

TRAMe2035

SCÉNARIO POUR UNE TRANSITION DES RÉGIMES ALIMENTAIRES DES MÉNAGES

Février 2025



Citation

Iddri et I4CE (2025). *TRAMe2035, Scénario pour une Transition des Régimes Alimentaires des Ménages*, Livret 1

Contacts :

Mathieu Saujot, mathieu.saujot@iddri.org

Lucile Rogissart, lucile.rogissart@i4ce.org

TRAMe2035

Travail au long cours, TRAMe2035 est le fruit de quatre ans d'élaboration et d'application d'une approche multidisciplinaire originale, permettant de mettre en débat les conditions d'une transition alimentaire. Cette question est sensible politiquement et socialement, tant l'alimentation recouvre des dimensions variées - culturelles, économiques, environnementales et sanitaires. Développer des méthodes permettant de la mettre en discussion est néanmoins indispensable, et c'est ce sur quoi l'Iddri et I4CE se sont mobilisés en lien avec de nombreux acteurs. Ce travail s'inscrit dans une démarche d'ensemble s'intéressant à la transition juste des filières françaises de la viande.

L'Iddri est un *think tank* indépendant, qui propose des analyses et trajectoires de changement en matière de coopération internationale et de transformations sectorielles pour un futur prospère pour tous, compatible avec les limites de la planète, au Nord comme au Sud. L'Iddri réunit 50 collaborateurs dont 40 chercheurs aux expertises pluridisciplinaires. Il intervient en réseau avec une cinquantaine de think tanks et universités partenaires dans le monde.

I4CE est un institut de recherche à but non lucratif qui contribue par ses analyses au débat sur les politiques publiques d'atténuation et d'adaptation au changement climatique. I4CE promeut des politiques efficaces, efficientes et justes. Ses 40 experts collaborent avec les gouvernements, les collectivités locales, l'Union européenne, les institutions financières internationales, les organisations de la société civile et les médias.

Remerciements

Ce travail a bénéficié des échanges au sein d'un conseil scientifique composé de L.-G. Soler (Inrae), B. Hérault (Centre d'études et de prospective, ministère de l'Agriculture et de la Souveraineté alimentaire), T. Le Gallic (Cired), M. Plessz (ENS-Inrae), S. Martin (Ademe)

Cette publication a bénéficié d'une aide de l'État français au titre du Plan d'investissement France 2030 portant la référence ANR-16-IDEX-001, du soutien de la Fondation Daniel et Nina Carasso, de la Fondation européenne pour le climat (ECF) et de la Fondation Porticus, ainsi que d'un financement du programme de recherche et d'innovation Horizon 2020 de l'Union européenne, à travers le financement n°101000395.



Financé par
l'Union européenne



Publication : Iddri & I4CE

Édition : Pierre Barthelemy

Illustration de couverture : Faustine Najman

Maquette et mise en page : Ivan Pharabod

TRAMe2035

SCÉNARIO POUR UNE TRANSITION DES RÉGIMES ALIMENTAIRES DES MÉNAGES

Ce projet a été mené et cette étude rédigée par un collectif constitué de Lucile Rogissart (I4CE), Mathieu Saujot, Clémence Nasr, Charlie Brocard, Pierre-Marie Aubert (Iddri)

RÉSUMÉ EXÉCUTIF

Pourquoi un scénario sur la demande alimentaire ?	3
Une méthode innovante au service de TRAMe2035	4
Résultats	5

INTRODUCTION

Pourquoi TRAMe2035 ? La nécessité d'une transition vers une alimentation durable	9
Comment faire advenir des changements de pratiques alimentaires ?	11
Dans TRAMe, une attention particulière à la consommation de viande	12

TRAMe2035.

UNE PROSPECTIVE ORIGINALE POUR PENSER LE DÉCLENCHEMENT DE LA TRANSITION

Les grands choix de scénarisation de TRAMe	16
Des tendances sociétales globalement prolongées	17
Évolution des consommations alimentaires en France	21

COMMENT.

PRINCIPES ET MÉTHODOLOGIE DE SCÉNARISATION

Notre modèle de changement : deux grands principes du scénario TRAMe	26
Méthodologie de construction du scénario TRAMe	34

RESULTATS.

