

# Pratiques alimentaires durables : un autre regard sur et avec les personnes modestes

**Charlie Brocard, Mathieu Saujot, Laura Brimont (Iddri),  
Sophie Dubuisson-Quellier (SciencesPo-CNRS, Iddri)**

Si la transition vers l'alimentation durable est devenue un sujet politique majeur, le niveau de son ambition fait débat, comme l'ont montré les récents débats autour de la loi Climat & Résilience. Les classes populaires peuvent être invoquées dans les discours anti-transition, qui les dépeignent comme rétives à l'alimentation durable, ou soulignent les risques économiques, voire nutritionnels que feraient peser les régimes durables sur elles. Cette tactique participe à maintenir le *statu quo* en mettant en avant les incidences négatives d'éventuelles transformations sur les plus fragiles<sup>1</sup>. En parallèle, le référentiel pour penser et mettre en œuvre les politiques d'alimentation durable n'est pas toujours adapté aux conditions de vie des personnes modestes, aux contraintes et représentations pour partie spécifiques<sup>2</sup>. Les recommandations alimentaires peuvent ainsi être sources de tension pour ces populations, car elles pointent l'inadéquation entre une norme sociale aspirationnelle et leur capacité à y répondre (économiquement, culturellement, spatialement, matériellement). En contraste, les classes les plus diplômées et aisées sont souvent présentées, à tort, comme les groupes de référence quant à l'adéquation aux normes de durabilité alimentaire.

À partir d'une revue de la littérature sur les comportements alimentaires des personnes modestes – définies ici comme les 40 % les plus pauvres en niveau de vie (voir Encadré p.4) –, ce *Décryptage* présente des éléments clés sur les pratiques et la relation qu'entretient cette catégorie de population avec l'alimentation durable. L'objectif est de mieux qualifier leurs comportements alimentaires et les aspirations, notamment vis-à-vis du reste de la population, afin de caractériser la participation de ce groupe social à la transition vers une alimentation durable. Il s'agit enfin d'identifier les conditions d'une véritable co-construction des paradigmes alimentaires durables, dans une perspective de justice alimentaire.

## MESSAGES CLÉS

Face aux principaux objectifs de durabilité (moins de produits d'origine animale, agriculture plus respectueuse de l'environnement), les consommations alimentaires des personnes modestes ne se distinguent pas du reste de la population.

Les personnes modestes aspirent à une alimentation plus durable qui emprunte aux normes alimentaires dominantes tout en montrant des singularités. Celles-ci font que le discours actuel en matière d'alimentation durable peut apparaître comme peu efficace pour les mobiliser, voire culpabilisateur.

Au-delà de l'enjeu prix, les personnes modestes possèdent des contraintes spécifiques (économiques, culturelles et liées à leur environnement alimentaire) qui limitent leur capacité à être réceptifs et suivre les recommandations du « bien manger ».

Une transition alimentaire ambitieuse est possible si elle prend en compte les capacités de chaque groupe social. Ainsi, les personnes modestes ne doivent plus être considérées comme un obstacle à la transition, mais comme des acteurs. Il est possible de définir des régimes alimentaires durables qui incluent leurs représentations, aspirations et capacités. Et, en miroir, d'interroger la capacité de l'action publique à exploiter le potentiel désir et la capacité économique des classes supérieures à être des moteurs de la transition ; un impensé à lever.

## **1. LES PRATIQUES DES PERSONNES MODESTES SONT AUSSI (PEU) DURABLES QUE LES AUTRES**

---

L'enjeu de l'accès à l'alimentation durable pour les plus contraints semble être une forte préoccupation du gouvernement. En témoignent par exemple l'adoption de la loi pour « [...] une alimentation saine, durable et accessible à tous » (dite loi EGALIM) en octobre 2018, ou la présentation du troisième Plan national pour l'alimentation en mars 2019, dont l'un des trois axes thématiques repose sur la justice sociale. Ces dispositifs visent à rendre l'alimentation durable accessible par des mesures d'éducation alimentaire à destination des plus pauvres ou de transformation de la restauration collective publique en lieu premier « de lutte contre les inégalités alimentaires »<sup>3</sup>. Les publics modestes<sup>4</sup> constituent dès lors un terrain privilégié de l'action publique en matière alimentaire, qui vise à les sensibiliser au « manger durable » auquel ils auraient des difficultés à se conformer. Est-ce véritablement le cas ? Le cas échéant, pourquoi ?

