



Les jeunes et la consommation de fruits et légumes frais

Plaisir, écologie, prix... quels sont les déterminants de la consommation des 18-30 ans ?

1 Quelle est la consommation de fruits et légumes des jeunes ?

88%

Des 18-30 ans disent avoir du plaisir à manger des fruits et légumes



4 jeunes sur 10

ont un régime alimentaire principalement axé sur la consommation végétale

25% flexitariens

6% pescétariens

4% végétariens

4% végétariens



Ces jeunes ont un régime principalement végétal :

41%

des femmes

36%

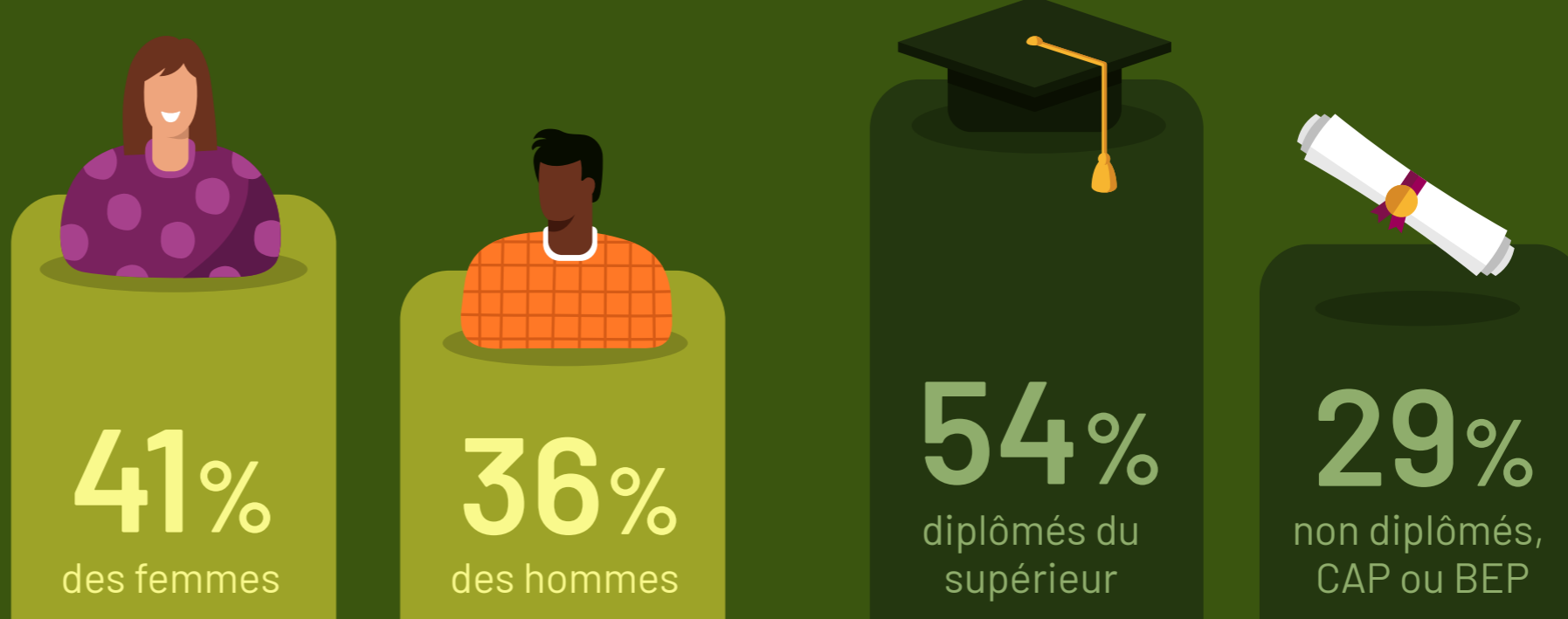
des hommes

54%

diplômés du supérieur

29%

non diplômés, CAP ou BEP



2 Une évolution des jeunes vers une alimentation plus végétale

70%

Des 18-30 ans déclarent avoir modifié leur consommation alimentaire en mangeant plus de fruits et légumes frais au cours des douze derniers mois.



65%

Des jeunes souhaitent évoluer à l'avenir vers un régime alimentaire de plus en plus végétal.

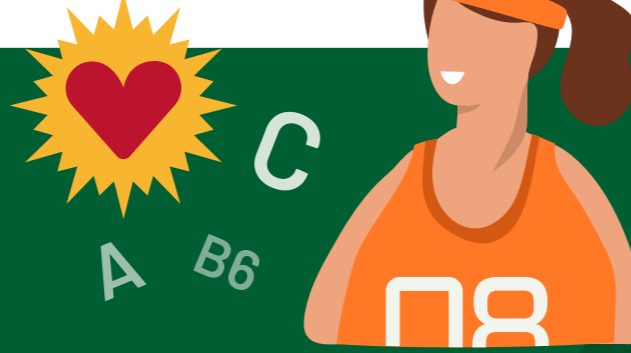
+13 points par rapport à la moyenne de la population



78%

Des jeunes considèrent qu'aller vers un régime alimentaire plus végétal serait bon pour la santé publique.

+10 points par rapport à la moyenne de la population



76%

Pensent que cela permettrait de limiter nos impacts sur l'environnement et la planète.

+12 points par rapport à la moyenne de la population



3 Le pouvoir d'achat, principal frein à la consommation des jeunes

59% Indiquent ne pas manger cinq portions de fruits et légumes par jour car :

45%

N'ont pas les moyens financiers d'en acheter autant



28%

Estiment que les fruits et légumes frais ne sont pas pratiques à manger (épluchage, temps de préparation...) ou qu'ils sont difficiles à cuisiner



Ce qui préoccupe le plus les jeunes aujourd'hui par rapport à leur alimentation :

40% Disent que leur priorité est d'avoir les moyens de se nourrir suffisamment devant :

32%

Les enjeux de santé



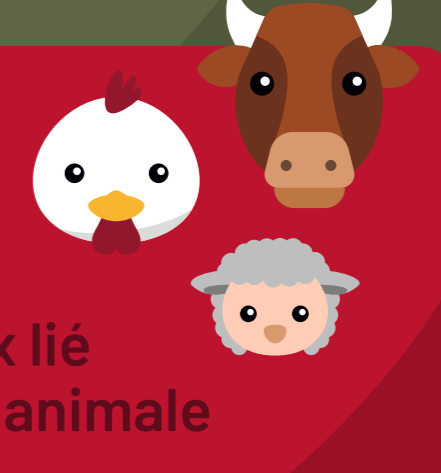
12%

Les enjeux environnementaux



9%

Les enjeux liés à la cause animale



85%

Des 18-30 ans seraient prêts à utiliser un chèque alimentaire pour consommer plus de fruits et légumes frais

