



*Les jeunes et la  
consommation de fruits  
et légumes*

Etude IFOP pour INTERFEL

- Février 2023-

N° 119740

Contacts Ifop :

Jérôme Fourquet / François Legrand  
Département Opinion et Stratégies d'Entreprise

01 45 84 14 44

[prenom.nom@ifop.com](mailto:prenom.nom@ifop.com)

# S O M M A I R E



01

**Méthodologie**



02

**Résultats de l'étude**





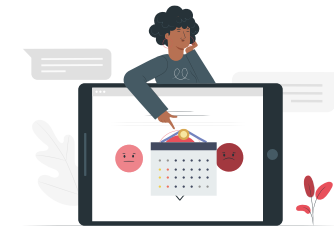
01

# MÉTHODOLOGIE



# Méthodologie

Étude réalisée par l'Ifop pour INTERFEL



## ÉCHANTILLON

L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de **602** personnes, représentatif de la population française âgée de 18 à 30 ans.

## MÉTHODOLOGIE

La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération.

## MODE DE RECUEIL

Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne **du 20 au 26 janvier 2023**.

# 02

## RÉSULTATS DE L'ÉTUDE





# ● A ●

**Les opinions des jeunes concernant  
l'alimentation en général**

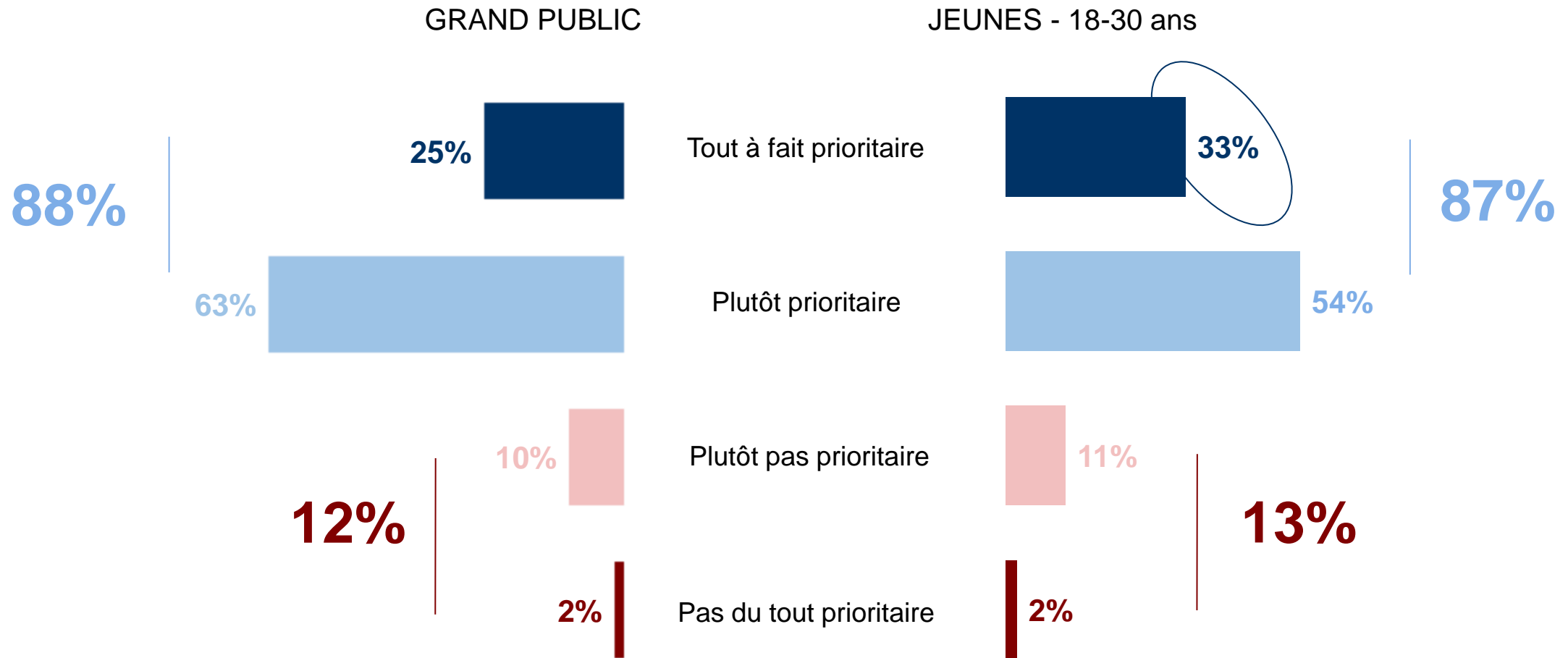






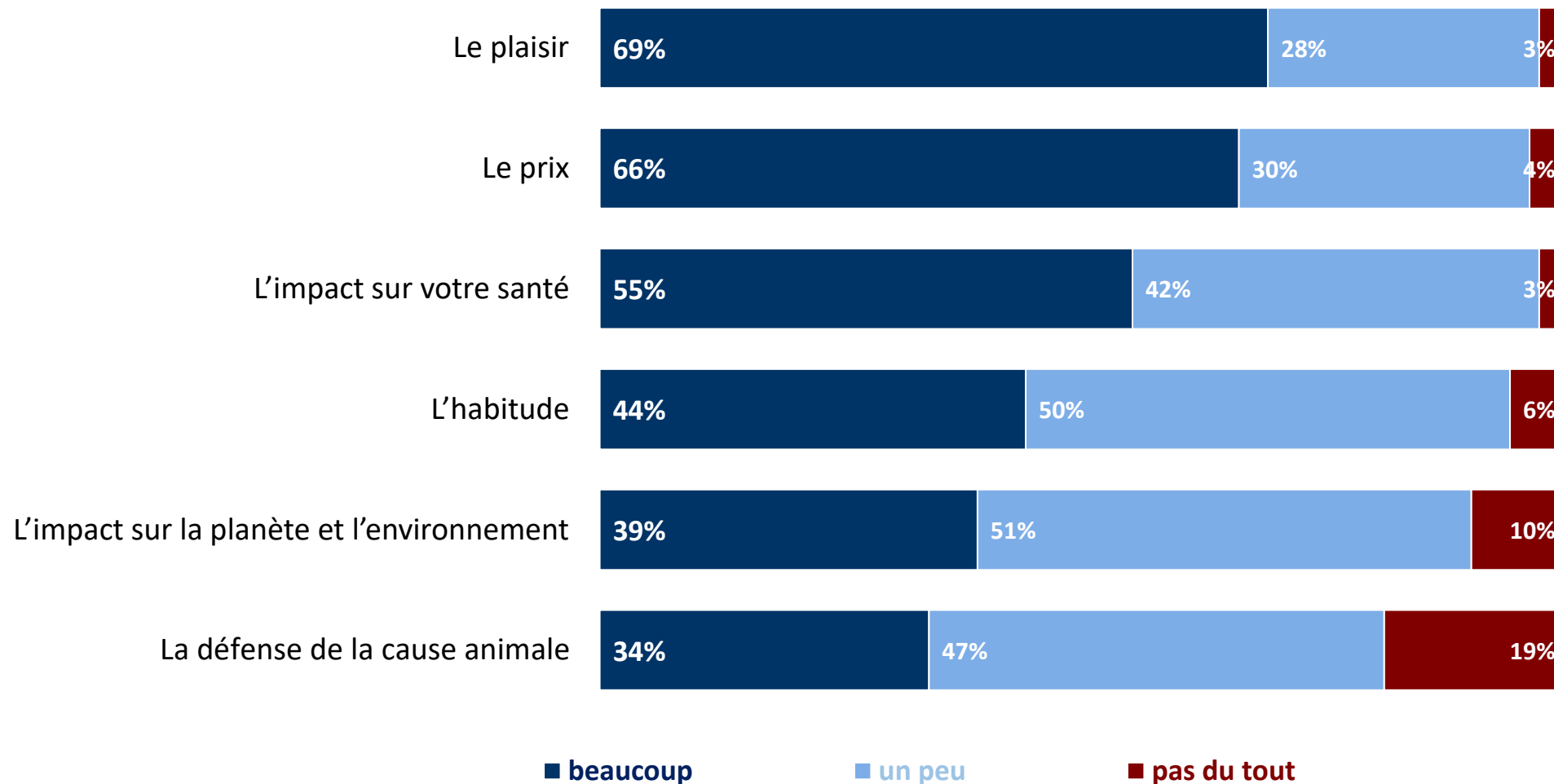
# La priorité accordée à l'alimentation

QUESTION : Diriez-vous qu'avoir une alimentation saine est pour vous personnellement un sujet...?



# L'aspect le plus préoccupant lié à son alimentation

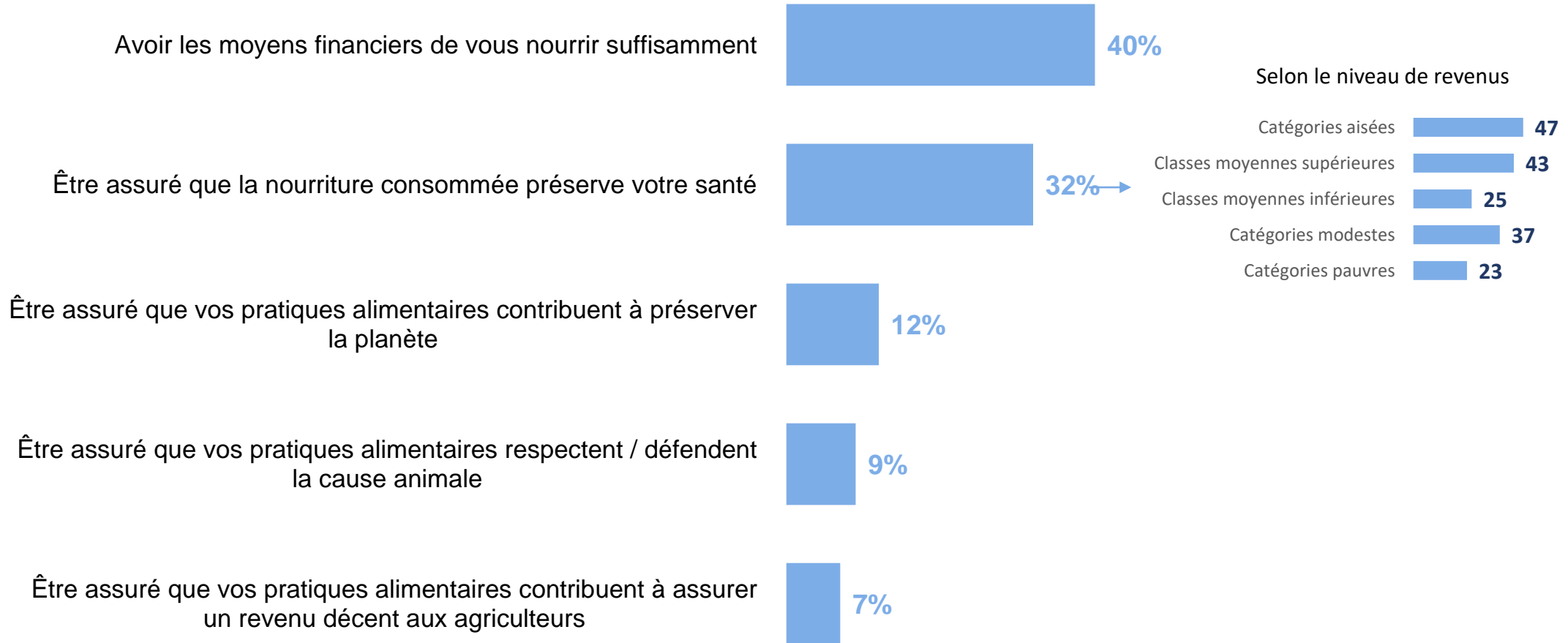
QUESTION : Pour chacun des éléments suivants, diriez-vous qu'il compte beaucoup, un peu, ou pas du tout dans vos choix de consommation alimentaire... ?





# L'aspect le plus préoccupant lié à son alimentation

QUESTION : Et plus précisément, parmi les enjeux suivants liés à votre alimentation, quel aspect vous préoccupe le plus aujourd'hui ?



