



**MOVIDA 2013**

**APPEL À PROPOSITION DE RECHERCHE N°2 :**

Vers des modes de consommation plus durables dans un monde fini

CONTRAT 13-MUTS-MOVIDA-6-CVS-019 2013 - N° CHORUS

# Logiques de consommation autour de l'alimentation durable (LOGICADU)

---

## RAPPORT DE SYNTHÈSE

Mai 2016

Séverine GOJARD,  
INRA ALISS UR 1303  
65 Bd de Brandebourg 94205 Ivry sur Seine Cedex

Sophie DUBUISSON-QUELLIER  
Centre de sociologie des organisations, CNRS-Sciences Po,  
27 rue Saint-Guillaume 75337 Paris cedex 07

Bérangère VERON  
AgroParisTech/INRA ALISS UR 1303  
65 Bd de Brandebourg 94205 Ivry sur Seine Cedex

## Introduction

---

La question de recherche qui anime le projet LOGICADU (logiques de consommation autour de l'alimentation durable) est de **rendre compte des formes de déterminations collectives qui pèsent sur la consommation alimentaire, afin d'identifier les éventuels leviers sur lesquels il paraît possible de jouer pour orienter ces pratiques vers une transition plus favorable à l'environnement.**

### Méthodologie

Il s'agit d'un projet qui repose sur l'analyse secondaire d'un corpus d'entretiens recueilli au cours d'un précédent projet (Dimensions Durables de l'Alimentation Domestique, Dimdamdom) financé par l'Ademe.

Nous avons adopté une démarche ethnographique nous permettant de restituer les pratiques alimentaires d'une trentaine de ménages, dont un ou plusieurs membres ont été interviewés sur des séquences longues et répétées autour de différentes thématiques découpant la pratique alimentaire en activités élémentaires, suivant la méthode des itinéraires mise au point par Desjeux (2006) : ont ainsi été détaillées les étapes de **la planification, l'approvisionnement, la coordination, la préparation, le rangement, le stockage et la conservation**, et enfin **la gestion des restes**. Par ailleurs, la dimension biographique donnée à certaines pratiques de l'entretien, a permis de restituer l'enquêté dans une parcours de vie dont il s'est agi de saisir les formes de socialisation (pour notamment faire émerger les ressources normatives) et les éventuelles ruptures.

Il nous a paru important d'éviter d'enquêter auprès de consommateurs déjà sensibilisés aux aspects environnementaux : l'étude des consommateurs engagés ne permet pas d'appréhender la façon dont la plupart des ménages bricolent des routines alimentaires, qui sont volontairement des formes d'arrangements permanents avec des contraintes multiples. Pour cette raison, il paraissait important de revenir sur des cas empiriques moins déterminés par des appartenances militantes, et d'enquêter auprès de ménages ordinaires, de comprendre les ressorts de leurs pratiques quotidiennes, et de voir dans quelle mesure elles sont susceptibles soit de s'ouvrir à des préoccupations environnementales, soit d'être compatibles avec des enjeux de protection de l'environnement, y compris sans que les ménages en aient conscience. Nous avons utilisé un mode de recrutement souple, tenant compte de la bonne volonté des enquêtés, mais veillant à constituer un échantillon raisonné, sur deux terrains localisés (Paris et petite ville de province). Circonscrire le terrain d'enquête s'est avéré ainsi un moyen de contrôler les effets liés à l'offre commerciale et à l'accessibilité en termes de transport (Miller, 1998). En outre, nous avons veillé à ce que ces territoires localisés soient socialement mixte, et réunissent des individus appartenant à des classes sociales différentes (classes populaires, classes moyennes, classes supérieures), mais aussi appartenant à des générations différentes et à des ménages aux structures différentes (des célibataires, des couples avec ou sans enfant(s), des familles monoparentales, des nids vides).

Dans la conduite des entretiens, l'enjeu était de ne pas imposer aux ménages notre propre définition des pratiques durables, ni même de leur imposer la notion d'alimentation durable, pour éviter des biais de désirabilité. Nous avons donc soigneusement évité de poser des

questions mobilisant directement ces notions. La question de la durabilité a en revanche été mobilisée par la suite, dans l'analyse. Suivant une voie ouverte dans la littérature notamment par Oosterveer, Guivant et Spaargaren (2007), nous avons choisi de retenir une définition des pratiques alimentaires durables qui reste assez proche de celle à laquelle les ménages enquêtés sont susceptibles d'être confrontés, ou sensibilisés. Ces auteurs proposent de définir la durabilité à partir de diverses enquêtes menées dans plusieurs pays, afin de s'ancrer dans les contextes dans lesquels s'expriment les préoccupations des consommateurs. Nous avons croisé cette approche avec les recommandations courantes en France concernant l'alimentation durable, afin de nous inscrire dans le contexte national. Nous avons donc prêté une attention particulière à certaines activités décrites par les ménages enquêtés, qui nous paraissaient conformes aux recommandations publiques et aux enjeux de la durabilité de l'alimentation : le gaspillage alimentaire, les achats de produits de saison, locaux ou porteurs d'un label agriculture biologique ou équitable, le tri des déchets et dans certains cas le compostage ; l'usage de produits d'entretien et la consommation d'eau ont été également abordés avec un certain nombre de ménages, notamment autour de la question de la vaisselle.

