

opinionway[®]

— POUR —



Les Français et *l'éducation alimentaire*

Rapport d'étude | Février 2026



A photograph of a person's hand holding a Rubik's cube. The cube is partially solved, with visible colors including white, red, green, yellow, and blue. The person is wearing a dark jacket and a light-colored shirt. The background is dark and out of focus.

opinionway

Crédits : dev-asangbam

La méthodologie

La méthodologie

Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :

« Sondage OpinionWay pour Assemblée Nationale »

et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé



Echantillon de **1 219 personnes, représentatif de la population française** âgée de 15 ans et plus.

L'échantillon a été constitué selon la **méthode des quotas**, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle et de région de résidence.



L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview).



Les interviews ont été réalisées **du 24 septembre au 1er octobre 2025**.

Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.



OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : 1,2 à 2,8 points au plus pour un échantillon de 1 200 répondants.



Le profil de l'échantillon

opinionway

Le profil de l'échantillon

Population française âgée de 15 ans et plus.

Source : INSEE



Sexe

	%
Hommes	48%
Femmes	52%



Age

	%
15 à 25 ans	16%
26 à 34 ans	13%
35 à 49 ans	23%
50 à 64 ans	23%
65 ans et plus	25%



Région

	%
Île-de-France	18%
Nord-ouest	23%
Nord-est	22%
Sud-ouest	12%
Sud-est	25%



Activité professionnelle

	%
Catégories socioprofessionnelles supérieures	29%

Agriculteurs / Artisans / Commerçants / Chefs d'entreprise

2%

Professions libérales / Cadres

13%

Professions intermédiaires

14%

Catégories populaires

27%

Employés

20%

Ouvriers

7%

Inactifs

44%

Retraités

27%

Autres inactifs

17%



Taille d'agglomération

	%
Une commune rurale	17%
De 2000 à 19 999 habitants	19%
De 20 000 à 99 999 habitants	14%
100 000 habitants et plus	34%
Agglomération parisienne	16%



opinionway

Crédits : adobe stock

Les résultats

#1

Héritage parental :
la faillite de l'éducation
alimentaire ?





Les principaux acteurs de l'initiation au « bien manger »

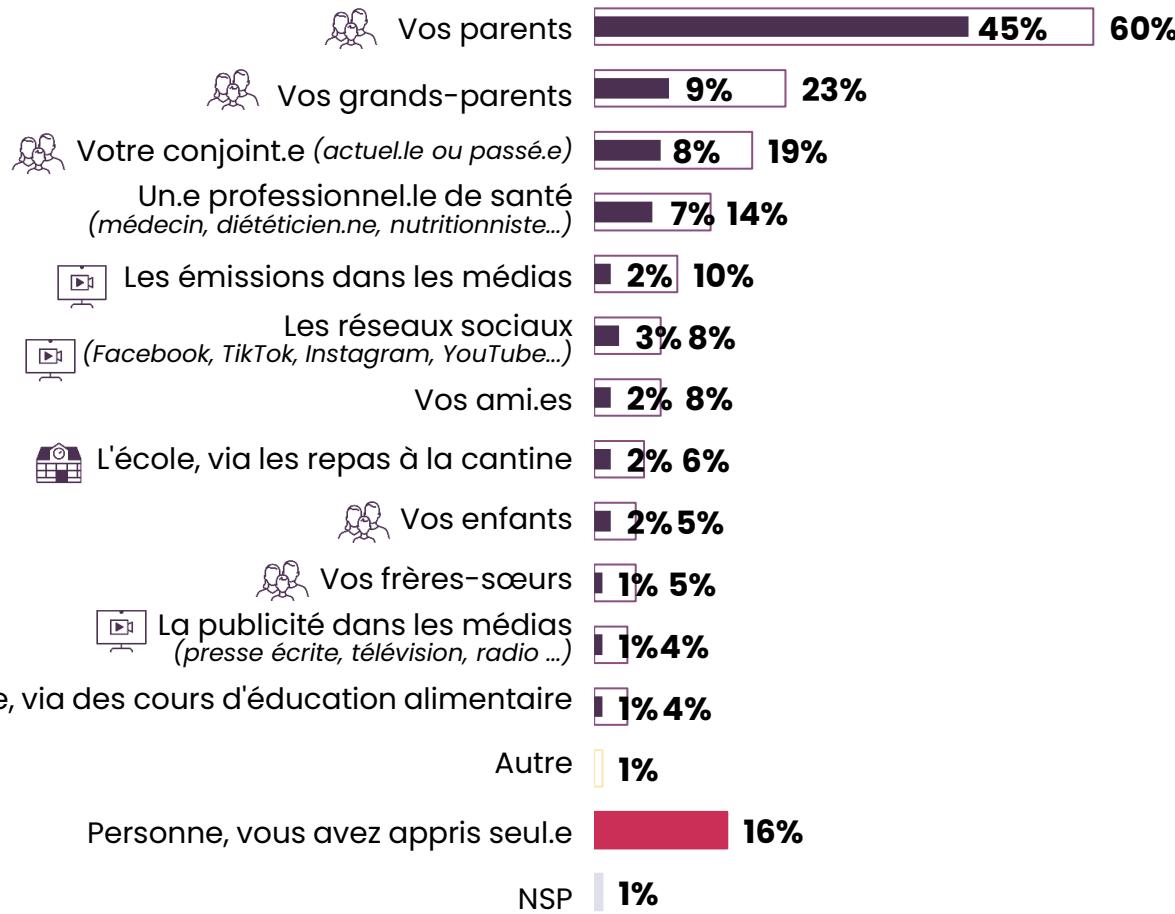


1219
personnes

Q. Selon vous, qui vous a le plus initié au « bien manger » ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

- En premier
- Au total



Famille



Médias



Ecole





Les principaux acteurs de l'initiation au « bien manger »



1219
personnes

Q. Selon vous, qui vous a le plus initié au « bien manger » ?

Jusqu'à trois réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Au total	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Sous-total Famille	68%	68%	68%	69%	70%	69%	71%	71%	68%	63%	74%	70%	62%	74%	66%
Sous-total Médias	20%	15%	23%	37%	37%	37%	32%	16%	13%	12%	20%	23%	13%	23%	18%
Sous-total L'école	9%	7%	10%	21%	14%	24%	15%	10%	4%	2%	11%	12%	3%	15%	7%
Vos parents	60%	61%	59%	59%	62%	58%	59%	60%	60%	59%	64%	59%	57%	60%	60%
Vos grands-parents	23%	23%	23%	24%	16%	29%	19%	25%	30%	17%	26%	25%	20%	24%	23%
Votre conjoint.e	19%	26%	12%	12%	12%	13%	16%	17%	20%	26%	20%	16%	22%	23%	18%
Un.e professionnel.le de santé	14%	13%	15%	12%	10%	12%	10%	17%	14%	14%	14%	14%	14%	15%	13%
Les émissions dans les médias	10%	9%	11%	10%	11%	10%	12%	8%	10%	11%	9%	12%	10%	11%	10%
Les réseaux sociaux	8%	4%	12%	25%	26%	25%	19%	7%	2%	-	8%	12%	2%	11%	8%
Vos ami.es	8%	9%	6%	14%	13%	14%	12%	3%	7%	6%	9%	8%	5%	8%	8%
L'école, via les repas à la cantine	6%	6%	6%	11%	7%	13%	10%	8%	3%	1%	8%	8%	2%	10%	4%
Vos enfants	5%	4%	6%	1%	-	2%	11%	9%	3%	3%	6%	6%	5%	12%	3%
Vos frères-soeurs	5%	5%	5%	11%	10%	11%	8%	4%	1%	4%	5%	5%	3%	6%	4%
La publicité dans les médias	4%	4%	4%	6%	5%	7%	6%	4%	3%	3%	5%	4%	2%	4%	4%
L'école, via des cours d'éducation alimentaire	4%	2%	5%	11%	7%	13%	7%	3%	2%	1%	4%	5%	1%	6%	3%
Autre	1%	2%	1%	1%	2%	1%	-	1%	2%	2%	1%	1%	2%	2%	1%
Personne, vous avez appris seul.e	16%	16%	15%	6%	8%	6%	14%	13%	18%	22%	11%	13%	23%	10%	18%

