=167)

38

VÉGÉTARIENS
(n=126)

30

VÉGÉTALIENS / VEGANS
(n=38)

11

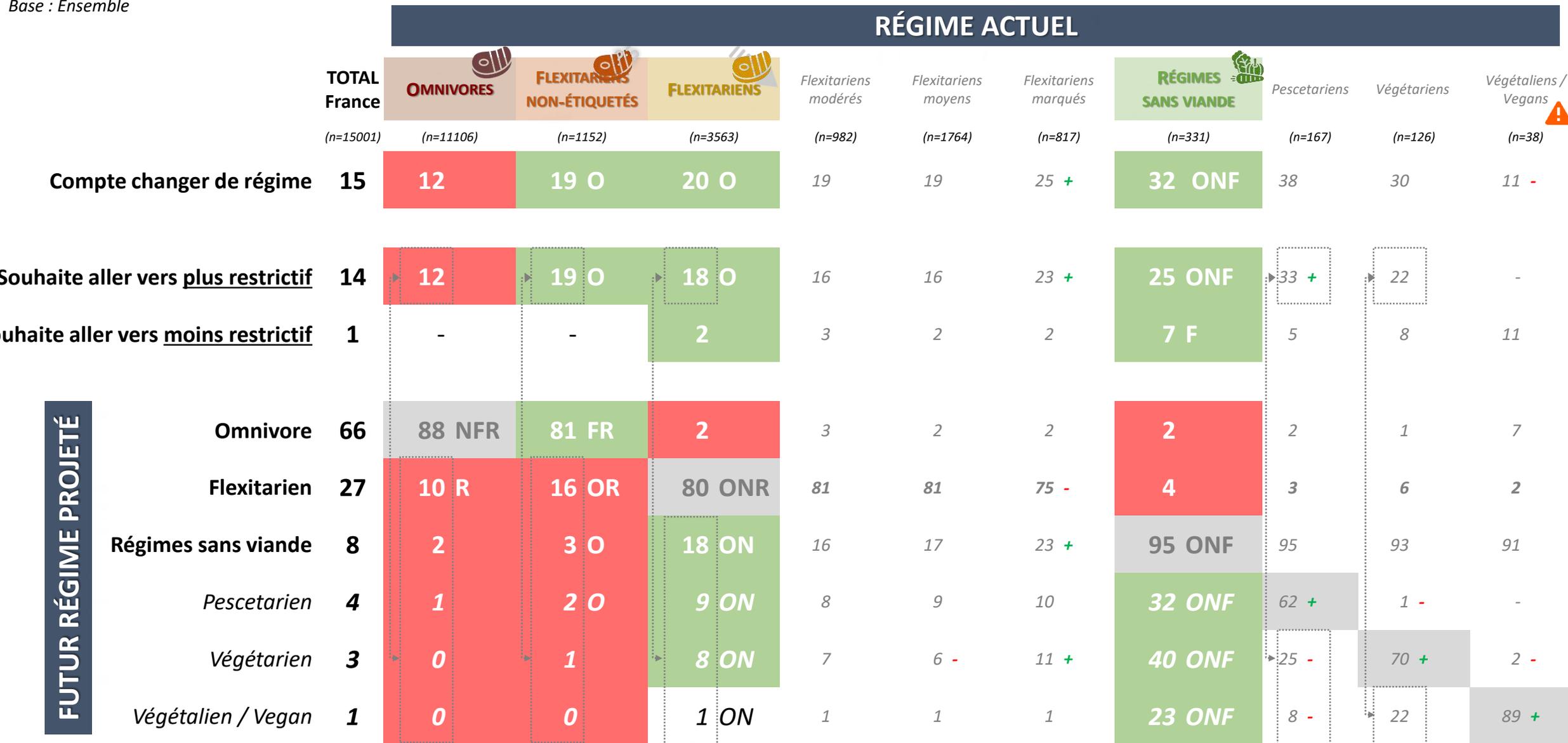
-

PROJECTION D'UN CHANGEMENT DE RÉGIME

Globalement le changement est envisagé vers du plus restrictif avec une plus grande facilité à l'envisager quand on a déjà « sauté le pas » d'un régime restrictif et manière assez progressive. Ainsi chez les omnivores et les flexitariens non-étiquetés c'est le régime flexitarien qui séduit le plus. Les pescetariens envisagent le végétarisme et les végétariens envisagent le végétalisme/veganisme. Tandis que les flexitariens sont autant à envisager le pescetarisme que le végétarisme. Le flexitarisme est plus à même de « sauter » des étapes. A contrario peu souhaitent faire machine arrière.



Base : Ensemble



Q5g. Et lequel envisageriez-vous d'adopter ?

⚠ Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution

■ Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

PROJECTION D'UN CHANGEMENT DE RÉGIME – EN FONCTION DE L'ÂGE



L'âge pose la question de la projection dans le cycle de vie. Les jeunes sont plus enclins à se projeter dans un régime plus restrictif que leurs aînés.

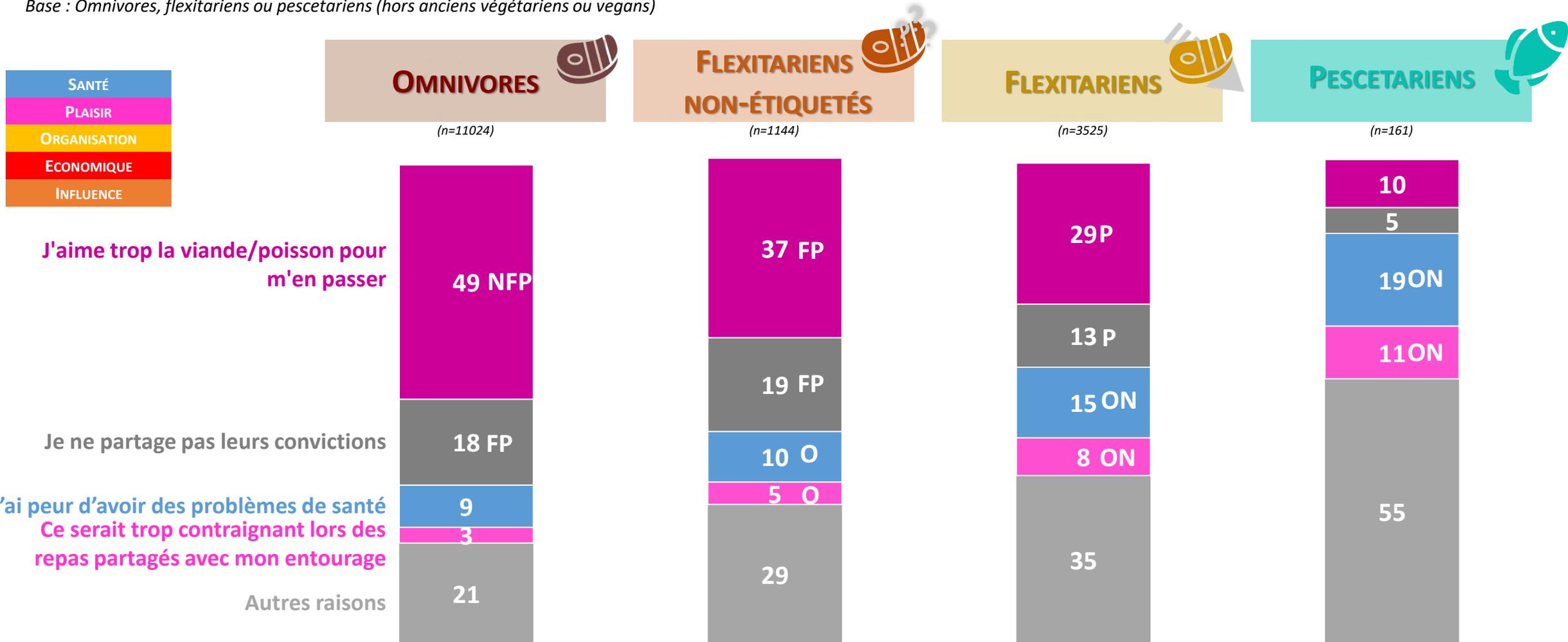
Base : Ensemble

	TOTAL France		15-34 ans		35-49 ans		50-70 ans	
	<i>(n=15001)</i>		<i>(n=5145)</i>		<i>(n=4095)</i>		<i>(n=5760)</i>	
Compte changer de régime	15				14		10	
Souhaite aller vers <u>plus restrictif</u>	14		19		13		10	
Souhaite aller vers <u>moins restrictif</u>	1		1		1		1	
	<i>Régime actuel</i>	<i>Régime projeté</i>						
Omnivore	74	66	75	62	75	66	73	68
Flexitarien	24	27	22	27	23	27	25	27
Régimes sans viande	2	8	3	10	2	7	3	5
<i>Pescetarien</i>	<i>1</i>	<i>4</i>	<i>1</i>	<i>4</i>	<i>1</i>	<i>3</i>	<i>1</i>	<i>3</i>
<i>Végétarien</i>	<i>1</i>	<i>3</i>	<i>1</i>	<i>4</i>	<i>1</i>	<i>3</i>	<i>0,4</i>	<i>2</i>
<i>Végétalien / Vegan</i>	<i>0,2</i>	<i>1</i>	<i>0,4</i>	<i>2</i>	<i>0,1</i>	<i>1</i>	<i>0</i>	<i>0</i>

PRINCIPALE RAISON DE NON VÉGÉTARISME

L'attachement à la viande et/ou au poisson est la raison principale pour les trois régimes « carnés ». Chez les pescetariens les craintes liées à leur santé sont majoritaires pour 1 sur 5, quand seul 1 sur 10 cite l'impossibilité de se passer de poisson pour des raisons de goût.

Base : Omnivores, flexitariens ou pescetariens (hors anciens végétariens ou vegans)



Ne sont présentés ici que les items ayant au moins un score > 9% pour au moins un des régimes.

ENSEIGNEMENTS LIÉS AU CHEMINEMENT PENDANT ET VERS UN RÉGIME

PLUS ON EST RÉCENT DANS UN RÉGIME, PLUS IL EST DIFFICILE DE NE PAS FAIRE D'ÉCARTS ET DE TROUVER DES IDÉES DE RECETTES.

MOINS DE DIFFICULTÉS rencontrées **DÈS LORS QU'ON CONSERVE DE LA VIANDE** (même peu souvent).

LES DIFFICULTÉS LES PLUS RÉPANDUES CHEZ LES PERSONNES EXCLUANT LA VIANDE (partagées aussi par ceux ayant abandonné le végétarisme) **TOURNENT AUTOUR DES LIENS SOCIAUX, DE LA CONVIVIALITÉ** : partager les repas, aller au restaurant, incompréhension/critiques de l'entourage... → **DES DIFFICULTÉS QUI POURRAIENT AMENER À PLUS DE SOUPLESSE (ET DONC DES ÉCARTS PLUS RÉGULIERS)** chez ceux qui ont adopté ce type de régime plus pour leur bien-être que pour des convictions fortes ou une philosophie qu'ils partageraient.

D'autres **DIFFICULTÉS APPARAISSENT AUSSI LORSQU'ON RÉDUIT LA VIANDE** : par quoi la remplacer? Quoi cuisiner? ... un **MANQUE D'INSPIRATION** et de connaissance des recettes végétariennes possibles ?

DES RÉGIMES RESTRICTIFS QUI ATTIRENT MALGRÉ TOUT : Bien qu'une majorité ne changeraient pas, une partie des Français se projettent dans une évolution future de leur alimentation et globalement déclarent vouloir rentrer dans un régime plus restrictif, de préférence le plus proche de l'actuel (e.g. flexitarisme plutôt que végétarisme pour les omnivores).

DES GROS FLEXITARIENS ET DES PESCE-TARIENS AVEC MOINS DE FREINS AU VÉGÉTARISME mais qui craignent pour leur santé (qui est d'ailleurs la principale raison d'abandon des ex-végétariens/vegans), avec une part non négligeable qui déclarent déjà vouloir y passer.

UN EFFET DE GÉNÉRATION : LES PLUS ÂGÉS n'envisagent pas le végétarisme car ils n'en **PARTAGENT PAS LES CONVICTIONS** quand **LES PLUS JEUNES** sont les plus enclins à **ENVISAGER UN RÉGIME PLUS RESTRICTIF** dans le futur. Alors les jeunes vont-ils devenir un nouveau modèle ou au contraire vont-ils « s'adoucir » en vieillissant ?



FranceAgriMer

ETABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

ifop

4.

FOCUS SUR LES NOUVEAUX PRODUITS VEGETARIENS

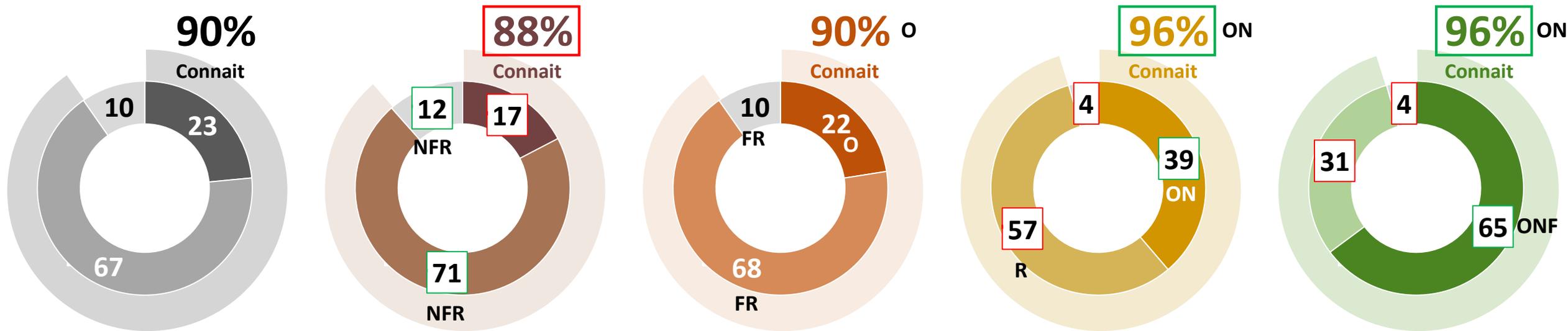
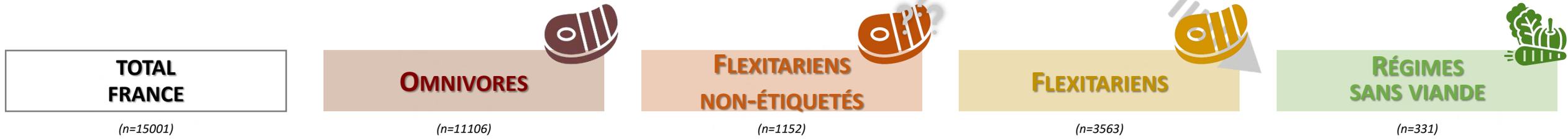


CONNAISSANCE & CONSOMMATION DES PRODUITS VÉGÉTARIENS/VÉGÉTAUX

Les produits végétariens/végétaux connus par la grande majorité des consommateurs mais consommés avant tout par les personnes excluant la viande. Seuls 2 flexitariens sur 5 les consomment.



Base : Ensemble



- ... vous en consommez
- ... vous les connaissez mais vous n'en consommez pas
- ... vous ne voyez pas de quels produits il s'agit / vous ne les connaissez pas du tout

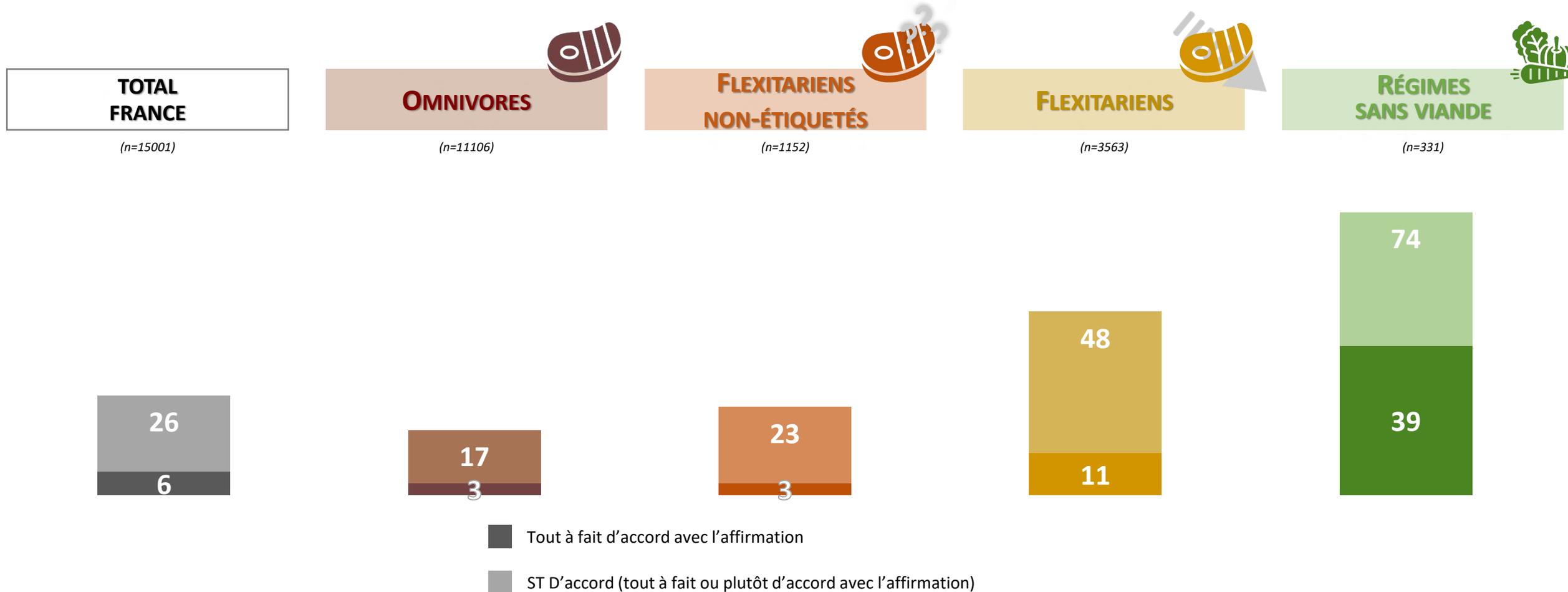
 Significativement inférieur à 90% au total
 Significativement supérieur à 90% au total

INTÉRÊT POUR LES NOUVEAUX PRODUITS VÉGÉTARIENS/VÉGÉTAUX

Des produits qui intéressent un quart des Français, et logiquement particulièrement ceux qui ont exclu la viande de leur régime alimentaire. Les flexitariens encore une fois montrent une appétence très modérée pour ces produits.