L'agriculture biologique est l'un des piliers d'une certaine vision de la transition agricole. Le scénario agroécologique TYFA fixe par exemple l'objectif de 100 % des terres cultivées en bio à l'horizon 2050<sup>5</sup>. Pour sa part, le plan Ambition Bio 2022 veut atteindre 15 % de surface agricole utile cultivée en bio d'ici à 2022, et 20 % des achats en restauration collective publique. Cependant, malgré une diffusion à grande vitesse, le bio ne représente toujours que 6 % des achats des ménages<sup>6</sup>. Si l'on peut noter un mouvement de démocratisation de la bio, au sens de la diversification des profils de consommateurs (qui intègrent de plus en plus les CSP<sup>-7,8</sup>), elle demeure une niche du marché alimentaire. Les 20 % plus gros consommateurs, caractérisés par des niveaux de vie et de diplôme élevés, concentrent alors la grande majorité des achats (80 %)<sup>9-11</sup>. Pour autant, les consommateurs à faible position socio-économique ne sont pas absents de ces tendances : parmi les consommateurs réguliers, on compte 11 % des moins diplômés (contre 18 % des plus diplômés)<sup>12</sup>. De même, dans le groupe qui consomme plus de la moitié de son alimentation en bio, un cinquième des individus touchent moins de 1 200 € par mois.<sup>10</sup>

Toutefois, la consommation de bio est limitée par des obstacles économiques (le prix perçu et le prix réel sont plus élevés<sup>13</sup>) et culturels (elle n'est pas ancrée dans les habitudes de consommation). Les enquêtes qualitatives révèlent deux mouvements contradictoires : d'un côté, certains publics modestes ne consomment pas bio, de manière à marquer la spécificité de la norme de leur groupe social<sup>14</sup>. De l'autre, les personnes précaires semblent apprécier le partage d'informations, de recettes et de gestes à faire au quotidien concernant la bio lors d'ateliers organisés par leur ville, démontrant un intérêt pour ces produits<sup>18</sup>. La consommation bio n'est donc pas l'apanage des classes supérieures, mais les velléités des publics modestes en la matière sont limitées par des barrières économiques et culturelles.

Le débat sur la durabilité se focalise ensuite sur la réduction de la consommation de produits carnés. Celle-ci est

indéniablement l'un des leviers d'action les plus performants pour réduire l'empreinte environnementale de l'agriculture, comme différents scénarios de transition le montrent<sup>5,15,16</sup>. Pour autant, les consommations des personnes modestes font l'objet d'interprétations contradictoires dans le débat public : certains estiment que leur situation financière les empêcherait de consommer assez de viande, tandis que d'autres soulignent qu'ils en mangeraient trop pour être en ligne avec les objectifs de durabilité.

La littérature montre d'abord que les plus contraints ne manquent pas de viande : les 20 % au niveau de vie le plus bas consomment environ 122 g de viande (dont volailles) par jour, quand les 20 % les plus riches en consomment environ 116 g<sup>11</sup>. Cet écart très faible montre que le niveau de revenu n'est donc pas un facteur très différenciant de la consommation de viande, qui est plutôt influencée par le niveau d'éducation, même si leurs effets sont cumulatifs<sup>17,18</sup>. Selon ce critère, les moins éduqués mangent environ 21 % de viande de plus que les plus diplômés<sup>19</sup>. De plus, rappelons que l'approche la plus pertinente du point de vue des impacts environnementaux est de raisonner en termes de produits animaux au sens large. Leur part dans les apports énergétiques montre que les 25 % les plus riches consomment aujourd'hui 4,4 % de protéines animales de plus que la moyenne (-4,1 % pour les 25 % les plus pauvres)<sup>24</sup>. Considérer l'ensemble des produits animaux permet ainsi de rétablir un fait : aucun groupe, aujourd'hui, n'est aligné avec les objectifs de durabilité. Selon le scénario TYFA<sup>5</sup>, il serait souhaitable d'ici 2050 d'atteindre une baisse comprise entre 35 % et 41 % de protéines animales par jour selon le niveau de revenu et de diplôme. Les efforts à fournir pour changer nos habitudes alimentaires d'un point de vue écologique sont donc similaires d'un bout à l'autre du spectre socio-économique.

Rappelons enfin que le cœur des inégalités nutritionnelles concerne davantage les produits frais, fruits, légumes et poissons, que les produits carnés<sup>22,23</sup>. La sous-consommation de fruits et légumes des plus contraints par rapport aux plus aisés est ainsi de -23 %<sup>19</sup>, voire de -30 % si l'on raisonne en termes de niveau de diplôme<sup>11</sup>. Pour les produits de la mer, les différences sont du même ordre, avec une surconsommation comprise entre 22 et 29 % pour les plus aisés et diplômés<sup>11,19</sup>.