## Problématique et plan du rapport

Les résultats des travaux menés dans le projet Dimdamdom ont ouvert le champ à un questionnement précis, celui de la mise au jour des cohérences qui caractérisent l'ensemble des pratiques de consommation alimentaire et leur lien avec l'existence d'un rapport spécifique au monde social. Dans la continuité des recherches que nous avons menées jusqu'à présent et en utilisant les matériaux d'enquête recueillis à cette occasion, nous avons cette fois plus particulièrement cherché à **reconstituer des logiques de consommation**, c'est-à-dire la cohérence interne des comportements de consommation des individus. En considérant que la consommation s'inscrit, tout comme l'économie, dans un « système de croyance » (Bourdieu, 2003), il s'agit de considérer que ces logiques de consommation peuvent se définir comme **un ensemble de pratiques et de représentations qui font système**. L'objectif consiste alors à mettre au jour la manière dont les individus font au quotidien pour administrer, organiser, gérer leur consommation et la manière dont ils la conçoivent – ce qu'ils considèrent comme normal, acceptable, nécessaire, etc. – tout en tenant compte, le plus finement possible, des structures économiques et sociales dans lesquelles les ménages sont insérés. Suivant une orientation proposée par Halkier (2009), nous identifions des types de consommation (voire plus largement des types d'alimentation) qui cristallisent des pratiques et des compétences. L'idée est ensuite de voir dans quelle mesure les personnes, en fonction de leurs propriétés et ressources sociales et en fonction des contextes de consommation, puisent dans tel ou tel registre d'action.

Après une première partie qui retrace le cadrage théorique et empirique de la question, la deuxième partie décrit les différentes logiques régissant l'alimentation quotidienne. L'inconvénient d'une telle typologie est de donner l'impression qu'un type de pratiques correspond à un type de ménage, de manière relativement automatique. La richesse du matériau recueilli nous conduit à moduler quelque peu cette impression, ce que nous retraçons dans la troisième partie du rapport. Nous avons pour ce faire poursuivi deux pistes : la question des transitions biographiques, mais également la question de l'alternance entre repas quotidiens et repas festifs, et plus généralement des ruptures de routines, qui parce qu'elles changent la situation dans laquelle l'alimentation est envisagée, préparée, achetée, amènent à changer les pratiques ou à adopter une autre logique, qui peut accorder une place différente aux questions environnementales. La conclusion est consacrée à des aspects plus opérationnels, et vise à examiner comment nos résultats peuvent être mobilisés en vue de la

promotion de modes de vie plus durables, et notamment de modes de consommation alimentaire plus durables.

## **Partie I. Démarche d'analyse et questionnement**

---

Notre questionnement s'inscrit à la croisée de différents courants sociologiques : la sociologie de la consommation alimentaire, la théorie des pratiques, et la sociologie des dispositifs marchands. De la théorie des pratiques nous retenons l'idée qu'il est nécessaire d'analyser conjointement les activités liées à l'alimentation, les représentations que les individus enquêtés leur accordent et les dispositifs matériels dans lesquels ces activités s'insèrent. Les pratiques alimentaires reposent sur l'articulation de différentes activités, depuis l'établissement d'une liste de courses jusqu'à la mise au rebut, en passant par l'acte d'achat lui-même, la préparation, et le repas. L'analyse des dispositifs marchands nous incite en outre à accorder une place particulière aux dispositifs d'approvisionnements. Nous croisons cette analyse des pratiques avec l'attention portée aux propriétés sociales des individus enquêtés, afin de montrer que les pratiques sont autant inscrites dans des dispositifs matériels que dans des configurations définies par la position sociale et démographique des consommateurs.

Ces éléments de cadrage théorique sont complétés par des éléments de cadrage empirique, qui s'appuient sur les données de la dernière enquête de budget des ménages de l'Insee (2011), ainsi que sur celles de l'enquête Pratiques culinaires en Île-de-France (INRA, ALISS). Les différents résultats permettent de souligner que les consommations alimentaires, mais aussi les pratiques domestiques en matière de gestion des restes et de mise au rebut de produits alimentaires, restent différenciés selon différentes caractéristiques des ménages (la profession, l'âge, etc.). Ces données statistiques soulignent l'importance de l'âge, et permettent de poser l'hypothèse d'effets de trajectoires ou de générations : par exemple, si le gaspillage alimentaire décroît avec l'âge des enquêtés, cela peut résulter de contextes de socialisation différents : des générations encore marquées par l'expérience de périodes de pénurie de la Seconde Guerre mondiale et de l'immédiat après-guerre versus des générations inscrites dans le contexte de socialisation des Trente Glorieuses et de l'abondance marchande. Cela peut aussi résulter (ce qui n'est pas incompatible) de l'accumulation au fil du cycle de vie de compétences culinaires qui permettent d'éviter la mise au rebut de produits encore comestibles. Le recours à des entretiens approfondis, comme ceux que nous mobilisons par la suite, donne des éléments de compréhension aussi bien des logiques générationnelles que des parcours de vie.