UN DÉCLENCHEMENT POSSIBLE À HORIZON 2035

Point de départ de l'exercice : 2023	44
Trajectoires d'évolution des pratiques de consommation de viande des Français entre 2023 et 2035	47
Quelles implications de TRAMe pour la période post-2035 ?	61

DISCUSSION.

PERSPECTIVES SCIENTIFIQUES, ÉCONOMIQUES ET POLITIQUES

Perspectives scientifiques	66
Perspectives économiques	66
Perspectives politiques	67

ANNEXES 70

RÉFÉRENCES 75



RÉSUMÉ EXÉCUTIF

Pourquoi un scénario sur la demande alimentaire ?

L'importance d'une transition vers une alimentation durable

L'alimentation actuelle et la production alimentaire associée génèrent un ensemble de problèmes de santé publique, sociaux et environnementaux. La nécessité d'une transition ne fait plus débat : il faut aller vers une alimentation saine, à faibles impacts sur les écosystèmes, accessible à tous et rémunérant équitablement les producteurs.

Reconnaissons-le dès à présent : les questions que nous posons ici sont sensibles politiquement et socialement, l'alimentation recouvrant des dimensions à la fois culturelles, économiques, environnementales et sanitaires. Développer des méthodes permettant de les mettre en débat est néanmoins indispensable. L'Iddri et l'ACE se sont ainsi mobilisés en lien avec de nombreux acteurs pour proposer un éclairage de nature à nourrir le débat.

Car si les cibles à atteindre sont de plus en plus claires, la faisabilité et les conditions de mise en œuvre de cette transition alimentaire sont moins étudiées et font davantage débat. Aux yeux de certains, la consommation alimentaire ne serait pas une variable sur laquelle agir, mais une donnée répondant à ses propres lois, et sur laquelle les acteurs publics et privés n'auraient que peu de prise.

Dans ce contexte, le scénario TRAMe2035 (Transition des Régimes Alimentaires des Ménages à horizon 2035) vise à montrer que la transition vers une alimentation durable est possible, et à explorer les conditions de sa mise en œuvre. La transition vers l'alimentation durable comporte des enjeux nutritionnels (e.g. consommation de fruits et légumes, de produits ultra-transformés), sociaux (e.g. accessibilité d'un régime durable et sain), économiques (e.g. quelle marge de manœuvre pour les filières dans un contexte de compétition accrue) et environnementaux (e.g. pratiques agricoles durables). Ce scénario s'intéresse tout particulièrement au cas de la viande, à la fois paramètre clé de l'empreinte environnementale de l'alimentation française, emblème de cette vision selon laquelle la consommation alimentaire serait « exogène », et sujet controversé exigeant de développer une approche

fine à-même d'en aborder la complexité. TRAMe inscrit sa réflexion dans la perspective du « moins et mieux » de viande, tout en prenant au sérieux les limites d'ordre socio-économique et politique qui se posent à ce sujet.

La consommation alimentaire n'est pas figée... à condition d'agir sur les environnements alimentaires

Pour la viande comme pour d'autres pratiques alimentaires, les consommations réellement observées sont souvent éloignées des déclarations des citoyens. En effet, la baisse de la consommation de viande ne suscite très majoritairement pas de rejet dans la population française, voire est largement déclarée comme une pratique adoptée. Pourtant, à l'échelle nationale, la consommation de viande stagne depuis 10 ans. Pour pouvoir agir sur ce décalage entre déclaratif et pratiques réelles, il s'agit de changer d'approche en sortant de la seule logique du consommateur responsable ou des injonctions à l'action individuelle.

Face à ces limites, travailler sur les « environnements alimentaires » offre une alternative en explorant à quelles conditions les pratiques vertueuses ciblées pourraient devenir faciles et attractives. Ces environnements physiques (quels produits sont en rayon, quels menus sont proposés), économiques (quels sont les prix des produits et services alimentaires), cognitifs (quelles informations sont fournies) et socio-culturels (quels messages et valeurs sont véhiculés) constituent le contexte dans lequel nous exerçons nos choix alimentaires quotidiennement. Ils sont ainsi de puissants déterminants de la demande alimentaire et de ses profondes évolutions au cours des dernières décennies. En cela, ces environnements, largement façonnés par les acteurs publics et privés (industrie agroalimentaire, distribution, restauration), conditionnent l'atteinte d'une alimentation saine, durable et accessible à tous.

