

**CONSOMMATION** En France, l'alimentation représente 15 % du budget des ménages. Le repas y reste convivial et voit augmenter les portions de fruits et légumes. Et le bio.

# L'ASSIETTE DES FRANÇAIS

La hausse du niveau de vie depuis cinquante ans a diminué la part des dépenses de première nécessité dans le budget des ménages. Ainsi, celle consacrée à l'alimentation n'a cessé de se réduire. Elle représente aujourd'hui environ 15 % du budget des ménages. Et si une frange de la population parmi les plus pauvres souffre encore de précarité alimentaire (\*) (3,5 millions de personnes ont eu recours à l'aide alimentaire en 2010, selon le ministère de l'Agriculture), on peut considérer qu'aujourd'hui, en France, on mange à sa faim. Mais l'acte alimentaire n'est pas seulement une réponse à un besoin physiologique, c'est aussi une activité sociale, économique et



Anne van der Stegen - Fedephot

culturelle. Ce que l'on met dans son assiette et dans quel cadre on le fait porte son lot de symboles et de distinction sociale.

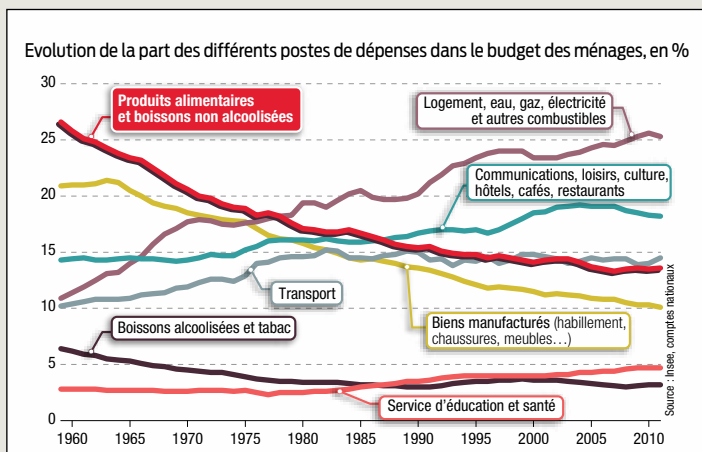
Le repas reste, en France, une véritable institution, malgré les contraintes du monde du travail et les évolutions de l'organisation familiale. Sa préparation incombe toujours

Le repas reste une véritable institution en France, malgré les contraintes du monde du travail et les évolutions de l'organisation familiale.

avant tout aux femmes : elles y consacrent encore 1 h 10 par jour, contre 24 minutes pour les hommes, même si l'écart s'est réduit de 15 minutes en dix ans. Le soin apporté à la préparation des repas, le temps passé à table (largement supérieure en France à la moyenne européenne) et le fait de manger à

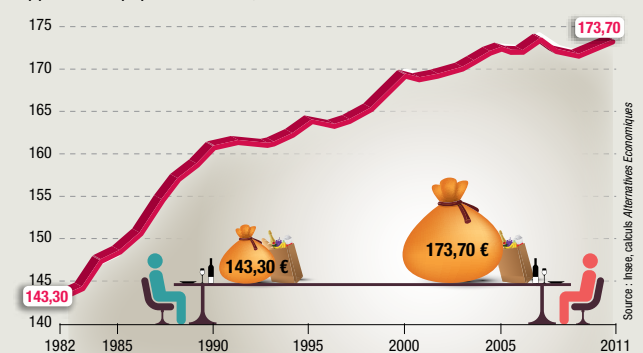
plusieurs limitent les risques d'obésité. Un mal qui, dans l'Hexagone, touche 14,5 % de la population, contre 26,9 % aux États-Unis. Si les Français consomment de plus en plus de produits sucrés et salés, ils ont aussi augmenté leurs portions de fruits et légumes. Signe que le discours contemporain sur l'alimentation « saine », porté par la presse et les campagnes menées par les pouvoirs publics, a une influence. Malgré la crise, le succès du bio ne se dément d'ailleurs pas. Selon l'Agence Bio, 40 % des Français consomment au moins un produit bio une fois par mois, mais la consommation régulière concerne surtout les catégories sociales les plus privilégiées. ■ **CLAIRE ALET**