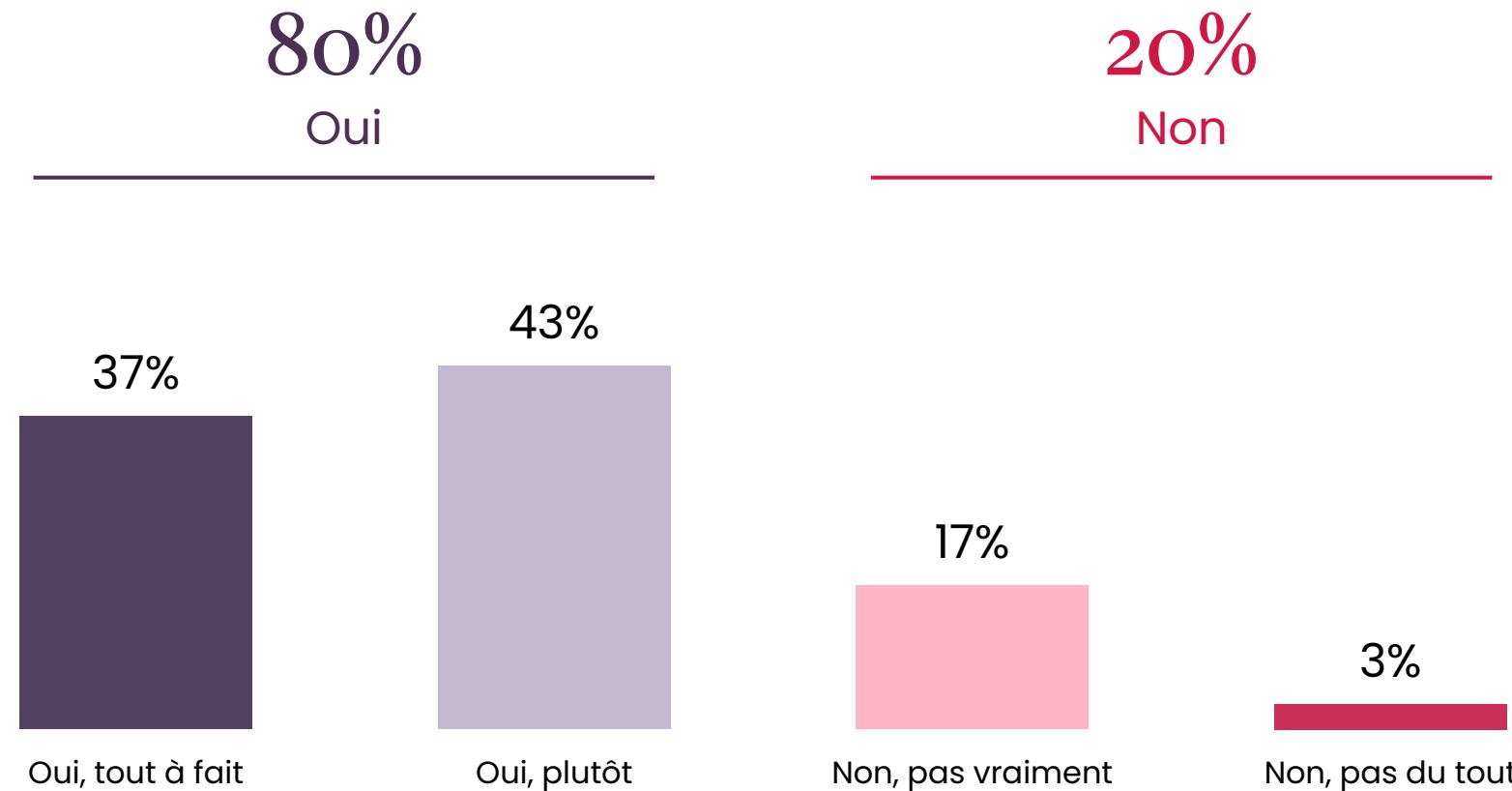


L'éducation alimentaire délivrée par les parents



1219
personnes

Q. Diriez-vous que vos parents vous ont donné ou non une éducation alimentaire ?





L'éducation alimentaire délivrée par les parents



Q. Diriez-vous que vos parents vous ont donné ou non une éducation alimentaire ?

1219
personnes

	% Total	SEXÉ		ÂGE						STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON		
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Sous-total Oui	80%	82%	78%	86%	86%	86%	81%	80%	76%	78%	82%	81%	75%	81%	79%
...Oui, tout à fait	37%	36%	38%	48%	50%	47%	40%	37%	34%	31%	43%	37%	30%	39%	36%
...Oui, plutôt	43%	46%	40%	38%	36%	39%	41%	43%	42%	47%	39%	44%	45%	42%	43%
Sous-total Non	20%	18%	22%	13%	13%	13%	19%	19%	24%	22%	17%	19%	25%	18%	21%
...Non, pas vraiment	17%	16%	17%	9%	8%	10%	14%	16%	20%	20%	15%	16%	20%	14%	18%
...Non, pas du tout	3%	2%	5%	4%	5%	3%	5%	3%	4%	2%	2%	3%	5%	4%	3%

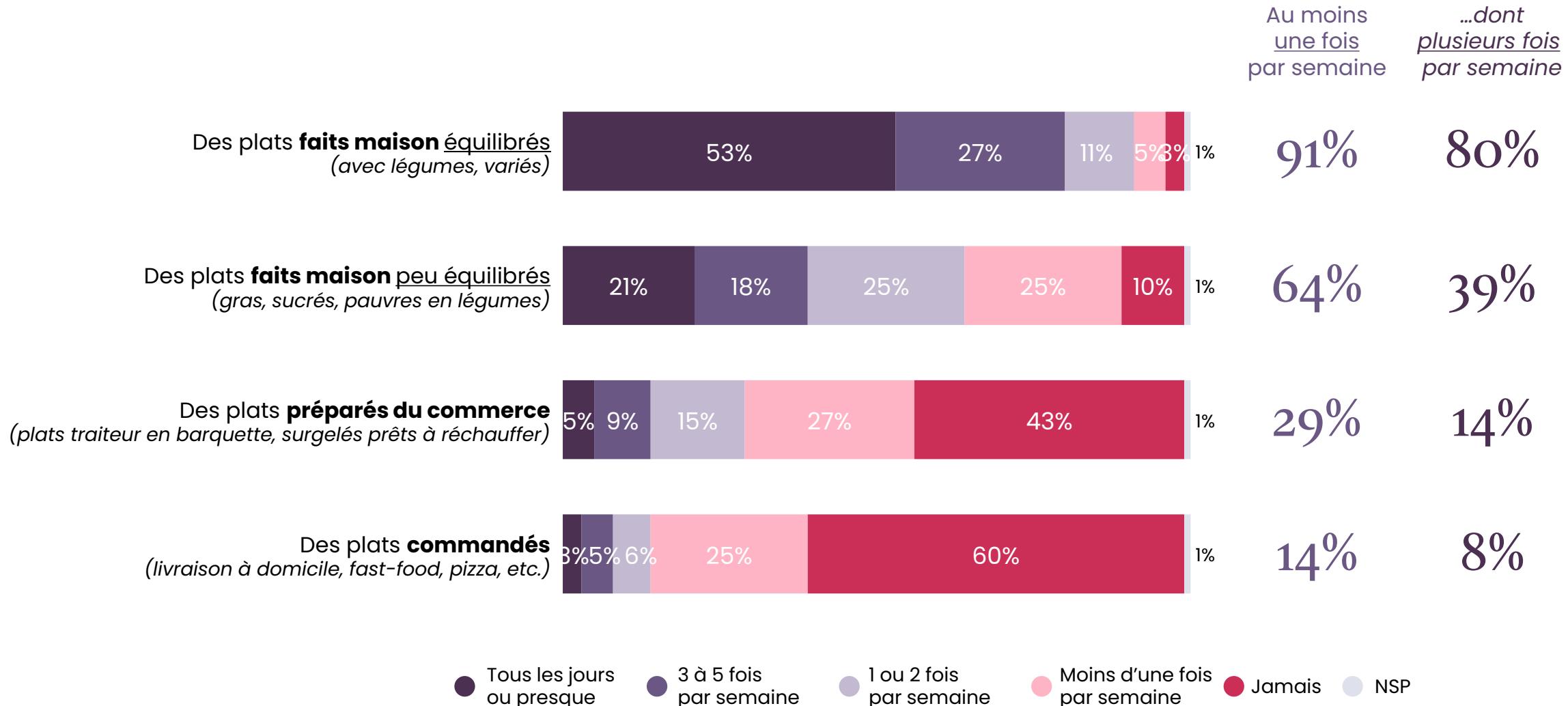


La fréquence des types de repas consommés à domicile pendant l'enfance



1219 personnes

Q. Quand vous étiez enfant, à quelle fréquence vos repas à domicile incluaient-ils... ?





La fréquence des types de repas consommés à domicile pendant l'enfance



1219
personnes

Q. Quand vous étiez enfant, à quelle fréquence vos repas à domicile incluaient-ils... ?

	% Au moins une fois par semaine	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Des plats faits maison équilibrés (avec légumes, variés)	91%	94%	88%	89%	87%	90%	91%	88%	93%	93%	92%	91%	90%	88%	92%
Des plats faits maison peu équilibrés (gras, sucrés, pauvres en légumes)	64%	65%	65%	77%	75%	78%	76%	68%	56%	56%	68%	69%	55%	74%	62%
Des plats préparés du commerce (plats traiteur en barquette, surgelés prêts à réchauffer)	29%	28%	30%	54%	56%	52%	59%	36%	13%	5%	39%	34%	11%	47%	22%
Des plats commandés (livraison à domicile, fast-food, pizza, etc.)	14%	14%	14%	31%	34%	31%	31%	14%	5%	3%	18%	20%	4%	25%	10%



La fréquence des types de repas consommés à domicile pendant l'enfance



1219
personnes

Q. Quand vous étiez enfant, à quelle fréquence vos repas à domicile incluaient-ils... ?

	% Au moins plusieurs fois par semaine	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Des plats faits maison équilibrés (avec légumes, variés)	80%	84%	77%	72%	66%	76%	78%	76%	82%	89%	82%	79%	83%	78%	81%
Des plats faits maison peu équilibrés (gras, sucrés, pauvres en légumes)	39%	38%	41%	46%	47%	45%	48%	40%	36%	33%	43%	40%	34%	44%	38%
Des plats préparés du commerce (plats traiteur en barquette, surgelés prêts à réchauffer)	14%	12%	15%	25%	24%	26%	30%	18%	4%	1%	21%	15%	4%	25%	9%
Des plats commandés (livraison à domicile, fast-food, pizza, etc.)	8%	7%	9%	15%	13%	17%	22%	8%	3%	2%	12%	10%	3%	16%	5%



#2

*L'alimentation
aujourd'hui : une
émancipation réussie ?*



La perception de l'équilibre alimentaire dans les pratiques quotidiennes

Q. Comment qualifiez-vous votre alimentation aujourd'hui ?



1219 personnes

Vous mangez toujours équilibré, varié, en respectant les saisons et en limitant les aliments industriels



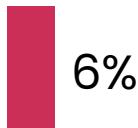
Vous faites attention (équilibre, maison, variété) mais pas toujours de façon régulière, avec quelques écarts



Vous avez envie de bien faire, mais vous cédez souvent à la facilité (*plats préparés, livraisons, etc.*)



Vous ne vous souciez pas vraiment de votre équilibre alimentaire ou de la saison des produits





La perception de l'équilibre alimentaire dans les pratiques quotidiennes



1219
personnes

Q. Comment qualifiez-vous votre alimentation aujourd'hui ?

	% Total	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
... Vous mangez toujours équilibré, varié, en respectant les saisons et en limitant les aliments industriels	26%	27%	25%	27%	24%	29%	20%	20%	25%	36%	23%	21%	33%	20%	29%
... Vous faites attention (équilibre, maison, variété) mais pas toujours de façon régulière, avec quelques écarts	54%	53%	56%	49%	52%	47%	54%	55%	59%	52%	57%	57%	51%	57%	53%
... Vous avez envie de bien faire, mais vous cédez souvent à la facilité (plats préparés, livraisons, etc.)	14%	13%	14%	20%	21%	19%	19%	17%	10%	7%	17%	15%	8%	17%	12%
... Vous ne vous souciez pas vraiment de votre équilibre alimentaire ou de la saison des produits	6%	7%	5%	4%	3%	5%	7%	8%	6%	5%	3%	7%	8%	6%	6%



