

● Avril 2016

## Pratiques et habitudes de consommation des fruits et légumes

Etude financée par FranceAgriMer et réalisée par l'institut d'études CSA de décembre 2014 à octobre 2015

### Contexte et objectifs de l'étude

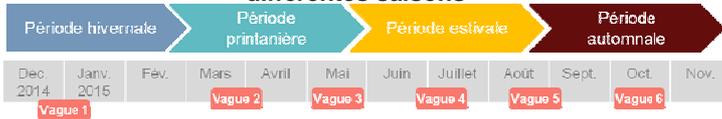
Les changements des habitudes alimentaires ces dernières années, notamment concernant les fruits et légumes, ont décidé FranceAgriMer à lancer une étude afin justement de mieux connaître les consommateurs et acheteurs de fruits et légumes.

FranceAgriMer a mandaté CSA pour mener à bien cette étude dont les objectifs étaient de mesurer et de suivre dans le temps les habitudes et niveaux de consommation des fruits et légumes auprès des adultes consommateurs. Il s'agissait de comprendre les attitudes et comportements des foyers français en termes de consommation de fruits et légumes (pomme de terre inclus), quelle que soit leur forme (frais et transformés).

### Méthodologie

L'étude s'est déroulée sur une année, de décembre 2014 à octobre 2015 afin de suivre les acheteurs de fruits et légumes sur les 4 saisons. Pour ce faire, l'année a été divisée en 6 périodes d'enquête pour couvrir les périodes classiques mais également atypiques (Noël, congés, vacances estivales, rentrée).

#### Détails des 6 périodes de test correspondant aux différentes saisons



Pour chaque période d'enquête, 700 panélistes représentatifs de la cible (selon la méthode des quotas) ont été interrogés.

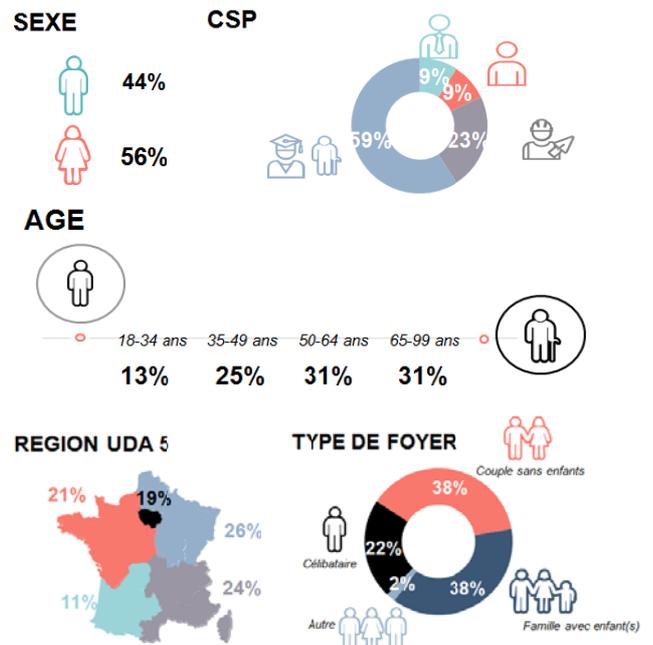
Afin d'évaluer la consommation des fruits et légumes sur l'année, le questionnaire a été divisé en 2 parties :

- les usages et attitudes alimentaires (questionnaire long).
- le relevé de consommation des fruits et légumes (questionnaire court).

Les panélistes ont en premier lieu répondu au questionnaire long (usages, attitudes alimentaires et relevé de consommation) puis sur les vagues suivantes uniquement au questionnaire court (relevé de consommation).

En termes de profil, l'échantillon interrogé était représentatif des Français de 18 ans et plus, responsable des achats et acheteurs de fruits et légumes<sup>1</sup>.

#### Détails de l'échantillon sur les variables de quotas



<sup>1</sup> Données FranceAgriMer et CSA

## Les principaux résultats de l'étude

- Les circuits d'achat des fruits et légumes

Un peu moins de 8 panélistes sur 10 déclarent accorder de l'importance aux circuits de distribution. Dans la même veine, 61 % déclarent préférer privilégier l'achat des fruits et légumes en commerce de proximité plutôt qu'en hyper/supermarché. Toutefois, dans la pratique, les achats de fruits et légumes se font essentiellement dans trois circuits de distribution qui sont : l'hypermarché (environ 60 % des répondants), le supermarché (environ 51 %) et les marchés (environ 45 %) tandis qu'un nombre moins important de consommateurs privilégie les magasins spécialisés ou les circuits courts tels que la vente directe chez les producteurs.

Les consommateurs font en moyenne leurs achats alimentaires une fois par semaine. Si l'achat de fruits et légumes est un plaisir, il manque souvent de fantaisie (produits habituellement achetés, achats anticipés).

- « 5 fruits et légumes par jour »

La consommation de 5 fruits et légumes par jour recommandée par le Programme National Nutrition Santé « manger bouger », bien ancrée dans les esprits, est un objectif pour deux tiers des répondants. Toutefois, seul un tiers met en effet en application cette recommandation de portions journalières.

Cette rigueur quotidienne est mise à mal face à la consommation réellement déclarée : si les prises varient entre 3.5 et 4.0 par jour en fonction de la période de l'année, les quantités sont en deçà de celles recommandées.

Cette différence de résultats démontre un décalage entre ce que les répondants estiment consommer et leur consommation réelle.

- Les volumes consommés

Les panélistes interrogés se considèrent pour la plupart comme des consommateurs moyens de fruits et légumes (59 %) face à 29 % de gros consommateurs. Plus de 7 répondants sur 10 estiment que leur consommation de fruits et légumes est suffisante.