## **2. LA PERSPECTIVE DES PERSONNES MODESTES SUR L'ALIMENTATION DURABLE**

---

La conception de l'alimentation saine et durable qui régit les politiques publiques promeut la baisse de la consommation de produits animaux, et la hausse de la consommation de produits issus de modes de production durable. Or, la vision des publics modestes n'est que partiellement reconnue par cette définition, certes issue des constats scientifiques, mais largement appropriée par les classes supérieures<sup>25</sup>. Le risque pour ces groupes est double : d'abord, ils souffrent de multiples difficultés d'accès à l'alimentation saine et durable. Ensuite, les instruments d'action

publique qui les ciblent sont fondés sur des constats simplificateurs tout en s'inscrivant dans un système de valeurs qui n'est pas le leur. L'échec des messages nutritionnels à l'égard des classes populaires et des plus modestes induit par leur caractère « élitiste »<sup>26</sup> en est un exemple frappant<sup>27-29</sup>. Ces politiques peuvent ainsi produire des effets démobilisateurs. Elles exercent aussi une violence symbolique à leur endroit<sup>1</sup>, ce qui peut les rendre dès lors contre-productives et inadaptées.

Comme le reste de la population, les personnes modestes expriment un intérêt pour une alimentation saine, de qualité et durable. Leur représentation du « bien manger » rejoint pour partie les tendances de consommation actuelles et la vision de l'alimentation durable relayée par les médias : produits naturels et éthiques, sains, locaux, biologiques, plus végétaux<sup>30-32</sup>. Mais elles expriment également leur propre vision, caractérisée par de nouvelles pratiques et l'importance des dimensions sociales. De fait, ces groupes valorisent particulièrement la convivialité du repas et le renforcement du lien social. Recevoir ses proches, partager la préparation du repas, déguster des plats « faits maison » ou être solidaire des producteurs sont parmi les valeurs clés de leur vision de l'alimentation de qualité<sup>25,33,34</sup>. En parallèle, elles expriment une forte méfiance à l'égard des produits de l'agro-industrie et des supermarchés<sup>33</sup>, ce qui reflète à la fois une intériorisation des normes nutritionnelles et la recherche d'une alimentation solidaire et responsable<sup>35</sup>. Le souhait de revenir à des produits sains et équilibrés, au plus proche de la production naturelle (qualité), se double de l'envie de diversifier son alimentation (variété). Les ménages qui dépendent de l'aide alimentaire mettent eux aussi l'accent sur l'accès à des produits frais, variés et sains<sup>36</sup>. L'importance de manger des légumes bio est en outre soulignée par les ménages précaires lorsqu'on leur demande de définir un « panier digne et durable »<sup>35</sup>, de même que par les familles modestes<sup>25</sup>. Cet exemple des légumes bio est intéressant en ce qu'il met en exergue les attitudes complexes induites par les normes culturelles associées aux aliments. Ainsi, en même temps qu'ils sont valorisés par les familles modestes, les légumes cristallisent des tensions symboliques fortes, notamment liées aux messages nutritionnels (ex. Plan national nutrition santé), qui peuvent entraîner des résistances<sup>35,37</sup>. La consommation bio a pour sa part été érigée en une « frontière symbolique » par les classes supérieures qui en font l'outil d'une différenciation sociale<sup>25,38</sup>, et associée à la valeur santé, qui parle surtout aux classes supérieures<sup>8,39</sup>.

L'aspiration à manger sain et à manger responsable n'est donc pas l'apanage des classes supérieures, même si le sens culturel généralement donné à ces pratiques a tendance à exclure les publics modestes. Si seulement 12 % des ménages expliquent faire évoluer leurs pratiques alimentaires pour limiter leur impact sur l'environnement, ce chiffre est stable sur le revenu<sup>40</sup>. Mais pour les plus contraints, la « durabilité » vaut autant pour le respect des écosystèmes que pour la sécurité alimentaire<sup>41</sup>. Ils construisent alors leur propre référentiel

d'actions valorisantes qui participent à la durabilité, tout en répondant parfois à d'autres logiques (économique, pratique, sociale...)<sup>25,42,43</sup>. Cette vision met plus volontairement en avant la consommation de produits de saison, l'autoproduction, la réduction du gaspillage et des déchets ou une consommation frugale (notamment de viande<sup>44,45</sup>) plutôt que la consommation de produits bio ou végétariens par exemple<sup>14,25,28</sup>. Par conséquent, valoriser ces pratiques permet d'ouvrir l'alimentation durable à de nouveaux publics. Généraliser les pratiques alimentaires responsables au sein de toutes les classes sociales demande donc la représentation d'une alimentation durable plus diverse, à l'image des comportements alimentaires des publics modestes.

### 3. ENTRE LES ASPIRATIONS ET LES PRATIQUES, DES CONTRAINTES SPÉCIFIQUES

Les personnes modestes, comme le reste de la population, sont en demande d'une alimentation durable et de qualité. Toutefois, il existe un écart (*value-action gap*) entre les attitudes et les pratiques constatées. Ici, la raison de cet écart tient en une série d'obstacles de trois natures : les facteurs économiques (revenu, prix) ; les obstacles culturels et symboliques (connaissances, valeurs, goûts, entourage) ; et les enjeux liés à l'environnement alimentaire, c'est-à-dire la structure de l'offre alimentaire sur le territoire et les circonstances de l'achat, la préparation et la consommation de la nourriture<sup>46</sup>.

