

Les fruits et légumes et les jeunes : entre besoin et plaisir

Salon de l'Agriculture

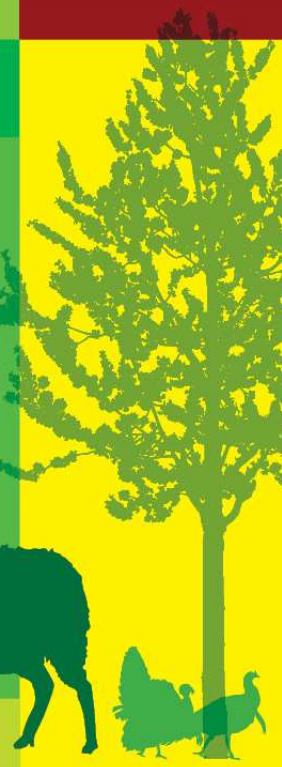
Mardi 24 février 2015

FranceAgriMer

Unité filières et cultures spécialisées

caroline.blot@francagrimer.fr

Julie.barat@franceagrimer.fr



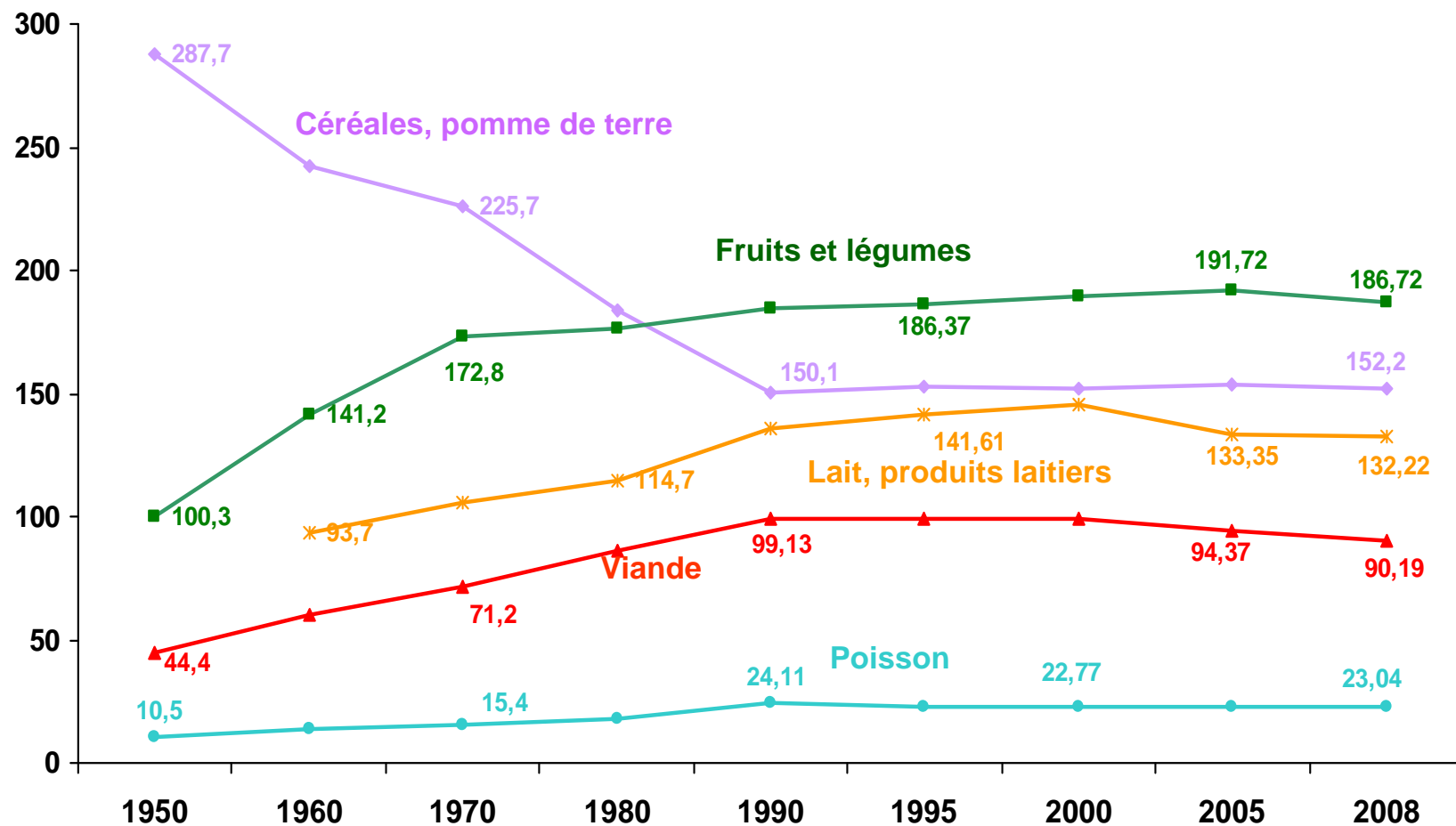
SOMMAIRE

- **1- Etat des lieux et tendances de la consommation de fruits et légumes**
- **2- L'imaginaire des fruits et légumes chez les jeunes**
- **3- Le rôle des parents et les trajectoires de consommation selon l'âge**
- **4- Les leviers pour favoriser la consommation de fruits et légumes chez les jeunes**

1- ETAT DES LIEUX ET TENDANCES DE CONSOMMATION DE FRUITS ET LEGUMES

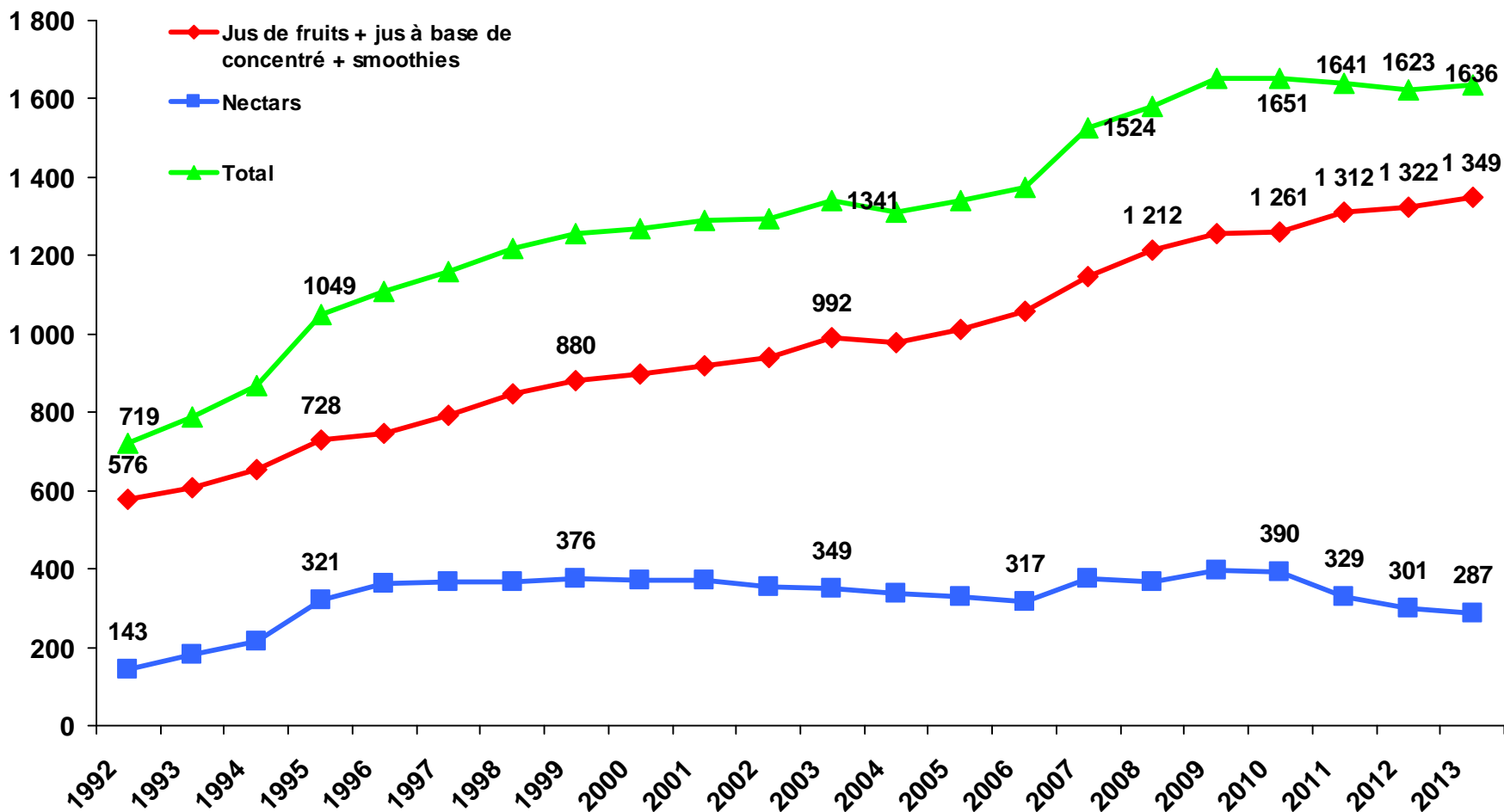
Les fruits et légumes : première famille d'aliments consommés depuis les années 80