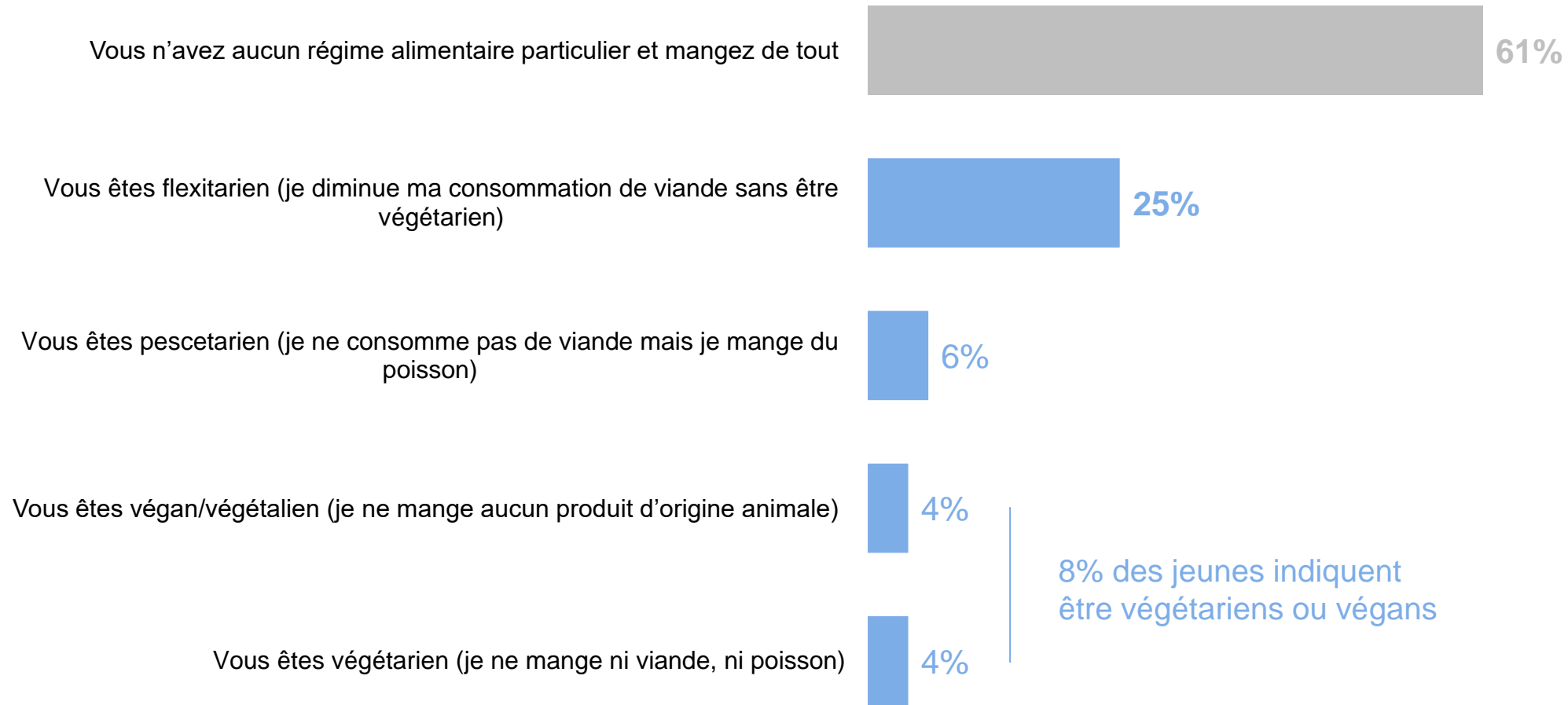
# B

## Les opinions et pratiques concernant différents régimes alimentaires



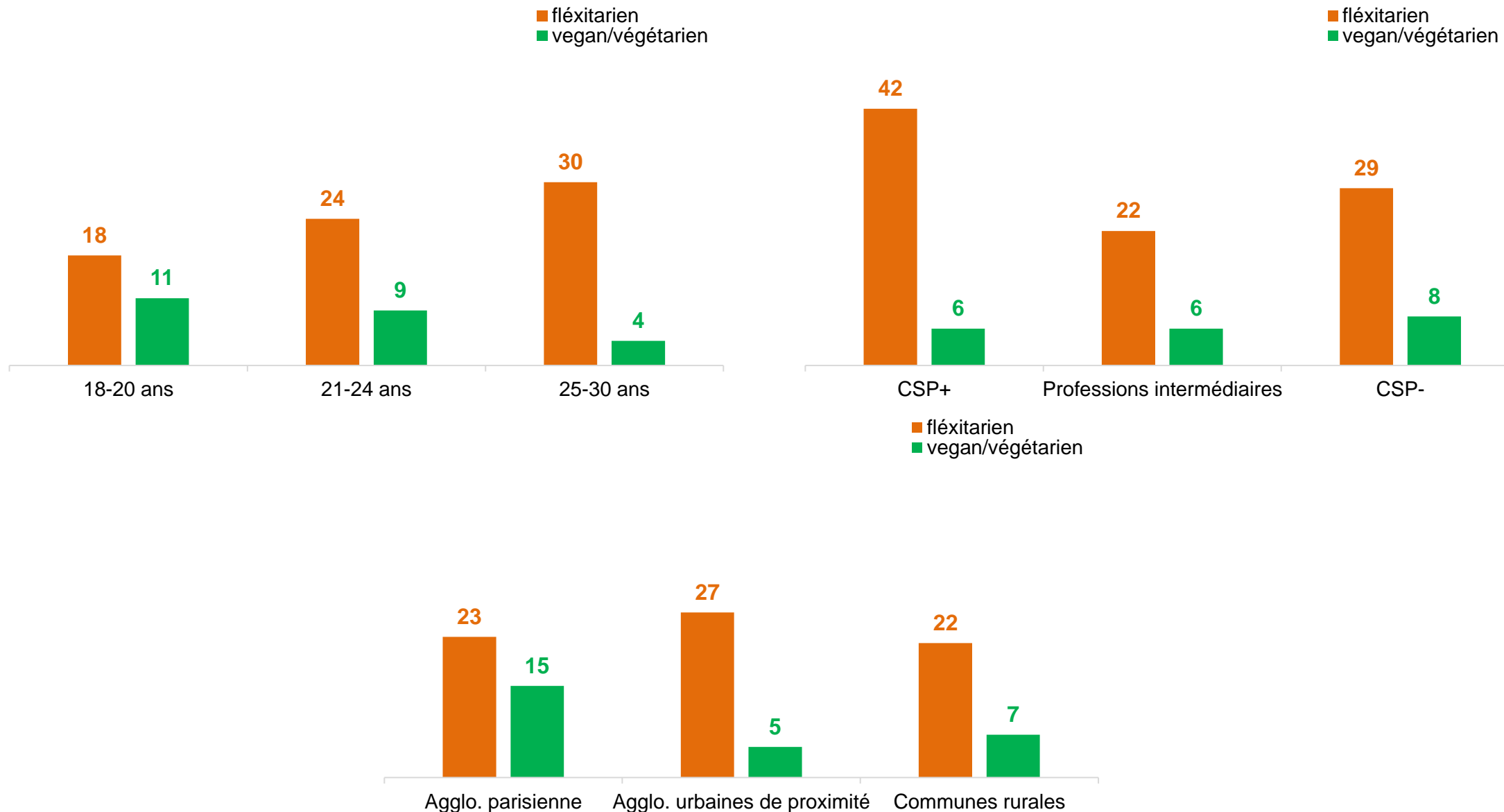
# Le régime alimentaire pratiqué

QUESTION : En matière de régime alimentaire, lequel pratiquez-vous ?



(\*) Le total est supérieur à 100, les interviewés ayant pu donner plusieurs réponses.