Le premier enjeu est celui de l'accessibilité *économique* des pratiques alimentaires durables. Les plus contraints ont en commun des dépenses alimentaires inférieures à la moyenne, soit 300 € par individu et par mois au maximum, ce qui représente entre 20 % et 30 % de leur revenu disponible total<sup>43</sup>. En outre, les bénéficiaires de l'aide alimentaire disposent en moyenne de 2,60 € chaque jour pour se nourrir<sup>23</sup>, contre 4 € pour les autres ménages « pauvres »<sup>47</sup>, et ce alors qu'une alimentation équilibrée requiert 3,50 € par repas au minimum<sup>48</sup>. Pour de nombreux foyers sous le seuil de pauvreté, les préconisations nutritionnelles ne peuvent déjà pas être atteintes<sup>49</sup>. L'impact prix des nouveaux régimes alimentaires plus durables est donc à analyser et surveiller, notamment à moyen terme<sup>74</sup>, et cela fait l'objet d'une littérature de plus en plus riche, mais qui n'a pas encore dégagé de consensus en la matière (voir <sup>50,51 52,53 710,54,55</sup>).

De plus, le revenu joue sur le taux d'équipement des foyers, ce qui influence la capacité mais aussi le plaisir à cuisiner des produits frais<sup>20</sup> ainsi qu'à gagner du temps. Il est aussi démontré que les effets indirects de la pauvreté (mauvais sommeil, insécurité de l'habitat, etc.) peuvent favoriser un régime alimentaire de mauvaise qualité<sup>56</sup> et contraindre les temps dédiés à l'alimentation. Nombre de pratiques durables nécessitent pourtant un surplus de temps, comme cuisiner des produits frais, bruts, jardiner, acheter en direct, etc. Or, en 30 ans, le temps passé à cuisiner a chuté pour toutes les catégories de population<sup>57</sup>, tout en demeurant plus élevé pour les personnes modestes<sup>20,58-60</sup>.

<sup>1</sup> Exemple concret : ressenti engendré par la recommandation des 5 fruits et légumes par jour pour une famille qui n'a pas le budget suffisant pour le mettre en œuvre.

Faut-il en conclure que leur marge de manœuvre en la matière est plus restreinte ou que ce temps supérieur dédié à cuisiner est un atout ?

Dans l'hypothèse de paniers durables accessibles financièrement, se pose la question de leur accessibilité sur le plan socio-culturel. Les projets d'alimentation durable partent du principe que les classes populaires manquent des compétences nécessaires à la transition et inscrivent leurs changements de pratiques dans des activités collectives comme des potagers collectifs ou ateliers cuisine. Cette idée est au fondement du fonctionnement des épiceries sociales et solidaires<sup>37</sup>, mais aussi, par exemple, de la stratégie alimentaire de la Mairie de Paris<sup>2</sup>. Or, si l'on note une demande pour certains savoirs (cuisiner avec moins de viande, préparer des légumineuses, manger bio, savoir jardiner<sup>28,45,61</sup>), les études montrent que les adultes à faible revenu savent déjà cuisiner des repas sains<sup>62</sup> et ne présentent pas de manque de connaissances particulier ou de désintérêt à savoir « cuisiner mieux »<sup>60</sup>. Pour autant, les barrières symboliques demeurent fondamentales pour ces publics. Elles se matérialisent par des discours du type « ce n'est pas pour moi », ou « cela ne m'intéresse pas », signes d'une distanciation sociale volontaire ou subie. C'est le cas de la consommation de produits bio, ou du végétarisme : ainsi, 35 % de ceux qui refusent le végétarisme le font parce qu'ils « ne partagent pas les convictions » des végétariens, tandis que 50 % des non-consommateurs de bio n'y voient pas « d'intérêt ». Les dynamiques culturelles ont deux effets inhibiteurs pour les personnes modestes. D'un côté, des « frontières symboliques »<sup>63</sup> qui privilégient les discours, attitudes et représentations culturelles d'autres groupes sociaux les empêchent de participer à certains espaces ou pratiques<sup>34,64,65</sup>. De l'autre côté, ils montrent de la distance à l'égard de certaines dimensions de l'alimentation durable<sup>66</sup> qui les poussent à affirmer leur propre style alimentaire fondé sur un répertoire d'actions alternatif<sup>14,25,43</sup>. En conséquence, valoriser la multiplicité des cadrages possibles au sujet de l'alimentation durable nous semble une priorité.

