



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

10.03.2021

**Aurélie CROUZET**  
Directrice de Pôle Consumer & Retail  
[aurelie.crouzet@ifop.com](mailto:aurelie.crouzet@ifop.com)

**Laura CRAVEUR**  
Directrice d'études Consumer & Retail  
[laura.craveur@ifop.com](mailto:laura.craveur@ifop.com)

**Morgane TAYEAU**  
Chargée d'études Consumer & Retail  
[Morgane.tayeau@ifop.com](mailto:Morgane.tayeau@ifop.com)





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<sup>er</sup> confinement : du 17 mars au 10 mai 2020*

*2<sup>nd</sup> confinement : du 30 octobre au 15 décembre 2020*

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

*A l'annonce du 1<sup>er</sup> 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.*

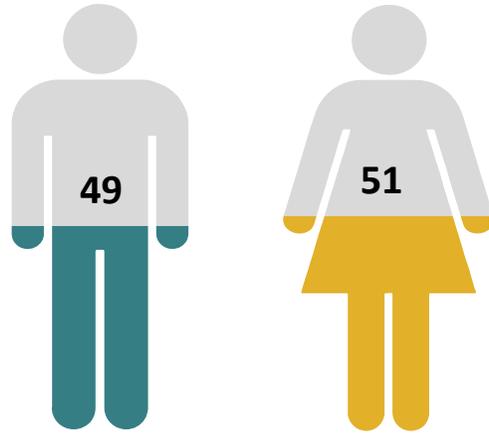
*De fait, nous savons maintenant que cette crise a été un temps de réflexion sur son alimentation. Nous verrons d'ailleurs dans ce rapport que la consommation de viande a notamment été réfléchie pour certaines cibles !*

## ECHANTILLONNAGE

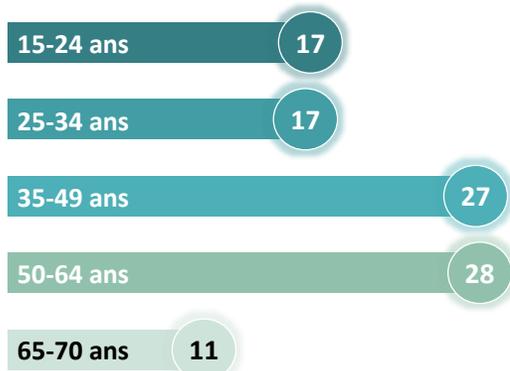
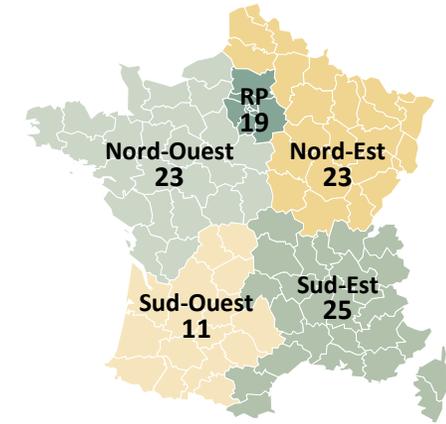
- Interrogation d'un échantillon de **15 001 personnes**
  - Agées de **15 à 70 ans**
  - Représentatives de la **population française**
- **Des quotas ont été fixés sur :**
- **Sexe**
  - **Age en 4 tranches** (15-24 / 25-34 / 25-49 / 50-70)
  - **Région en UDA 5**
  - **Taille d'agglomération en 5 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

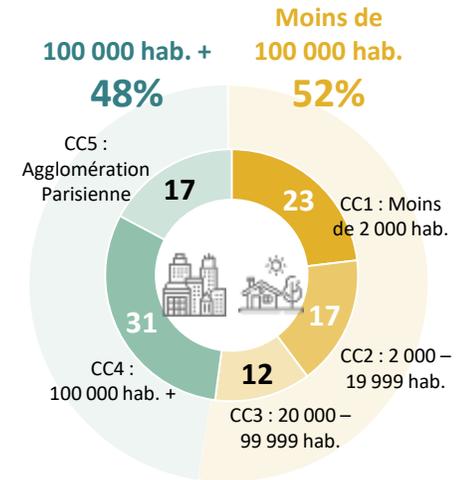
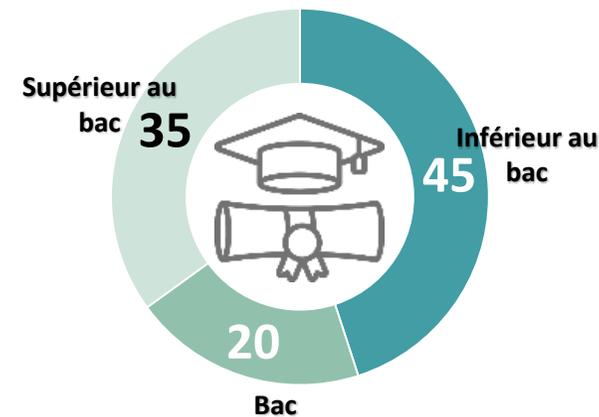
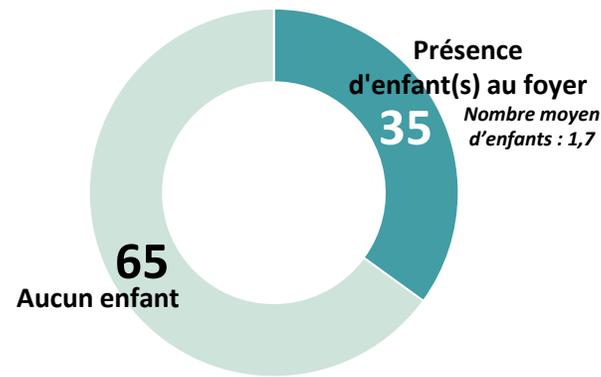
Base : Ensemble



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

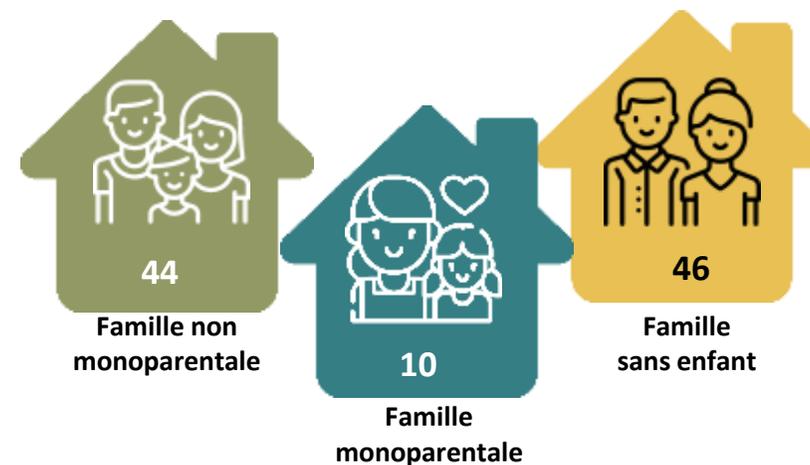
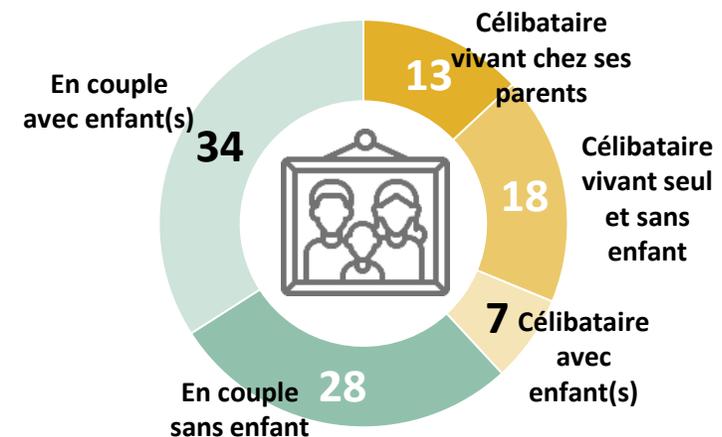
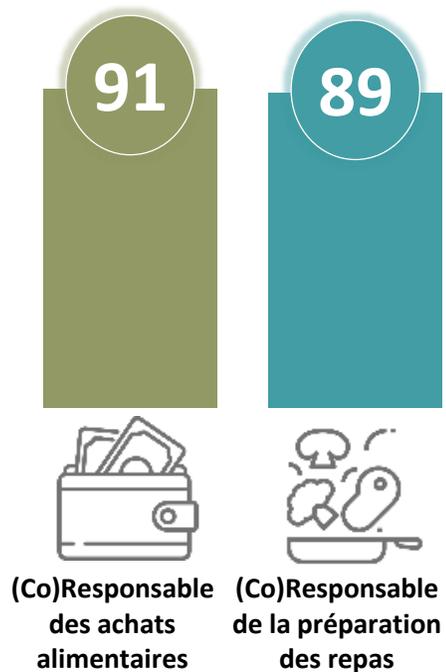
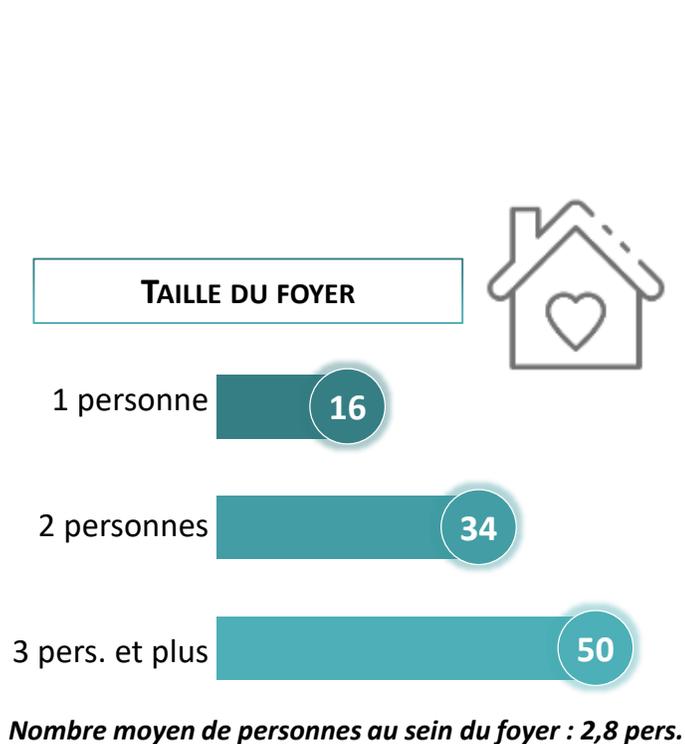


Age moyen : 43,2 ans



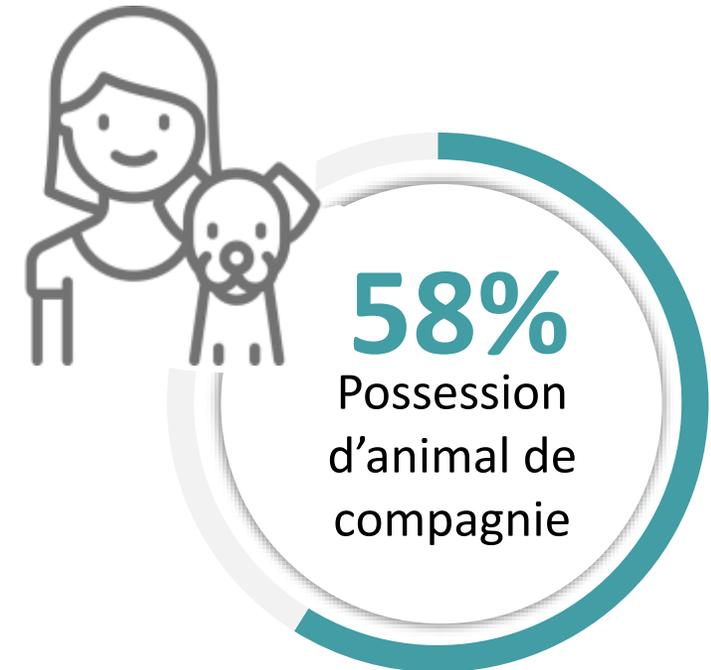
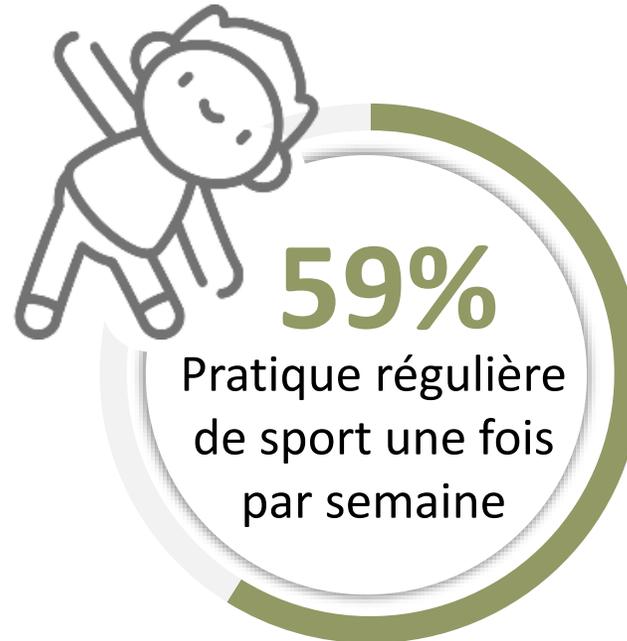
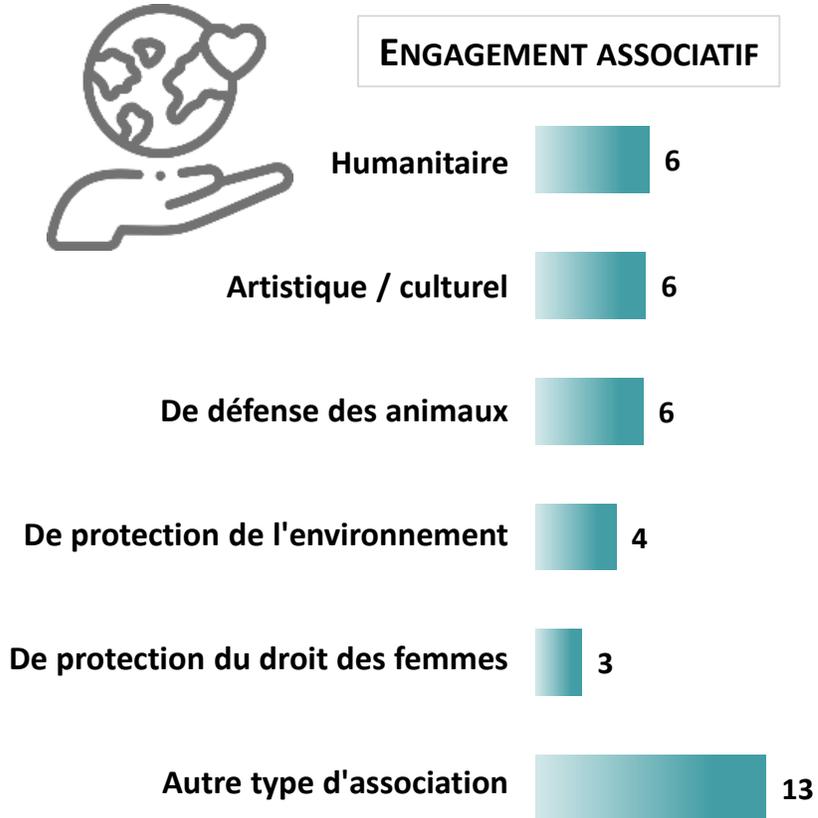
# PROFIL DE L'ÉCHANTILLON INTERROGÉ – INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES (1/2)

Base : Ensemble



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 :

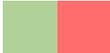
## Écarts entre régimes principaux

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)
<b>Sexe</b>					
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



FranceAgriMer

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

ifop

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

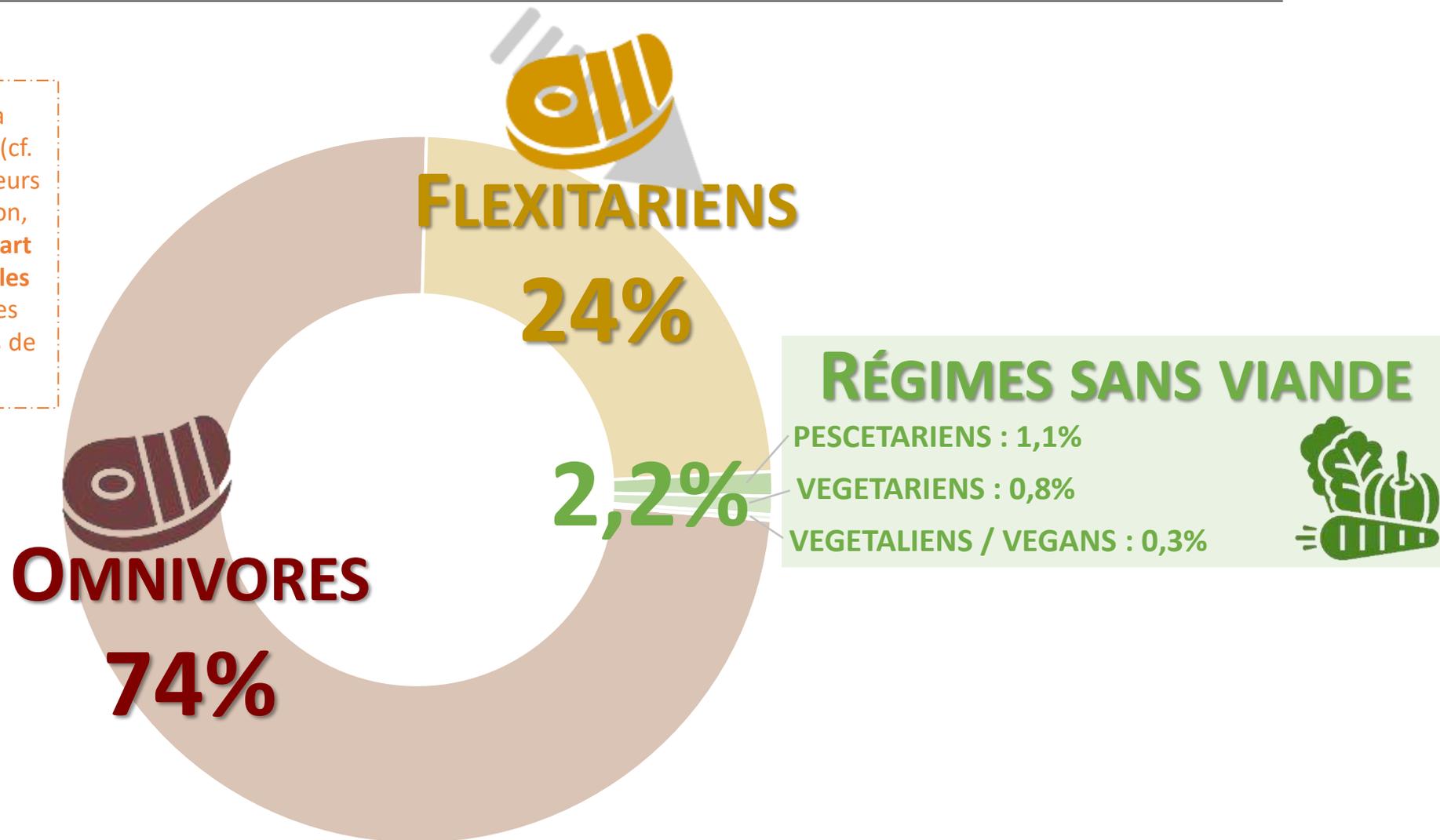
Je ne mange aucun produit d'origine animale (ni viande, ni poisson / fruits de mer, ni œuf, ni produit laitier, ni miel)

# 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

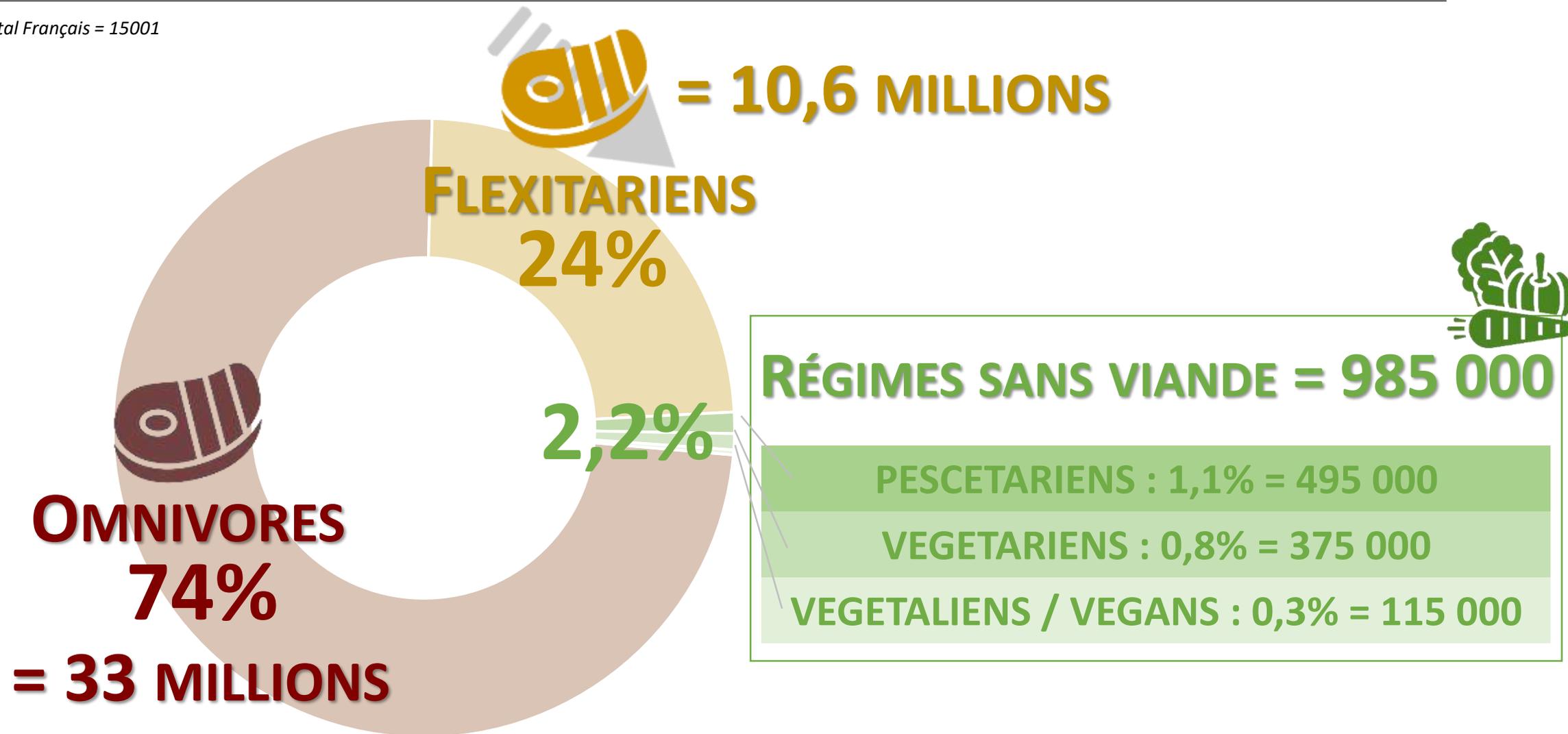
Le questionnaire IFOP, qui expose la définition précise de chacun des régimes (cf. page précédente) et qui faite suite à plusieurs questions sur le détail de leur alimentation, induit une réflexion plus poussée de la part des interviewés, ce qui permet d'affiner les taux généralement affichés dans d'autres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



# AU FINAL CELA CORRESPOND À COMBIEN DE FRANÇAIS\*?

RÉGIME DÉCLARÉ (SUR BASE D'UNE DÉFINITION)

Base : Total Français = 15001



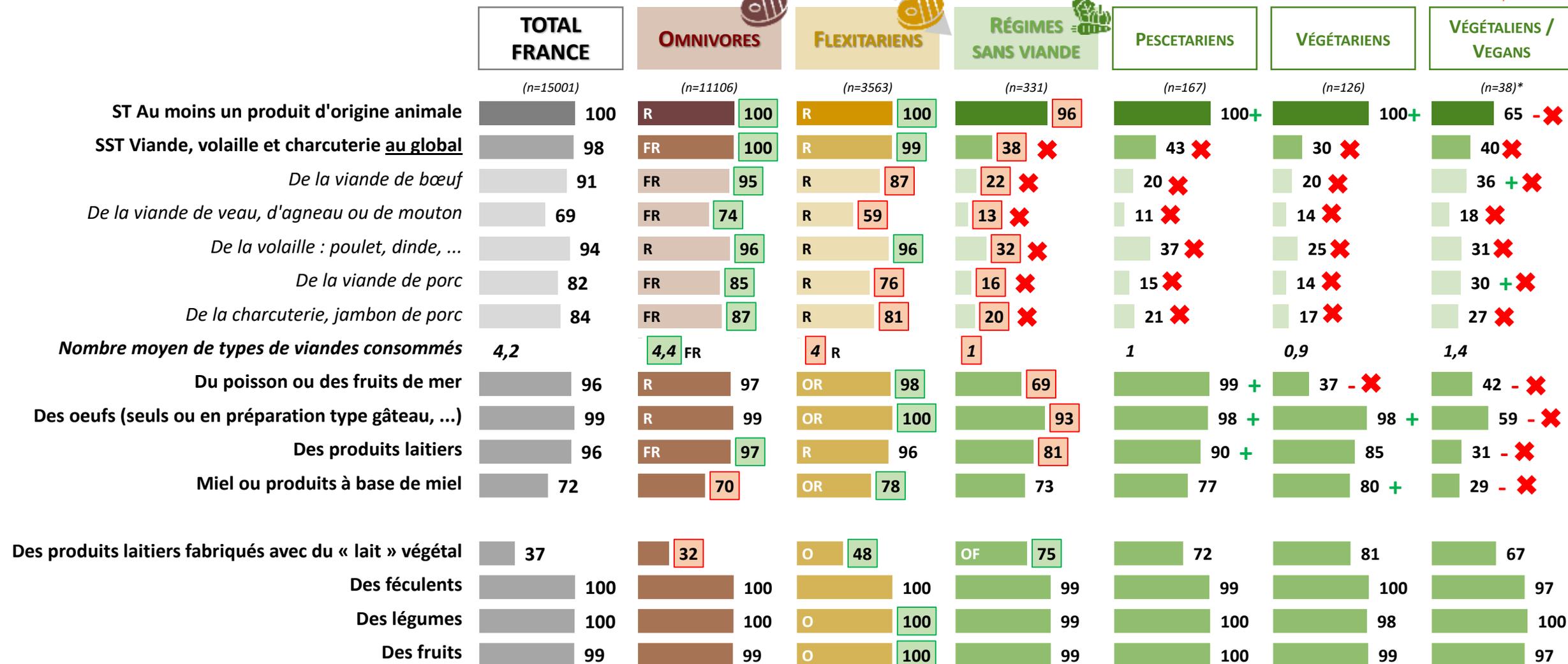
\* Ramené à la population 15-70 ans de 44 578 963 individus (source INSEE 2020)

# 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

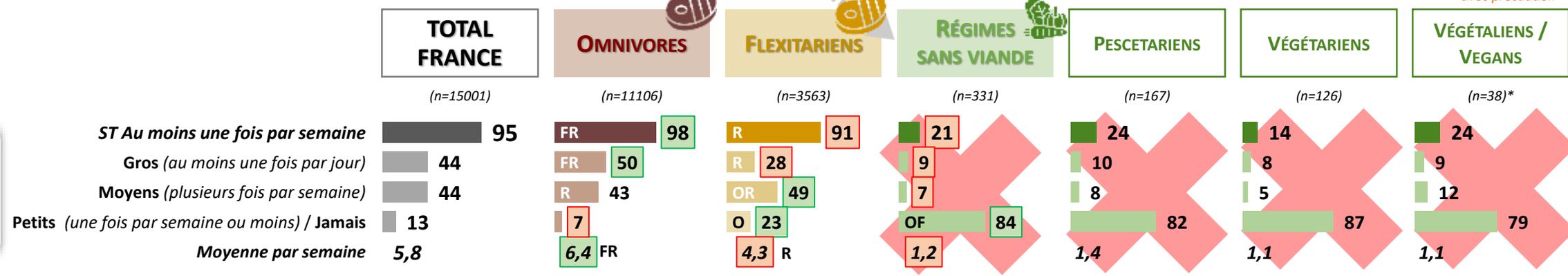
Des nouvelles habitudes qui prennent sans doute du temps, même si la volonté d'y arriver est là. Pour preuve quel que soit le type de régime, des entorses existent.



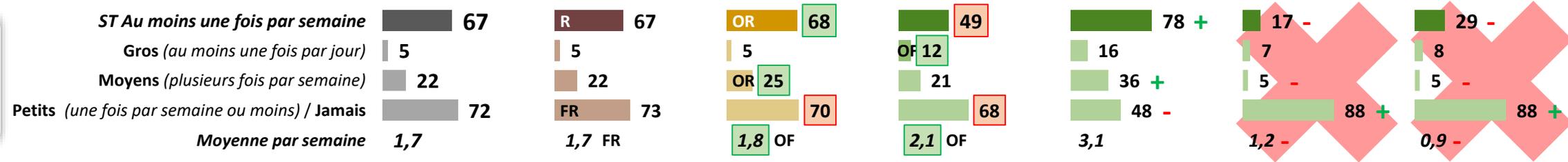
Base : Total Français = 15001

⚠ Base très faible  
Résultats pour information à lire avec précaution

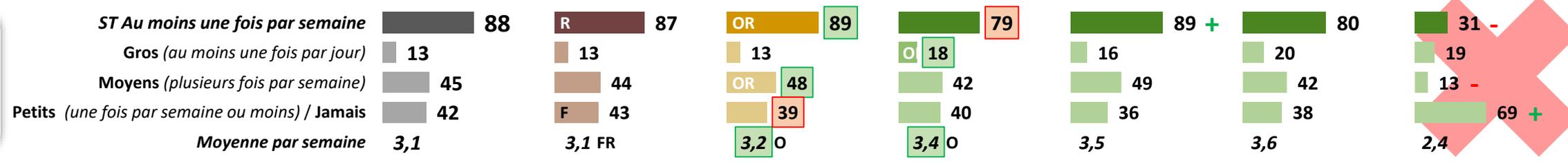
SST Viande, volaille et charcuterie **au global**



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)

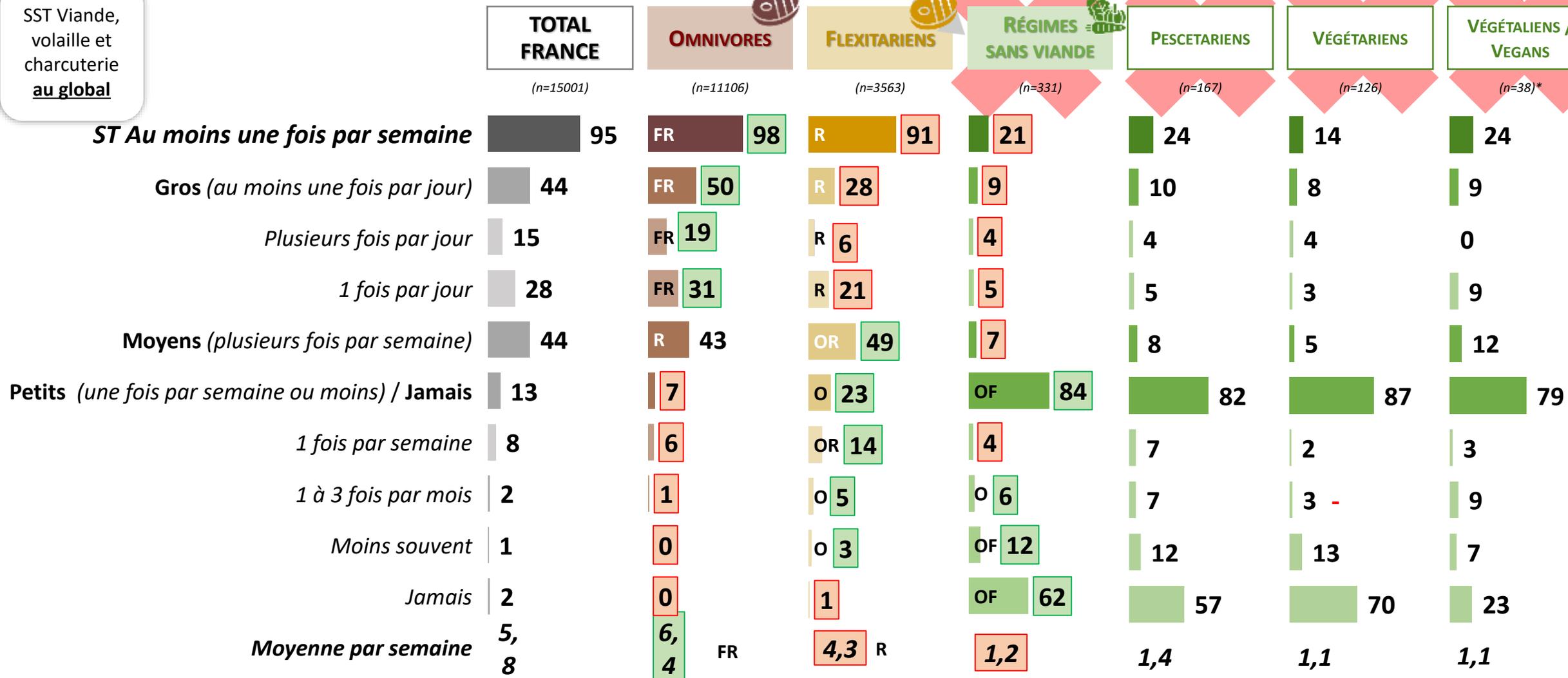
❌ Aliment interdit dans le régime  
 □ Significativement inférieur à 90% au total  
 □ Significativement supérieur à 90% au total

# FRÉQUENCE DE CONSOMMATION DES PRODUITS D'ORIGINE ANIMALE



Base : Total Français = 15001

SST Viande, volaille et charcuterie au global



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)

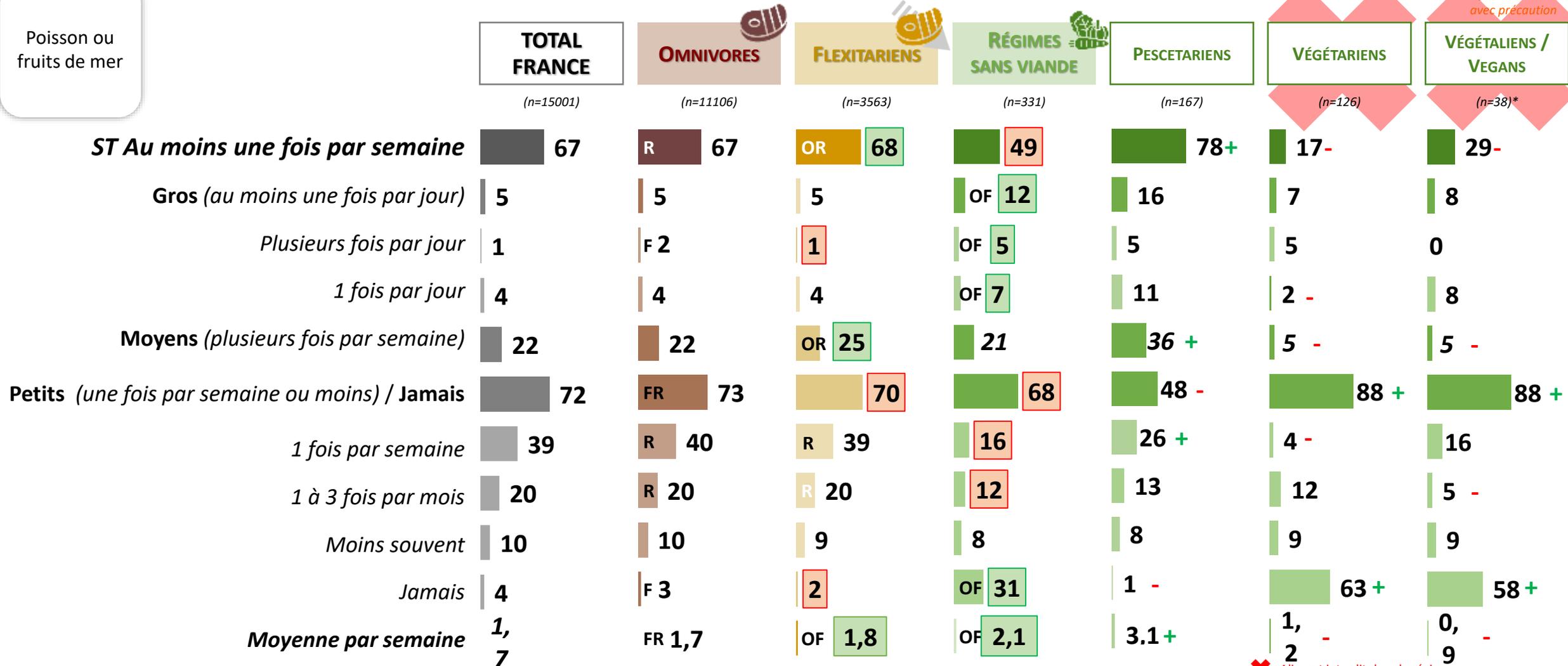
✗ Aliment interdit dans le régime  
 □ Significativement inférieur à 90% au total  
 □ Significativement supérieur à 90% au total

# FRÉQUENCE DE CONSOMMATION DES PRODUITS D'ORIGINE ANIMALE



Base : Total Français = 15001

Poisson ou fruits de mer



Base très faible  
Résultats pour information à lire avec précaution

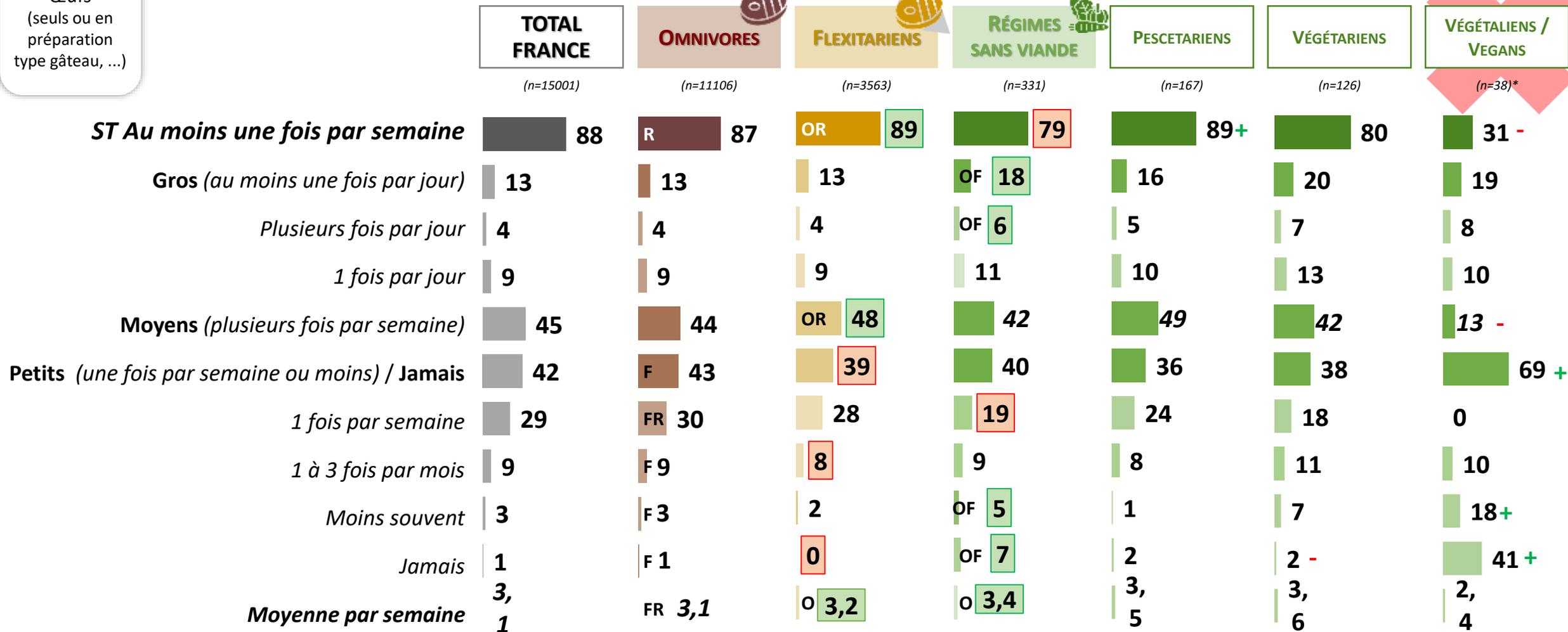
Q1. Vous allez voir apparaître ci-dessous différents types de produits. Pour chacun d'eux, vous indiquerez à quelle fréquence vous les consommez. Merci de prendre en compte aussi bien les repas pris à votre domicile que ceux pris hors de chez vous, que ce soit en semaine ou pendant le week-end. (Plusieurs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

# FRÉQUENCE DE CONSOMMATION DES PRODUITS D'ORIGINE ANIMALE

Base : Total Français = 15001

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



Base très faible  
Résultats pour  
information à lire  
avec précaution

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)

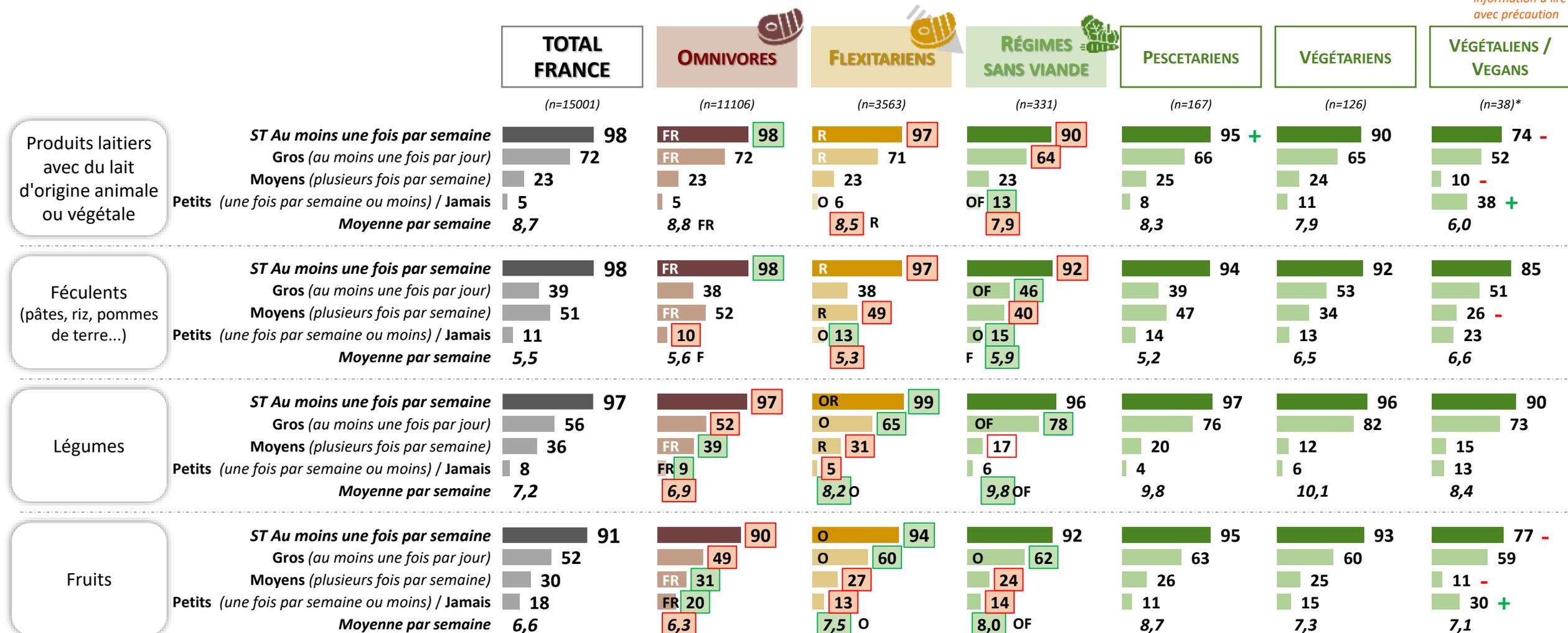
✗ Aliment interdit dans le régime  
  Significativement inférieur à 90% au total  
  Significativement supérieur à 90% au total

# FRÉQUENCE DE CONSOMMATION DES AUTRES PRODUITS

Logiquement le fait de moins ou de ne pas manger de viande conduit à consommer des fruits et légumes (et féculents dans une moindre mesure auprès des régimes sans viande) plus souvent que le reste de la population française.