# Des clivages socio-démographiques font jour en matière de régime alimentaire



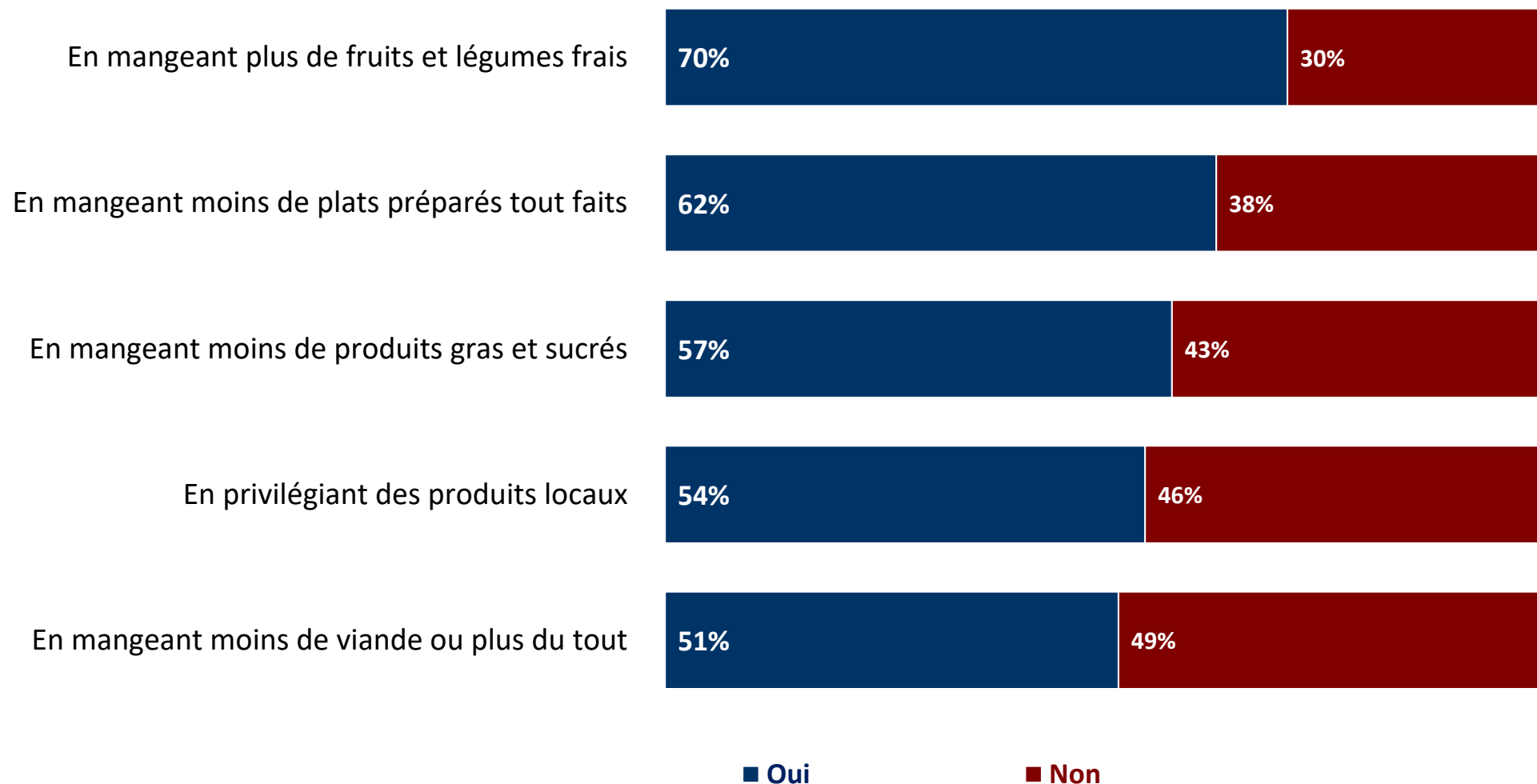
(\*) Le total est supérieur à 100, les interviewés ayant pu donner plusieurs réponses.



# La modification de la consommation alimentaire au cours des cinq derniers mois



QUESTION : Au cours des derniers mois ou années, avez-vous modifié votre consommation alimentaire... ?



# La modification de la consommation alimentaire au cours des cinq derniers mois

## Résultats détaillés

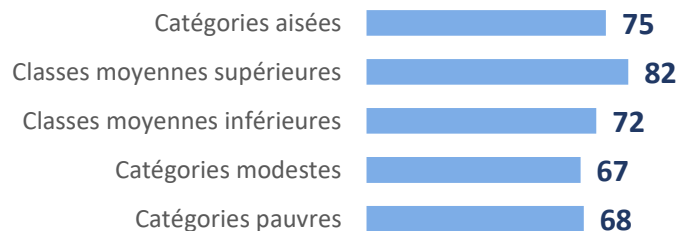
QUESTION : Au cours des derniers mois ou années, avez-vous modifié votre consommation alimentaire...?

**70%** des jeunes âgés de 18 à 30 ans indiquent avoir augmenté leur consommation de fruits et légumes au cours des derniers mois ou années

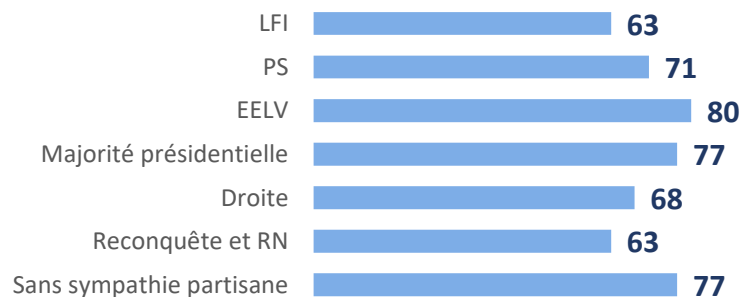
Selon le sexe



Selon le niveau de revenus



Selon l'affiliation partisane

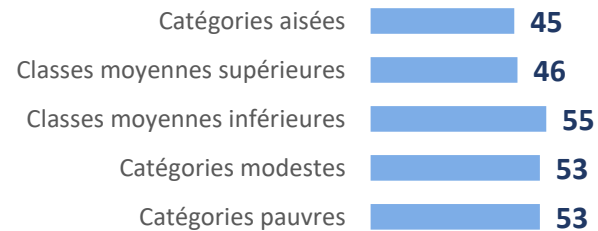


**51%** des jeunes âgés de 18 à 30 ans indiquent avoir réduit leur consommation de viande au cours des derniers mois ou années