Une méthode innovante au service de TRAMe2035

Ce travail vise à répondre à deux questions : (1) la demande alimentaire (en produits carnés) peut-elle évoluer en cohérence avec les enjeux environnementaux, de santé et les aspirations d'une diversité de groupes sociaux ? (2) Quels changements dans les environnements alimentaires cela suppose-t-il ?

Le scénario TRAMe2035 propose une trajectoire à horizon 2035 d'évolution de la demande alimentaire avec les caractéristiques suivantes :

- il porte sur **l'évolution des pratiques alimentaires en général, avec une attention particulière à la consommation de viande**. L'ensemble des pratiques alimentaires sont cependant discutées et amenées à évoluer. La méthodologie est transposable à d'autres enjeux comme la santé via notamment l'accroissement de la consommation de fruits et légumes ;
- il **examine les conditions de déclenchement d'une transition à horizon 2035** sans ruptures majeures dans la société et l'alimentation, condition d'autant plus nécessaire que la viande a un poids symbolique et culturel important. TRAMe propose une trajectoire plausible à court et moyen terme : en cela, le système alimentaire décrit en 2035 n'est pas un idéal, et les trajectoires élaborées devront être poursuivies à plus long terme ;
- il **se fonde sur des évolutions concrètes et plausibles des environnements alimentaires** traversées par 12 groupes sociaux représentatifs de la population française. TRAMe repose sur un modèle conceptuel qui conçoit le changement des pratiques alimentaires comme la rencontre entre a) les capacités, potentiels

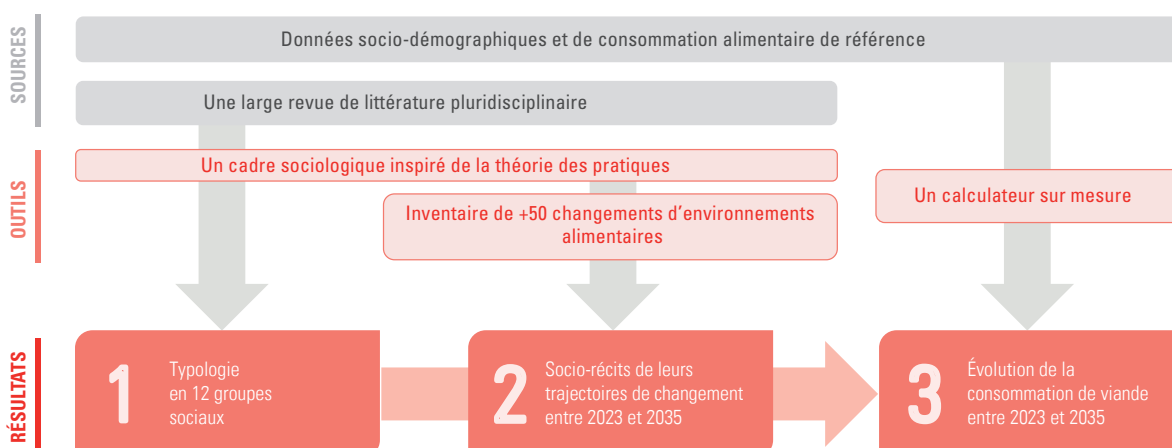
et aspirations de changement des groupes sociaux et b) l'influence des actions publiques et privées sur les environnements alimentaires.

Pour le construire, nous avons élaboré une méthodologie originale couplant **sociologie, modélisation quantitative et étude des politiques publiques**. Cette méthodologie (détaillée dans le [Livret 3 - Cadre méthodologique](#)) repose sur trois outils clés : (A) un cadre d'inspiration sociologique pour penser les changements de comportements alimentaires qui s'appuie sur la théorie des pratiques ; (B) un inventaire de plus de 50 changements dans les environnements alimentaires issus d'exemples français ou européens ; (C) un calculateur conçu pour modéliser quantitativement l'évolution de consommation française de viande entre 2023 et 2035. Cette méthodologie aboutit à trois résultats : (1) une typologie de 12 groupes sociaux représentatifs de la société française ; (2) des socio-récits décrivant leurs trajectoires de changement entre 2023 et 2035 (qui composent le [Livret 2 - Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux](#)), et (3) les quantités de viandes consommées en 2035. La Figure A résume cet édifice méthodologique, fruit de quatre ans d'élaboration et d'application d'une approche multidisciplinaire.