kg/personne/an



La forte progression des FL transformés : exemple de la consommation de jus et nectars de fruits en France depuis 1992

Millions de litres



Source : UNIJUS

Les 4 grandes tendances de consommation en fruits et légumes

NUTRITION

/ SANTE

/ FORME



NATURALITE



PRATICITE



PLAISIR

2- UN IMAGINAIRE DES FRUITS ET DES LÉGUMES DÉCONNECTÉ DE LA DIMENSION PLAISIR



Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer et Interfel

LE MOBILE PREMIER DE LA CONSOMMATION ALIMENTAIRE EST LE DÉSIR D'ASSOUVIR UN PLAISIR

Les chercheurs qui se sont penchés sur la question des **déterminants alimentaires** convergent sur ce point : **LE VRAI LEVIER DE MOTIVATION À LA CONSOMMATION ALIMENTAIRE** n'est pas la nourriture elle-même, mais **LE PLAISIR QU'ELLE PROCURE.**

Ceci est **D'AUTANT PLUS VRAI POUR LES ENFANTS**, chez lesquels la **part d'instinct et d'émotion sur les décisions et les choix d'action** est **plus influente** encore que chez les adultes.

➤ A titre d'exemple, les résultats du projet HELENA (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescents) révèlent que **le goût est de loin le facteur le plus important pour les 13 à 16 ans en Europe.**

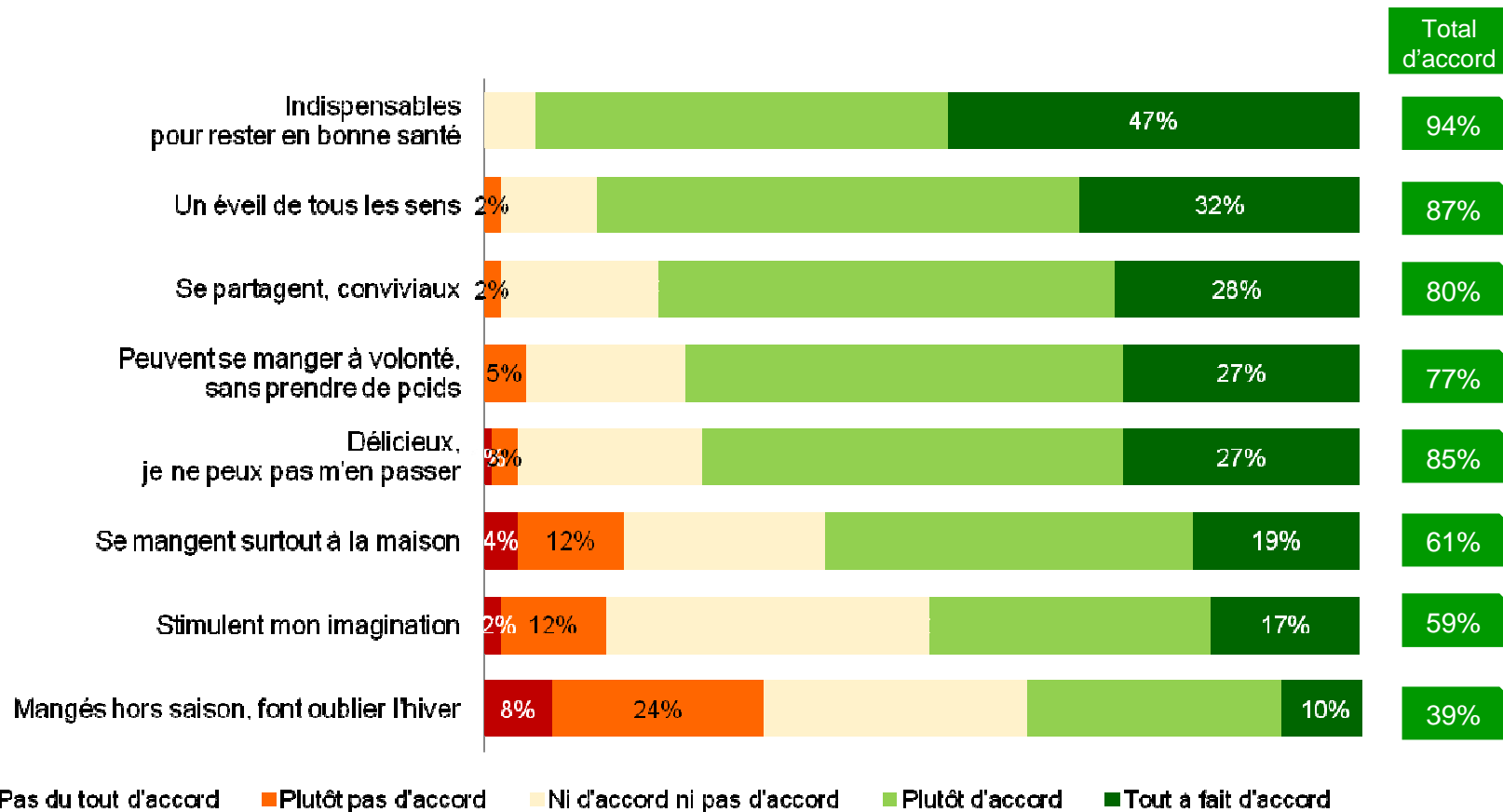


Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe



QUELLES IMAGES ?