Base : Ensemble

« Je suis attiré(e) par les nouveaux produits végétariens/végétaux »



Q15a. Aujourd'hui il existe des opinions différentes au sujet de la consommation de viande et du végétarisme. Veuillez nous indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes.

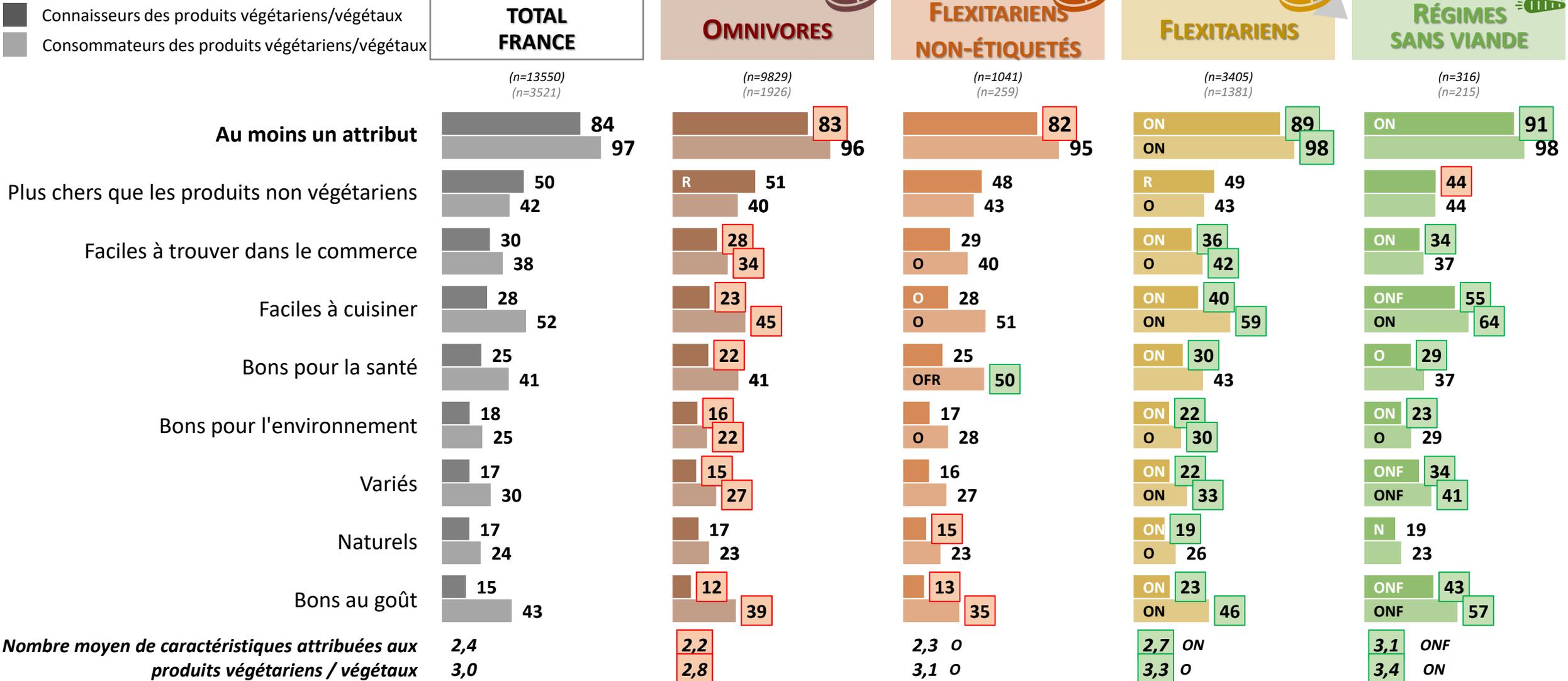
« Je suis attiré(e) par les nouveaux produits végétariens/végétaux » (Tout à fait d'accord / Plutôt d'accord / Plutôt pas d'accord / Pas du tout d'accord)

IMAGE DES PRODUITS VÉGÉTARIENS/VÉGÉTAUX

Une image des produits assez pauvre, même auprès des consommateurs, perçus surtout comme faciles à cuisiner mais chers. Leur impact environnemental et le degré de transformation peuvent constituer un frein à l'achat, tout comme les appréhensions sur le goût pour les omnivores. La variété est surtout perçue par les sans viande qui sont aussi plus consommateurs.



Base : Connaisseurs des produits végétariens/végétaux



Q16b. Selon votre avis personnel, les nouveaux produits végétariens/végétaux que vous pouvez trouver dans les supermarchés/hypermarchés (type galettes de céréales, « steak » de soja, ...) sont ... ?
Même si vous ne les consommez pas, veuillez répondre selon l'idée que vous vous en faites.

□ Significativement inférieur à 90% au total
□ Significativement supérieur à 90% au total

ENSEIGNEMENTS SUR L'OFFRE VÉGÉTARIENNE/VÉGÉTALE

Des produits connus par presque tous les Français et qui **rencontrent bien leur cible de personnes ayant un régime sans viande. En revanche les flexitariens restent moins conquis.**

Une **image des produits assez pauvre**, même auprès des consommateurs, perçus surtout comme **faciles à cuisiner mais chers.**

Une offre par ailleurs perçue **pas assez complète et/ou insatisfaisante** : les adeptes des régimes sans viande disant avoir des difficultés à trouver dans le commerce des produits végétariens qui leur conviennent.

Les réticences des non consommateurs portent notamment sur le goût (chez les omnivores) ou sur le degré de transformation et l'impact environnemental de ces produits.



FranceAgriMer

ETABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

ifop

5.

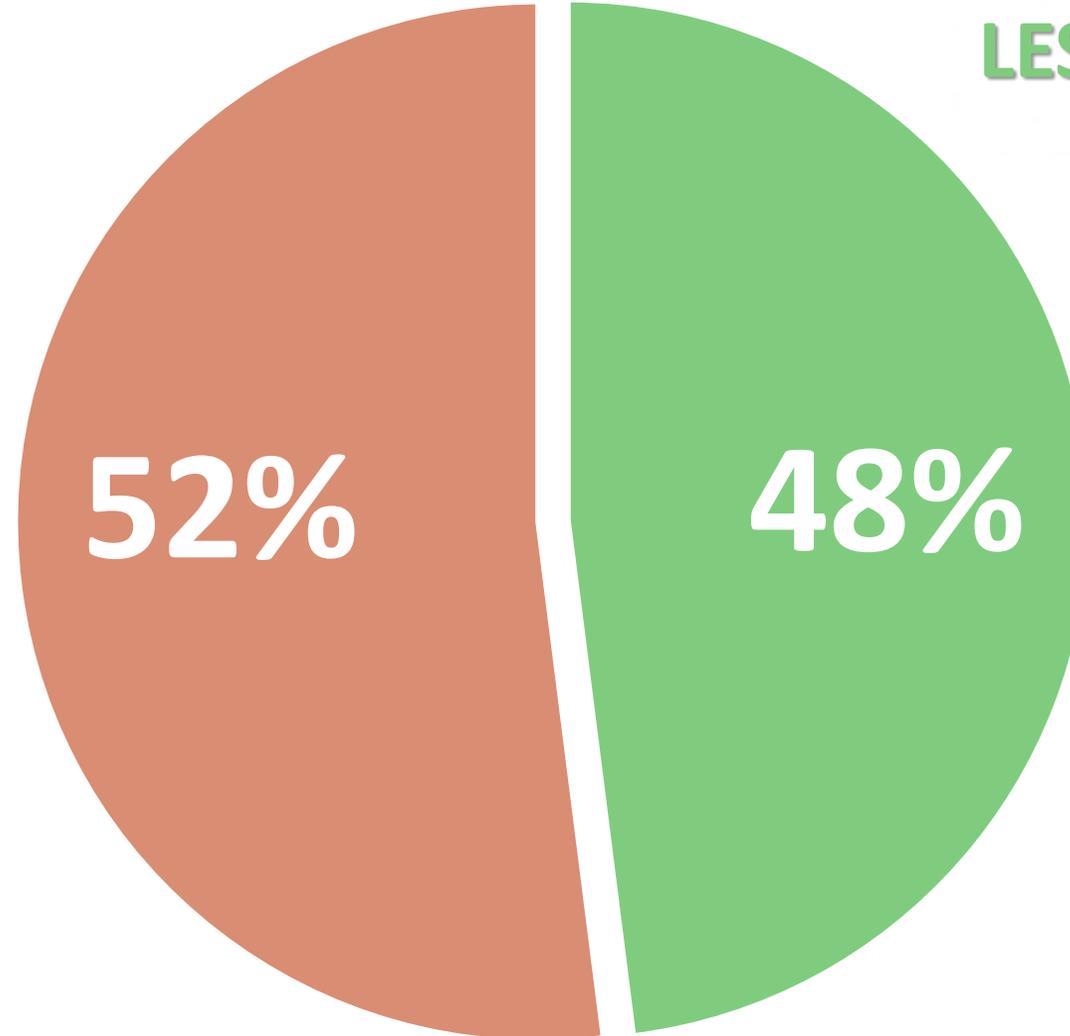
TYPLOGIE

2 VECTEURS DE MOTIVATIONS CONDUISANT À LA DIMINUTION OU LE BANISSEMENT DE LA VIANDE

Une moitié va s'éloigner d'un régime omnivore par conviction philosophique et une autre va surtout y être contraints pour des raisons soit financières soit médicales.

LES CONTRAINTS

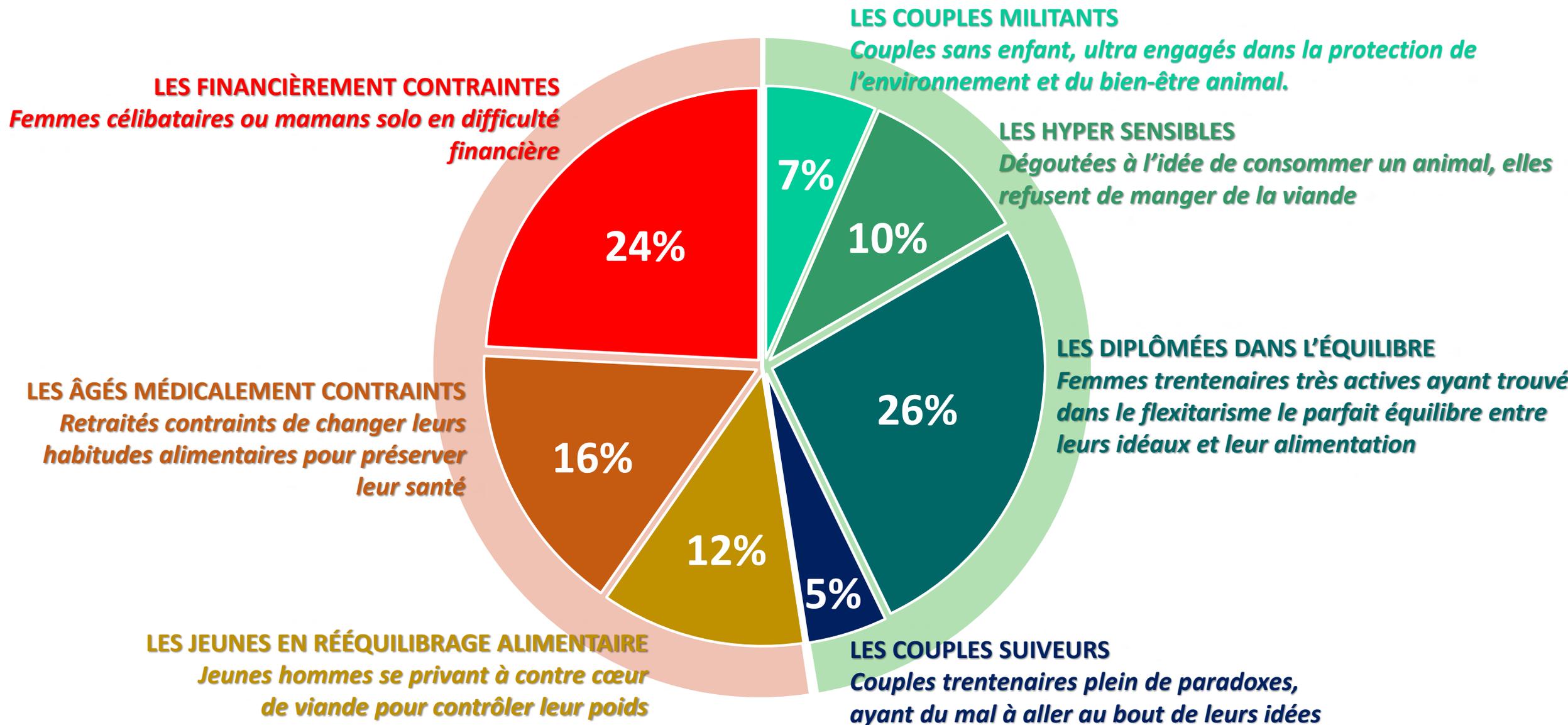
Population ayant dû changer d'habitudes alimentaires pour solutionner une ou des difficultés



LES NON CONTRAINTS

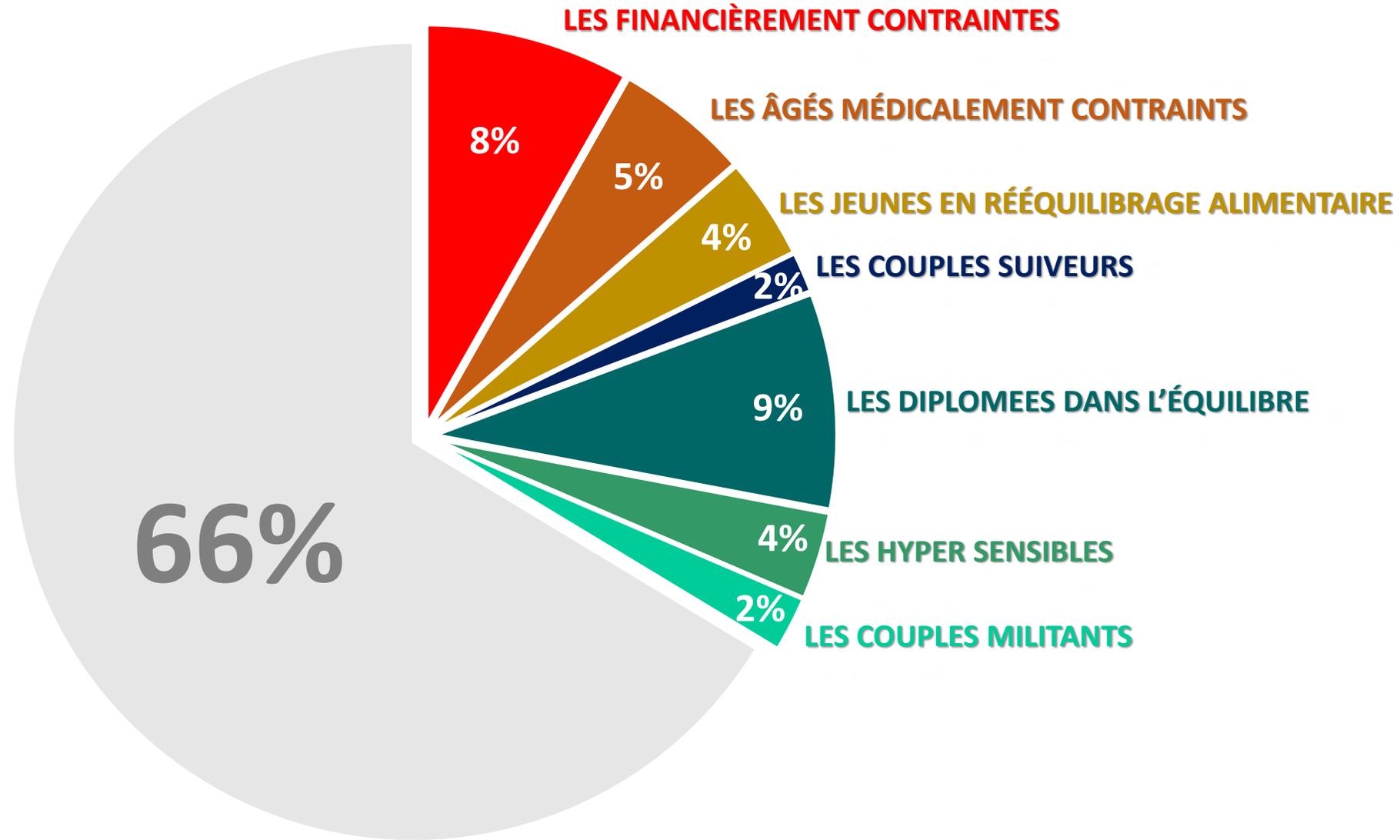
Population ayant adoptés un régime par choix philosophique