Base : Total Français = 15001

⚠ Base très faible  
Résultats pour information à lire avec précaution



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

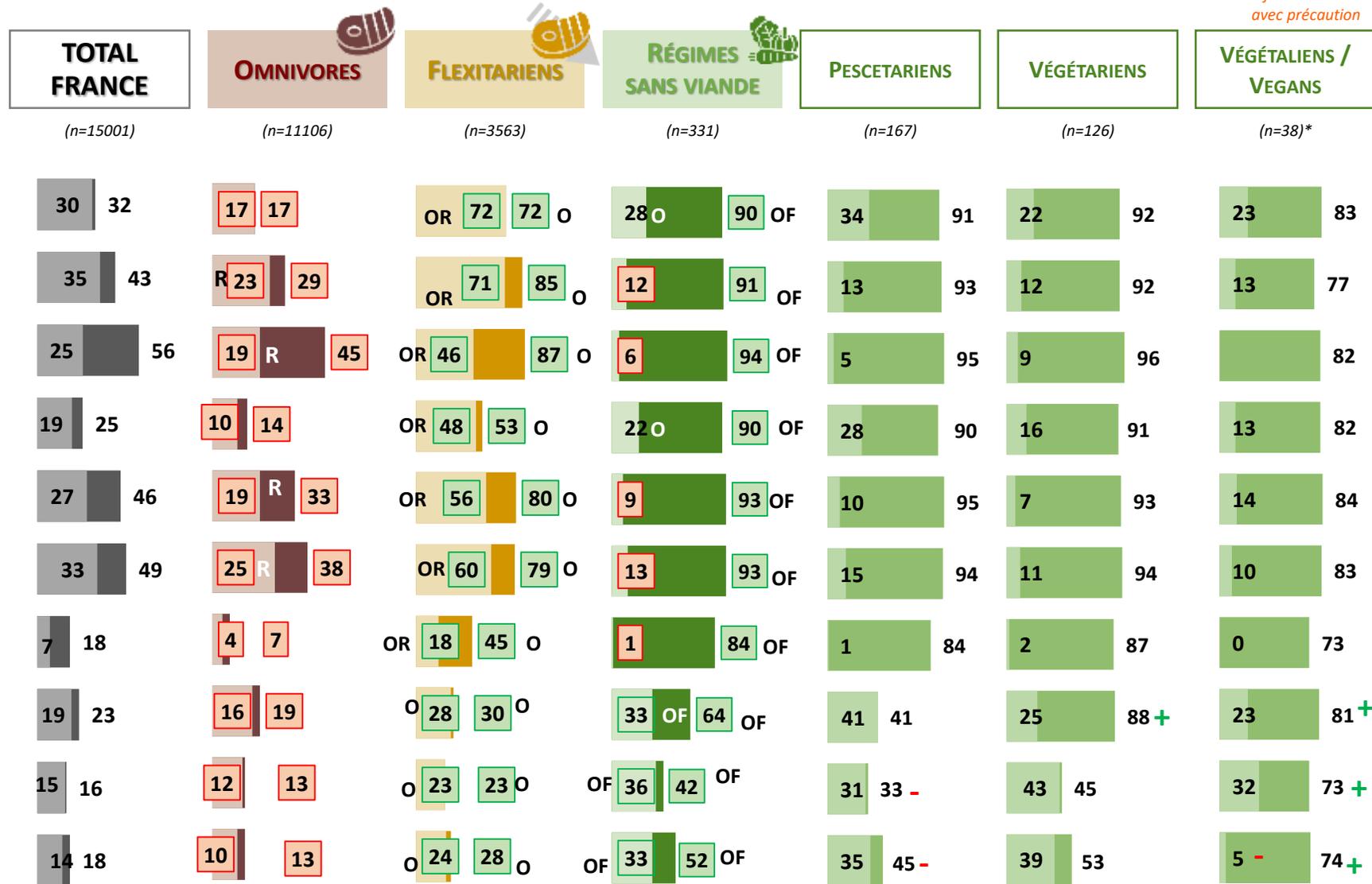
1/4 de ceux qui se déclarent flexitariens disent ne pas limiter la viande et la volaille en général. Moins de 20% d'entre eux limitent en définitive toutes les viandes. L'enjeu pour eux est surtout sur la réduction de la viande de bœuf suivi de la charcuterie et de la viande de porc. En parallèle 17%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

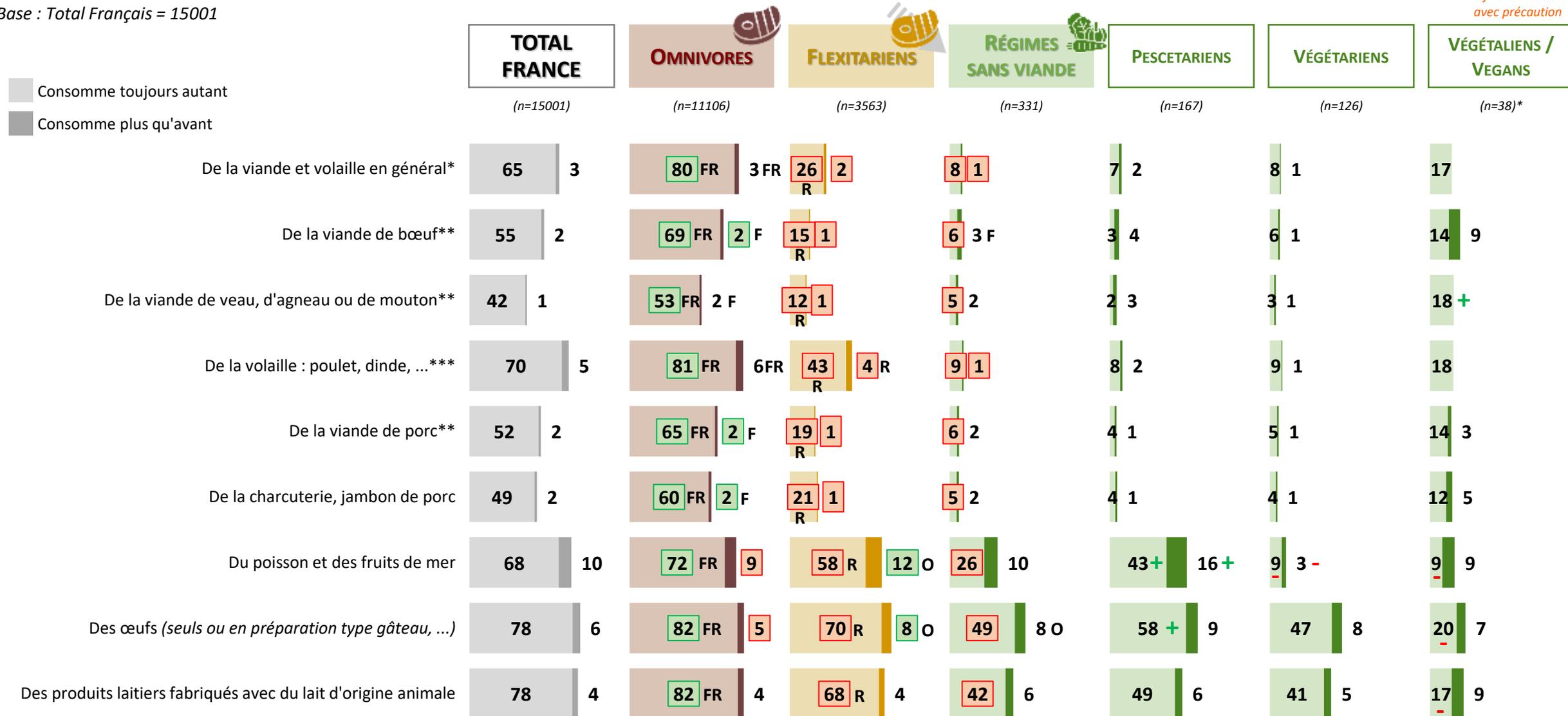
(J'en limite ma consommation / J'en mange toujours autant / J'en mange plus qu'avant)

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

# PRODUITS DONT LA CONSOMMATION N'EST PAS LIMITÉE

En définitive peu de modifications sur les fréquences de consommation des produits d'origine animale, mettant en évidence une faible tendance à la compensation d'une protéine animale par une autre. Chez les flexitariens, la volaille est le type de viande le plus conservé (43% la conserve et 48% la limite).

Base : Total Français = 15001



\* 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**

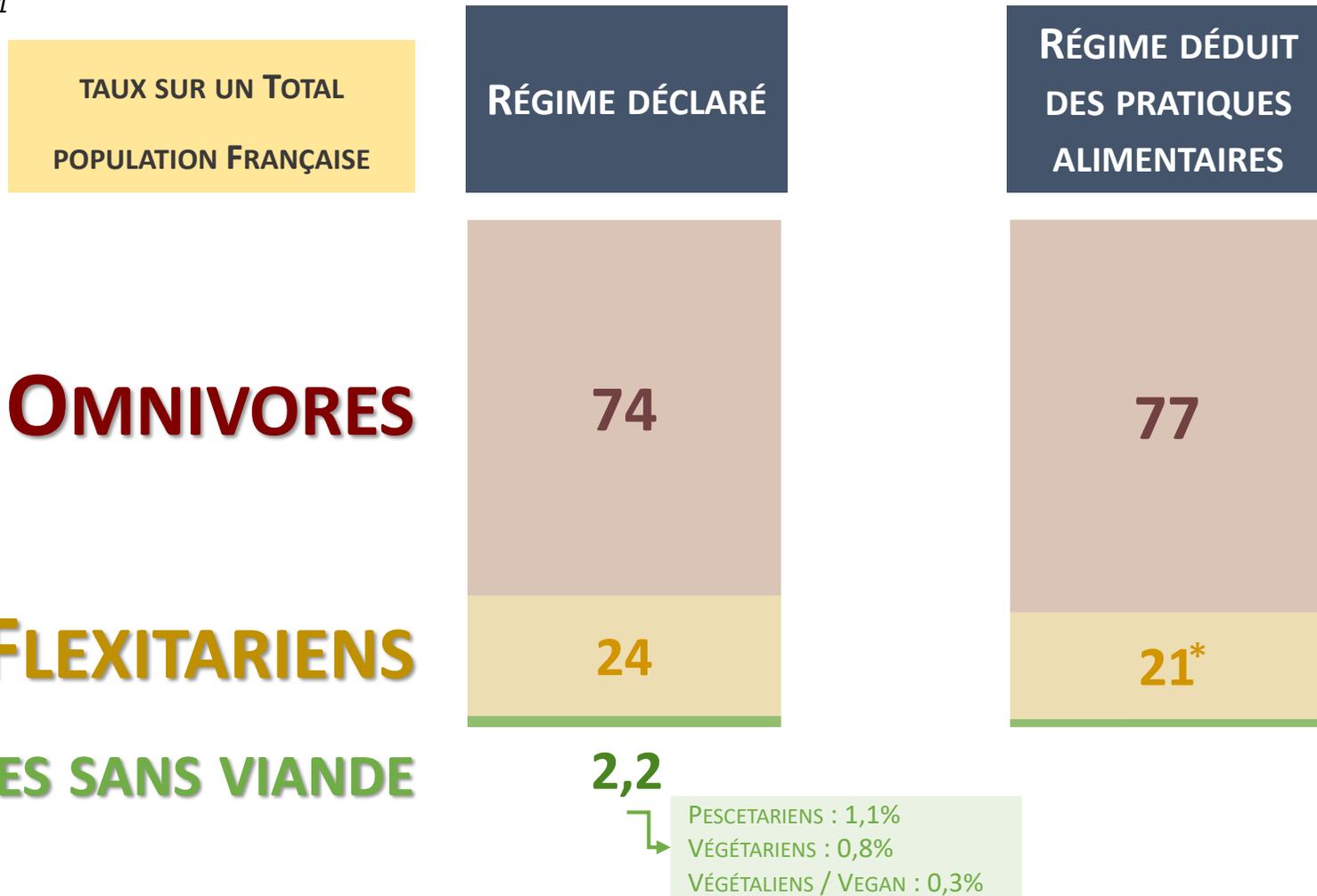
**- LEURS PRATIQUES ALIMENTAIRES ?**

# 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

TAUX SUR UN TOTAL  
POPULATION FRANÇAISE

OMNIVORES 

RÉGIMES  
DÉCLARÉS

FLEXITARIENS 

RÉGIMES  
SANS VIANDE 

Pescetariens

Végétariens

Végétaliens / Vegans

<b>TOTAL DECLARATIF</b>	<b>74</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>2,2</b>	<b>1,1</b>	<b>0,8</b>	<b>0,3</b>
<b>PRATIQUES = DECLARATIF</b>	66	15	13	1,4	0,6	0,5	0,1
<b>PRATIQUES ≠ DECLARATIF</b>	8	11	11	0,8	0,5	0,3	0,2
<b>TOTAL PRATIQUES*</b>	77	23	21	1,6	0,9	0,6	0,1

\*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

TAUX SUR UN TOTAL POPULATION FRANÇAISE	DÉCLARATIF						
	OMNIVORES	RÉGIMES DÉCLARÉS	FLEXITARIENS	RÉGIMES SANS VIANDE	Pescetariens	Végétariens	Végétaliens / Vegans
PRATIQUES = DECLARATIF	66	15	13	1,4	0,6	0,5	0,1
PRATIQUES ≠ DECLARATIF	8	11	11	0,8	0,5	0,3	0,2

DANS LES PRATIQUES ALIMENTAIRES	OMNIVORES	CORRESPOND A UN RÉGIME						
		OMNIVORES	FLEXITARIENS	RÉGIMES SANS VIANDE	PESCETARIENS	VÉGÉTARIENS	VÉGÉTALIENS / VEGANS	
	66 DFR	11 R	11 R	0,3	0,2	0,1	0	
	8 R	15 FRO	13 OR	2	1	0,7	0,2 -	} 0,8%
	8 R	13 RO	13 OR	0,5	0,3	0,1	0,1	
	0,1	2 FRO	0,1	1,4 O	0,6	0,6	0,2	
	0	0,8 FO	0,1 O	0,7 O	0,6	0,1	0 -	
	0	0,6 FO	0,1 O	0,5 O	0 -	0,5	0 -	
	0	0,1 F	0	0,1	0	0	0,1	

***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)

#CONSCIENCE ET ACCEPTATION PLUS FACILE DE FAIRE DES ECARTS

#FAIM

Pratiques incohérentes sur la viande

38%

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

***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.

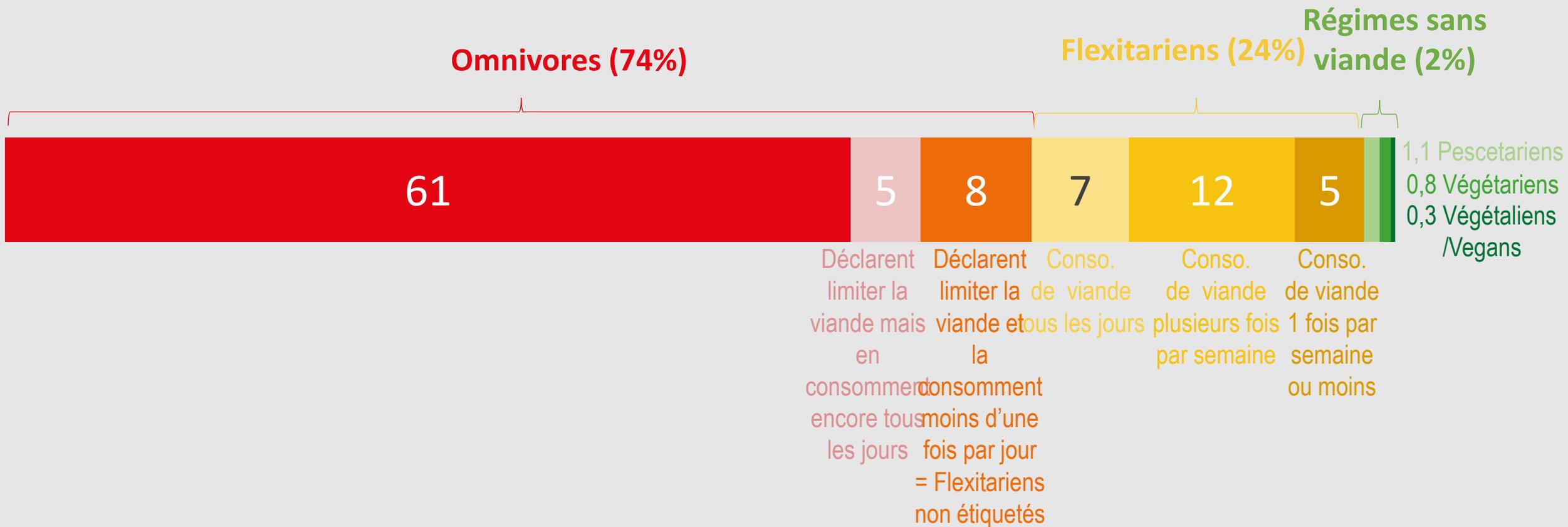
Le déclaratif correspond donc à ce dont **L'INDIVIDU EST CONVAINCU D'ÊTRE** mais...

... 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.

# RÉCAPITULATIF DES CIBLES QUI SERONT ÉTUDIÉES :

<b>OMNIVORES</b> 	Ensemble des interviewés ayant déclaré être omnivores
<b>FLEXITARIENS NON-ETIQUETÉS</b> 	Les omnivores déclarés ayant une alimentation correspondant au flexitarisme
<b>FLEXITARIENS</b> 	Ensemble des interviewés ayant déclaré être flexitariens
<i>Flexitariens modérés</i>	<i>Flexitariens déclarés consommant beaucoup de viande (au moins une fois par jour)</i> <b>Cible qui se retrouve majoritairement chez les incohérents</b>
<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>
<b>REGIMES SANS VIANDE</b> 	Ensemble des interviewés ayant déclaré suivre un des trois régime sans viande
<i>Pescetariens</i>	<i>Ensemble des interviewés ayant déclaré être pescetariens</i>
<i>Végétariens</i>	<i>Ensemble des interviewés ayant déclaré être végétariens</i>
<i>Végétaliens / Vegans</i>	<i>Ensemble des interviewés ayant déclaré être végétaliens / vegans</i>



Les rapprochements entre les « Flexitariens marqués » et l'ensemble des régimes sans viande seront signalés par des flèches telles que :

-  Une équivalence significative statistiquement
-  Une tendance



FranceAgriMer

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

ifop

2.

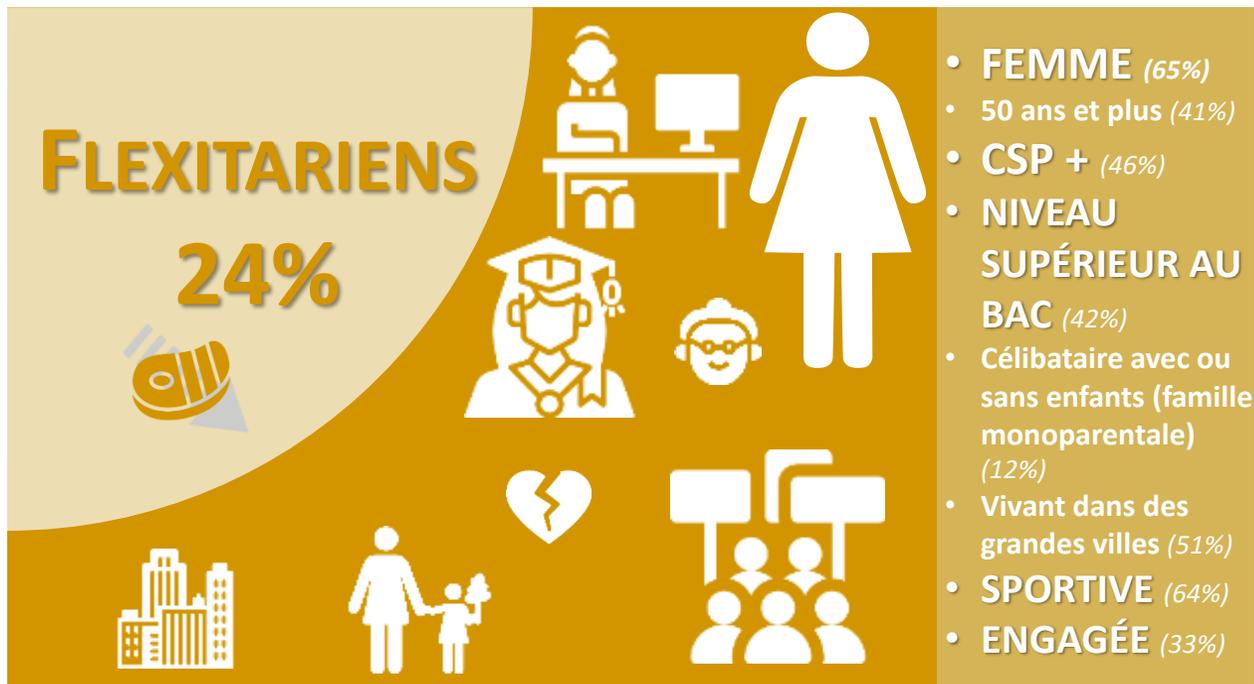
QUEL PROFIL ONT-ILS ?

Afin de simplifier la visualisation des informations, des slides récapitulatives ont été créées.

## Variation de typologie

Un jeu de **majuscules** et **minuscules** a été mis en place afin de mettre en avant les éléments clés d'une cible tout en apportant le maximum d'informations.

- En **MAJUSCULE** : les informations qui caractérisent et différencient le plus la cible des autres types de régime mais aussi de la population française dans sa globalité
- En **minuscule** : les éléments qui décrivent la cible mais de manière moins appuyée



Exemple

*Comment lire cet encart ?*

*Les flexitariens sont une population où les **femmes**, les **CSP+**, les personnes ayant un niveau d'éducation **supérieure au bac**, les **sportifs** et individus **engagés dans des associations** sont **surreprésentés** vs. la population nationale mais aussi vs. les autres régimes.*

*La proportion de **cinquantenaires ou plus**, de **célibataires avec ou sans enfant** et d'**habitants de grandes villes** y est également **un peu plus importante** par rapport au reste de la France.*

- 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%)

# QUI SONT-ILS ?

Le genre ainsi que l'âge vont être des facteurs différenciants entre les régimes. Les femmes auront plus tendance à se déclarer flexitarienne ou en régime sans viande, tandis que les séniors sont fortement représentés chez les flexitariens non-étiquetés. Le cadre de vie sera aussi impactant, les omnivores étant moins citadins que les autres.

Base : Ensemble

	TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	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)
<b>Sexe</b>											
Un homme	49	54 NFR	48 FR	35	31 -	37 +	34	33	26 -	35	59 +
Une femme	51	46	52 O	65 ON	69 +	63 -	66	67 ON	74 +	65	41 -
<b>Age</b>											
ST 15-34 ans	34	35 NF	25	32 N	41 +	30 -	27 -	41 ONF	33 -	47	61 +
15-24 ans	17	18 NF	13	15 N	18 +	15	13 -	23 ONF	19	27	27
25-34 ans	17	17 N	11	17 N	23 +	15 -	14 -	19 N	14	20	34 +
35-49 ans	27	27 N	22	27 N	27	28	25	25	22	33	13 -
ST 50-70 ans	38	38 R	53 OFR	41 OR	32 -	42	48 +	33	45 +	20 -	26
50-64 ans	28	27	36 OFR	30 OR	24 -	31	37 +	24	31	17 -	18
65-70 ans	11	11	18 OFR	10	8 -	11	11	9	14	3 -	8
Age moyen	43 ans	43 ans R	48 ans OFR	44 ans OR	41 ans -	45 ans	46 ans +	41 ans	44 ans +	38 ans -	37 ans
<b>Région</b>											
Région Parisienne	19	18	20	21 O	20	21	22	25 ON	26	23	23
ST Province	81	82 FR	80 R	79	80	79	78	75	74	77	77
Nord-Est	23	23 F	22	20	22	21	17 -	22	20	23	24
Nord-Ouest	23	23 NFR	21	21	24 +	20	21	20	20	21	14
Sud-Ouest	11	11	9	12 N	12	11	12	11	8	12	20
Sud Est	25	24	28 OR	26 O	23 -	26	28	23	26	20	19
<b>Taille d'agglomération</b>											
ST Moins de 100 000 habitants	52	53 NFR	47	49 R	55 +	48	47	44	44	44	45
CC1 : Moins de 2 000 habitants	23	24 NFR	21 R	21 R	25 +	20	17 -	16	17	13	17
CC2 : 2 000 – 19 999 habitants	17	17 N	15	16	17	15	16	17	15	19	17
CC3 : 20 000 – 99 999 habitants	12	12	11	13 N	13	13	13	12	12	12	12
ST 100 000 habitants et plus	48	47	53 O	51 O	45 -	52	53	56 OF	56	56	55
CC4 : 100 000 habitants et plus	31	30	35 OF	32 O	29 -	33	33	32	32	33	33
CC5 : Agglomération Parisienne	17	17	18	19 O	16 -	19	20	24 ONF	25	23	21



Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# QUI SONT-ILS ?

La CSP mais aussi le niveau d'éducation scolaire sont autant de facteurs différenciants d'un régime à l'autre. On constate une sur-représentation des travailleurs manuels (ouvriers, agriculteurs) chez les omnivores et les retraités sont majoritaires au sein des flexitariens non-étiquetés tandis que les personnes se déclarant d'un régime sont davantage éduquées et CSP+.



Base : Ensemble

	TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	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)
<b>CSP Chef de foyer</b>											
<b>CSP+</b>	<b>41</b>	<b>39 N</b>	<b>37</b>	<b>46 ON</b>	46	48	41 -	<b>47 ON</b>	48	47	41
Agriculteur	2	2 NFR	1	1	1	1	1	1	0	3	0
Artisan, commerçant, chef d'entreprise	7	6	6	7 ON	8	7	7	8	6	10	11
Profession libérale, cadre et profession intellectuelle supérieure	15	14	15	19 ON	16 -	21	19	19 O	23	14	16
Profession intermédiaire, technicien, contremaître, agent de maîtrise	17	17 N	15	18 ON	20	18	14 -	19 N	19	21	14
<b>CSP-</b>	<b>33</b>	<b>35 NFR</b>	<b>27</b>	<b>29 N</b>	34 +	27	28	<b>29</b>	26	30	42
Employé	15	15	15	15	17	14	15	16	13	18	16
Ouvrier	18	20 NFR	12	14 N	16 +	13	13	14	13	12	26 +
<b>Inactifs</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>37 OFR</b>	<b>25</b>	20 -	25	31 +	<b>24</b>	26	23	16
Retraité	20	20	31 OFR	19	15 -	20	23 +	17	21	12	15
Autre inactif (élève, étudiant)	6	6	6	6	5	6	8	7	5	10	2 -
<b>Niveau de diplôme</b>											
ST Inférieur au bac	45	47 FR	45 FR	39	43 +	35 -	41	34	34	36	30
ST Bac	20	20 N	17	20 N	20	20	18	21	21	19	28
ST Supérieur au bac	35	33	37 O	42 ON	37 -	45 +	40	45 ON	45	45	42



Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution



Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# QUI SONT-ILS ?

La structure du foyer a une grande influence et ce, que ce soit au niveau de la situation amoureuse que de la présence d'enfant(s). On comprend donc déjà que la nécessité de faire des compromis sur les menus qui conviennent à tous les membres du foyer peut être un frein à l'adoption d'un régime. A ce titre on remarque que les flexitariens consommant très peu de viande ont un profil de ménage très proche des « régimes sans viande ».

Base : Ensemble

TOTAL France	OMNIVORES	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS	FLEXITARIENS	Flexitariens modérés	Flexitariens moyens	Flexitariens marqués	RÉGIMES SANS VIANDE	Pescetariens	Végétariens	Végétaliens / Vegans
(n=15001)	(n=11106)	(n=1152)	(n=3563)	(n=982)	(n=1764)	(n=817)	(n=331)	(n=167)	(n=126)	(n=38)

## Situation familiale

<b>ST Célibataire</b>	<b>38</b>	<b>37</b>	<b>40 O</b>	<b>40 O</b>	<b>35 -</b>	<b>39</b>	<b>48 +</b>	<b>55 ONF</b>	<b>52</b>	<b>57</b>	<b>59</b>
Célibataire vivant chez ses parents	<b>13</b>	<b>14 NF</b>		<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>9 -</b>	<b>14 F</b>	<b>10</b>	<b>17</b>	<b>20</b>
Célibataire vivant seul et sans enfant	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>23 O</b>	<b>21 O</b>	<b>15 -</b>	<b>19</b>	<b>31 +</b>	<b>32 ONF</b>	<b>32</b>	<b>30</b>	<b>35</b>
Célibataire avec enfant(s)	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>9 ON</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>9 O</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>4</b>
<b>ST En couple</b>	<b>62</b>	<b>63 NFR</b>	<b>60 R</b>	<b>60 R</b>	<b>65 +</b>	<b>61</b>	<b>52 -</b>	<b>45</b>	<b>48</b>	<b>43</b>	<b>41</b>
En couple sans enfant	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>32 OFR</b>	<b>28</b>	<b>25 -</b>	<b>29</b>	<b>29</b>	<b>25</b>	<b>28</b>	<b>24</b>	<b>21</b>
En couple avec enfant(s)	<b>34</b>	<b>35 NFR</b>	<b>28 R</b>	<b>32 NR</b>	<b>40 +</b>	<b>32</b>	<b>24 -</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>20</b>

## Type de famille

Famille non monoparentale	<b>44</b>	<b>46 NFR</b>	<b>36 R</b>	<b>40 NR</b>	<b>49 +</b>	<b>40</b>	<b>29 -</b>	<b>30</b>	<b>29</b>	<b>29</b>	<b>36</b>
Famille monoparentale	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>12 ON</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>13 ON</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>8</b>
Famille sans enfant	<b>46</b>	<b>45</b>	<b>55 OF</b>	<b>48 O</b>	<b>40 -</b>	<b>48</b>	<b>59 +</b>	<b>57 OF</b>	<b>60</b>	<b>54</b>	<b>56</b>

## Taille du foyer

1 personne	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>21 OF</b>	<b>19 O</b>	<b>13 -</b>	<b>17</b>	<b>29 +</b>	<b>28 ONF</b>	<b>30</b>	<b>27</b>	<b>23</b>
2 personnes	<b>34</b>	<b>33</b>	<b>39 OF</b>	<b>36 O</b>	<b>33 -</b>	<b>37</b>	<b>37</b>	<b>34</b>	<b>37</b>	<b>33</b>	<b>24</b>
3 personnes et plus	<b>50</b>	<b>51 NFR</b>	<b>40</b>	<b>46 NR</b>	<b>54 +</b>	<b>46</b>	<b>34 -</b>	<b>38</b>	<b>33</b>	<b>40</b>	<b>53 +</b>
<b>Nombre moyen de personnes au sein du foyer</b>	<b>2,8</b>	<b>2,8 NFR</b>	<b>2,6</b>	<b>2,7 NR</b>	<b>2,9 +</b>	<b>2,7</b>	<b>2,3 -</b>	<b>2,5</b>	<b>2,4</b>	<b>2,5</b>	<b>3,0 +</b>

## Nombre d'enfants (-15 ans) au foyer

Présence d'enfant(s) au foyer	<b>35</b>	<b>36 NFR</b>	<b>26</b>	<b>32 NR</b>	<b>43 +</b>	<b>31</b>	<b>22 -</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>29</b>	<b>33</b>
Aucun enfant	<b>65</b>	<b>64</b>	<b>74 OF</b>	<b>68 O</b>	<b>57 -</b>	<b>69</b>	<b>78 +</b>	<b>73 OF</b>	<b>75</b>	<b>71</b>	<b>67</b>
<b>Nombre moyen d'enfants au sein du foyer</b>	<b>1,7</b>	<b>1,7 F</b>	<b>1,7</b>	<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>1,5</b>	<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>1,5</b>

## (co)Responsable des achats alimentaires du foyer

Oui	<b>91</b>	<b>90</b>	<b>93 O</b>	<b>94 OR</b>	<b>94</b>	<b>93</b>	<b>96 +</b>	<b>91</b>	<b>92</b>	<b>90</b>	<b>88</b>
Non	<b>9</b>	<b>10 NF</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>4 -</b>	<b>9 F</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>12</b>

## (Co)Responsable de la préparation des repas du foyer

Oui	<b>89</b>	<b>88</b>	<b>90 O</b>	<b>93 ON</b>	<b>93</b>	<b>92</b>	<b>94</b>	<b>92 O</b>	<b>94</b>	<b>92</b>	<b>86</b>
Non	<b>11</b>	<b>12 NFR</b>	<b>10 F</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>14</b>

# QUI SONT-ILS ?

Sans surprise, l'adoption d'un régime s'accompagne plus souvent d'un engagement associatif, avec une plus forte tendance à la défense des animaux et la protection de l'environnement chez les « régimes sans viande ». Cependant, la majorité des personnes déclarant un régime n'y appartient pas.



Base : Ensemble

TOTAL France	OMNIVORES	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS	FLEXITARIENS	Flexitariens modérés	Flexitariens moyens	Flexitariens marqués	RÉGIMES SANS VIANDE	Pescetariens	Végétariens	Végétaliens / Vegans
(n=15001)	(n=11106)	(n=1152)	(n=3563)	(n=982)	(n=1764)	(n=817)	(n=331)	(n=167)	(n=126)	(n=38)

## Pratique régulière de sport une fois par semaine

Oui	59	57	61 O	64 O	63	64	64	68 ON	70	66	59
Non	41	43 NFR	39 R	36	37	36	36	32	30	34	41

## Engagement associatif

Fait partie d'au moins une association	28	26	28	33 ON	33	33	33	42 ONF	43	38	47
Humanitaire	6	6	6	8 ON	8	8	10	8 O	7	10	7
Artistique / culturel	6	6	5	7	7	7	5	9 ON	7	9	17
ST Environnement ou Animaux	9	7	8	13 ON	14	12	15	24 ONF	26	19	31
De défense des animaux	6	4	4	9 ON	10	8 -	12 +	18 ONF	22	11 -	24
De protection de l'environnement	4	3	4	7 ON	8	7	7	12 ONF	10	14	17
De protection du droit des femmes	3	2	3	3 O	4	3	4	5 ONF	4	3	19 +
Autre type d'association	13	13	14	13	12	14	11	12	11	14	11
Je ne suis dans aucune association	72	74 FR	72 FR	67 R	67	67	67	58	57	62	53
Nombre moyen d'engagements associatifs	1,4	1,3	1,3	1,4 ON	1,5	1,4	1,5	1,6 ON	1,4	1,6	2,1

## Possession d'animal de compagnie

Oui	58	57 N	53	59 N	64 +	57	55	62 ON	62	64	53
Non	42	43 R	47 OFR	41	36 -	43	45	38	38	36	47



Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution



Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# 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

# 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)
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
Flexitarien	31	18	26 O	73 ONR	71	75	71	38 ON	40	41	21 -
Pescetarien	5	4	5	7 ON	8	6 -	10 +	27 ONF	45 +	5 -	24
Végétarien	6	5	6	8 ON	8	7 -	12 +	28 ONF	13 -	47 +	25
Végétalien / Vegan	4	3	4	4 O	5	3	6	16 ONF	10	13	47 +
Tous les membres du foyer ont le même régime	64	77 NFR	68 FR	27 R	21 -	30 +	29	12	11	13	18
Tous les membres du foyer n'ont pas le même régime	36	23	32 O	73 ON	79 +	70 -	71	88 ONF	89	87	82
<b>Au moins un membre suit le même régime déclaré que ITW</b>	<b>91</b>	<b>98 NFR</b>	<b>96 FR</b>	<b>73 R</b>	<b>71</b>	<b>75</b>	<b>71</b>	<b>46</b>	<b>45</b>	<b>47</b>	<b>47</b>
<b>Nombre moyen de régimes suivis au sein du foyer</b>	<b>1,4</b>	<b>1,3</b>	<b>1,4 O</b>	<b>1,6 ON</b>	<b>1,7 +</b>	<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>1,7 ON</b>	<b>1,7</b>	<b>1,7</b>	<b>1,9</b>

Q6. Parmi les personnes vivant avec vous, il y a-t-il un ou des ...?

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

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

## 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)

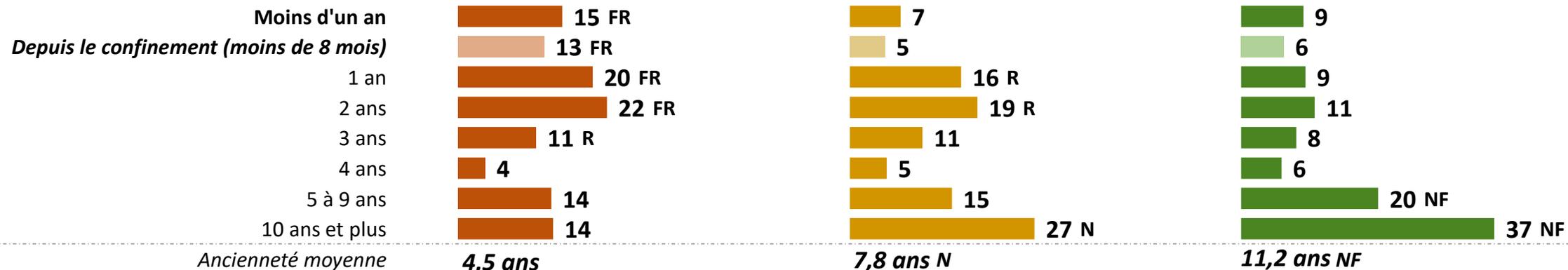
## FLEXITARIENS

(n=3895)

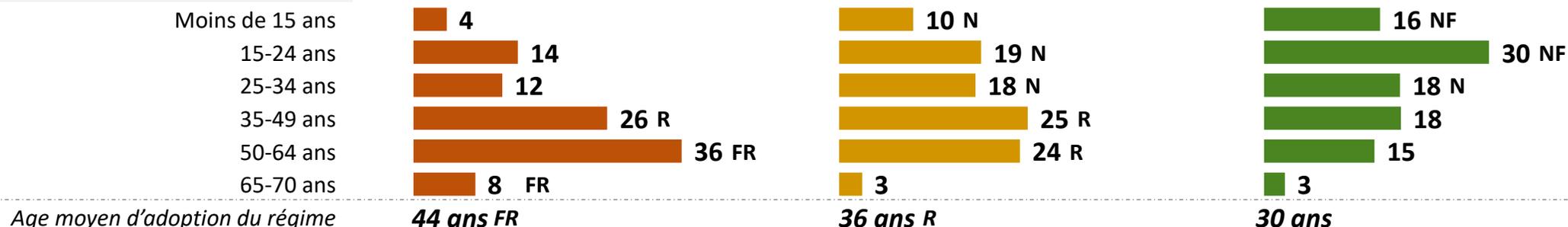
## RÉGIMES SANS VIANDE

(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.

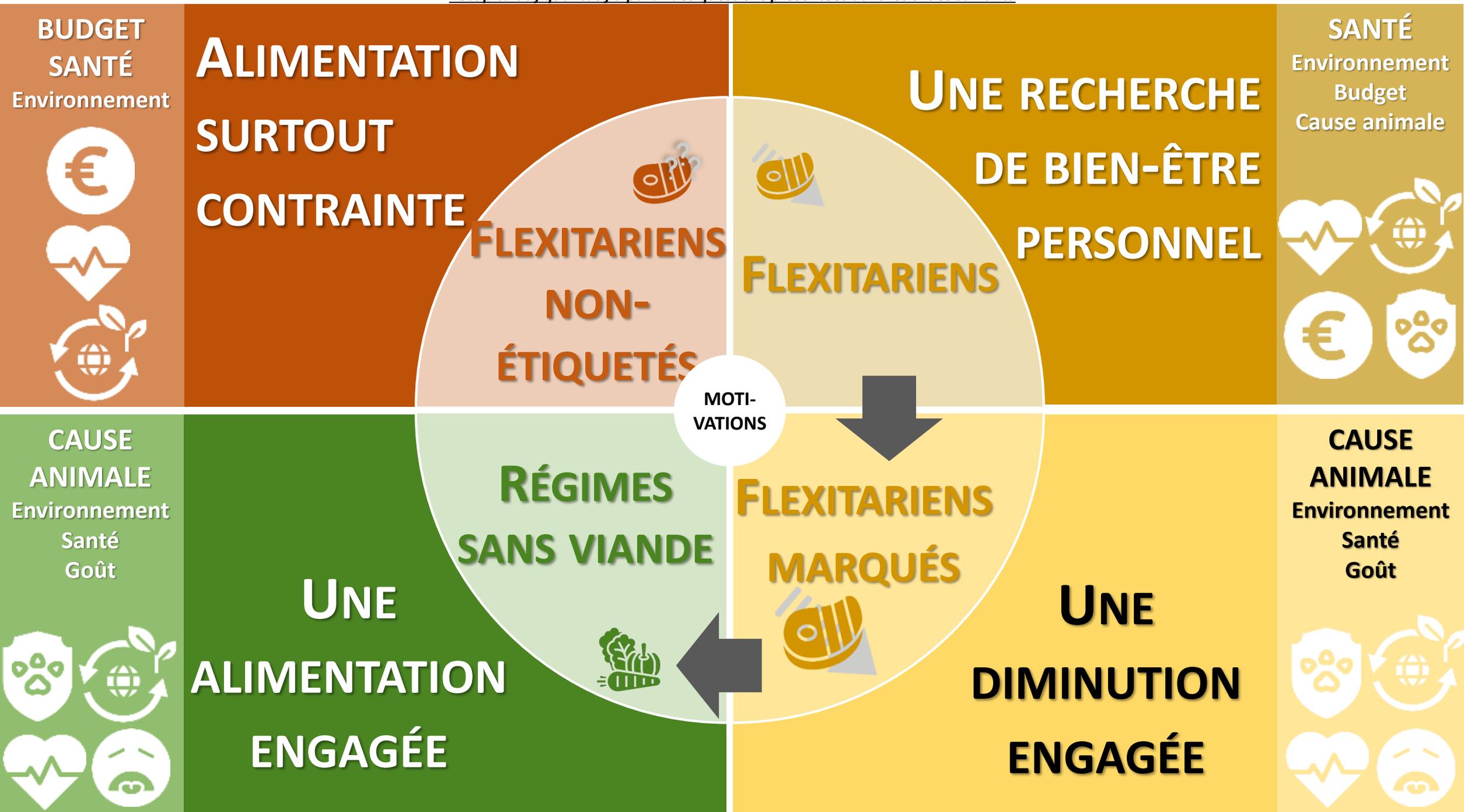
# ANCIENNETÉ & AGE D'ADOPTION DU RÉGIME

Près d'1/3 des flexitariens modérés (consommant encore quotidiennement de la viande) ont adopté ce régime récemment (moins de deux ans), et une partie depuis la crise de la COVID-19. Tandis que les flexitariens les plus exemplaires ont une ancienneté proche des « régimes sans viande ».