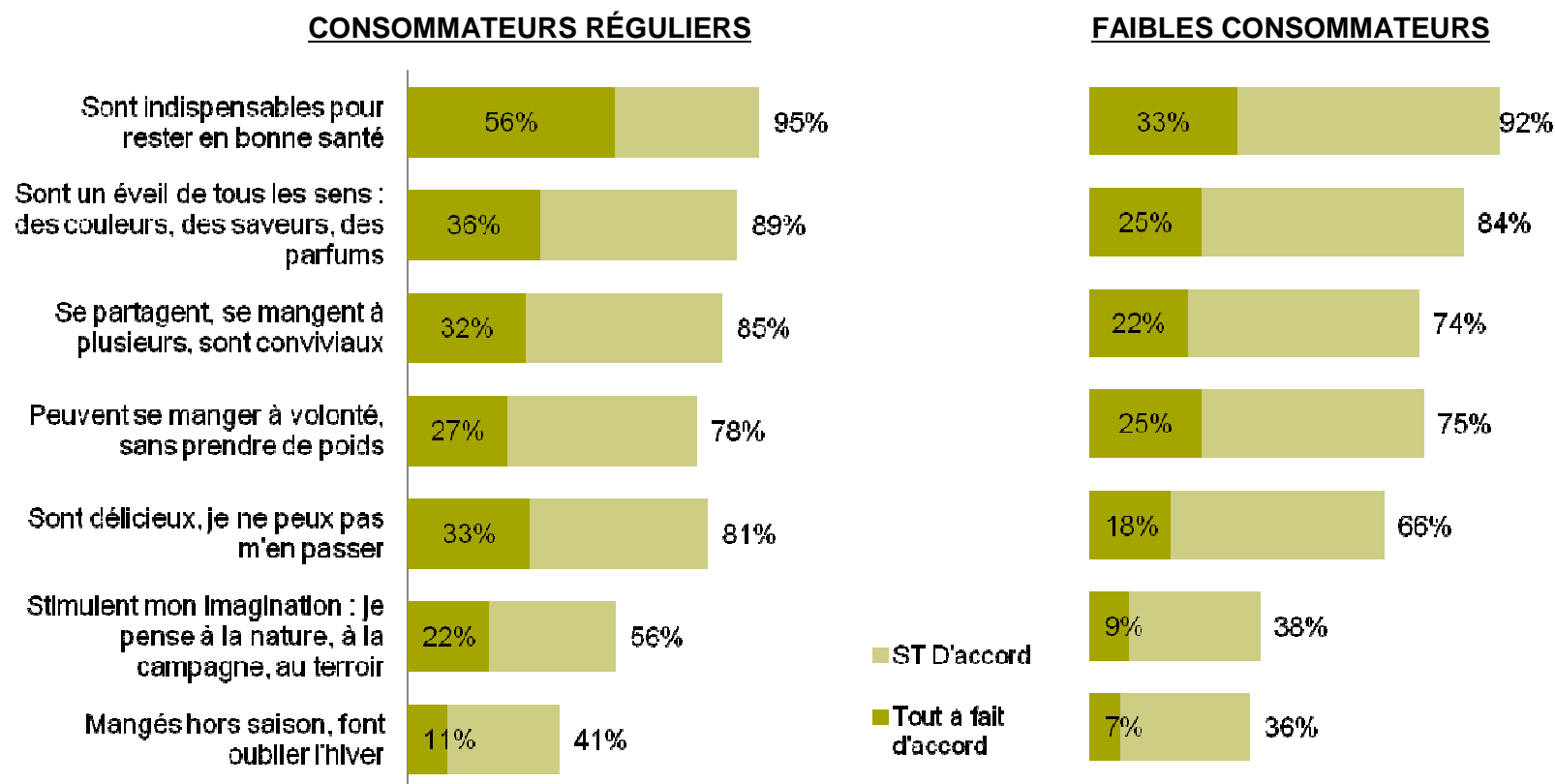
AUJOURD'HUI, S'IL EXISTE ENCORE UN IMAGINAIRE POSITIF À LA CATÉGORIE, IL EST ESSENTIELLEMENT VÉHICULÉ PAR LA DIMENSION SANTÉ



40. Pour chacune des phrases suivantes, indiquez dans quelle mesure vous êtes d'accord ou non qu'elle s'applique aux fruits et légumes frais. Les fruits et légumes frais ...

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

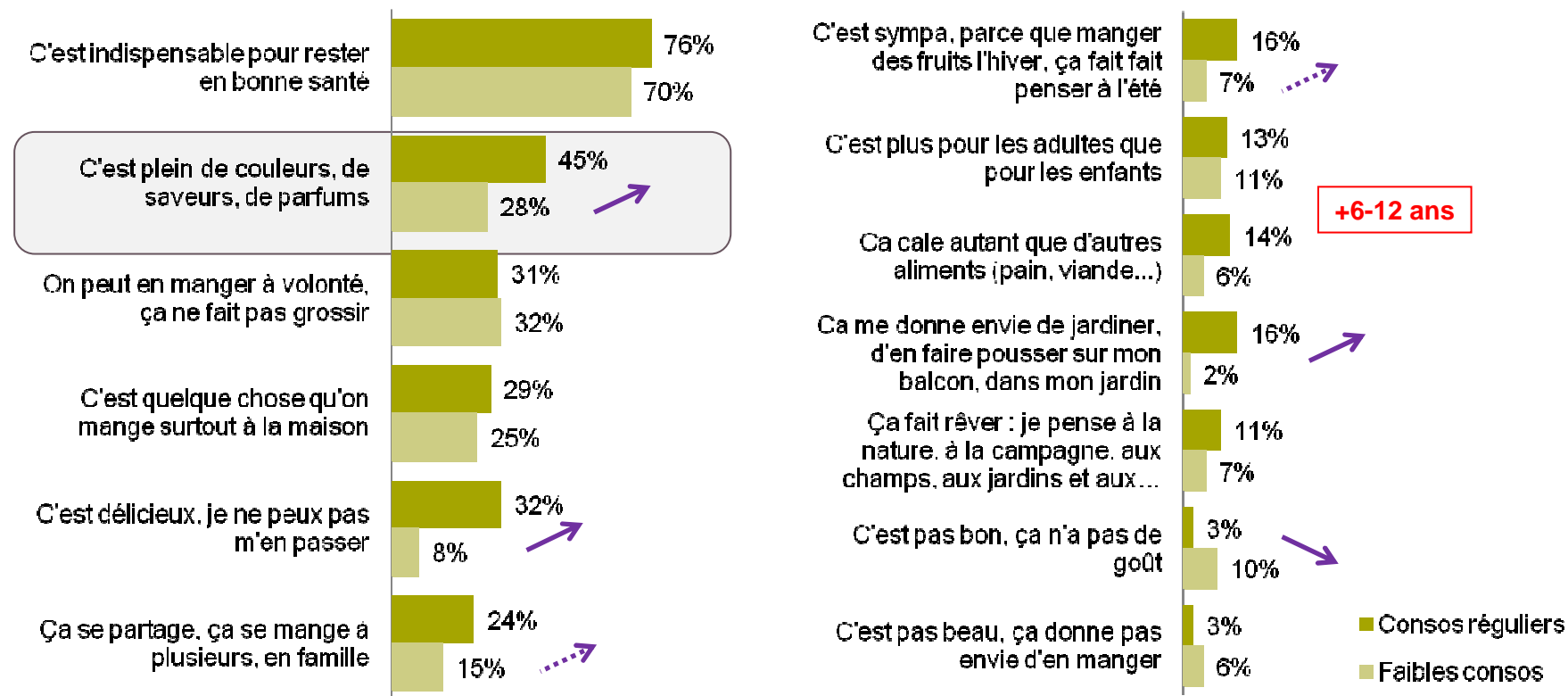
ET C'EST L'ABSENCE DES VECTEURS DE PLAISIR QUI VA CONDITIONNER LA FAIBLE CONSOMMATION DE FRUITS ET LÉGUMES FRAIS CHEZ LES PARENTS...



40. Pour chacune des phrases suivantes, indiquez dans quelle mesure vous êtes d'accord ou non qu'elle s'applique aux fruits et légumes frais. Les fruits et légumes frais ...

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

... ET LES ENFANTS QUEL QUE SOIT LEUR ÂGE



Différences significatives par tranches d'âge

↓ Écarts significatifs entre les 2 populations (95%)

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

DES ALIMENTS QUI, À L'ÉTAT NATUREL, PÂTISSENT D'UNE FORTE INAPPÉTENCE GÉNÉRALE AUPRÈS DES ENFANTS...