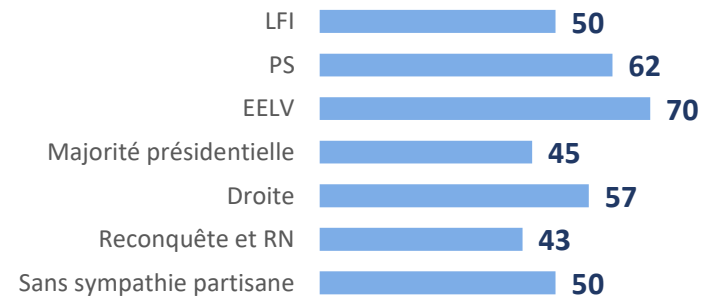
Selon le sexe



Selon le niveau de revenus

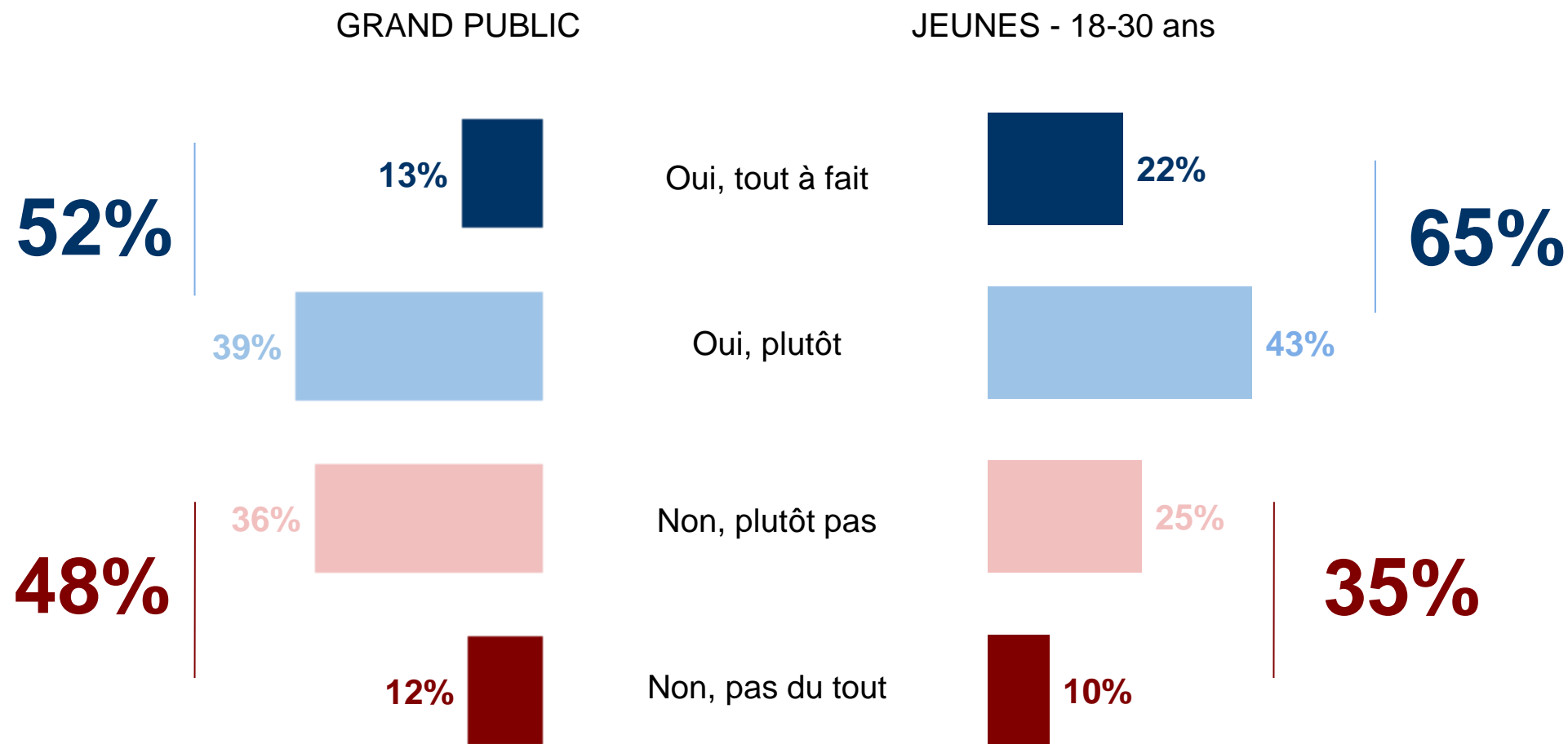


Selon l'affiliation partisane



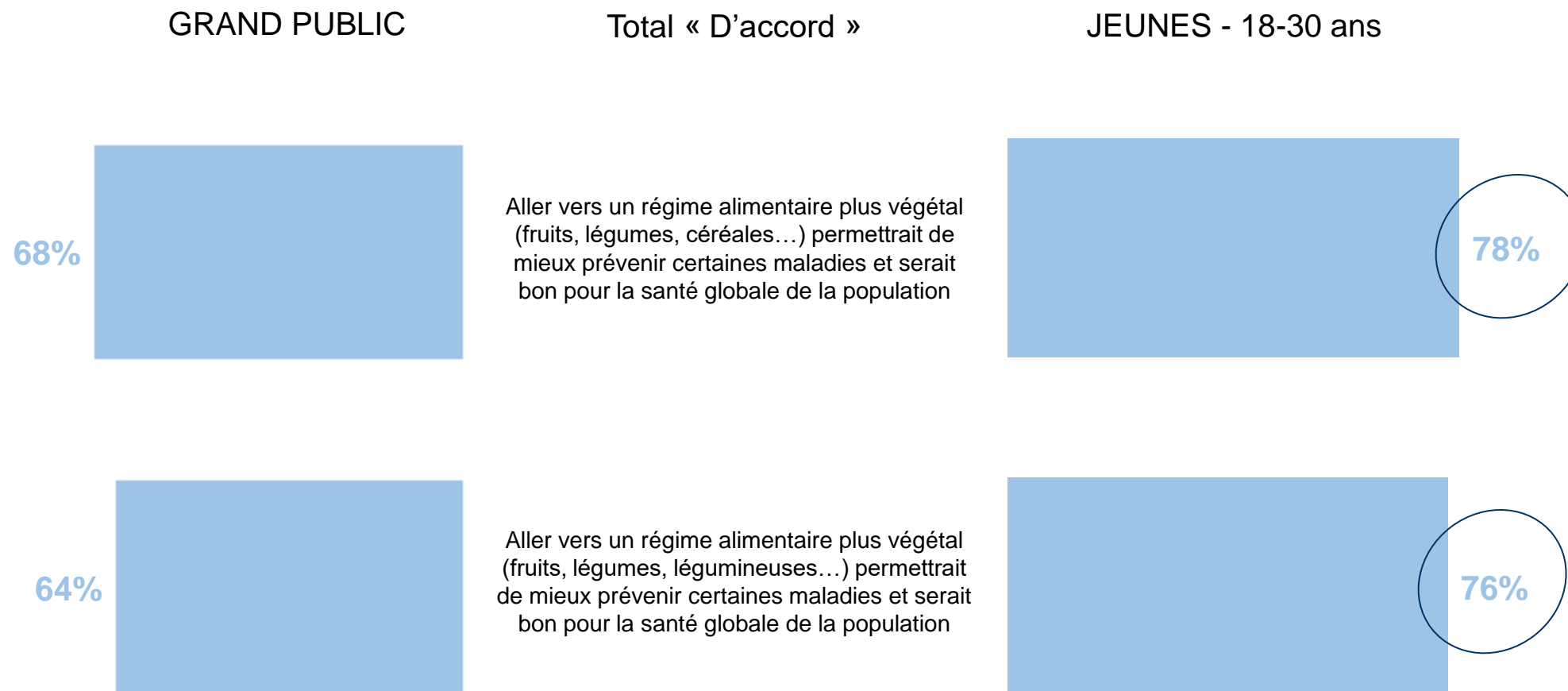
# La volonté d'évoluer vers un régime alimentaire plus végétal

QUESTION : Vous personnellement dans les années qui viennent, souhaitez-vous évoluer vers un régime alimentaire plus végétal, c'est-à-dire avec plus de fruits, de légumes, de légumineuses... ?