## Les dépenses alimentaires : une part en baisse continue



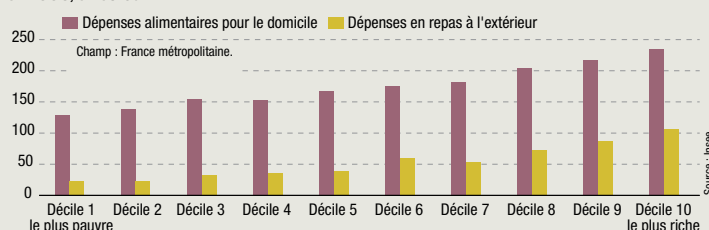
### 173 euros par mois

Evolution de la consommation mensuelle de produits alimentaires par personne rapportée à la population totale, en euros 2005



### Les plus riches dépensent davantage en alimentation

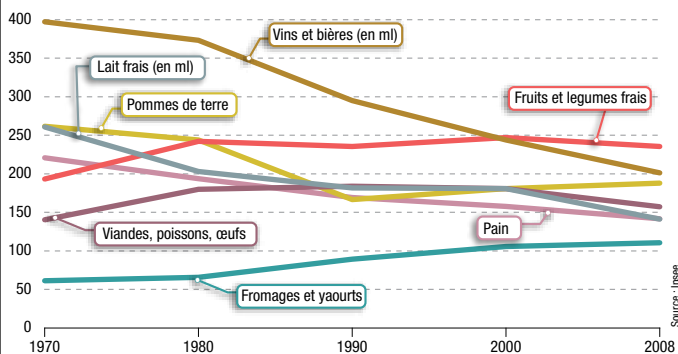
Dépenses alimentaires par personne et par mois selon les déciles de revenu disponible en 2006, en euros



Dans le budget des ménages, la part du poste alimentation baisse régulièrement depuis cinquante ans. Il arrive désormais après le logement, mais aussi les transports. Son poids est cependant légèrement remonté récemment avec la crise. Les dépenses de produits alimentaires par personne continuent cependant à peser plus lourd pour les plus pauvres, bien que l'écart avec les plus riches se réduise. En revanche, en valeur absolue, les personnes aisées consacrent davantage d'argent à se nourrir. Les dépenses moyennes varient du simple au double entre le premier et le dernier décile de revenu. La fréquentation des restaurants est aussi un fort marqueur social. ■

## Que mange-t-on ?

Consommation moyenne de quelques produits alimentaires par jour et par personne en France, en grammes

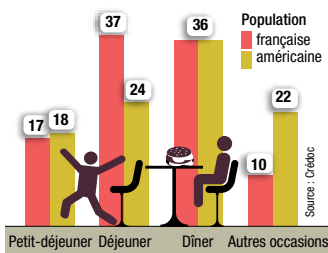


L'évolution du comportement alimentaire des Français est paradoxale. D'un côté, la consommation de fruits et légumes augmente, même si avec 235 grammes par personne en 2008, elle est encore loin des 400 grammes recommandés par le Programme national nutrition santé (\*). D'un autre côté, la consommation de produits industriels salés et sucrés, comme les snacks et les sodas, s'accroît. Au total, avec l'évolution des modes de

vie, et notamment la sédentarisation, la prévalence de l'obésité, qui touche près d'une personne sur six, augmente (voir page 49). Cependant, le modèle alimentaire français, basé sur des repas structurés, pris à des horaires réguliers et partagés à plusieurs, se perpétue et contribue à limiter l'épidémie d'obésité dans la population. Ainsi les Français passent 2 h 15 quotidiennement à table, contre 1 h 45 pour les Allemands et 1 h 25 pour les Britanniques, selon Eurostat. ||

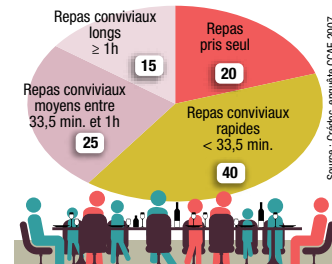
### Les Français boudent le snacking

Répartition des apports énergétiques (en kcal/jour) des repas chez les plus de 18 ans, en %