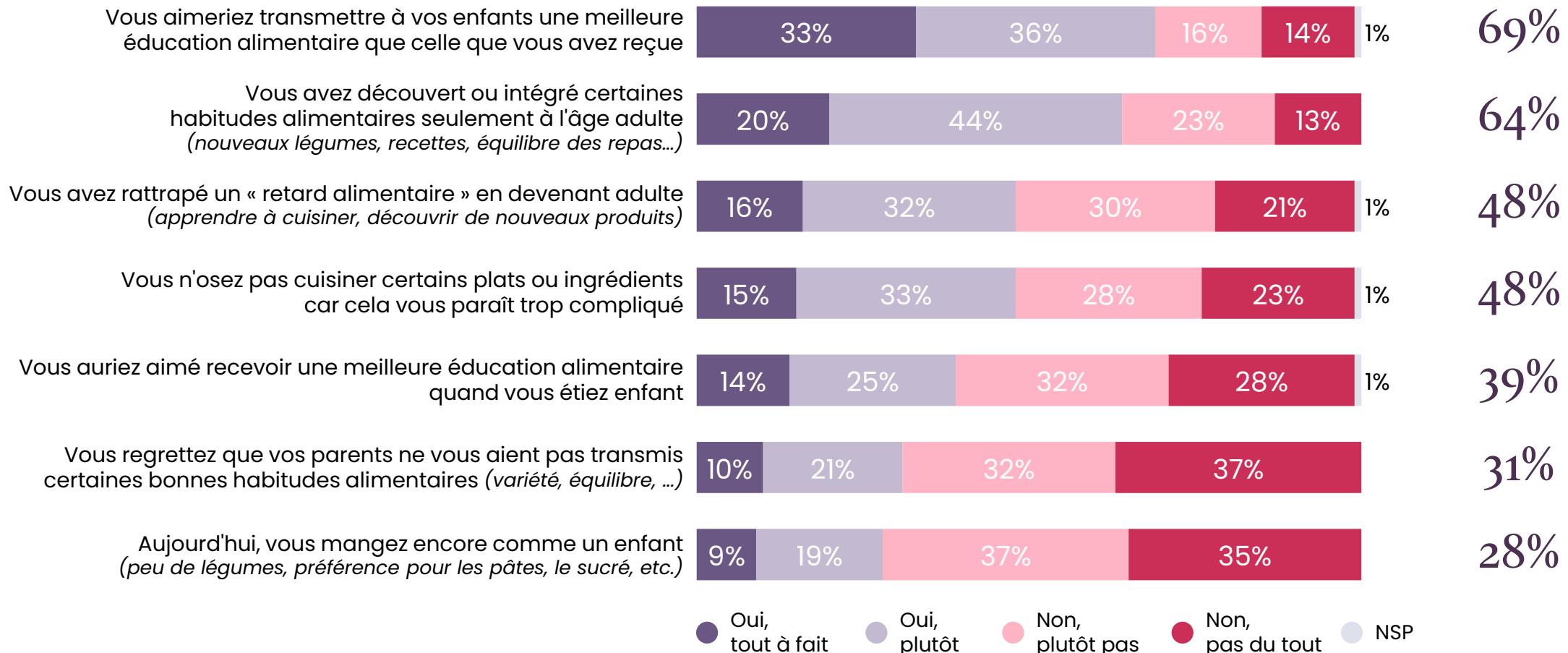
Les perceptions et évolutions des pratiques alimentaires de l'enfance à l'âge adulte



1219 personnes

Q. Êtes-vous concerné.e ou non par chacune des affirmations suivantes ?

Oui





Les perceptions et évolutions des pratiques alimentaires de l'enfance à l'âge adulte



1219
personnes

Q. Êtes-vous concerné.e ou non par chacune des affirmations suivantes ?

	% Oui	SEXÉ		ÂGE						STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON		
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Vous aimeriez transmettre à vos enfants une meilleure éducation alimentaire que celle que vous avez reçue	69%	68%	70%	73%	65%	78%	80%	72%	60%	67%	72%	73%	63%	79%	66%
Vous avez découvert ou intégré certaines habitudes alimentaires seulement à l'âge adulte	64%	61%	66%	71%	68%	73%	76%	67%	56%	57%	67%	67%	56%	67%	63%
Vous avez rattrapé un « retard alimentaire » en devenant adulte	48%	49%	49%	52%	44%	56%	59%	50%	45%	43%	53%	51%	43%	52%	47%
Vous n'osez pas cuisiner certains plats ou ingrédients car cela vous paraît trop compliqué	48%	47%	48%	55%	53%	56%	53%	52%	45%	40%	51%	51%	40%	50%	48%
Vous auriez aimé recevoir une meilleure éducation alimentaire quand vous étiez enfant	39%	36%	42%	49%	44%	51%	52%	45%	33%	27%	45%	46%	28%	51%	35%
Vous regrettez que vos parents ne vous aient pas transmis certaines bonnes habitudes alimentaires	31%	27%	33%	43%	36%	48%	46%	37%	24%	16%	36%	38%	18%	43%	26%
Aujourd'hui, vous mangez encore comme un enfant	28%	25%	30%	45%	42%	46%	43%	36%	18%	10%	29%	37%	16%	39%	24%



L'utilisation des réseaux sociaux pour trouver des recettes

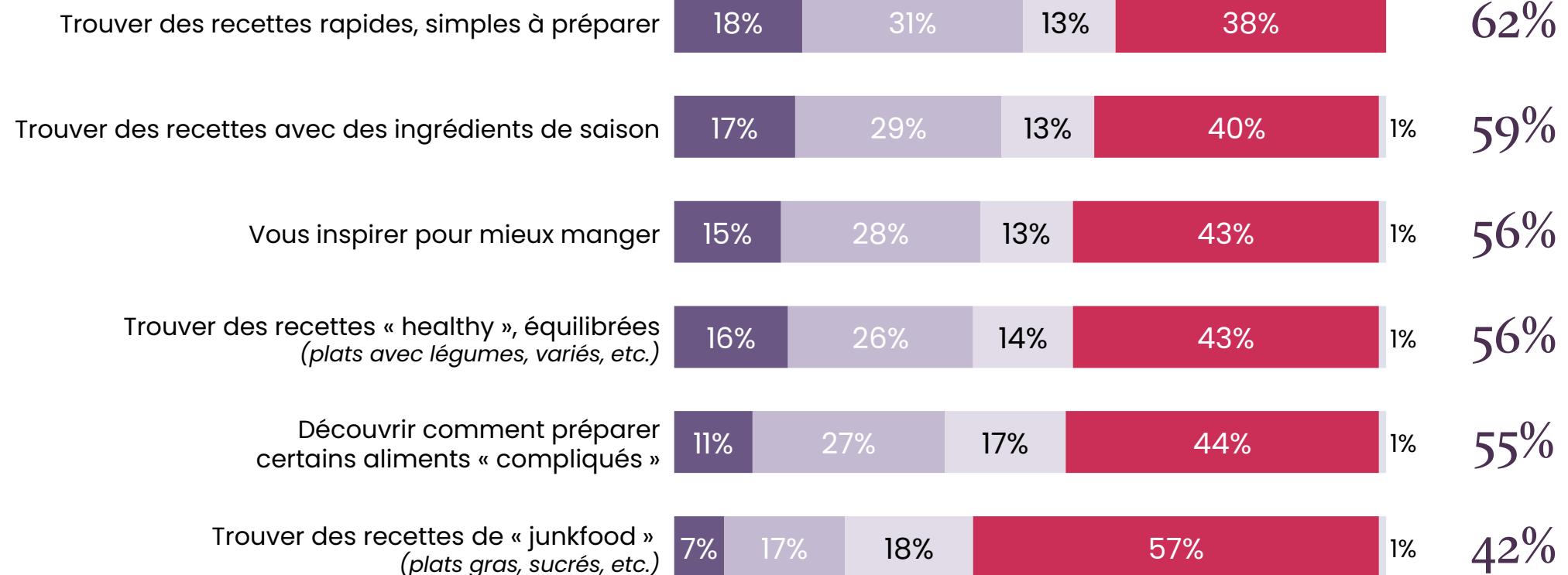


1219 personnes

Q. Vous servez-vous de Facebook, TikTok, Instagram ou YouTube pour... ?

35% se servent des réseaux sociaux à toutes les occasions

Se sert des réseaux sociaux



● Souvent ● Parfois ● Rarement ● Jamais ● NSP



L'utilisation des réseaux sociaux pour trouver des recettes



1219
personnes

Q. Vous servez-vous de Facebook, TikTok, Instagram ou YouTube pour... ?

	% Se sert des réseaux sociaux	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Se sert des réseaux sociaux à toutes les occasions	35%	28%	41%	70%	70%	70%	68%	35%	22%	7%	42%	41%	17%	53%	28%
Trouver des recettes rapides, simples à préparer	62%	50%	72%	93%	96%	92%	89%	60%	53%	37%	63%	72%	45%	76%	56%
Trouver des recettes avec des ingrédients de saison	59%	49%	68%	89%	87%	91%	87%	54%	50%	38%	60%	69%	45%	74%	53%
Vous inspirer pour mieux manger	56%	45%	66%	91%	90%	92%	84%	57%	44%	31%	60%	66%	38%	72%	50%
Trouver des recettes « healthy », équilibrées (plats avec légumes, variés, etc.)	56%	45%	66%	90%	92%	89%	89%	55%	44%	31%	62%	62%	38%	72%	51%
Découvrir comment préparer certains aliments « compliqués »	55%	47%	63%	88%	86%	89%	82%	51%	48%	31%	58%	61%	40%	68%	50%
Trouver des recettes de « junkfood » (plats gras, sucrés, etc.)	42%	34%	51%	84%	82%	84%	80%	44%	28%	10%	51%	51%	21%	63%	35%