Articuler évolution de la demande et évolution de l'offre

Cette étude constitue l'une des pièces d'un exercice prospectif plus large portant sur la transformation du secteur des viandes françaises, de l'amont à l'aval. Ainsi, elle fait suite à la publication d'un diagnostic de ce secteur et d'un scénario tendanciel à horizon 2035 (Aubert & Poux, 2024) montrant des perspectives d'avenir difficiles ;

FIGURE A. Trois outils pour construire l'exercice TRAMe2035



et elle précède la publication d'une série de trois scénarios d'évolution de l'offre en produits carnés, qui interviendra dans la seconde moitié de 2025. L'ensemble de ces travaux vise à analyser les conditions d'une transition juste du secteur des viandes françaises, répondant à la fois aux enjeux environnementaux, centraux notamment pour la capacité de production agricole à long terme, et aux enjeux socio-économiques des éleveurs, des salariés des industries des viandes et des consommateurs.

TRAMe2035 vise ainsi à répondre au besoin de proposer une alternative à un scénario tendanciel peu souhaitable. Étant donné que la production française de viande diminue et que la consommation stagne, réduire cette dernière per-

mettrait a priori de gagner en souveraineté, et de baisser l'empreinte environnementale de l'alimentation française. Mais compte tenu des enjeux de compétitivité, une baisse de la consommation présente le risque de porter sur la production française plutôt que sur les importations croissantes.

TRAMe2035 esquisse ainsi une direction vers le « moins et mieux », et sur cette base, la publication à venir continuera à explorer les conditions d'une meilleure articulation entre offre et demande, au bénéfice de la transition agricole française. C'est bien en ouvrant simultanément l'ensemble de ces débats que les conditions d'une transition juste peuvent être trouvées, a minima mises en débat.