- **Au niveau du goût** : trop fade (haricots verts ++) ou au contraire trop prononcé (épinards, choux de Bruxelles ++)
- **Au niveau de l'aspect** : couleurs ternes et peu diversifiées (prédominance du vert et du marron), formes très variées et pas toujours agréables à la vue
- **Au niveau de l'odeur** : souvent jugée trop forte
- **Au niveau de la texture** : trop pâteuse ou ramollie à la cuisson (cf. le vomit), ou accrochant au palais (cf. difficulté à avaler)
- **Au niveau de la consistance** : insuffisamment rassasiants



DES CARACTÉRISTIQUES ORGANOLEPTIQUES EN DÉCROCHAGE PAR RAPPORT AUX GOÛTS DES ENFANTS

VERBATIMS



« Le chou, c'est pas bon du tout » ET 8-10 ans

« Les haricots blanc, c'est pas bon du tout : à l'intérieur, ça ne glisse pas dans la bouche, quand tu mâches il y a quelque chose de bizarre » EP 8-10 ans

« Ils ont une odeur qui sent mauvais, je ne peux même pas goûter » ET 11-12 ans

« J'aime pas les légumes, ils puent » EP 11-12 ans

« Les rayons, j'aime pas, c'est froid et ça pue » EP 8-10 ans

« Les légumes, ils ont des couleurs moches. Du vert comme du vomit » EP 8-10 ans

« Le brocoli, on dirait un arbre avec des gros cheveux, c'est affreux ! » ET 8-10 ans

« Je trouve ça un peu comme si c'était sec. » ET 11-12a

« Manque de vivant »
« Manque de couleur »
« Manque de forme »
ET 11-12a

« Le champignon, on dirait qu'il a Ebola » EP 8-10 ans

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interf

...ET QUI, POUR ÊTRE « CONSOMMABLES » POUR LES PARENTS, NÉCESSITENT PLUSIEURS PHASES DE TRANSFORMATION

Laver, éplucher, couper...



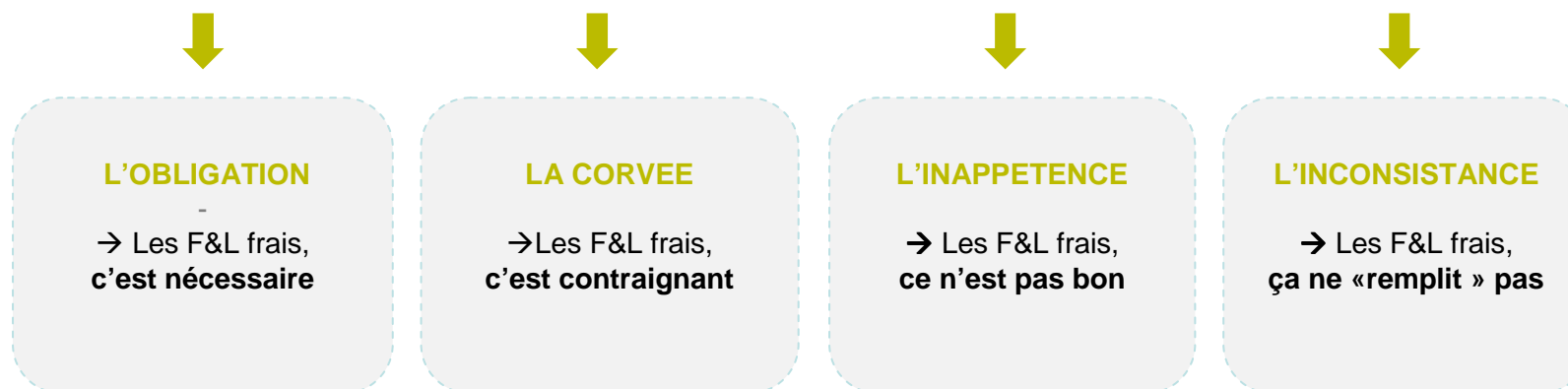
Cuisiner, assaisonner...



UN IMPÉRATIF DE PRÉPARATION PRÉALABLE, QUI VA À L'ENCONTRE DE LEUR LOGIQUE DU « PRÊT À CONSOMMER »

AINSI, CHEZ LES ADULTES COMME CHEZ LES ENFANTS, l'image dominante projetée par les fruits et légumes frais renvoie à des

CHAMPS D'ÉVOCATION PEU ASPIRATIONNELS :



Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

SEULS LES FRUITS S'EN SORTENT, AVEC UNE SUPÉRIORITÉ QUI SE MANIFESTE SUR TOUS LES PLANS

Celui des **qualités organoleptiques** des produits...

- **Le goût** : sucré, juste dose d'acidité
- **L'aspect** : couleurs vives et variées, formes arrondies, proximité de formes qui les englobe dans une famille visuellement harmonieuse
- **L'odeur** : presque insaisissable
- **La texture** : du croquant (pomme) au fondant (banane), avec une composante juteuse (majorité des fruits) très appréciée

« Les fruits, le goût est bon, c'est sucré, juteux » ET 11-12 a

« Le citron, j'aime bien quand c'est amer : je le coupe en deux et je le mange » ET 11-12 a

« La fraise, elle est bonne, sucrée, elle glisse dans la bouche » EP 8-10 a

« Il y a plein de jus dedans et c'est bon » EP 11-12 a

...comme celui des **usages**

- Existence de nombreux **fruits de petite taille, prêts à la consommation** (fruits rouges ++)
- **Epluchage pas toujours nécessaire** et plus ou moins facile (banane et agrumes ++ vs poire, pommes et pêches --)
- **Attention toutefois : le fait de se salir les mains avec les fruits est vécu par les enfants un frein à la consommation !**

« L'orange, elle est ronde, ça fait du jus. Elle se mange facilement, c'est bon » EP 8-10 a

« Les pommes, elle sont belles, quand elles sont propres, bien lavées » ET 8-10 a

LES FRUITS : DES PRODUITS INTRINSÈQUEMENT APPÉTENTS ET LUDIQUES, QUI RECÈLENT UN VRAI POTENTIEL D'ATTRACTIVITÉ AUPRÈS DES 6-12 ANS

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe



AU-DELÀ DE L'IMAGINAIRE...

DES MÈRES AUX RYTHMES DE VIE FRÉNÉTIQUES, EN QUÊTE DE PRAGMATISME ET D'EFFICACITÉ SUR TOUS LES PLANS...

De l'avis de toutes les mamans rencontrées, **un véritable changement s'est opéré**, dans le mode de vie des femmes, **entre leur génération et celle de leur mères**

Un quotidien de femmes et de mères qui leur apparaît aujourd'hui se caractériser par :

- **Un emploi du temps saturé**, où vie privée et vie professionnelle se conjuguent sans temps morts
- **Une absence de temps libre** – contrairement au cas des mères d'autrefois – qui leur laisse très peu de place à consacrer aux loisirs
- **La nécessité de trouver des solutions efficaces** pour mener à bien l'ensemble des tâches de la journée

« Vous savez, quand vous avez 4 enfants et un travail, c'est difficile de trouver du temps pour autre chose »
MT 11-12 a

« En semaine, je vais au plus rapide, au plus simple »
MT 8-10a

« Après une journée de travail et le temps passé dans les transports, je vais à l'essentiel »
MP 11-12 a

DES MÈRES « PRESSÉES », QUI JONGLENT AVEC LA MONTRE ET QUI VONT À L'ESSENTIEL

QUI ABORDENT LA QUESTION DE L'ALIMENTATION SOUS UN DOUBLE BÉNÉFICE DE PRATICITÉ / RAPIDITÉ DE PRÉPARATION...