Base : A un régime

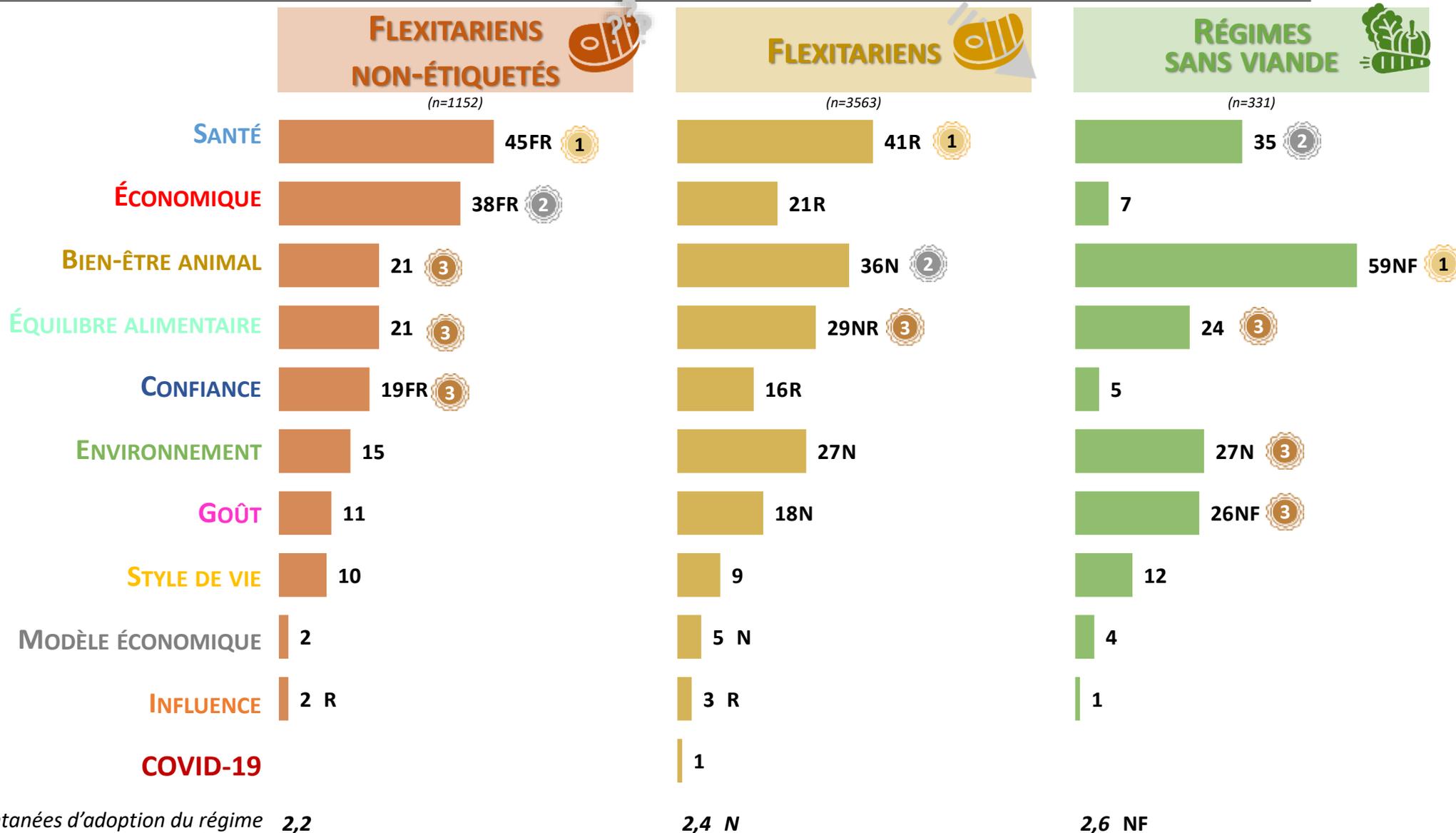
	 FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=1162)	 FLEXITARIENS (n=3563)	Flexitariens modérés (n=982)	Flexitariens moyens (n=1764)	Flexitariens marqués (n=817)	 RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)	Pescetariens (n=167)	Végétariens (n=126)	Végétaliens / Vegans ⚠️ (n=38)
<b>Ancienneté du régime</b>									
Moins d'un an	15 FR	7	10 +	7	5 -	9	8	10	12
Depuis le confinement (moins de 8 mois)	13 FR	5	7 +	5	3 -	6	5	7	7
1 an	20 FR	16 R	19 +	16	12 -	9	9	8	17
2 ans	22 FR	19 R	20	20	15 -	11	10	14	3 -
3 ans	11 R	11	10	10	11	8	5	6	29 +
4 ans	4	5	4 -	6	5	6	6	5	8
5 à 9 ans	14	15	13	15	16	20 NF	22	18	19
10 ans et plus	14	27 N	24 -	25	35 +	37 NF	41	39	13 -
Ancienneté moyenne	4,5 ans	7,8 ans N	6,7 ans -	7,6 ans	9,7 ans +	11,2 ans NF	11,7 ans	12,1 ans	5,6 ans -
<b>Age d'adoption du régime</b>									
Moins de 15 ans	4	10 N	10	9	10	16 NF	14	20	8
15-24 ans	14	19 N	21	19	18	30 NF	25	36	35
25-34 ans	12	18 N	23 +	17	16	18 N	19	16	22
35-49 ans	26 R	25 R	24	26	26	18	19	18	16
50-64 ans	36 FR	24 R	20 -	25	27 +	15	18	11	15
65-70 ans	8 FR	3	2	4	2	3	5	-	3
Age moyen d'adoption du régime	44 ans FR	36 ans R	34 ans -	37 ans +	37 ans	30 ans	33 ans +	26 ans -	31 ans



# RAISONS SPONTANÉES D'ADOPTION DU RÉGIME

Spontanément, chez ces trois populations le bien-être animal joue un rôle plus important dans la déconsommation voir l'arrêt de la viande que la volonté de protection de l'environnement.

Base : A un régime



Q8. Quelles sont toutes les raisons qui font que vous suivez ce régime ?  
Et encore, quelles sont toutes les autres raisons pour lesquels vous suivez ce régime ?

# RAISONS SPONTANÉES D'ADOPTION DU RÉGIME

Base : A un régime

	<b>FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS</b> (n=1152)	<b>FLEXITARIENS</b> (n=3563)	Flexitariens modérés (n=982)	Flexitariens moyens (n=1764)	Flexitariens marqués (n=817)	<b>RÉGIMES SANS VIANDE</b> (n=331)	Pescetariens (n=167)	Végétariens (n=126)	Végétaliens / Vegans (n=38)
<b>SANTÉ</b>	45 FR	41 R	41	43	39 -	35	31	36	48
<b>ÉCONOMIQUE</b>	38 FR	21 R	22	21	18 -	7	6	7	12
<b>BIEN-ÊTRE ANIMAL</b>	21	36 N	32 -	35	43 +	59 NF	56	67	47
<b>ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE</b>	21	29 NR	29	31	28	24	28	15 -	36
<b>CONFIANCE</b>	19 FR	16 R	16	16	15	5	6	4	3
<b>ENVIRONNEMENT</b>	15	27 N	26	30 +	24 -	27 N	20 -	35	35
<b>GOÛT</b>	11	18 N	14 -	17	23 +	26 NF	28	27	10 -
<b>STYLE DE VIE</b>	10	9	8	10	9	12	10	12	16
<b>MODÈLE ÉCONOMIQUE</b>	2	5 N	6	5	4	4	5	4	3
<b>INFLUENCE</b>	2 R	3 R	2	3	3	1	0	2	0
<b>COVID-19</b>	0	1	1	0	0	0	1	0	0
<i>Nombre moyen de raisons spontanées d'adoption du régime</i>	<b>2,2</b>	<b>2,4 N</b>	2,3 -	2,5	2,5	<b>2,6 NF</b>	2,5	2,6	3,1 +

# RAISONS SPONTANÉES D'ADOPTION DU RÉGIME

La santé et la protection de l'environnement sont systématiquement parmi les raisons d'adoption les plus citées et ce quel que soit le régime. Les flexitariens eux partagent avec les flexitariens non-étiquetés les considérations budgétaires et avec les « sans viande » l'attention portée à la cause animale.



Base : A un régime

## FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS



(n=1152)

## FLEXITARIENS



(n=3563)

## RÉGIMES SANS VIANDE



(n=331)

Pour dépenser moins / Le coût élevé de la viande



Pour la santé (sp)



Pour l'environnement (sp) / La production de viande est très polluante / Pour la planète / Pour réduire l'impact environnemental



Mauvais pour la santé (sp) / Manger trop de viande n'est pas bon pour la santé (trop de gras, mauvaises graisses...)



Je suis pour le respect des animaux, contre la maltraitance / La cause animale



Je n'aime pas la viande, le goût de la viande / J'aime de moins en moins la viande / Manque d'appétence pour la viande



Pour éviter le surpoids / Dans le cadre d'un régime / Permet de perdre du poids



Manger moins de viande mais de meilleure qualité (bio, locale, d'une agriculture responsable...)



La qualité en baisse de la viande



Pour le bien être animal



Pour manger plus équilibré / pour l'équilibre alimentaire / Pour diversifier mon alimentation



J'ai changé de mode de vie (retraite, inactivité, seul(e)...) et j'ai moins de besoin



A cause des conditions d'élevage



Je mange davantage de légumes, légumineuse / Je préfère les légumes



A cause des conditions d'abattage



Je mange plus de poisson et de produits de la mer



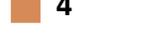
La viande rouge m'écoeure



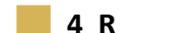
Je n'aime pas le fait de manger des animaux, des êtres vivants / N'aime pas le fait de tuer des animaux pour les manger



Par éthique, pour être en phase avec mes valeurs, ma conscience, ma morale



Nombre moyen de raisons spontanées d'adoption du régime



Q8. Quelles sont toutes les raisons qui font que vous suivez ce régime ?

Et encore, quelles sont toutes les autres raisons pour lesquels vous suivez ce régime ?

# RAISONS SPONTANÉES D'ADOPTION DU RÉGIME

Le manque d'appétence pour la viande est bien plus présente chez les flexitariens les moins consommateurs de viande dans une proportion équivalente au « régime sans viande ». On observe aussi une plus grande attention à la cause animale au sein de cette strate (même si inférieure au régime sans viande).



Base : A un régime

ENVIRONNEMENT		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)
BIEN-ÊTRE ANIMAL		36 FR 1	19 R 3	21 2	20 3	17 -	7	6	7	12
MODÈLE ÉCONOMIQUE	Pour dépenser moins / Le coût élevé de la viande	20 2	23 N 2	22 2	24 2	22 1	21 3	16 3	23 3	37 + 1
PLAISIR	Pour la santé (sp)	15 3	27 N 1	26 1	30 + 1	24 - 1	27 N 2	20 - 2	35 2	35 1
SANTÉ	Pour l'environnement (sp) / La production de viande est très polluante / Pour la planète / Pour réduire l'impact environnemental	11 FR	8 R	7	9 +	7	4	5	5	2
EQUILIBRE ALIMENTAIRE	Mauvais pour la santé (sp) / Manger trop de viande n'est pas bon pour la santé (trop de gras, mauvaises graisses...)	10	20 N 3	17 - 3	19 3	25 + 1	38 NF 1	34 1	46 1	28 2
CONFIANCE	Je suis pour le respect des animaux, contre la maltraitance / La cause animale / Pour les animaux (sp)	10	15 N	12 -	15	20 + 2	20 NF 3	23 2	19 3	7 -
ECONOMIQUE	Pour éviter le surpoids / Dans le cadre d'un régime / Permet de perdre du poids	8 FR	5 R	7 +	5	3 -	2	1	3	-
STYLE DE VIE	Manger moins de viande mais de meilleure qualité (bio, locale, d'une agriculture responsable...)	8 R	8 R	9	8	6	1	1	-	3
INFLUENCE	La qualité en baisse de la viande	8 FR	4 R	4	5	5	1	2	-	-
COVID-19	On peut s'en passer / Il n'est pas nécessaire d'en manger autant / On peut remplacer la viande par d'autres aliments	6	8 NR	7	9	8	6	5	6	8
	Pour le bien être animal	6	8 N	8	7	10 3	11 NF	9	14	13
	Il m'est déconseillé d'en manger pour des raisons médicales (arthrose, diabète, cholestérol, antécédent de lymphome...)	6 R	5	6	5	5	4	6	1	4
	Pour manger plus équilibré / pour l'équilibre alimentaire / Pour diversifier mon alimentation	6 R	9 NR	9	9	6 -	2	2	-	7
	J'ai changé de mode de vie (retraite, inactivité, seul(e)...) et j'ai moins de besoin	6 FR	3 R	3	3	1 -	1	3	-	-
	A cause des conditions d'élevage	4	7 N	5	7	8 3	9 N	10 3	9	7
	Je mange davantage de légumes, légumineuse / Je préfère les légumes	4	7 N	7	8	7	6	1 -	7	22 + 3
	Je me sens mieux dans mon corps depuis que j'ai arrêté / limité ma consommation de viande / Pour mon bien-être	3	5 N	4 -	5	7 +	5	4	5	9
	La viande de bonne qualité est très chère	3 FR	2 R	1	2	2	0	1	-	-
	Problème de traçabilité, d'origine des viandes	3 FR	2	2	2	2	1	-	2	3
	A cause des conditions d'abattage	3	6 N	6	5	6	11 NF	15 3	11	-
	Nombre moyen de raisons spontanées d'adoption du régime	2,2	2,4 N	2,3 -	2,5	2,5	2,6 NF	2,5	2,6	3,1 +

Q8. Quelles sont toutes les raisons qui font que vous suivez ce régime ?

Et encore, quelles sont toutes les autres raisons pour lesquels vous suivez ce régime ?

⚠ Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution 59

# RAISONS SPONTANÉES D'ADOPTION DU RÉGIME

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)
ENVIRONNEMENT									
BIEN-ÊTRE ANIMAL									
MODÈLE ÉCONOMIQUE									
PLAISIR									
SANTÉ									
EQUILIBRE ALIMENTAIRE									
CONFIANCE	Je mange plus de poisson et de produits de la mer	2	3	2	3	4	<b>10 NF</b>	20 +	-
ECONOMIQUE	Pour avoir une alimentation plus saine / Pour manger mieux	2	<b>5 NR</b>	7 +	5	4	3	4	2
STYLE DE VIE	Pour éviter le gras	<b>2 F</b>	1	1	1	2	<b>3 F</b>	4	1
INFLUENCE	La famille a diminué ou arrêté de manger de la viande / J'ai des amis végétariens...	2	<b>2 R</b>	1	2	3	1	0	2
COVID-19	Je digère mal la viande / La viande n'est pas très digeste	2	2	3	2	1 -	<b>4 N</b>	5	3
	Pour lutter contre la surproduction et la surconsommation de viande	2	<b>4 NR</b>	4	5	3 -	2	2	2
	Je ne ressens pas le besoin, l'envie d'en manger davantage / j'en mange peu	<b>1 R</b>	<b>1 R</b>	1	1	1	0	0	-
	Recommandations médicales / recommandé par mon médecin	<b>1 F</b>	0	0	0	0	-	-	-
	La viande est difficile à cuisiner (temps de cuisson, recettes pas simple, ...)	1	1	1	1	2 +	1	-	1
	Je n'ai pas confiance dans la composition, dans la qualité des viandes	1	1	1	1	1	2	2	0
	En raison des scandales sanitaires (sp)(vache folle, viande de cheval...)	1	1	1	1	1	1	1	1
	Je mangeais trop de viande	<b>1 R</b>	1	1	1	0 -	0	0	-
	Depuis toujours, j'ai toujours été comme ça, j'ai été éduqué(e) ainsi / Par habitude	1	<b>2 N</b>	2	2	3	<b>3 N</b>	3	3
	La viande rouge m'écoeure	1	<b>2 N</b>	2	2	3	<b>6 NF</b>	6	7
	Je ne mange que de la viande blanche, de la volaille	1	<b>1 NR</b>	1	1	2	0	1	-
	Découverte d'autres régimes alimentaires, (végétarien, ...)	1	1	1	1	1	-	1	2
	Je n'aime pas le fait de manger des animaux, des êtres vivants / N'aime pas le fait de tuer des animaux pour les manger	1	<b>3 N</b>	2 -	3	4	<b>10 NF</b>	8	13
	Contre l'élevage industriel / Pour soutenir les petits éleveurs	1	<b>1 N</b>	2	1	1	<b>2 N</b>	2	1
	Autre ajout faisant baisser la qualité des produits composition (trop d'eau, ...)	1	0	0	0	0	0	1	-
	<b>Nombre moyen de raisons spontanées d'adoption du régime</b>	<b>2,2</b>	<b>2,4 N</b>	2,3 -	2,5	2,5	<b>2,6 NF</b>	2,5	2,6

# RAISONS SPONTANÉES D'ADOPTION DU RÉGIME

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)
ENVIRONNEMENT	Les informations entendues ou lues (reportages, émissions...)	1	1	1	1	1	-	-	-	-
BIEN-ÊTRE ANIMAL	Pour une meilleure hygiène de vie	0	1	0 -	1	1	-	-	-	-
MODÈLE ÉCONOMIQUE	Il y a trop d'antibiotiques/hormones dans la viande	0	1 N	1	1	2	2 N	3	3	-
PLAISIR	Par éthique, pour être en phase avec mes valeurs, ma conscience, ma morale	0	1 N	0 -	1	2 +	7 NF	4	9	11
SANTÉ	Méfiance sur la nourriture donnée aux animaux (OGM ...)	0	0	0 -	1	1	0	-	1	-
EQUILIBRE ALIMENTAIRE	J'ai diminué, limité ma consommation de viande	0	1 NR	1	1	1	0	1	-	-
CONFIANCE	Découverte d'autres cuisines (indienne, végétarienne...)	0	1 N	1	1	1	1	1	1	3
ECONOMIQUE	COVID-19	0	0	0	-	0	-	-	-	-
STYLE DE VIE	Je préfère manger d'autres produits d'origine animale (œufs, produits laitiers)	0	0	-	1	1	1	1	-	-
INFLUENCE	Il y a des traces de pesticides dans la viande	0	0	0	0	-	1	1	-	-
COVID-19	Je ne veux pas/plus manger de bébés animaux (veaux, agneaux...)	0	1 N	1	1	0	0	1	-	-
	Prise de conscience depuis la COVID-19	0	0	0	0	-	-	-	-	-
	Confinement	0	0	0	0	0	0	1	-	-
	La viande est difficile à conserver	0	0	-	0	-	-	-	-	-
	Trop de sel dans la charcuterie	-	0	-	-	0	-	-	-	-
	Je cherche à devenir végétarien	-	0	0	0	0	-	-	-	-
	Réduction du choix alimentaire depuis le début de la crise sanitaire	-	0	-	0	-	-	-	-	-
	Autre	4	4	4	3	3	4	6	2	4
	Hors sujet	0	1 N	1	1	1	2 N	2	1	3
	ST NSP / Rien, aucune	3	3	3	3	3	4	3	2	17 +
	<b>Nombre moyen de raisons spontanées d'adoption du régime</b>	<b>2,2</b>	<b>2,4 N</b>	2,3 -	2,5	2,5	<b>2,6 NF</b>	2,5	2,6	3,1 +

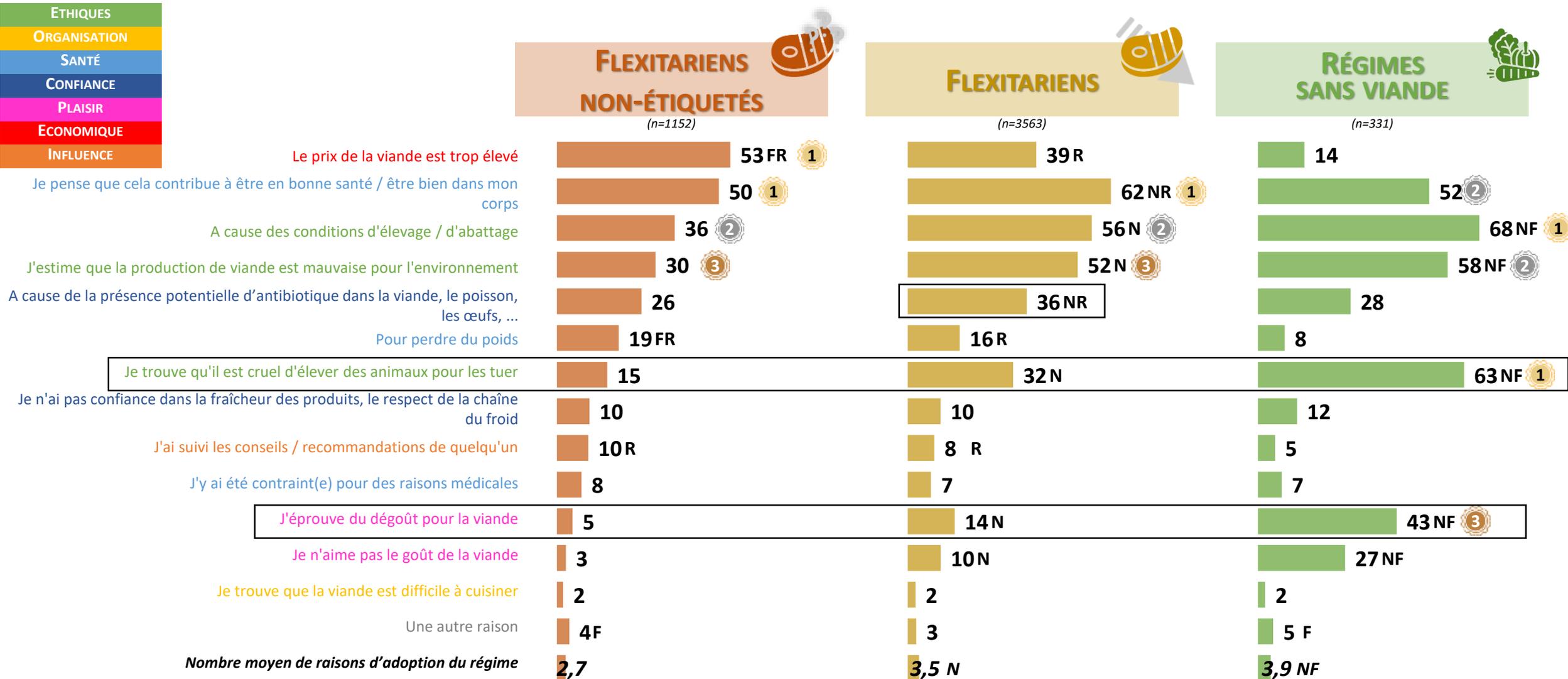
Q8. Quelles sont toutes les raisons qui font que vous suivez ce régime ?  
Et encore, quelles sont toutes les autres raisons pour lesquels vous suivez ce régime ?

# 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
<b>Nombre moyen de raisons d'adoption du régime</b>	<b>2,7</b>	<b>3,5 N</b>	<b>3,4 -</b>	<b>3,5</b>	<b>3,7 +</b>	<b>3,9 NF</b>	<b>4,1</b>	<b>3,7</b>	<b>3,9</b>

# 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)
<b>Le prix de la viande est trop élevé</b>	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
<b>Pour perdre du poids</b>	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
<b>Nombre moyen de raisons d'adoption du régime</b>	<b>2,7</b>	2,6	<b>3,5 N</b>	3,5

Pas de différence sur cette notion qui reste au même niveau

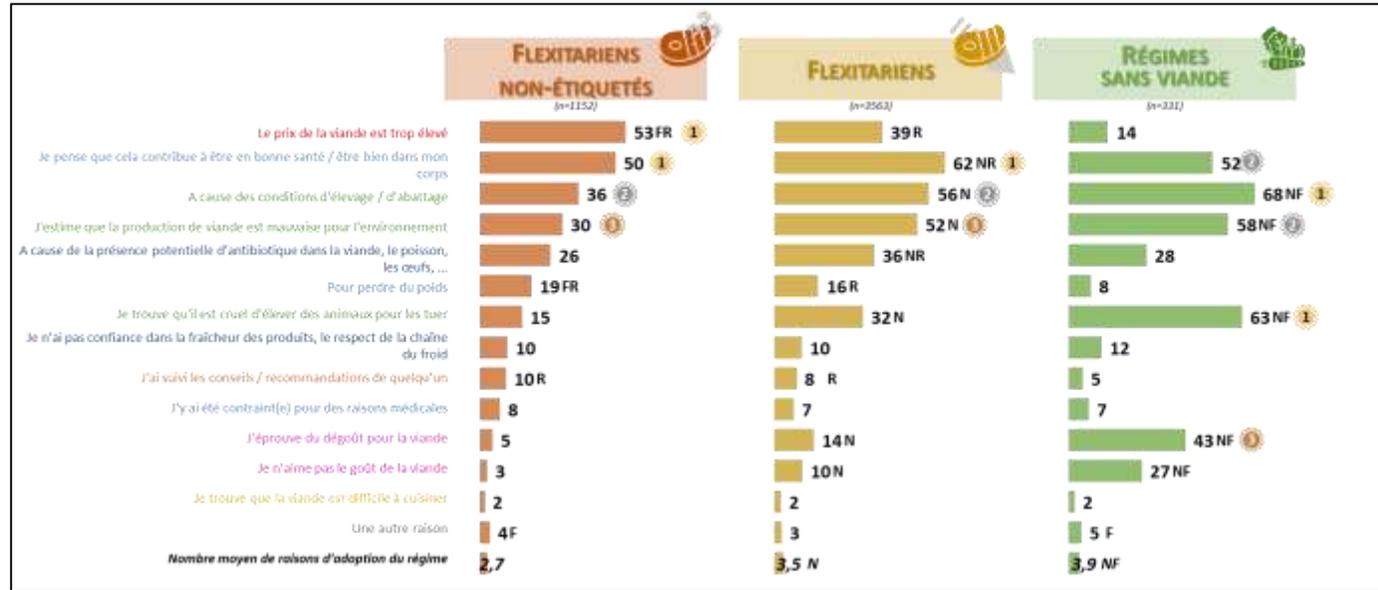
RÉGIMES SANS VIANDE

Base insuffisante pour effectuer la comparaison au sein de cette population

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

# RAISONS ASSISTÉES D'ADOPTION DU RÉGIME – DIFFÉRENCES PAR CSP & CLASSE D'ÂGES

Base : A un régime



Pas de grands changement de ranking chez les sous-cibles des FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS mais on note que :

- Les **motivations ETHIQUES** (notamment l'impact environnemental de la production de viande) sont encore plus présentes chez les **CSP+ et les 35-49 ans**, quand les **jeunes** accordent une plus grande importance à la cruauté.
- Les **motivations SANTE** sont encore plus présentes chez les **plus âgés** (50-70 ans) et les **inactifs**.
- La **motivation du PRIX** trop élevé est surtout présente chez les **35-49 ans** et les **CSP-**, mais reste **très élevée chez les CSP+**

Pas de grands changement de ranking chez les sous-cibles des FLEXITARIENS mais on note que :

- Les **motivations ETHIQUES** (notamment l'impact de la production de viande) sont encore plus présentes chez les **CSP+** et les **jeunes**
- Les **motivations SANTE** sont encore plus présentes chez les **plus âgés** (50-70 ans) et les **CSP+**
- Les **motivations de GOUT/DEGOUT** sont surtout présentes chez les **très jeunes**
- La **motivation du PRIX** trop élevé est surtout présente chez les **25-34 ans** et les **CSP-**

Pas de grands changement de ranking chez les sous-cibles des RÉGIMES SANS VIANDE mais on note que :

- Les **motivations ETHIQUES** (notamment l'impact de la production de viande) sont encore plus présentes chez les **CSP+**
- Les **motivations SANTE** sont encore plus présentes chez les **25-34 ans** et **65-70 ans**

# 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.



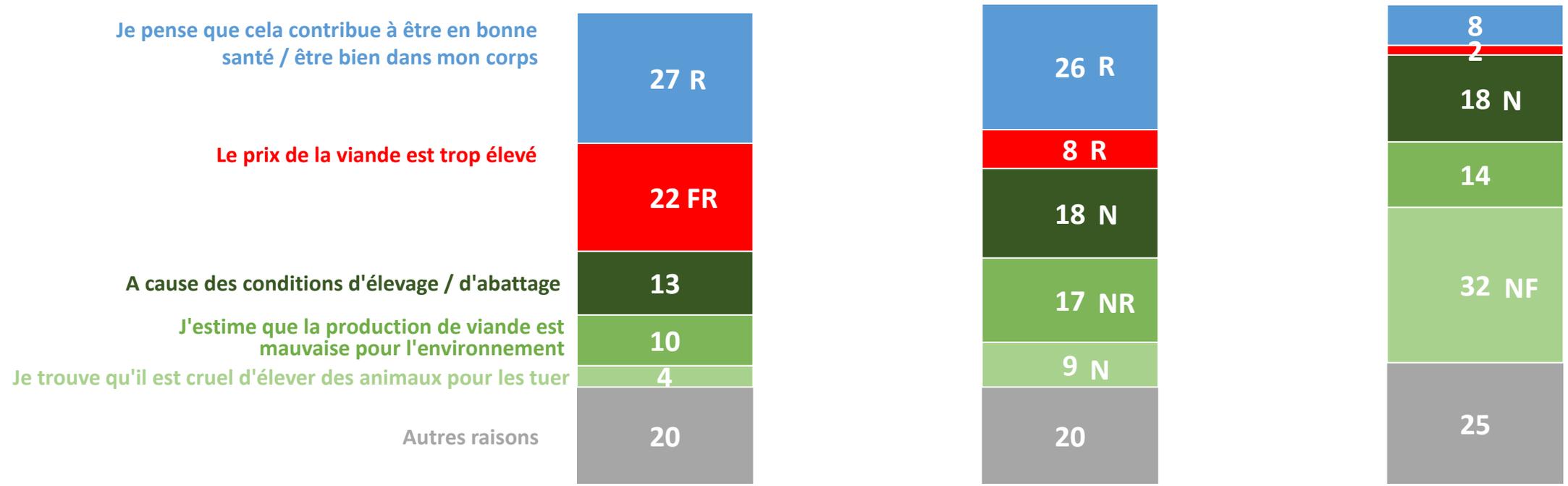
Base : A un régime



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

RAISONS INDIVIDUELLES

RAISONS PHILOSOPHIQUES



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

# RAISON PRINCIPALE ASSISTÉE D'ADOPTION DU RÉGIME

Peu de différences entre les degrés de flexitariens et entre les régimes sans viande.

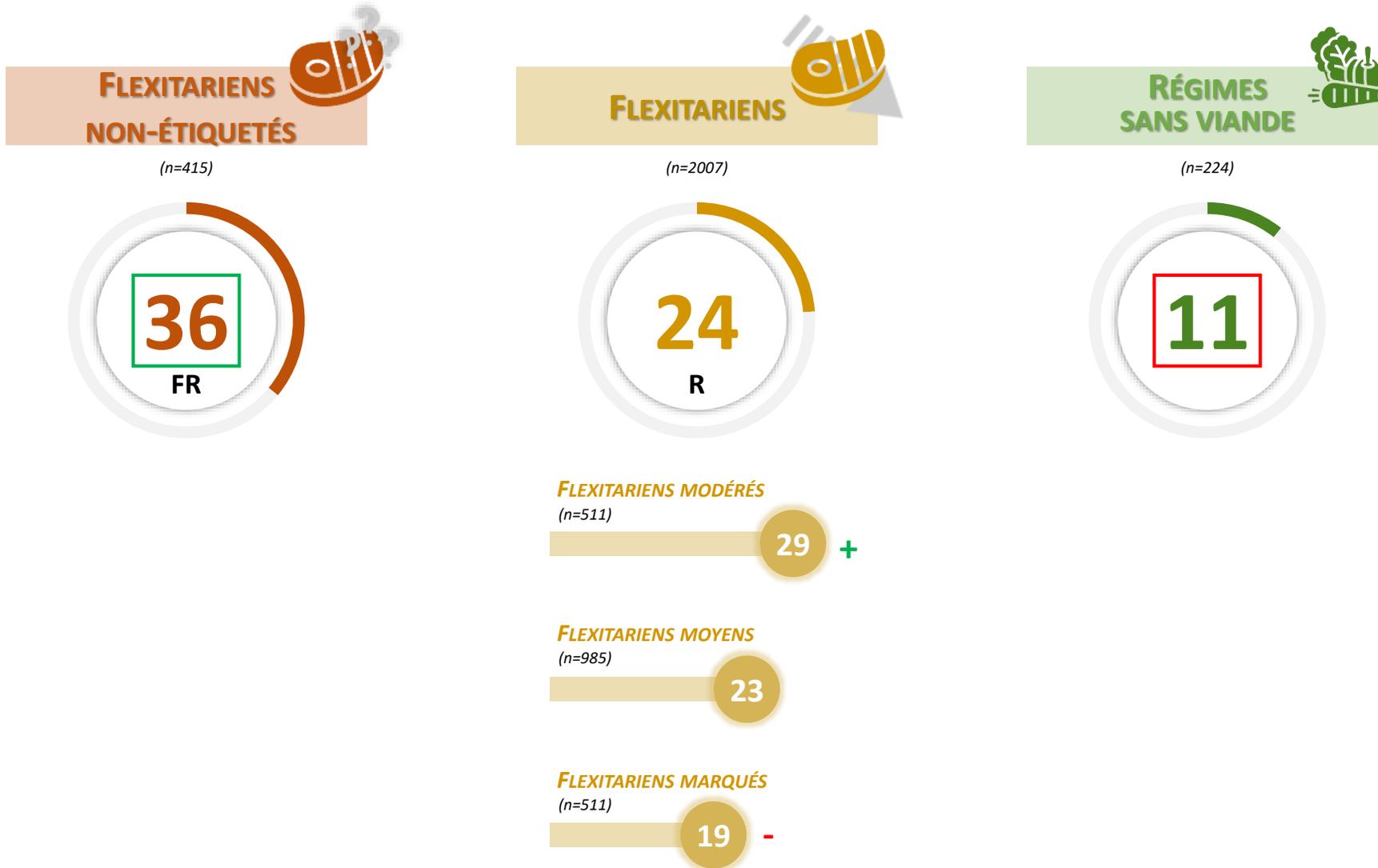
Base : A un régime

	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)
<b>ETHIQUES</b>									
<b>ORGANISATION</b>									
<b>SANTÉ</b>									
<b>CONFIANCE</b>									
<b>PLAISIR</b>									
<b>ECONOMIQUE</b>									
<b>INFLUENCE</b>									
Je pense que cela contribue à être en bonne santé/ être bien dans mon corps	27 R	26 R	26	27	23 -	<b>8</b>	9	5	18
Le prix de la viande est trop élevé	<b>22 FR</b>	<b>8 R</b>	9	7	8	<b>2</b>	2	2	3
A cause des conditions d'élevage / d'abattage	<b>13</b>	18 N	19	18	18	<b>18 N</b>	20	16	15
J'estime que la production de viande est mauvaise pour l'environnement (réchauffement climatique, épuisement des ressources naturelles ...)	<b>10</b>	<b>17 NR</b>	15	19	17	<b>14</b>	14	15	9
Pour perdre du poids	<b>6 FR</b>	<b>3</b>	4	3	2 -	<b>2</b>	2	1	7
A cause de la présence potentielle d'antibiotique dans la viande, le poisson, les œufs, ...	5 R	5 R	4	5	4	<b>2</b>	3	1	-
Je trouve qu'il est cruel d'élever des animaux pour les tuer	<b>4</b>	9 N	9	8 -	13 +	<b>32 NF</b>	27	39	34
J'y ai été contraint(e) pour des raisons médicales	4	3	4	3	3	<b>4</b>	4	4	-
J'éprouve du dégoût pour la viande	<b>2</b>	4 N	3	3	5	<b>9 NF</b>	9	11	-
Je n'aime pas le goût de la viande	<b>1</b>	4 N	2 -	4	6 +	<b>6 N</b>	7	4	3
Je n'ai pas confiance dans la fraîcheur des produits, le respect de la chaîne du froid	1	1	2 +	1	0 -	<b>2</b>	1	1	8
Je trouve que la viande est difficile à cuisiner	1	0	0	0	0	-	-	-	-
J'ai suivi les conseils / recommandations de quelqu'un	-	-	-	-	-	-	-	-	-

# 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

# OPINIONS SUR LA CONSOMMATION DE VIANDE ET LE VÉGÉTARISME

Un clivage net entre les omnivores et ceux ayant une alimentation plus contraignante. Plus la contrainte est importante ou assumée plus les avis sont tranchés notamment concernant le bien-être animal, la protection de l'environnement mais aussi sur la non nécessité de la viande dans l'alimentation. Une confirmation sur les motivations de décroissance en terme de consommation carnée fortement liée à des convictions sociétales allant ainsi au-delà du simple « goût ».



Base : Ensemble

ENVIRONNEMENT
BIEN ÊTRE ANIMAL
SANTÉ
PLAISIR
CONFIANCE
MARKETING
INFLUENCE

On peut manger de la viande tout en respectant le bien-être animal

Je suis rassuré(e) par les labels de qualité qui figurent sur la viande ou la volaille

Je considère que manger de la viande est nécessaire pour être en bonne santé

En France on consomme trop de viande

Un repas avec de la viande est plus convivial que sans viande

Le poisson est plus sain que la viande

Je pense que la production de viande a un impact négatif sur l'environnement

Les régimes végétariens/vegans sont une mode qui passera

Les débats autour du bien-être animal sont exagérés

J'estime que l'élevage des animaux quelle que soit sa forme est inacceptable

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

	TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=1152)	FLEXITARIENS (n=3563)	RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)
ST D'accord	90	94 NFR	90 FR	80 R	40
Tout à fait d'accord	41	47 NFR	35 FR	25 R	15
ST D'accord	80	84 NFR	80 FR	73 R	34
Tout à fait d'accord	25	28 NFR	24 FR	19 R	7
ST D'accord	79	88 NFR	77 FR	56 R	16
Tout à fait d'accord	25	30 NFR	17 FR	9 R	5
ST D'accord	68	60	79 O	91 ON	89 ON
Tout à fait d'accord	23	14	25 O	47 ON	71 ONF
ST D'accord	63	73 NFR	62 FR	37 R	14
Tout à fait d'accord	23	28 NFR	15 FR	7	5
ST D'accord	60	60	64 O	61	62
Tout à fait d'accord	15	15	18 O	16 O	20 OF
ST D'accord	56	47	66 O	81 ON	85 ONF
Tout à fait d'accord	19	11	21 O	38 ON	68 ONF
ST D'accord	49	55 NFR	49 FR	34 R	23
Tout à fait d'accord	14	16 NFR	12 F	7	11 F
ST D'accord	45	51 NFR	43 FR	28 R	22
Tout à fait d'accord	12	15 NFR	11 FR	6	8
ST D'accord	32	27	35 O	46 ON	72 ONF
Tout à fait d'accord	10	7	9 O	15 ON	42 ONF
ST D'accord	26	17	23 O	48 ON	74 ONF
Tout à fait d'accord	6	3	3	11 ON	39 ONF

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.  
(Tout à fait d'accord / Plutôt d'accord / Plutôt pas d'accord / Pas du tout d'accord)

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# OPINIONS SUR LA CONSOMMATION DE VIANDE ET LE VÉGÉTARISME

Constat sur le clivage renforcé à l'observation des degrés de flexitariens. Une opinion des flexitariens marqués qui s'extrémise dans le sens des sans viande (bien qu'ils existent des écarts importants) par rapport à l'ensemble des flexitariens et qui se confondent sur plusieurs notions à cette population notamment sur le BEA. Constat complètement inverse chez les flexitariens modérés.



Base : Ensemble

ENVIRONNEMENT
BIEN ÊTRE ANIMAL
SANTÉ
PLAISIR
CONFIANCE
MARKETING
INFLUENCE

On peut manger de la viande tout en respectant le bien-être animal

Je suis rassuré(e) par les labels de qualité qui figurent sur la viande ou la volaille

Je considère que manger de la viande est nécessaire pour être en bonne santé

En France on consomme trop de viande

Un repas avec de la viande est plus convivial que sans viande

Le poisson est plus sain que la viande

Je pense que la production de viande a un impact négatif sur l'environnement

Les régimes végétariens/vegans sont une mode qui passera

Les débats autour du bien-être animal sont exagérés

J'estime que l'élevage des animaux quelle que soit sa forme est inacceptable

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

	TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=1152)	FLEXITARIEN (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)
ST D'accord	90	94 NFR	90 FR	80 R	84 +	82 +	70 -	40	43	38	31
Tout à fait d'accord	41	47 NFR	35 FR	25 R	31 +	26	17 -	15	43	38	31
ST D'accord	80	84 NFR	80 FR	73 R	77 +	75	65 -	34	42 +	26	20 -
Tout à fait d'accord	25	28 NFR	24 FR	19 R	25 +	18	15 -	7	42 +	26	20 -
ST D'accord	79	88 NFR	77 FR	56 R	65 +	59 +	39 -	16	16	12	30 +
Tout à fait d'accord	25	30 NFR	17 FR	9 R	12 +	8	6 -	5	16	12	30 +
ST D'accord	68	60	79 O	91 ON	91	90	91	89 ON	94 +	86	77 -
Tout à fait d'accord	23	14	25 O	47 ON	48	44 -	54 +	71 ONF	94 +	86	77 -
ST D'accord	63	73 NFR	62 FR	37 R	46 +	37	27 -	14	13	16	13
Tout à fait d'accord	23	28 NFR	15 FR	7	11 +	6	5 -	5	13	16	13
ST D'accord	60	60	64 O	61	63	61	61	62	79 +	44 -	46 -
Tout à fait d'accord	15	15	18 O	16 O	18	15	16	20 OF	79 +	44 -	46 -
ST D'accord	56	47	66 O	81 ON	76 -	81	84 +	85 ONF	88	87	68 -
Tout à fait d'accord	19	11	21 O	38 ON	33 -	37	44 +	68 ONF	88	87	68 -
ST D'accord	49	55 NFR	49 FR	34 R	36	35	31 -	23	24	21	24
Tout à fait d'accord	14	16 NFR	12 F	7	7	7	6	11 F	24	21	24
ST D'accord	45	51 NFR	43 FR	28 R	33 +	27	24 -	22	24	21	18
Tout à fait d'accord	12	15 NFR	11 FR	6	8 +	5	5	8	24	21	18
ST D'accord	32	27	35 O	46 ON	45	41 -	57 +	72 ONF	76	67	68
Tout à fait d'accord	10	7	9 O	15 ON	15	12 -	22 +	42 ONF	76	67	68
ST D'accord	26	17	23 O	48 ON	45	47	54 +	74 ONF	73	76	76
Tout à fait d'accord	6	3	3	11 ON	10	9	15 +	39 ONF	35	44	35

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.