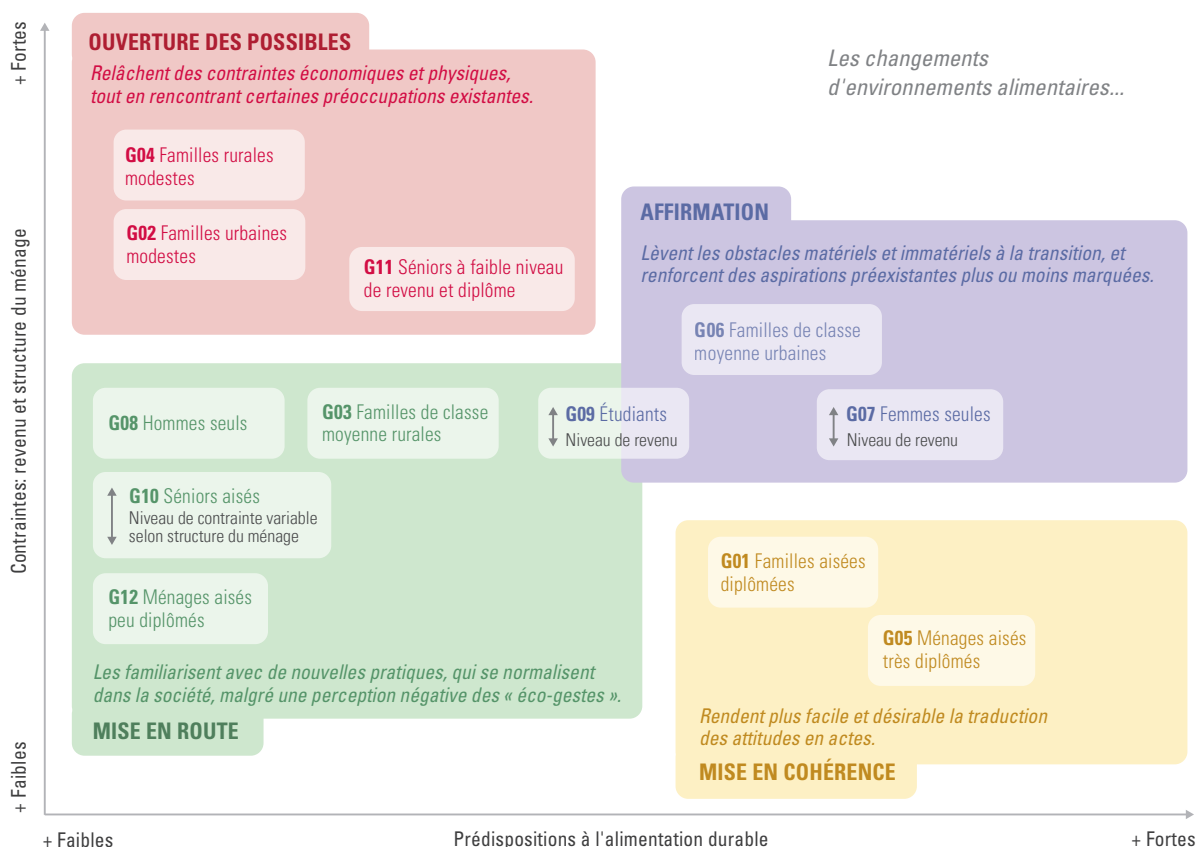
Résultats

Des déclenchements possibles d'ici 2035 en respectant la diversité sociale

Une évolution significative des pratiques alimentaires, incluant une baisse de la consommation de viande, est possible pour tous les groupes sociaux considérés,

en tenant compte de leurs pratiques actuelles. C'est ce que montrent les 12 socio-récits produits par TRAMe2035 en décrivant la trajectoire des 12 groupes sociaux étudiés en réaction à des changements dans les environnements alimentaires (disponibles dans le [Livret 2](#) - *Socio-récits de*

FIGURE B. Quatre grandes trajectoires d'évolution des pratiques alimentaires des groupes sociaux



transition alimentaire pour 12 groupes sociaux). Ceci permet de dépasser l'image d'un individu moyen pour représenter la société française dans sa complexité. Chaque groupe dessine alors une trajectoire de transition selon ses propres termes, c'est-à-dire inscrite dans les contraintes et aspirations qui lui sont propres.

Il est possible d'embarquer l'ensemble de la société dans la transition, sans nier les inégalités sociales ou les obstacles au changement. Les évolutions décrites ici ne rompent pas totalement avec les habitudes alimentaires actuelles. En outre, ce scénario donne des clés pour identifier les leviers de changement pour des groupes sociaux très différents, et ainsi éviter l'écueil qui consisterait à ne cibler que les groupes déjà convaincus et peu contraints (qui représentent environ 15 % de la population). Nous regroupons les 12 groupes en 4 grandes trajectoires types, qui représentent autant de configurations de transition.

Une réduction de la consommation de viande à 2035 cohérente avec les objectifs santé-environnement de long terme

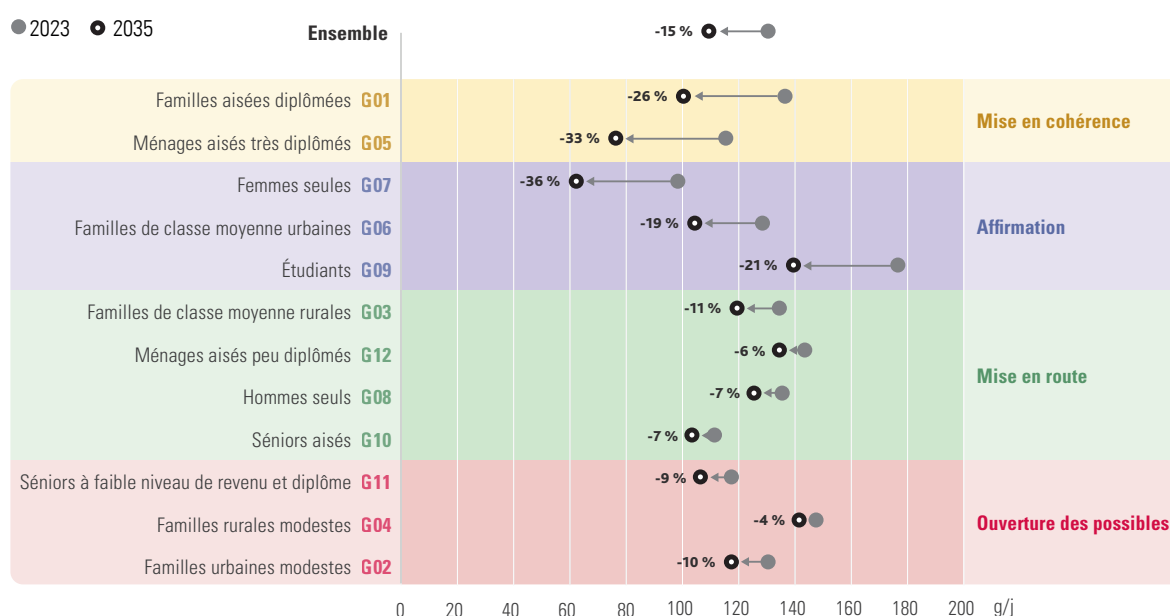
Le scénario TRAMe aboutit à une diminution de la consommation moyenne de viande de 15 % entre 2023 et 2035. Cette trajectoire globale résulte de la somme des trajectoires spécifiques des 12 groupes sociaux, avec des diminutions allant de 4 % à 36 % selon les groupes.