■ **Une alimentation qui**, conformément à leur mode de vie particulièrement frénétique, **est envisagée**, par les mères rencontrées, **sous le prisme de la fonctionnalité et du pragmatisme** :

- Répondre aux besoins physiologiques de nourriture vs s'assurer d'une bonne hygiène de vie
- Optimiser la gestion des courses alimentaires
- Passer le moins de temps possible aux fourneaux
- Préparer des plats qui peuvent durer plusieurs jours
- Ne pas chercher à verser dans l'originalité à tout prix

■ Ce qui ne laisse, au final, qu'**une part infime au plaisir et à la convivialité**

« Je n'aime pas cuisiner, c'est pas une partie de plaisir. Il faut que ça aille vite » MT 8-10a

« Se fatiguer le moins possible. Parfois, j'ai vite fait d'aller au McDo et emporter ! » MT 11-12a

« Des fois, quand on a du retard, on va aller plus vite. » MP 8-10a

« Le moment où je privilégie la cuisine, c'est un grand moment, quand on prend le temps, c'est presque un événement. » MP 11-12a



UNE ALIMENTATION QUI DOIT FACILITER LA VIE ET SE FAIRE COMME OUBLIER... PRINCIPES AVEC LESQUELS LES FRUITS ET LEGUMES FRAIS APPARAISSENT EN PLEINE CONTRADICTION (cf. supra)

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

- Une alimentation qui doit répondre aux goûts des enfants pour **être mieux acceptée**, et **éviter ainsi d'occasionner des conflits**
- Une alimentation au travers de laquelle les mères cherchent à **se décharger, psychologiquement, de leur devoir de nourricières** : « remplir » son enfant, pour conjurer à l'avance tout possible symptôme de faim
- Une alimentation qui, à défaut d'être saine, est **investie d'une forte charge émotionnelle** : la gratification de l'enfant comme vecteur, par effet de miroir, de son plaisir à soi

« 2 enfants, 3 baguettes par soir. Ils se gavent de pain, au moins après ils n'ont plus faim ! » MT 11-12a

« On se dit, je vais faire ça, va aller plus vite et on le satisfait. » MT 8-10a

« Ce qu'ils ne connaissent pas, ils rejettent, alors j'évite de le faire » MP 11-12a

« Pour éviter conflit, je demande ce qu'elle veut et je fais ce qu'elle répond. Du moment où je sais qu'ils se nourrissent, je me sens tranquille » MT 8-10 a

« j'adore leur préparer des crêpes, ils adorent ça et ils sont tous contents ! » MP 8-10 a



UNE ALIMENTATION QUI DOIT APAISER, DÉCULPABILISER ET RASSURER SUR UN PLAN AFFECTIF... CE À QUOI LES LÉGUMES FRAIS, AUX YEUX DE CETTE CIBLE, SE PRÊTENT PEU

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

- **Junk food** : pizzas, burgers, frites, sandwichs, chips, cacahuètes...
- **Féculents** : pâtes, riz, pomme de terres...
- **Matières grasses** : huile, beurre, sauces et accompagnements divers
- **Sucres** : confiseries, pâtisseries...



« Chacun un plateau, on mange devant la télé. »
MT 11-12a

« Mon plat préféré, c'est le cheeseburger »
ET 11-12 a

« Ils adorent les frites. C'est souvent le rituel du samedi » MT
8-10a

« la viande avec des frites et du ketchup »
ET 8-10 a

« C'est des nuggets, du poisson pané, des quiches, des pizzas, que des trucs comme ça ! »
MP 11-12a



DES PRATIQUES ALIMENTAIRES QUI, QUELLE QUE SOIT LA TRANCHE D'ÂGE DE L'ENFANT, FONT LA PART BELLE À LA « MALBOUFFE », AVEC LA COMPLICITÉ – ASSUMÉ OU NON - DES MAMANS

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

3- LE ROLE DES PARENTS ET LES TRAJECTOIRES DE CONSOMMATION SELON L'AGE

**UNE NÉCESSAIRE IMPLICATION DES MÈRES
DANS LES PRATIQUES ET TRAJECTOIRES DE
CONSOMMATION**



EN L'ABSENCE D'UNE DIMENSION PLAISIR INCARNÉE PAR LES MÈRES...

➤ Les enfants dont les mamans prennent le plus de plaisir à faire découvrir les fruits et légumes frais sont ceux qui en consomment le plus



Importance de l'éducation fruits et légumes frais

(Tout à fait d'accord)	Consommateurs réguliers	Faibles consommateurs
Je veux que mes enfants apprennent le plaisir de bien manger	46%	36%
Il est important pour moi de faire découvrir des nouveaux goûts à mes enfants	40% ↗	25% ↘
Depuis qu'ils étaient bébés, j'ai toujours pris plaisir à faire manger mes enfants	42% ↗	25% ↘
Il est important pour moi de faire découvrir à mes enfants la cuisine de mon pays / ma région	37% ↗	21% ↘

29. Voici maintenant des phrases concernant le repas. Pour chacune d'elles, indiquez dans quelle mesure vous êtes d'accord ou non.

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

EN L'ABSENCE D'UNE DÉMARCHE VOLONTARISTE DE LA MÈRE...

➤ Les enfants dont la mère est moteur pour faire apprécier les fruits et légumes frais... sont ceux qui en consomment le plus



Importance de la conviction de la mère

(Tout à fait d'accord)

	Consommateurs réguliers	Faibles consommateurs
Je mange souvent des fruits et légumes frais devant mes enfants, en leur disant à quel point c'est bon	36% ↗	21% ↘
Je propose systématiquement des fruits et légumes frais à mes enfants	32% ↗	10% ↘
Je raconte des histoires sur les fruits et légumes frais (provenance, saison...) à mes enfants pour leur donner envie	12% ↗	6% ↘
Modes d'information sur les produits	2,5 ↗ Internet, presse, Prospectus	2,0 ↘

52. En pensant à la façon dont vous vous comportez avec vos enfants, diriez-vous que vous êtes tout à fait d'accord, plutôt d'accord, ni d'accord ni pas d'accord, plutôt pas d'accord, pas du tout d'accord avec les phrases suivantes ?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

...ET D'UNE IMPLICATION DANS LA DÉCOUVERTE POUR L'ENFANT

➤ Les enfants les plus **familiarisés** avec les fruits et légumes frais grâce aux histoires, aux ateliers cuisine, aux courses... sont ceux qui en consomment le plus

Importance de l'imaginaire fruits et légumes frais

(Tout à fait d'accord)

	Consommateurs réguliers	Faibles consommateurs
Mes enfants et moi, on prépare souvent des repas à base de fruits et légumes frais ensemble	18% ↗	5% ↘
Mes enfants connaissent bien les variétés de fruits et légumes frais car ils m'accompagnent souvent dans les rayons	25% ↗	10% ↘
Quand je prépare des fruits et légumes frais pour mes enfants, je varie souvent les recettes	27% ↗	11% ↘
Je propose une grande variété de fruits et légumes frais à mes enfants	28% ↗	14% ↘
Nombre moyen de modes de préparation		
<i>Légumes frais</i>	4,4 ↗	3,6 ↘
<i>Fruits frais</i>	2,5 ↗	1,9 ↘

52. En pensant à la façon dont vous vous comportez avec vos enfants, diriez-vous que vous êtes tout à fait d'accord, plutôt d'accord, ni d'accord ni pas d'accord, plutôt pas d'accord, pas du tout d'accord avec les phrases suivantes ?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

LE DÉFICIT DE TRANSMISSION IMPACTE LE NIVEAU DE CONSOMMATION DE F&L FRAIS PAR LES ENFANTS...