(Tout à fait d'accord / Plutôt d'accord / Plutôt pas d'accord / Pas du tout d'accord)

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

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# HABITUDES ALIMENTAIRES

Tous les régimes, y compris flexitariens non-étiquetés, montrent une appétence particulière pour une consommation « responsable ». Si le budget semble être une contrainte partagée par l'ensemble des Français, l'achat de viande en promotion reste différenciante entre non-étiquetés et flexitariens. Les flexitariens non-étiquetés sont par ailleurs très nombreux à apprécier le goût de la viande. Une confirmation donc d'un mode d'alimentation en grande partie contraint et pouvant expliquer la non déclaration du régime car non choisi.



Base : Ensemble

CIRCUITS
BIO
ECONOMIQUE
COMPORTEMENT ALIMENTAIRE
SANTÉ
PLAISIR
CONFIANCE
TYPE DE PRODUITS

		TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUÉTÉS (n=1152)	FLEXITARIENS (n=3563)	RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)
J'aime le goût de la viande	ST D'accord	89	96 NFR	91 FR	73 R	25
	Tout à fait d'accord	44	53 NFR	36 FR	20 R	8
Je suis attentif(ve) à l'impact de ce que je mange sur ma santé	ST D'accord	84	81	89 O	93 ON	92 O
	Tout à fait d'accord	26	23	27 O	37 ON	45 ONF
J'essaie de consommer moins mais mieux	ST D'accord	82	78	93 OR	94 ONR	87 O
	Tout à fait d'accord	28	22	36 O	45 ONR	38 O
Je privilégie les produits locaux ou plus rémunérateurs pour le producteur	ST D'accord	78	76	81 O	84 ON	82 O
	Tout à fait d'accord	27	24	29 O	35 ON	39 ON
Je ne consomme que des fruits et légumes de saison	ST D'accord	72	69	75 O	79 ON	80 ON
	Tout à fait d'accord	22	20	25 O	28 ON	31 ON
Je fais très attention à la liste d'ingrédients et à la composition des produits alimentaires que je consomme	ST D'accord	70	65	76 O	82 ON	84 ON
	Tout à fait d'accord	22	18	24 O	30 ON	47 ONF
J'ai changé mes habitudes de consommation pour aller vers des produits ayant des labels (qualité, origine, ...)	ST D'accord	67	63	74 O	80 ONR	72 O
	Tout à fait d'accord	17	15	20 O	24 ON	22 O
Quand le prix d'un produit est très bas, je ne suis pas rassuré(e) par sa qualité	ST D'accord	63	61	65 OR	68 ONR	58
	Tout à fait d'accord	18	17	18	22 ON	22 ON
J'achète souvent de la viande en promotion	ST D'accord	58	64 NFR	55 FR	45 R	15
	Tout à fait d'accord	18	20 NFR	16 FR	11 R	5
Pour mes achats alimentaires je privilégie les petits commerces et les circuits directs (marchés, producteurs, AMAP...)	ST D'accord	57	54	60 O	64 ON	66 ON
	Tout à fait d'accord	17	15	18 O	22 ON	25 ON
Je suis très contraint(e) dans mon budget de courses alimentaires	ST D'accord	56	55	57	58 O	55
	Tout à fait d'accord	17	17	19 O	18	17
Je mange de la viande surtout quand je suis au restaurant	ST D'accord	37	35 R	46 OR	46 OR	13
	Tout à fait d'accord	11	11 FR	12 FR	10 R	7
Les produits biologiques représentent une partie importante de mes achats alimentaires	ST D'accord	37	31	40 O	52 ON	69 ONF
	Tout à fait d'accord	11	8	11 O	18 ON	35 ONF
Je suis dérangé(e) par l'aspect de la viande / la vue du sang	ST D'accord	24	18	24 O	38 ON	63 ONF
	Tout à fait d'accord	9	6	8 O	14 ON	42 ONF
J'ai adopté un régime sans sucre, sans sel ou sans gluten	ST D'accord	14	13	17 O	18 O	25 ONF
	Tout à fait d'accord	5	5	6 O	6 O	8 O

Q15b. Concernant vos habitudes alimentaires, veuillez nous indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes.  
(Tout à fait d'accord / Plutôt d'accord / Plutôt pas d'accord / Pas du tout d'accord)

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# HABITUDES ALIMENTAIRES

Ici encore, les flexitariens marqués sont extrémisés par rapport à l'ensemble de leur population. Une extrémisation allant dans le sens des régimes sans viande bien que les écarts restent importants.



Base : Ensemble

- CIRCUITS
- BIO
- ECONOMIQUE
- COMPORTEMENT ALIMENTAIRE
- SANTÉ
- PLAISIR
- CONFIANCE
- TYPE DE PRODUITS

		TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	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)
J'aime le goût de la viande	ST D'accord	89	96 NFR	91 FR	73 R	81 +	76 +	57 -	25	18 -	27	44 +
	Tout à fait d'accord	44	53 NFR	36 FR	20 R	24 +	21	14 -	8	18 -	27	44 +
Je suis attentif(ve) à l'impact de ce que je mange sur ma santé	ST D'accord	84	81	89 O	93 ON	93	94	91 -	92 O	92	90	94
	Tout à fait d'accord	26	23	27 O	37 ON	42 +	34 -	38	45 ONF	92	90	94
J'essaie de consommer moins mais mieux	ST D'accord	82	78	93 OR	94 ONR	93	95	95	87 O	91	86	76
	Tout à fait d'accord	28	22	36 O	45 ONR	47	44	44	38 O	91	86	76
Je privilégie les produits locaux ou plus rémunérateurs pour le producteur	ST D'accord	78	76	81 O	84 ON	84	84	83	82 O	83	78	87
	Tout à fait d'accord	27	24	29 O	35 ON	36	34	34	39 ON	83	78	87
Je ne consomme que des fruits et légumes de saison	ST D'accord	72	69	75 O	79 ON	76 -	80	82 +	80 ON	82	77	87
	Tout à fait d'accord	22	20	25 O	28 ON	27	26	31 +	31 ON	82	77	87
Je fais très attention à la liste d'ingrédients et à la composition des produits alimentaires que je consomme	ST D'accord	70	65	76 O	82 ON	82	82	81	84 ON	84	85	82
	Tout à fait d'accord	22	18	24 O	30 ON	31	28	31	47 ONF	84	85	82
J'ai changé mes habitudes de consommation pour aller vers des produits ayant des labels (qualité, origine, ...)	ST D'accord	67	63	74 O	80 ONR	82	80	76 -	72 O	75	74	55 -
	Tout à fait d'accord	17	15	20 O	24 ON	26	22	24	22 O	75	74	55 -
Quand le prix d'un produit est très bas, je ne suis pas rassuré(e) par sa qualité	ST D'accord	63	61	65 OR	68 ONR	68	69	67	58	54	59	73 +
	Tout à fait d'accord	18	17	18	22 ON	23	21	20	22 ON	54	59	73 +
J'achète souvent de la viande en promotion	ST D'accord	58	64 NFR	55 FR	45 R	54 +	46	31 -	15	13	17	19
	Tout à fait d'accord	18	20 NFR	16 FR	11 R	14 +	11	6 -	5	13	17	19
Pour mes achats alimentaires je privilégie les petits commerces et les circuits directs (marchés, producteurs, AMAP...)	ST D'accord	57	54	60 O	64 ON	63	64	65	66 ON	69	64	65
	Tout à fait d'accord	17	15	18 O	22 ON	24	21	22	25 ON	69	64	65
Je suis très contraint(e) dans mon budget de courses alimentaires	ST D'accord	56	55	57	58 O	64 +	56	56	55	54	58	48
	Tout à fait d'accord	17	17	19 O	18	22 +	16 -	18	17	54	58	48
Je mange de la viande surtout quand je suis au restaurant	ST D'accord	37	35 R	46 OR	46 OR	44	45	52 +	13	11	14	17
	Tout à fait d'accord	11	11 FR	12 FR	10 R	10	10	10	7	11	14	17
Les produits biologiques représentent une partie importante de mes achats alimentaires	ST D'accord	37	31	40 O	52 ON	48 -	51	59 +	69 ONF	68	69	73
	Tout à fait d'accord	11	8	11 O	18 ON	15 -	17	22 +	35 ONF	68	69	73
Je suis dérangé(e) par l'aspect de la viande / la vue du sang	ST D'accord	24	18	24 O	38 ON	37	36	43 +	63 ONF	69	63	40 -
	Tout à fait d'accord	9	6	8 O	14 ON	15	11 -	19 +	42 ONF	69	63	40 -
J'ai adopté un régime sans sucre, sans sel ou sans gluten	ST D'accord	14	13	17 O	18 O	21 +	16 -	20	25 ONF	24	22	35
	Tout à fait d'accord	5	5	6 O	6 O	8 +	5 -	7	8 O	24	22	35

Q15b. Concernant vos habitudes alimentaires, veuillez nous indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes.

(Tout à fait d'accord / Plutôt d'accord / Plutôt pas d'accord / Pas du tout d'accord)

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

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# MODES DE VIE / CONVICTIONS PERSONNELLES

Les différences entre omnivores et ceux ayant un régime contraignant se manifestent aussi dans les attitudes et convictions personnelles. Le statut « intermédiaire » des flexitariens non-étiquetés est ici visible notamment en ce qui concerne l'appétence pour une consommation plus réfléchie, montrant que les contraintes budgétaires ne sont pas le seul moteur de leur réduction de consommation de viande.



Base : Ensemble

		TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=1152)	FLEXITARIENS (n=3563)	RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)	
PLAISIR	J'aime tester de nouvelles recettes ou restaurants, découvrir de nouvelles saveurs	ST D'accord	83	82	81	85 ON	83
		Tout à fait d'accord	33	32	31	34 ON	38 ON
CARACTÈRE / PSYCHOLOGIE	Cuisiner est un vrai plaisir	ST D'accord	81	81 R	81	82 R	76
		Tout à fait d'accord	38	39	36	38	36
ENGAGEMENT	Je suis d'une nature optimiste	ST D'accord	80	81 FR	79 R	78 R	70
		Tout à fait d'accord	26	25	24	26	30 ON
TYPES DE PRODUITS	Je me sens personnellement responsable vis-à-vis des générations futures	ST D'accord	80	77	81 O	88 ON	87 ON
		Tout à fait d'accord	23	19	23 O	34 ON	44 ONF
ENVIRONNEMENT	J'aimerais donner plus de sens à ma vie	ST D'accord	72	69	76 O	79 ON	85 ONF
		Tout à fait d'accord	21	20	22 O	25 ON	36 ONF
SANTÉ	J'évite de manger des produits transformés / industriels	ST D'accord	71	67	80 O	83 ON	84 O
		Tout à fait d'accord	28	24	31 O	41 ON	40 ON
COVID-19	Je change / J'ai changé mes habitudes de vie et de consommation à cause du changement climatique	ST D'accord	62	56	71 O	79 ON	77 ON
		Tout à fait d'accord	17	13	19 O	27 ON	31 ON
STYLE DE VIE	Mon pouvoir d'achat a diminué du fait de la crise sanitaire de la COVID-19	ST D'accord	51	51	52	51	59 ONF
		Tout à fait d'accord	19	19	19	19	19
INFLUENCE	Je suis adepte de la médecine douce (aromathérapie, homéopathie, ...)	ST D'accord	48	44	48 O	60 ON	64 ONF
		Tout à fait d'accord	14	12	13	20 ON	26 ONF
	La crise sanitaire de la COVID-19 m'angoisse et m'empêche de reprendre le cours normal de ma vie	ST D'accord	46	46	49 O	49 O	49
		Tout à fait d'accord	13	13	14	13	19 ONF
	Les évènements récents liés à la crise de la COVID-19 m'ont fait réfléchir sur ma consommation de protéines animales	ST D'accord	25	20	33 O	41 ON	43 ON
		Tout à fait d'accord	7	5	9 O	11 ON	20 ONF
	Je mange souvent à l'extérieur les soirs et le week-end	ST D'accord	23	24 NF	18	22 N	28 ONF
		Tout à fait d'accord	7	7 NF	5	5	8 F
	Sur les réseaux sociaux, je suis ou je participe aux discussions sur la santé naturelle ou l'environnement	ST D'accord	21	18	20 O	27 ON	41 ONF
		Tout à fait d'accord	5	5	5	6 O	15 ONF
	J'essaie d'inciter les autres à adopter le même régime alimentaire que moi	ST D'accord	20	16	21 O	30 ON	40 ONF
		Tout à fait d'accord	5	4	6 O	6 O	8 O
	Je boycotte / n'achète aucun produit d'origine animale (alimentaire, textile, cosmétique, ...)	ST D'accord	14	10	13 O	20 ON	52 ONF
		Tout à fait d'accord	4	3	5 O	5 O	23 ONF

Q17. Aujourd'hui il existe plusieurs modes de vie ou convictions personnelles différents. Concernant les attitudes suivantes veuillez nous indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes ? (Tout à fait d'accord / Plutôt d'accord / Plutôt pas d'accord / Pas du tout d'accord)

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# MODES DE VIE / CONVICTIONS PERSONNELLES

Les flexitariens modérés ont été amenés par le COVID à s'interroger sur leur consommation de protéines animales et cherchent à présent à donner du sens à leur vie. Toutefois, ils accordent une importance supérieure au plaisir alimentaire et ont une vie sociale plus active que l'ensemble des flexitariens. Ainsi s'ils ne trouvent pas un moyen de vivre ce régime simplement, ils maintiendront voire ré-augmenteront leur consommation de viande.



Base : Ensemble

		TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉ (n=1152)	FLEXITARIEN (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)
J'aime tester de nouvelles recettes ou restaurants, découvrir de nouvelles saveurs	ST D'accord	83	82	81	85 ON	86	87	80 -	83	84	82	78
	Tout à fait d'accord	33	32	31	34 ON	38 +	34	31 -	38 ON	39	34	42
Cuisiner est un vrai plaisir	ST D'accord	81	81 R	81	82 R	85 +	81	79	76	77	76	74
	Tout à fait d'accord	38	39	36	38	44 +	36 -	36	36	33	35	51 +
Je suis d'une nature optimiste	ST D'accord	80	81 FR	79 R	78 R	80	79	77	70	72	68	65
	Tout à fait d'accord	26	25	24	26	30 +	25	25	30 ON	31	30	25
Je me sens personnellement responsable vis-à-vis des générations futures	ST D'accord	80	77	81 O	88 ON	87	88	87	87 ON	88	88	79
	Tout à fait d'accord	23	19	23 O	34 ON	35	34	32	44 ONF	41	52	29 -
J'aimerais donner plus de sens à ma vie	ST D'accord	72	69	76 O	79 ON	81	79	78	85 ONF	81	90 +	83
	Tout à fait d'accord	21	20	22 O	25 ON	30 +	23 -	24	36 ONF	33	42	30
J'évite de manger des produits transformés / industriels	ST D'accord	71	67	80 O	83 ON	83	82	86 +	84 O	86	80	83
	Tout à fait d'accord	28	24	31 O	41 ON	41	38	45 +	40 ON	40	41	36
Je change / J'ai changé mes habitudes de vie et de consommation à cause du changement climatique	ST D'accord	62	56	71 O	79 ON	80	80	76 -	77 ON	78	78	67
	Tout à fait d'accord	17	13	19 O	27 ON	28	26	28	31 ON	33	33	22
Mon pouvoir d'achat a diminué du fait de la crise sanitaire de la COVID-19	ST D'accord	51	51	52	51	56 +	51	47 -	59 ONF	61	54	66
	Tout à fait d'accord	19	19	19	19	24 +	18	17	19	17	16	36 +
Je suis adepte de la médecine douce (aromathérapie, homéopathie, ...)	ST D'accord	48	44	48 O	60 ON	62	58	59	64 ONF	70	58	58
	Tout à fait d'accord	14	12	13	20 ON	21	18 -	23 +	26 ONF	28	25	24
La crise sanitaire de la COVID-19 m'angoisse et m'empêche de reprendre le cours normal de ma vie	ST D'accord	46	46	49 O	49 O	51	49	45 -	49	52	43	57
	Tout à fait d'accord	13	13	14	13	16 +	12	12	19 ONF	17	19	28
Les évènements récents liés à la crise de la COVID-19 m'ont fait réfléchir sur ma consommation de protéines animales	ST D'accord	25	20	33 O	41 ON	44 +	39	40	43 ON	47	35	52
	Tout à fait d'accord	7	5	9 O	11 ON	13 +	10	12	20 ONF	19	27	23
Je mange souvent à l'extérieur les soirs et le week-end	ST D'accord	23	24 NF	18	22 N	26 +	21	19 -	28 ONF	27	29	30
	Tout à fait d'accord	7	7 NF	5	5	7 +	4	4	8 F	7	7	14
Sur les réseaux sociaux, je suis ou je participe aux discussions sur la santé naturelle ou l'environnement	ST D'accord	21	18	20 O	27 ON	32 +	24 -	25	41 ONF	38	42	54
	Tout à fait d'accord	5	5	5	6 O	9 +	5 -	6	15 ONF	13	17	19
J'essaie d'inciter les autres à adopter le même régime alimentaire que moi	ST D'accord	20	16	21 O	30 ON	32	30	28	40 ONF	36	40	55 +
	Tout à fait d'accord	5	4	6 O	6 O	8 +	5	5	8 O	7	8	13
Je boycotte / n'achète aucun produit d'origine animale (alimentaire, textile, cosmétique, ...)	ST D'accord	14	10	13 O	20 ON	21	17 -	25 +	52 ONF	47	54	66 +
	Tout à fait d'accord	4	3	5 O	5 O	5	5	6	23 ONF	19	21	48 +

Q17. Aujourd'hui il existe plusieurs modes de vie ou convictions personnelles différents. Concernant les attitudes suivantes veuillez nous indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les affirmations

suivantes ? (Tout à fait d'accord / Plutôt d'accord / Plutôt pas d'accord / Pas du tout d'accord)

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

■ Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

## 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 CONTRAINTE (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.



FranceAgriMer

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

ifop

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.

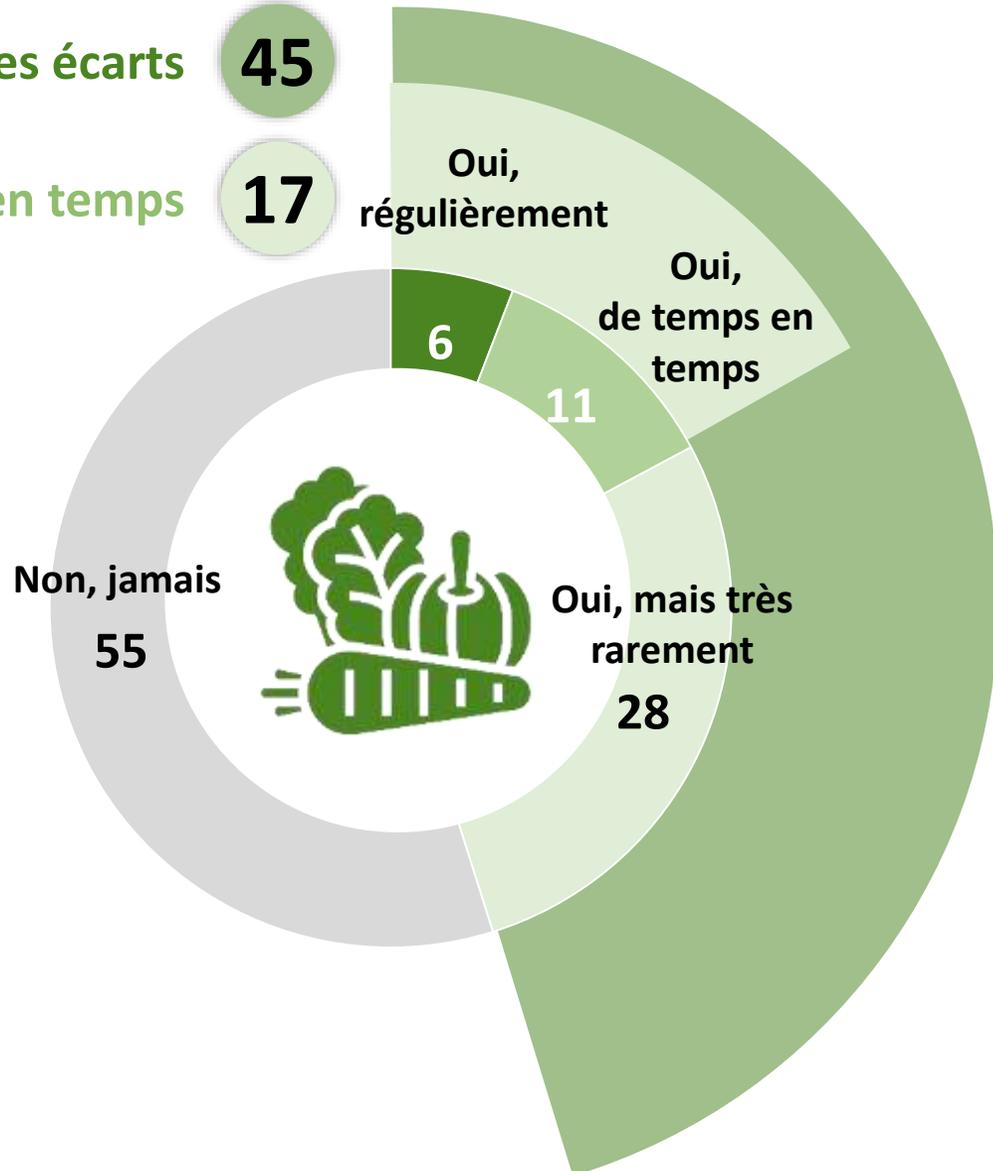
Base : Régimes sans viande (Pescetariens ou végétariens ou végétaliens/vegans)

**Fait des écarts** 45  
**Régulièrement + De temps en temps** 17

Fait des écarts

45

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  $\frac{3}{4}$  des régimes sans viande en ont rencontrées.

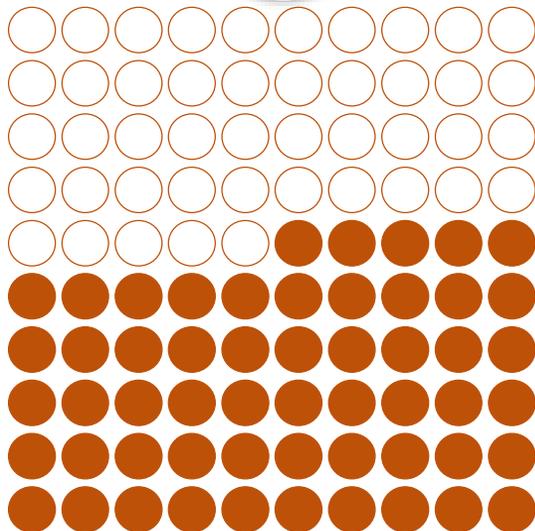
Base : A un régime

ONT RENCONTRÉ AU MOINS UNE DIFFICULTÉ ...

FLEXITARIENS  
NON-ÉTIQUETÉS

(n=1152)

55%

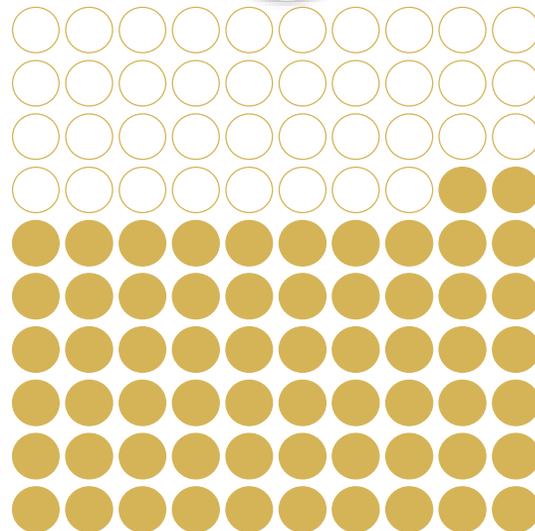


FLEXITARIENS

(n=3563)

62%

N

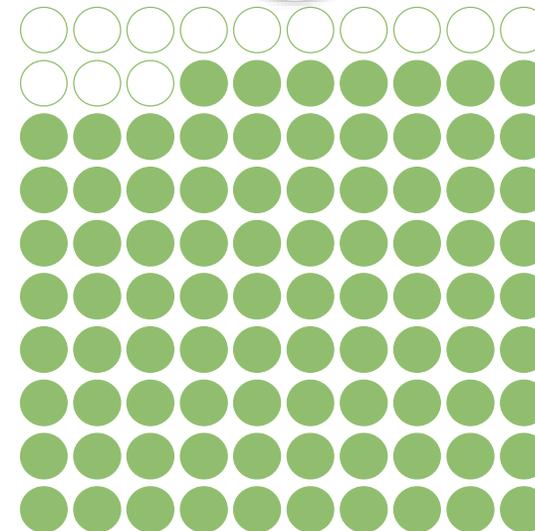


RÉGIMES  
SANS VIANDE

(n=331)

77%

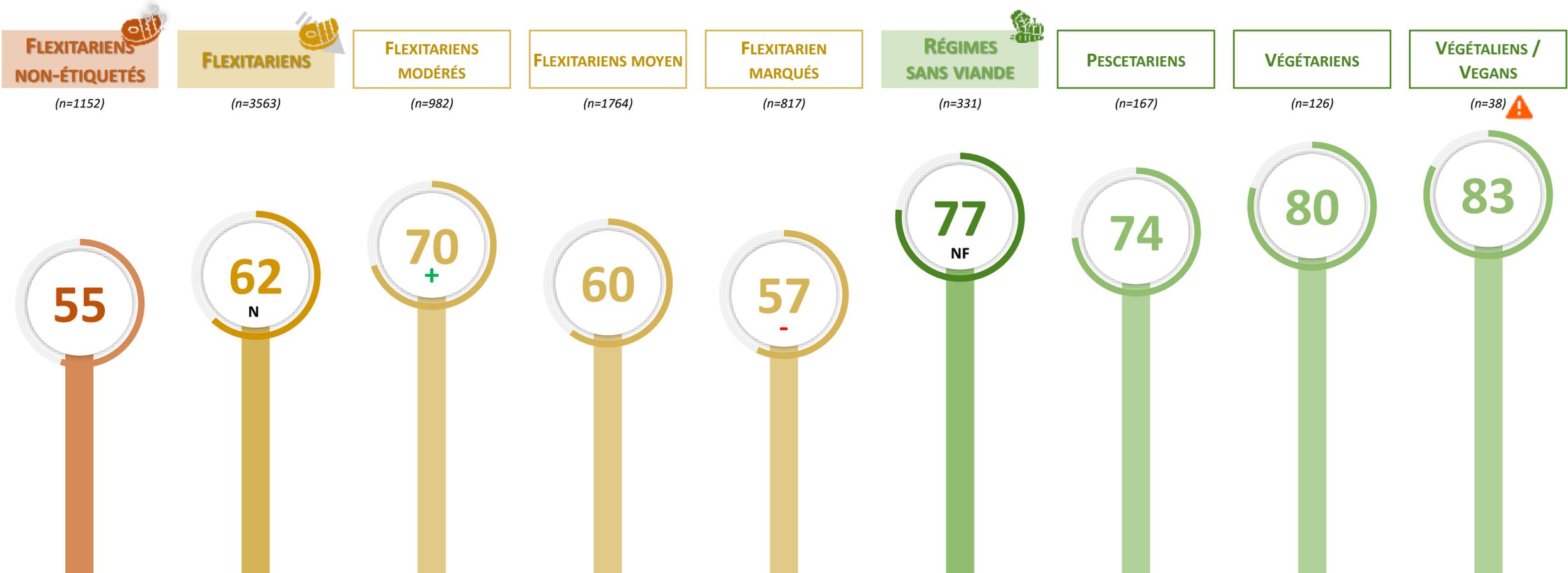
NF



# 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

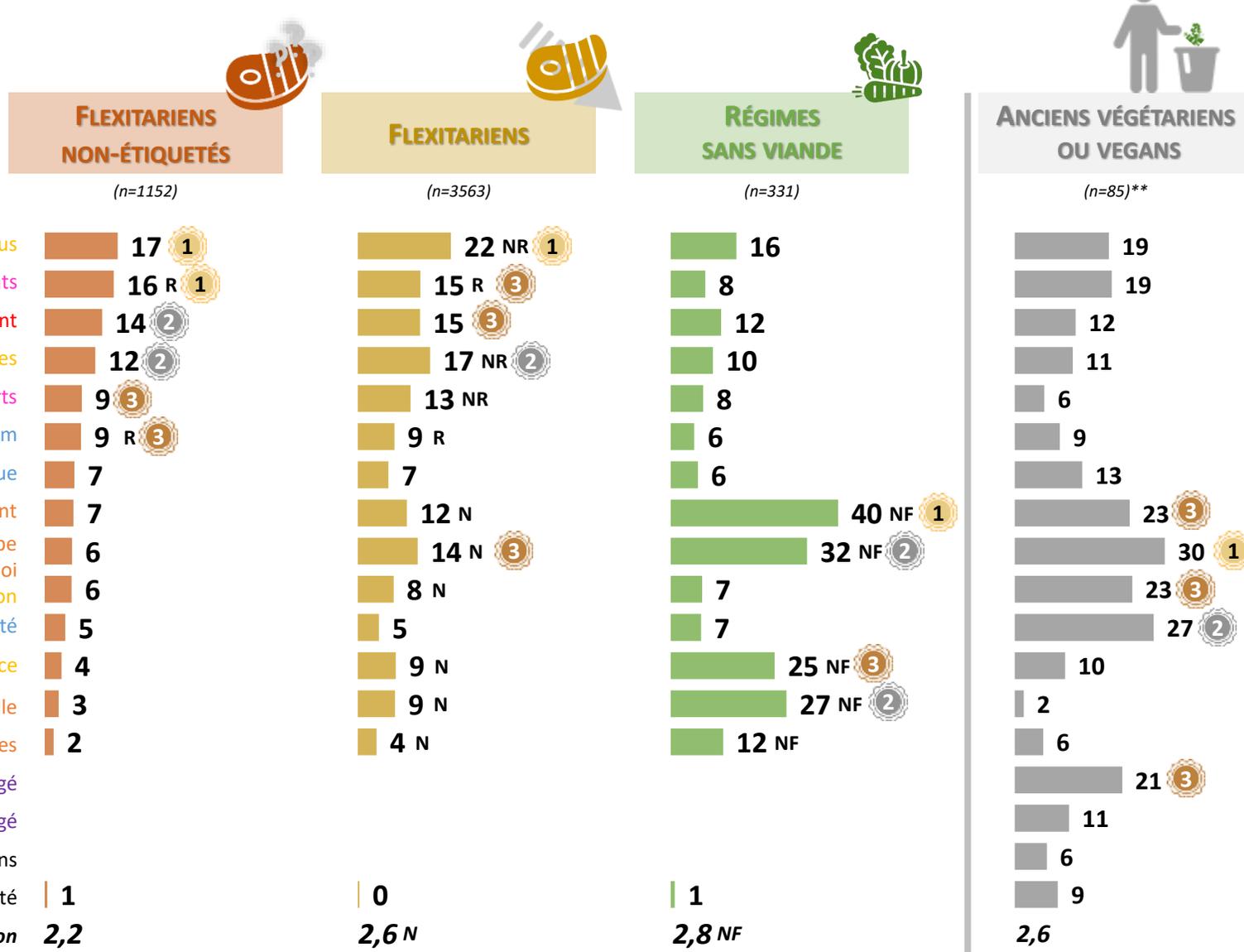
Les difficultés rencontrées par les flexitariens non-étiquetés et les flexitariens tournent autour du plaisir (idées menus/produits de compensation, privation) et du budget. Alors que les régimes sans viande souffrent très nettement d'une offre insatisfaisante dans les commerces et restaurants, du manque 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

# DIFFICULTÉS RENCONTRÉES / RAISONS D'ABANDON DU RÉGIME



Très peu de différences de ranking entre les degrés de flexitariens. Chez les régimes sans viande, les difficultés liées au partage des repas avec l'entourage et la privation de certains aliments sont encore plus marquées chez les végétaliens/vegans.

Base : A un régime

SANTÉ	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS (n=1152)		FLEXITARIENS (n=3563)			RÉGIMES SANS VIANDE (n=331)			Anciens Végétariens / Vegan (n=38)		Anciens VÉGÉTARIENS OU VEGANS (n=85)**
	Flexitariens modérés (n=982)	Flexitariens moyens (n=1764)	Flexitariens marqués (n=817)	Pescetariens (n=167)	Végétariens (n=126)	Végétaliens / Vegan (n=38)					
<b>ECONOMIQUE</b>	<b>ST Au moins une difficulté rencontrée</b>										
<b>ORGANISATION</b>	55	62 N	70 +	60	57 -	77 NF	74	80	83	100	
<b>PLAISIR</b>	17	22 NR 1	27 + 1	23	14 - 1	16	14 3	19 3	12	19	
<b>CHANGEMENT DE VIE</b>	16 R 1	15 R 3	19 + 2	15	10 - 2	8	9	4 -	20 +	19	
<b>VIE SOCIALE</b>	Des difficultés à trouver des idées de menus										
	14	15 3	16 3	15	14 1	12	15 2	7 -	17	12	
	Des difficultés à savoir par quels produits remplacer les protéines animales										
	12	17 NR 2	18 2	18	14 - 1	10	9 3	8	19	11	
	Des difficultés à respecter strictement mon régime alimentaire sans faire d'écarts										
	9	13 NR 3	16 + 3	12	10 - 2	8	9 3	5	11	6	
	La sensation d'avoir plus vite faim										
	9 R 3	9 R	10	8	7 3	6	7	3	10	9	
	Plus de fatigue										
	7	7	8	7	7	6	7	4	10	13	
	Des difficultés pour manger à l'extérieur, au restaurant										
	7	12 N	12	10	15 +	40 NF 1	30 - 1	49 + 1	52	23	
	Des difficultés à partager des repas avec mon entourage n'ayant pas le même type de régime alimentaire que moi										
	6	14 N 3	17 + 2	13	13 1	32 NF 2	31 1	29 2	48 +	30 1	
	Des difficultés d'organisation (cuisine, course, ...)										
	6	8 N	11 +	9	5 -	7	8	5	11	23 3	
	Des problèmes de santé (carences, perte de masse musculaire...)										
	5	5	6	4	6 3	7	8	7	3	27 2	
	Des difficultés à trouver des produits végétariens me convenant dans le commerce										
	4	9 N	9	8	10 2	25 NF 3	20 2	28 2	33	10	
	L'incompréhension, les critiques de mon entourage/famille										
	3	9 N	9	8	12 + 2	27 NF 2	21 2	33 2	36	2	
	Des personnes de mon entourage/famille qui s'y sont opposées										
	2	4 N	6	4	4	12 NF	9	15 3	21	6	
	Une autre difficulté										
	1	0	0	0	1	1	0	-	6	9	
	Aucune difficulté										
	45 FR	38 R	30 -	40	43 +	23	26	20	17	0	
	<b>Nombre moyen de difficultés rencontrées / de raisons d'abandon</b>										
	2,2	2,6 N	2,6	2,6	2,5	2,8 NF	2,7	2,7	3,7 +	2,6	

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 très faible - Résultats pour information à lire avec précaution

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

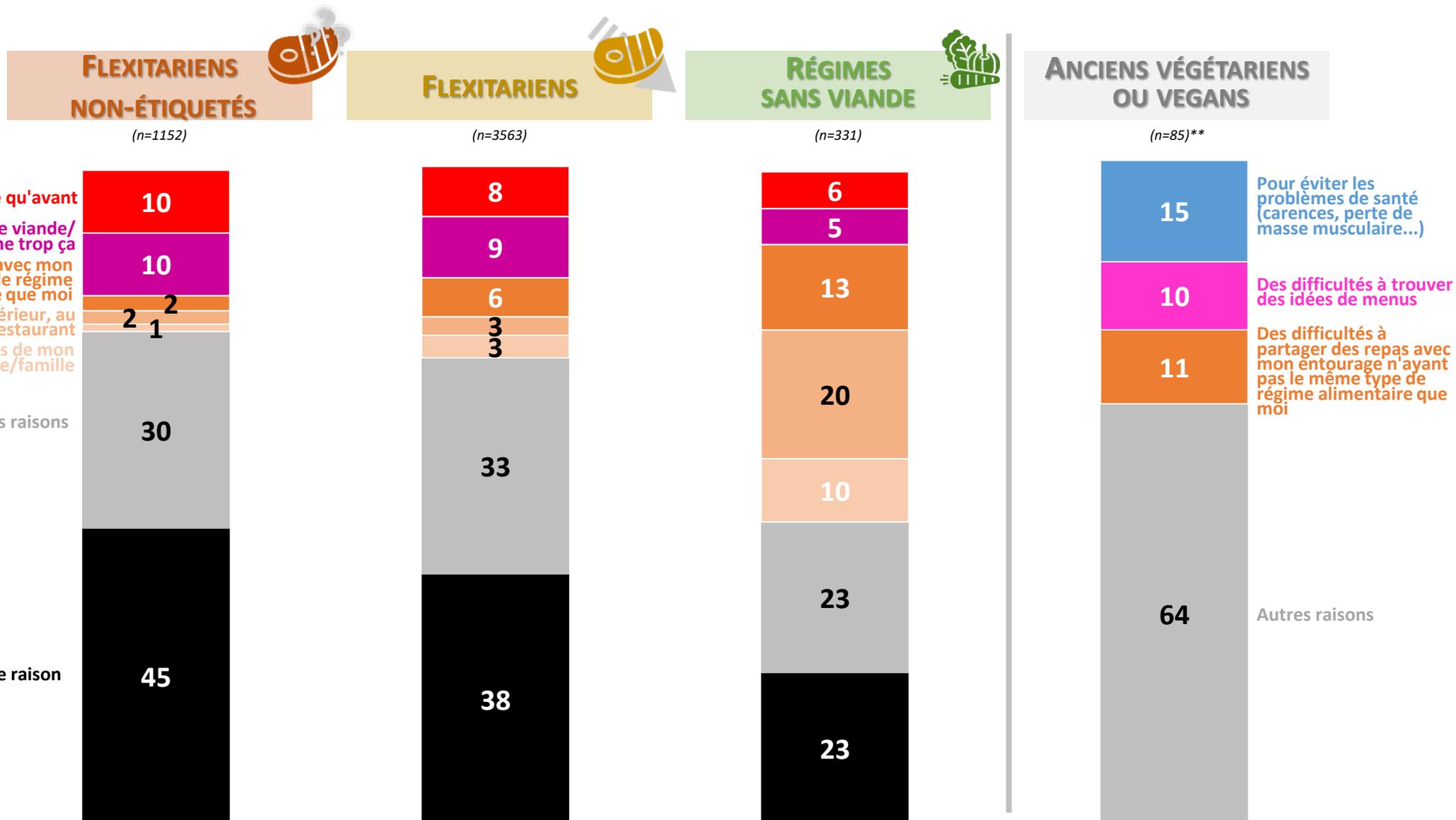
# PRINCIPALE DIFFICULTÉ RENCONTRÉE / RAISON D'ABANDON DU RÉGIME



La vie sociale est fortement impactée par la suppression de la viande de l'alimentation. Pour autant les problèmes de santé seront aussi susceptibles d'entraîner un abandon du régime, suivis tout de même par le manque d'idées de menus et les contraintes liées aux repas partagés avec l'entourage.

Base : A un régime

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



Q12b. Et quelle est ou était votre principale difficulté, QUE CE SOIT PAR LE PASSÉ OU ENCORE ACTUELLEMENT ?

Q14b. Et quelle est votre raison principale?

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

# PRINCIPALE DIFFICULTÉ RENCONTRÉE / RAISON D'ABANDON DU RÉGIME

Peu de différences entre les degrés de flexitariens et les types de régimes sans viande.