Le dernier enjeu concerne la nature du paysage alimentaire<sup>46</sup>, réduit ici à son accessibilité pratique et spatiale. Des études américaines mobilisant la notion de « food desert » montrent que le manque d'offre de qualité à proximité est un frein majeur à la consommation responsable<sup>67,68</sup>, et cela justifie une certaine attention sur la question<sup>69</sup>, même si la validité de ce concept dans le contexte français demande des approfondissements<sup>70</sup>. Mais la présence physique de lieux d'achats durables n'est qu'un préalable. Outre leur prix, les magasins d'alimentation durable répondent aux codes et aux normes sociales des publics aisés, ce qui décourage la fréquentation des publics modestes<sup>71</sup>. Malgré un certain rejet, les moins diplômés fréquentent alors plus systématiquement les grandes surfaces et hard-discount que les autres pour y acheter leurs fruits, légumes et viandes<sup>11</sup>. Favoriser l'appropriation des lieux d'approvisionnement durable par les personnes modestes demande des aménagements moins marqués socialement (reprenant les codes de la grande distribution par exemple), mais aussi parfois de maintenir un entre-soi protecteur (dans le cas d'ateliers cuisine ou de l'accès à une épicerie durable)<sup>71,72</sup>. Ainsi, le déclenchement du premier

acte d'achat peut être facilité par la présence de bio dans les enseignes de hard-discount, ce qui est généralement suivi de nouveaux achats<sup>73</sup>. De manière similaire, l'accès à des paniers de fruits et légumes bio à tarif solidaire dans des lieux non marqués socialement permet d'augmenter la consommation régulière de ces produits, mais aussi d'encourager les bénéficiaires à se sentir légitimes à investir des lieux alternatifs comme les AMAP<sup>64</sup>. Des mesures d'accompagnement facilitant le dépassement des frontières symboliques et économiques pourraient ainsi avoir des effets au long terme.

Le présupposé selon lequel les personnes modestes ont une alimentation moins durable et ne partagent pas l'aspiration de durabilité ou qu'il suffit de les « équiper » avec des connaissances (ex. ateliers cuisine, éducation, information) ou des ressources économiques (chèque alimentaire) pour améliorer la durabilité de leur alimentation n'est pas le bon pour penser et mettre en œuvre la transition. Il existe une culture de l'alimentation responsable au sein de ces groupes, construite à la fois hors et à l'intérieur du référentiel culturel dominant. Une priorité est donc de reconnaître que les publics modestes proposent des valeurs et des pratiques utiles pour enrichir la construction de l'alimentation durable et faciliter sa mise en œuvre. Enfin, la focalisation sur les publics modestes, si elle est utile pour penser une transition juste, ne doit pas masquer la question du rôle des classes supérieures dans la transition. Un impensé est aujourd'hui qu'aucune politique publique n'exploite leur potentiel désir et leur capacité économique plus importante pour en faire des moteurs de cette transition, ni n'induit une responsabilisation accrue. C'est aussi vers cela que ce détour attentif aux vécus des plus contraints pourrait orienter.

### ENCADRÉ QUI SONT LES 40% ?<sup>2</sup>

Afin d'élargir le champ de l'analyse de la pauvreté au-delà de l'indicateur de pauvreté monétaire défini par l'INSEE, nous utilisons ici la convention définie par la DREES<sup>3</sup>, selon laquelle les personnes « modestes » sont les 40 % dont le niveau de vie est le plus faible. Ce public est constitué de deux sous-groupes : nous parlons des « personnes modestes » ou des « plus contraints » pour englober la totalité de ce groupe, et des « personnes en situation de pauvreté » lorsqu'elles se trouvent sous le seuil de pauvreté (soit 14,8 % des individus en 2018).

<sup>2</sup> Lelivère et Remila (2018) (voir *infra*).

<sup>3</sup> Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et de la statistique, pour la santé et le social, sous la tutelle des ministères des Solidarités et de la Santé ; du Travail, de l'Emploi et de l'Insertion ; de l'Économie, des Finances et de la Relance.