7 TYPES DE FRANÇAIS QUI NE SONT PAS OMNIVORES

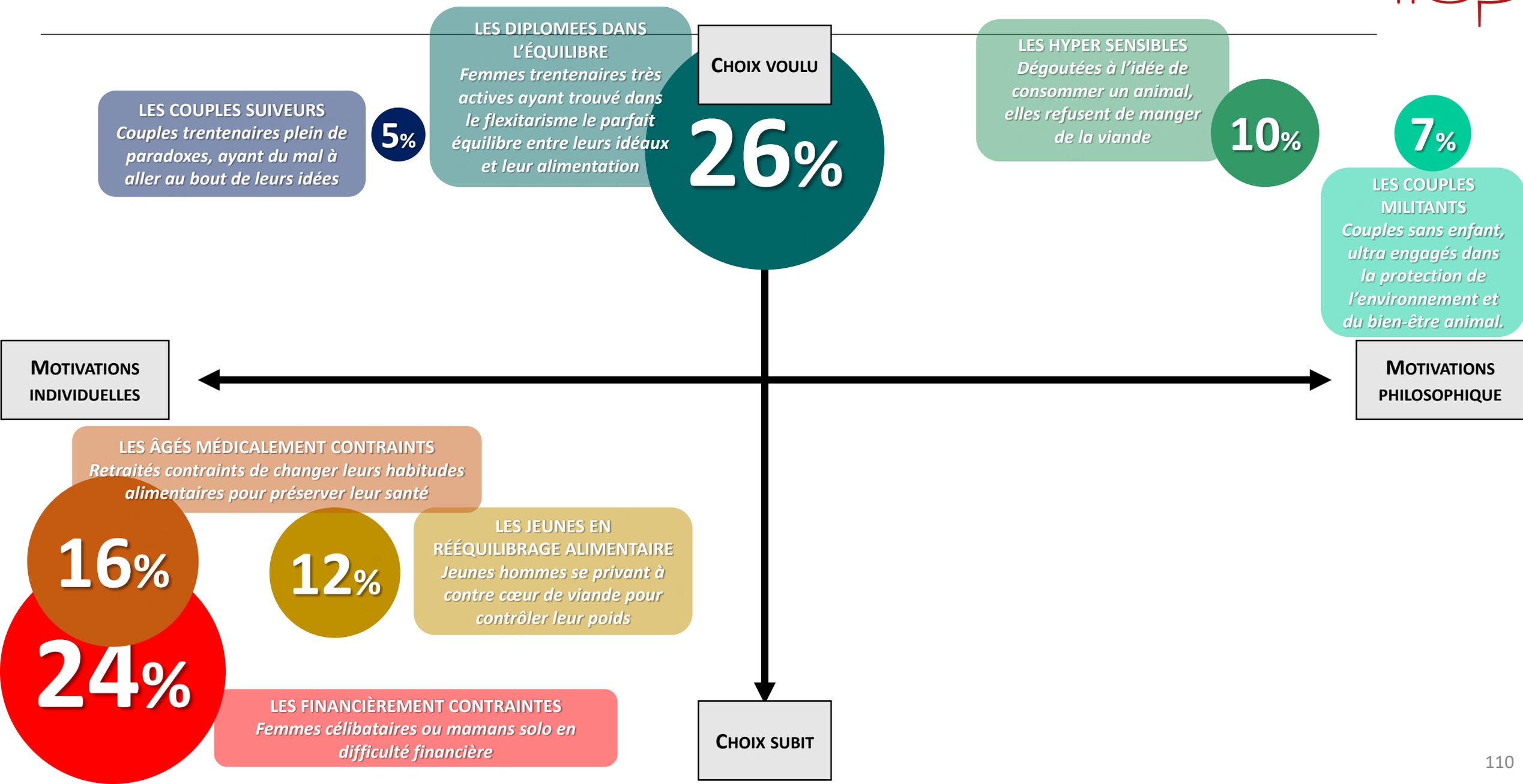


7 TYPES DE FRANÇAIS QUI NE SONT PAS OMNIVORES

TAUX SUR UN TOTAL
POPULATION FRANÇAISE



COMMENT SE POSITIONNENT CES TYPES LES UNS PAR RAPPORT AUX AUTRES ?



QUELS TYPES AU SEIN DE CHAQUE RÉGIME ?

Tandis que les flexitariens non-étiquetés se retrouvent majoritairement chez les contraints, les régimes sans viande sont eux sans surprise surtout répartis entre les hyper sensibles et les couples militants.

	TOTAL (n=5047)	NON-ETIQUETÉS (n=1152)	FLEXITARIENS (n=3563)	Flexitariens modérés (consomment au moins une fois par jour de la viande) (n=982)	Flexitariens moyen (consomment plusieurs fois par semaine de la viande) (n=1764)	Flexitariens marqués (consomment 1 fois par semaine ou moins souvent de la viande) (n=817)	REGIMES SANS VIANDE (n=331)
Les FINANCIEREMENT CONTRAINTES	24	35	22	23	22	22	13
Les AGES MEDICALEMENT CONTRAINTS	16	29	13	15	15	8	1
Les JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE	12	12	13	18	13	6	3
Les COUPLES SUIVEURS	5	5	5	6	4	4	6
Les DIPLOMEES DANS L'EQUILIBRE	26	15	31	27	33	31	8
Les HYPER SENSIBLES	10	1	9	6	8	17	50
Les COUPLES MILITANTS	7	2	7	5	6	10	19



QUELS RÉGIMES AU SEIN DE CHACUN DES TYPES ?

La quasi-totalité des diplômées dans l'équilibre s'identifient comme étant fléxitariennes dont une large proportion de fléxitariennes moyennes et marquées. Les jeunes en rééquilibrage sont également nombreux à se considérer fléxitariens. Leur pratique montre tout de même qu'ils sont surtout des fléxitariens modérés ou moyens.

	TOTAL (n=5047)	Les FINANCIEREMENT CONTRAINTES (n=1233)	Les AGES MEDICALEMENT CONTRAINS (n=811)	Les JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE (n=613)	Les COUPLES SUIVEURS (n=239)	Les DIPLOMEES DANS L'EQUILIBRE (n=1302)	Les HYPER SENSIBLES (n=518)	Les COUPLES MILITANTS (n=330)
FLEXITARIENS NON-ETIQUETÉS	23	32	42	23	23	14	3	8
FLEXITARIENS	71	64	58	75	69	84	65	73
<i>Flexitariens modérés</i>	19	18	18	28	26	21	11	15
<i>Flexitariens moyens</i>	35	31	32	39	29	44	26	32
<i>Flexitariens marqués</i>	16	15	8	8	14	20	27	26
REGIMES SANS VIANDE	7	3	0	2	8	2	32	19
<i>Pescetariens</i>	3	1	0	1	3	1	17	10
<i>Végétariens</i>	2	1	0	1	4	1	13	6
<i>Végétaliens/Vegans</i>	1	1	0	1	0	0	2	3

<i>Flexitariens modérés</i>	<i>Flexitariens déclarés consommant beaucoup de viande (au moins une fois par jour)</i>
<i>Flexitariens moyens</i>	<i>Flexitariens déclarés consommant moyennement de la viande (plusieurs fois par semaine)</i>
<i>Flexitariens marqués</i>	<i>Flexitariens déclarés consommant très peu de viande (moins souvent à jamais)</i>

QUELS RÉGIMES AU SEIN DE CHACUN DES TYPES ? – SUR UN TOTAL FRANÇAIS

TAUX SUR UN TOTAL
POPULATION FRANÇAISE

	TOTAL (n=5047)	Les FINANCIEREMENT CONTRAINTES (n=1233)	Les AGES MEDICALEMENT CONTRAINTS (n=811)	Les JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE (n=613)	Les COUPLES SUIVEURS (n=239)	Les DIPLOMEES DANS L'EQUILIBRE (n=1302)	Les HYPER SENSIBLES (n=518)	Les COUPLES MILITANTS (n=330)
FLEXITARIENS NON-ETIQUETÉS	8	3	2	0,9	0,4	1,2	0,1	0,2
FLEXITARIENS	24	5	3	3	1,1	7	2	2
<i>Flexitariens modérés</i>	7	1	1	1,2	0,4	2	0,4	0,3
<i>Flexitariens moyens</i>	12	3	2	2	0,5	4	0,9	0,7
<i>Flexitariens marqués</i>	5	1,2	0,4	0,3	0,2	2	0,9	0,6
REGIMES SANS VIANDE	2	0,3	0	0,1	0,1	0,2	1,1	0,4
<i>Pescetariens</i>	1,1	0,1	0	0	0,1	0,1	0,6	0,2
<i>Végétariens</i>	0,8	0,1	0	0	0,1	0,1	0,5	0,1
<i>Végétaliens/Vegans</i>	0,3	0	0	0	0	0	0,1	0,1

<i>Flexitariens modérés</i>	<i>Flexitariens déclarés consommant beaucoup de viande (au moins une fois par jour)</i>
<i>Flexitariens moyens</i>	<i>Flexitariens déclarés consommant moyennement de la viande (plusieurs fois par semaine)</i>
<i>Flexitariens marqués</i>	<i>Flexitariens déclarés consommant très peu de viande (moins souvent à jamais)</i>



LES FINANCIÈREMENT CONTRAINTES

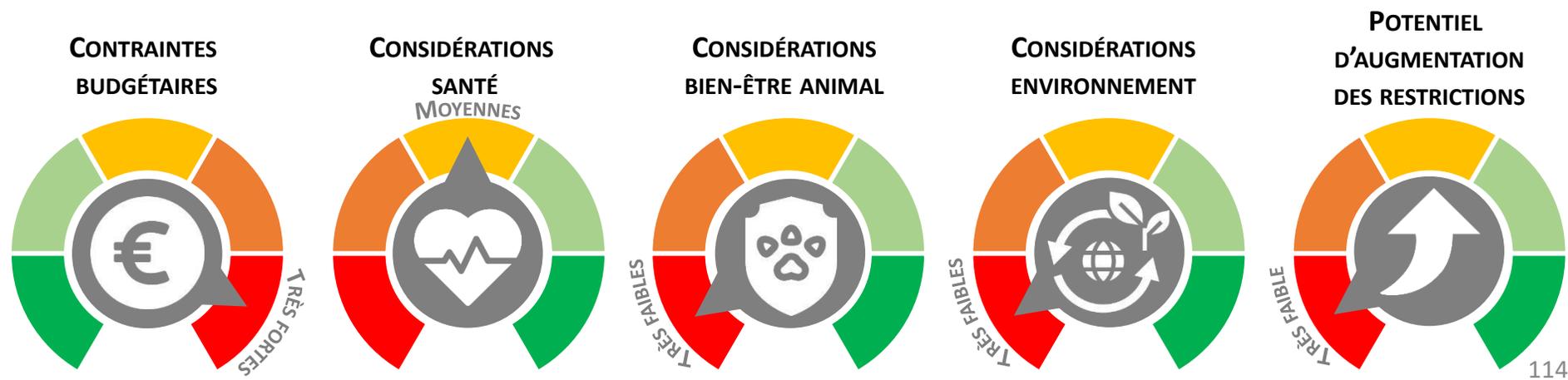
Femmes célibataires ou mamans solo en difficultés financières

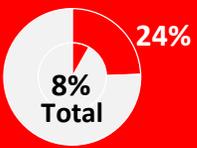
Je m'appelle Céline, j'ai 45 ans et je vis dans une petite ville de province avec mon adolescent que j'éleve seule. Je fais partie de ce qu'on appelle la classe populaire : niveau d'études inférieur au bac, un emploi peu qualifié et des ressources financières limitées.

D'ailleurs ma situation financière est très compliquée et s'est en plus aggravée depuis la crise sanitaire. Pour y faire face, j'ai dû récemment revoir mon budget courses en diminuant ma consommation de viande, sans pour autant me considérer comme flexitarienne. Pour moi, la viande est un produit convivial et nécessaire à la santé. Ainsi je l'achète en promotion me permettant de faire face à la fatigue et aux carences que je ressens depuis que j'en consomme moins.

Ma situation actuelle ne me donne pas le luxe de pouvoir me soucier des différents enjeux sociétaux et environnementaux que peuvent soulever les régimes restrictifs à la viande.

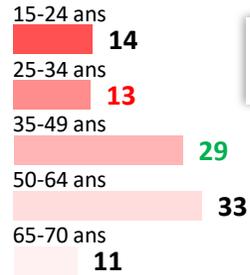
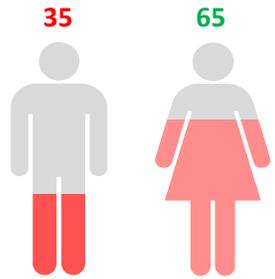
C'est pour toutes ces raisons que je ne projette pas de changer de mode d'alimentation.





LES FINANCIÈREMENT CONTRAINTES

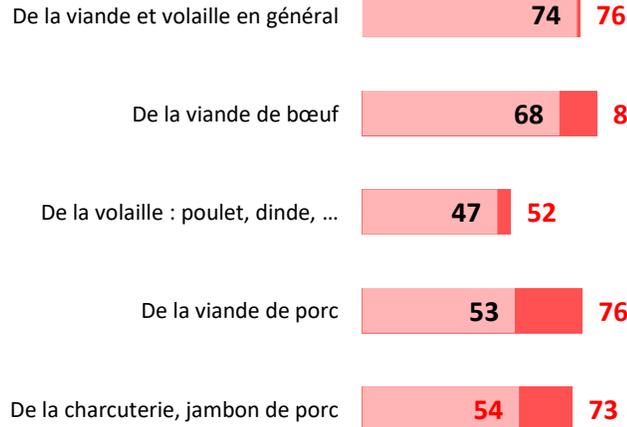
Femmes célibataires ou mamans solo en difficulté financière



Age moyen : 45 ans

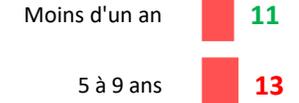
Consommation

■ Limitation
■ Limitation ou non consommation



Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

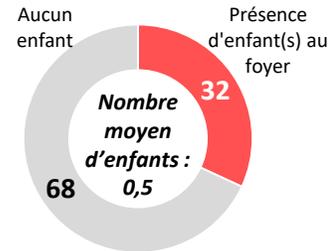
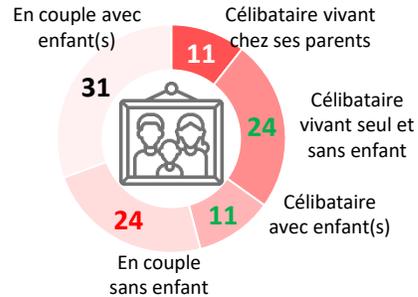
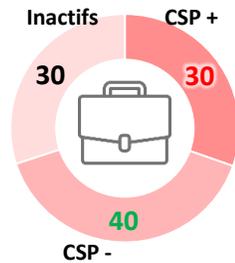
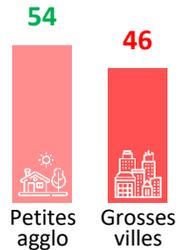
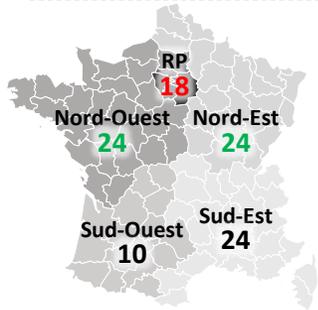
Ancienneté du régime



Age d'adoption du régime

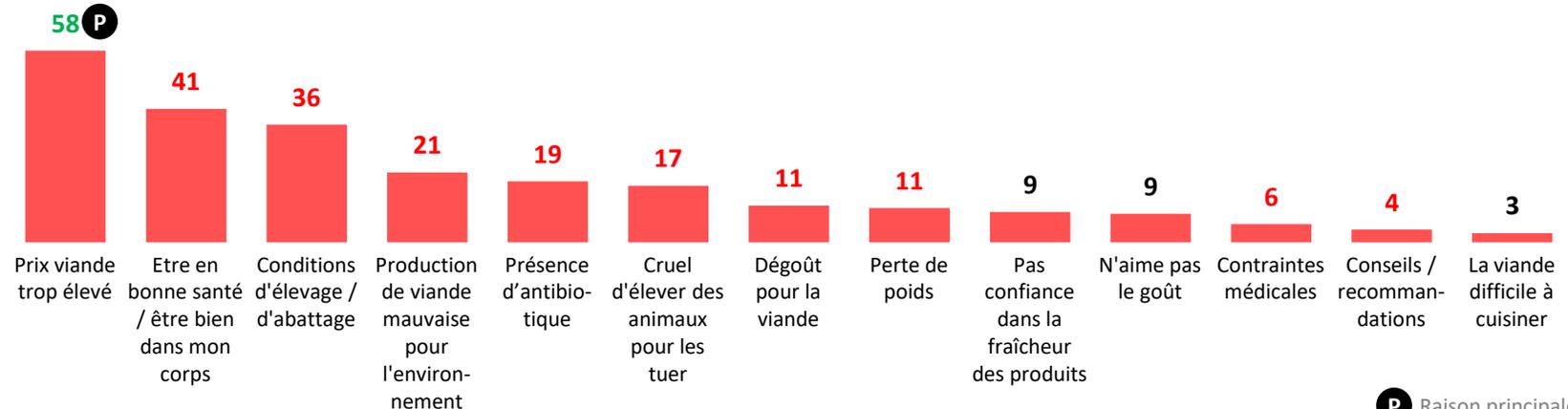


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

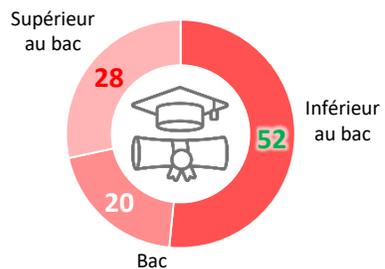


Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : 2,5



^P Raison principale



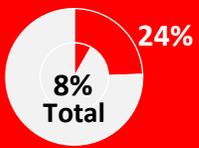
Fait partie d'au moins une association

17

Association environnement ou bien-être animal

4





LES FINANCIÈREMENT CONTRAINTES

Femmes célibataires ou mamans solo en difficulté financière

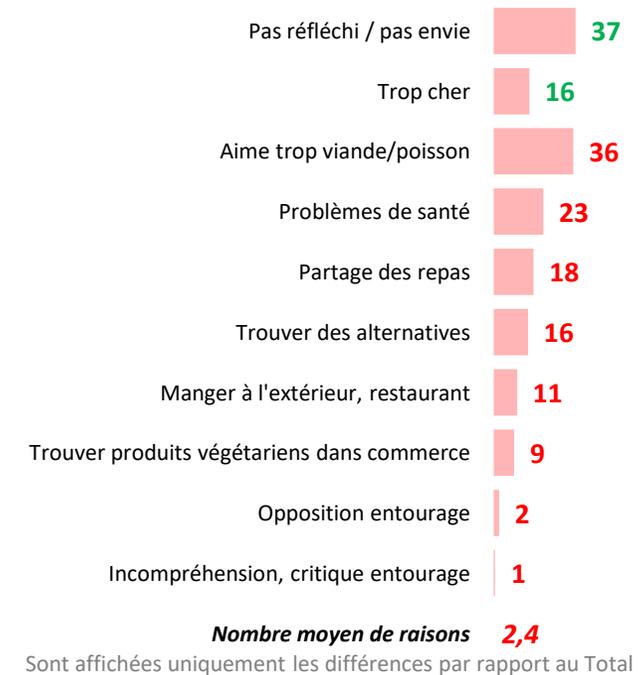
Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