## **Partie II. Une typologie des logiques**

---

L'enjeu de cette partie est de présenter les résultats concernant le cœur du projet : la typologie des logiques de consommation alimentaire. Nous avons organisé notre analyse selon une grille inspirée de la méthode des itinéraires (Desjeux, 2006), qui distingue sept principales étapes dans les processus de consommation : la décision sur le produit, le déplacement vers le lieu d'acquisition, le moment de l'acquisition, la préparation de l'usage, l'usage et l'abandon. Nous avons ainsi analysé séquentiellement les pratiques alimentaires correspondant à ces sept étapes, en tentant de mettre systématiquement en exergue les dispositifs matériels mobilisés, les compétences nécessaires, les contraintes qui pèsent sur les ménages, les activités réalisées,

les normes mobilisées, etc. Certaines de ces pratiques supposent des ressources et des compétences qui ne sont également distribuées ni dans l'espace social, ni dans l'espace résidentiel, ni au long du cycle de vie. Il nous paraît donc difficile de les isoler des propriétés sociales des ménages.

Une première ligne de clivage sépare ainsi des ménages régis par une logique de frugalité, voire de monotonie revendiquée, et des ménages régis par une logique de diversité et de variété. On constate que ce clivage recouvre des structures de ménages différentes dans la mesure où la présence d'enfants tend à favoriser la logique de diversité. Une seconde ligne de clivage passe au milieu des ménages frugaux, et tient aux circuits de distribution qu'ils mobilisent pour faire leurs courses, tout autant qu'aux définitions de la qualité des produits alimentaires qu'ils adoptent. Au sein des ménages chez qui prime l'impératif de diversité, ce n'est pas tant l'accès à des commerces différents qui joue, que la mobilisation de compétences culinaires au quotidien, qui traduit le poids inégal des contraintes domestiques mais aussi des dispositions différentes à consacrer du temps aux pratiques alimentaires. La description des quatre logiques mêle donc **des agrégats de pratiques, des façons de faire et de penser la nourriture, tout autant que les caractéristiques des ménages chez qui ces logiques se rencontrent le plus souvent**. Afin de ne pas essentialiser les quatre logiques de consommation alimentaire que nous avons dégagées, nous avons fait le choix de les numéroter plutôt que de les qualifier ou de chercher à les résumer à travers une figure de consommateur.

### **Logique 1 : un faible investissement dans les tâches culinaires et une offre commerciale limitée**

Une première logique de consommation s'exprime par des pratiques qui reposent sur des **investissements limités en temps, en argent et en énergie dans les activités culinaires quotidiennes : les approvisionnements sont effectués dans une gamme restreinte de commerces et reposent sur des routines fortes. Les repas sont simples et utilisent peu de produits transformés. Une valorisation de la frugalité, de la simplicité**, se retrouve de manière récurrente dans les propos de ces enquêtés. Le temps de préparation culinaire est court, mais la **cuisine maison est privilégiée. Les enquêtés disent gaspiller peu de nourriture** ; les restes sont consommés tels quels ou réacommodés de manière routinière. On la rencontre plutôt chez des ménages retraités issus des couches supérieures des catégories populaires, composés d'une personne ou de couples dont les enfants ont quitté le domicile familial. Tous vivent dans le **quartier périphérique de la ville de province**. Par ailleurs, les ménages qui adoptent ces pratiques de consommation alimentaire ont **peu de contraintes temporelles**, et pour les plus âgés, ont des **habitudes alimentaires anciennes qui mobilisent peu les produits transformés**. Cette logique se caractérise par des préoccupations environnementales limitées mais par des pratiques qui peuvent être qualifiées de durables : **attention portée à la provenance et à la saisonnalité des produits** – en particulier pour les fruits et légumes –, bonne gestion des quantités achetées et cuisinées facilitée par le nombre réduit de personnes vivant dans le foyer, recours à des circuits courts d'approvisionnement. Les routines d'approvisionnement et de préparation des repas sont simples, et connaissent peu d'imprévus. Elles sont donc efficaces d'un point de vue durable, mais laissent peu de place à des opportunités de pratiques innovantes au sein de l'espace marchand.