1. Lamb, W. F. *et al.* (2020). Discourses of climate delay. *Glob. Sustain.* **3**.
2. Ramel, M. (2020). L'accès à une alimentation durable : éviter une double peine pour les personnes en précarité alimentaire. *Rev. Eur. droit la Consomm.*
3. Vie Publique (2020). Déclaration de M. Julien Denormandie, ministre de l'Agriculture et de l'Alimentation, sur l'alimentation locale et durable, au Sénat le 17 novembre 2020. <https://www.vie-publique.fr/discours/277494-julien-denormandie-17112020-alimentation-locale-et-durable>.
4. Houdré, C., Missègue, N. & Seguin, É. (2012). *Inégalités de niveau de vie et pauvreté Vue d'ensemble-Inégalités de niveau de vie et pauvreté*.
5. Poux, X. *et al.* (2018). Une Europe agroécologique en 2050 : une agriculture multifonctionnelle pour une alimentation saine. *Iddri Study*.
6. Agence Bio & AND-International (2020). *Le marché alimentaire bio en 2019. Estimation de la consommation des ménages en produits alimentaires biologiques en 2019*.
7. Boizot-Szantai, C., Hamza, O. & Soler, L.-G. (2017). Organic consumption and diet choice: An analysis based on food purchase data in France. doi:10.1016/j.appet.2017.06.003.
8. Agence Bio (2021). *Édition 2021 du baromètre de consommation et de perception des produits biologiques en France*.
9. Plessz, M., Dubuisson-Quellier, S. & Gojard, S. (2016). How consumption prescriptions affect food practices: Assessing the roles of household resources and life-course events. *J. Consum. Cult.* **16**, 101–123.
10. Baudry, J. *et al.* (2019). Improvement of diet sustainability with increased level of organic food in the diet: Findings from the BioNutriNet cohort. *Am. J. Clin. Nutr.* **109**, 1173–1188.
11. Anses (2017). *Étude individuelle nationale des consommations alimentaires 3 (INCA 3)*.
12. L'Observatoire des éthiques dans l'alimentaire (2017). *La consommation alimentaire comme nouvelle conduite de vie*.
13. Aschemann-Witzel, J. & Zielke, S. (2017). Can't Buy Me Green? A Review of Consumer Perceptions of and Behavior Toward the Price of Organic Food. *J. Consum. Aff.* **51**, 211–251.
14. Dubuisson-Quellier, S. & Gojard, S. (2016). Why are Food Practices not (More) Environmentally Friendly in France? The role of collective standards and symbolic boundaries in food practices. *Environ. Policy Gov.* **26**, 89–100.
15. Couturier, C., Charru, M., Doublet, S. & Pointereau, P. (2016). *Le scénario Afterras 2050*.
16. Willett, W. *et al.* (2019). Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *Lancet* **393**, 447–492.
17. Bihan, H. *et al.* (2010). Sociodemographic Factors and Attitudes toward Food Affordability and Health Are Associated with Fruit and Vegetable Consumption in a Low-Income French Population. *J. Nutr.* **140**, 823–830.
18. FranceAgriMer (2019). *Consommation des produits carnés en 2019*.
19. Maillot, M., Vieux, F., Delaere, F., Lluch, A. & Darmon, N. (2017). Dietary changes needed to reach nutritional adequacy without increasing diet cost according to income: An analysis among French adults. *PLoS One* **12**.
20. Méjean, C. *et al.* (2016). Socio-economic indicators are independently associated with intake of animal foods in French adults. doi:10.1017/S1368980016001610.
21. Anses (2015). Viandes rouges, viandes transformées et cancers: point sur la nouvelle classification du CIRC. [https://www.anses.fr/fr/content/viandes-rouges-viandes-transformées-et-cancers-point-sur-la-nouvelle-classification-du-circ](https://www.anses.fr/fr/content/viandes-rouges-viandes-transformees-et-cancers-point-sur-la-nouvelle-classification-du-circ).
22. Laisney, C. (2014). *Les différences sociales en matière d'alimentation*. [http://www.cairn.info/article.php?ID\\_ARTICLE=RFSP\\_](http://www.cairn.info/article.php?ID_ARTICLE=RFSP_)
23. Poisson, D. (2008). *Alimentation des populations modestes et défavorisées*. www.Insee.fr.
24. Caillavet, F., Fadhuile, A. & Nichèle, V. (2019). L'évolution de la consommation de produits animaux en France : de multiples enjeux. **32**, 131–146.