L'utilisation des réseaux sociaux pour trouver des recettes



1219
personnes

Q. Vous servez-vous de Facebook, TikTok, Instagram ou YouTube pour... ?

	% Se sert souvent des réseaux sociaux	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Trouver des recettes rapides, simples à préparer	18%	9%	27%	44%	47%	43%	31%	18%	11%	3%	17%	26%	7%	23%	17%
Trouver des recettes avec des ingrédients de saison	17%	12%	22%	29%	25%	31%	33%	11%	12%	11%	17%	22%	11%	20%	16%
Trouver des recettes « healthy », équilibrées (plats avec légumes, variés, etc.)	16%	10%	22%	39%	39%	38%	34%	14%	6%	4%	18%	20%	6%	22%	14%
Vous inspirer pour mieux manger	15%	10%	21%	41%	42%	41%	25%	14%	7%	5%	13%	22%	7%	18%	15%
Découvrir comment préparer certains aliments « compliqués »	11%	8%	15%	32%	27%	35%	25%	9%	3%	2%	11%	15%	5%	14%	11%
Trouver des recettes de « junkfood » (plats gras, sucrés, etc.)	7%	4%	10%	22%	18%	24%	15%	5%	2%	1%	7%	10%	3%	10%	6%

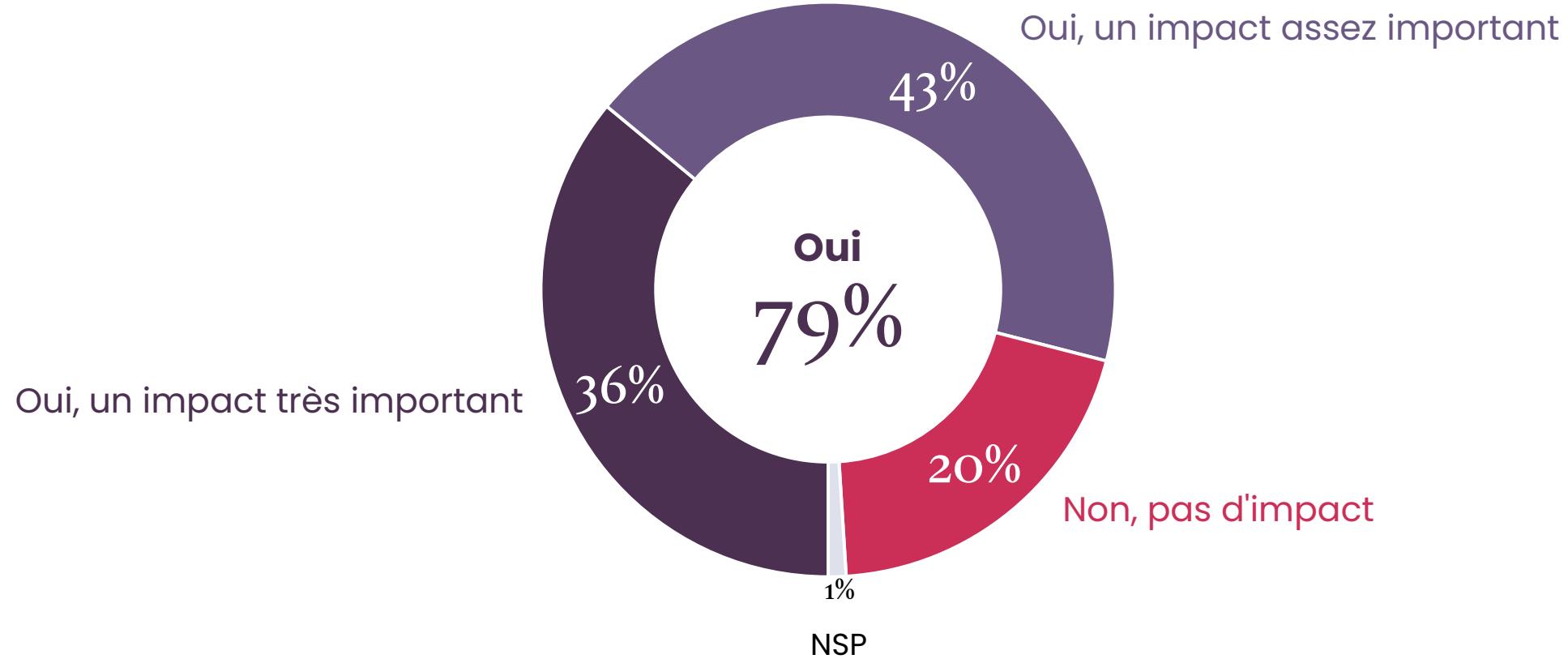


L'impact de l'alimentation sur la santé mentale



1219
personnes

Q. Selon vous, votre alimentation a-t-elle un impact direct sur votre santé mentale / humeur ?





L'impact de l'alimentation sur la santé mentale



1219
personnes

Q. Selon vous, votre alimentation a-t-elle un impact direct sur votre santé mentale / humeur ?

	% Total	SEXÉ		ÂGE						STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON		
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Sous-total Oui	79%	74%	83%	86%	80%	89%	90%	80%	79%	68%	84%	82%	69%	81%	78%
<i>...Oui, très important</i>	36%	31%	40%	47%	42%	50%	52%	37%	30%	25%	42%	41%	23%	41%	34%
<i>...Oui, assez important</i>	43%	43%	43%	39%	38%	39%	38%	43%	49%	43%	42%	41%	46%	40%	44%
Non, pas d'impact	20%	25%	16%	12%	18%	9%	8%	20%	21%	32%	15%	17%	30%	18%	22%



Les influences de l'alimentation sur l'équilibre mental et l'humeur

Q. Pouvez-vous expliquer en quoi elle a un impact sur votre santé mentale / humeur ?

Question posée uniquement à ceux qui pensent que l'alimentation a un impact sur leur santé mentale, soit 79% de l'échantillon.
Question ouverte, réponses spontanées

Alimentation & humeur : une relation à double sens

« Quand on mange bien on est bien dans son corps. Manger déséquilibré et lourd ou trop riche dégrade le sommeil et sa santé. »
« Ou plutôt c'est un cercle vicieux le mental l'humeur peut couper l'appétit mais en se privant on reste bloquer davantage dans le cercle vicieux d'un manque de moral »
« Etant gourmet, quand j'ai bien mangé, je suis de bonne humeur et sinon, je suis de mauvaise humeur »

... avec des impacts positifs

« Bien manger, c'est être bien dans son corps ! »
« Je me sens mieux dans ma tête et dans mon corps lorsque je mange correctement/sainement »
« Je remarque que lorsque je mange équilibré, avec des fruits, des légumes et peu d'aliments trop gras ou sucrés, je me sens plus énergique, moins stressé et de meilleure humeur au quotidien. »

... et des impacts négatifs

« Le fait de me sentir frustré quand je ne peux pas manger ce que je veux, et donc colère et désespoir, faire attention à avoir les bons nutriments et de ne pas prendre du poids. Cela prend beaucoup de place. »
« Quand je fais des repas déséquilibrés, trop copieux ou trop riches en matière grasse et en sucre, je ne me sens pas bien, je peux même avoir des migraines et si ces repas sont le soir, la mauvaise digestion a un impact sur mon sommeil, je dors mal et ceci joue sur mon moral et mon humeur le lendemain. »