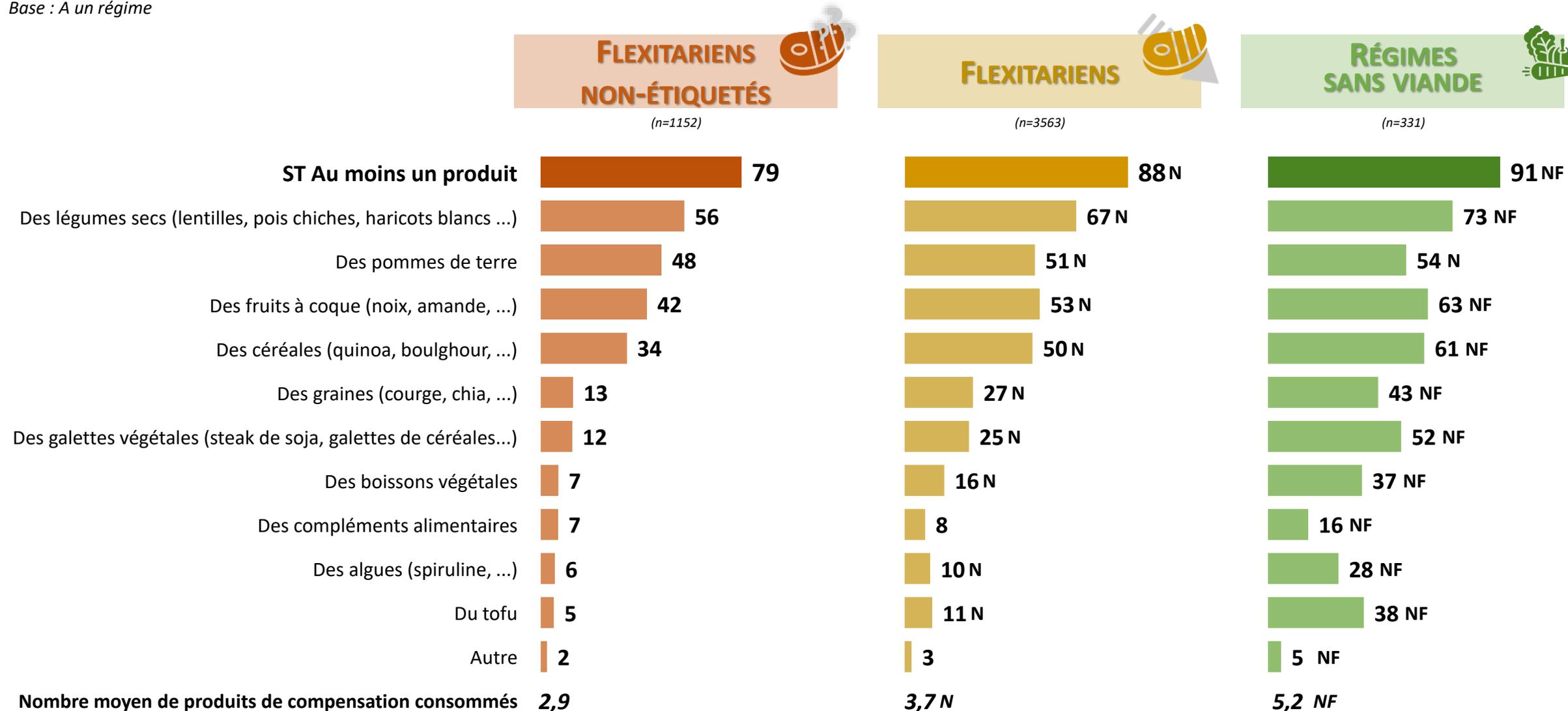
Base : A un régime

SANTÉ	PLAISIR	ORGANISATION	ECONOMIQUE	VIE SOCIALE	CHANGEMENT DE VIE	PRINCIPALE DIFFICULTÉ RENCONTRÉE / RAISON D'ABANDON DU RÉGIME															
						FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS		FLEXITARIENS		Flexitariens modérés		Flexitariens moyens		Flexitariens marqués		RÉGIMES SANS VIANDE		Pescetariens	Végétariens	Végétaliens / Vegans	ANCIENS VÉGÉTARIENS OU VEGANS
						(n=1152)	(n=3563)	(n=982)	(n=1764)	(n=817)	(n=331)	(n=167)	(n=126)	(n=38)	(n=85)**						
						Mon budget courses plus élevé qu'avant	10 FR 1	8 1	8 2	8 2	7 1	6 3	7 2	3	8 3	6 3					
						Des difficultés à trouver des idées de menus	10 R 1	9 R 1	11 1	10 1	6 - 1	5 3	3	9 2	3	-					
						Des difficultés à me priver de certains aliments	9 FR 1	6 R 3	8 + 2	6 3	5 - 2	2	3	1	3	10 2					
						Des difficultés à savoir par quels produits remplacer les protéines animales	4 R 2	7 NR 2	7 2	8 2	6 - 1	2	2	2	6 3	4					
						Des difficultés à respecter strictement mon régime alimentaire sans faire d'écarts	4 2	5 R	6 3	5 3	4 2	3	4 2	1	5 3	2					
						Plus de fatigue	4 R 2	3 R	3	3	2 2	1	2	-	-	6					
						La sensation d'avoir plus vite faim	4 R 2	4 R	3	3	4 2	1	1	1	4	1					
						Des difficultés à partager des repas avec mon entourage n'ayant pas le même type de régime alimentaire que moi	2	6 N	7 2	5 3	6 1	13 NF 2	17 1	9 2	7 3	11 2					
						Des problèmes de santé	2	2	3	1 -	2	2	3	3	-	15 1					
						Des difficultés pour manger à l'extérieur, au restaurant	2	3	3	2 -	4 + 2	20 NF 1	13 - 1	27 + 1	24 1	8 2					
						Des difficultés d'organisation	1 R	2 NR	3	2	1 -	0	-	-	3	9 2					
						L'incompréhension, les critiques de mon entourage/famille	1	3 N	4	3	5 + 2	10 NF 2	7 2	11 2	15 2	-					
						Des difficultés à trouver des produits végétariens me convenant dans le commerce	1	3 N	3	2	3	7 NF 3	7 2	8 2	1 -	1					
						Des personnes de mon entourage/famille qui s'y sont opposées	1	1 N	1	1	2	4 NF	4 2	5	-	2					
						Ma situation familiale a changé										8 2					
						Je ne partage plus leurs convictions										4					
						Ma situation personnelle a changé										3					
						Une autre difficulté	0	0	0	0	1	1	0	-	3	9 2					
						Aucune difficulté	45 FR	38 R	30 -	40	43 +	23	26	20	17	-					
						Non réponse	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-					

# PRODUITS DE COMPENSATION DES PROTÉINES ANIMALES

Logiquement les « sans viande » sont ceux compensant le plus les protéines animales. La hiérarchie est équivalente entre flexitariens non-étiquetés et les flexitariens et est surtout centrée sur des produits « basiques ». Les régimes sans viande vont eux avoir une alimentation « végétale » beaucoup plus variée.

Base : A un régime



# 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



Q5f. Toujours par rapport aux régimes que nous venons de voir, envisagez-vous de changer de régime alimentaire ? (Oui / Non)

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

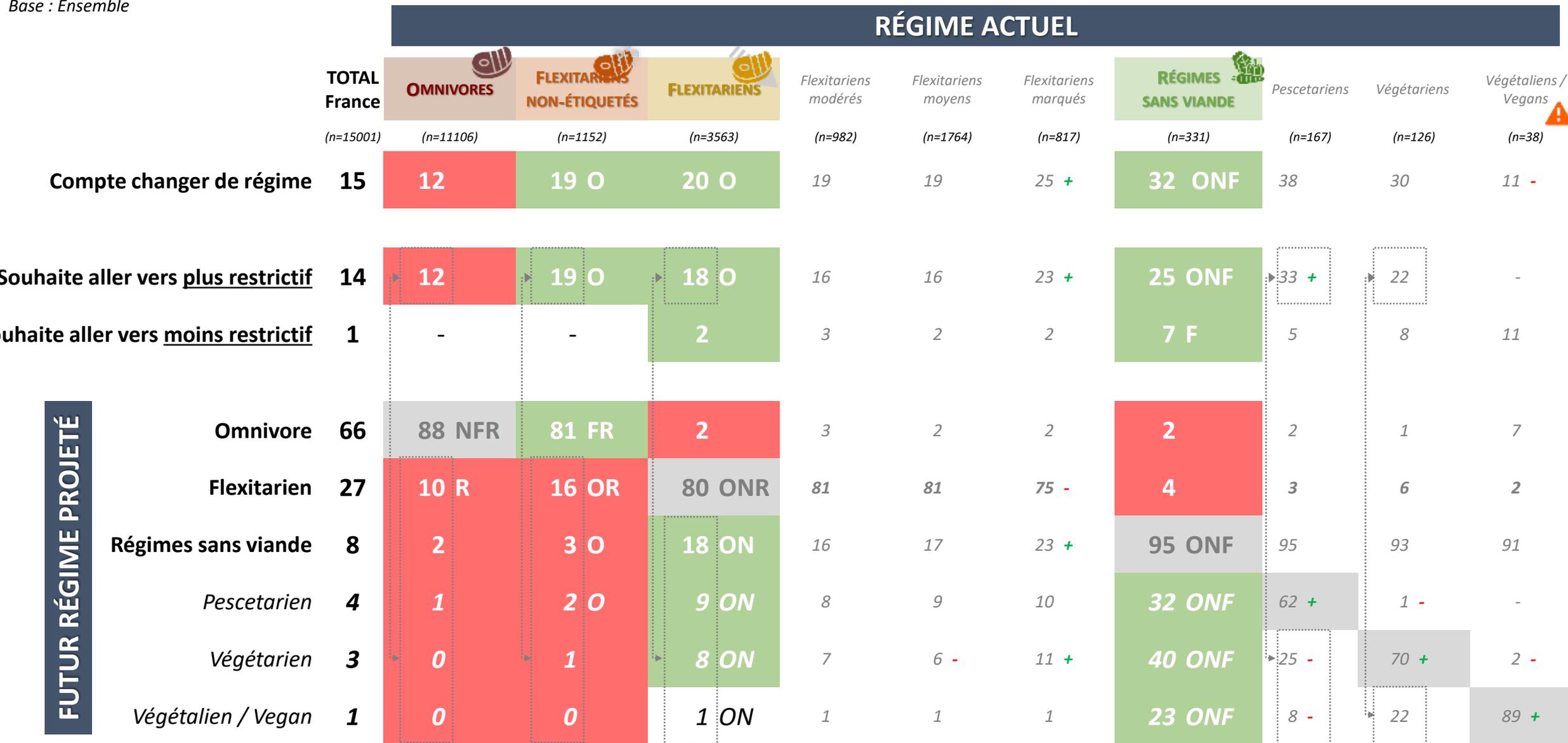
  Significativement inférieur à 90% au total  
  Significativement supérieur à 90% au total

# 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>	
<b>Compte changer de régime</b>	<b>15</b>				<b>14</b>		<b>10</b>	
<b>Souhaite aller vers <u>plus restrictif</u></b>	<b>14</b>		<b>19</b>		<b>13</b>		<b>10</b>	
<b>Souhaite aller vers <u>moins restrictif</u></b>	<b>1</b>		<b>1</b>		<b>1</b>		<b>1</b>	
	<i>Régime actuel</i>	<i>Régime projeté</i>						
<b>Omnivore</b>	<b>74</b>	<b>66</b>	<b>75</b>	<b>62</b>	<b>75</b>	<b>66</b>	<b>73</b>	<b>68</b>
<b>Flexitarien</b>	<b>24</b>	<b>27</b>	<b>22</b>	<b>27</b>	<b>23</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>27</b>
<b>Régimes sans viande</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
<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>

# RAISONS DE NON VÉGÉTARISME

L'attachement à la viande et/ou du poisson est de loin la raison la plus citée de ne pas être végétariens. Pour beaucoup le végétarisme est plus qu'un simple régime alimentaire, il s'agit également de convictions que près d'un tiers des interrogés ne partagent pas. Les flexitariens et pescetariens (qui ont fait le choix de diminuer mais maintenir un apport en protéines animales) vont eux être plus nombreux à craindre les problèmes de santé. Globalement moins de freins chez les pescetariens chez qui, on l'a vu, déjà 1/3 envisage de supprimer le poisson de son alimentation.



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



J'aime trop la viande/poisson pour m'en passer

Je n'y ai jamais réfléchi / Je n'en ai pas envie

Je ne partage pas leurs convictions

J'ai peur d'avoir des problèmes de santé

!/\ notamment chez les plus âgés (un effet de générations?)

J'aurais du mal à savoir par quels produits remplacer la viande et le poisson

Ce serait trop contraignant lors des repas partagés avec mon entourage

Je pense que j'aurais du mal à trouver des idées de menus

Ce serait trop compliqué pour s'organiser (cuisine, courses, ...)

Cela coûterait trop cher

J'ai peur d'avoir faim

Ce serait trop contraignant pour manger à l'extérieur, au restaurant

J'ai peur d'être plus fatigué(e)

Les produits végétariens que je trouve dans le commerce ne me conviennent pas

Mon entourage/famille s'y opposerait

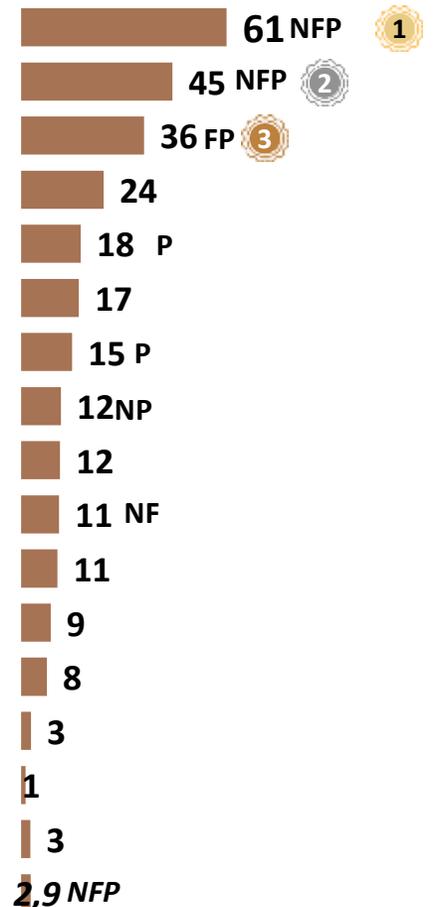
Pour ne pas être jugé(e)/critiqué(e) par les autres

Pour d'autres raisons

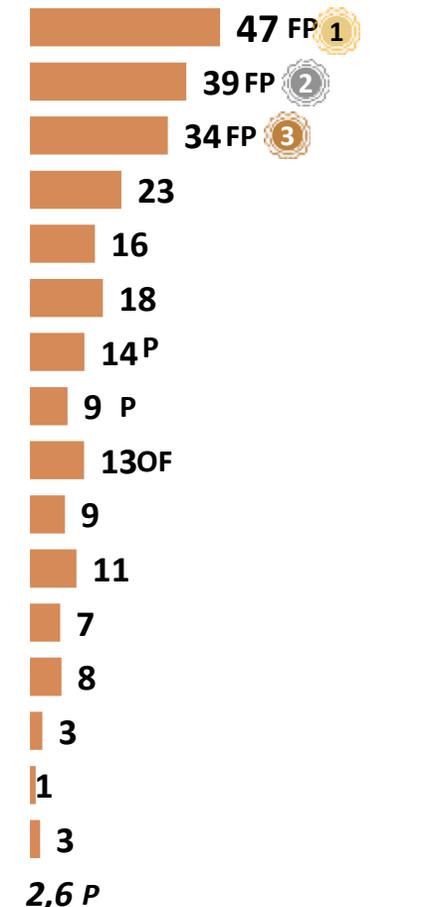
Nombre moyen de raisons de non-végétarisme



(n=11024)



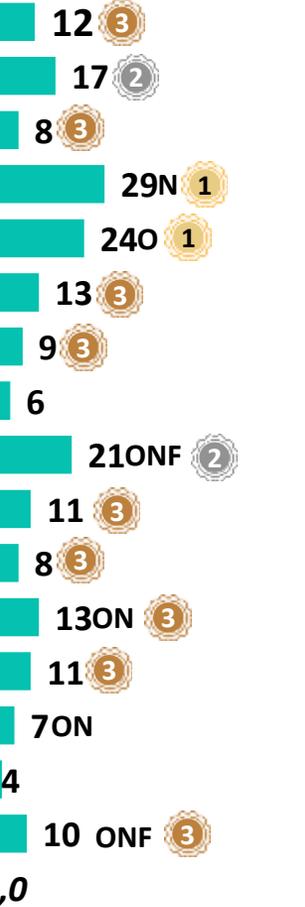
(n=1144)



(n=3525)



(n=161)



# RAISONS DE NON VÉGÉTARISME

Moins de freins mentionnés chez les flexitariens marqués, chez qui, on l'a vu, déjà 22% envisagent de supprimer la viande de leur alimentation.

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

SANTÉ	PLAISIR	ORGANISATION	ECONOMIQUE	INFLUENCE	TOTAL France	OMNIVORES	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS	FLEXITARIENS	Flexitariens modérés	Flexitariens moyens	Flexitariens marqués	Pescetariens	
					(n=14709)	(n=11024)	(n=1144)	(n=3525)	(n=975)	(n=1745)	(n=805)	(n=161)	
					J'aime trop la viande/poisson pour m'en passer	55	61 NFP 1	47 FP 1	40 P 1	42	42 +	30 - 1	12 3
					Je n'y ai jamais réfléchi / Je n'en ai pas envie	40	45 NFP 2	39 FP 2	27 P 2	31 +	26	25 2	17 2
					Je ne partage pas leurs convictions	33	36 FP 3	34 FP 3	24 3	25	24	21 3	8 3
					J'ai peur d'avoir des problèmes de santé (carences, perte de masse musculaire, ...)	25	24	23	27 ON 2	29	28	23 - 2	29 N 1
					Ce serait trop contraignant lors des repas partagés avec mon entourage	19	17	18	23 ON 3	24	24	22 2	24 O 1
					J'aurais du mal à savoir par quels produits remplacer la viande et le poisson	18	18 P	16	20 ONP	23 +	21	14 -	13 3
					Je pense que j'aurais du mal à trouver des idées de menus	15	15 P	14 P	17 ONP	19	18	12 -	9 3
					Ce serait trop compliqué pour s'organiser (cuisine, courses, ...)	12	12 NP	9	13 ONP	14	14	10 -	6 2
					Ce serait trop contraignant pour manger à l'extérieur, au restaurant	12	11	11	15 ON	17	14	15	21 ONF 3
					Cela coûterait trop cher	12	12	13 OF	11	13	11	10	11 3
					J'ai peur d'avoir faim	10	11 NF	9	8	10 +	8	5 -	8
					J'ai peur d'être plus fatigué(e)	9	9	7	10 ON	14 +	10	7 -	13 ON 3
					Les produits végétariens que je trouve dans le commerce ne me conviennent pas	9	8	8	12 ON	12	13	12	11 3
					Mon entourage/famille s'y opposerait	3	3	3	4 O	4	4	3	7 ON 3
					Pour ne pas être jugé(e)/critiqué(e) par les autres	1	1	1	2	2	1	2	4
					Pour d'autres raisons	4	3	3	6 ON	3 -	5	10 +	10 ONF
					<b>Nombre moyen de raisons de non-végétarisme</b>	<b>2,8</b>	<b>2,9 NFP</b>	<b>2,6 P</b>	<b>2,6 P</b>	<b>2,8 +</b>	<b>2,6</b>	<b>2,2 -</b>	<b>2,0</b>

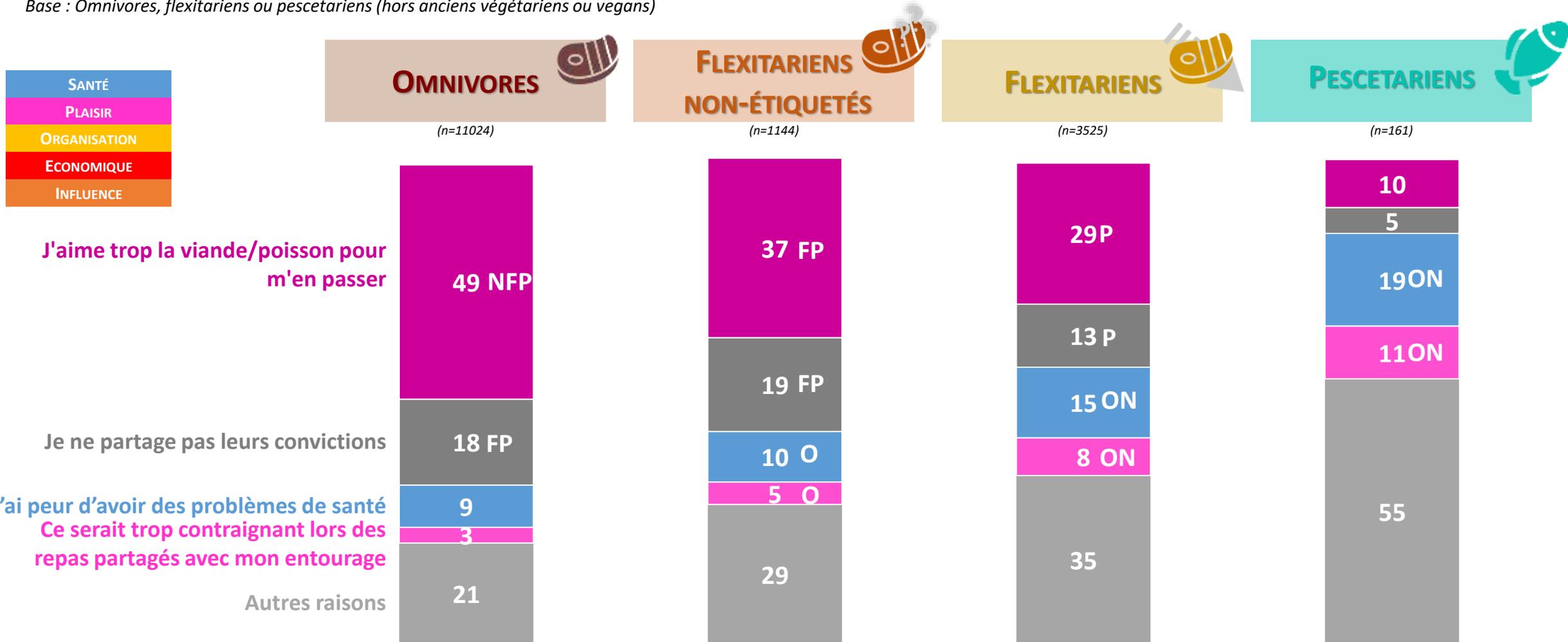
Q13a. Quelles sont toutes les raisons pour lesquelles vous n'êtes pas végétarien (c'est-à-dire une personne ne consommant ni viande, ni poisson, ni fruits de mer) ?

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# 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.

# PRINCIPALE RAISON DE NON VÉGÉTARISME

Peu de différences entre les degrés de flexitarisme.

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

SANTÉ PLAISIR ORGANISATION ECONOMIQUE INFLUENCE		TOTAL France	OMNIVORES	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉS	FLEXITARIENS	Flexitariens modérés	Flexitariens moyens	Flexitariens marqués	Pescetariens
		(n=14709)	(n=11024)	(n=1144)	(n=3525)	(n=975)	(n=1745)	(n=805)	(n=161)
	J'aime trop la viande/poisson pour m'en passer	43	1 49 NFP	1 37 FP	1 29 P	32 1	31	22 - 1	10 2
	Je ne partage pas leurs convictions	17	2 18 FP	2 19 FP	3 13 P	13 2	13	13 2	5 3
	J'ai peur d'avoir des problèmes de santé (carences, perte de masse musculaire, ...)	10	3 9	3 10 O	2 15 ON	14 2	15	14 2	19 ON 1
	J'aurais du mal à savoir par quels produits remplacer la viande et le poisson	5	4	5	6 ON	7 3	7	5 -	7 2
	Ce serait trop contraignant lors des repas partagés avec mon entourage	4	3	5 O	8 ON	6 3	7	10 + 3	11 ON 2
	Cela coûterait trop cher	3	3	6 OF	4 O	5	3	4	6 2
	Je pense que j'aurais du mal à trouver des idées de menus	3	3	3	4 ON	5	4	4	4 3
	Ce serait trop compliqué pour s'organiser (cuisine, courses, ...)	3	2	2	3 ON	3	4	3	4 3
	J'ai peur d'avoir faim	2	2 F	3 F	2	3 +	1	2	2
	Les produits végétariens que je trouve dans le commerce ne me conviennent pas	2	1	1	4 ON	3	3	6 +	6 2
	Ce serait trop contraignant pour manger à l'extérieur, au restaurant	2	1	2 O	3 ON	3	2 -	5 +	7 2
	J'ai peur d'être plus fatigué(e)	1	1	2	2 O	3	2	2	4 3
	Mon entourage/famille s'y opposerait	1	1	1	1	1	1	1	3
	Pour ne pas être jugé(e)/critiqué(e) par les autres	0	0	1	0	0	0	1	3
	Pour d'autres raisons	3	2	2	5 ON	3 -	5	9 +	9

## 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

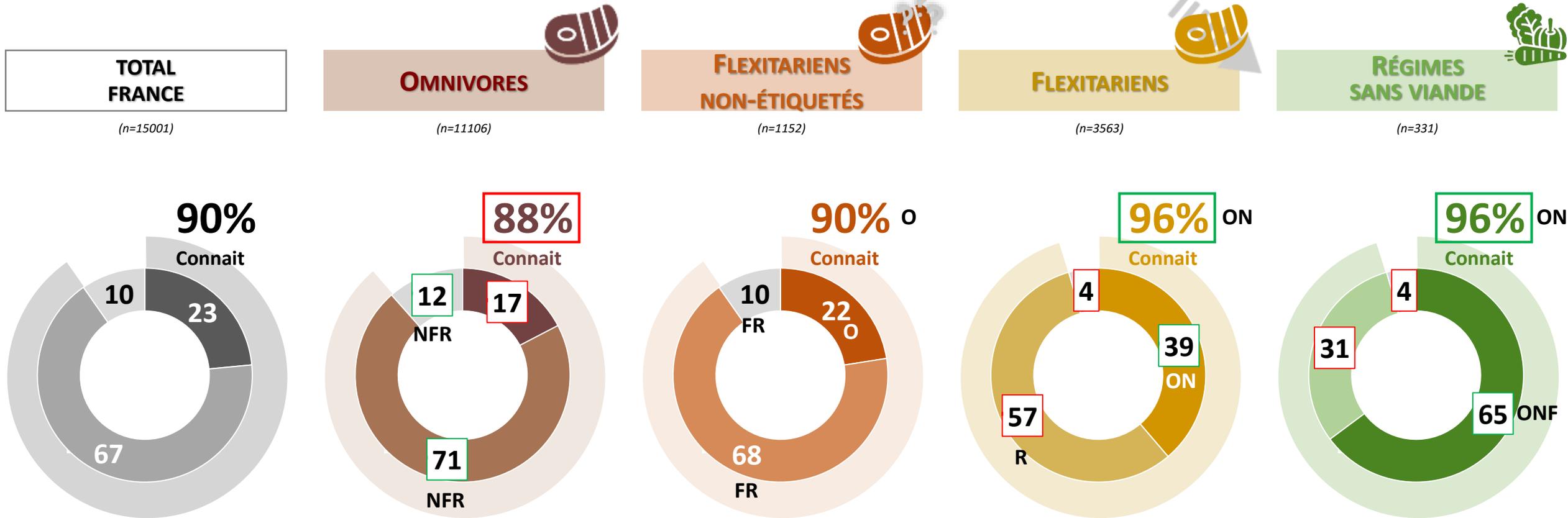
4.

## 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



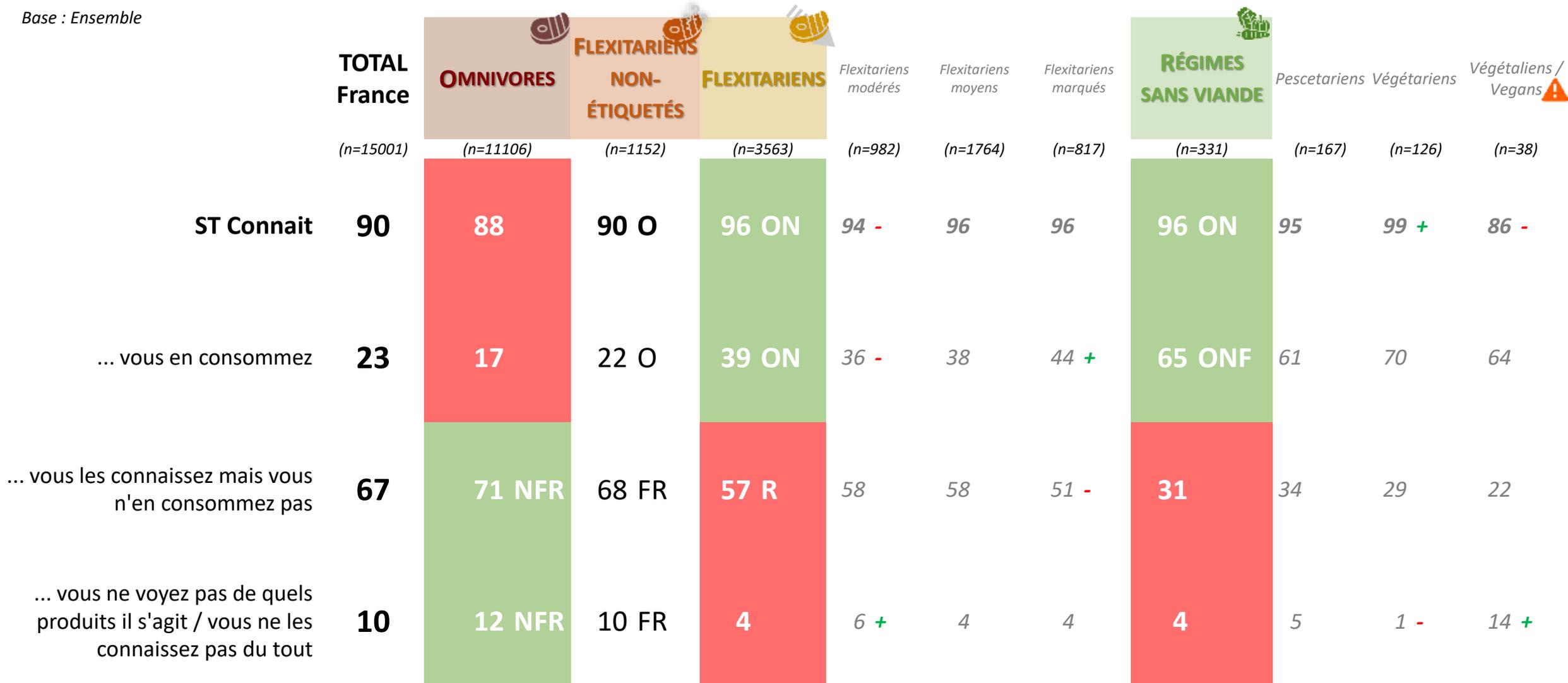
- ... vous en consommez
- ... vous les connaissez mais vous n'en consommez pas
- ... vous ne voyez pas de quels produits il s'agit / vous ne les connaissez pas du tout

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

# CONNAISSANCE & CONSOMMATION DES PRODUITS VÉGÉTARIENS/VÉGÉTAUX

Au sein des flexitariens, les « marqués » (moins consommateurs de viande) sont nettement plus consommateurs de ce type de produits, mais le taux reste inférieur aux régimes sans viande.

Base : Ensemble



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

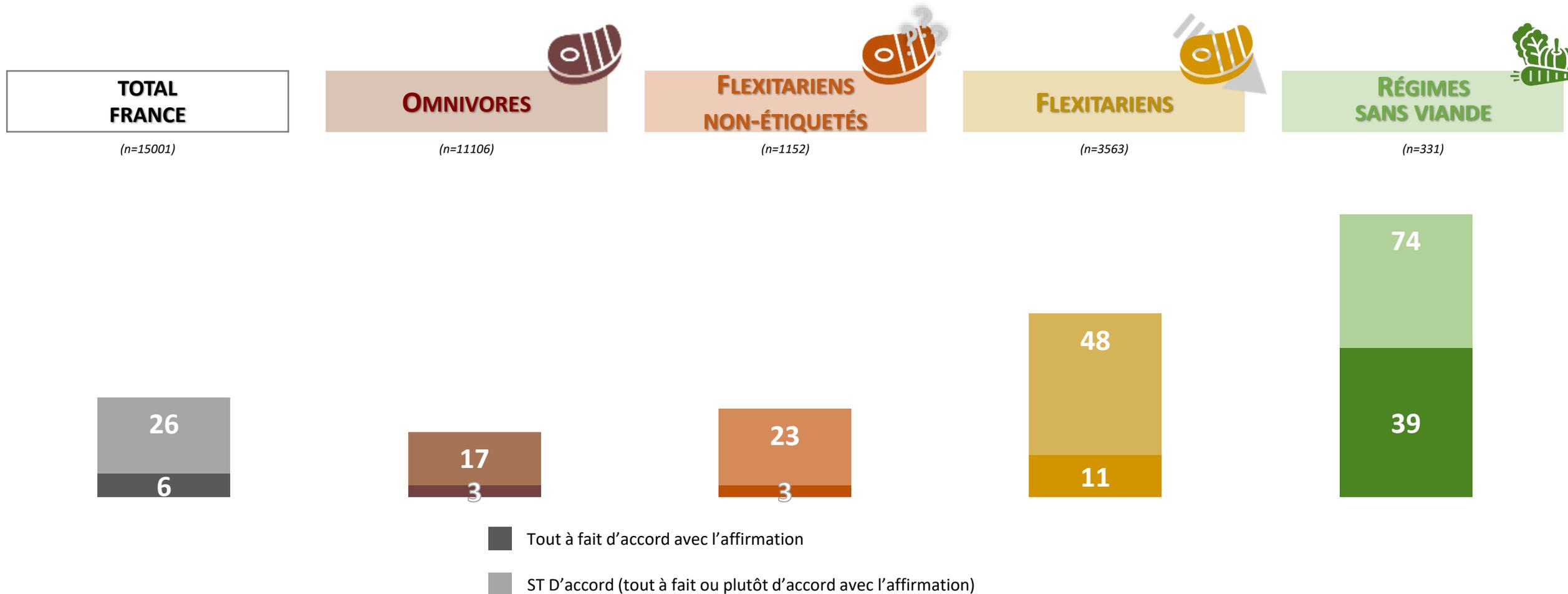
■ Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# 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)

# INTÉRÊT POUR LES NOUVEAUX PRODUITS VÉGÉTARIENS/VÉGÉTAUX

Plus la consommation de viande est réduite plus ces produits intéressent.

Base : Ensemble

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

	TOTAL France (n=15001)	OMNIVORES (n=11106)	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉ (n=1152)	FLEXITARIEN (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)
ST D'accord	26	17	23 O	48 ON	45	47	54 +	74 ONF	73	76	76
Tout à fait d'accord	6	3	3	11 ON	10	9	15 +	39 ONF	35	44	35

Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution

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)

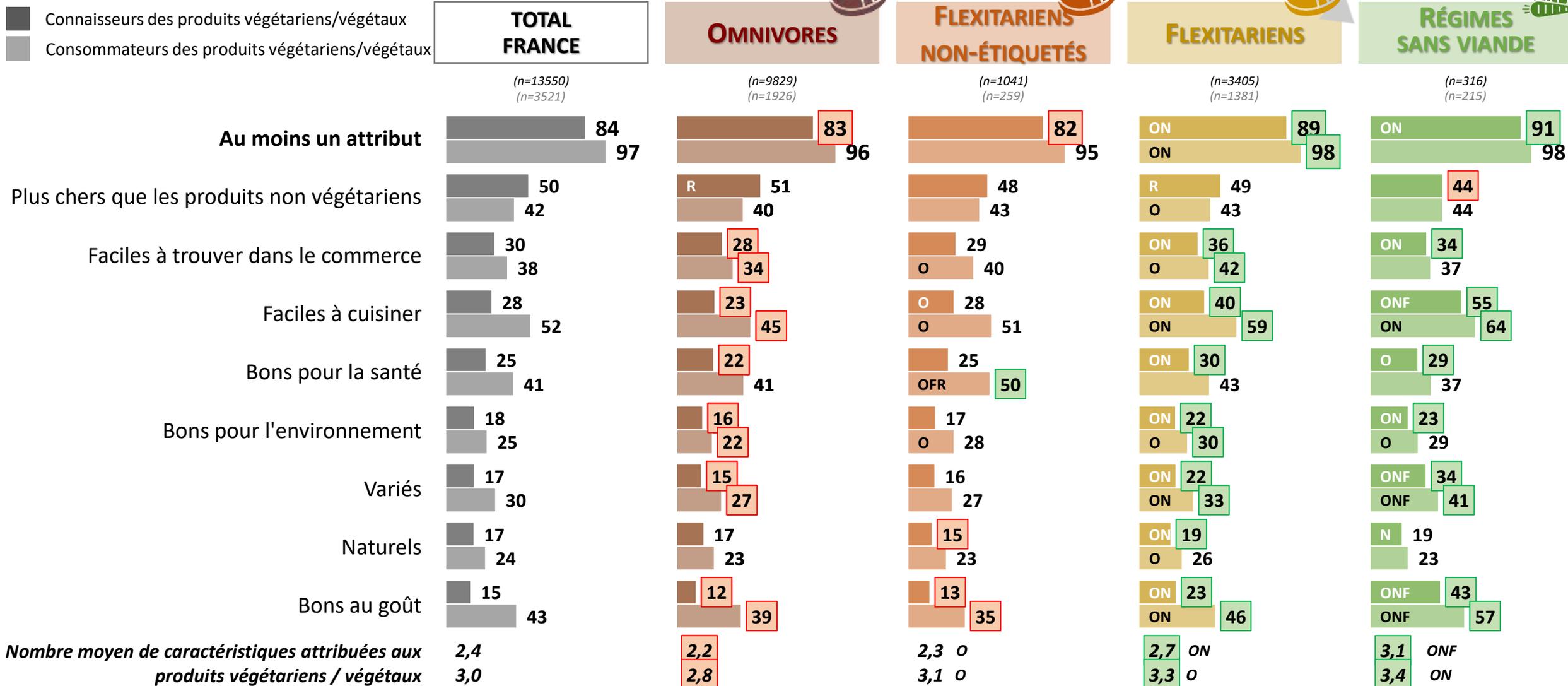
Significativement supérieur/ inférieur à 90% au total

# 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

# IMAGE DES PRODUITS VÉGÉTARIENS/VÉGÉTAUX

Peu de différences au sein des flexitariens, si ce n'est sur le goût plus apprécié par les flexitariens marqués. Par contre une meilleure image chez les végétaliens / vegans notamment sur la facilité à les trouver dans le commerce, à les cuisiner et sur leur variété.



Base : Connaisseurs des produits végétariens/végétaux  
 Consommateurs des produits végétariens/végétaux

		TOTAL France	OMNIVORES	FLEXITARIENS NON-ÉTIQUETÉ	FLEXITARIEN	Flexitariens modérés	Flexitariens moyens	Flexitariens marqués	RÉGIMES SANS VIANDE	Pescetariens	Végétariens	Végétaliens / Vegans
		(n=13550) (n=3521)	(n=9829) (n=1926)	(n=1041) (n=259)	(n=3405) (n=1381)	(n=925) (n=352)	(n=1697) (n=666)	(n=784) (n=364)	(n=316) (n=215)	(n=159) (n=102)	(n=125) (n=88)	(n=33) (n=25)
		Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs	Connaisseurs
Au moins un attribut	Connaisseurs	84	83	82	89 ON	88	89	91	91 ON	92	89	97
	Consommateurs	97	96	95	98 ON	98	98	98	98	92	89	97
Plus chers que les produits non végétariens	Connaisseurs	50	51 R	48	49 R	49	51	47	44	41	45	55
	Consommateurs	42	40	43	43 O	43	43	43	44	41	45	55
Faciles à trouver dans le commerce	Connaisseurs	30	28	29	36 ON	35	36	37	34 ON	40	23 -	53 +
	Consommateurs	38	34	40 O	42 O	39	44	43	37	40	23 -	53 +
Faciles à cuisiner	Connaisseurs	28	23	28 O	40 ON	37	40	43	55 ONF	53	54	72 +
	Consommateurs	52	45	51 O	59 ON	53 -	62	61	64 ON	53	54	72 +
Bons pour la santé	Connaisseurs	25	22	25	30 ON	31	29	34 +	29 O	37 +	19 -	28
	Consommateurs	41	41	50 OFR	43	40	42	46	37	37 +	19 -	28
Bons pour l'environnement	Connaisseurs	18	16	17	22 ON	23	22	22	23 ON	24	21	29
	Consommateurs	25	22	28 O	30 O	30	30	29	29 O	24	21	29
Variés	Connaisseurs	17	15	16	22 ON	23	21	25 +	34 ONF	31	33	53 +
	Consommateurs	30	27	27	33 ON	33	31	38 +	41 ONF	31	33	53 +
Naturels	Connaisseurs	17	17	15	19 ON	20	19	20	19 N	20	16	30
	Consommateurs	24	23	23	26 O	27	27	25	23	20	16	30
Bons au goût	Connaisseurs	15	12	13	23 ON	20 -	22	27 +	43 ONF	41	41	56
	Consommateurs	43	39	35	46 ON	42	47	49	57 ONF	41	41	56
Aucune des ces propositions	Connaisseurs	16	17 FR	18 FR	11	12	11	9	9	8	11	3
	Consommateurs	3	4 F	5 F	2	2	2	2	2	8	11	3
Nombre moyen de caractéristiques attribuées aux produits végétariens / végétaux	Connaisseurs	2,4	2,2	2,3 O	2,7 ON	2,7	2,7	2,8	3,1 ONF	3,1	2,8	3,9 +
	Consommateurs	3,0	2,8	3,1 O	3,3 O	3,1	3,3	3,4	3,4 ON	3,1	2,8	3,9 +

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 ... ? Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution

Même si vous ne les consommez pas, veuillez répondre selon l'idée que vous vous en faites.

Significativement supérieur/ inférieur 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

## ■ Pourquoi ?

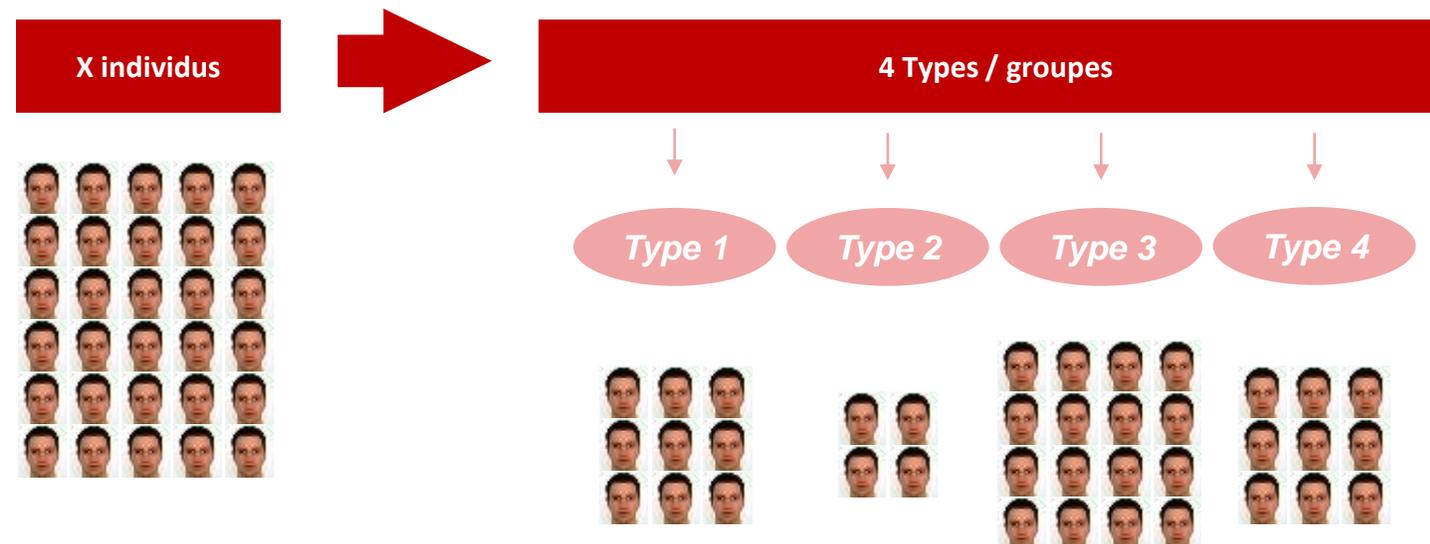
- Rassembler des sujets, c'est à dire des individus, qui ont des attitudes et/ou comportements **identiques**...
- ... Et obtenir plusieurs groupes d'individus aussi homogènes que possible au sein d'un même groupe, MAIS aussi hétérogènes que possible vis-à-vis des autres groupes

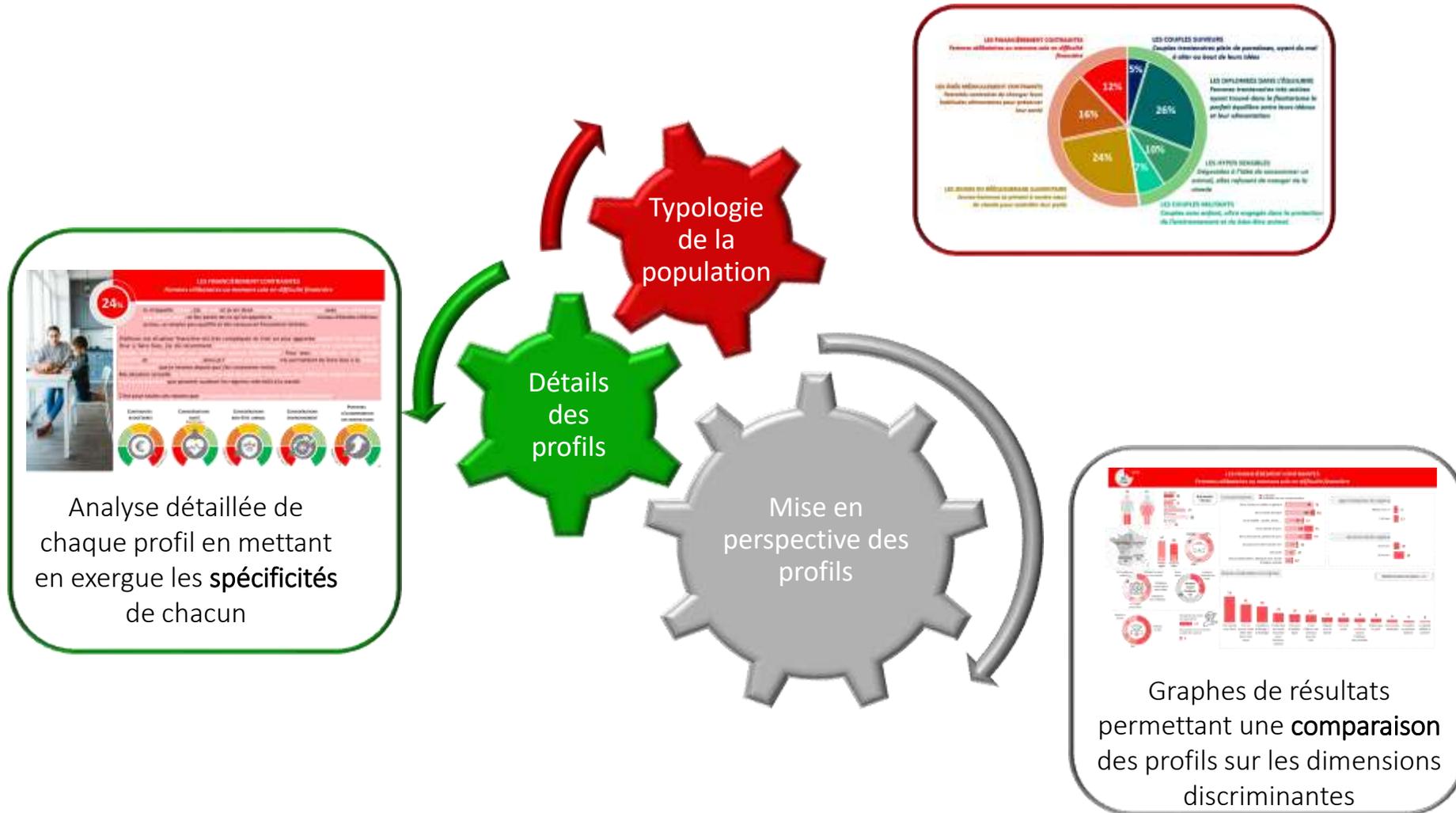
## ■ Comment ?