### **Logique 2 : la mobilisation d'une offre commerciale diversifiée pour répondre aux exigences de compétences culinaires fortes**

Cette deuxième logique de consommation alimentaire se caractérise par **des lieux d'approvisionnement divers**, par la fréquence à laquelle les courses sont faites, par **l'importance des produits frais et de qualité**, et par **des fortes compétences culinaires et**

**sociales** (par exemple en termes de convivialité). Les enquêtés qui adoptent ces pratiques appartiennent au même groupe d'âge que dans la logique précédente, mais habitent à Paris et ont plus de moyens financiers. La fréquence des séquences d'achat, et les lieux d'approvisionnement diversifiés et géographiquement plus dispersés que dans la logique 1, s'inscrivent dans une stratégie réfléchie visant à avoir accès à des produits de qualité à un bon prix, dans le quartier mais aussi au-delà. Par ailleurs, ces individus ont des pratiques d'achats qui témoignent d'une « **bonne volonté** » **environnementale, mais celle-ci est à la fois limitée et réflexive** : elle ne concerne que certains produits, et implique des dérogations pratiques aux règles que chacun se donne concernant les « bonnes » pratiques à tenir. Enfin, ces individus ont bien des pratiques durables au quotidien : la très grande majorité d'entre eux effectuent le **tri sélectif**, utilisent des **produits ménagers traditionnels** – comme le vinaigre blanc, le bicarbonate de soude, ou le jus de citron – dont ils soulignent le faible coût et l'efficacité. En outre, ces consommateurs sont d'autant plus enclins à adopter dans leur quotidien des gestes durables que **l'organisation quotidienne des repas compte peu d'imprévus et peu de contraintes familiales**. Le départ des enfants du domicile parental est associé à une réduction des quantités de nourriture achetées, à une meilleure gestion des excédents alimentaires, et à moins de gaspillage. **Les quantités achetées et préparées sont bien ajustées. Les excédents sont resservis tels quels, comme dans la logique précédente, ou sont utilisés de façon élaborée mais routinière pour de nouveaux plats.**

### Logique 3 : un investissement culinaire faible lié à de fortes contraintes

La troisième logique dégagée rassemble des pratiques qui ne sont pas liées à une structure d'offre particulière, et concerne les deux terrains d'enquête. Elle se caractérise par un **investissement en temps limité dans les pratiques culinaires. Le budget alimentaire est conséquent, mais le temps consacré aux courses, comme à la préparation des repas, est limité**. Les approvisionnements groupés au supermarché sont complétés par des achats réalisés dans des supermarchés plus proches, au marché, et dans des commerces de proximité pour des produits de meilleure qualité. Le marché est fréquenté de manière moins régulière, et les achats auprès de producteurs locaux sont bien moindres que dans les logiques 1 et 2. La logique 3 concerne principalement des **couples actifs issus de la classe moyenne avec enfants**, soumis à des **fortes contraintes temporelles et familiales** et, pour certains, financières.

Ainsi, au quotidien, les **repas sont simples, répétitifs**, et d'abord conçus pour plaire aux enfants. Ce type de pratiques s'articule avec des discours dépréciatifs sur ses propres compétences culinaires considérées et présentées comme faibles, alors qu'elles ne le sont pas nécessairement, même si les plats « maison » sont rares et réalisés dans des cas bien spécifiques (week-ends, vacances, occasions festives).

Par ailleurs, si les pratiques mises en œuvre dans cette logique 3 témoignent bien d'une « bonne volonté » environnementale comme dans la logique 2, celle-ci s'exprime dans certaines pratiques ordinaires telles que la consommation d'eau ou le tri sélectif, davantage que dans le domaine alimentaire, où les pratiques durables sont associées à un surcoût financier et/ou symbolique (en termes de contraintes d'organisation ou de temps). Enfin, **les restes sont moins souvent réaccommodés avant d'être resservis, et plus fréquemment oubliés** dans le frigidaire. Outre les doutes que certains peuvent avoir concernant la « bonne » quantité à cuisiner, les contraintes de coordination familiale, qui découlent aussi bien des goûts et des emplois du temps imprévisibles des enfants, que des tensions entre la volonté de ne pas (trop) gaspiller et le souci de sécurité sanitaire – sont une source de désajustement entre les quantités achetées, cuisinées et consommées.

## Logique 4 : un investissement culinaire important malgré de fortes contraintes

Cette dernière logique de consommation comporte un certain nombre de similitudes avec la logique 3 : elle couvre elle aussi les deux terrains d'enquête, et concerne aussi les parents actifs, âgés d'une trentaine ou d'une quarantaine d'années, soumis à des contraintes temporelles et familiales fortes, et pour certains économiques. Les approvisionnements sont les mêmes – surtout des achats groupés – ainsi que le faible niveau de préoccupations environnementales et de pratiques durables au quotidien. Cette logique se distingue de la précédente principalement par **un niveau de compétences culinaires et organisationnelles plus élevé, un temps consacré à la cuisine quotidienne plus important, et plus de cuisine « maison »**. Celle-ci est privilégiée pour plusieurs raisons : ses bénéfices en termes de santé, mais aussi la préférence exprimée des membres de la famille pour le fait maison, dont les mères tirent des gratifications fortes.