25. Johnston, J., Rodney, A. & Szabo, M. (2012). Les gens bien mangent bien : comprendre le répertoire culturel de l'alimentation éthique. *Idées d'Amériques*. doi:10.4000/IDEAS.475.
26. Damien, T. (Rapporteur) (2014). *Favoriser l'accès pour tous à une alimentation de qualité, saine et équilibrée. Avis du Conseil économique, social et environnemental*.
27. Régnier, F. (2009). Obesity, tastes and consumption : Integrating eating norms and social membership. *Rev. Fr. Sociol.* **50**, 747–773.
28. Ramel, M., Boissonnat Pelsy, H., Sibué-de Caigny, C. & Zimmer, M. (2016). *Se nourrir lorsqu'on est pauvre. Analyse et ressenti de personnes en situation de précarité*. www.editionsquartmonde.org.
29. Etievant, P. *et al.* (2010). *Les comportements alimentaires. Quels en sont les déterminants ? Quelles actions, pour quels effets ? Expertise scientifique collective, synthèse du rapport*. [http://www.inra.fr/L\\_institut/expertise/comportements\\_alimentaires](http://www.inra.fr/L_institut/expertise/comportements_alimentaires).
30. Crédoc (2018). *Enquête comportements et consommations alimentaire en France en France - Volet Consommation*.
31. Le Floch, G. (2019). Analyse de la consommation 2019. *Kantar Worldpanel* <https://www.kantar.com/fr/inspirations/consommateurs-acheteurs-et-distributeurs/2020-analyse-de-la-consommation-2019>.
32. OpinionWay (2020). *Baromètre Max Havelaar de la transition alimentaire 2020*.
33. Myaux, D., Serre, A., Hubert, H.-O. & Vleminckx, J. (2016). Recherche-action participative et accès à l'alimentation durable : des terrains bruxellois au sol fécond — CREMIS. *Rev. du CREMIS* **9**.
34. Damhuis, L., Serré, A. & Rosenzweig, M. (2020). Concrétiser l'ambition démocratique de l'alimentation durable ? Achieving the democratic ambition of sustainable food? Brussels experiments in food aid. *Anthropol. food*. doi:10.4000/aof.11372.
35. Ramel, M., Boissonnat Pelsy, H. & Sibue de Caigny, C. (2019). *Se nourrir dignement et durablement avec 57 euros par mois ?*
36. Badia, B., Brunet, F., Carrera, A., Kertudo, P. & Tith, F. (2014). *Inégalités sociales et alimentation*.
37. Duboys de Labarre, M. & Crenn, C. (2019). De quoi la sécurisation alimentaire des « démunis » est-elle le nom ? *Socio-anthropologie* **83–98**. doi:10.4000/socio-anthropologie.5289.
38. Lamine, C. & Fraisse-D'Olimpio, S. (2009). 5 questions à Claire Lamine sur la figure de 'l'intermittent du bio' — Sciences économiques et sociales. <http://ses.ens-lyon.fr/articles/5-questions-a-claire-lamine-sur-la-figure-de-l-intermittent-du-bio-67191>.
39. ESEN (Équipe de surveillance et d'épidémiologie nutritionnelle) (2017). *Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition (Esteban 2014-2016) : Chapitre Consommations alimentaires : Volet Nutrition. Chapitre Consommations alimentaires*. <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/documents/rapport-synthese/etude-de-sante-sur-l-environnement-la-biosurveillance-l-activite-physique-et-la-nutrition-esteban-2014-2016-chapitre-consommations-alimentaire>.
40. AURAN (2018). *Pratiques & Habitudes Alimentaires des Ménages*.
41. Ramel, M. & Boissonnat, H. (2018). Nourrir ou se nourrir. Renouveler le sens que l'on porte à l'acte alimentaire pour renouveler nos pratiques face à la précarité alimentaire. *Forum Fam. Plan. West. Hemisph.* **153**, 53.
42. Gojard, S. & Dubuisson-Quellier, S. (2016). *Logiques de consommation autour de l'alimentation durable (LOGICADU)*.
43. Cardon, P., Depecker, T. & Plessz, M. (2019). Chapitre 5. Alimentation et enjeux nutritionnels et environnementaux. in *Sociologie de l'alimentation* 131–156 (Armand Colin).
44. Sköld, B. *et al.* (2018). Household preferences to reduce their greenhouse gas footprint: A comparative study from four European cities. *Sustain.* **10**.
45. IFOP-FranceAgriMer (2020). *Végétariens et flexitariens en France 2020*.
46. Vonthron, S., Perrin, C. & Souldard, C.-T. (2020). Foodscape: A scoping review and a research agenda for food security-related studies. doi:10.1371/journal.pone.0233218.