#3

*Les idées reçues
et clichés
alimentaires*



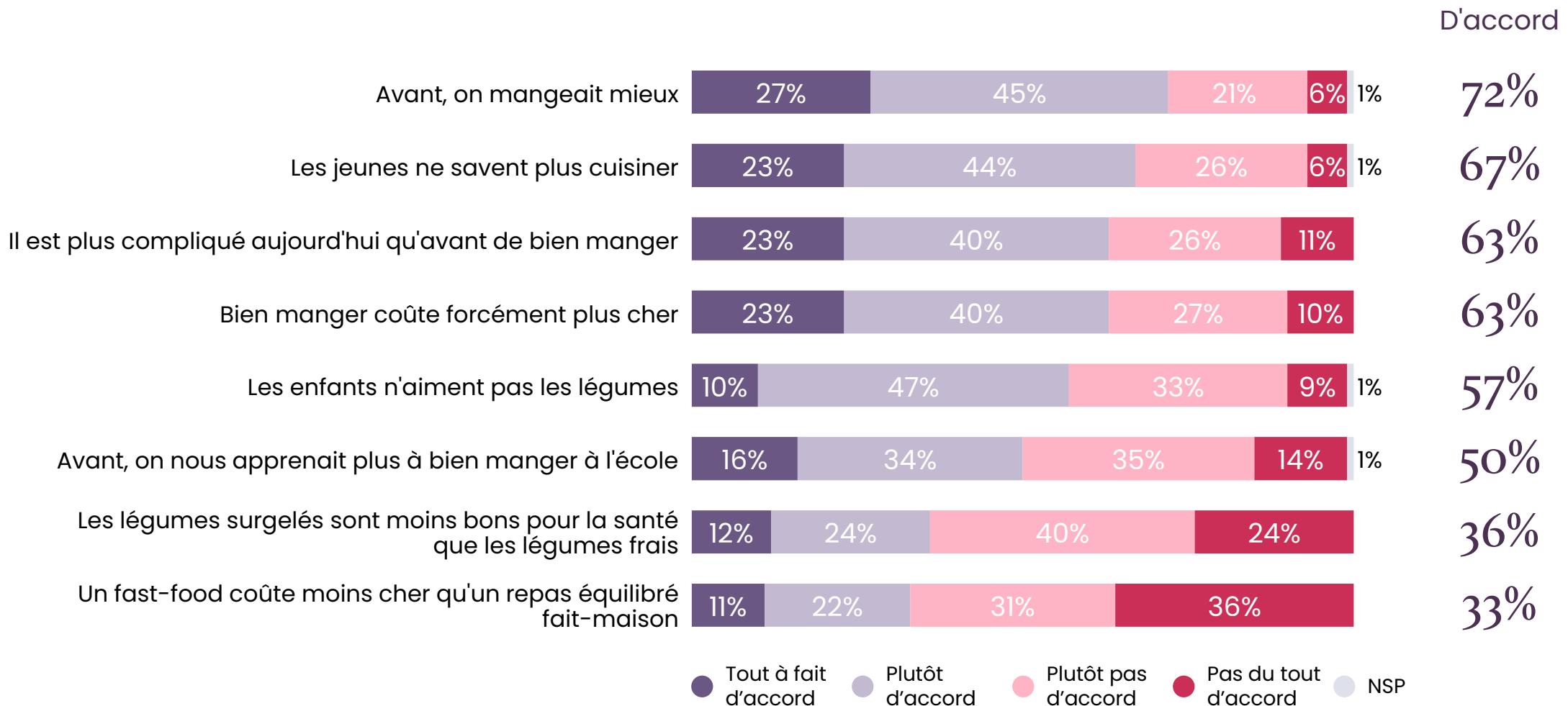


Les idées reçues sur l'alimentation et leurs réalités



1219
personnes

Q. Etes-vous d'accord ou pas d'accord avec chacune des affirmations suivantes ?





Les idées reçues sur l'alimentation et leurs réalités



1219
personnes

Q. Etes-vous d'accord ou pas d'accord avec chacune des affirmations suivantes ?

	% D'accord	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Avant, on mangeait mieux	72%	70%	74%	65%	54%	70%	75%	75%	78%	67%	73%	77%	68%	74%	71%
Les jeunes ne savent plus cuisiner	67%	70%	65%	51%	42%	56%	74%	67%	70%	71%	63%	74%	70%	70%	66%
Il est plus compliqué aujourd'hui qu'avant de bien manger	63%	59%	67%	70%	70%	70%	77%	72%	60%	46%	65%	73%	51%	73%	60%
Bien manger coûte forcément plus cher	63%	57%	68%	63%	62%	63%	75%	70%	61%	52%	63%	72%	56%	73%	59%
Les enfants n'aiment pas les légumes	57%	58%	56%	55%	52%	56%	54%	61%	57%	56%	56%	59%	56%	62%	55%
Avant, on nous apprenait plus à bien manger à l'école	50%	49%	52%	58%	55%	59%	64%	46%	51%	41%	51%	56%	44%	55%	48%
Les légumes surgelés sont moins bons pour la santé que les légumes frais	36%	36%	36%	59%	66%	56%	56%	38%	24%	20%	39%	41%	25%	46%	33%
Un fast-food coûte moins cher qu'un repas équilibré fait-maison	33%	33%	33%	42%	39%	45%	44%	35%	23%	28%	34%	35%	28%	40%	30%



Les saisons d'achat des fruits et légumes frais

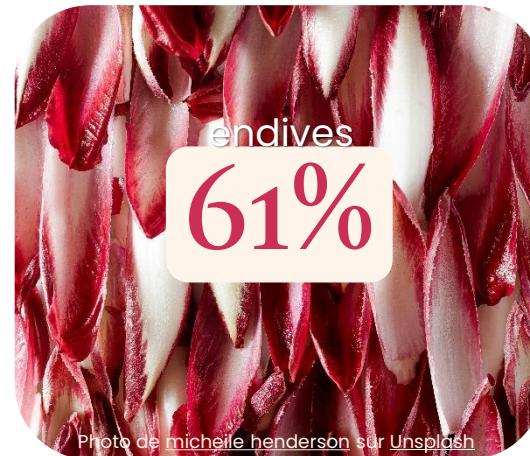


1219
personnes

Q. Pour chacun des fruits ou légumes suivants, sélectionnez la ou les saison(s) durant lesquelles vous les achetez habituellement au rayon frais :

Plusieurs réponses possibles pour chaque item – Total supérieur à 100%

% Achètent hors saison





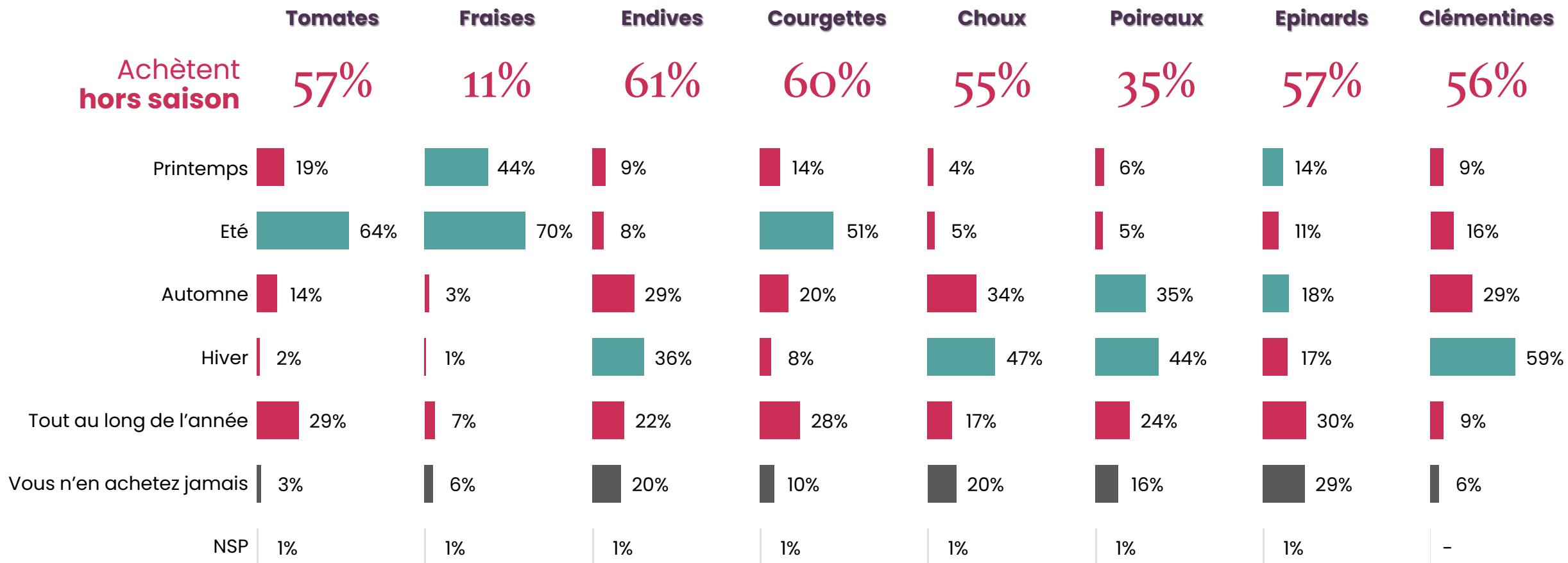
Les saisons d'achat des fruits et légumes frais



1219
personnes

Q. Pour chacun des fruits ou légumes suivants, sélectionnez la ou les saison(s) durant lesquelles vous les achetez habituellement au rayon frais :

Plusieurs réponses possibles pour chaque item – Total supérieur à 100%





Les saisons d'achat des fruits et légumes frais



1219
personnes

Q. Pour chacun des fruits ou légumes suivants, sélectionnez la ou les saison(s) durant lesquelles vous les achetez habituellement au rayon frais :

Plusieurs réponses possibles pour chaque item – Total supérieur à 100%

	% En achète hors saison	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Endives	61%	62%	60%	45%	36%	50%	61%	59%	63%	70%	61%	60%	66%	66%	59%
Courgettes	60%	58%	61%	68%	72%	66%	64%	60%	57%	55%	61%	62%	56%	63%	59%
Tomates	57%	59%	55%	66%	73%	62%	63%	52%	51%	59%	56%	58%	55%	61%	55%
Epinards	57%	56%	58%	67%	68%	66%	63%	54%	52%	55%	61%	57%	52%	61%	55%
Clémentines	56%	58%	54%	65%	69%	63%	64%	52%	51%	54%	53%	58%	55%	59%	55%
Choux	55%	55%	56%	51%	49%	53%	62%	57%	54%	54%	60%	56%	53%	65%	52%
Poireaux	35%	37%	33%	33%	31%	35%	43%	27%	30%	43%	31%	33%	40%	36%	34%
Fraises	11%	11%	11%	20%	16%	22%	27%	11%	3%	5%	13%	12%	6%	19%	8%



Les saisons d'achat des fruits et légumes frais



1219
personnes

Q. Pour chacun des fruits ou légumes suivants, sélectionnez la ou les saison(s) durant lesquelles vous les achetez habituellement au rayon frais :

Plusieurs réponses possibles pour chaque item – Total supérieur à 100%

	% N'en achète jamais	SEXÉ		ÂGE							STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON	
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Epinards	29%	31%	27%	24%	28%	21%	23%	32%	33%	30%	25%	31%	32%	22%	32%
Endives	20%	19%	22%	41%	49%	37%	28%	24%	13%	7%	18%	24%	14%	20%	20%
Choux	20%	21%	20%	32%	36%	29%	23%	21%	15%	17%	17%	21%	19%	16%	22%
Poireaux	16%	17%	14%	26%	32%	22%	17%	20%	11%	9%	15%	18%	12%	13%	16%
Courgettes	10%	13%	7%	14%	20%	11%	11%	11%	6%	9%	7%	9%	11%	7%	11%
Fraises	6%	7%	5%	7%	8%	6%	3%	8%	6%	4%	4%	7%	6%	3%	7%
Clémentines	6%	6%	5%	9%	12%	8%	6%	8%	4%	2%	4%	7%	5%	5%	6%
Tomates	3%	5%	2%	3%	4%	3%	2%	4%	5%	2%	2%	3%	5%	2%	4%