Si le temps passé à cuisiner est donc plus conséquent que dans la logique 3, cette logique comporte aussi de temps en temps des achats de plats cuisinés, rapides à préparer et faisant plaisir aux enfants, ainsi que des produits transformés, appréciés pour le gain de temps réalisé. Mais les compétences organisationnelles sont ici importantes, et particulièrement dans la gestion des excédents, fréquemment congelés ou réacomodés de manières différentes.

Ainsi, cette typologie de logiques de consommation souligne que les pratiques alimentaires quotidiennes sont ancrées dans des contextes matériels territorialisés, et dans des cadres de vie qui sont socialement déterminés. Autrement dit, les habitudes alimentaires ne peuvent pas être isolées du contexte matériel et social dans lequel elles se déploient. Après avoir décrit ces quatre logiques de consommation alimentaire, nous revenons sur les équipements matériels et l'usage qui en est fait, qui varient d'un lieu à l'autre, et d'un ménage à l'autre. Selon le contexte social, ils peuvent être perçus comme facilitant ou au contraire entravant l'adoption d'activités alimentaires durables, depuis l'approvisionnement jusqu'au tri sélectif et au compostage des déchets organiques. En outre, la manière dont les ménages investissent les équipements matériels mis à leur disposition est aussi liée à leurs conditions de vie et aux caractéristiques sociodémographiques des individus.

Ainsi, les pratiques quotidiennes des individus s'inscrivent dans des logiques de consommation caractérisées par des pratiques durables plus ou moins nombreuses et routinisées, mises en œuvre pour des raisons qui sont loin d'être strictement environnementales, et qui renvoient à des niveaux de contraintes et de ressources différenciées. Dans la troisième partie, nous montrons en quoi **les transitions biographiques, comme, à une échelle plus restreinte, les ruptures de routines, peuvent constituer des moments de changements vers des pratiques alimentaires plus durables**.

## Partie III. La dynamique des logiques

---

Les deux premières logiques correspondent plutôt à des ménages de retraités, tandis que les deux secondes regroupent plutôt des ménages actifs avec enfants ; la dimension rétrospective autorisée par les entretiens avec des personnes plus âgées donne bien l'impression que les pratiques qu'elles adoptaient quand elles étaient plus jeunes ressemblent à celles décrites dans les logiques 3 et 4. Nous avons donc approfondi l'analyse des changements en nous intéressant aux ruptures organisationnelles induites par des bifurcations biographiques.

Par ailleurs, une analyse approfondie des entretiens révèle que les ménages ne peuvent pas être assignés de façon univoque à une seule logique. Ainsi, la cuisine simple du quotidien

décrite dans la logique 1 alterne avec des repas plus élaborés et riches pour des occasions particulières, par exemple quand les enfants viennent au domicile parental pour un repas ou pour les vacances, éventuellement accompagnés de leurs propres enfants. De même, la logique 3, caractérisée par un faible investissement culinaire quotidien, est compatible avec la mobilisation ponctuelle de compétences culinaires dans certaines occasions.

## Transitions biographiques et changements dans les pratiques alimentaires

Les bifurcations ou transitions biographiques désignent les **moments de transition dans la trajectoire de vie** : certaines sont liées à un changement dans la structure du ménage (mise en couple, naissance du premier enfant, départ des enfants du domicile familial, veuvage), d'autres à des événements plus individuels (passage à la retraite, survenue d'une maladie...). L'approche par le parcours de vie et les bifurcations biographiques, à l'origine de réorientations importantes dans la trajectoire individuelle (Bessin, 2009 ; Bessin, Bidart & Grossetti, 2010), présente l'intérêt d'**inscrire une situation donnée dans un processus dynamique, avec une histoire passée et des implications futures.**

il nous a semblé intéressant de montrer que **les individus peuvent changer leurs pratiques alimentaires quotidiennes et donc passer d'une logique à une autre au fil de la trajectoire de vie, au gré d'événements biographiques marquants.** En effet, lors des transitions biographiques s'opèrent non seulement une **recomposition des ressources économiques et temporelles** (Plessz *et al.*, 2016), mais aussi des **changements dans l'allocation que les individus font de ces ressources à certaines tâches liées à l'alimentation** (approvisionnements, préparation des repas).

### La mise en couple

L'entrée dans la vie conjugale apparaît comme **un moment décisif de changements, à la suite duquel vont se cristalliser les pratiques alimentaires caractéristiques des logiques 3 et 4.** Les pratiques alimentaires se modifient dans un **jeu d'influences mutuelles et d'échanges de savoirs et de compétences.** Pour autant, cette dynamique n'est pas exempte de **tensions**, notamment lorsque ses façons de faire sont estimées efficaces et/ou légitimes, et ne sont pas nécessairement partagées. Les **courses** constituent un révélateur particulièrement éclairant de ces divergences, tant elles agrègent un grand nombre d'**habitudes liées à la rédaction ou non d'une liste, au choix et au type des produits sélectionnés, et plus largement aux critères d'achat.**