- En identifiant des similarités entre individus en termes de comportements et d'attitudes vis-à-vis des produits qu'ils utilisent, et de manière plus globale en fonction de l'ensemble de leurs réponses pouvant impacter le choix et l'usage de ces produits

## ■ Quelle méthodologie statistique ?

- Traitement des variables actives via une Analyse en composante principale (ACP)
- Regroupement des variables via un Kmeans sur les facteurs de l'ACP
- Classification ascendante hiérarchique (CAH) pour l'obtention des 7 groupes d'individus (stabilisé grace à une analyse factorielle discriminante (AFD))





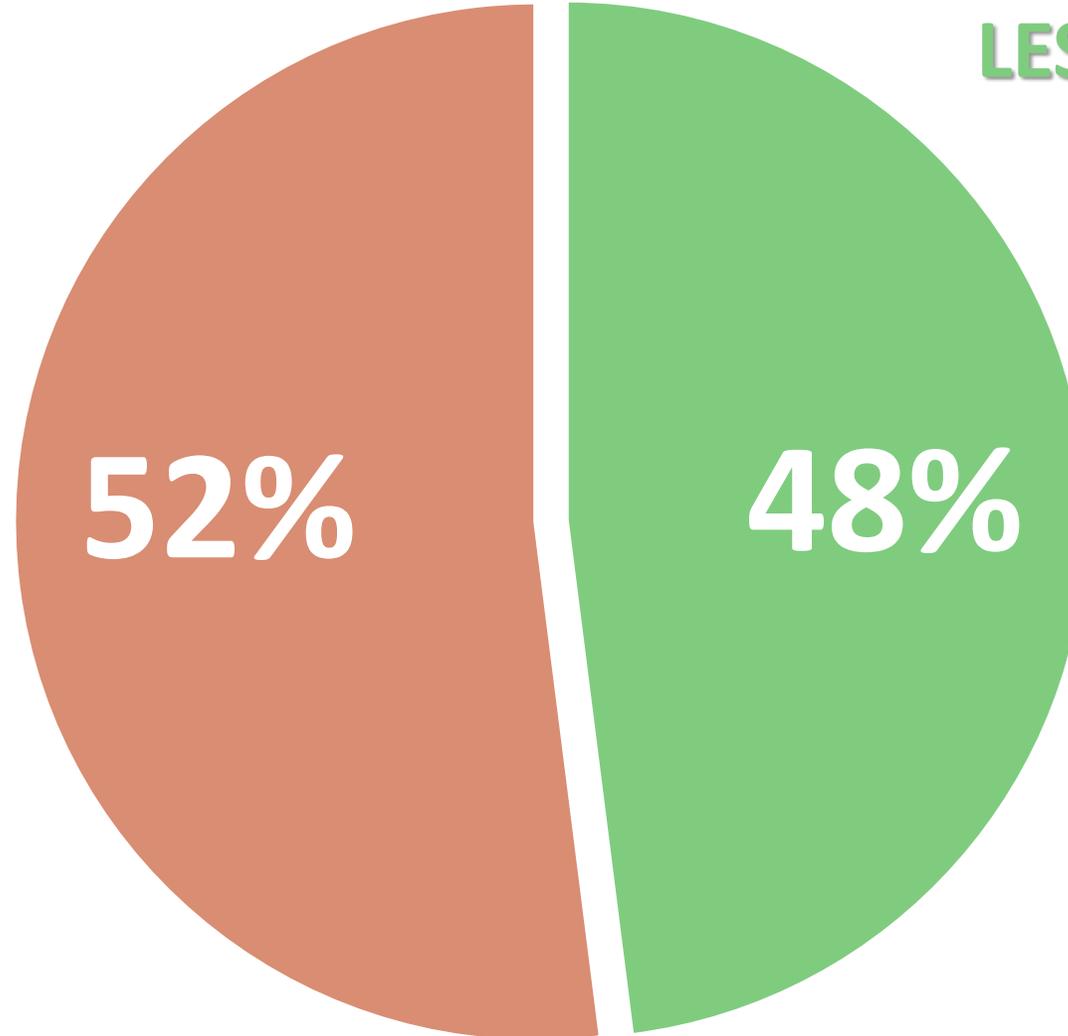
- Q9A. RAISON D'ADOPTION DU RÉGIME
- Q12A. DIFFICULTÉES RENCONTRÉES SUITE À L'ADOPTION DU RÉGIME
- Q15A. OPINIONS SUR LA CONSOMMATION DE VIANDE ET LE VÉGÉTARISME
- Q15B. HABITUDES ALIMENTAIRES
- Q17. MODES DE VIE / CONVICTIONS PERSONNELLES
- Q19. ENGAGEMENT ASSOCIATIF

## 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

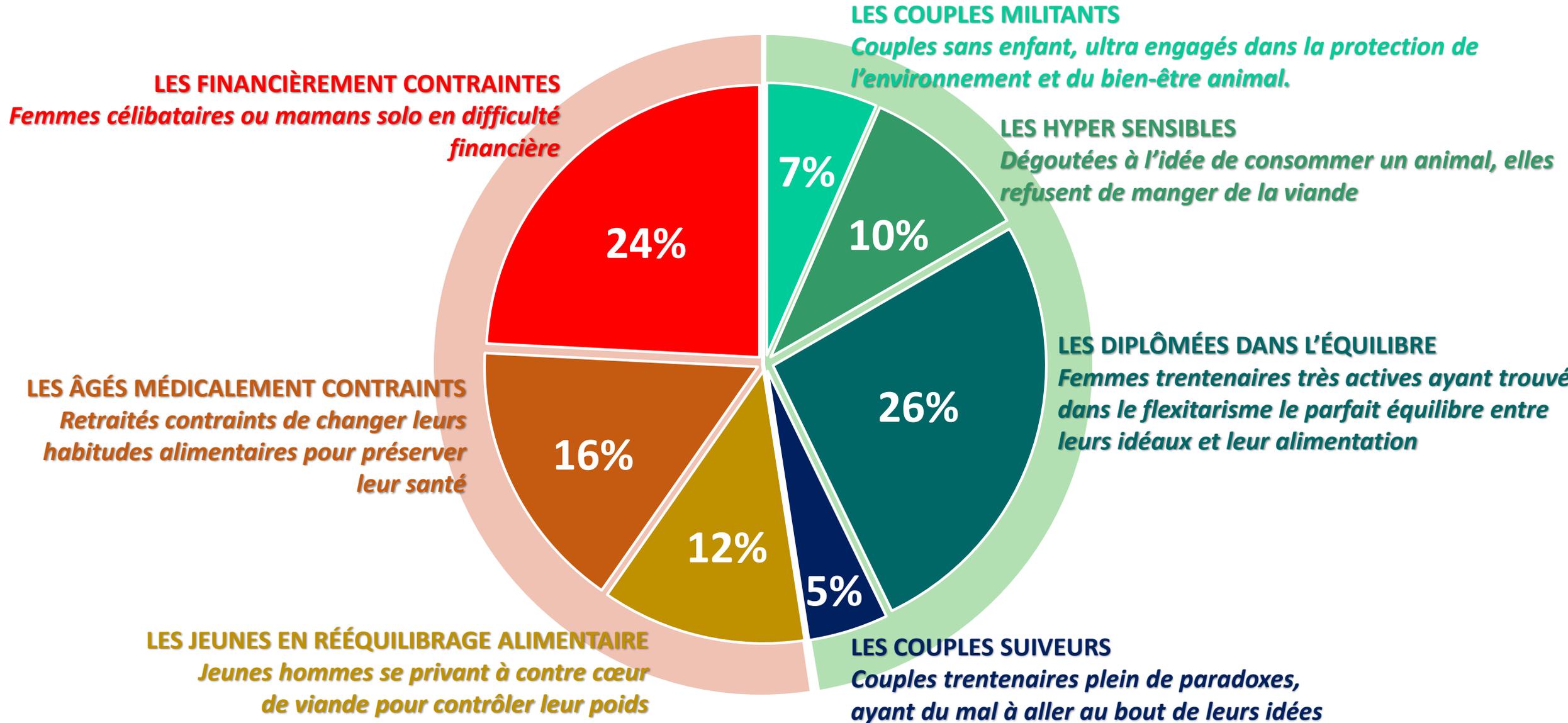
*Population ayant dû changer d'habitudes alimentaires pour solutionner une ou des difficultés*



### LES NON CONTRAINTS

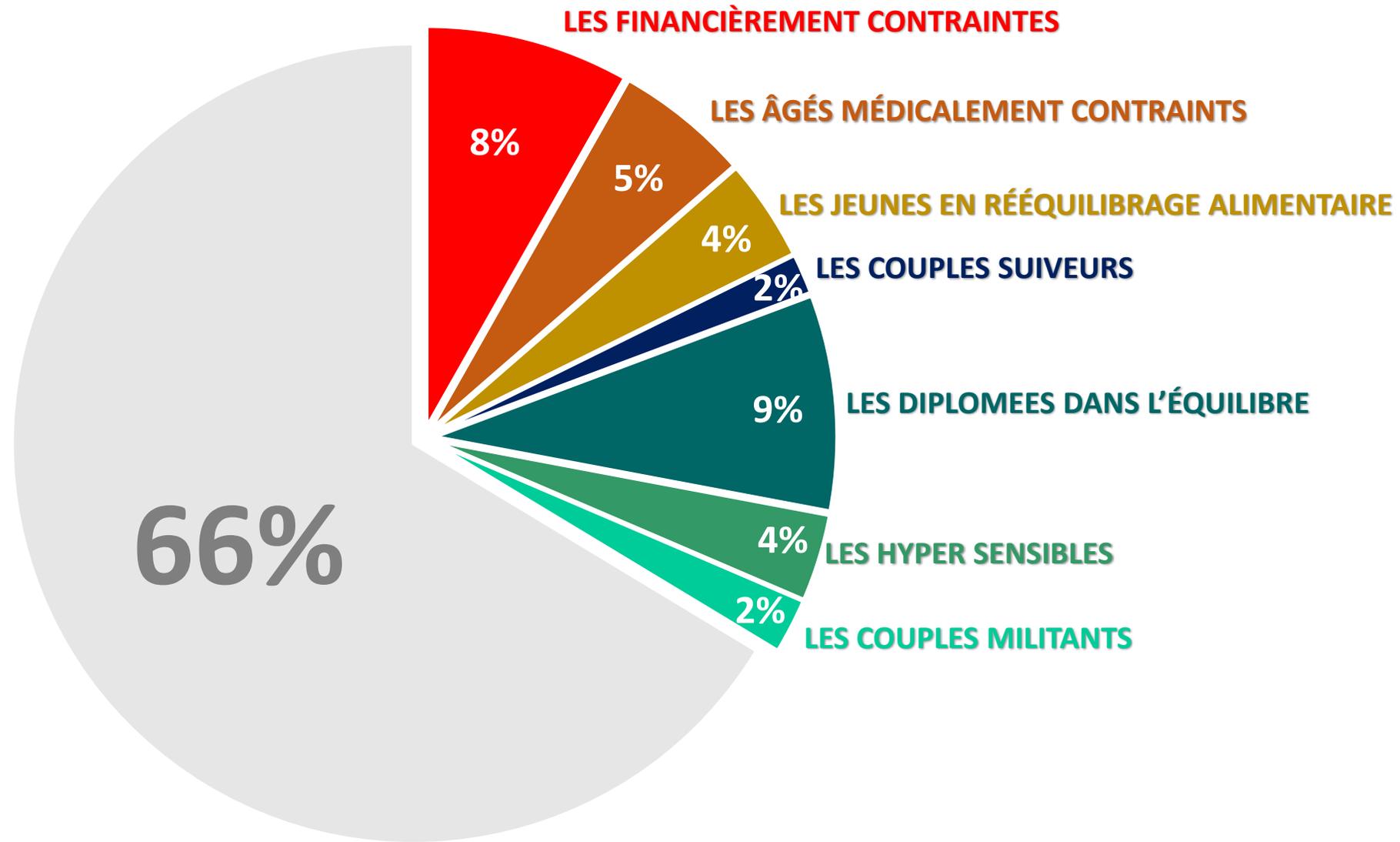
*Population ayant adopté un régime par choix philosophique*

# 7 TYPES DE FRANÇAIS QUI NE SONT PAS OMNIVORES

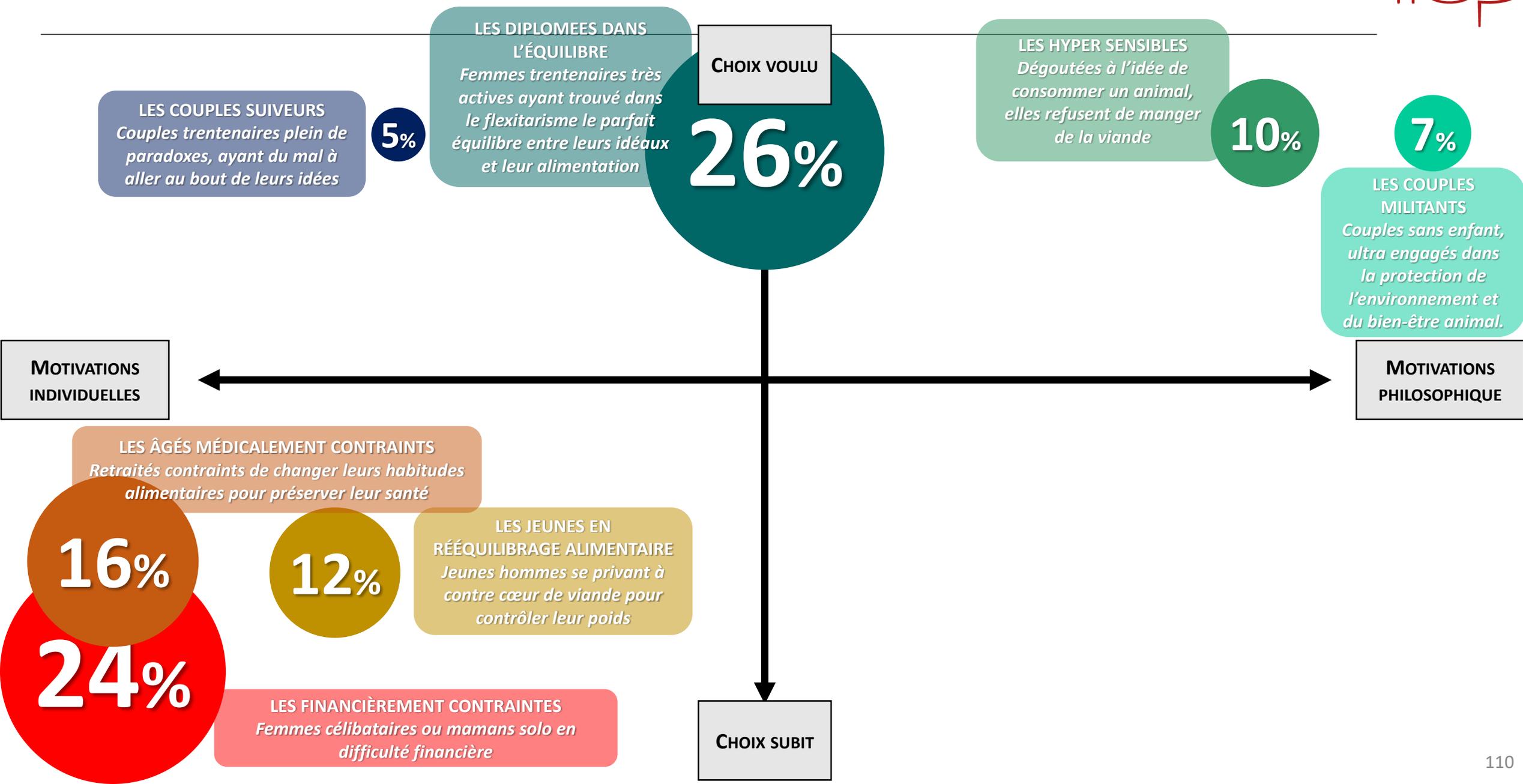


# 7 TYPES DE FRANÇAIS QUI NE SONT PAS OMNIVORES

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)
<b>Les FINANCIEREMENT CONTRAINTES</b>	24	35	22	23	22	22	13
<b>Les AGES MEDICALEMENT CONTRAINTS</b>	16	29	13	15	15	8	1
<b>Les JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE</b>	12	12	13	18	13	6	3
<b>Les COUPLES SUIVEURS</b>	5	5	5	6	4	4	6
<b>Les DIPLOMÉS DANS L'ÉQUILIBRE</b>	26	15	31	27	33	31	8
<b>Les HYPER SENSIBLES</b>	10	1	9	6	8	17	50
<b>Les COUPLES MILITANTS</b>	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)
<b>FLEXITARIENS NON-ETIQUETÉS</b>	<b>23</b>	32	42	<b>23</b>	<b>23</b>	14	3	8
<b>FLEXITARIENS</b>	<b>71</b>	64	58	75	<b>69</b>	84	65	<b>73</b>
<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
<b>REGIMES SANS VIANDE</b>	<b>7</b>	3	0	2	<b>8</b>	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)
<b>FLEXITARIENS NON-ETIQUETÉS</b>	8	3	2	0,9	0,4	1,2	0,1	0,2
<b>FLEXITARIENS</b>	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
<b>REGIMES SANS VIANDE</b>	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

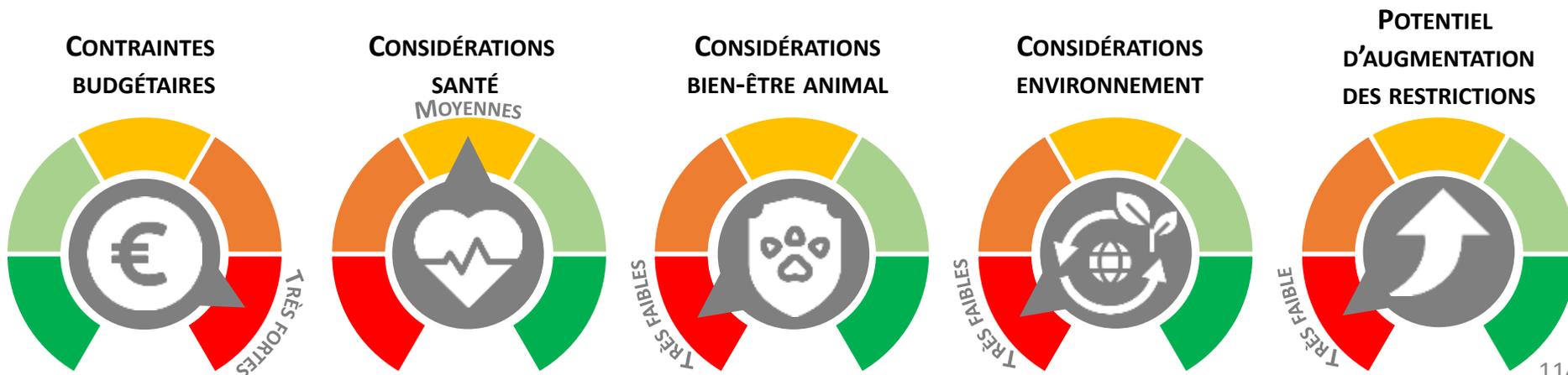
### Femmes célibataires ou mamans solo en difficultés financières

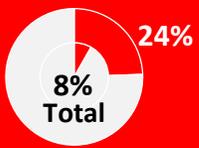
Je m'appelle Céline, j'ai 45 ans et je vis dans une petite ville de province avec mon adolescent que j'éleve seule. Je fais partie de ce qu'on appelle la classe populaire : niveau d'études inférieur au bac, un emploi peu qualifié et des ressources financières limitées.

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.

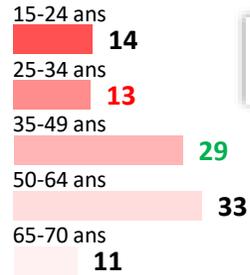
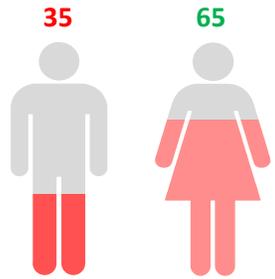
C'est pour toutes ces raisons que je ne projette pas de changer de mode d'alimentation.





# LES FINANCIÈREMENT CONTRAINTES

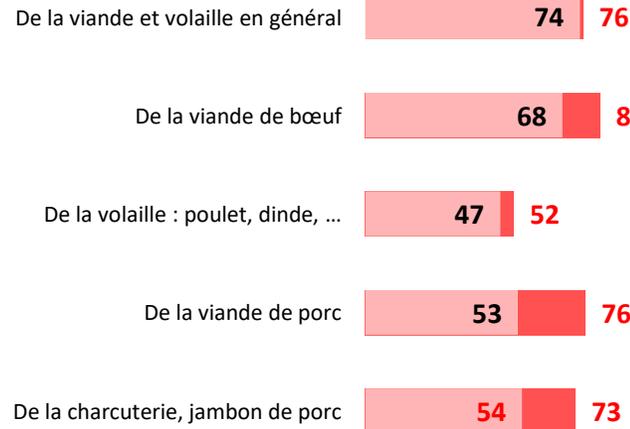
## Femmes célibataires ou mamans solo en difficulté financière



Age moyen :  
45 ans

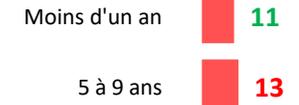
### Consommation

■ Limitation  
■ Limitation ou non consommation



Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

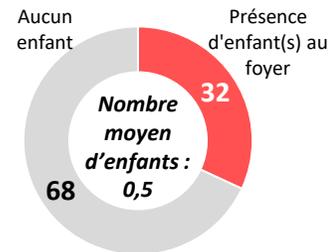
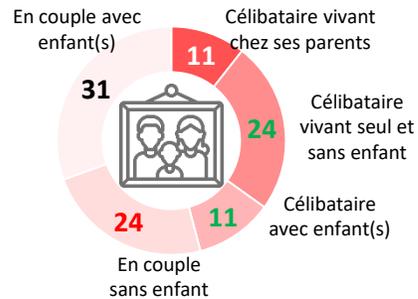
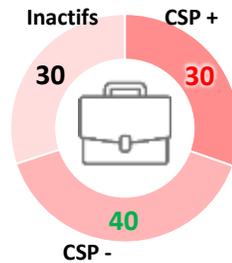
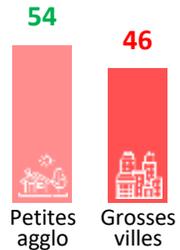
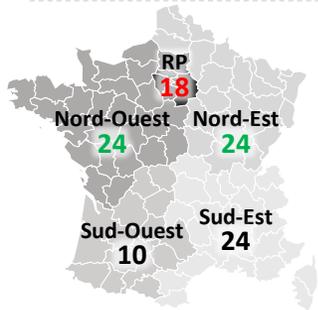
### Ancienneté du régime



### Age d'adoption du régime

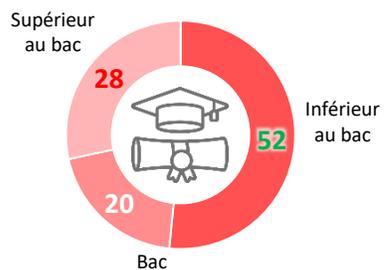
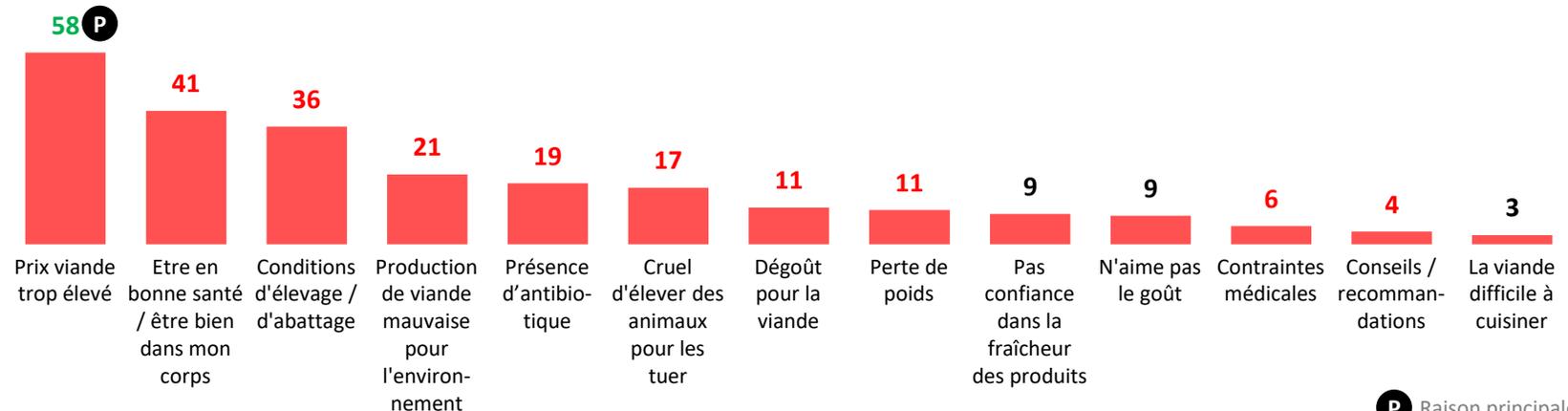


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

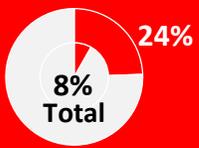


### Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : 2,5



<sup>P</sup> Raison principale



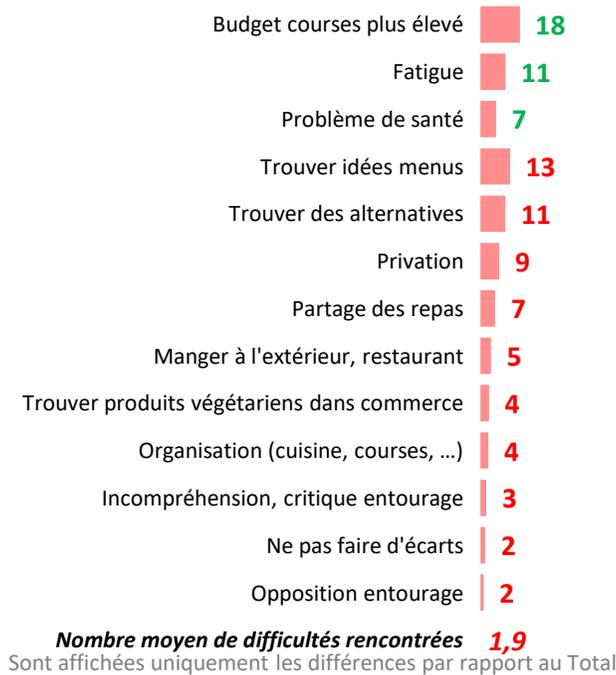
# LES FINANCIÈREMENT CONTRAINTES

## Femmes célibataires ou mamans solo en difficulté financière

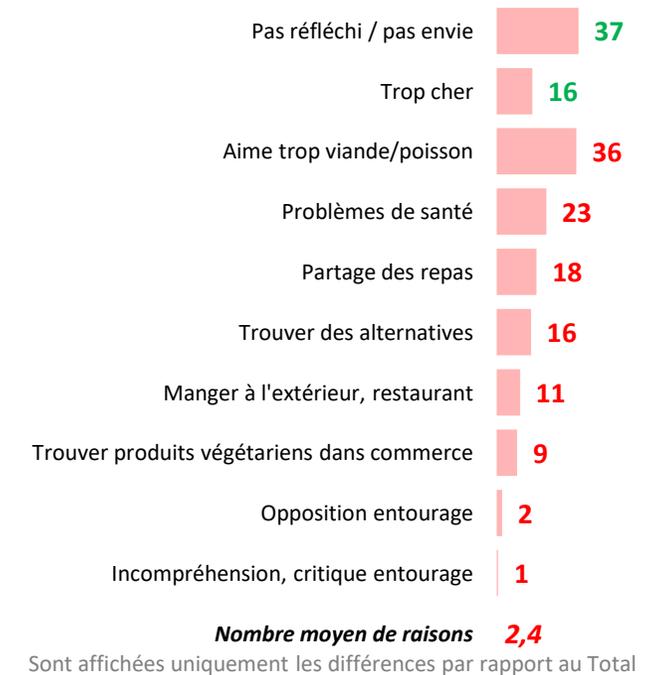
### Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



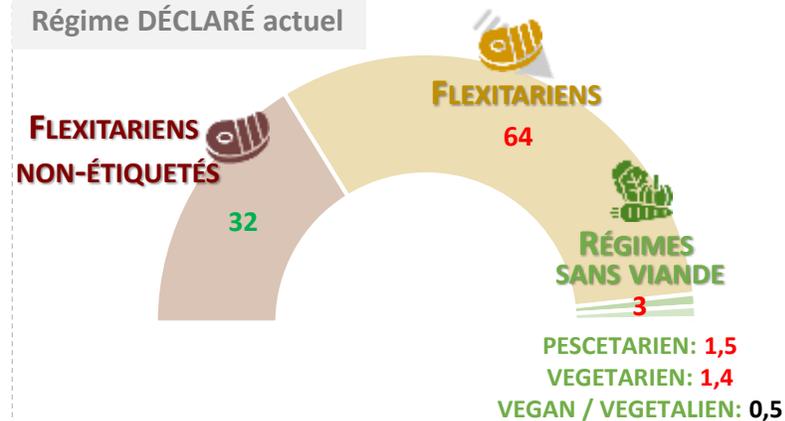
### Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



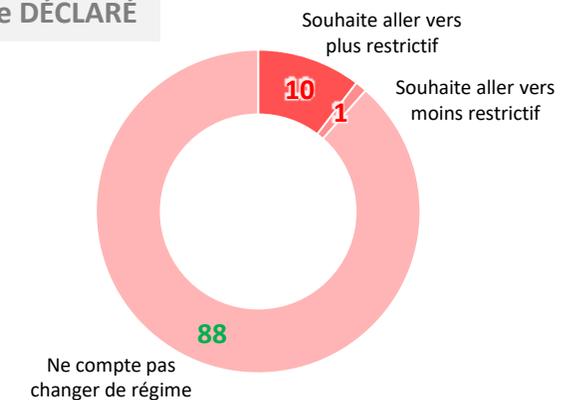
### Raisons de non végétarisme



### 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

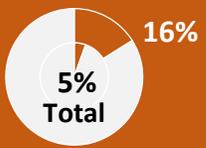


CONSIDÉRATIONS  
ENVIRONNEMENT



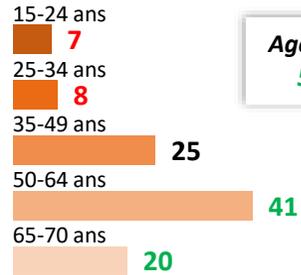
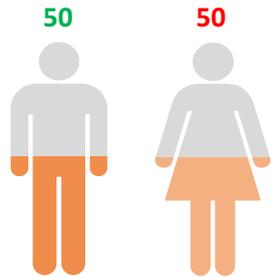
POTENTIEL  
D'AUGMENTATION  
DES RESTRICTIONS





# LES ÂGÉS MÉDICALEMENT CONTRAINTS

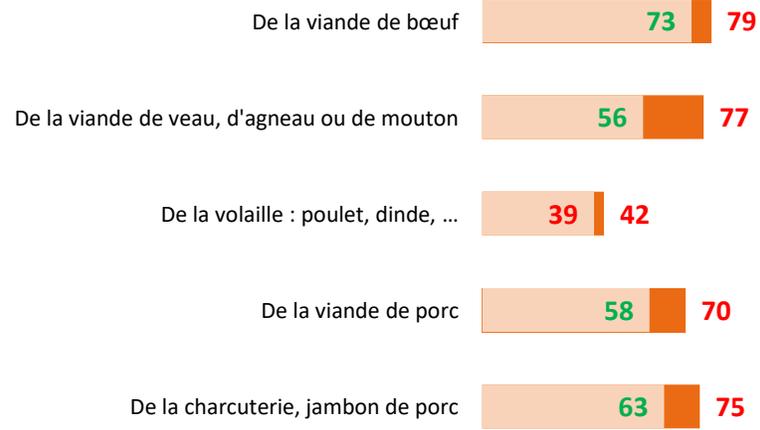
## Retraités contraints de changer leurs habitudes alimentaires pour préserver leur santé



Age moyen : 51 ans

### Consommation

Limitation  
Limitation ou non consommation

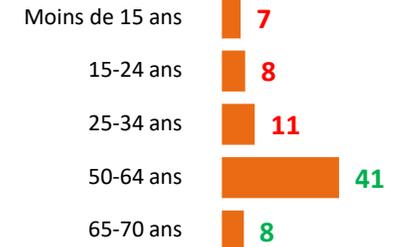


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

### Ancienneté du régime

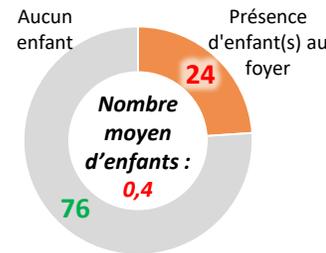
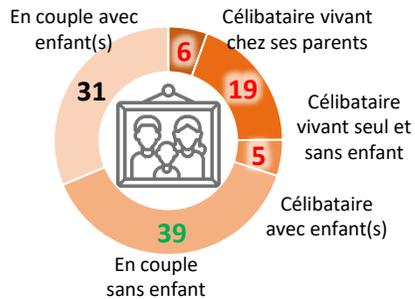
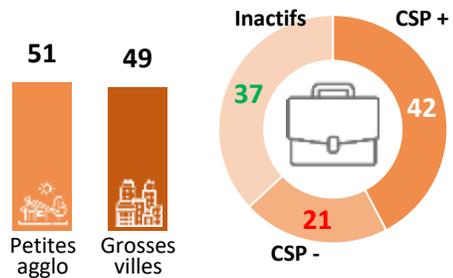
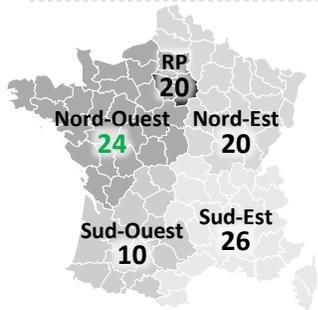
10 ans et plus 20

### Age d'adoption du régime



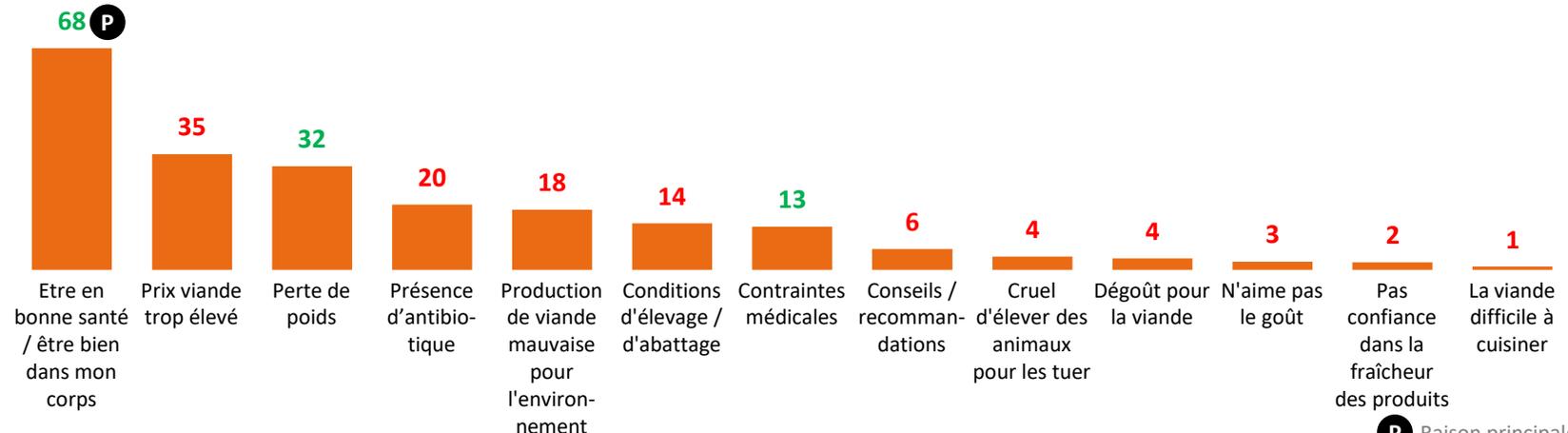
Age moyen d'adoption du régime 44 ans

Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

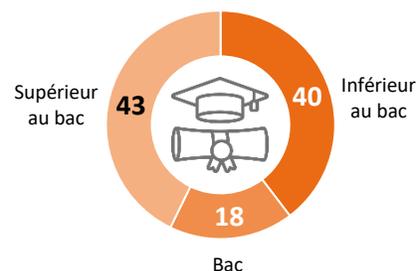


### Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : 2,3



P Raison principale

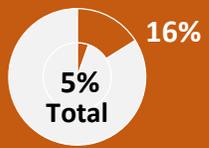


Fait partie d'au moins une association

30

Association environnement ou bien-être animal

4



# LES ÂGÉS MÉDICALEMENT CONTRAINTS

## Retraités contraints de changer leurs habitudes alimentaires pour préserver leur santé

### Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie

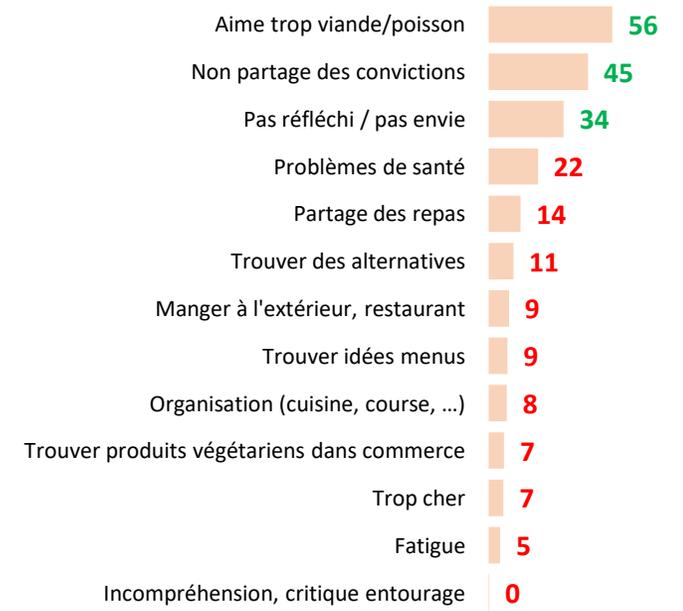


### Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



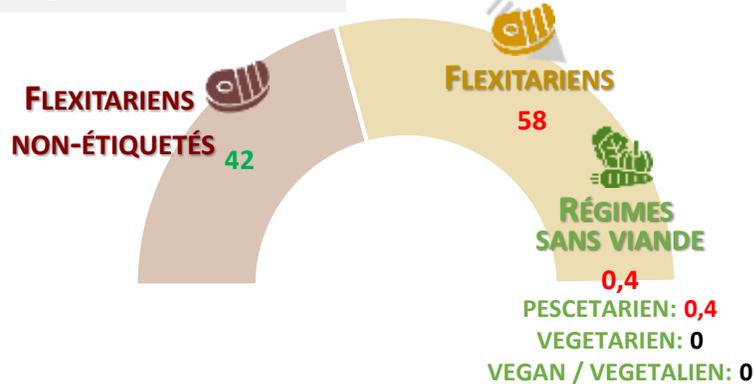
Nombre moyen de difficultés rencontrées 0,6  
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

### Raisons de non végétarisme

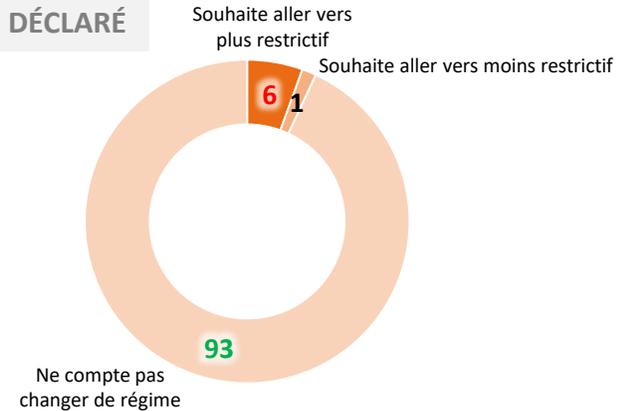


Nombre moyen de raisons 2,4  
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