#4

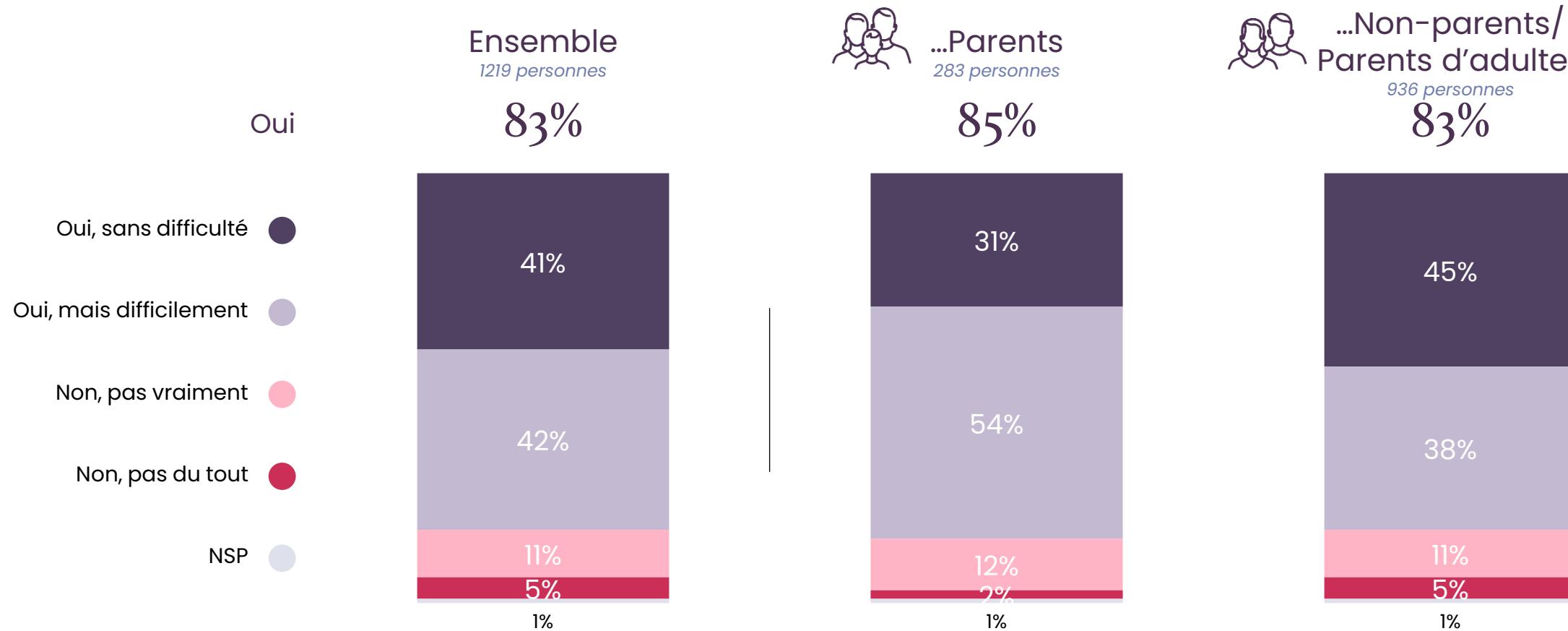
*La transmission
aux enfants*



La transmission d'une bonne éducation alimentaire aux enfants

Une bonne éducation alimentaire consiste à acquérir des connaissances, habitudes et comportements favorisant une alimentation équilibrée, variée, durable et adaptée aux besoins de chacun, afin de préserver la santé et le bien-être au quotidien.

Q. Vous personnellement, avez-vous le sentiment de transmettre à vos enfants une bonne éducation alimentaire ? Aux parents de jeunes enfants
Q. Avez-vous le sentiment que vous pourriez transmettre une bonne éducation alimentaire à vos enfants ? Aux non-parents ou parents d'adultes





La transmission d'une bonne éducation alimentaire aux enfants



1219
personnes

Une bonne éducation alimentaire consiste à acquérir des connaissances, habitudes et comportements favorisant une alimentation équilibrée, variée, durable et adaptée aux besoins de chacun, afin de préserver la santé et le bien-être au quotidien.

Q. Vous personnellement, avez-vous le sentiment de transmettre à vos enfants une bonne éducation alimentaire ? Aux parents de jeunes enfants
Q. Avez-vous le sentiment que vous pourriez transmettre une bonne éducation alimentaire à vos enfants ? Aux non-parents ou parents d'adultes

	% Total	SEXÉ		ÂGE						STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON		
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Sous-total Oui	83%	81%	85%	87%	89%	87%	84%	84%	82%	82%	86%	85%	81%	85%	83%
...Oui, sans difficulté	41%	40%	42%	49%	46%	51%	42%	32%	40%	46%	41%	37%	44%	31%	45%
...Oui, mais difficilement	42%	41%	43%	38%	43%	36%	42%	52%	42%	36%	45%	48%	37%	54%	38%
Sous-total Non	16%	18%	14%	12%	11%	12%	15%	15%	17%	18%	14%	14%	19%	14%	16%
...Non, pas vraiment	11%	12%	10%	8%	10%	6%	10%	11%	11%	15%	11%	10%	13%	12%	11%
...Non, pas du tout	5%	6%	4%	4%	1%	6%	5%	4%	6%	3%	3%	4%	6%	2%	5%



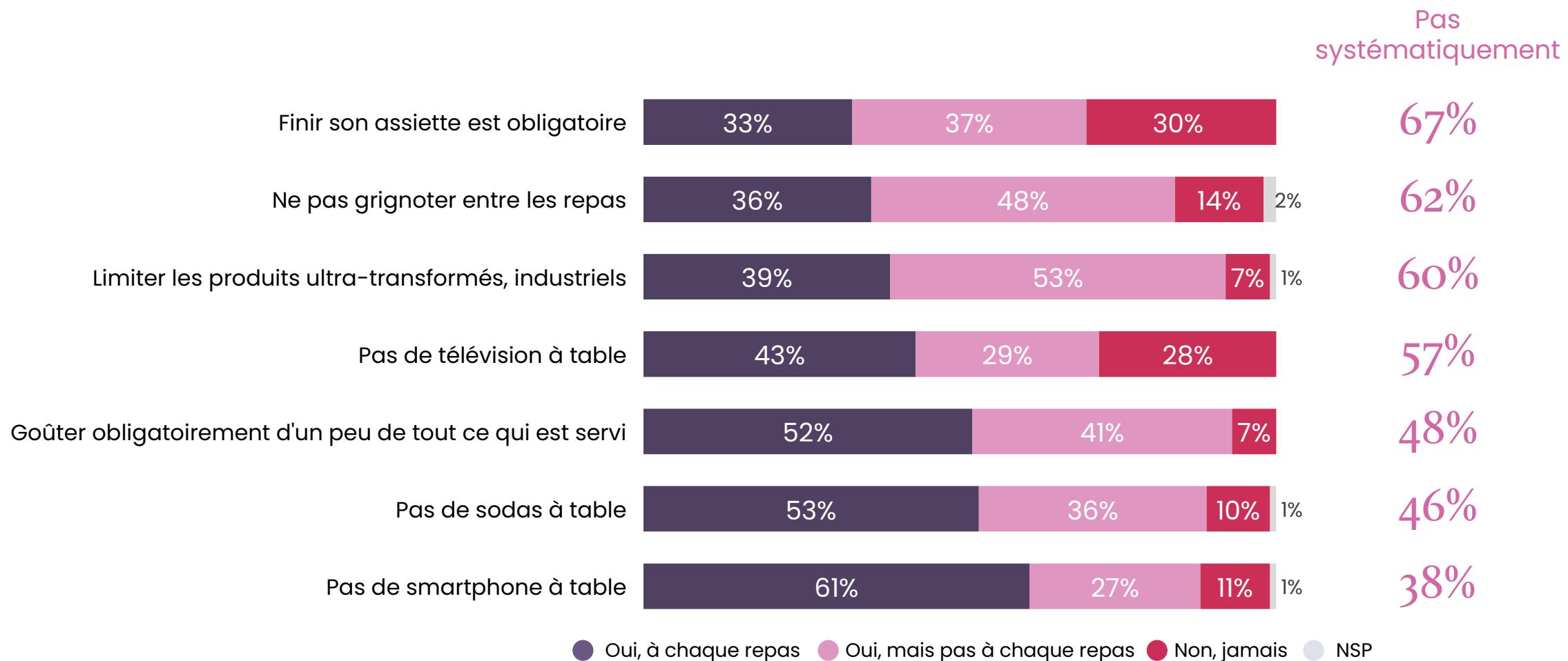
Les règles appliquées aux enfants lors des repas à domicile



283 personnes

Q. Appliquez-vous ou non chacune des règles suivantes lors des repas à domicile avec vos enfants ?

Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans, soit 23% de l'échantillon.



● Oui, à chaque repas ● Oui, mais pas à chaque repas ● Non, jamais ● NSP



Les règles appliquées aux enfants lors des repas à domicile



283
personnes

Q. Appliquez-vous ou non chacune des règles suivantes lors des repas à domicile avec vos enfants ?

Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans, soit 23% de l'échantillon.