Seules 35% mangeaient au moins un fruit ou un légume frais par jour quand elles étaient petites⁺

Seules 66% disent des F&L frais qu'ils «sont délicieux, je ne peux m'en passer»^{**}

Servent (connaissent?) beaucoup moins de préparations élaborées : purées, gratins, soupes, gâteaux, compotes...^{***}

Leur
maman



- Absence de l'imaginaire développé dans sa propre enfance
- Carence de la dimension plaisir
- Déficit de connaissance

* vs 65% chez les mamans de consommateurs réguliers de fruits & légumes frais (significatif à 95%)

** vs 81% chez les mamans de consommateurs réguliers de fruits & légumes frais (significatif à 95%)

*** Préparations aux légumes frais: en moyenne 3,6 chez faibles consommateurs vs 4,3 chez les mamans de consommateurs réguliers de fruits & légumes frais (significatif à 95%)

***Préparations aux fruits frais: en moyenne 1,8 chez faibles consommateurs vs 2,4 chez les mamans de consommateurs réguliers de fruits & légumes frais (significatif à 95%)

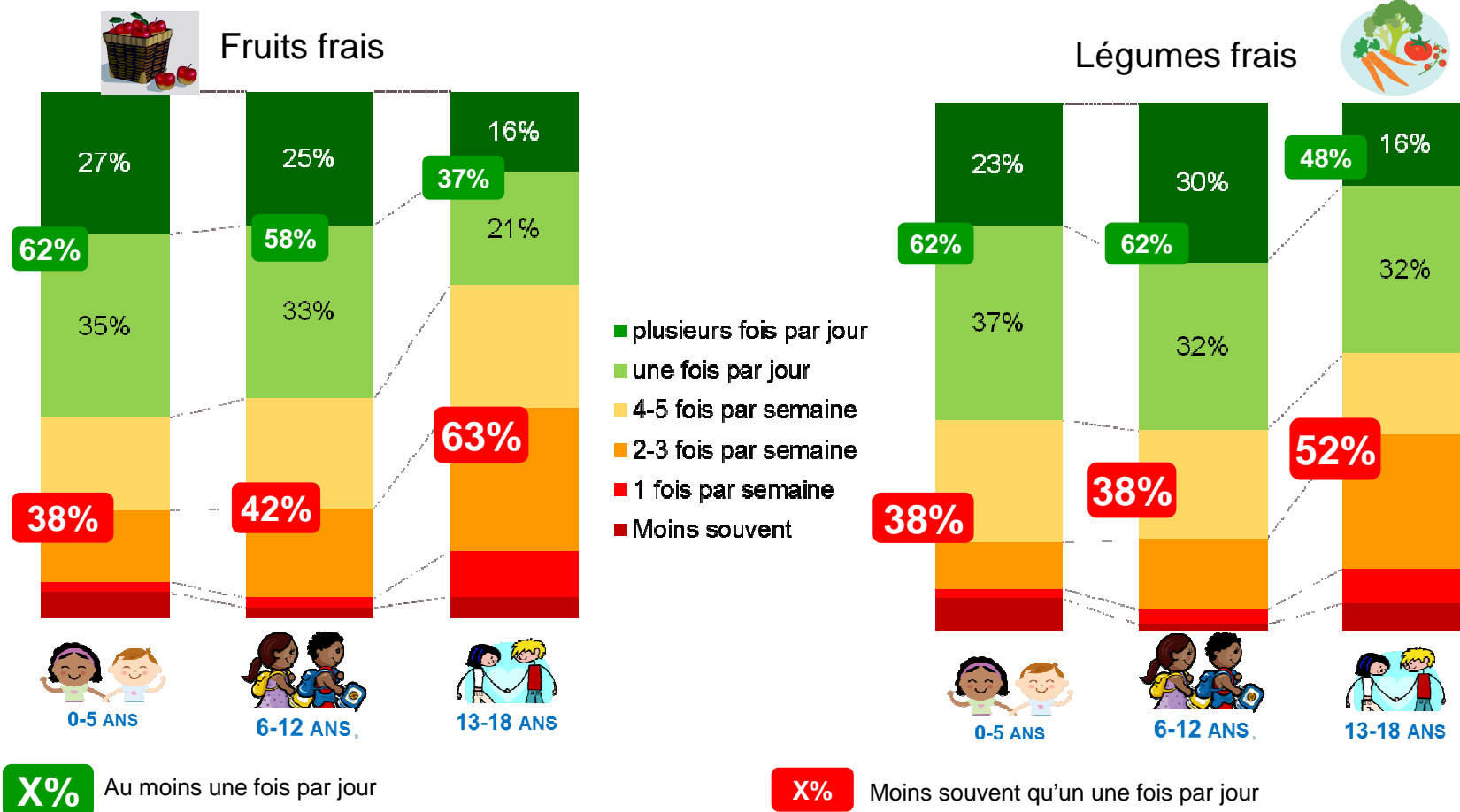
Base : Faible consommateurs de F&L frais = moins d'une fois par jour

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe



Si la transmission par la mère et l'acquisition du plaisir n'ont pas été installées très tôt, quand l'enfant « prend la main », la situation se détériore encore

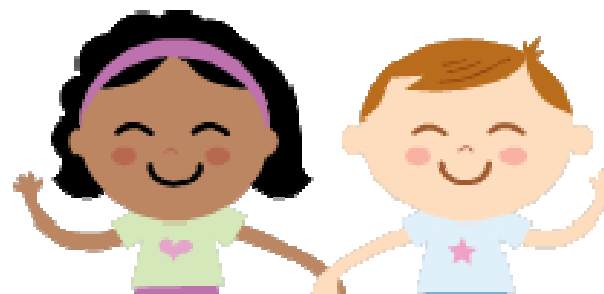
FRÉQUENCE(S) DE CONSOMMATION



48- A quelle fréquence [votre enfant] consomme-t-il/elle des fruits et légumes frais, que ce soit à la maison, à l'école ou en dehors?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

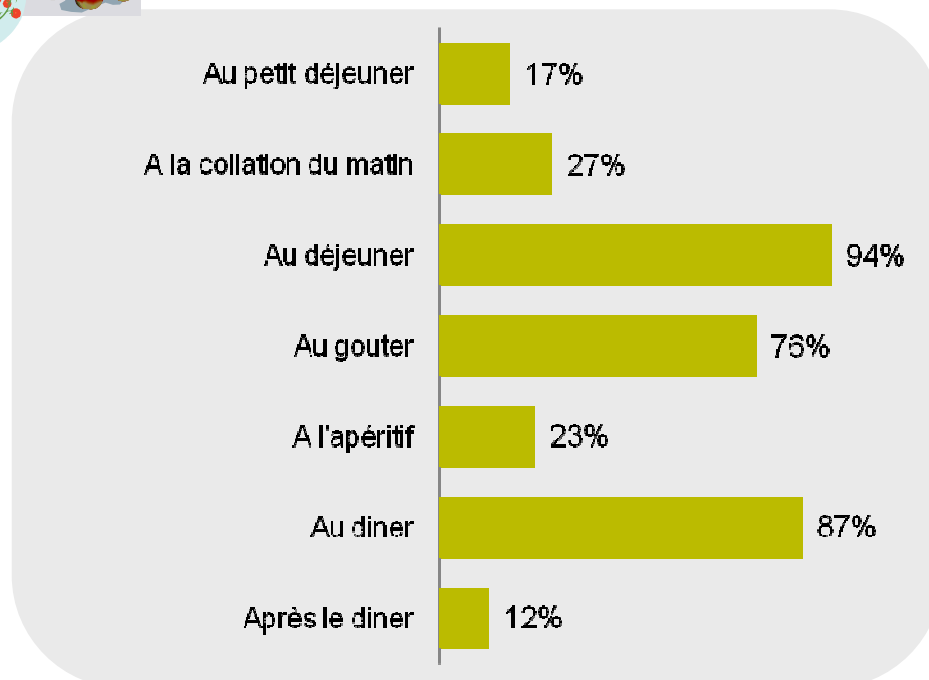
Les trajectoires de consommation des fruits et légumes frais



0-5 ANS

Tout s'installe

LES 0-5 ANS, CONSOMMATEURS DE FRUITS ET LÉGUMES FRAIS SUR LE PLUS D'OCCASIONS...



➤ 6 petits sur 10 mangent 1 fruit ou 1 légume frais chaque jour

➤ Des fruits et légumes frais consommés principalement au déjeuner, plus qu'au dîner

➤ 3 petits sur 4 mangent un fruit ou un légume frais pour le goûter...