# L'adhésion à différentes opinions concernant les régimes alimentaires

QUESTION : Voici un certain nombre d'opinions que l'on peut entendre sur les régimes alimentaires. Pour chacune d'entre elles, dites-moi si vous êtes tout à fait d'accord, plutôt d'accord, plutôt pas d'accord ou pas d'accord du tout.





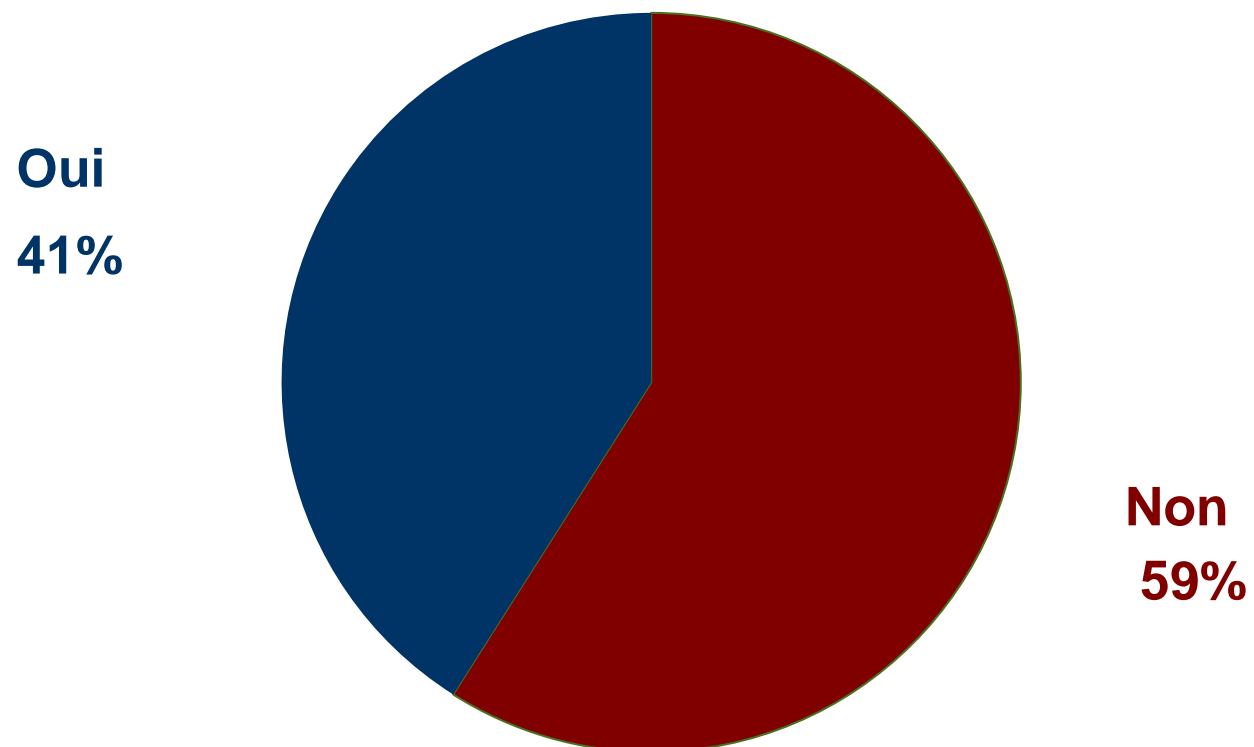
# C

## Les opinions et pratiques concernant la consommation de fruits et légumes



# La consommation de cinq fruits et légumes par jour

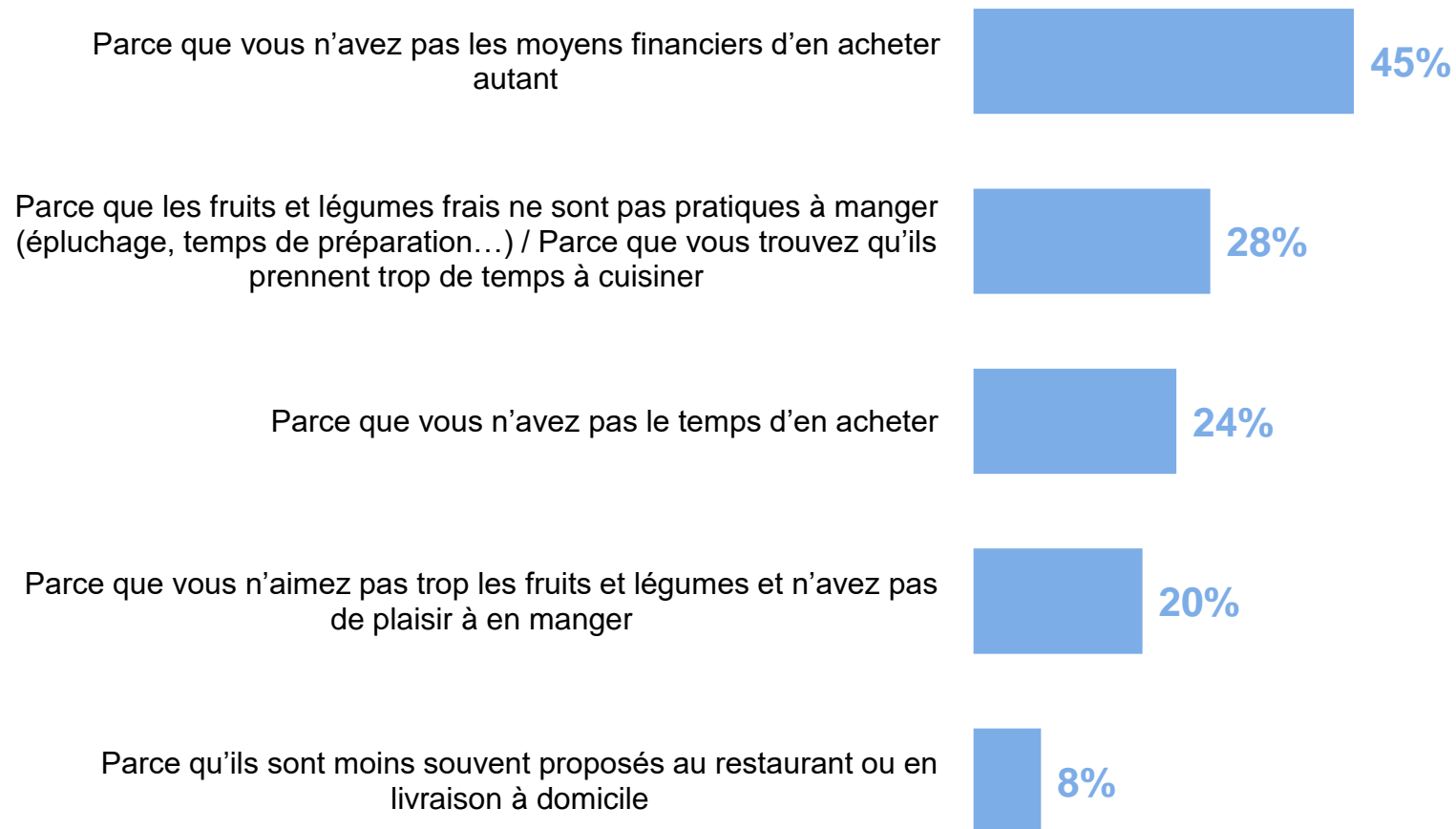
QUESTION : Il est recommandé de manger cinq portions de fruits et légumes par jour. Personnellement le faites-vous ?