### 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

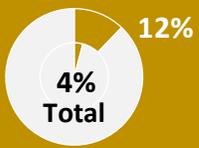


CONSIDÉRATIONS  
ENVIRONNEMENT



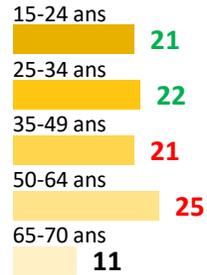
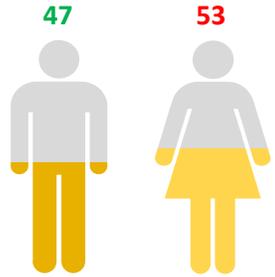
POTENTIEL  
DE CHANGEMENT  
DES RESTRICTIONS





# 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

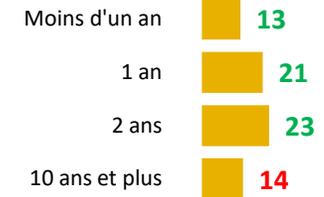
De la viande de bœuf **69** / **79**

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

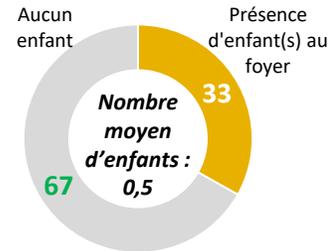
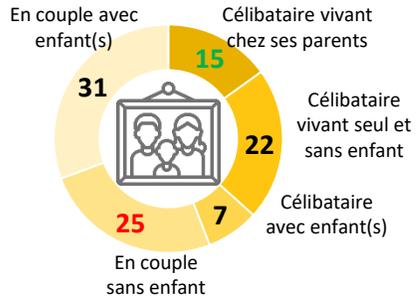
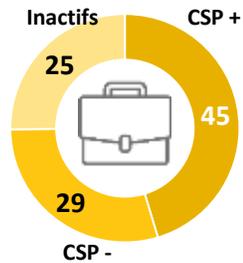
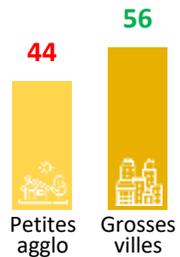
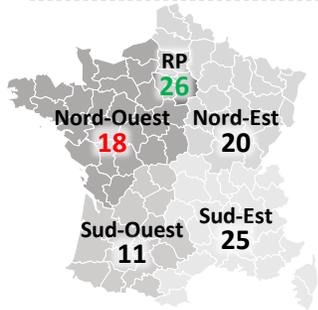


Ancienneté moyenne **4,9 ans**

## Age d'adoption du régime

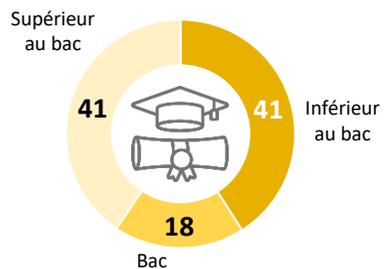
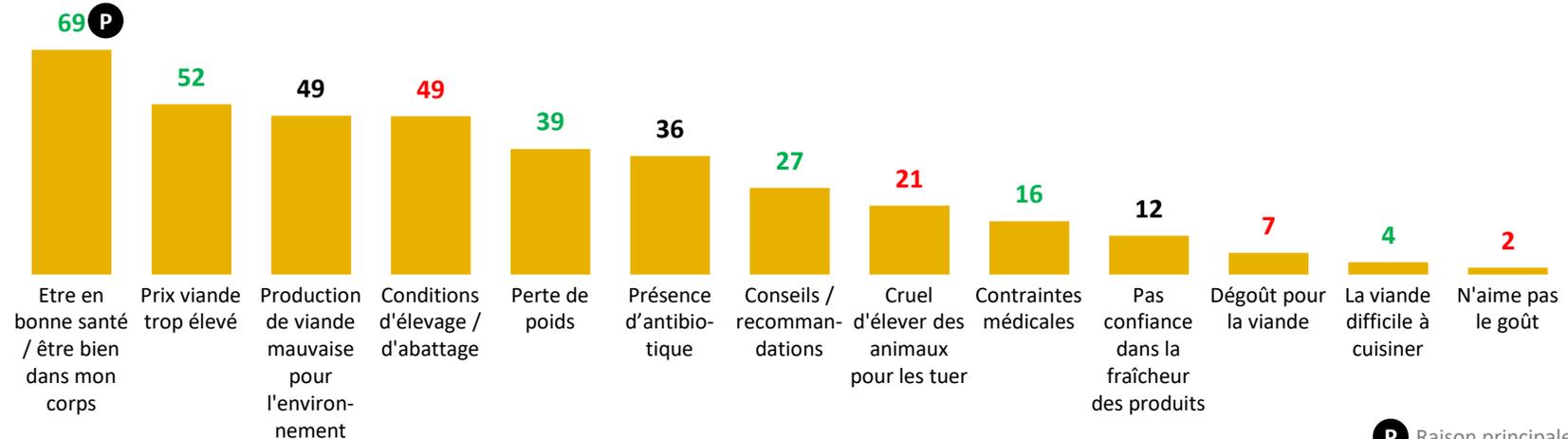


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

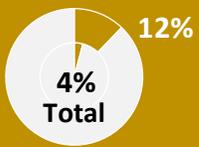


## Raison d'adoption du régime

Nombre moyen de raisons : **3,8**



<sup>P</sup> Raison principale



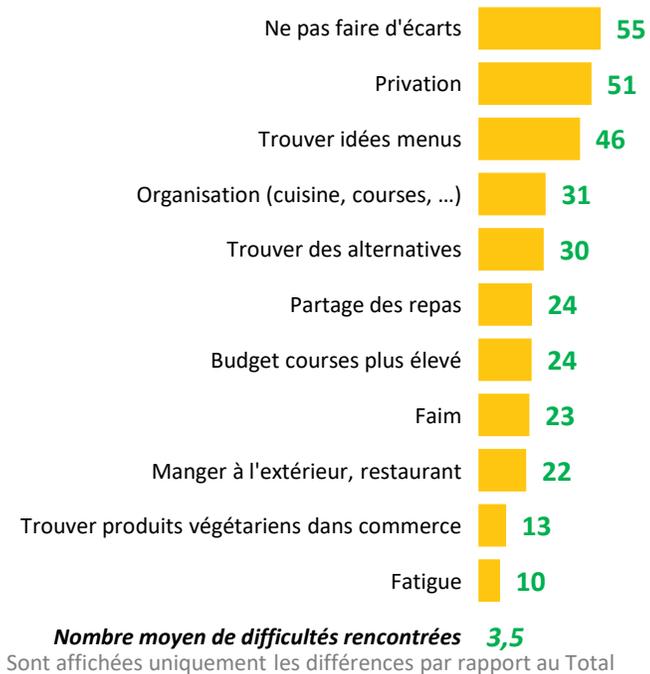
# LES JEUNES EN RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE

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

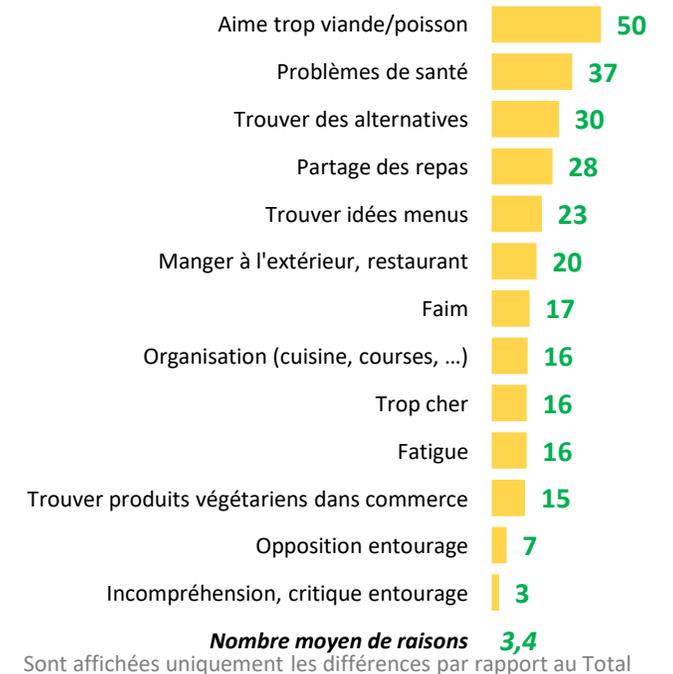
## Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



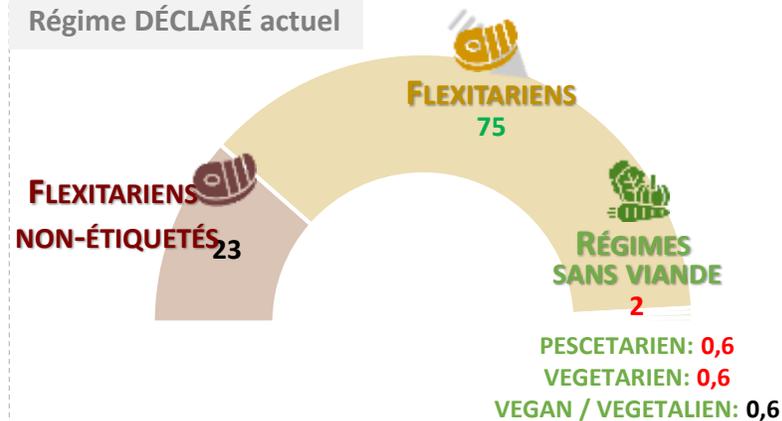
## Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



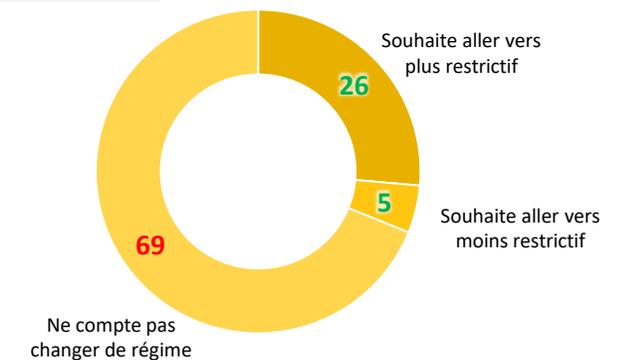
## Raisons de non végétarisme



## Régime DÉCLARÉ actuel



## Futur régime DÉCLARÉ





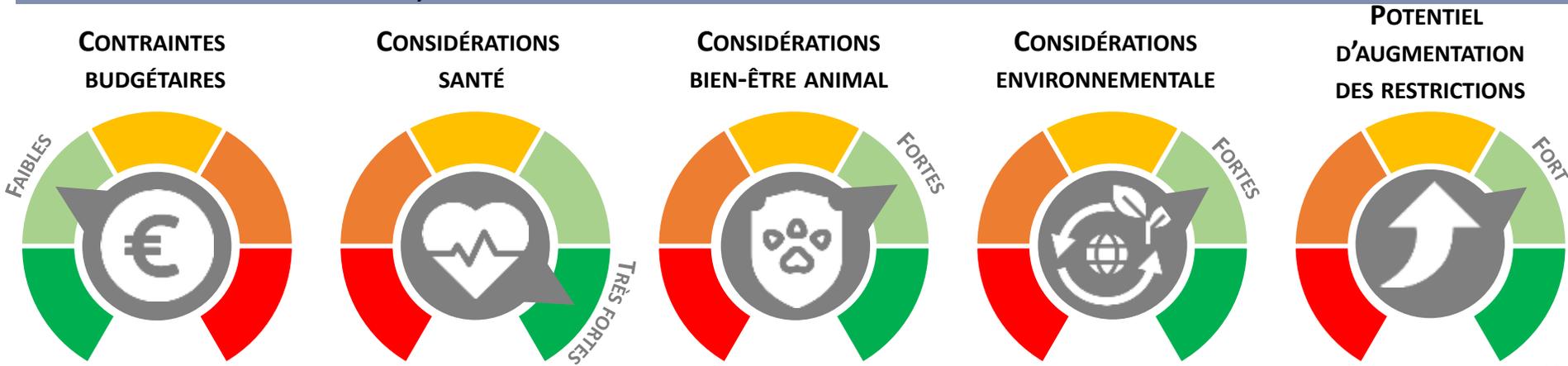
## LES COUPLES SUIVEURS

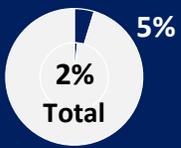
*Couples trentenaires plein de paradoxes, ayant du mal à aller au bout de leurs idées*

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.

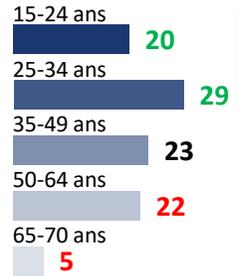
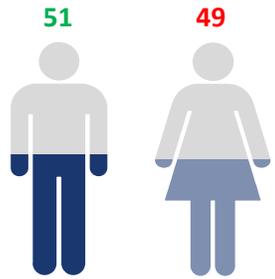
A l'avenir, nous espérons nous 'améliorer' et envisageons même de complètement bannir la viande de notre alimentation ... mais y arrivera-t-on?





# 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

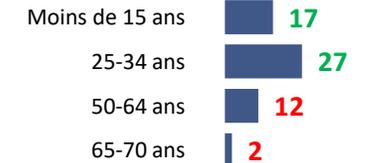
De la viande de porc 41 | 73

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

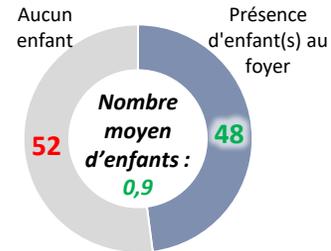
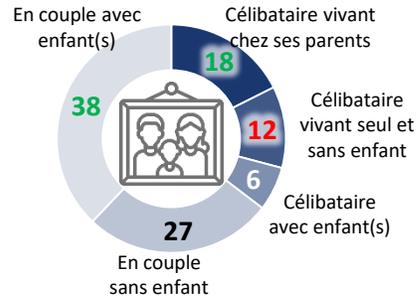
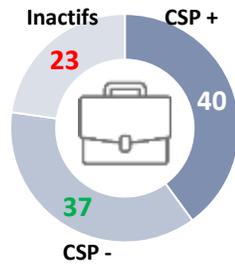
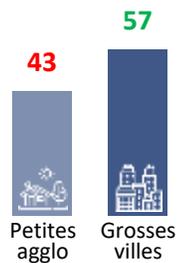
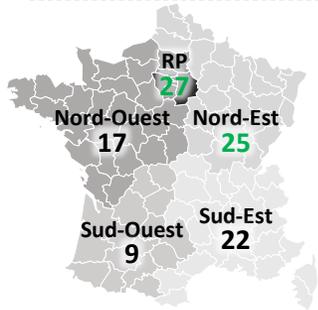
## Ancienneté du régime



## Age d'adoption du régime

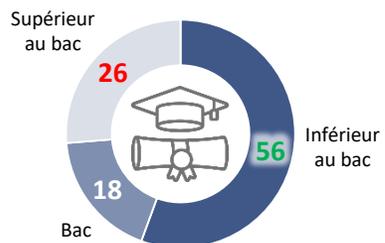
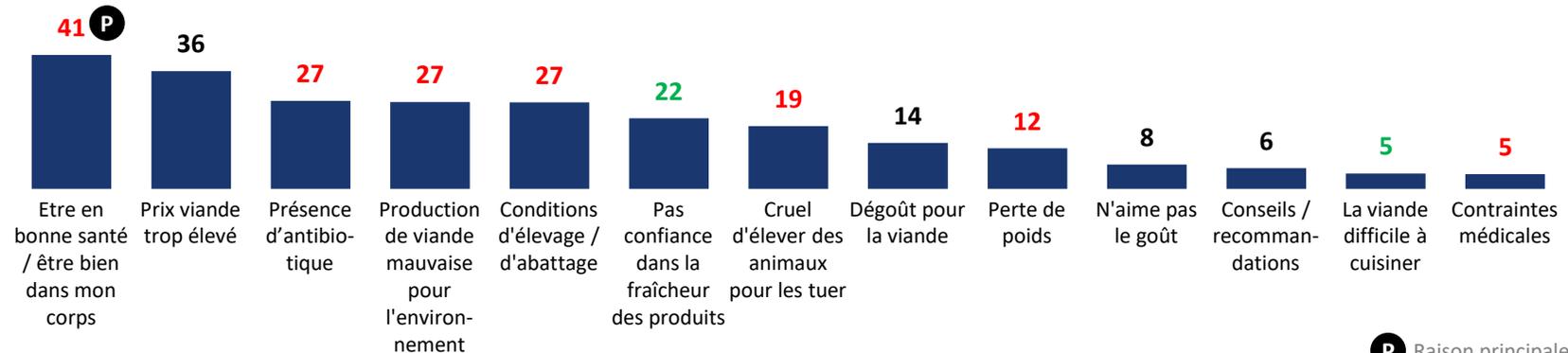


Age moyen d'adoption du régime **30 ans**  
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

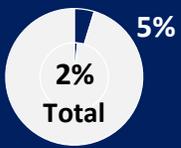


## Raison d'adoption du régime

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



<sup>P</sup> Raison principale



# LES COUPLES FOLLOWERS

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

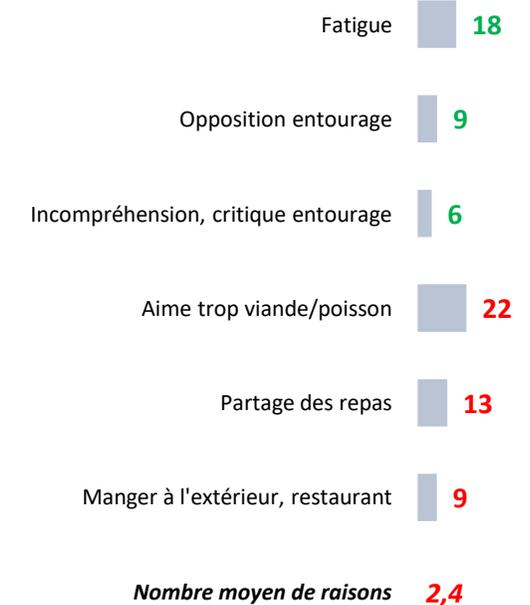
## Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



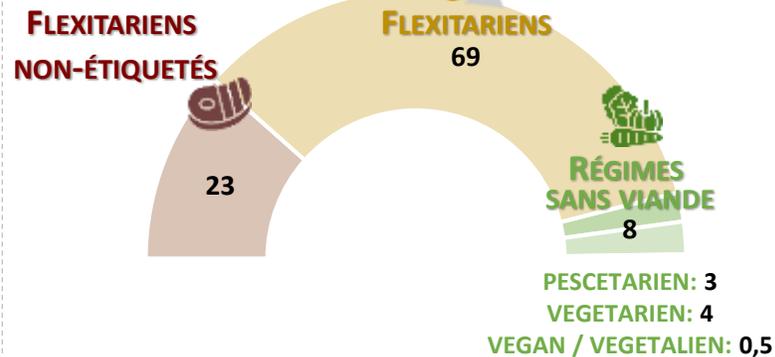
## Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



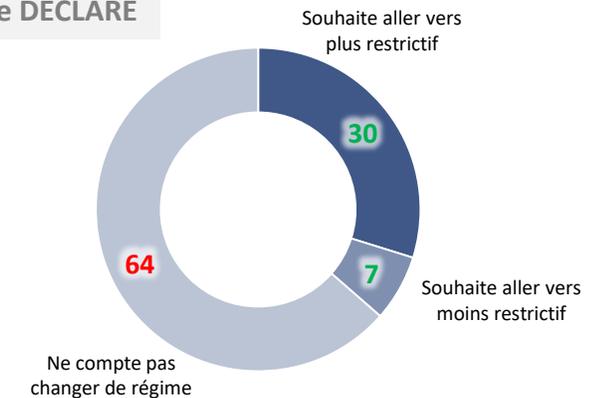
## Raisons de non végétarisme



## Régime DÉCLARÉ actuel



## Futur régime DÉCLARÉ





26%

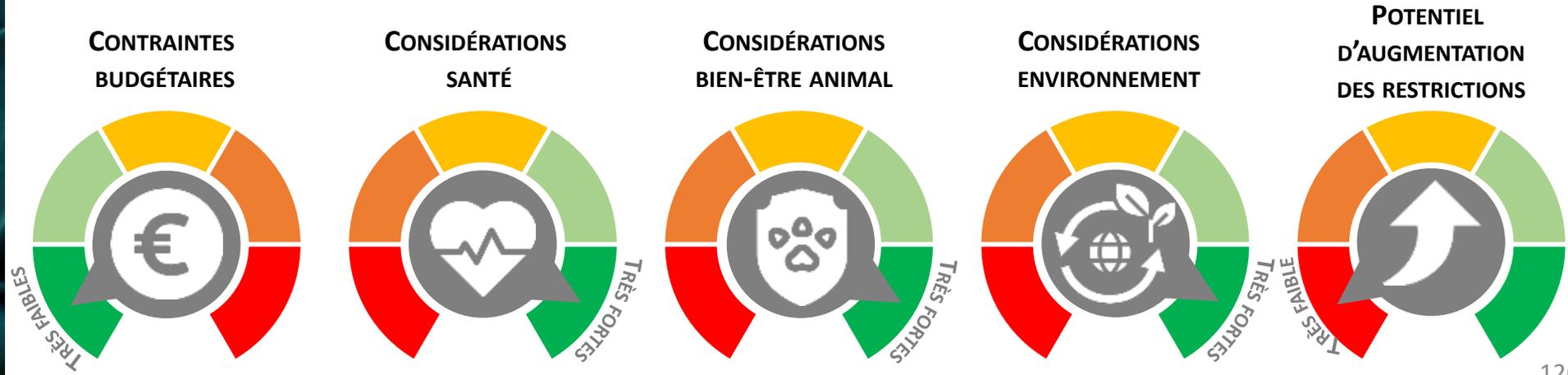
## LES DIPLOMEES DANS L'ÉQUILIBRE

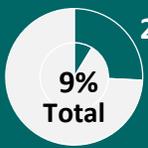
*Femmes trentenaires très actives ayant trouvé dans le flexitarisme le parfait équilibre entre leurs idéaux et leur alimentation*

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.

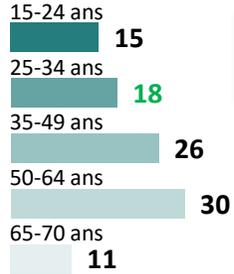
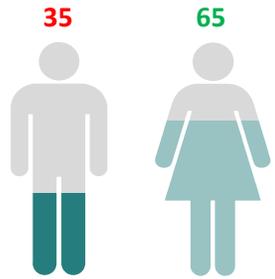
Dans l'esprit du « consommer moins mais mieux », j'ai trouvé dans le flexitarisme le bon compromis/l'équilibre entre plaisir et bonne conscience. Je ne pourrais pas aller plus loin car j'aime bien trop la viande pour la supprimer totalement de mon alimentation.





# LES DIPLOMEES DANS L'ÉQUILIBRE

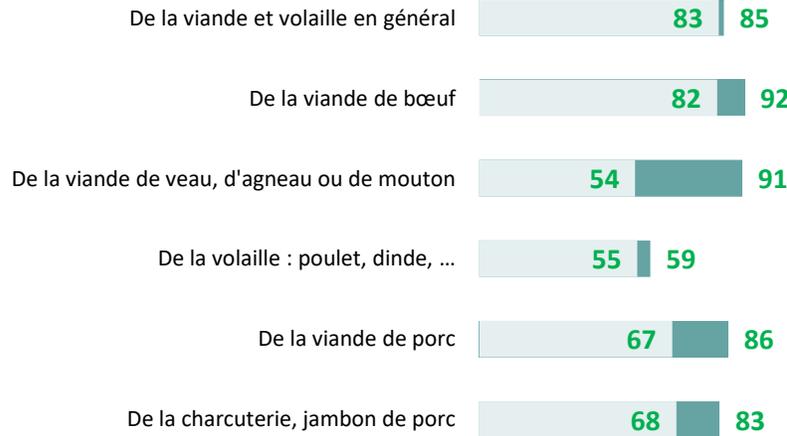
## Femmes trentenaires très actives ayant trouvé dans le flexitarisme le parfait équilibre entre leurs idéaux et leur alimentation



Age moyen :  
44 ans

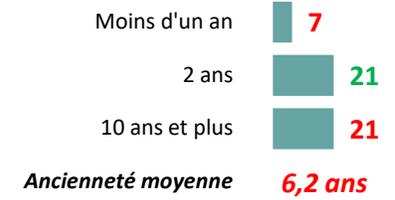
### Consommation

Limitation  
Limitation ou non consommation



Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

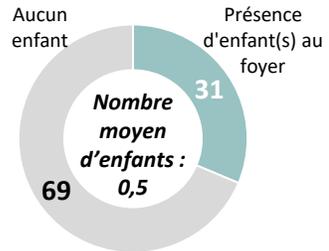
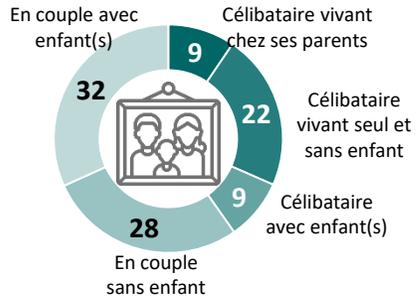
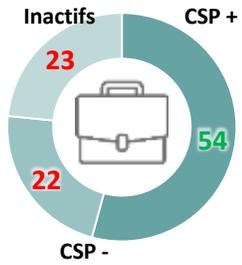
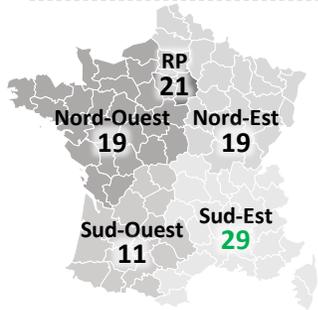
### Ancienneté du régime



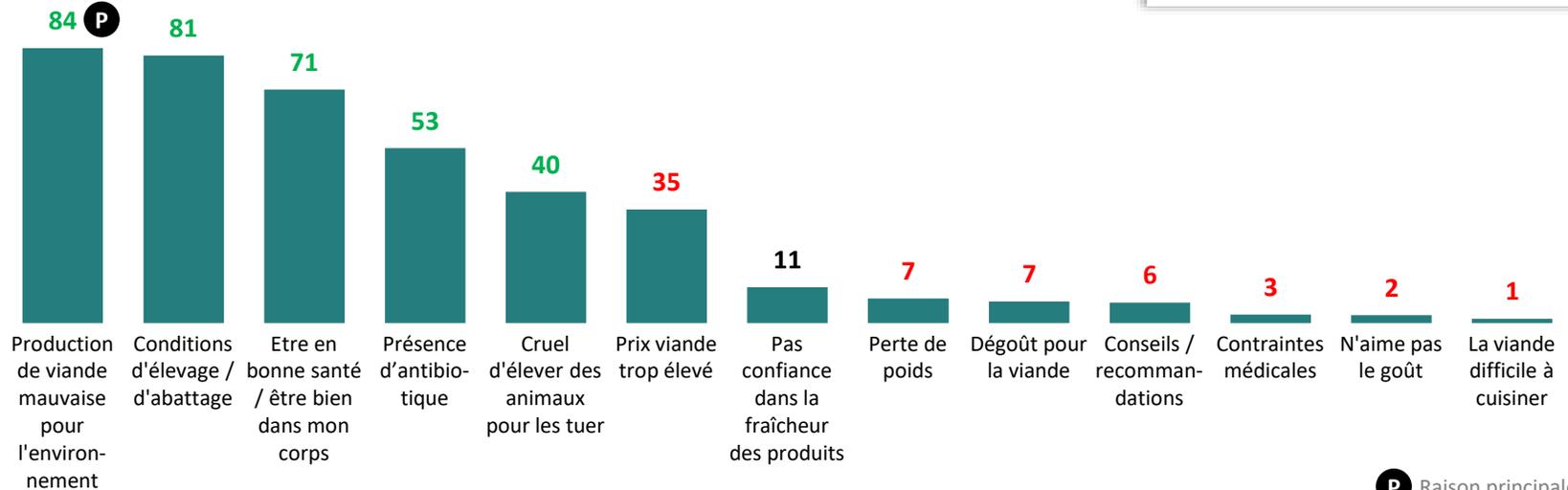
### Age d'adoption du régime



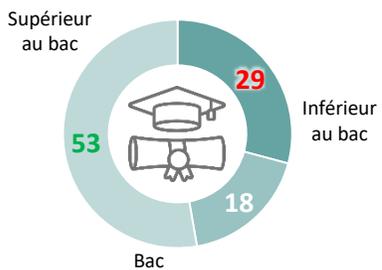
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total



### Raison d'adoption du régime



Nombre moyen de raisons : 4,0



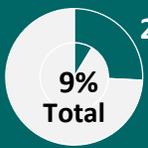
Fait partie d'au moins une association

30

Association environnement ou bien-être animal

6

P Raison principale

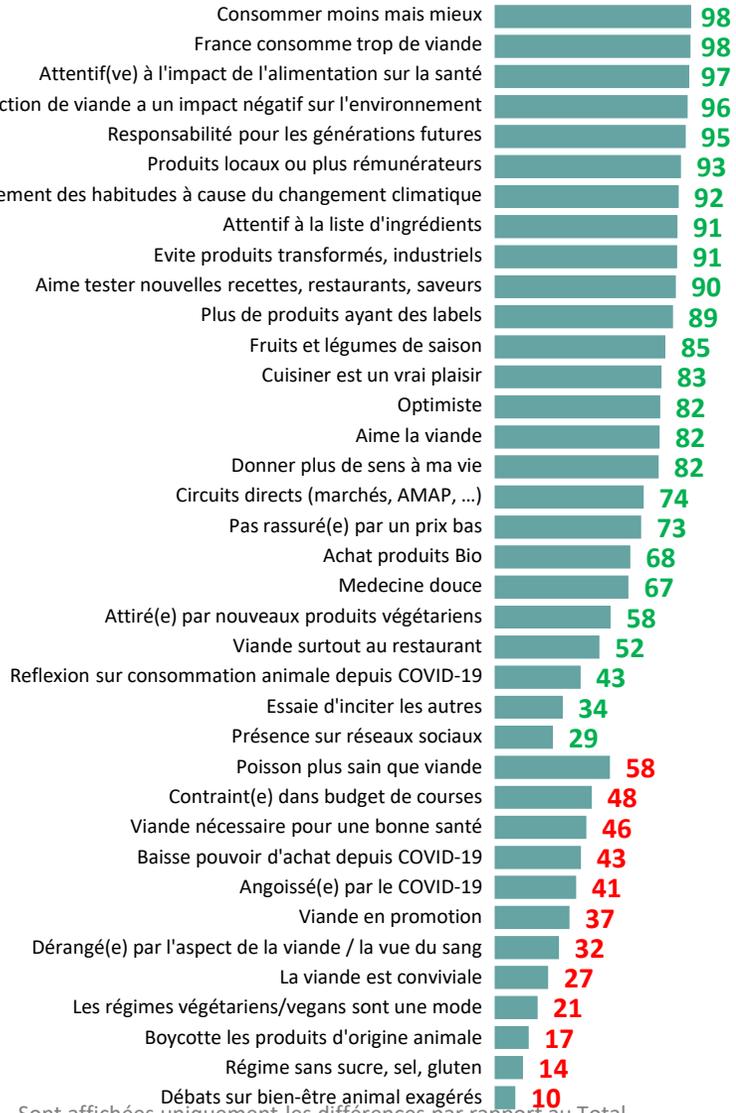


26%

# 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

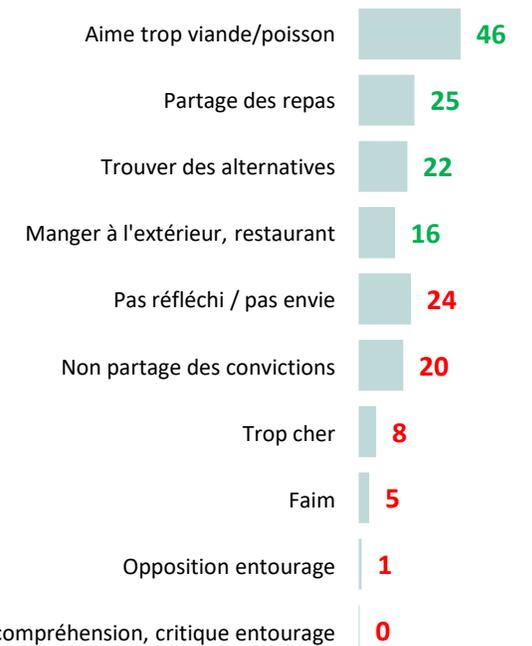


### Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



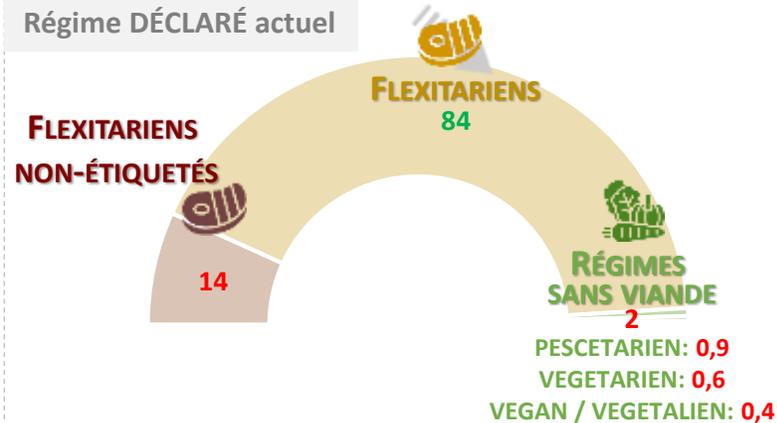
Nombre moyen de difficultés rencontrées **1,2**  
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

### Raisons de non végétarisme

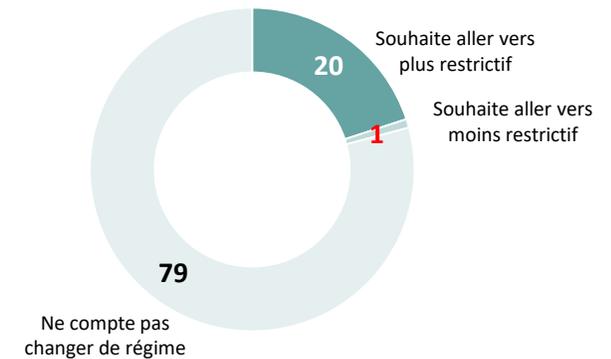


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

### Régime DÉCLARÉ actuel



### Futur régime DÉCLARÉ





## LES HYPER SENSIBLES

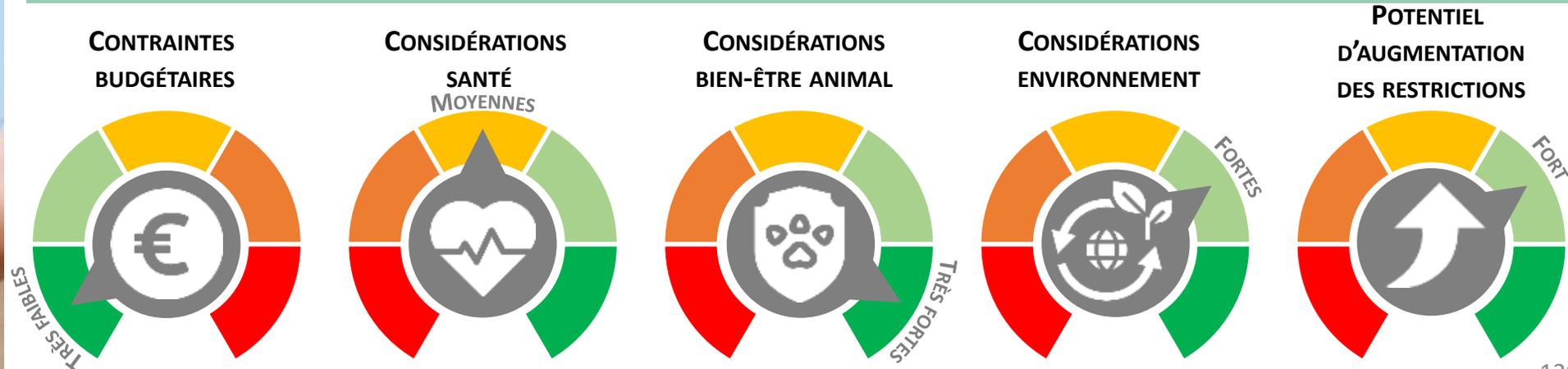
*Dégoutées à l'idée de consommer un animal, elles refusent de manger de la viande*

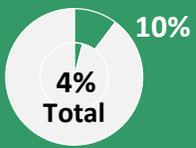
Hello, moi c'est Camille ! J'ai 18 ans, je suis étudiante et je vis chez mes parents qui sont ce qu'on appelle des CSP +. On peut donc dire que nous avons un niveau de vie confortable.

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.

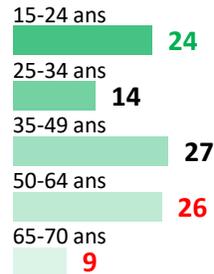
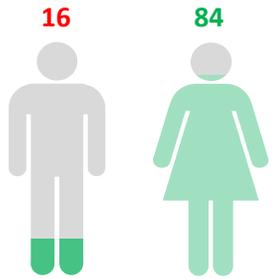
Mais totalement convaincue de mon choix, j'envisage même d'aller plus loin supprimant le poisson de mon alimentation voire pourquoi pas devenir végétalienne/vegan !