### L'arrivée du premier enfant

Outre la mise en couple, la naissance du premier enfant est décrite comme **un moment de réorientations importantes des pratiques quotidiennes liées à l'alimentation.** Comme on peut s'y attendre, ce sont surtout les **mères** qui font état de changements dans leurs manières de faire les courses, et plus largement, tout comme l'entrée dans la vie conjugale, d'un **investissement plus conséquent dans l'organisation domestique.** Comme l'ont montré plusieurs travaux, les mères d'enfants en bas âge aspirent à leur transmettre des habitudes alimentaires saines (Carrigan, Szmigin & Leek, 2006), celles issues des catégories moyennes étant particulièrement soucieuses d'appliquer les **prescriptions nutritionnelles**, et exprimant une forme de **culpabilité à ne pas toujours s'y conformer dans la pratique** (Régner & Masullo, 2009). Nos résultats confirment qu'elles font des efforts pour privilégier les produits frais et le « fait maison », conformes aux normes de la « bonne » cuisine familiale (Moisio, Arnould & Price, 2004). D'autre part, la présence d'enfants dans le foyer semble entraîner

davantage de gaspillage alimentaire. Cela s'explique tout d'abord par la **réticence des mères à proposer plusieurs fois de suite le même plat à leurs enfants**, soit pour éviter qu'ils s'en lassent, soit pour des raisons sanitaires.

### Le passage à la retraite

La retraite apparaît comme un événement particulièrement décisif en termes de changements dans les pratiques alimentaires, sans pour autant entraîner systématiquement le basculement d'une logique de consommation à une autre. En effet, on constate que **les changements concernent surtout le temps consacré aux courses et à la préparation des repas**, et qu'ils sont explicitement mis sur le compte du gain de temps libre qu'a entraîné leur passage à la retraite. La plus grande fréquence des courses est associée à une meilleure gestion des stocks et à une diminution du gaspillage alimentaire. Par ailleurs, les jeunes retraités sont nombreux à associer explicitement la cessation de leur activité professionnelle et des changements importants dans leurs habitudes alimentaires : ils disent faire davantage de plats « maison », et acheter moins de plats cuisinés et/ou d'aliments transformés, et moins de produits surgelés. Ce résultat est en ligne avec ceux de différents travaux portant sur les consommateurs âgés, ceux-ci consommant plus de produits frais et moins de produits transformés que le reste de la population française (Volatier, 2000). Cet écart est sans doute en partie dû à un effet de génération, mais il est probablement accentué par les plus grandes ressources en temps dont disposent ces ménages.

### Les problèmes de santé

Des événements récents liés à la santé sont eux aussi décrits par les enquêtés comme ayant un impact fort sur leurs habitudes alimentaires : ils donnent lieu à **des changements qui interviennent à toutes les étapes de l'itinéraire des produits alimentaires**. Outre les nouvelles contraintes et/ou recommandations alimentaires qui modifient le régime suivi au quotidien, les approvisionnements et la préparation des repas ne sont plus les mêmes, du fait de ces contraintes alimentaires, mais aussi d'une réorganisation de la répartition des tâches au sein du couple. L'investissement de chacun dans la préparation des repas quotidiens comme de ceux liés à la sociabilité amicale ou familiale peut s'en trouver affecté.

Ainsi, on constate que les transitions biographiques entraînent des changements plus ou moins marqués dans les pratiques alimentaires des individus. Ce sont les événements biographiques liés aux enfants – c'est-à-dire le fait de devenir parent et, plus tard, le départ des enfants du domicile familial – qui sont les plus susceptibles d'entraîner un basculement d'une logique de consommation à une autre, du fait d'une **recomposition importante des contraintes et des ressources des ménages à ce moment-là**, mais aussi d'un **réajustement des normes alimentaires auxquelles les individus se réfèrent dans leur vie quotidienne (nutritionnelles, mais aussi de diversité, de prodigalité et de convivialité)**. Ce résultat révèle la sensibilité différentielle des ménages à chacune de ces normes selon leur structure et leur position dans le cycle de vie.

### Le quotidien et l'exceptionnel : les ruptures de routines comme occasions de réorganisation des pratiques alimentaires

En complément des transitions biographiques, la richesse du matériau d'enquête permet d'identifier **d'autres temporalités, à une échelle plus réduite que celle de la trajectoire de vie, au cours desquelles les pratiques alimentaires se reconfigurent** : les ruptures de

routines. Celles-ci donnent à voir des situations ponctuelles où peut s'opérer un basculement d'une logique de consommation à une autre. Autrement dit, comme les transitions biographiques précédemment évoquées, les ruptures de routines confirment que les individus ne sont pas « enfermés » dans telle ou telle logique de consommation qui serait immuable, mais plutôt que **l'alimentation quotidienne est régie par différentes logiques en fonction des contextes de consommation.**

On s'intéresse ici à deux types de changement introduits par une rupture de routine : les changements dans **le périmètre et la composition de la tablee, c'est-à-dire le nombre et l'identité des convives pour un repas** ; et les changements dans **le cadre matériel et temporel des individus**, lors de vacances ou de séjours dans la résidence secondaire par exemple.