# Les raisons de la non-consommation de cinq fruits et légumes par jour

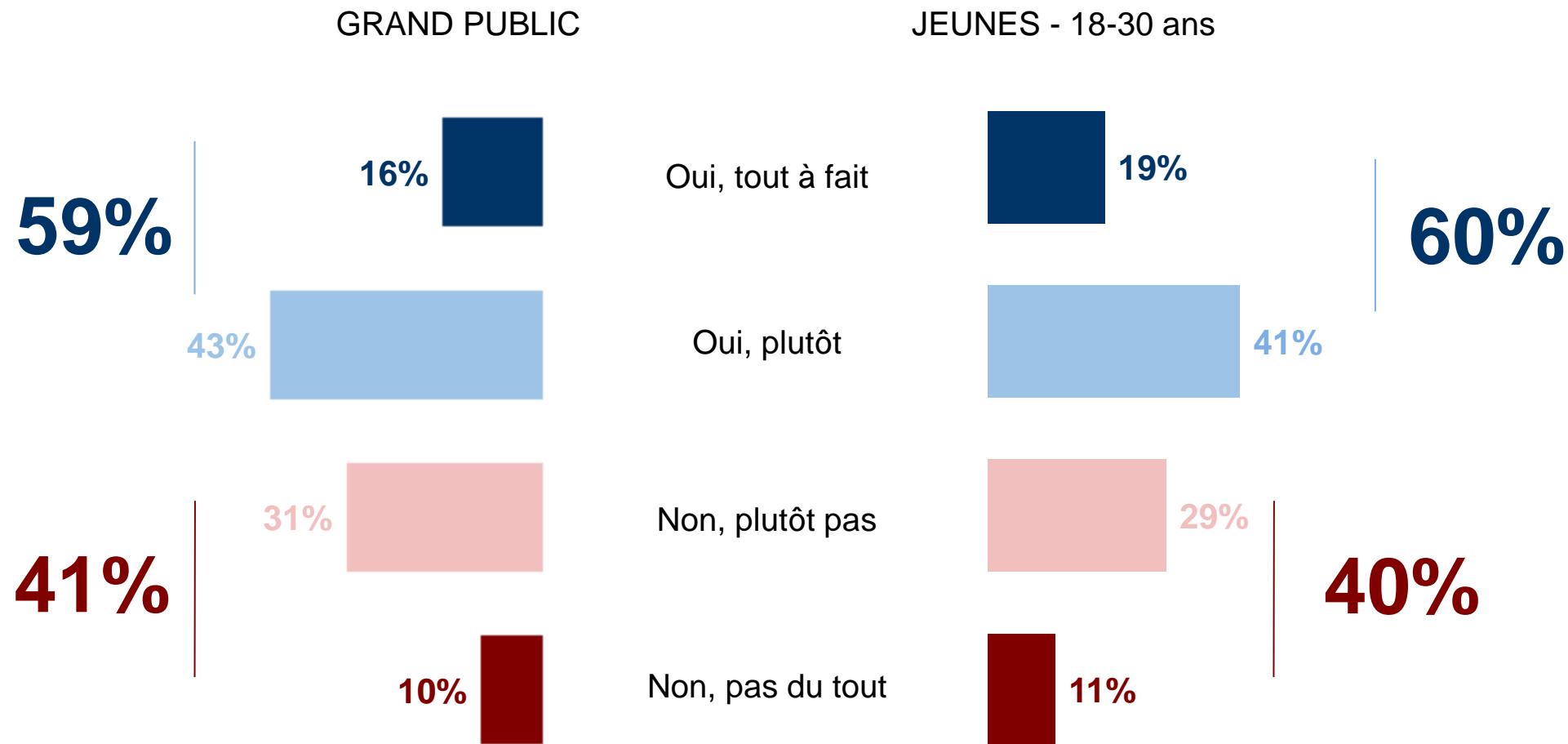
QUESTION : Pour quelles raisons ne mangez-vous pas cinq portions de fruits et légumes par jour ?

Base : répondants qui ont indiqué ne pas manger cinq fruits et légumes par jour, soit **59%** des répondants



# Le sentiment d'avoir les moyens financiers pour acheter autant de fruits et légumes que souhaité

QUESTION : Diriez-vous que vous avez les moyens financiers d'acheter autant de fruits et légumes frais que vous souhaiteriez en consommer ?