49. [votre enfant] consomme-t-il/elle des fruits et légumes frais à chacun des repas suivants?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

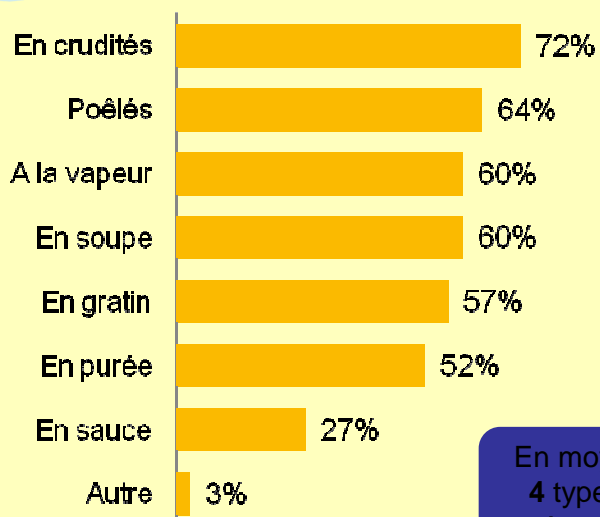
... DANS DES PRÉPARATIONS NÉCESSITANT PEU OU PAS DE TRANSFORMATION



Légumes frais



60% Au moins une fois par jour
40% Moins d'une fois par jour

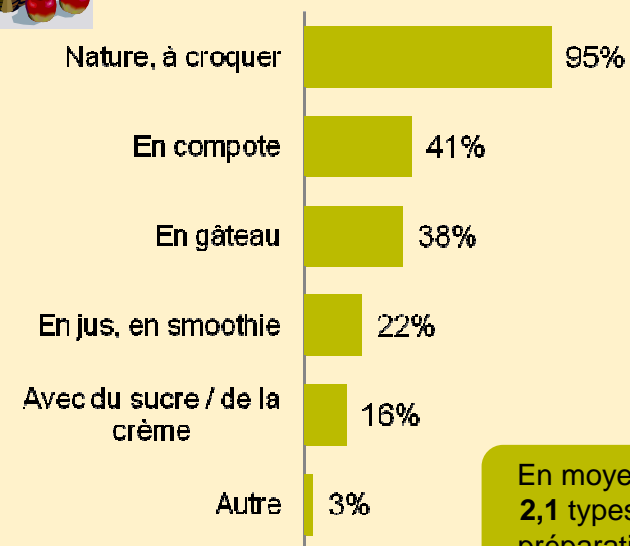


En moyenne
4 types de préparations

Fruits frais



62% Au moins une fois par jour
38% Moins d'une fois par jour



En moyenne
2,1 types de préparations

41/42. Quels types de préparation privilégiez-vous pour les légumes/fruits frais?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

Les trajectoires de consommation des fruits et légumes frais



6-12 ANS

Premier flottement

Mais encore un poids de la
contrainte

SUR LES LÉGUMES, L'ÉCART ENTRE LA RÉALITÉ DES MENUS ET LES VŒUX DES ENFANTS IMPACTE LA CONSOMMATION



LES LÉGUMES FRAIS



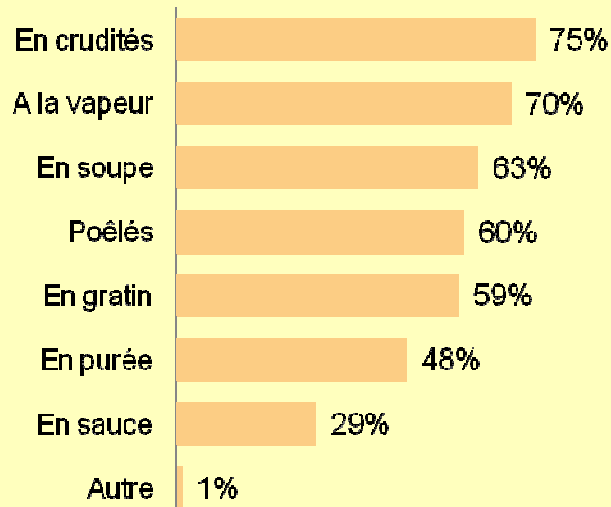
6-12 ANS

Comment sont-ils consommés ?

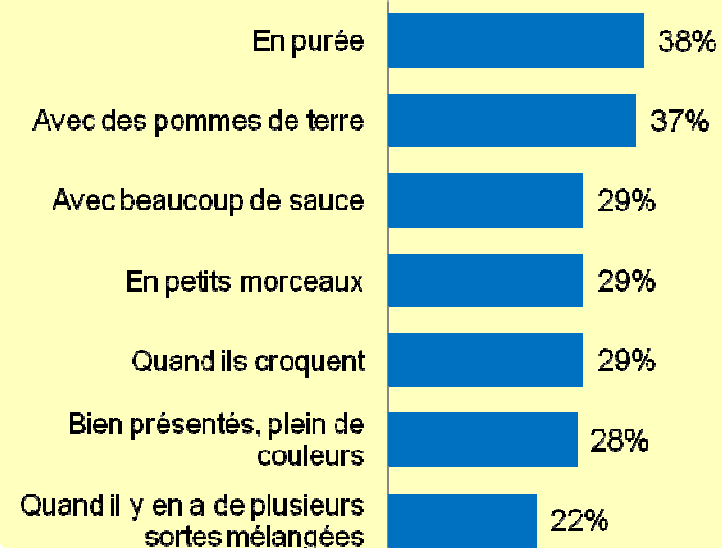
VS

comment sont-ils préférés ?

La réponse de la maman:



Et celle de l'enfant:

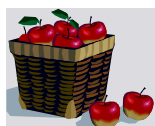


41. Quels types de préparation privilégiez-vous pour les légumes frais ?

63. Comment préfères-tu manger les légumes frais ?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

POUR LES FRUITS, DES RÉPONSES EN PHASE À CONDITION QUE LA CORVÉE D'ÉPLUCHAGE/DÉCOUPAGE N'INCOMBE PAS À L'ENFANT



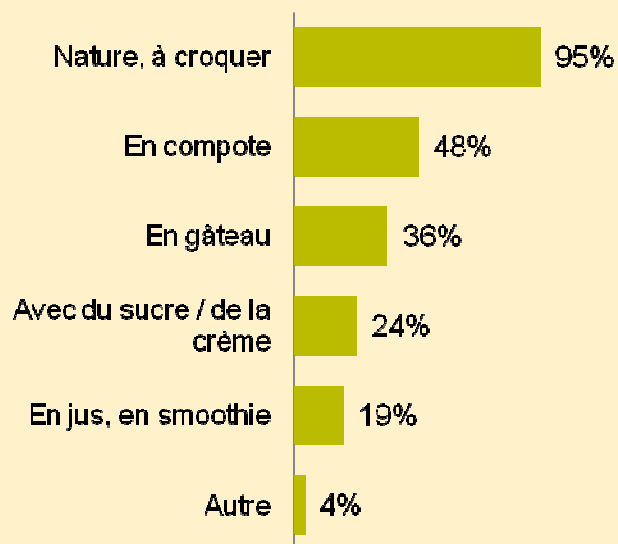
LES FRUITS FRAIS

Comment sont-ils consommés ?

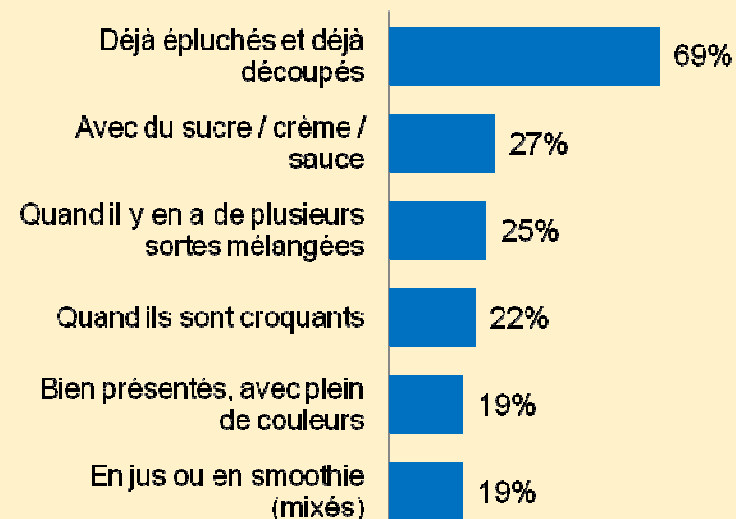
VS

comment sont-ils préférés ?