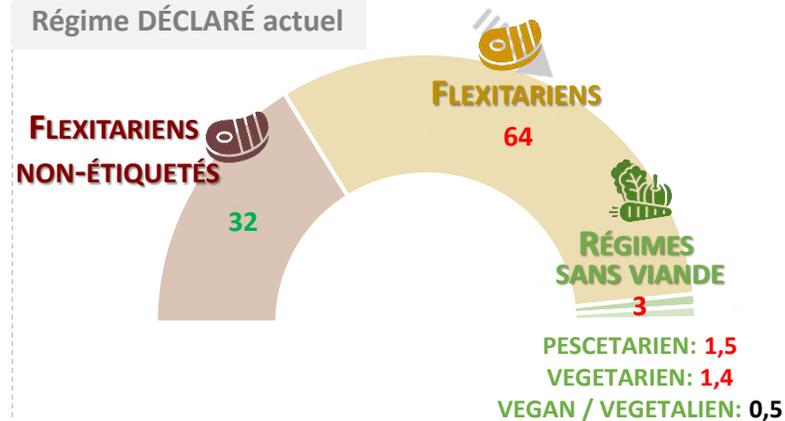
Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



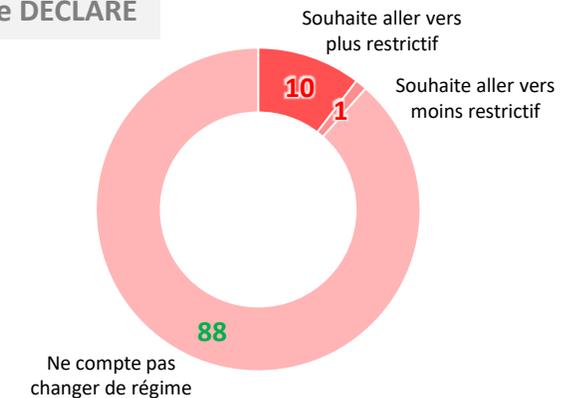
Raisons de non végétarisme



Régime DÉCLARÉ actuel



Futur régime DÉCLARÉ





16%

LES ÂGÉS MÉDICALEMENT CONTRAINTS

Retraités contraints de changer leurs habitudes alimentaires pour préserver leur santé

Nous sommes Chantal et Claude et nous avons 67 ans. Nos enfants ont quitté le foyer depuis longtemps et donc nous vivons maintenant une petite vie à deux confortable grâce à notre retraite.

Commençant à avoir quelques soucis de santé nous avons été obligés il y a presque 7 ans et suite aux conseils de notre médecin de diminuer notre consommation de viande. Ceci n'a donc pas été un choix, car nous adorons la viande et nous considérons qu'elle est indispensable pour être en bonne santé, mais une de ces nouvelles contraintes qui s'installe avec l'âge. Pour autant, nous ne subissons pas de manière forte cette situation car nous en consommons encore plusieurs fois par semaine.

Nous entendons bien sûr de plus en plus parler des différents régimes sans viande mais pour nous tous ces débats autour du bien-être animal sont exagérés et ces nouveaux régimes sont des modes qui passeront. En tout cas nous n'avons pas l'intention d'y adhérer et comptons bien conserver notre mode alimentaire actuel nous permettant de concilier santé et plaisir de consommer de la viande.

CONTRAINTES
BUDGÉTAIRES



CONSIDÉRATIONS
SANTÉ



CONSIDÉRATIONS
BIEN-ÊTRE ANIMAL

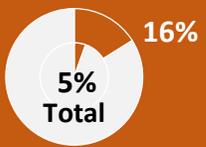


CONSIDÉRATIONS
ENVIRONNEMENT



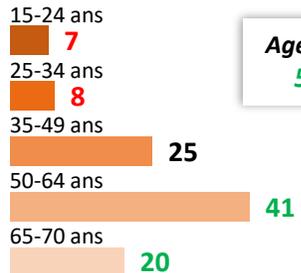
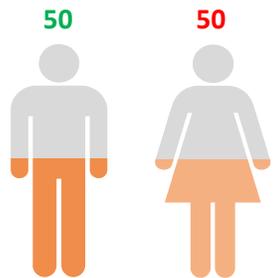
POTENTIEL
D'AUGMENTATION
DES RESTRICTIONS





LES ÂGÉS MÉDICALEMENT CONTRAINTS

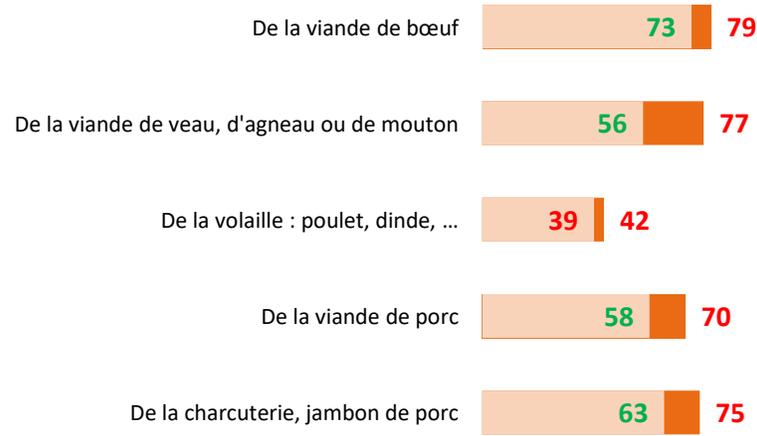
Retraités contraints de changer leurs habitudes alimentaires pour préserver leur santé



Age moyen : 51 ans

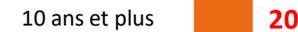
Consommation

Limitation
Limitation ou non consommation

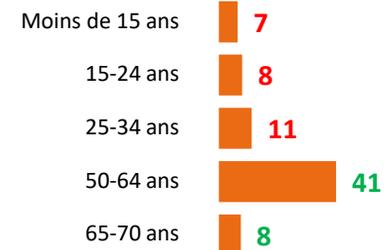


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

Ancienneté du régime

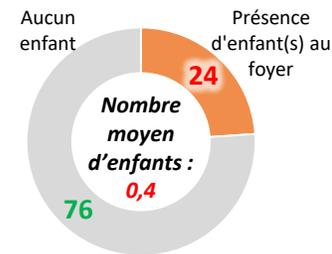
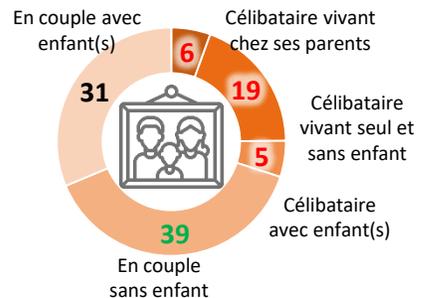
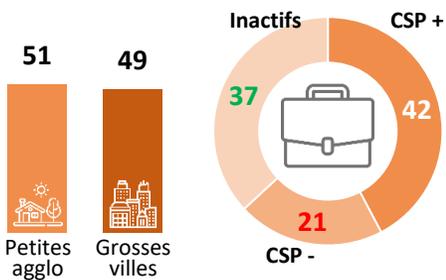
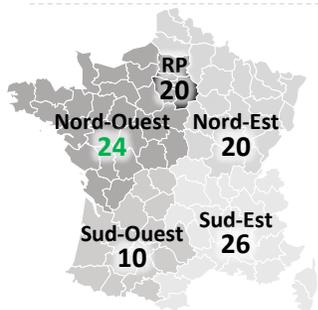


Age d'adoption du régime



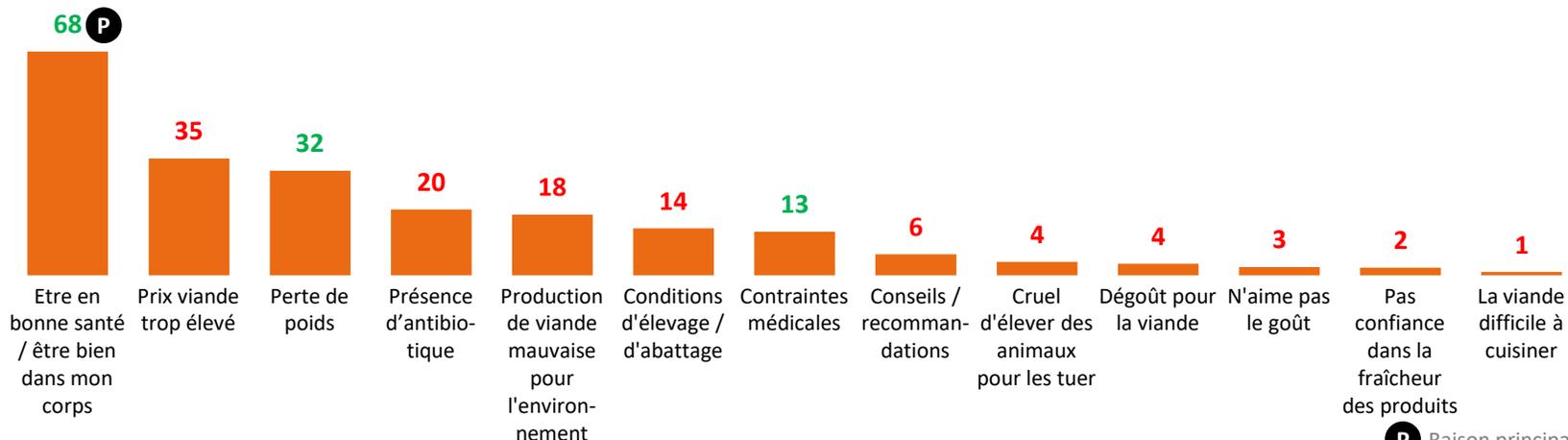
Age moyen d'adoption du régime 44 ans

Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

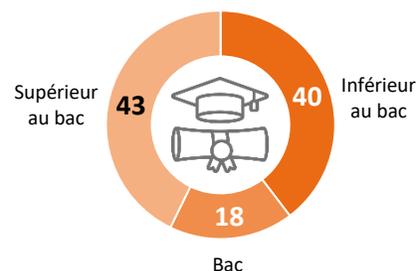


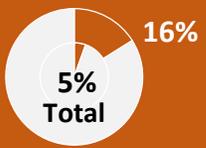
Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : 2,3



^P Raison principale





LES ÂGÉS MÉDICALEMENT CONTRAINTS

Retraités contraints de changer leurs habitudes alimentaires pour préserver leur santé

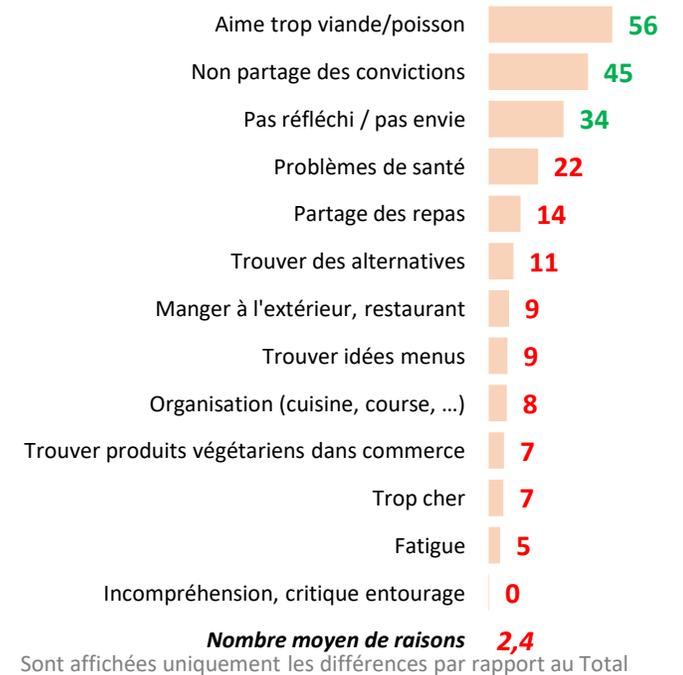
Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



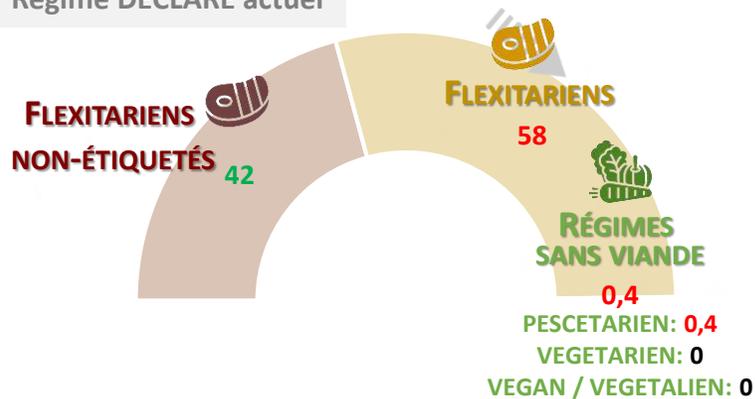
Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



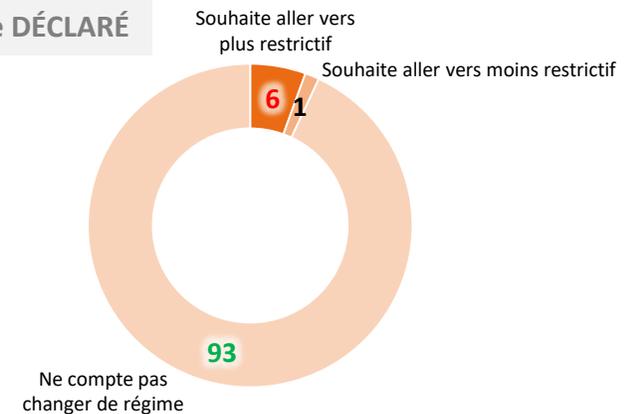
Raisons de non végétarisme



Régime DÉCLARÉ actuel



Futur régime DÉCLARÉ



LES JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE

Jeunes hommes se privant à contre cœur de viande pour contrôler leur poids

12%

Moi c'est Maxime, j'ai 25 ans et je vis avec mes parents en région parisienne. Nous sommes une famille plutôt modeste.

Voilà maintenant 1 an que je suis devenu flexitarien, dans le but de perdre du poids. Mais je suis très gourmand, j'aime cuisiner, tester de nouvelles recettes et surtout j'aime la viande. M'en priver est un véritable crève cœur. Je n'ai pas encore réussi à m'adapter à mon régime : j'ai du mal à trouver des idées de plats, savoir comment remplacer la viande. J'ai l'impression d'avoir toujours faim, d'être fatigué et donc j'ai du mal à respecter mon régime.

Pour autant, je ne suis pas insensible aux considérations éthiques & environnementales de la réduction de viande. J'ai bien conscience du réchauffement climatique en cours ; j'ai d'ailleurs moi-même opéré des changements dans ma vie pour lutter contre ce phénomène et me suis engagée dans des associations. C'est pourquoi je réfléchis à rester flexitarien à l'avenir voire pourquoi pas retirer complètement la viande de mon alimentation.