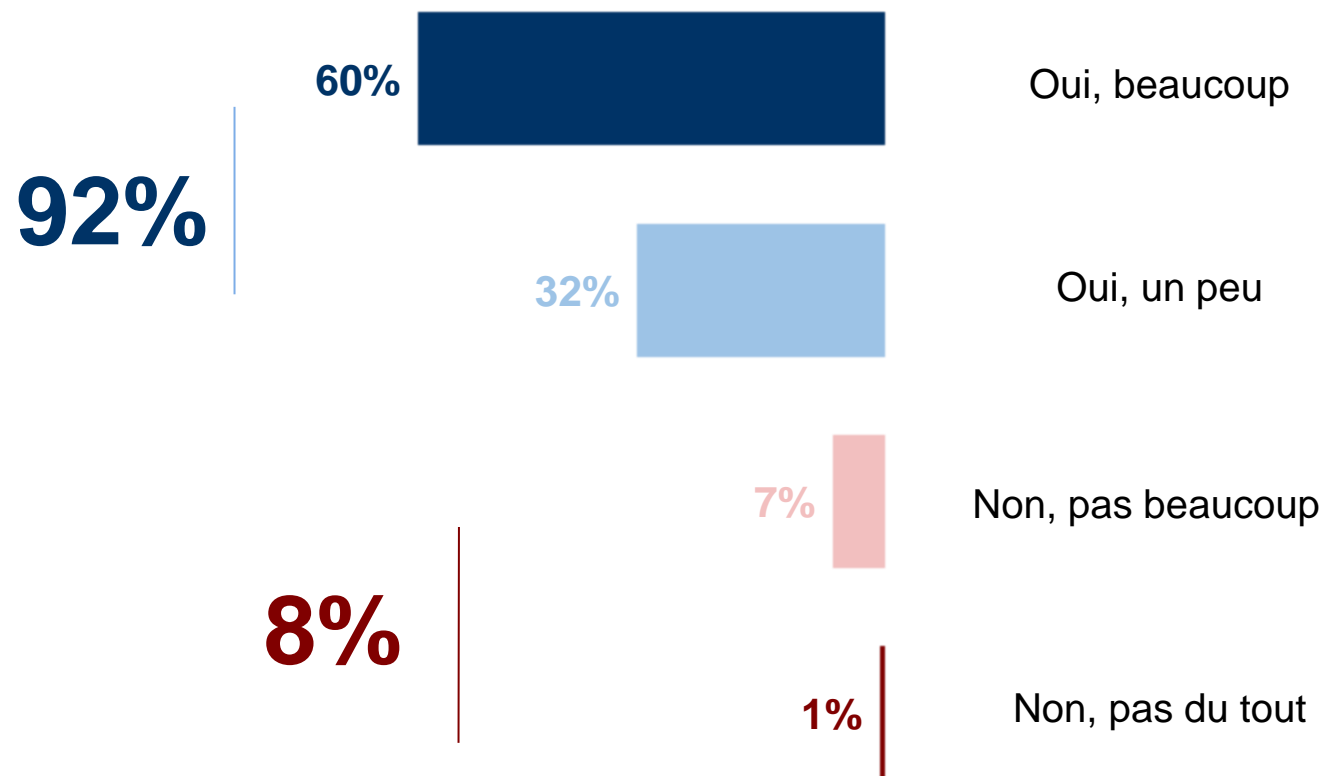




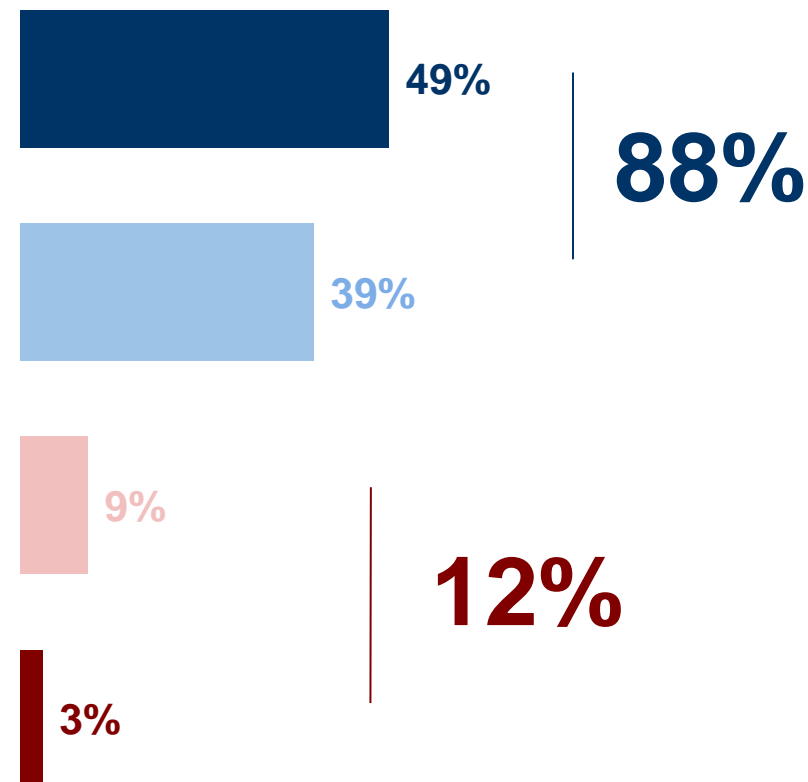
# Le plaisir à manger des fruits et légumes

QUESTION : Avez-vous du plaisir à manger des fruits et légumes ?

GRAND PUBLIC

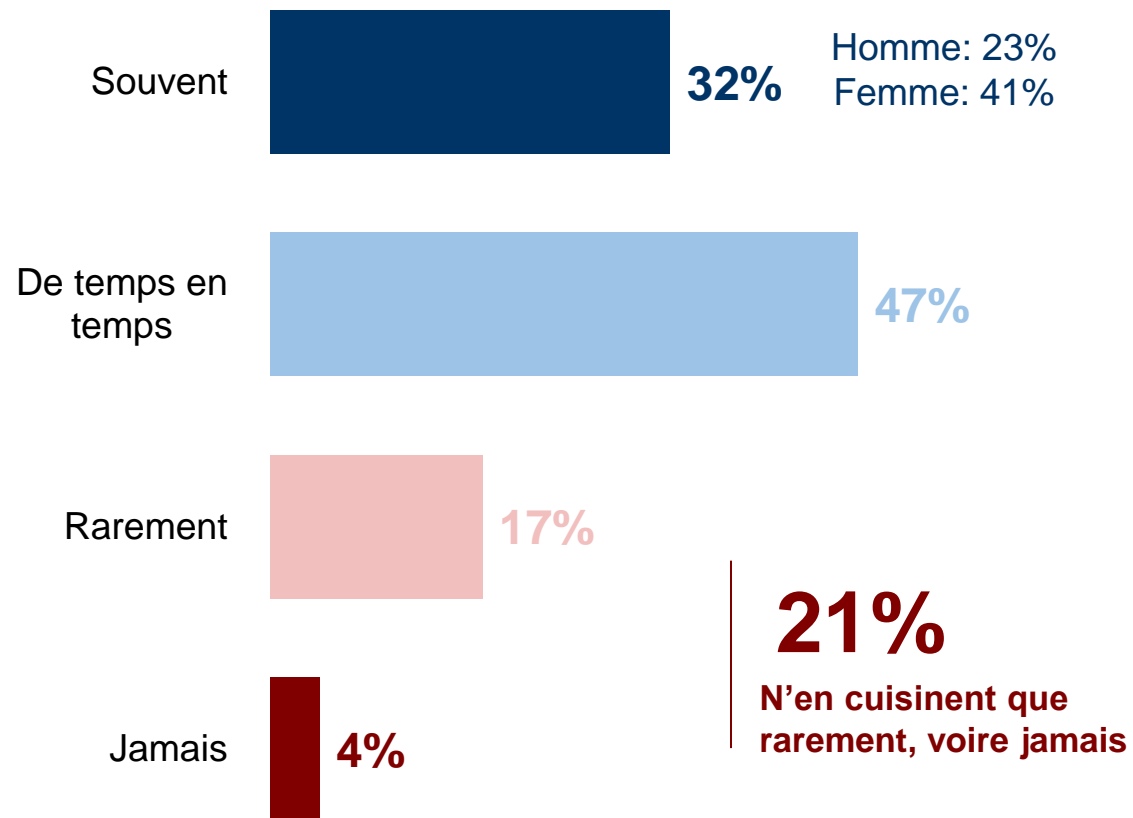


JEUNES - 18-30 ans



# La fréquence de cuisine des fruits et légumes frais

QUESTION : Vous personnellement, cuisinez-vous des fruits et légumes frais ?



**79%**

Déclarent en cuisiner au moins de temps en temps

**21%**

N'en cuisinent que rarement, voire jamais

# La propension à utiliser un chèque alimentaire

QUESTION : La convention citoyenne sur le climat a proposé l'idée, reprise par le président de la République, de créer un chèque alimentaire. Vous personnellement, aimeriez-vous utiliser un tel dispositif pour pouvoir consommer plus de fruits et légumes frais ? Un tel chèque pourrait, par exemple, être d'un montant de 30 euros par mois, soit 1 euro par jour.