La réponse de la maman:



Et celle de l'enfant:

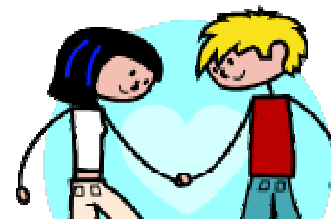


42. Quels types de préparation privilégiez-vous pour les fruits frais?

60. Comment préfères-tu manger les fruits frais ?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

Les trajectoires de consommation des fruits et légumes frais



13-18 ANS

Tout est joué
'J'aime / J'aime pas' et j'ai le
pouvoir de choisir

COMME POUR LES PLUS JEUNES, DES HIÉRARCHIES BIEN DIFFÉRENTES ENTRE LA RÉALITÉ DES MENUS ET LES VŒUX DES ADOLESCENTS



LES LÉGUMES FRAIS



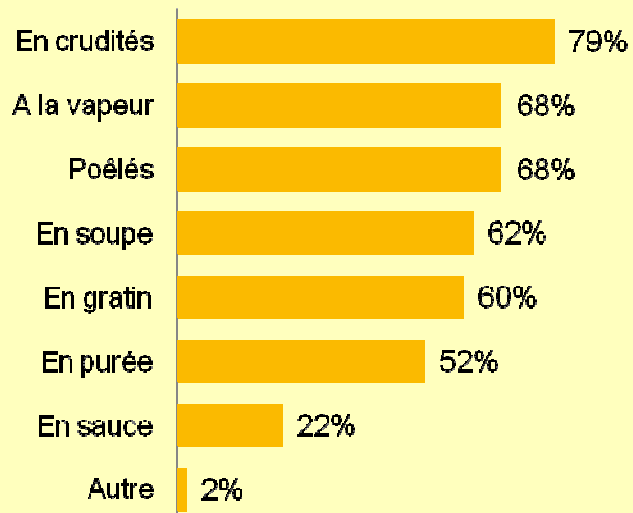
13-18 ANS

Comment sont-ils consommés ?

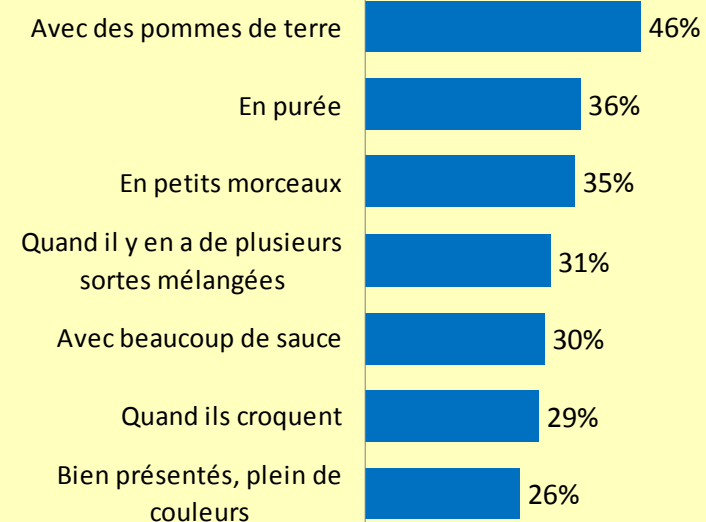
VS

comment sont-ils préférés ?

La réponse de la maman:



Et celle de l'enfant:



41. Quels types de préparation privilégiez-vous pour les légumes frais?

63. Comment préfères-tu manger les légumes frais ?

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

LA MÈRE ET SES PROPRES HABITUDES DE CONSOMMATION CONDITIONNENT LA CONSOMMATION DE LEUR ENFANT, ET CE, QUEL QUE SOIT SON ÂGE

- **Les habitudes prises par la mère dès petite fille influencent leur consommation actuelle et donc celle de leur enfant**
- **Ainsi, les mères faibles consommatrices voient moins les bénéfices des F&L et en font consommer peu à leurs enfants...**
- **...alors que les mères engagées dans la consommation en général et sur les F&L en particulier sont aussi celles qui en font consommer davantage**

L'ENFANT, QUAND ILS GRANDIT, TROUVE DES CLES POUR AFFIRMER LA MAÎTRISE DE SES GOÛTS

- **Les enfants ne sont pas définitivement fermés aux F&L frais (seuls 10% des petits consommateurs déclarent ne pas les aimer du tout)**
- **Ils ferment la porte à la catégorie si la variété, le plaisir des yeux, les différences de texture ou encore la convivialité ne sont pas au rendez-vous**

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe



4- LES LEVIERS POUR FAVORISER LA CONSOMMATION DE FRUITS ET LEGUMES CHEZ LES JEUNES

DEUX CLÉS DE RÉUSSITE MAJEURES

**DEPASSER LES CAMPAGNES D'INFORMATION NUTRITIONNELLE
« VERTICALES » ET À VALEUR INJONCTIVE**

**RÉHABILITER LA DÉSIRABILITÉ DES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS, EN
LES INSCRIVANT DANS LE PLAISIR**



**CRÉER LA RUPTURE
POUR ENCOURAGER LA REAPPROPRIATION**

1/ RÉVOLUTIONNER L'IMAGINAIRE COLLECTIF EN PRIORITÉ SUR LES LÉGUMES

2/ REDONNER À LA CATÉGORIE DES VALEURS ET PROMESSES EN COHÉRENCE AVEC LA VIE DES MÈRES D'AUJOURD'HUI (À LA FOIS NOSTALGIQUES DES LÉGUMES D'ANTAN MAIS CONTRAINTES PAR LES RÉALITÉS DE LA VIE MODERNE, ET DE L'ÉDUCATION D'AUJOURD'HUI)



**PRÉPARER LES PARENTS DE DEMAIN.
LES ACTIONS SUR LES GÉNÉRATIONS ACTUELLES POURRONT
CHANGER LES ATTITUDES ET LES COMPORTEMENTS SUR LE LONG
TERME**

UNE ÉDUCATION AU PLAISIR, INCULQUÉE PAR LA MÈRE DÈS LE 1ER ÂGE

et de façon générale par les adultes proches de l'enfant (grands-parents, enseignants...) : à la fois des prescripteurs, des repères et des modèles clés pour les jeunes



1 - FAIRE SAVOIR, INSTRUIRE

La TRANSMISSION DE CONNAISSANCES :
leur expliquer le processus d'acquisition du plaisir alimentaire

L'ACCOMPAGNEMENT : leur transmettre les techniques éducatives à mettre en œuvre pour favoriser une meilleure appréciation des F&L frais chez leurs enfants

2 - FAIRE AIMER, STIMULER LE DESIR

Le rôle de **PRESCRIPTION** joué par les **enfants** : stimuler le désir de consommation des enfants pour qu'ils « l'amènent à la maison »

Toute **ACTION FACILITATRICE** qui pourrait rendre les F&L frais plus désirables et moins contraignants

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfel

UNE RÉÉDUCATION DES ENFANTS



1 - FAIRE CONNAÎTRE, FAMILIARISER
notamment via des activités ludiques, basées sur l'expérience directe et l'action - plus efficaces que les approches d'apprentissage passives – et incluant une dégustation



2 - FAIRE AIMER, STIMULER LE DESIR via l'optimisation de l'appétence organoleptique et visuelle des plats ...
... via la stimulation de l'imaginaire autour des fruits et légumes frais :

Source : étude Fondamentale Fruits et Légumes - volet enfants ABC+ pour FranceAgriMer/Interfe

Merci de votre attention