CONTRAINTES
BUDGÉTAIRES



CONSIDÉRATIONS
SANTÉ



CONSIDÉRATIONS
BIEN-ÊTRE ANIMAL
MOYENNES

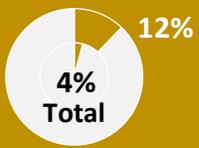


CONSIDÉRATIONS
ENVIRONNEMENT



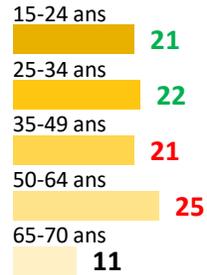
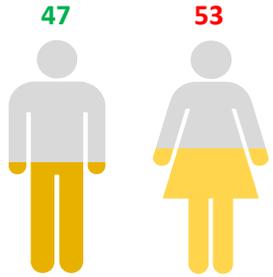
POTENTIEL
DE CHANGEMENT
DES RESTRICTIONS





LES JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE

Jeunes hommes se privant à contre cœur de viande pour contrôler leur poids



Age moyen :
42 ans

Consommation

Consommation de viande
au moins une fois par jour 28

■ Limitation
■ Limitation ou non consommation

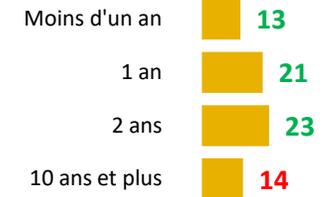
De la viande de bœuf 69 79

De la viande de veau, d'agneau ou de mouton 51 83

De la volaille : poulet, dinde, ... 41 46

Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

Ancienneté du régime

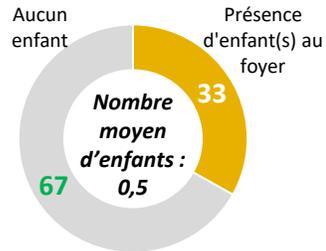
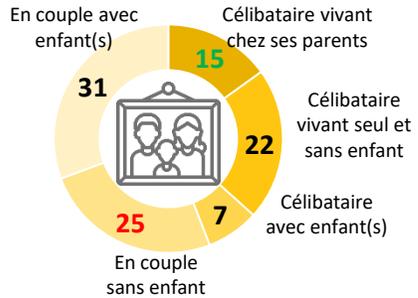
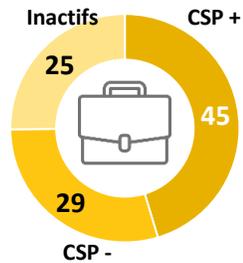
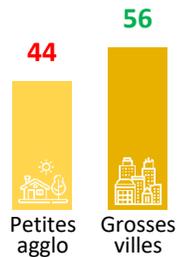
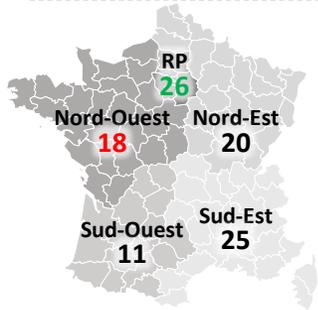


Ancienneté moyenne 4,9 ans

Age d'adoption du régime

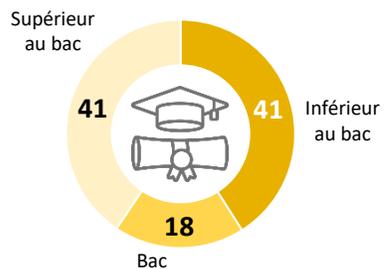
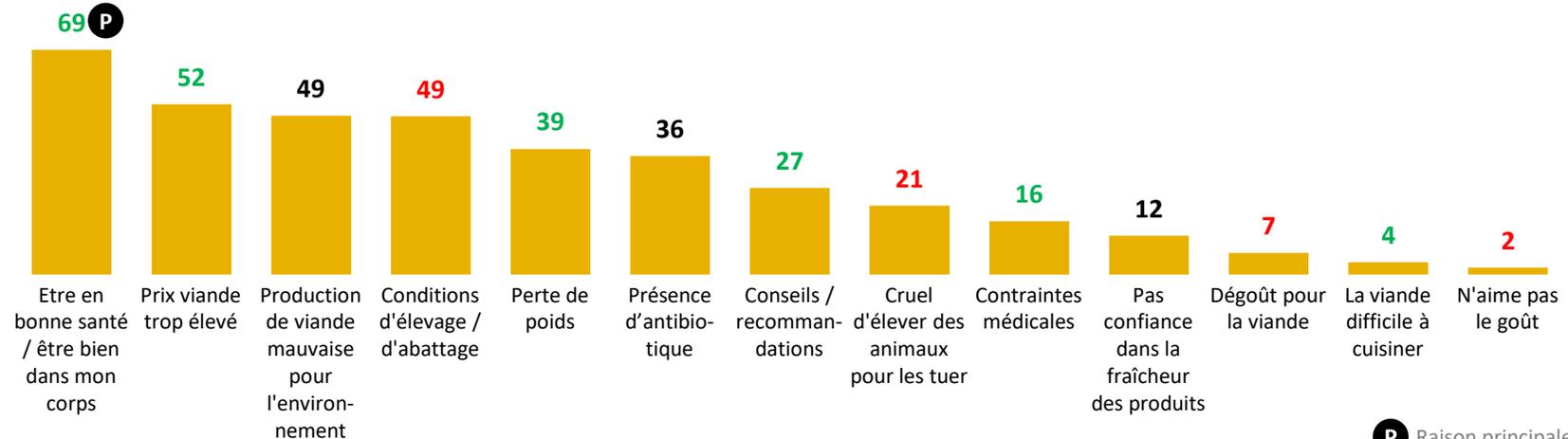


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

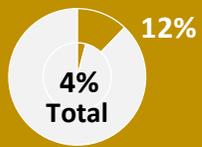


Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : 3,8



P Raison principale



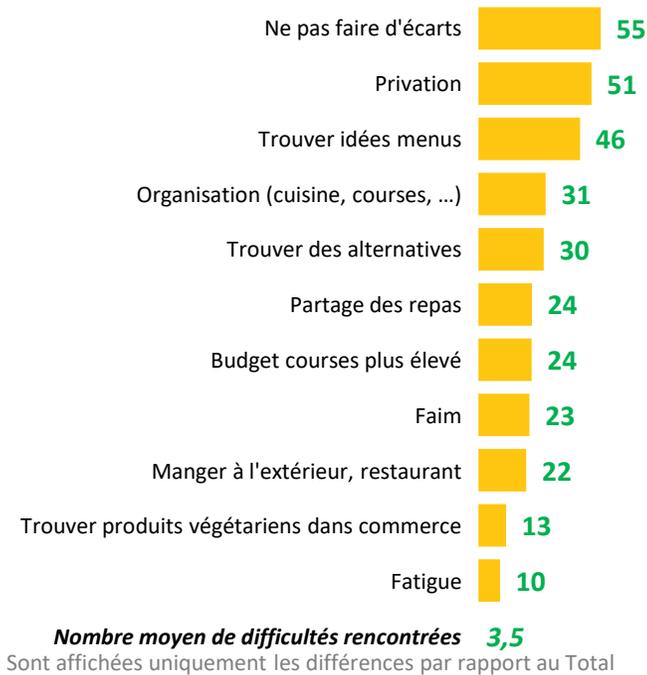
LES JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE

Jeunes hommes se privant à contre cœur de viande pour contrôler leur poids

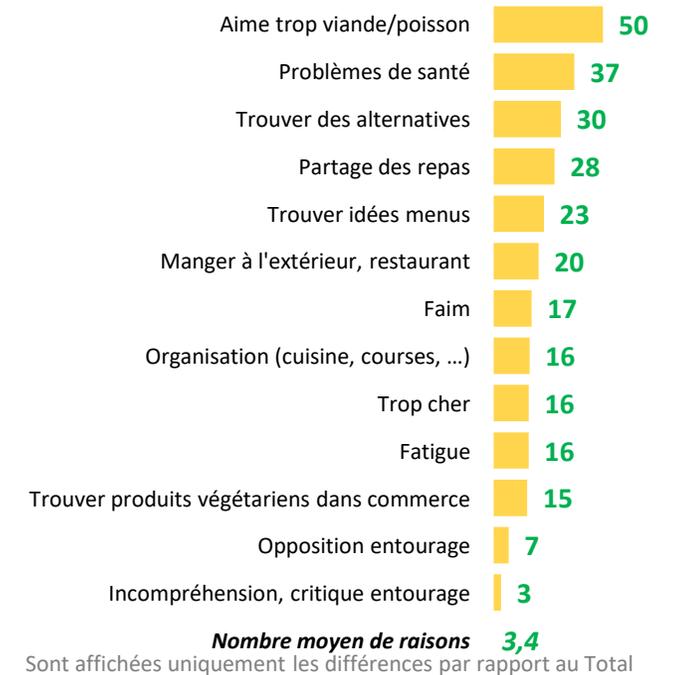
Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



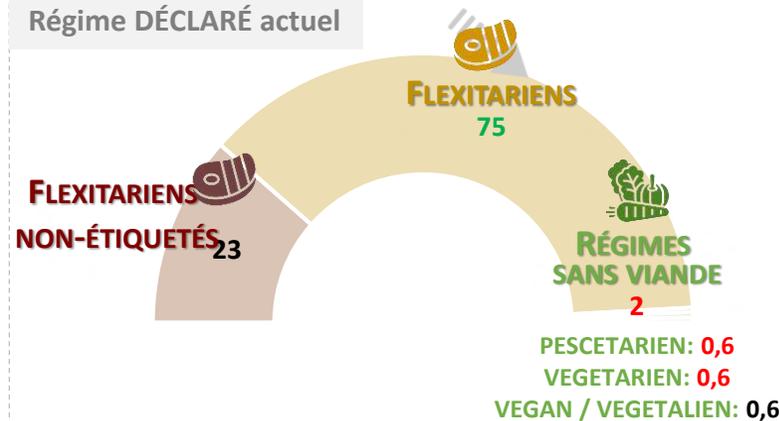
Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



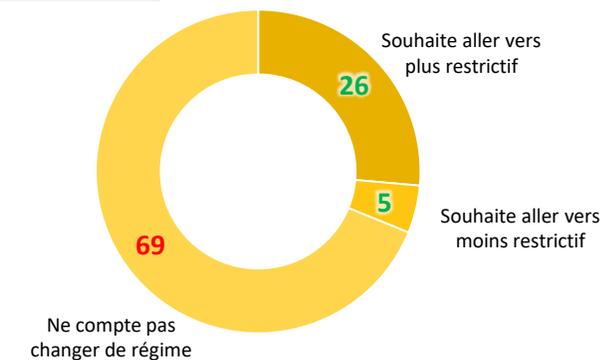
Raisons de non végétarisme



Régime DÉCLARÉ actuel



Futur régime DÉCLARÉ





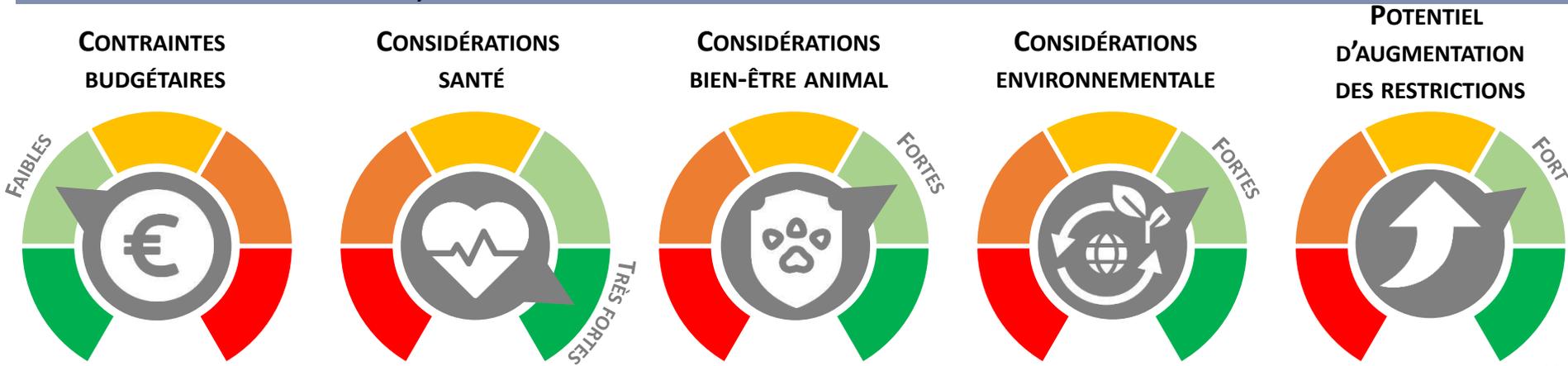
LES COUPLES SUIVEURS

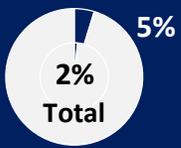
Couples trentenaires plein de paradoxes, ayant du mal à aller au bout de leurs idées

Nous sommes Julien et Amélie, 30 ans, en couple avec nos enfants et nous vivons en région parisienne. Nous sommes toujours à l'écoute des grands sujets du moment qui nous amènent souvent à réfléchir sur notre manière de consommer et nous donnent plein de nouvelles idées.

Nous avons décidé de devenir flexitariens avant tout pour être bien dans notre corps. Nous sommes également conscients des enjeux liés à la production de viande que ce soit sur l'environnement ou le bien-être animal. On peut même dire que de manière générale, nous essayons d'être plus attentifs à notre impact sur la société. Nous nous sommes donc engagés dans des associations et n'hésitons pas à acheter bio ou local. Pour autant, nous confessons continuer à manger régulièrement de la viande. Nous avons en effet des difficultés à rester cohérents avec nos principes car nous trouvons qu'un repas avec de la viande est bien plus convivial, or, nous mangeons souvent avec nos proches notamment au restaurant.

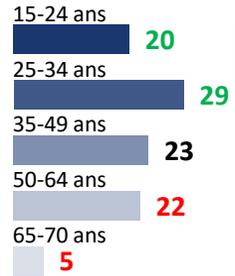
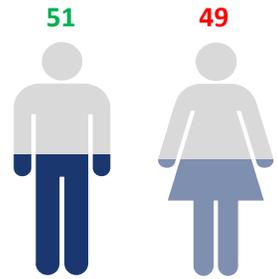
A l'avenir, nous espérons nous 'améliorer' et envisageons même de complètement bannir la viande de notre alimentation ... mais y arrivera-t-on?





LES COUPLES SUIVEURS

Couples trentenaires plein de paradoxes, ayant du mal à aller au bout de leurs idées



Age moyen :
38 ans

Consommation

Consommation de viande au moins une fois par jour

30

■ Limitation
■ Limitation ou non consommation

De la viande et volaille en général 70 | 72

De la viande de bœuf 61 | 72

De la viande de veau, d'agneau ou de mouton 39 | 82

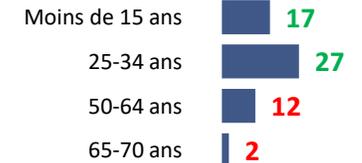
De la viande de porc 41 | 73

De la charcuterie, jambon de porc 45 | 79
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

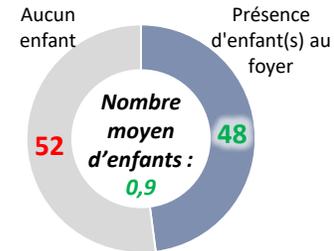
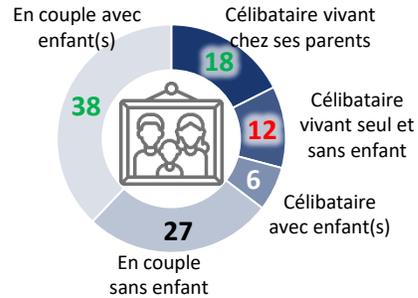
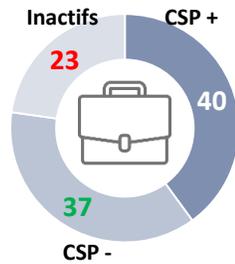
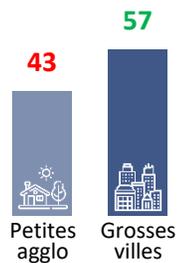
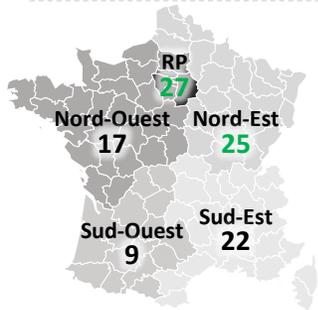
Ancienneté du régime



Age d'adoption du régime

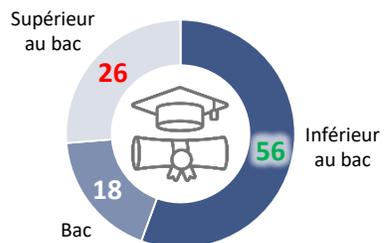
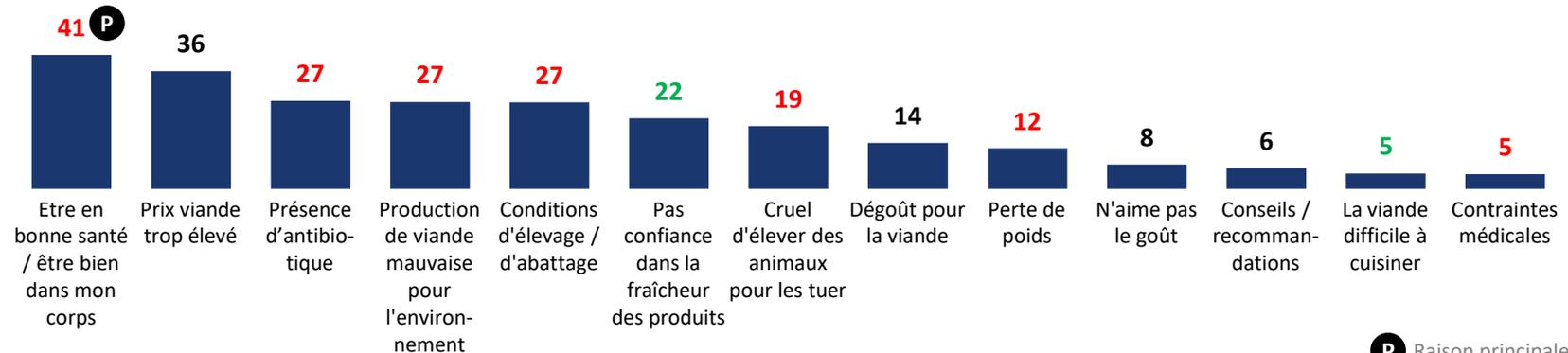


Age moyen d'adoption du régime **30 ans**
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

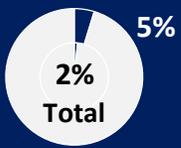


Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : **2,5**



^P Raison principale



LES COUPLES FOLLOWERS

Couples trentenaires plein de paradoxes, ayant du mal à aller au bout de leurs idées

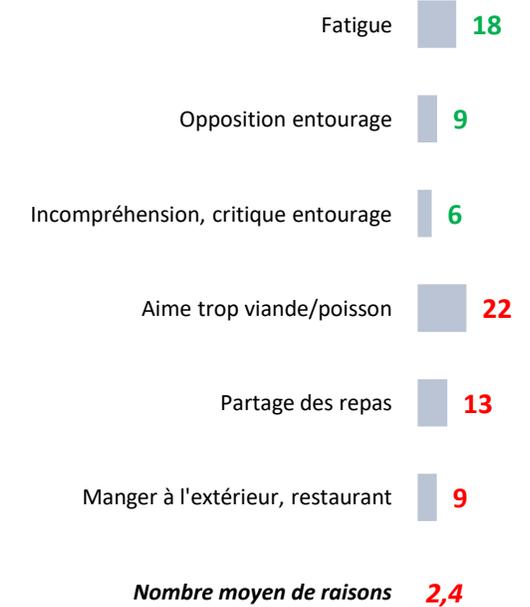
Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