	% Pas systématiquement	SEXÉ		ÂGE		STATUT		
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Finir son assiette est obligatoire	67%	55%	75%	66%	68%	67%	70%	
Ne pas grignoter entre les repas	62%	56%	67%	63%	63%	64%	61%	
Limiter les produits ultra-transformés, industriels	60%	61%	59%	60%	59%	63%	55%	
Pas de télévision à table	57%	57%	57%	53%	59%	52%	63%	Base insuffisante
Goûter obligatoirement d'un peu de tout ce qui est servi	48%	48%	48%	42%	50%	46%	50%	
Pas de sodas à table	46%	53%	42%	59%	41%	49%	42%	
Pas de smartphone à table	38%	38%	39%	44%	36%	33%	41%	



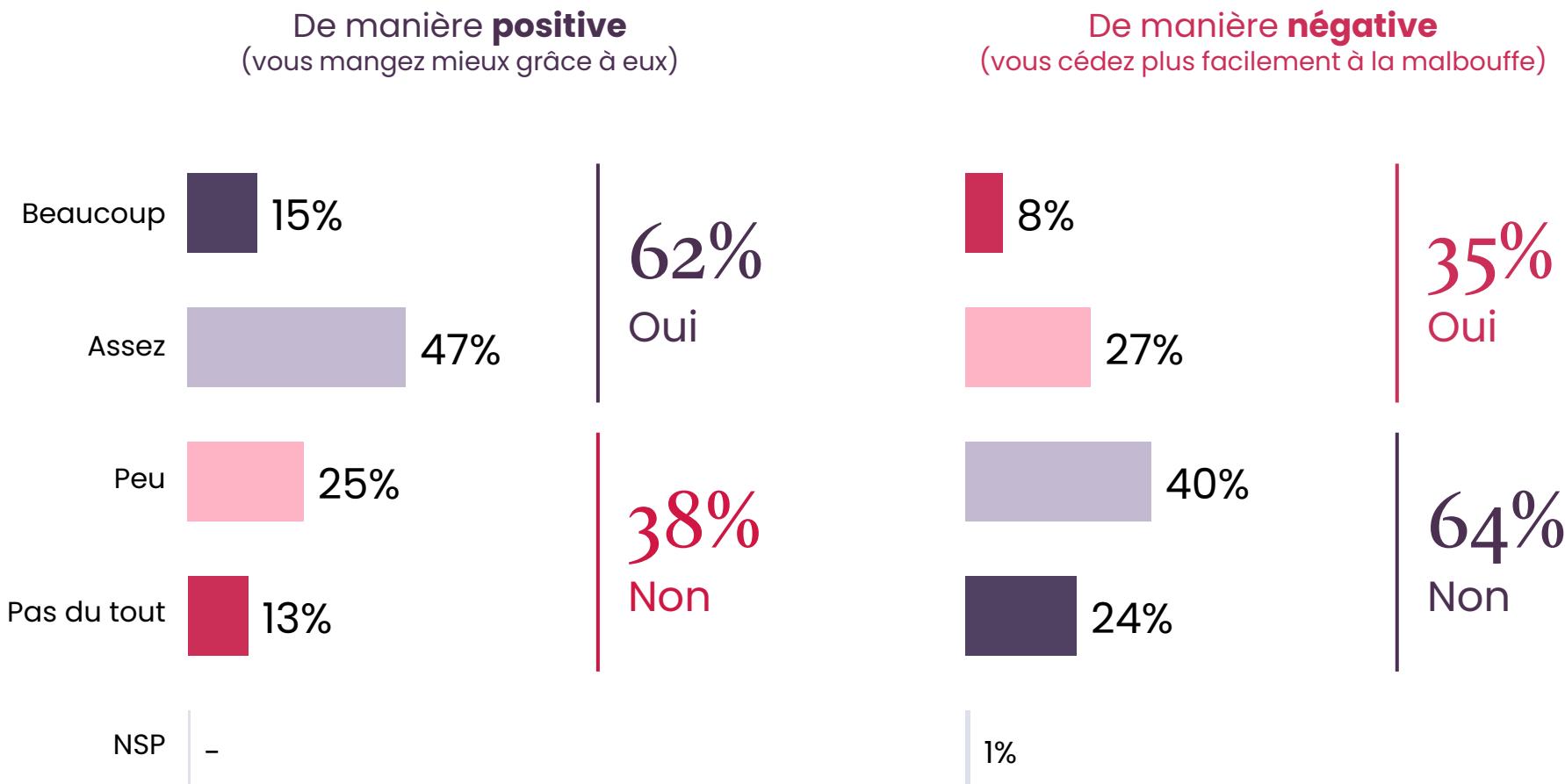
L'influence des enfants sur la manière de manger



283
personnes

Q. Avez-vous le sentiment que vos enfants influencent votre manière de manger... ?

Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans, soit 23% de l'échantillon.





L'influence *positive* des enfants sur la manière de manger



283
personnes

Q. Avez-vous le sentiment que vos enfants influencent votre manière de manger... ?

Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans, soit 23% de l'échantillon.

De manière positive (vous mangez mieux grâce à eux)	% Total	SEXÉ		ÂGE		STATUT		
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Sous-total Beaucoup ou assez	62%	57%	65%	81%	54%	66%	53%	
...Beaucoup	15%	14%	15%	29%	9%	15%	16%	
...Assez	47%	43%	50%	52%	45%	51%	37%	
Sous-total Peu ou pas du tout	38%	43%	34%	19%	45%	33%	47%	
...Peu	25%	32%	20%	18%	27%	23%	29%	
...Pas du tout	13%	11%	14%	1%	18%	10%	18%	

Base insuffisante



L'influence *négative* des enfants sur la manière de manger



283
personnes

Q. Avez-vous le sentiment que vos enfants influencent votre manière de manger... ?

Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans, soit 23% de l'échantillon.

De manière négative (vous cédez plus facilement à la malbouffe)	% Total	SEXÉ		ÂGE		STATUT		
		Homme	Femme	Moins de 35 ans	35 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif
Sous-total Beaucoup ou assez	35%	39%	33%	47%	31%	32%	39%	
...Beaucoup	8%	4%	11%	21%	3%	8%	7%	
...Assez	27%	35%	22%	26%	28%	24%	32%	
Sous-total Peu ou pas du tout	64%	59%	66%	51%	68%	66%	60%	
...Peu	40%	36%	42%	31%	43%	43%	36%	
...Pas du tout	24%	23%	24%	20%	25%	23%	24%	

Base insuffisante

#5

Le rôle de l'école



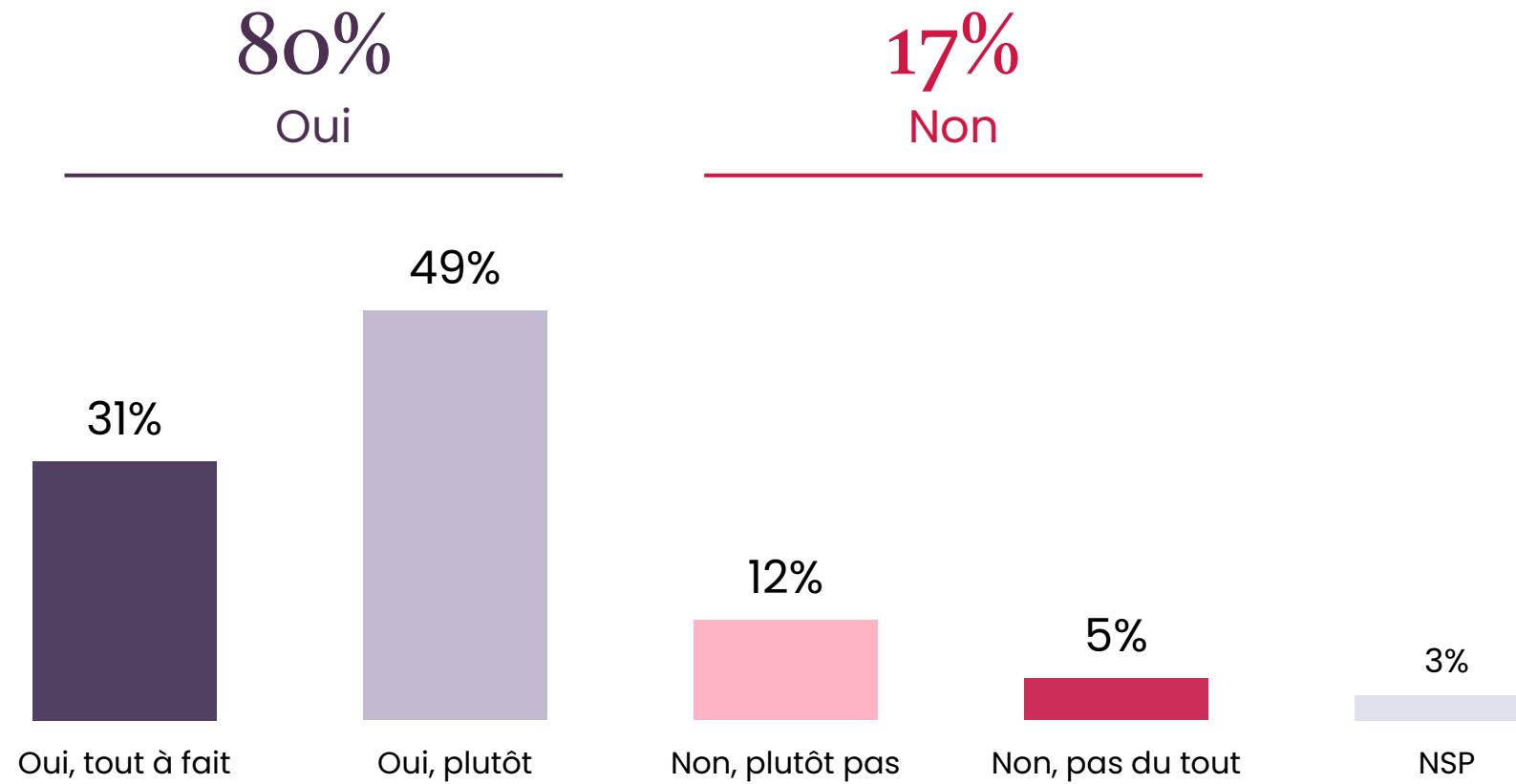


L'importance du rôle de l'école dans l'éducation alimentaire des enfants



1219 personnes

Q. Diriez-vous que l'école doit jouer un rôle important dans l'éducation alimentaire des enfants ?





L'importance du rôle de l'école dans l'éducation alimentaire des enfants



1219
personnes

Q. Diriez-vous que l'école doit jouer un rôle important dans l'éducation alimentaire des enfants ?

	% Total	SEXÉ		ÂGE						STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON		
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Sous-total Oui	80%	77%	82%	84%	80%	86%	81%	84%	76%	76%	80%	84%	74%	79%	80%
...Oui, tout à fait	31%	29%	32%	40%	40%	40%	43%	28%	26%	25%	30%	34%	25%	26%	32%
...Oui, plutôt	49%	48%	50%	44%	40%	46%	38%	56%	50%	51%	50%	50%	49%	53%	48%
Sous-total Non	17%	19%	16%	13%	15%	12%	18%	15%	21%	18%	18%	15%	21%	20%	16%
...Non, plutôt pas	12%	12%	12%	10%	10%	9%	15%	12%	11%	14%	14%	10%	14%	15%	11%
...Non, pas du tout	5%	7%	4%	3%	5%	3%	3%	3%	10%	4%	4%	5%	7%	5%	5%



Les méthodes efficaces pour enseigner l'alimentation équilibrée à l'école



1219 personnes

Q. Selon vous, quelles seraient les meilleures manières pour l'école d'apprendre aux enfants à bien manger ?
Classer vos réponses par ordre de priorité

Plusieurs réponses possibles – Total supérieur à 100%



Des ateliers pratiques de cuisine à l'école



Des ateliers pratiques et/ou Un enseignement académique obligatoire

81%

Des animations à la cantine, permettant de mieux connaître les produits



Des sorties pour découvrir producteurs locaux, marchés, primeurs, fermes ou crèmeries



Un enseignement académique obligatoire, intégré au temps scolaire (apprendre l'équilibre, la diversité, les saisons...)