Quant à ceux qui considèrent ne pas consommer suffisamment de fruits et légumes, plusieurs raisons sont évoquées. Au-delà du prix, les fruits sont écartés pour leur fragilité (souvent déçus par la qualité, se périment trop vite) alors que les légumes sont moins appréciés en termes de goût.

En ce qui concerne les types de fruits ou légumes consommés, le frais a une place importante dans le quotidien des panélistes

- La fraîcheur et le « fait maison »

La fraîcheur est le critère le plus important dans le choix des fruits et légumes loin devant la qualité, le prix et le goût. Effectivement, 46 % des panélistes déclarent consommer au moins une fois par jour des légumes frais et 66 % des fruits frais. Tendance confirmée par la consommation réelle : 49 % des prises sont des légumes frais et 87 % des prises sont des fruits frais.

A noter que le « fait maison » a également une part importante dans le quotidien des panélistes puisque ces derniers déclarent aimer passer du temps à cuisiner des plats « faits maison » et la quasi-totalité des volumes de fruits et légumes consommés sont cuisinés à la maison.

- Le goût et le plaisir

Lorsque les répondants choisissent leurs fruits et légumes, ils prennent avant tout en compte la fraîcheur et la qualité, mais aussi le goût. Pour la moitié d'entre eux, le goût est un critère de choix. On note également que l'achat des fruits et légumes s'oriente davantage vers des produits connus. La nouveauté n'est donc pas la principale motivation dans l'achat des fruits et légumes, les consommateurs préférant rester sur des valeurs sûres.

En termes d'appréciation, les panélistes déclarent apprécier autant les fruits que les légumes, de même pour leur conjoint tandis que leurs enfants en sont moins friands (notamment des légumes). Effectivement, plus de la moitié des parents doit insister pour faire consommer des fruits et légumes à ses enfants. La plupart défend les bienfaits pour la santé et dans une moindre mesure les qualités gustatives des fruits et légumes pour les inciter à en manger.

L'achat de fruits et légumes est un plaisir bien davantage qu'une corvée. Une fois dans l'assiette, la consommation de fruits est davantage associée au plaisir gustatif quand celle des légumes est plus associée à une nécessité nutritionnelle.

Toutefois dans les critères de choix des fruits et légumes, la qualité prime par rapport au plaisir. Quant à l'équilibre nutritionnel et l'apport énergétique, ces derniers ne sont pas vraiment des critères de choix.

- Une consommation responsable

Il existe une importance notable accordée à l'origine des fruits et légumes (pays d'origine, région d'origine) pour les consommateurs. Le mode de production est également un critère rentrant fortement en compte dans le choix des fruits et légumes puisque la majorité des répondants consomme ou préfère acheter ceux issus d'un mode de production respectueux de l'environnement et des hommes. Dans la même lignée, les consommateurs sont très sensibles aux démarches écologiques et éco-responsables.

Bien que la plupart des répondants se pose en consommateurs responsables et cultive ses propres fruits et légumes, le gaspillage reste très présent. Effectivement, un peu moins de 8 panélistes sur 10 jettent des fruits et légumes, ne serait-ce que rarement, malgré une volonté certaine de la majorité de ne pas gaspiller. De ce fait, un effort de leur part est fait en adaptant leurs achats ou leur consommation. Certains privilégient l'achat de fruits et légumes plus régulier mais en moins grande quantité tandis que d'autres achètent moins souvent et en réduisant les volumes achetés.

- Le respect de la saisonnalité

Grâce à une évaluation au fil de l'année permettant de couvrir les quatre saisons, on observe une consommation réelle de fruits en lien avec la saisonnalité. Une forte consommation de fruits d'hiver en saison hivernale et inversement en période estivale.

Cependant, ce lien avec la saisonnalité est moins probant pour la consommation des légumes, ces derniers étant présents sur les étals tout au long de l'année.

Malgré des consommateurs très affirmatifs sur l'attention portée au respect de cette saisonnalité, les faits tendent à démontrer le contraire.

## Les principaux enseignements

L'achat et la consommation de fruits et légumes se fait avec plaisir et le goût est un critère de choix important. Toutefois, soucieux de ce qu'ils trouvent dans leur assiette, les acheteurs de fruits et légumes tentent de faire des compromis entre ce qu'ils souhaitent et ce qu'il est réellement possible de faire au quotidien.

Il existe une volonté certaine, une prise de conscience générale quant à l'alimentation : son impact sur la santé et sur l'environnement par le biais de sa production et sa distribution. La nécessité de consommer autrement, de façon raisonnée en prêtant attention à la saisonnalité et au gaspillage.

Toutefois la mise en pratique n'est pas si évidente au quotidien :

- La recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour est comprise mais n'est pas systématiquement appliquée. La qualité gustative (fraicheur, « fait maison ») semble prévaloir à la quantité journalière
- La saisonnalité est très présente dans les esprits mais moins dans les assiettes. Si les fruits sont généralement consommés lors de leur saison de production, les mêmes légumes sont achetés toute l'année.
- La demande de proximité est importante et dans ce cadre on perçoit une forte attente des consommateurs en termes d'information sur l'origine des produits, notamment à travers l'affichage.
- Le gaspillage est très présent même si un certain nombre de consommateurs a pris conscience de la nécessité d'ajuster ses achats en conséquence pour éviter de jeter de la nourriture.

Rédigé par FranceAgrimer et l'institut CSA

**Ont contribué à ce numéro** : unité Culture et filières spécialisées/service Marchés et études des filières