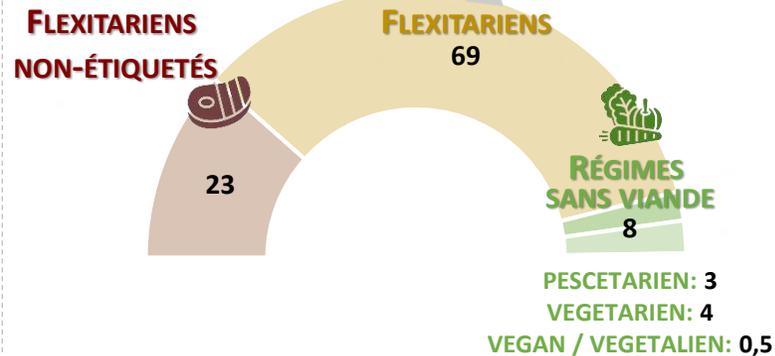
Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



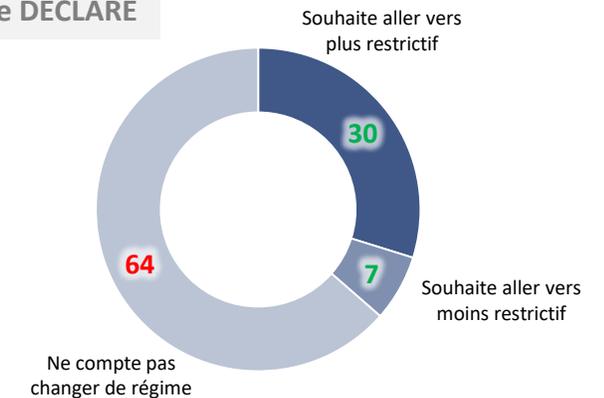
Raisons de non végétarisme



Régime DÉCLARÉ actuel



Futur régime DÉCLARÉ





26%

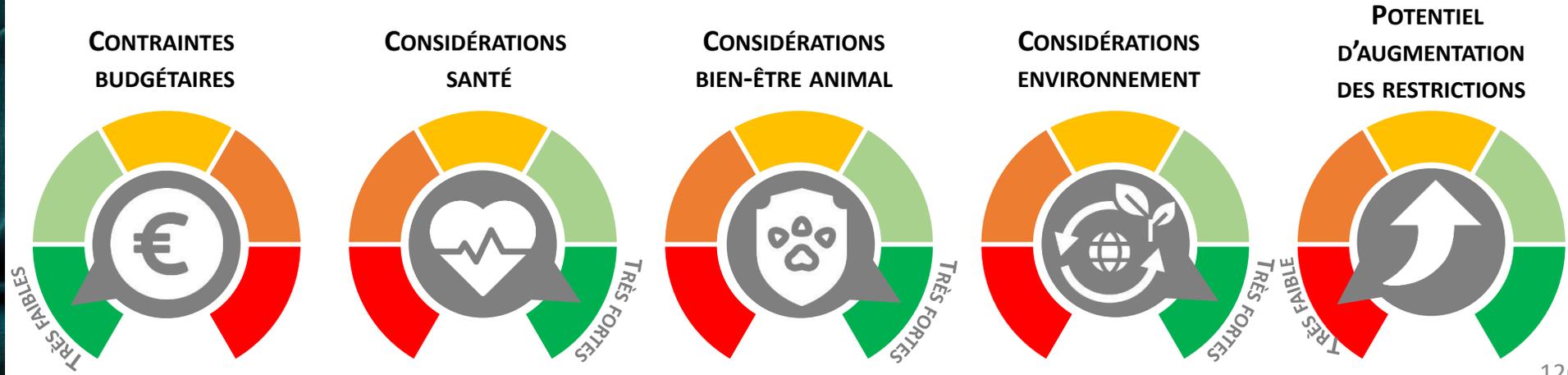
LES DIPLOMEES DANS L'ÉQUILIBRE

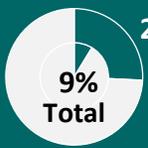
Femmes trentenaires très actives ayant trouvé dans le flexitarisme le parfait équilibre entre leurs idéaux et leur alimentation

Je m'appelle Julie, j'ai 34 ans et je vis dans une grande ville du Sud-Est. De formation supérieure au bac, je suis cadre dans une entreprise du secteur privé et je perçois de haut revenus.

J'aime beaucoup la viande mais il y a quelques années/récemment, j'ai décidé de devenir flexitarienne afin d'être en accord avec mes principes de préservation de l'environnement et du bien-être animal autant que pour les bienfaits sur la santé. Et ce régime alimentaire s'inscrit dans un changement global de mes habitudes de vie car je considère que j'ai une responsabilité vis-à-vis des générations futures. Je suis également très attentive à ma santé et à l'impact de ce que je mange sur celle-ci. Or, je considère qu'en France nous consommons trop de viande par rapport à nos réels besoins. Globalement, je vis très bien ces nouvelles habitudes mais je dois avouer qu'il m'est parfois difficile de trouver des idées de menus ou de savoir comment remplacer la viande dans mes plats.

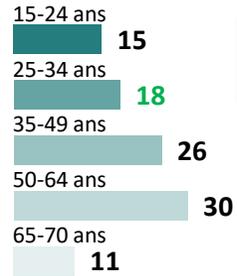
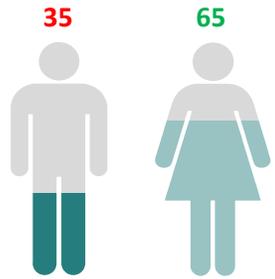
Dans l'esprit du « consommer moins mais mieux », j'ai trouvé dans le flexitarisme le bon compromis/l'équilibre entre plaisir et bonne conscience. Je ne pourrais pas aller plus loin car j'aime bien trop la viande pour la supprimer totalement de mon alimentation.





LES DIPLOMEES DANS L'ÉQUILIBRE

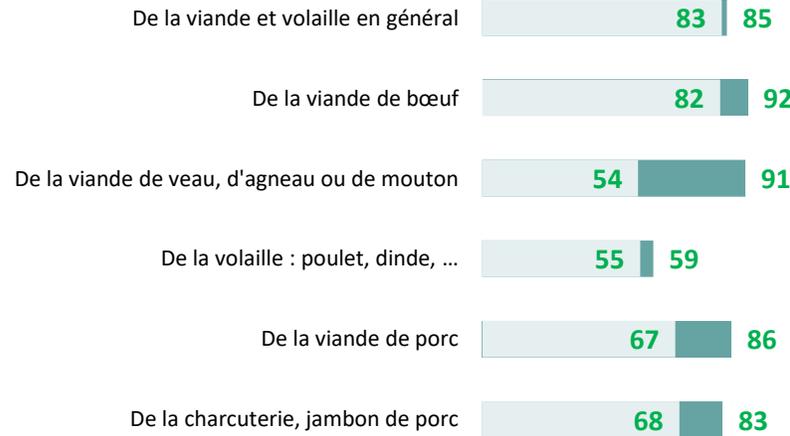
Femmes trentenaires très actives ayant trouvé dans le flexitarisme le parfait équilibre entre leurs idéaux et leur alimentation



Age moyen : 44 ans

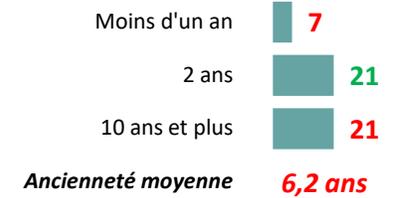
Consommation

Limitation
Limitation ou non consommation



Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

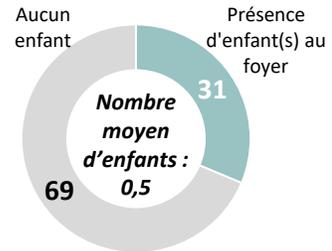
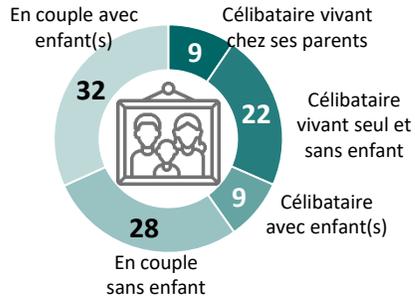
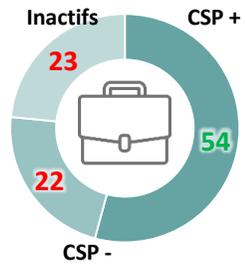
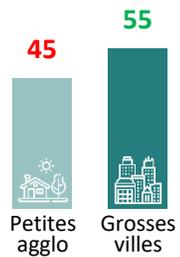
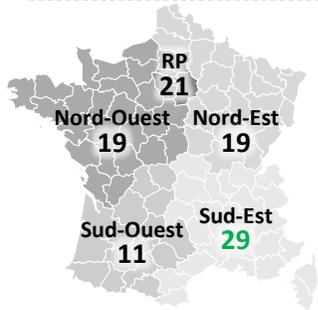
Ancienneté du régime



Age d'adoption du régime

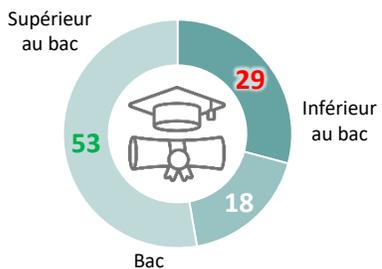
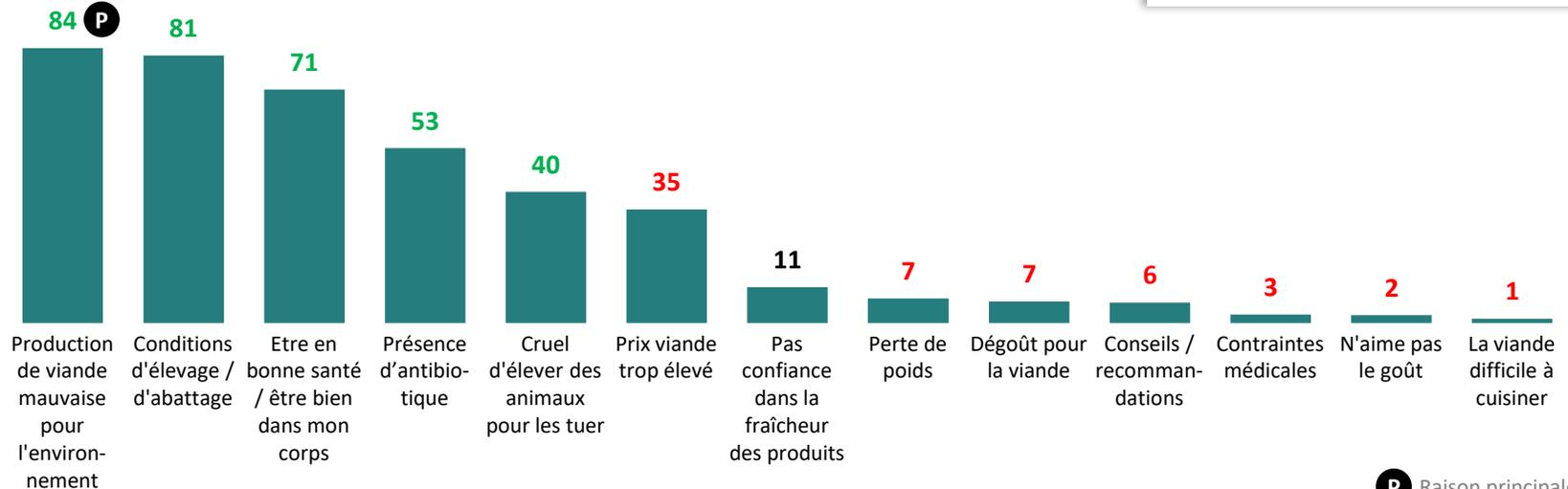


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total



Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : 4,0



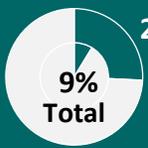
Fait partie d'au moins une association

30

Association environnement ou bien-être animal

6

P Raison principale

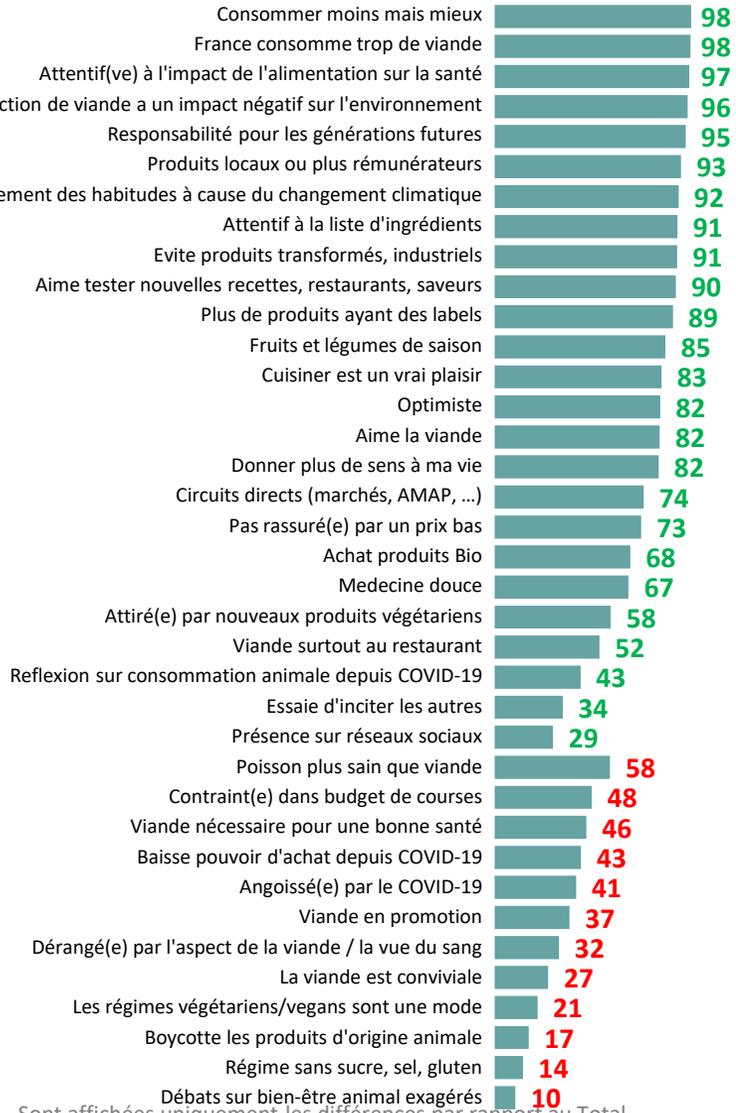


26%

LES DIPLOMEES DANS L'ÉQUILIBRE

Femmes trentenaires très actives ayant trouvé dans le flexitarisme le parfait équilibre entre leurs idéaux et leur alimentation

Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie

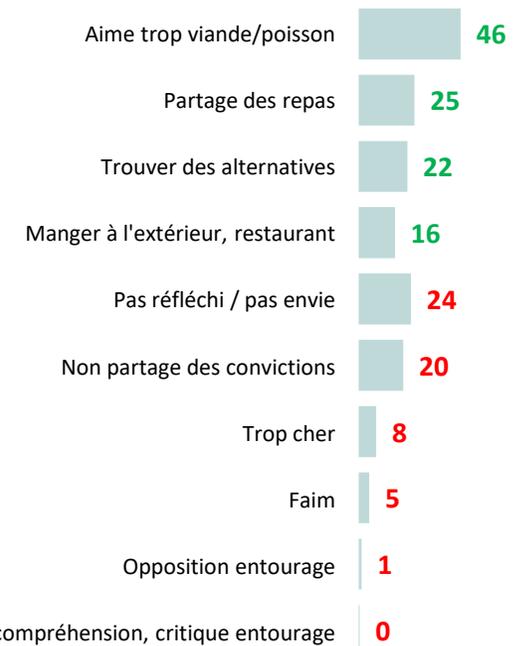


Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



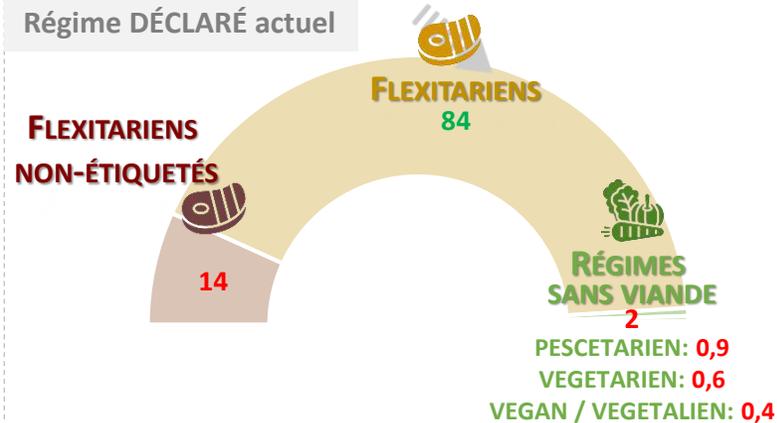
Nombre moyen de difficultés rencontrées 1,2
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