Des interventions de chefs ou de Meilleurs Ouvriers de France (explications, démonstrations, etc.)



Autre



● En premier

○ Au total



Les méthodes efficaces pour enseigner l'alimentation équilibrée à l'école



1219
personnes

Q. Selon vous, quelles seraient les meilleures manières pour l'école d'apprendre aux enfants à bien manger ?
Classer vos réponses par ordre de priorité

Plusieurs réponses possibles – Total supérieur à 100%

	% Au total	SEXÉ		ÂGE						STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON			
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non	
Sous-total Des ateliers pratiques et/ou Un enseignement académique obligatoire	81%	77%	85%	79%	76%	80%	90%	83%	80%	76%	80%	86%	77%	83%	80%	
...Des ateliers pratiques de cuisine à l'école	68%	63%	73%	62%	62%	62%	70%	75%	66%	66%	68%	73%	64%	70%	67%	
...Un enseignement académique obligatoire, intégré au temps scolaire (apprendre l'équilibre, la diversité, les saisons...)	49%	49%	48%	50%	43%	54%	53%	45%	51%	47%	45%	55%	48%	44%	51%	
Des animations à la cantine, permettant de mieux connaître les produits	66%	65%	67%	58%	57%	59%	64%	66%	68%	71%	67%	67%	66%	63%	67%	
Des sorties pour découvrir producteurs locaux, marchés, primeurs, fermes ou crèmeries	66%	66%	66%	61%	50%	67%	64%	61%	70%	70%	62%	68%	68%	60%	68%	
Des interventions de chefs ou de Meilleurs Ouvriers de France (explications, démonstrations, etc.)	38%	41%	35%	37%	34%	39%	41%	36%	38%	39%	41%	39%	36%	38%	38%	
Autre	2%	2%	1%	2%	2%	1%	1%	1%	-	4%	1%	3%	1%	1%	1%	2%

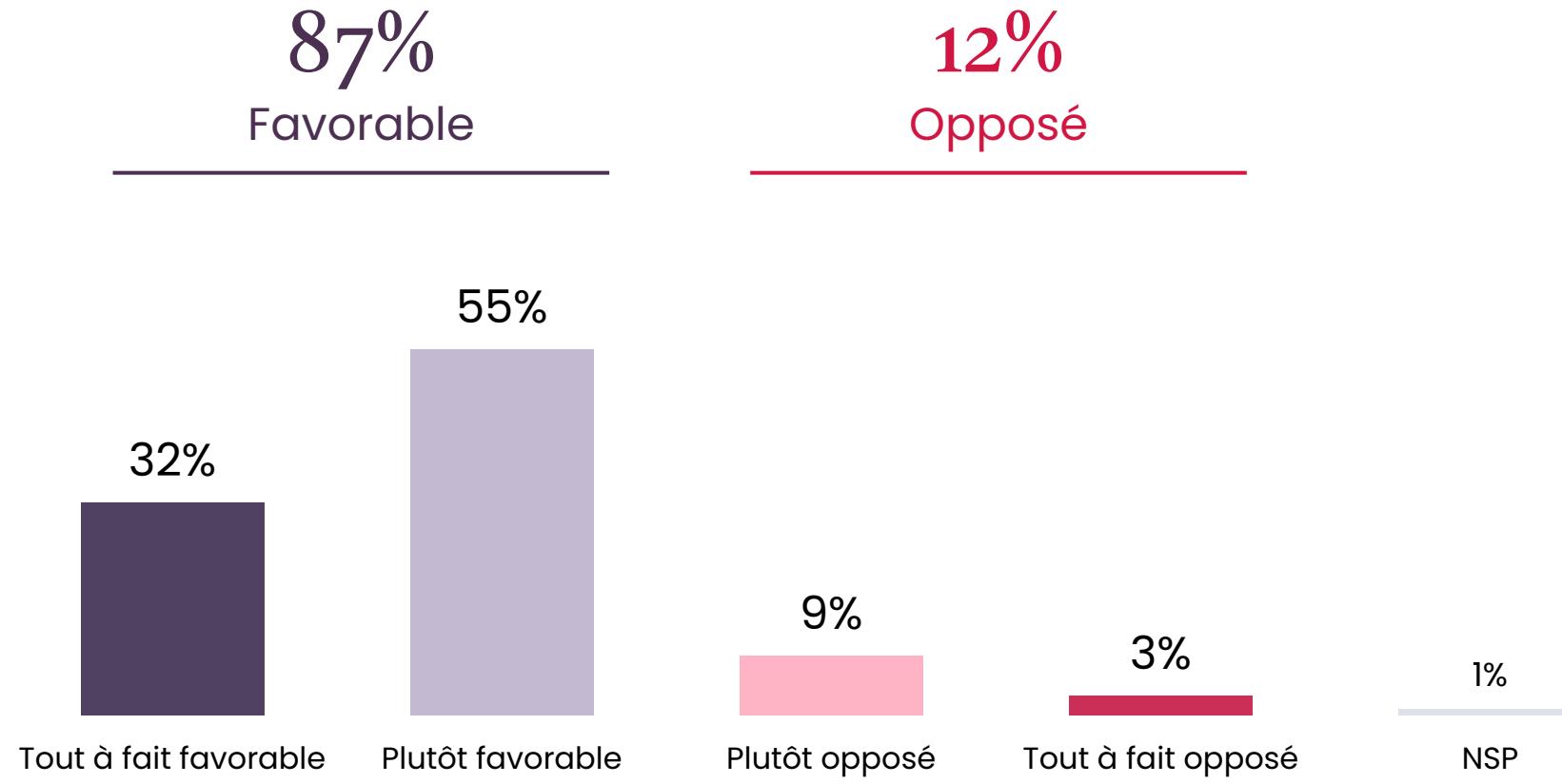


L'enseignement obligatoire de l'alimentation équilibrée à l'école



1219 personnes

Q. Seriez-vous favorable à la création d'un enseignement scolaire obligatoire pour apprendre aux enfants à bien manger (saisonnalité des fruits et légumes, équilibre, préparation des repas, etc.) ?





L'enseignement obligatoire de l'alimentation équilibrée à l'école



1219 personnes

Q. Seriez-vous favorable à la création d'un enseignement scolaire obligatoire pour apprendre aux enfants à bien manger (saisonnalité des fruits et légumes, équilibre, préparation des repas, etc.) ?

	% Total	SEXÉ		ÂGE						STATUT			A DES ENFANTS DE MOINS DE 18 ANS À LA MAISON		
		Homme	Femme	15-25 ans	... dont 15-20 ans	... dont 21-25 ans	26-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP+	CSP-	Inactif	Oui	Non
Sous-total Favorable	87%	86%	88%	89%	89%	89%	90%	90%	85%	84%	86%	91%	85%	90%	87%
...Tout à fait favorable	32%	29%	34%	35%	29%	38%	36%	33%	30%	28%	31%	37%	29%	32%	32%
...Plutôt favorable	55%	57%	54%	54%	60%	51%	54%	57%	55%	56%	55%	54%	56%	58%	55%
Sous-total Opposé	12%	13%	11%	9%	10%	9%	8%	10%	15%	16%	13%	8%	15%	8%	13%
...Plutôt opposé	9%	9%	8%	7%	8%	7%	5%	7%	9%	13%	8%	5%	12%	5%	10%
...Tout à fait opposé	3%	4%	3%	2%	2%	2%	3%	3%	6%	3%	5%	3%	3%	3%	3%

opinionway'

PARIS • BORDEAUX • VARSOVIE • CASABLANCA • ABIDJAN

Fondé en 2000 sur cette idée radicalement innovante pour l'époque, OpinionWay a été précurseur dans le renouvellement des pratiques de la profession des études marketing et d'opinion.

Forte d'une croissance continue depuis sa création, l'entreprise n'a eu de cesse de s'ouvrir vers de nouveaux horizons pour mieux adresser toutes les problématiques marketing et sociétales, en intégrant à ses méthodologies le Social Média Intelligence, l'exploitation de la smart data, les dynamiques créatives de co-construction, les approches communautaires et le storytelling.

Aujourd'hui OpinionWay poursuit sa dynamique de croissance en s'implantant géographiquement sur des zones à fort potentiel que sont l'Europe de l'Est et l'Afrique.

Enable today, shape tomorrow

C'est la mission qui anime les collaborateurs d'OpinionWay et qui fonde la relation qu'ils tissent avec leurs clients.

Le plaisir ressenti à apporter les réponses aux questions qu'ils se posent, à réduire l'incertitude sur les décisions à prendre, à tracker les insights pertinents et à co-construire les solutions d'avenir, nourrit tous les projets sur lesquels ils interviennent.

Cet enthousiasme associé à un véritable goût pour l'innovation et la transmission expliquent que nos clients expriment une haute satisfaction après chaque collaboration – 8,9/10, et un fort taux de recommandation – 3,88/4.

Le plaisir, l'engagement et la stimulation intellectuelle sont les trois mantras de nos interventions.

ESOMAR²⁵
Corporate



Restons connectés !



Recevez chaque semaine nos derniers résultats d'études dans votre boîte mail en vous abonnant à notre newsletter !

Je m'abonne

Vos contacts OpinionWay

Eléonore Quarre

Responsable des études Société
Pôle opinion

Tel: 01 81 81 83 00
equarre@opinion-way.com

Léa Boutonnet

Chargée d'études confirmée
Pôle opinion

lboutonnet@opinion-way.com