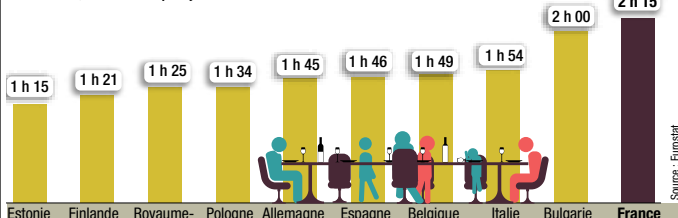
### Huit repas sur dix sont conviviaux

Répartition des repas selon qu'ils sont pris seul ou à plusieurs, en %



### Plus de deux heures à table chaque jour

Durée des repas dans divers pays de l'Union européenne en 2000, en heures par jour



### Où trouver ces chiffres

Sur le site du Crédoc : [www.credoc.fr](http://www.credoc.fr), l'étude « Le modèle alimentaire français contribue à limiter le risque d'obésité », issue de l'enquête Consommation et modes de vie (septembre 2010)  
L'INPES réalise régulièrement un Baromètre santé nutrition sur le com-

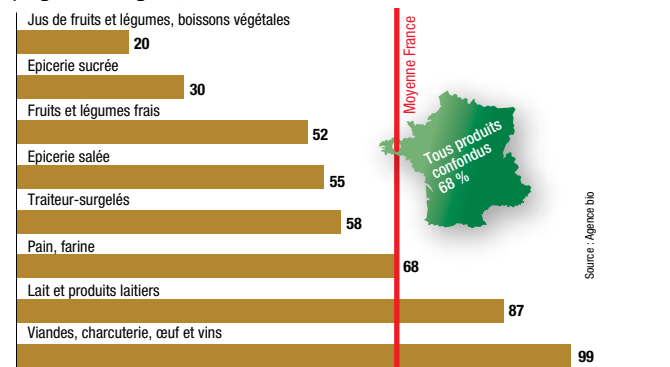
portement alimentaire des Français ([www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)).  
L'Insee publie *Cinquante ans de consommation en France* (Insee Références), avec un chapitre entièrement consacré à la consommation alimentaire ([www.insee.fr](http://www.insee.fr)).

## Une hausse de la consommation de produits bio

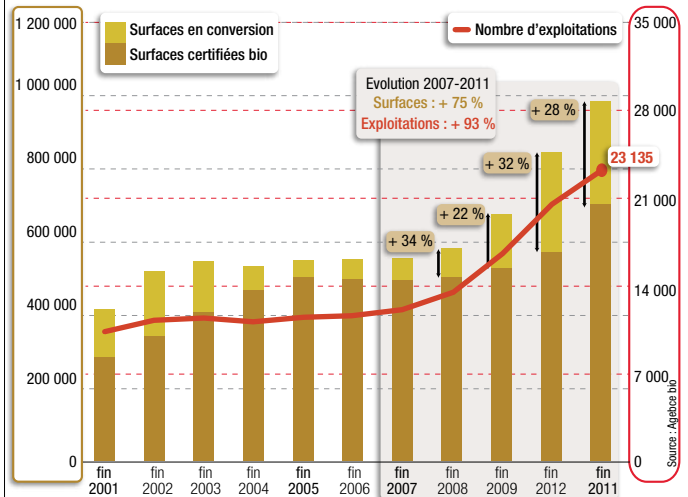
Evolution du chiffre d'affaires des produits alimentaires bio, en millions d'euros TTC, en France



Part de la consommation d'alimentation bio non-importée en France en 2011, par grandes catégories, en %



Evolution des surfaces agricoles bio en France



Malgré la crise, la consommation de produits bio augmente en France : entre 2010 et 2011, elle s'est accrue de 11%, pour atteindre environ 4 milliards d'euros, soit près de 2 % du marché alimentaire total (contre 1,1 % en 2005). Du côté de l'offre, 32 % des

produits bio sont encore importés, même si le nombre des exploitations converties en bio a augmenté. Mais elles n'occupent que 3,5 % de la surface agricole totale, en deçà de l'objectif de 6 % en 2012 fixé par le Grenelle de l'environnement. ||

### Pour comprendre ces chiffres

\* **Précarité alimentaire** : touche les personnes qui disposent de moins de 3,50 € par jour pour se nourrir (seuil nécessaire pour manger équilibré, selon l'Inserm). Ces personnes souffrent souvent de carences en vitamines, d'anémie et d'obésité.

\* **Le Programme national nutrition santé**, lancé en 2001, est un plan public de prévention visant à améliorer la nutrition et la santé (alimentation et activité physique) de la population. Il recommande notamment de consommer cinq portions de fruits et légumes par jour.