Raisons de non végétarisme

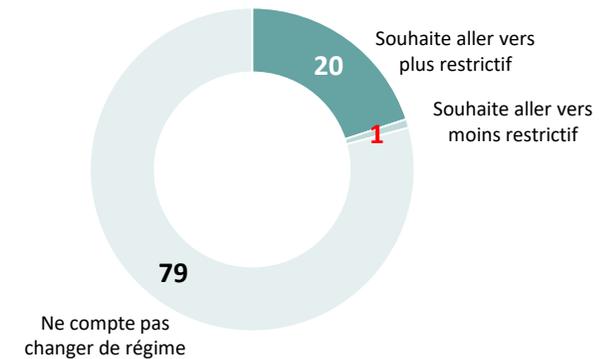


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

Régime DÉCLARÉ actuel



Futur régime DÉCLARÉ





LES HYPER SENSIBLES

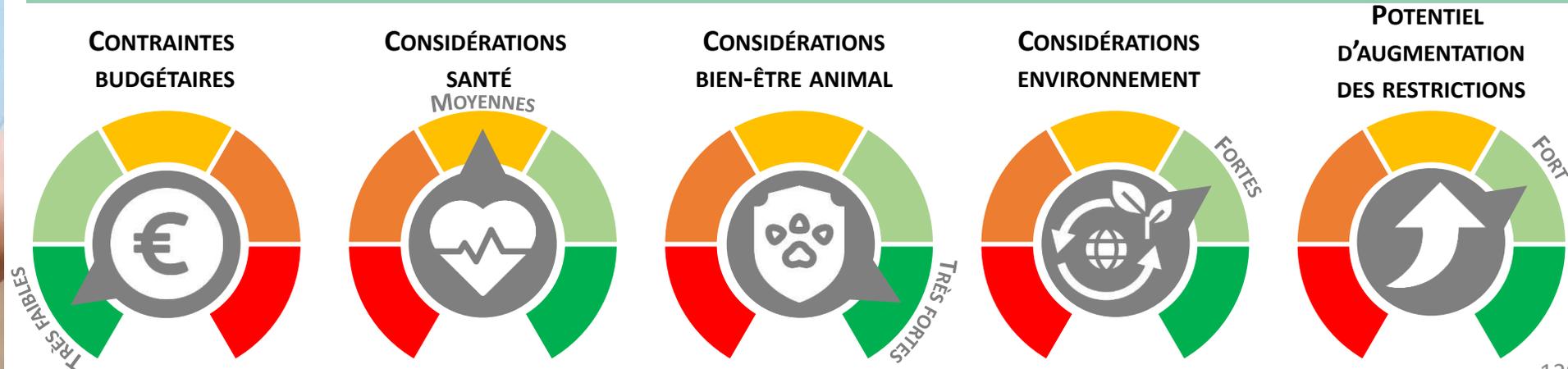
Dégoutées à l'idée de consommer un animal, elles refusent de manger de la viande

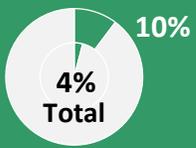
Hello, moi c'est Camille ! J'ai 18 ans, je suis étudiante et je vis chez mes parents qui sont ce qu'on appelle des CSP +. On peut donc dire que nous avons un niveau de vie confortable.

Très jeune j'ai été sensible à la cause animale estimant qu'il est cruel d'élever des animaux pour ensuite les tuer et j'ai très vite éprouvé du dégoût pour la viande étant dérangée par la vue du sang. C'est pourquoi dès l'adolescence j'ai décidé de supprimer la viande de mon alimentation. De toute façon je pense qu'il n'est pas nécessaire de manger de la viande pour être en bonne santé.

Par contre, il est vrai que mon régime n'est pas très bien compris de ma famille qui critique souvent mon choix, rendant compliqué l'organisation des repas familiaux. Au restaurant comme au supermarché, ce n'est pas plus simple : j'ai du mal à trouver des options qui me conviennent.

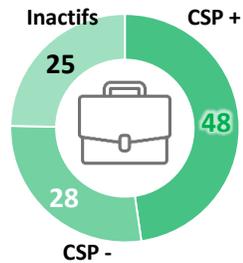
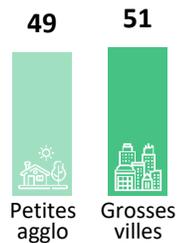
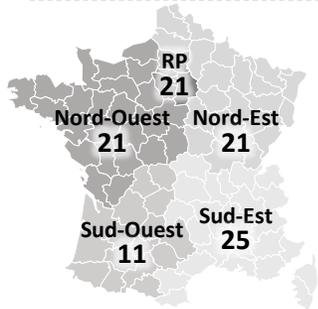
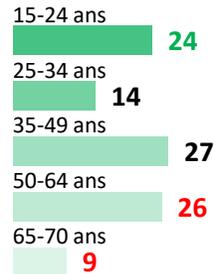
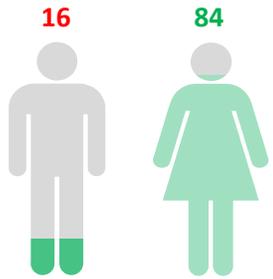
Mais totalement convaincue de mon choix, j'envisage même d'aller plus loin supprimant le poisson de mon alimentation voire pourquoi pas devenir végétalienne/vegan !



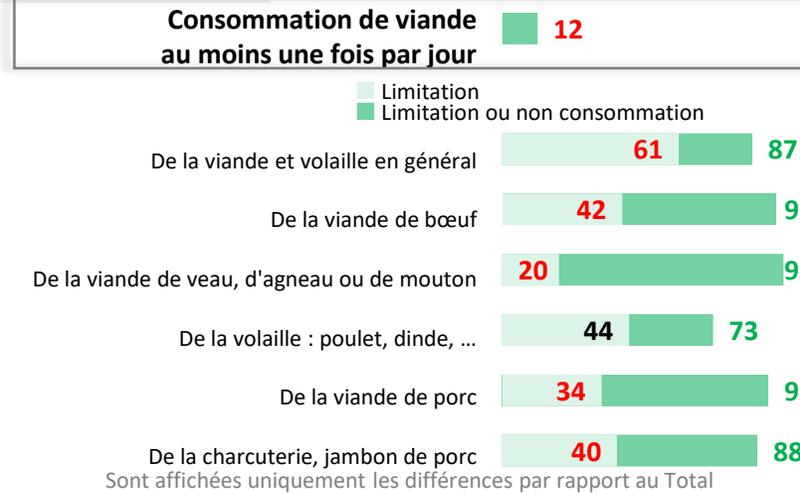


LES HYPER SENSIBLES

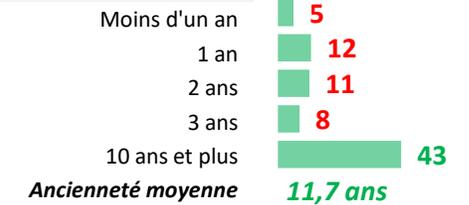
Dégoutées à l'idée de consommer un animal, elles refusent de manger de la viande



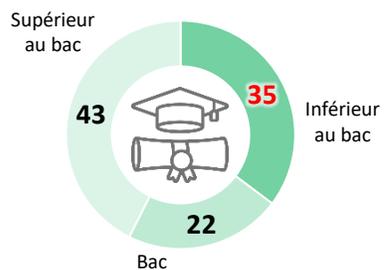
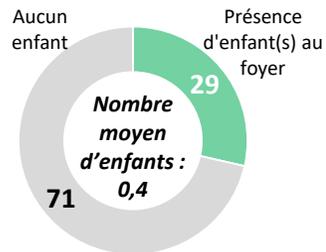
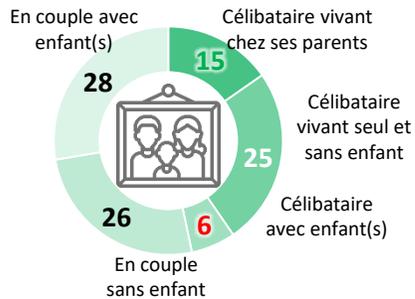
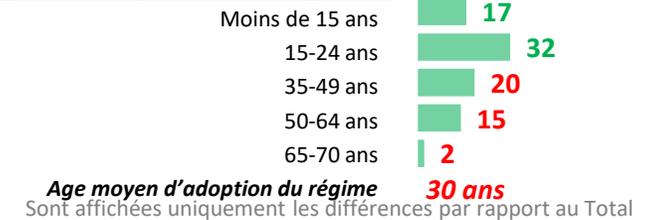
Consommation



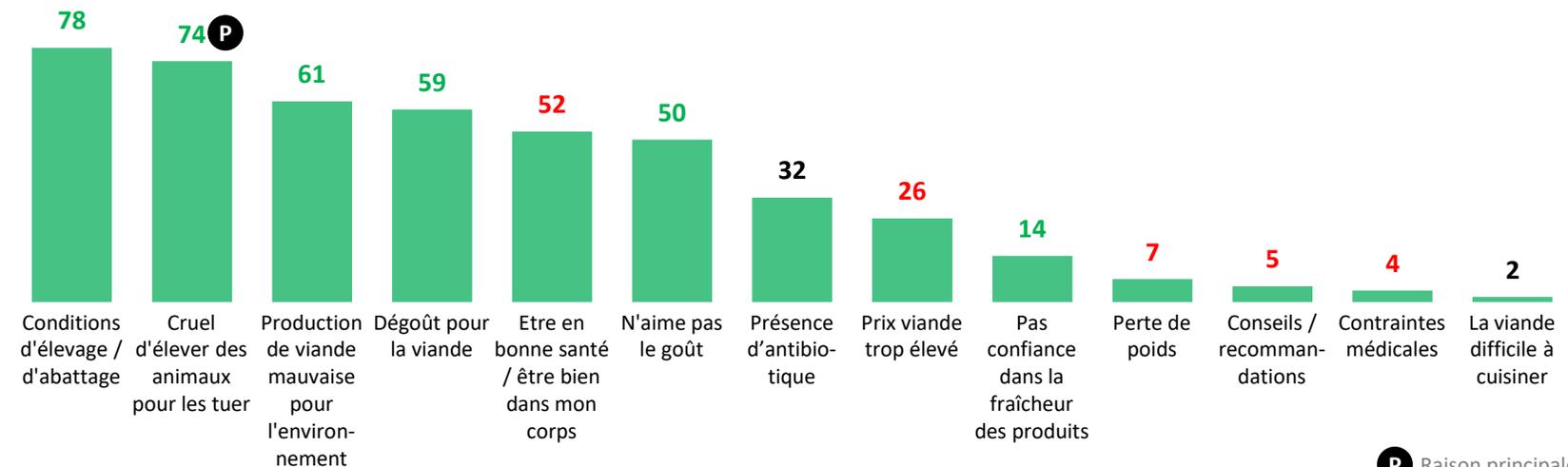
Ancienneté du régime



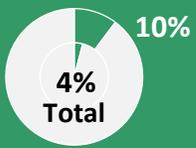
Age d'adoption du régime



Raison d'adoption du régime



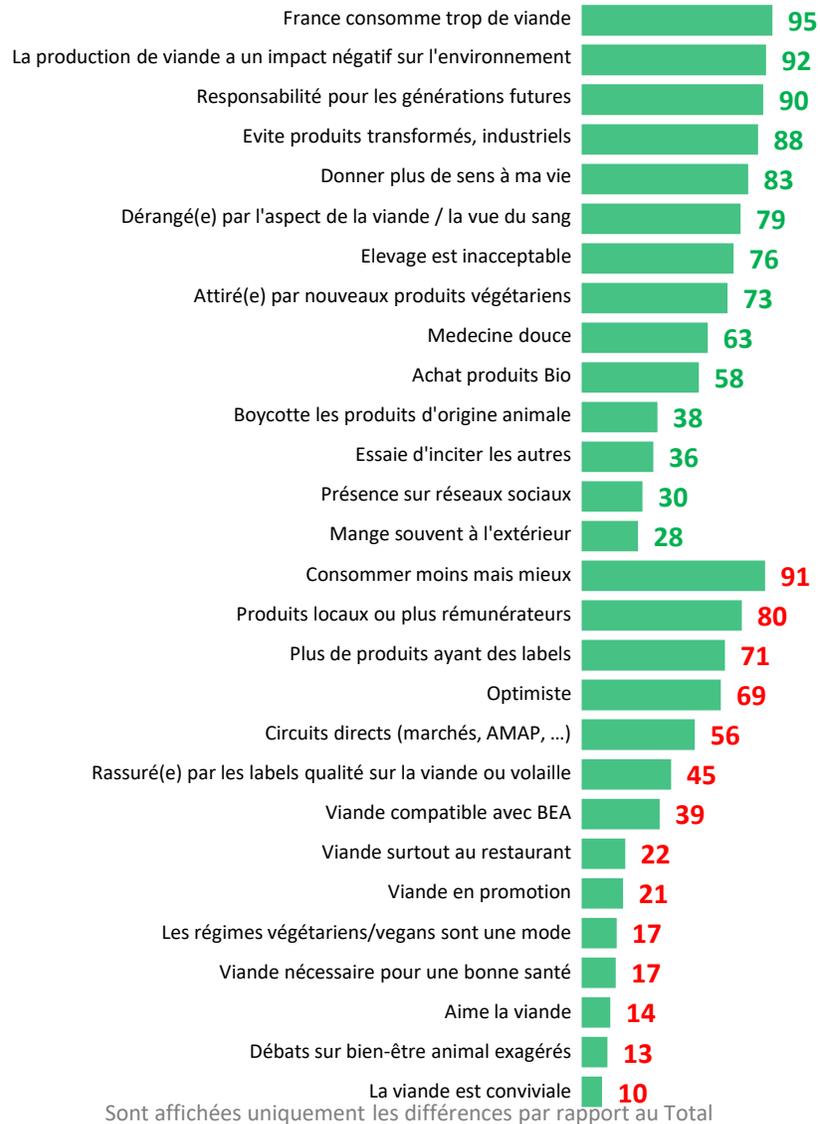
^P Raison principale



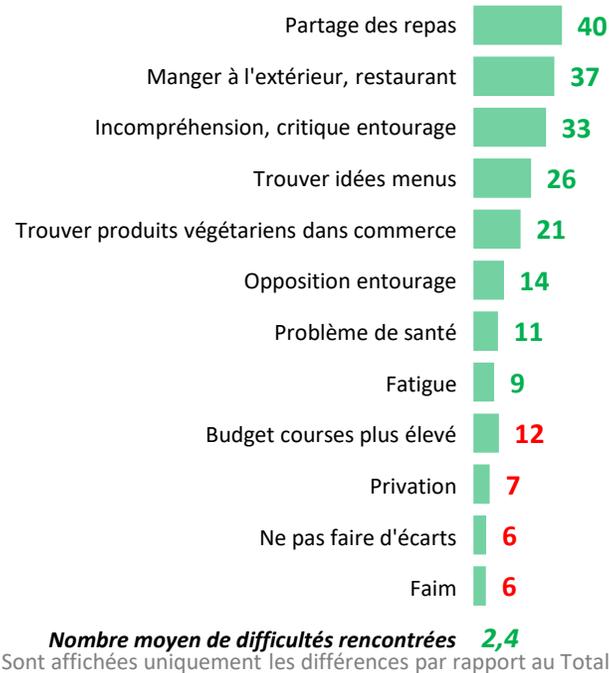
LES HYPER SENSIBLES

Dégoutées à l'idée de consommer un animal, elles refusent de manger de la viande

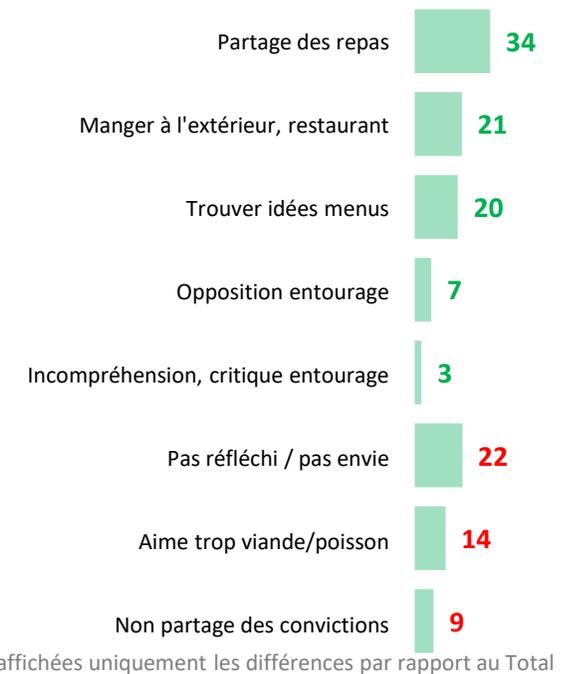
Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



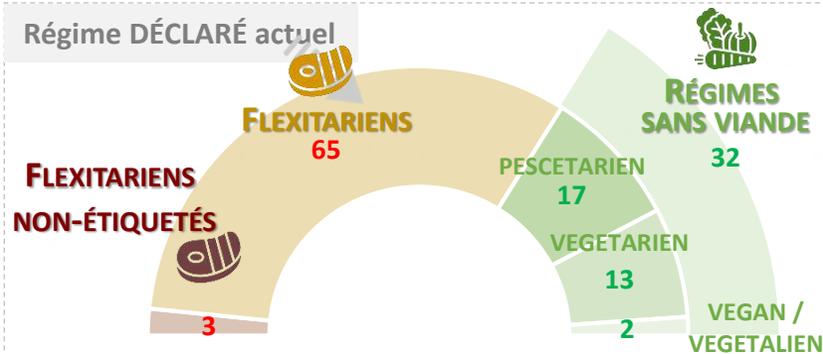
Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



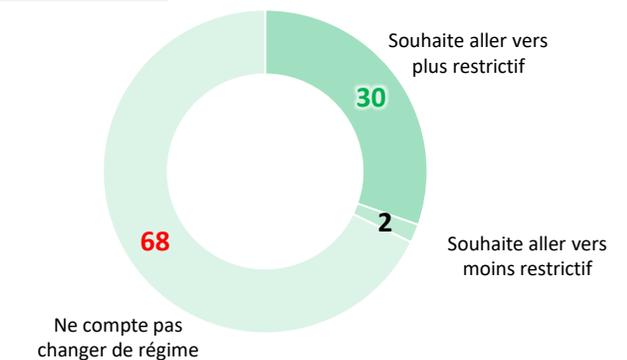
Raisons de non végétarisme



Régime DÉCLARÉ actuel



Futur régime DÉCLARÉ



LES COUPLES MILITANTS

Couples sans enfant, ultra engagés dans la protection de l'environnement et du bien-être animal.