Les repas comptant amis ou membres de la famille se caractérisent par **un investissement culinaire fort, répondant à des normes de diversité et de prodigalité qui diffèrent des normes de frugalité particulièrement prégnantes dans les pratiques quotidiennes des enquêtés retraités des logiques 1 et 2.** D'autres invitations, plus banalisées, peuvent activer non pas des normes de prodigalité, mais **des normes nutritionnelles ou de variété, différentes de celles suivies au quotidien.** Enfin, certaines ruptures de routines au cours desquelles le nombre de convives se réduit sont au contraire marquées par un désinvestissement culinaire, au cours d'une **temporalité courte où peuvent se suspendre les normes nutritionnelles et de variété.** Par ailleurs, les changements de cadre matériel induits par un séjour à la campagne ou un voyage sont associés dans le discours des enquêtés concernés (principalement des enquêtés plutôt aisés et retraités qui s'inscrivent dans la logique 2) à une plus grande satisfaction liée aux courses alimentaires. L'achat de produits de saison et/ou locaux et du terroir, à un bon rapport qualité-prix, s'en trouve facilité à la fois par des circuits de vente plus accessibles et par des prix plus avantageux. Ces approvisionnements sont **plus en adéquation avec leurs standards, difficiles à suivre dans la vie quotidienne en milieu urbain.** Outre la plus grande consommation de ces produits-là, liée à un effet d'opportunité, les enquêtés semblent porter une plus grande attention à la provenance de certains produits, en particulier les légumes de la région.

Pour finir, les voyages constituent des opportunités pour découvrir des producteurs commercialisant des produits locaux et/ou de saison, à des conditions moins onéreuses. Certains achats, initiés lors d'une rupture de routine et favorisés par un desserrement des contraintes de temps et d'argent, mais aussi par une plus grande disposition à la nouveauté, peuvent alors se pérenniser et devenir partie intégrante des habitudes alimentaires.

**Différents types de ruptures de routines donnent lieu à un basculement ponctuel d'une logique de consommation à une autre, impliquant des pratiques alimentaires plus durables.** Ainsi, certains enquêtés dont l'alimentation quotidienne est régie par la logique 3 s'inscrivent temporairement dans la logique 4 quand ils reçoivent des amis, ou dans des temporalités particulières (le week-end, les vacances), marquées par un temps alloué aux tâches alimentaires plus conséquent. Ce basculement-là est porteur de pratiques plus durables que celles du quotidien, dans la mesure où elles impliquent un moindre recours aux plats cuisinés, et une plus grande tendance à cuisiner « maison ». Deuxièmement, les ruptures de routines occasionnant un passage ponctuel de la logique 1 ou 2 à la logique 4, qui concernent principalement des enquêtés retraités accueillant pour les vacances enfants et/ou petits-enfants, peuvent se traduire par une plus grande attention aux normes nutritionnelles, ainsi que par certains approvisionnements plus durables (notamment en produits bio ou de qualité supérieure). Enfin, le passage de la logique 2 à la logique 1, que l'on observe lors de séjours d'enquêtés plutôt aisés hors de Paris, dans un environnement rural (dans leur résidence secondaire, mais pas exclusivement), se caractérise par un recours à une structure d'offre commerciale différente de celle du cadre de vie parisien. Les achats de produits frais locaux et

de saison sont alors privilégiés, principalement pour leur qualité gustative et leur bon rapport qualité/prix.

## **Conclusion. Quels enseignements vers des pratiques plus durables ?**

---

La conclusion, plus opérationnelle, vise à examiner comment nos résultats peuvent être mobilisés en vue de la promotion de modes de consommation alimentaire plus durables. La typologie de logiques que nous avons construite permet d'identifier **des chaînes de pratiques alimentaires plus ou moins rigides, qui présentent plus ou moins d'opportunités de modification des pratiques vers une plus forte durabilité**. L'inflexion vers des modes de vie plus durables peut pour partie **s'appuyer sur des pratiques existantes qu'il s'agirait de renforcer, ou chercher des leviers pour modifier les pratiques**.

En effet, on rencontre des ménages qui disent faire très attention à l'environnement, mais décrivent au final des pratiques peu durables. Ils sont d'ailleurs eux-mêmes souvent conscients de ces décalages. On voit ici l'inertie des pratiques et des gestes automatisés face à une recommandation dont le bien-fondé n'est pas remis en question, mais qui reste faiblement intériorisée. De plus, les prescriptions autour de l'alimentation durable s'inscrivent aux yeux de nombreux consommateurs dans une longue litanie de recommandations plus ou moins compatibles et portées par des voix différentes de l'action publique. Il pourrait être opportun de chercher aujourd'hui à **articuler ces recommandations, afin de créer aussi les conditions de la cohérence que l'on attend des consommateurs**.