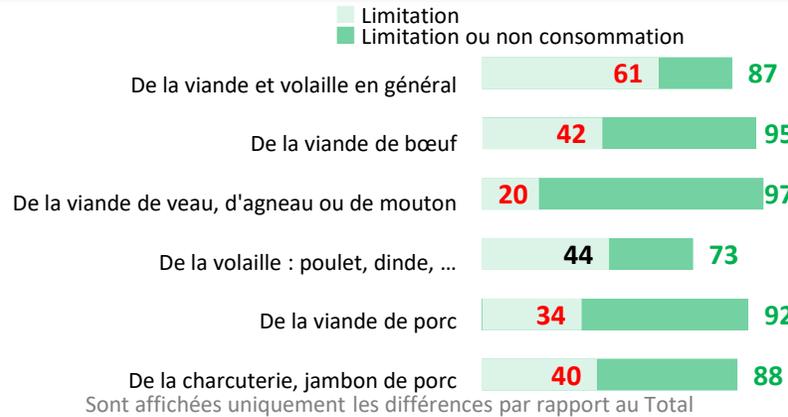
# LES HYPER SENSIBLES

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

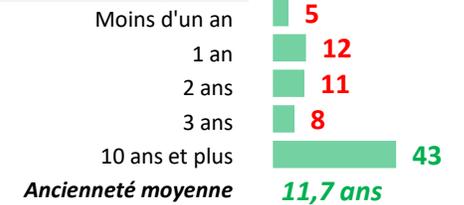


## Consommation

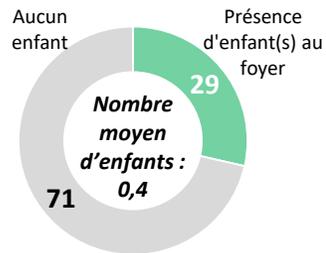
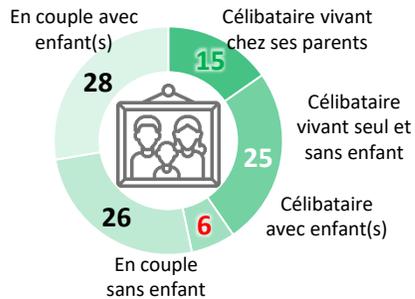
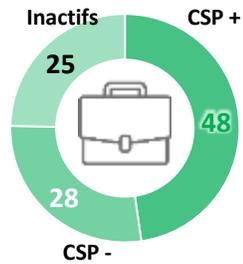
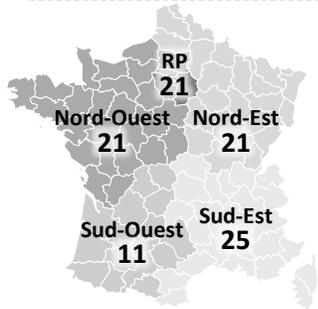
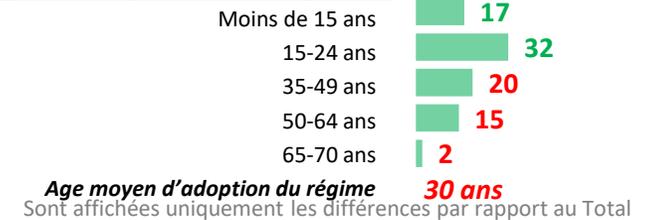
Consommation de viande au moins une fois par jour 12



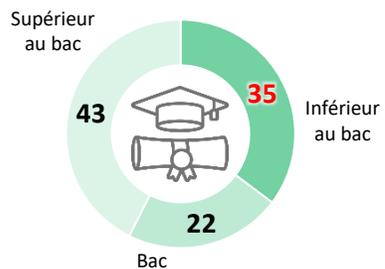
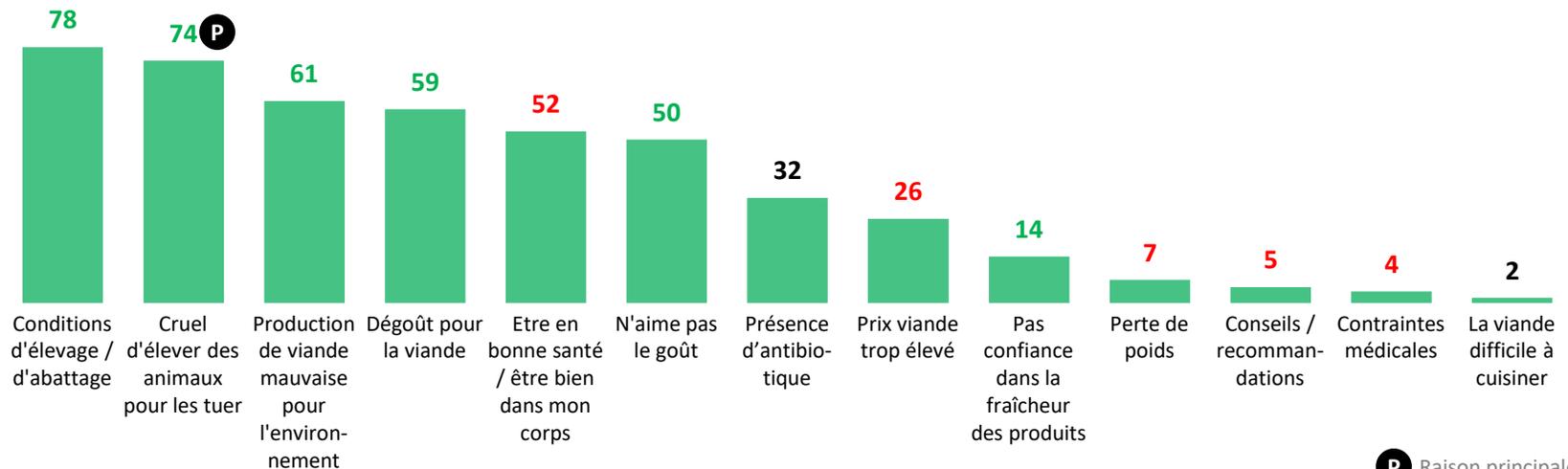
## Ancienneté du régime



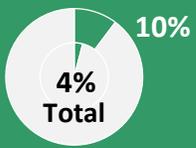
## Age d'adoption du régime



## Raison d'adoption du régime



P Raison principale



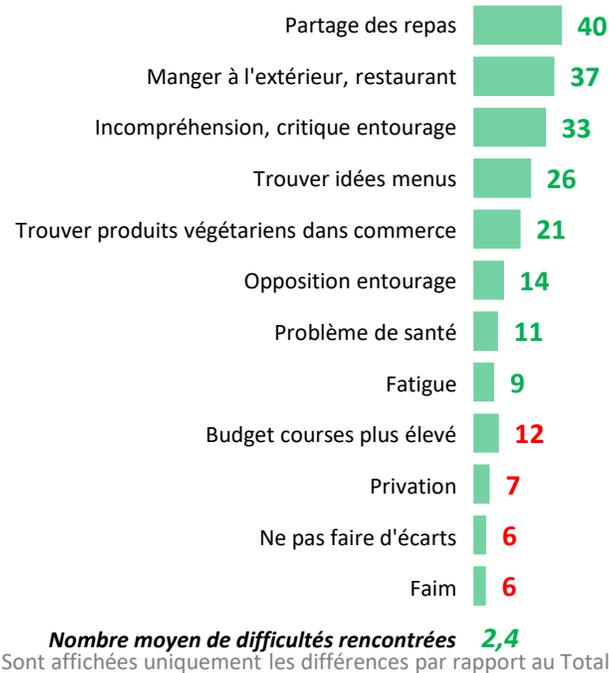
# LES HYPER SENSIBLES

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

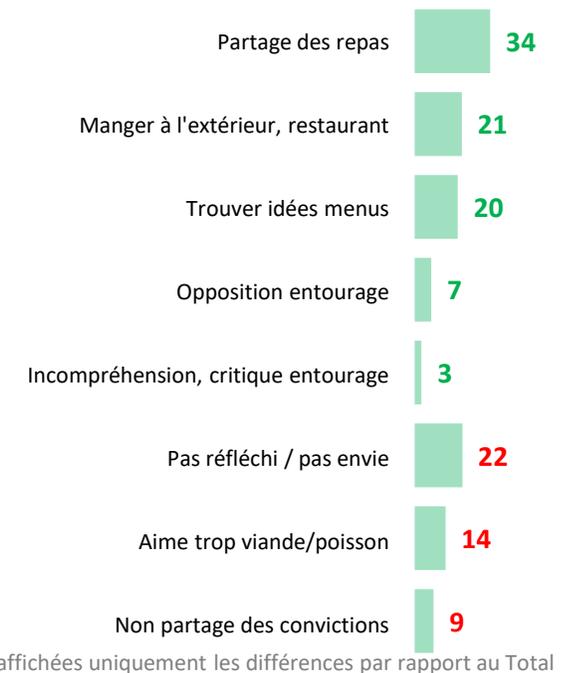
## Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



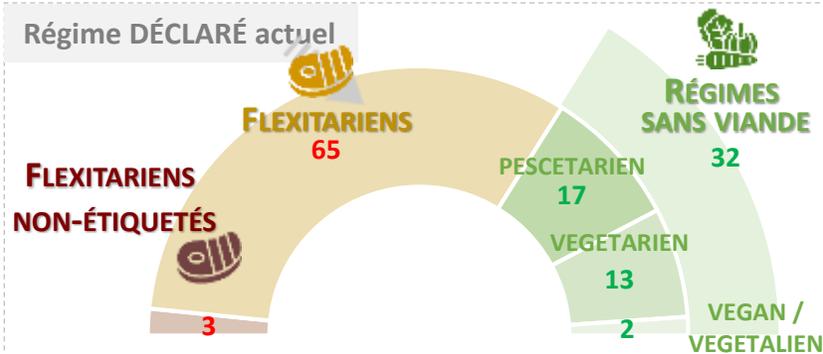
## Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



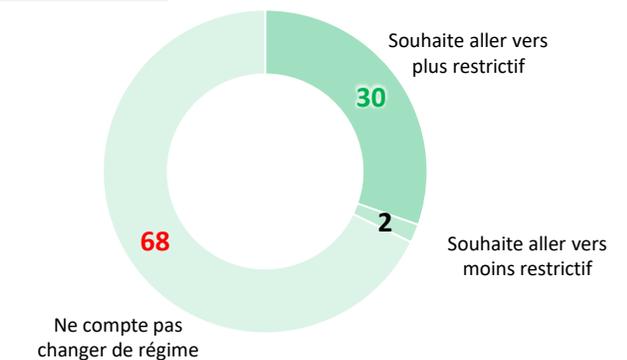
## Raisons de non végétarisme



## Régime DÉCLARÉ actuel



## Futur régime DÉCLARÉ





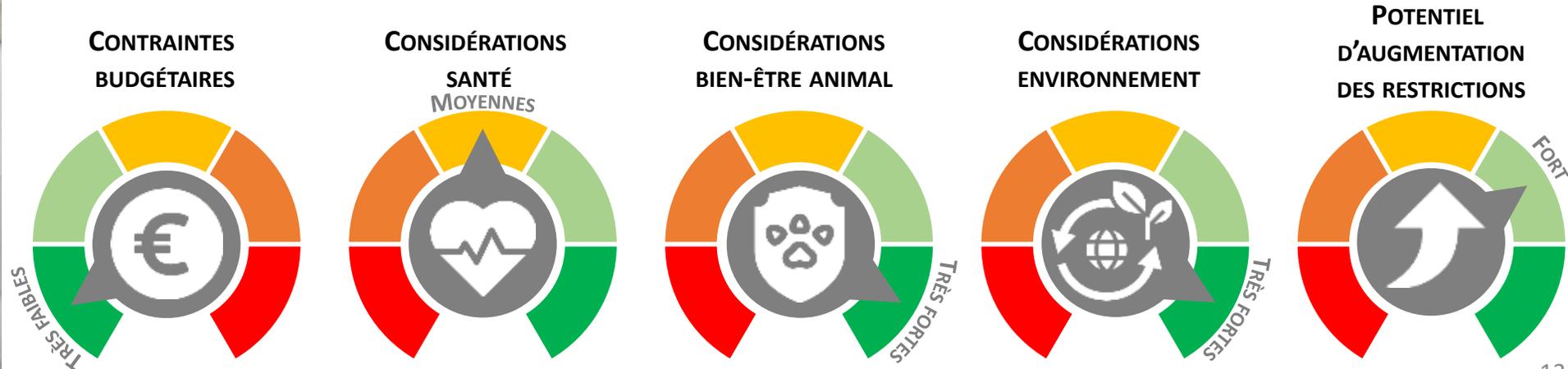
## LES COUPLES MILITANTS

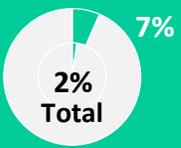
*Couples sans enfant, ultra engagés dans la protection de l'environnement et du bien-être animal.*

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.

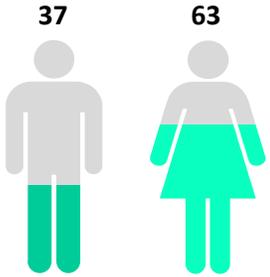
Boycottant déjà beaucoup de produits d'origine animale (textile, cosmétique, ...) nous réfléchissons à renforcer notre démarche en supprimant totalement la viande voire en devenant complètement vegans.





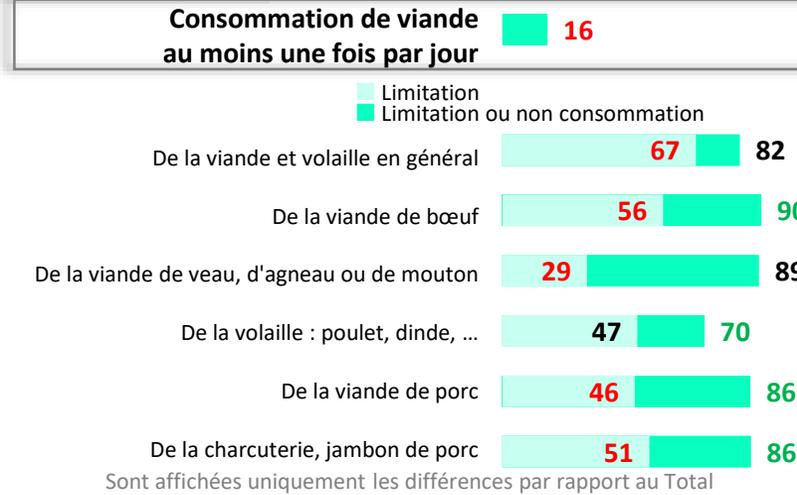
# LES COUPLES MILITANTS

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

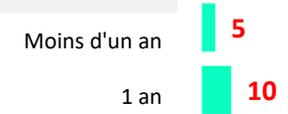


Age moyen :  
44 ans

## Consommation



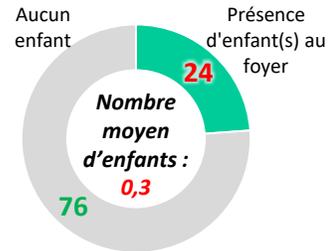
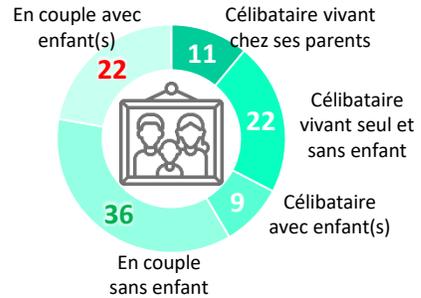
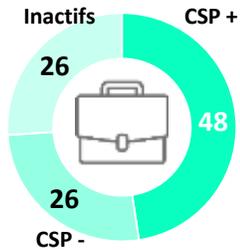
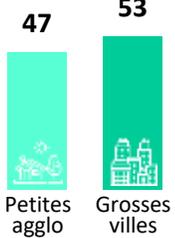
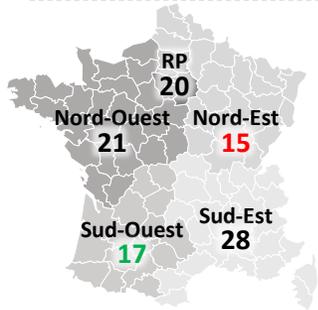
## Ancienneté du régime



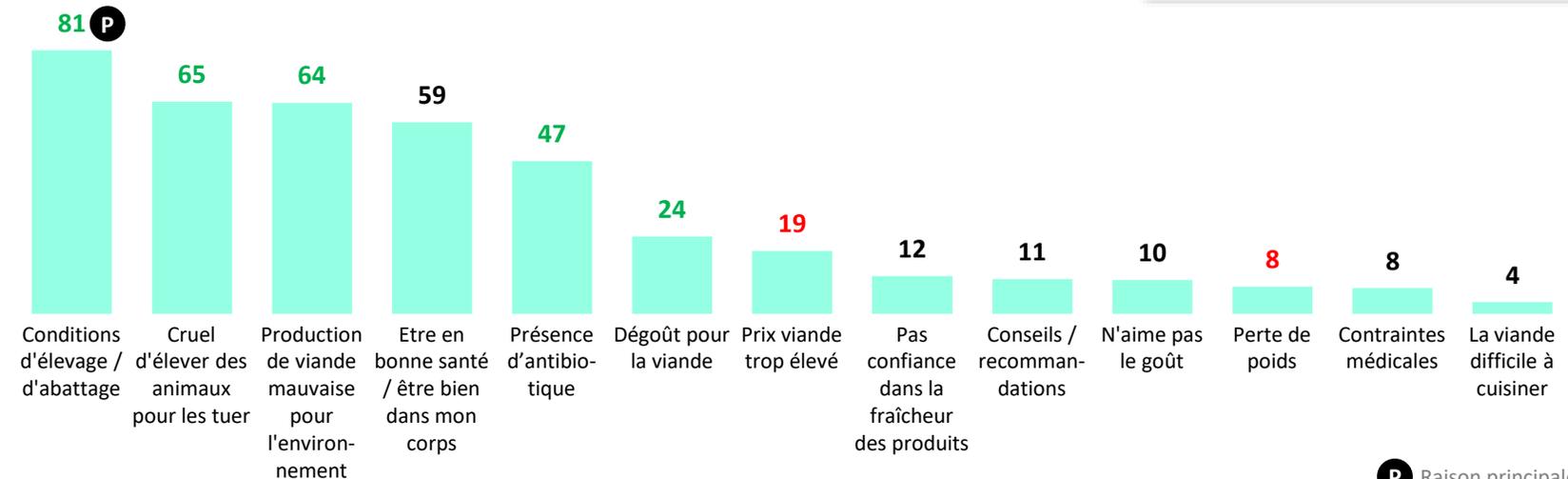
## Age d'adoption du régime



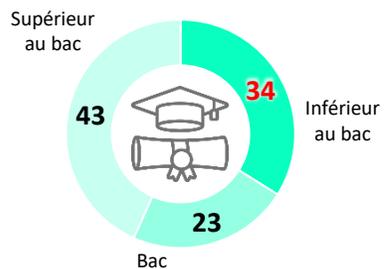
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total



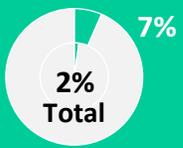
## Raison d'adoption du régime



Nombre moyen de raisons : 4,1



<sup>P</sup> Raison principale



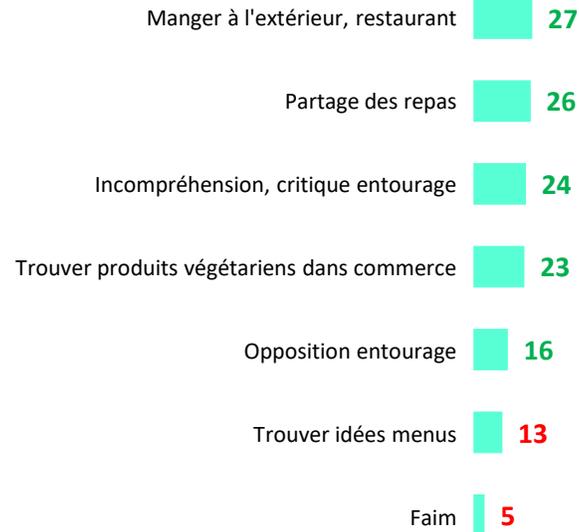
# LES COUPLES MILITANTS

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

## Opinions, Habitudes alimentaires, Modes de vie



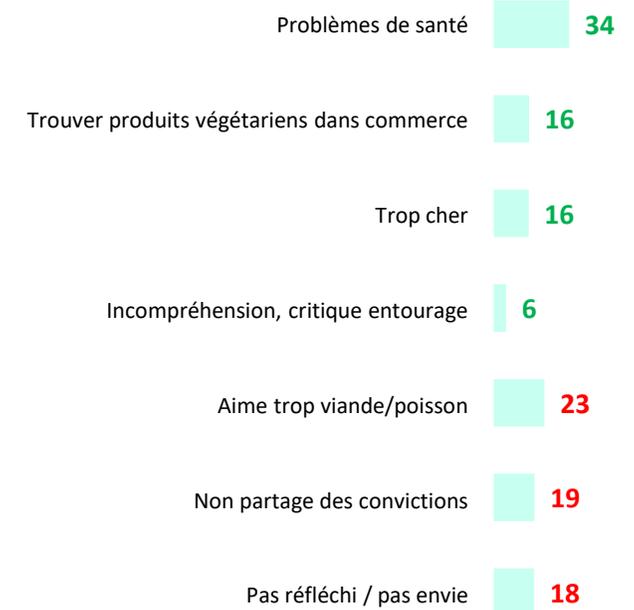
## Difficultés rencontrées suite à l'adoption du régime



Nombre moyen de difficultés rencontrées **2,1**

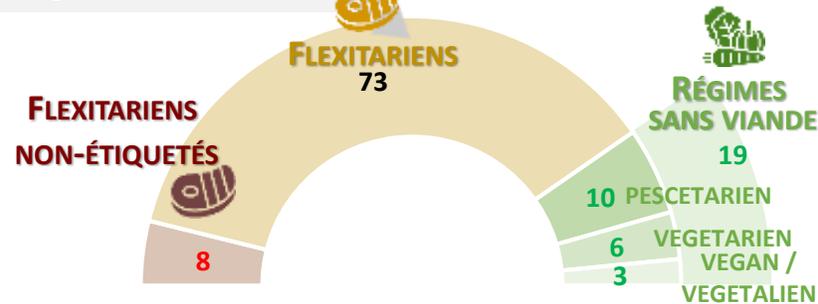
Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

## Raisons de non végétarisme

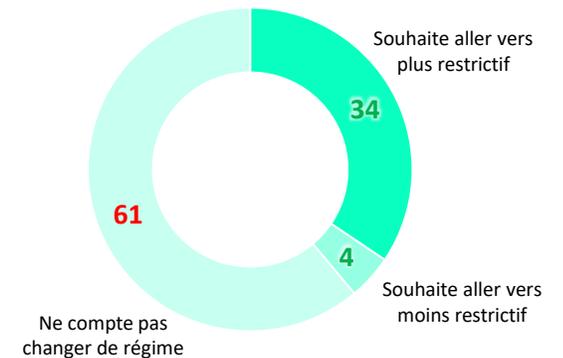


Sont affichées uniquement les différences par rapport au Total

## 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).

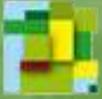
Près d'**UN TIERS DES FLEXITARIENS ONT UN PROFIL TRÈS RÉFLÉCHI ET CONSCIENT** de ce à quoi ils adhèrent : des diplômées très attachées à la viande qui ont trouvé dans le flexitarisme le bon compromis/l'équilibre entre plaisir et bonne conscience. C'est une population qui **DEVRAIT DONC RESTER FLEXITARIENNE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



FranceAgriMer

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

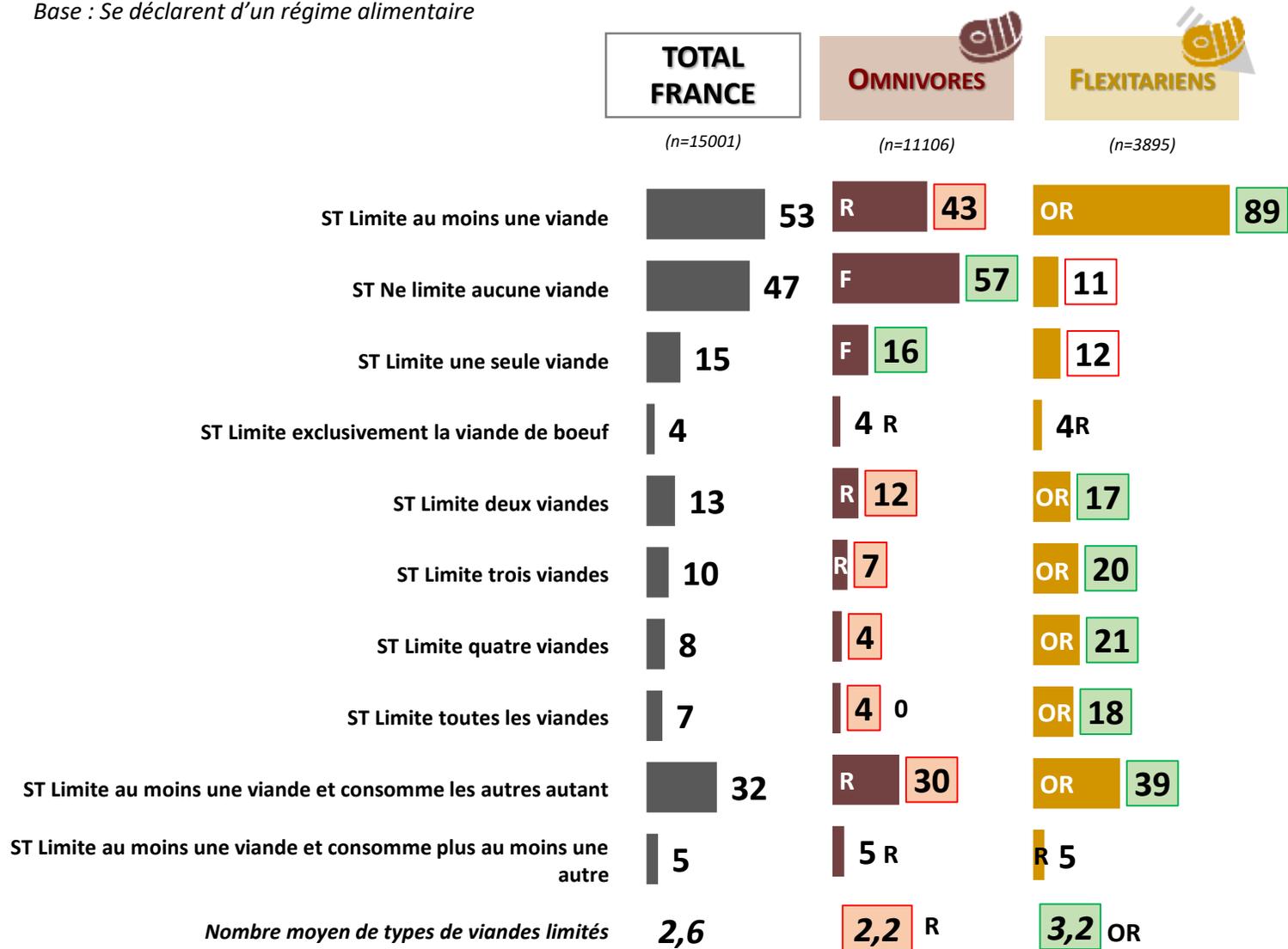
ifop

# ANNEXES

# SYNTHÈSE DE LA LIMITATION DE CONSOMMATION DE VIANDE

Moins de 20% des flexitariens limitent en définitive toutes les viandes.

Base : Se déclarent d'un régime alimentaire



\* 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



FranceAgriMer

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

ifop

**FOCUS SUR CEUX QUI SE DÉCLARENT  
FLEXITARIENS :  
PRATIQUES COHÉRENTES VS. INCOHÉRENTES**



## 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**  
(consomment moins d'une fois par jour de la viande)

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

**54%**

#### Que font-ils de spécifique par ailleurs ?

- 26% limitent toutes les viandes (vs. 18% pour l'ensemble des flexitariens déclarés)
- 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 ?

- Car ils limitent au moins un type de viande (61%), le bœuf notamment (44%)
- Car ils considèrent qu'une moyenne (75% en consomment plusieurs fois par semaine) ou une petite (25% une fois par semaine ou moins souvent) consommation de viande s'apparente à du flexitarisme.
- Car ils ont diminué leur consommation depuis assez longtemps pour ne plus percevoir cela comme un changement (ils se déclarent flexitariens depuis plus longtemps que les autres flexitariens, 33% depuis 10 ans ou plus vs. 27% pour l'ensemble des flexitariens déclarés)
- En termes de profil vs. l'ensemble des flexitariens, ce sont un peu plus des hommes, des plus âgés/retraités

**18%**

#### Pourquoi ?

- Car ils ont déjà le sentiment de faire des efforts : ils limitent de nombreux types de viande, autant que les 54% de flexitariens qui sont cohérents sauf pour la volaille qu'ils limitent moins. Ils sont donc peut être toujours gros consommateurs de viande à cause de la volaille qui est moins limitée?
- 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 ?

- Car bien qu'ils aimeraient suivre ce régime, ils rencontrent plus de difficultés que les autres flexitariens
- 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-/diplômes inférieurs au bac et des ruraux

# QUELLES SONT LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES ?

La fréquence de consommation de viande va être le vrai point de différenciation entre les flexitariens. Les « petits à moyens » consommateurs de viande vont avoir comme les « flexitariens totalement cohérents », moins de difficultés. Tandis qu'une forte consommation de viande va être surtout due à une moindre adaptation aux contraintes liées au plaisir : trouver des menus, se priver et sans écart.



Base : Flexitariens déclarés

Rappel du poids au sein de ceux qui se déclarent flexitariens →

SANTÉ
PLAISIR
ORGANISATION
ECONOMIQUE
INFLUENCE

	TOTAL FLEXITARIENS (n=3563)	Flexitariens TOTALEMENT COHÉRENTS A (n=1919)	Flexitariens cohérents sur la limitation de viande mais INCOHÉRENTS SUR LA FRÉQUENCE (=GROS consos de viande) B (n=636)	Flexitariens INCOHÉRENTS SUR LA LIMITATION de viande cohérents sur la fréquence (=PETITS ou MOYENS consos de viande) C (n=662)	Flexitariens INCOHÉRENTS SUR LA LIMITATION DE VIANDE ET SUR LA FRÉQUENCE (=GROS consos de viande) D (n=347)
<b>ST Au moins une difficulté rencontrée</b>	<b>62</b>	<b>59</b>	<b>69 AC</b>	<b>61</b>	<b>71 AC</b>
Des difficultés à trouver des idées de menus	22 <b>1</b>	21 <b>1</b>	28 AC <b>1</b>	19 <b>1</b>	25 C <b>1</b>
Des difficultés à savoir par quels produits remplacer les protéines animales	17 <b>2</b>	17 <b>2</b>	17 <b>2</b>	16 <b>1</b>	19 <b>2</b>
Mon budget courses plus élevé qu'avant	15 <b>3</b>	14 <b>3</b>	15 <b>3</b>	15 <b>2</b>	17 <b>2</b>
Des difficultés à partager des repas avec mon entourage n'ayant pas le même type de régime alimentaire que moi	14 <b>3</b>	13 <b>3</b>	15 <b>3</b>	14 <b>2</b>	19 AC <b>2</b>
Des difficultés à me priver de certains aliments (viande, poisson, œuf et/ou produit laitier)	15 <b>3</b>	13 <b>3</b>	19 AC <b>2</b>	13 <b>2</b>	20 AC <b>1</b>
Des difficultés pour manger à l'extérieur, au restaurant	12	11	10	12 <b>2</b>	15 AB <b>2</b>
Des difficultés à respecter strictement mon régime alimentaire sans faire d'écarts	13	11	16 AC <b>2</b>	11 <b>3</b>	16 AC <b>2</b>
L'incompréhension, les critiques de mon entourage/famille	9	9	9	8	9
Des difficultés à trouver des produits végétariens me convenant dans le commerce	9	9	8	8	12 BC <b>3</b>
Des difficultés d'organisation (cuisine, course, ...)	8	7	11 A	9	11 A <b>3</b>
Plus de fatigue	7	7	8	8	8
La sensation d'avoir plus vite faim	9	7	9	11 A	13 AB <b>3</b>
Des personnes de mon entourage/famille qui s'y sont opposées	4	4	5	4	7 A
Des problèmes de santé (carences, perte de masse musculaire...)	5	4	6 A	7 A	7 A
Une autre difficulté	0	-	-	1	-
<b>Nombre moyen de difficultés rencontrées</b>	<b>2,6</b>	<b>2,5</b>	<b>2,6</b>	<b>2,5</b>	<b>2,8 A</b>

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au Total Flexitariens

ABCD Ecart significativement supérieures à 90% entre les types de flexitariens

# POUR QUELLES RAISONS (ASSISTÉES) ONT-ILS ADOPTÉ CE RÉGIME ?

Un décrochage que ce soit au niveau des scores atteints par les motivations et de leur nombre est observé au fur et à mesure que les incohérences prennent de l'ampleur. La santé reste la motivation principale. Pour autant chez les moins exemplaires les préoccupations budgétaires sont plus importantes (en ranking) que chez les flexitariens « totalement cohérents ».



Base : Flexitariens déclarés

Rappel du poids au sein de ceux qui se déclarent flexitariens →

54%

18%

18%

10%

ETHIQUE
ORGANISATION
SANTÉ
CONFIANCE
PLAISIR
ECONOMIQUE
INFLUENCE

## TOTAL FLEXITARIENS

(n=3563)

62 **1**

56 **2**

52 **3**

39

36

32

16

14

10

10

8

7

2

3

**Nombre moyen de raisons d'adoption du régime**

**3,5**

## Flexitariens TOTALEMENT COHÉRENTS

A  
(n=1919)

65 CD **1**

63 BCD **1**

60 BCD **2**

38 **3**

39 **3**

36 BCD **3**

13

16 B

10 BD

9

7

7

2

2

**3,7 BCD**

## Flexitariens cohérents sur la limitation de viande mais INCOHÉRENTS SUR LA FRÉQUENCE (=GROS consos de viande)

B  
(n=636)

63 CD **1**

58 CD **2**

54 CD **2**

41 **3**

36

31 CD

18 A

11

7

11

11 A

7

2

3

**3,5 CD**

## Flexitariens INCOHÉRENTS SUR LA LIMITATION de viande cohérents sur la fréquence (=PETITS ou MOYENS consos de viande)

C  
(n=662)

55 **1**

44 **2**

37 **3**

39 **3**

32 A

26

20 A+

15 B

15 ABD

9

9

7

3 A

3

**3,1 -**

## Flexitariens INCOHÉRENTS SUR LA LIMITATION DE VIANDE ET SUR LA FRÉQUENCE (=GROS consos de viande)

D  
(n=347)

57 **1**

42 **2**

34 **3**

44 A **2**

33 A **3**

24

20 A

13

7

13 AC

9

9

4 A

4

**3,1 -**

Je pense que cela contribue à être en bonne santé / être bien dans mon corps

A cause des conditions d'élevage / d'abattage

J'estime que la production de viande est mauvaise pour l'environnement (réchauffement climatique, épuisement des ressources naturelles ...)

Le prix de la viande est trop élevé

A cause de la présence potentielle d'antibiotique dans la viande, le poisson, les œufs, ...

Je trouve qu'il est cruel d'élever des animaux pour les tuer

Pour perdre du poids

J'éprouve du dégoût pour la viande

Je n'aime pas le goût de la viande

Je n'ai pas confiance dans la fraîcheur des produits, le respect de la chaîne du froid

J'ai suivi les conseils / recommandations de quelqu'un

J'y ai été contraint(e) pour des raisons médicales

Je trouve que la viande est difficile à cuisiner

Une autre raison

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au Total Flexitariens

ABCD Ecart significativement supérieures à 90% entre les types de flexitariens



FranceAgriMer

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

ifop

**FOCUS SUR CEUX QUI SE DÉCLARENT  
D'UN RÉGIME SANS VIANDE :  
PRATIQUES COHÉRENTES VS. INCOHÉRENTES**

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



	ST REGIMES SANS VIANDE	PESCETARIENS	VEGETARIENS	VÉGÉTALIENS / VEGANS
<b>Pratiques totalement cohérentes</b>	<b>55%</b> <small>Et 62% sont cohérents à ne pas consommer de viande Ce sont plus des femmes</small>	<b>57%</b>	<b>60%</b>	<b>35%</b>
<b>Au moins une pratique incohérente</b> (consommation d'un aliment interdit)	<b>45%</b> <small>Ce sont plus des hommes, CSP-, avec des diplômes inférieur au bac</small>	<b>43%</b>	<b>40%</b>	<b>65%</b>
<b>Pratiques incohérentes sur la viande</b>	<b>38%</b>		<b>30%</b>	<b>40%</b>
<b>Pratiques incohérentes sur <u>uniquement</u> au moins un autre aliment que la viande</b>	<b>7%</b>		<b>10%</b>	<b>25%</b>

# DÉCLARENT-ILS FAIRE DES ÉCARTS ?

Les Français s'identifiant à un régime excluant la viande mais qui en définitive en consomment ont bien conscience de faire des écarts. A contrario ceux étant plus cohérents, sont moins nombreux à faire des écarts et ceux-ci sont d'ailleurs très rares.



Base : Pescetariens ou Végétariens ou Végétaliens/Vegans déclarés

Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution

Rappel du poids au sein de ceux qui se déclarent du régime →

55%

62%

45%

38%

57%

43%

60%

40%

30%

	TOTAL REGIMES SANS VIANDE (n=331)	Régimes sans viande TOTALEMENT COHERENTS G (n=183)	Régimes sans viande COHERENTS SUR LA VIANDE H (n=205)	Régimes sans viande ayant AU MOINS UNE INCOHERENCE J (n=148)	Régimes sans viande INCOHERENTS SUR LA VIANDE I (n=126)	TOTAL PESCETARIENS (n=167)	Pescetariens COHERENTS L (n=94)	Pescetariens INCOHERENTS M (n=72)	TOTAL VEGETARIENS (n=126)	Végétariens COHERENTS O (n=75)	Végétariens ayant AU MOINS UNE INCOHERENCE P (n=51)	Végétariens INCOHERENTS SUR LA VIANDE Q (n=38)
ST Oui	45	22	27	73 GH	75 GH	47	26	75 L	40	19	71 O	75 Q
ST Régulièrement + De temps en temps	17	4	6	33 GH	36 GH	17	7	30 L	16	1	37 O	46 Q
Oui, régulièrement	6	1	2	12 GH	13 GH	5	1	11 L	5	0	13 O	18 Q
Oui, de temps en temps	11	3	4	21 GH	23 GH	12	6	19 L	10	1	24 O	29 Q
Oui, mais très rarement	28	18	21	40 GH	39 GH	30	19	45 L	24	18	34 O	29 Q
Non, jamais	55	78 JI	73 JI	27	25	53	74 M	25	60	81 QP	29	25

Q11b. En tant que [PESCETARIEN, VÉGÉTARIEN OU VEGAN/VÉGÉTALIEN] vous arrive-t-il de faire, ne serait-ce que de temps à autres, des écarts en consommant des produits exclus de votre régime?

Base très faible - Résultats pour information à lire avec précaution  
 Significativement supérieur/ inférieur à 90% au Total Régimes sans viande, Total Pescetariens, Total Végétariens  
 Ecarts significativement supérieurs à 90% entre les types de régimes sans viande / les types de pescetariens : les types de végétariens

# QUELLES SONT LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES ?

Le fait de consommer de la viande (=incohérents sur la viande) ou non crée un clivage. La difficulté à ne pas faire d'écarts est logiquement plus présente chez les incohérents mais on note également une plus forte tendance à avoir faim. A contrario le banissement de la viande (=cohérents) à tendance à avoir des difficultés plus importantes au niveau de la vie sociale (manger en extérieur, incompréhension de l'entourage) et aussi une satisfaction moins grande (plus d'attentes) vis-à-vis des produits vendus dans le commerce.

Base : Pescetariens ou Végétariens ou Végétaliens/Vegans déclarés

Rappel du poids au sein de ceux qui se déclarent du régime →

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

SANTÉ
PLAISIR
ORGANISATION
ECONOMIQUE
INFLUENCE

	TOTAL REGIMES SANS VIANDE (n=331)	Régimes sans viande TOTALEMENT COHERENTS (n=183) 55%	Régimes sans viande COHERENTS SUR LA VIANDE (n=205) 62%	Régimes sans viande ayant AU MOINS UNE INCOHERENCE (n=148) 45%	Régimes sans viande INCOHERENTS SUR LA VIANDE (n=126) 38%	TOTAL PESCETARIENS (n=167)	Pescetariens COHERENTS (n=94) 57%	Pescetariens INCOHERENTS (n=72) 43%	TOTAL VEGETARIENS (n=126)	Végétariens COHERENTS (n=75) 60%	Végétariens ayant AU MOINS UNE INCOHERENCE (n=51) 40%	Végétariens INCOHERENTS SUR LA VIANDE (n=38) 30%
		G	H	J	I		L	M		O	P	Q
<b>ST Au moins une difficulté rencontrée</b>	<b>77</b>	<b>76</b>	<b>76</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	<b>74</b>	<b>72</b>	<b>75</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>79</b>	<b>81</b>
Des difficultés pour manger à l'extérieur, au restaurant	40 1	48 IJ 1	50 IJ 1	30 1	23 1	30 1	38 M 1	20 2	49 1	56 PQ 1	39 1	33 1
Des difficultés à partager des repas avec mon entourage n'ayant pas le même type de régime alimentaire que moi	32 2	33 2	33 2	31 1	32 1	31 1	29 1	33 1	29 2	32 3	26 2	30 1
L'incompréhension, les critiques de mon entourage/famille	27 2	37 IJ 2	36 IJ 2	16 2	14 2	21 2	28 M 1	12	33 2	44 PQ 2	17 3	21 2
Des difficultés à trouver des produits végétariens me convenant dans le commerce	25 3	29 IJ 2	29 IJ 2	20 2	17 2	20 2	23 2	16 2	28 2	36 PQ 3	15 3	17 2
Des difficultés à trouver des idées de menus	16	13 3	14 3	18 2	18 2	14 3	14 2	13 3	19 3	14	26 O 2	29 O 1
Des personnes de mon entourage/famille qui s'y sont opposées	12	13 3	13 3	11	11 2	9 3	8 3	9	15 3	16	13 3	15 2
Mon budget courses plus élevé qu'avant	12	12 3	12 3	12	13 2	15 2	18 M 2	10	7	5	10	10 3
Des difficultés à savoir par quels produits remplacer les protéines animales	10	9 3	9 3	11	11 2	9 3	8 3	11 3	8	12 P	3	4
Des difficultés à me priver de certains aliments (viande, poisson, oeuf et/ou produit laitier)	8	6	7	10	10 3	9 3	9 3	9	4	2	6	8
Des difficultés à respecter strictement mon régime alimentaire sans faire d'écarts	8	4	4	12 GH	13 GH 2	9 3	5 3	14 L 3	5	2	9	13 O 3
Des problèmes de santé (carences, perte de masse musculaire...)	7	7	7	7	7	8	7 3	10	7	9	5	6
Des difficultés d'organisation (cuisine, course, ...)	7	7	8	8	7	8	8 3	8	5	5	6	8
Plus de fatigue	6	3	3	11 GH	12 GH 2	7	2	14 L 3	4	4	4	6
La sensation d'avoir plus vite faim	6	3	4	8 GH	9 GH	7	7 3	7	3	0	6	8
Une autre difficulté	1	1	2	1	0	0	1	0	0	0	0	0
<b>Nombre moyen de difficultés rencontrées</b>	<b>2,8</b>	<b>3,1</b>	<b>3,1</b>	<b>2,7</b>	<b>2,5</b>	<b>2,7</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>2,7</b>	<b>3</b>	<b>2,4</b>	<b>2,6</b>

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

Q12a. Depuis que vous [êtes PESCETARIEN, VÉGÉTARIEN OU VEGAN/VÉGÉTALIEN], quelle(s) difficulté(s) avez-vous rencontrées par rapport à votre alimentation, QUE CE SOIT PAR LE PASSÉ OU ENCORE ACTUELLEMENT ?

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au Total Régimes sans viande, Total Pescetariens, Total Végétariens  
GHJI/LM/OPQ Ecarts significativement supérieurs à 90% entre les types de régimes sans viande / les types de pescetariens : les types de végétariens

# POUR QUELLES RAISONS (ASSISTÉES) ONT-ILS ADOPTÉ CE RÉGIME ?

Finalement, le respect du régime dépend surtout des motivations de départ. Plus ces motivations sont fortes et orientées éthique plus la pratique sera cohérente. Les incohérents ont des motivations moins fortes et un peu plus centrées sur eux-mêmes (perdre du poids, santé) ; probablement moins militants de la philosophie (du respect du vivant et l'environnement), ils acceptent plus facilement les écarts.



Base : Pescetariens ou Végétariens ou Végétaliens/Vegans déclarés

Rappel du poids au sein de ceux qui se déclarent du régime →

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

55%

62%

45%

38%

57%

43%

60%

40%

30%

ETHIQUE
ORGANISATION
SANTÉ
CONFIANCE
PLAISIR
ECONOMIQUE
INFLUENCE

	TOTAL REGIMES SANS VIANDE (n=331)	Régimes sans viande TOTALEMENT COHERENTS (n=183)	Régimes sans viande COHERENTS SUR LA VIANDE (n=205)	Régimes sans viande ayant AU MOINS UNE INCOHERENCE (n=148)	Régimes sans viande INCOHERENTS SUR LA VIANDE (n=126)	TOTAL PESCETARIENS (n=167)	Pescetariens COHERENTS (n=94)	Pescetariens INCOHERENTS (n=72)	TOTAL VEGETARIENS (n=126)	Végétariens COHERENTS (n=75)	Végétariens ayant AU MOINS UNE INCOHERENCE (n=51)	Végétariens INCOHERENTS SUR LA VIANDE (n=38)
		G	H	J	I		L	M		O	P	Q
A cause des conditions d'élevage / d'abattage	68 1	81IJ 1	80IJ 1	51 1	48 1	71 1	81M 1	58 1	66 1	80PQ 1	46 1	37 1
Je trouve qu'il est cruel d'élever des animaux pour les tuer	63 1	79IJ 1	78IJ 1	44 1	40 1	61 2	77M 1	41 2	68 1	81PQ 1	48 1	44 1
J'estime que la production de viande est mauvaise pour l'environnement (réchauffement climatique, épuisement des ressources naturelles ...)	58 2	73IJ 2	71IJ 2	39 2	37 2	59 2	69M 2	45 2	58 2	76PQ 1	32 2	31 2
Je pense que cela contribue à être en bonne santé / être bien dans mon corps	52 2	57IJ 3	58IJ 3	47 1	43 1	53 2	55 3	50 1	47 3	55PQ 2	34 2	25 3
J'éprouve du dégoût pour la viande	43 3	48IJ	48IJ	36 2	34 2	47 3	51 3	42 2	43 3	45 3	39 2	32 2
A cause de la présence potentielle d'antibiotique dans la viande, le poisson, les œufs, ...	28	32IJ	33IJ	23 3	21 3	29	33	24	25	29	18 3	18
Je n'aime pas le goût de la viande	27	27	27	27 3	27 3	34	32	37 3	23	23	23 3	16
Le prix de la viande est trop élevé	14	12	12	18	18	15	13	17	13	10	19 3	22O 3
Je n'ai pas confiance dans la fraîcheur des produits, le respect de la chaîne du froid	12	7	8	18GH	19GH 3	10	7	15L	10	7	13	14
Pour perdre du poids	8	3	3	15GH	16GH	8	2	16L	5	1	11O	11O
J'y ai été contraint(e) pour des raisons médicales	7	7	6	8	9	10	11	9	4	4	6	6
J'ai suivi les conseils / recommandations de quelqu'un	5	3	4	8G	7	4	2	6	3	2	4	3
Je trouve que la viande est difficile à cuisiner	2	0	1	4GH	4GH	1	0	2	3	1	6	5
Une autre raison	5	3	4	7	6	5	4	7	5	3	8	7
<b>Nombre moyen de raisons d'adoption du régime</b>	<b>3,9</b>	<b>4,3IJ</b>	<b>4,3IJ</b>	<b>3,4</b>	<b>3,3</b>	<b>4,1</b>	<b>4,4M</b>	<b>3,7</b>	<b>3,7</b>	<b>4,2PQ</b>	<b>3,1</b>	<b>2,7</b>

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

Significativement supérieur/ inférieur à 90% au Total Régimes sans viande, Total Pescetariens, Total Végétariens

GHIJ/LM/OPQ Ecarts significativement supérieurs à 90% entre les types de régimes sans viande / les types de pescetariens : les types de végétariens

Q9a. Et parmi la liste suivante, quelles sont toutes les raisons qui font que vous [êtes PESCETARIEN, VÉGÉTARIEN OU VEGAN/VÉGÉTALIEN] ?



78 RUE CHAMPIONNET

75018 PARIS

WWW.IFOP.COM

SUIVEZ-NOUS SUR



@IFOPCONSUMER