47. Projet PSDR Frugal (2016). *Favoriser l'accès à une alimentation de qualité pour tous : Quels leviers d'action pour construire des systèmes alimentaires urbains plus solidaires ?*
48. Laisney, C. (2012). *L'évolution de l'alimentation en France.*
49. Conseil national des politiques de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale (2012). *Pour une mise en œuvre du droit à des moyens convenables d'existence. Analyse établie autour du concept de « reste à vivre ».* www.cnlc.gouv.fr.
50. WWF & Eco2 Initiative (2017). *Vers une alimentation bas carbone, saine et abordable. Étude comparative multidimensionnelle de paniers alimentaires durables : impact carbone, qualité nutritionnelle et coûts.* http://etiquettable.eco2initiative.com
51. Masset, G. et al. (2014). Reducing energy intake and energy density for a sustainable diet: a study based on self-selected diets in French adults 1-3. *Am J Clin Nutr* **99**, 1460–1469.
52. Perignon, M. et al. (2016). How low can dietary greenhouse gas emissions be reduced without impairing nutritional adequacy, affordability and acceptability of the diet? A modelling study to guide sustainable food choices. doi:10.1017/S1368980016000653.
53. Seconda, L., Salmon Legagneur, A. & Hebel, P. (2021). Renversement de tendance : les Français végétalisent leur alimentation. *Crédoc Consomm. modes vie.*
54. Benvenuti, L., De Santis, A., Sero, A. Di & Franco, N. (2019). Concurrent economic and environmental impacts of food consumption: are low emissions diets affordable? doi:10.1016/j.jclepro.2019.117645.
55. Rogissart, L., Bellassen, V. & Foucherot, C. (2021). Une alimentation plus durable augmente-t-elle le budget des consommateurs ? *Insitute Clim. Econ. Point Clim.*
56. Laraia, B. A., Leak, T. M., Tester, J. M. & Leung, C. W. (2017). Biobehavioral Factors That Shape Nutrition in Low-Income Populations: A Narrative Review. *American Journal of Preventive Medicine* vol. 52 S118–S126.
57. de Saint Pol, T. (2012). Le temps de l'alimentation en France. *INSEE Première.*
58. Plessz, M. & Gojard, S. (2015). Fresh is Best? Social Position, Cooking, and Vegetable Consumption in France. *Sociology* **49**, 172–190.
59. Recours, F. & Hébel, P. (2006). *Les populations modestes ont-elles une alimentation déséquilibrée ?* https://www.credoc.fr/publications/les-populations-modestes-ont-elles-une-alimentation-desequilibre.
60. Méjean, C. et al. (2017). Social disparities in food preparation behaviours: a DEDIPAC study. *Nutr. J.* (2017) doi:10.1186/s12937-017-0281-2.
61. Adams, J. et al. (2015). Prevalence and socio-demographic correlates of cooking skills in UK adults: cross-sectional analysis of data from the UK National Diet and Nutrition Survey. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.* doi:10.1186/s12966-015-0261-x.
62. Clark-Barol, M., Gaddis, J. E. & Barrett, C. K. (2020). Food agency in low-income households: A qualitative study of the structural and individual factors impacting participants in a community-based nutrition program. doi:10.1016/j.appet.2020.105013.
63. Lamont, M. & Molnár, V. (2002). The study of boundaries in the social sciences. *Annu. Rev. Sociol* **28**, 167–95.
64. Reguer-Petit, M., Monfort, M. & Cathelineau, F. (2018). *Évaluation d'impact social du programme 30 000 Paniers Solidaires.*
65. Oncini, F. (2019). Feeding distinction: Economic and cultural capital in the making of food boundaries. doi:10.1016/j.poetic.2019.02.002.
66. Malier, H. (2019). Greening the poor: the trap of moralization. doi:10.1111/1468-4446.12672.
67. Webber, C. B. & Dollahite, J. S. (2008). Attitudes and behaviors of low-income food heads of households toward sustainable food systems concepts. *J. Hunger Environ. Nutr.* **3**, 186–205.
68. Lanciano, E. & Saleilles, S. (2019). Diagnostiquer les pratiques pour favoriser l'accès à l'alimentation de qualité pour tous. in *7èmes rencontres du GESS Gestion des Entreprises Sociales et Solidaires.*
69. Denhartigh, E., Descamps, E. (2019). *Politiques publiques : pour une alimentation bénéfique à la santé de tous et au climat*, Réseau Action Climat, Solagro.
70. Recchia, D. et al. (2021). Accès physique et fréquentation des commerces alimentaires dans le Grand Montpellier. *So What.*
71. Nicolay, C., Peuch, J., Tuscano, M. & De Broissa, C. (2021). *Synthèse des apports du volet consommation. Enseignements sur l'accessibilité de l'alimentation durable aux consommateurs éloignés de ces pratiques.*
72. Damhuis, L. et al. (2019). *Portfolio Solidarité en Primeur(s).*
73. Gottschalk, I. & Leistner, T. (2012). Consumer reactions to the availability of organic food in discount supermarkets. *Int. J. Consum. Stud.* doi:10.1111/j.1470-6431.2012.01101.x.
74. Huber, E. et al. (2022). Une alimentation saine et durable : mission (im) possible ? Iddri, billet de blog, 17/02/2022.

Citation: Brocard, C., Saujot, M., Brimont, L., Dubuisson-Quellier, S. (2022). Pratiques alimentaires durables : un autre regard sur et avec les personnes modestes. Iddri, *Décryptage* N°01/22.

Ce travail a bénéficié d'un soutien de la Fondation européenne pour le climat (ECF) et du gouvernement français au titre du programme « Investissements d'avenir », administré par l'Agence nationale de la recherche (ANR) sous la référence ANR-10-LABX-14-01.

#### CONTACT

mathieu.saujot@iddri.org

Institut du développement durable  
et des relations internationales  
41, rue du Four – 75006 Paris – France

WWW.IDDRI.ORG

@IDDRI\_THINKTANK