On a également mentionné au cours de ce rapport la bonne volonté environnementale qui conduit certains ménages à faire l'essai de produits de nettoyage (et parfois de produits alimentaires) bénéficiant d'un label environnemental, mais qui renoncent à renouveler ces achats parce qu'ils sont déçus de la qualité gustative (pour les produits alimentaires) ou de l'efficacité (pour les produits ménagers) du produit. Ces réactions sont en grande partie imputables à la **définition dominante de la qualité des produits marchands dans le modèle consumériste**. Les critères de qualité sur lesquels il repose sont fondés sur le modèle du bon rapport « qualité/prix », et le souci premier est d'« en avoir pour son argent ». Une communication autour des éco-labels pourrait alors s'inspirer de celle des acteurs du commerce équitable, et avant eux ceux du bio. Alors que leurs produits souffraient d'une mauvaise image, associée à une qualité médiocre, ils sont parvenus à changer cette représentation et à associer la qualité aux autres allégations portées par leurs produits. L'éco-label pourrait ainsi gagner en notoriété par une communication qui cherche à effacer cette mauvaise image de la qualité et capitalise d'avantage sur le fait que la plupart des produits ont aujourd'hui fait d'**importants progrès sur le plan de la qualité**

À l'inverse, on rencontre les situations, non moins fréquentes, d'enquêtés qui ne mentionnent à peu près jamais de souci envers l'environnement, ou pas sur l'alimentation, mais qui ont des **pratiques compatibles avec des enjeux environnementaux, y compris sur l'alimentation**. L'exemple le plus frappant est sans doute celui du gaspillage alimentaire, unanimement condamné par nos enquêtés : les enjeux de morale domestique, d'économie et d'éducation priment sur les enjeux environnementaux. De même, la valorisation très forte des produits de saison et des produits locaux est rapportée à des questions de qualité gustative, de moindre coût, éventuellement à des enjeux économiques de maintien des activités productives dans les territoires, mais là encore, à peu près jamais à des enjeux de protection de l'environnement. L'enjeu serait donc de favoriser les pratiques qui sont compatibles avec une alimentation

durable, sans imposer aux ménages une idéologie qu'ils ne partagent pas nécessairement. On pourrait pour cela **adopter une attitude plus pragmatique : s'appuyer sur ce que les ménages font déjà, et le consolider**. Par exemple, la promotion des produits de saison et locaux peut s'appuyer sur les critères dominants de choix des produits frais (le goût, le prix, la localité...); la prévention du gaspillage peut également prendre appui sur des enjeux économiques et sur la simplicité des gestes nécessaires (dans la ligne de ce que fait déjà l'Ademe).

En outre, nos résultats montrent **le rôle structurant**, au moins pour certaines catégories de ménages, **de l'offre alimentaire dans les pratiques de consommation**. Conformément aux résultats de certains travaux anglo-saxons (Holm, 2003 ; Evans, 2011a), il nous semble important de relever que la stigmatisation des comportements de consommation faisant porter la responsabilité des pratiques sur les seuls ménages est excessive. Elle néglige notamment le fait que **ces ménages agissent dans des environnements contraints**. Ainsi, pour ceux qui ont des contraintes temporelles relativement souples, comme c'est le cas pour nos ménages de retraités, l'organisation de la distribution semble particulièrement déterminante. Par conséquent, **réfléchir à la structuration de l'offre et à la disponibilité dans les rayons des différents types de produits** pourrait s'avérer pertinent. Peut-être faudrait-il pour cela construire des partenariats avec des enseignes de grande distribution, et travailler avec elles sur des rayons éco-responsables qui permettraient de mieux mettre en avant au sein de l'offre les produits éco-labellisés et issus de l'agriculture biologique. L'attention que nous avons portée aux situations dans lesquelles se déroulent les repas, et au cadre matériel des approvisionnements, nous incite également à insister sur les **ruptures de routines** comme fenêtres d'opportunité pour une sensibilisation à des enjeux de durabilité ou pour l'introduction de pratiques de consommation plus durables (saisonnalité, localité, labels éco-responsables). De nombreuses régions françaises sont à la fois un lieu de villégiature et de production alimentaire : les acteurs de ces territoires (tant dans le domaine touristique que dans le domaine agricole) sont des partenaires importants pour renforcer des tendances existantes autour de la **consommation alimentaire localisée pendant les vacances**. La dimension territoriale de l'offre de certains produits se prête particulièrement bien à une réflexion autour de la promotion des attributs locaux de ces produits.

Enfin, les normes de santé, de variété, de frugalité, de nutrition, qui structurent les pratiques alimentaires des ménages, sont compatibles avec le développement de nouvelles pratiques, comme la réduction de protéines animales au profit des protéines végétales (qui est un sujet que nos enquêtés n'ont jamais abordé). La promotion de ces nouvelles pratiques de consommation peut ainsi s'appuyer sur les définitions usuelles de la qualité de l'alimentation, tout en travaillant avec les industries sur l'innovation de produits et avec la distribution sur la mise en valeur de ces produits.