7%

On se présente, Xavier et Pauline, 42 ans, deux artisans en couple. Bien que nous dégagions des revenus modestes, nous sommes plutôt satisfaits de notre situation. Petit fait distinctif : nous n'avons pas d'enfants.

Nous sommes très engagés dans la défense de la cause animale et de la protection de l'environnement et nous considérons que la production de viande a des effets désastreux sur ces deux notions. C'est pourquoi nous avons décidé il y a plus de 10 ans de la consommer extrêmement occasionnellement voire plus du tout. Très militants, nous sommes actifs sur les réseaux sociaux et nous n'hésitons pas à parler des raisons de notre mode alimentaire à nos proches pour tenter de les rallier aux causes que nous défendons, malgré leurs critiques voire oppositions. Par ailleurs, nous avons encore malheureusement du mal à trouver des produits végétariens qui nous conviennent dans les commerces ou les restaurants.

Boycottant déjà beaucoup de produits d'origine animale (textile, cosmétique, ...) nous réfléchissons à renforcer notre démarche en supprimant totalement la viande voire en devenant complètement vegans.

CONTRAINTES
BUDGÉTAIRES



CONSIDÉRATIONS
SANTÉ
MOYENNES



CONSIDÉRATIONS
BIEN-ÊTRE ANIMAL

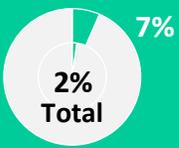


CONSIDÉRATIONS
ENVIRONNEMENT



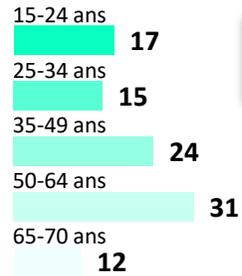
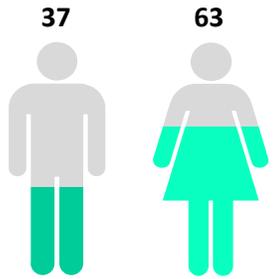
POTENTIEL
D'AUGMENTATION
DES RESTRICTIONS





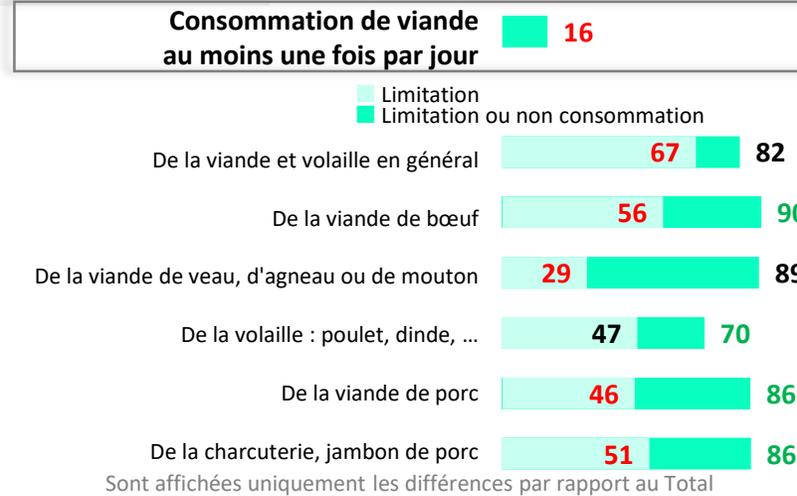
LES COUPLES MILITANTS

Couples sans enfant, ultra engagés dans la protection de l'environnement et du bien-être animal.

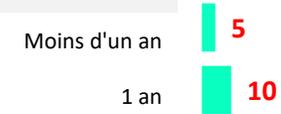


Age moyen :
44 ans

Consommation



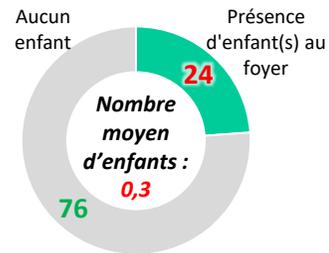
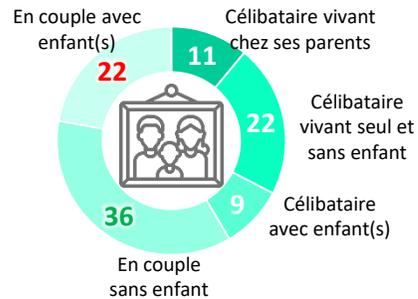
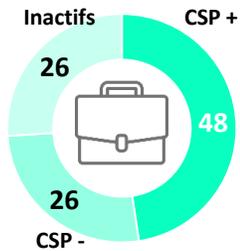
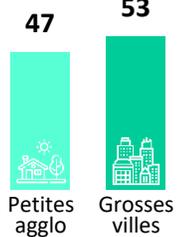
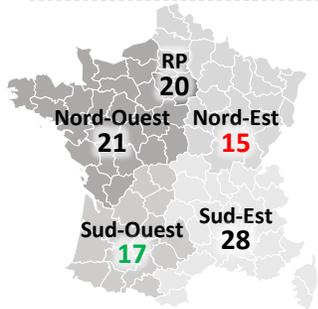
Ancienneté du régime



Age d'adoption du régime

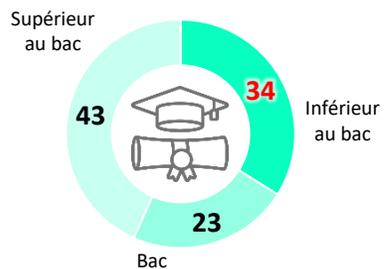
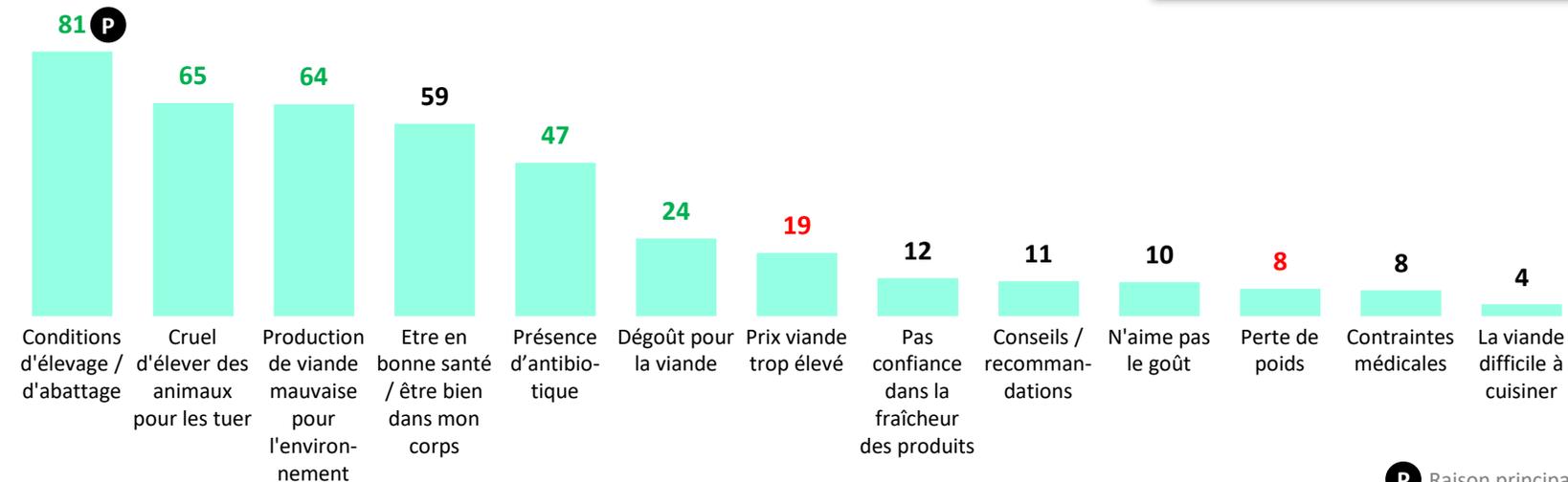


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

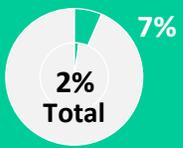


Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : 4,1



^P Raison principale



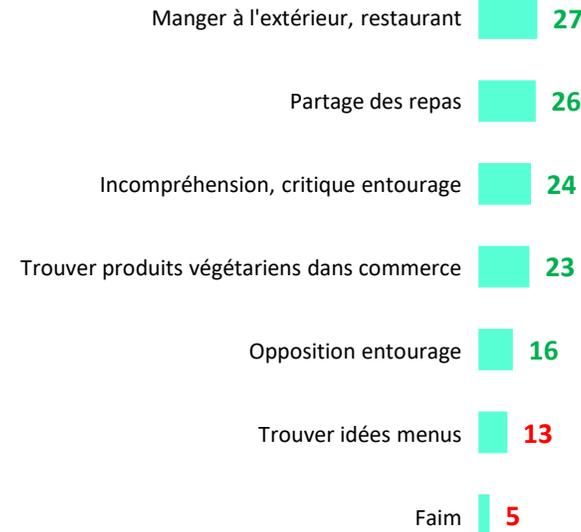
LES COUPLES MILITANTS

Couples sans enfant, ultra engagés dans la protection de l'environnement et du bien-être animal.

Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



Nombre moyen de difficultés rencontrées 2,1

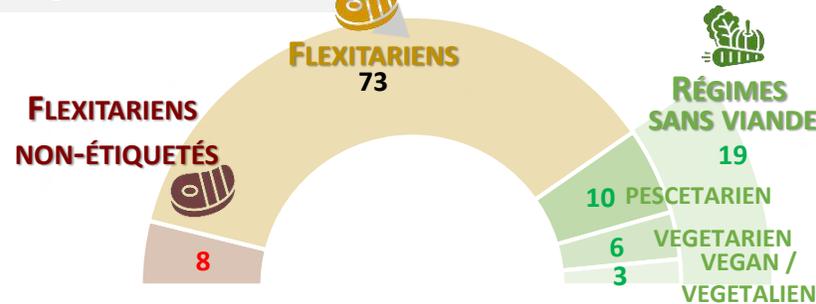
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

Raisons de non végétarisme

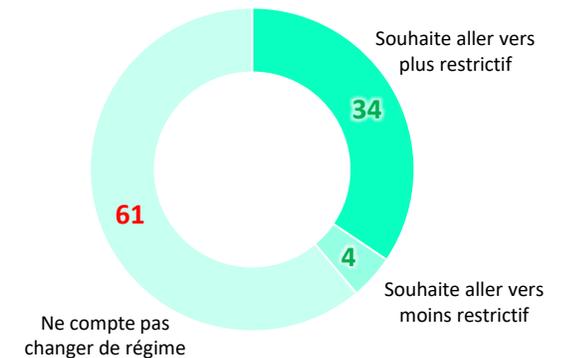


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

Régime DÉCLARÉ actuel



Futur régime DÉCLARÉ





FranceAgriMer

ETABLISSEMENT NATIONAL
DES PRODUITS DE L'AGRICULTURE ET DE LA MER

ifop

CONCLUSIONS

RAPPEL DU CONTEXTE FRANÇAIS

Un pays aux **TRADITIONS CULINAIRES TRÈS FORTES** dont les plats sont majoritairement structurés autour de la viande et qui est le pays européen où la consommation de bœuf et veau est la plus élevée par habitant. **UN CONTEXTE CULTUREL DONC PEU PROPICE POUR TOTALEMENT SE SÉPARER DE LA VIANDE.**

Une société qui valorise la **CONVIVIALITÉ** lors du repas et reste attachée à son modèle alimentaire construit autour de trois repas principaux. **UN CONTEXTE CULTUREL PEU PROPICE DONC À L'INDIVIDUALISATION DES PRATIQUES ET AUX RÉGIMES RESTRICTIFS.**

Mais des consommateurs de plus en plus à l'écoute des **NOUVELLES TENDANCES** allant vers une **CONSOMMATION PLUS RÉFLÉCHIE** et une **ALIMENTATION PLUS DURABLE** : plus naturelle, meilleure pour la santé, soucieuse de son impact environnemental et social.

Enfin, une **CRISE SANITAIRE DE LA COVID-19** en 2020 qui a **BOULEVERSÉ LES HABITUDES SOCIALES ET ALIMENTAIRES** et a poussé de nombreux Français à **RÉFLÉCHIR À LEUR ALIMENTATION.**

Un phénomène de végétarisme **FINALEMENT ASSEZ PEU PRÉSENT DANS LA POPULATION FRANÇAISE.**

Plusieurs mécanismes d'appartenance à ces régimes:

- **CEUX PARTAGEANT LA PHILOSOPHIE ET QUI SE REFUSENT À DES ÉCARTS** mais qui rencontrent **PLUS DE DIFFICULTÉS** (notamment en termes de convivialité et d'acceptation de l'entourage). Avec 2 sous-groupes qu'on peut distinguer ainsi:
 - **Les très jeunes hyper-sensibles** à la cruauté envers les animaux et dégoûté de la viande **qui représentent la moitié des Régimes Sans Viande.**
 - **Les militants de la cause** qui **représentent 1/5 des RS Régimes Sans Viande.**
- **CEUX QUI L'ONT ADOPTÉ PLUS POUR DES BÉNÉFICES PERSONNELS** et étant moins dans cette philosophie de préservation du vivant et de l'environnement et qui donc **ACCEPTENT PLUS FACILEMENT DE FAIRE DES ÉCARTS** à leur régime sans impact majeur sur leur conscience.

EFFET D'HABITUDE/D'APPRENTISSAGE : des écarts/difficultés de moins en moins nombreux avec le temps.

Des régimes certes contraignants mais qui ne sont pas en rupture avec l'ensemble de la population :

- Presque 1 Français sur 10 **ENVISAGE DE COMPLÈTEMENT SUPPRIMER LA VIANDE DE SON ALIMENTATION.** Une projection **PORTÉE PAR LES FLEXITARIENS MARQUÉS**, constat logique de part leur pratique et construction philosophique.

LE FLEXITARISME ET BAISSÉ DE CONSOMMATION DE VIANDE

UN PHÉNOMÈNE DE FLEXITARISME PLUS POPULAIRE CHEZ LES FRANÇAIS ET QUI A DE L'AVENIR.

La part de la population Française étiquetée « omnivore » mais limitant sa consommation de viande, ajoutée aux flexitariens montre que **LA BAISSÉ DE LA CONSOMMATION DE VIANDE EST UNE TENDANCE PRÉSENTE DANS LA CONSOMMATION DES FRANÇAIS** qui s'inscrit d'ailleurs dans la lignée des recommandations des autorités de références santé (une diminution plutôt qu'une suppression).

A noter que les données FranceAgrimer de 2019 donne une consommation de viande au global plutôt stable (avec une consommation de bœuf/veau en baisse compensée par la consommation de volaille en hausse) et une consommation à domicile en baisse compensée par une consommation hors domicile estimée en hausse.

UNE PART DE CETTE POPULATION Y EST CONTRAINTE (santé ou budget) et va d'ailleurs concentrer **LA MAJORITÉ DES FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS**. Bien qu'elle ne partage que très peu les opinions philosophiques rattachées à la réduction de viande, elle **PROJETTE DE RESTER SUR CETTE TENDANCE DE DIMINUTION** de la consommation de viande qui est une **SOLUTION AUX DIFFICULTÉS (FINANCIÈRES OU MÉDICALES)** qu'ils rencontrent.

Les **FLEXITARIENS MODÉRÉS** ont des motivations et des opinions parfois assez proches des omnivores notamment relatifs au **PLAISIR DE CONSOMMATION** et devraient donc **MAINTENIR UNE FORTE CONSOMMATION DE VIANDE** malgré leur conviction à faire des efforts pour réduire leur consommation (conviction due en partie à la réflexion sur leur alimentation que la COVID-19 a apporté).

Près d'**UN TIERS DES FLEXITARIENS ONT UN PROFIL TRÈS RÉFLÉCHI ET CONSCIENT** de ce à quoi ils adhèrent : des diplômées très attachées à la viande qui ont trouvé dans le flexitarisme le bon compromis/l'équilibre entre plaisir et bonne conscience. C'est une population qui **DEVRAIT DONC RESTER FLEXITARIENNE CONVAINCUE PENDANT ENCORE TRÈS LONGTEMPS**.

LES VRAIS CONVAINCUS de la philosophie du végétarisme sont **TRÈS MINORITAIRES** parmi les Français et ne représentent pas tous les adeptes des régimes sans viande. Seuls 2/3 sont cohérents dans leurs pratiques, car plus motivés et convaincus de la philosophie qu'ils défendent au travers de ce régime et ce **DEPUIS PLUS DE 10 ANS**.

Même s'il attire par certains points et que certains l'envisagent comme futur régime, de nombreuses contraintes émergent. C'est d'ailleurs pour cela que majoritairement il s'agit de **PERSONNES CÉLIBATAIRES** (et/ou sans enfant).

AUJOURD'HUI EN FRANCE, CONSOMMER DE LA VIANDE (EN ÉCARTS OU VOLONTAIREMENT) LIMITE DE FAIT LES DIFFICULTÉS notamment en termes de :

- **CONVIVIALITÉ/SOCIABILITÉ**
- **CONNAISSANCE DES PRODUITS DE REMPLACEMENT ET D'INSPIRATION DES IDÉES RECETTES** (notamment chez ceux ayant adopté un régime récemment)
- **OFFRES VÉGÉTARIENNES/VÉGÉTALES** dans les commerces qui ne sont pas suffisamment en adéquation avec les besoins des consommateurs
- **CRAINTE POUR SA SANTÉ**



78 RUE CHAMPIONNET

75018 PARIS

WWW.IFOP.COM

SUIVEZ-NOUS SUR



@IFOPCONSUMER