Cette réduction aboutit à 74 kg de viande disponibles en moyenne par personne et par an en 2035 (en équivalent carcasse) – soit un peu plus que la moyenne actuelle de l'Italie. Notons qu'elle intervient sans porter préjudice à la couverture des besoins nutritionnels d'aucun groupe social.

Cette diminution moyenne de la consommation de viande est aussi contrastée entre les espèces de viande : -18 % pour la viande bovine, -17 % pour le porc, -8 % pour la volaille, et -28 % pour les autres viandes (mouton, gibier, lapin, etc.). Ces contrastes entre espèces sont cohérents avec ce qui a été observé ces dernières décennies – une baisse pour bovin et porc et une hausse pour la volaille (Aubert & Poux, 2024). Au-delà du seul aspect quantitatif du « moins », des évolutions possibles vers le « mieux », avec des intensités et des formes variables selon les groupes et sous-groupes, ont été identifiés dans les socio-récits (ex. viandes issues de systèmes herbagers, viande locale, origine France, labels, etc.).

Cette trajectoire à 2035 pose les bases de l'atteinte des objectifs environnementaux à l'horizon 2050 est cohérente avec les cibles issues des recommandations nutritionnelles intégrant santé et environnement de plusieurs pays européens. Cela nécessitera toutefois un prolongement et un approfondissement des changements de cette première période. Cette hypothèse est cohérente avec le fait que les changements

FIGURE C. Consommation de viande et évolution de 2023 à 2035 par groupe (hors enfants)



Note : la réduction moyenne de consommation de viande est de -14 % pour la population totale, et de -15 % pour la population hors enfants.

Source : I4CE/Idri.

d'environnements alimentaires et de pratiques ont des effets cumulatifs dans le temps qui peuvent se renforcer mutuellement, à la fois du côté des ménages (e.g. dynamique des normes sociales) et des acteurs du système alimentaire (e.g. évolution des stratégies d'entreprise).

Une stratégie et un programme d'action sur les environnements alimentaires

Le scénario TRAMe2035 et ses 12 socio-récits contribuent à montrer que les environnements alimentaires sont des déterminants majeurs des pratiques alimentaires. La maxime renouvelée « quand on peut, on veut » l'illustre bien : c'est par la pratique, les gestes quotidiens et le cadre de vie que le changement apparaît, c'est-à-dire à condition de le rendre possible, facile, attractif et désirable pour le plus grand nombre et donc d'agir sur l'ensemble des environnements alimentaires. Cela a des implications stratégiques tant l'action publique reste pour l'instant principalement focalisée sur la prise de conscience individuelle.

En simulant ces 12 trajectoires, TRAMe2035 décrit également ce que serait une action cohérente, ambitieuse et atteignable sur les environnements alimentaires. Certaines politiques publiques existantes ainsi que de nombreuses initiatives privées forment une base solide pour débattre d'un programme d'actions à mettre en œuvre dès le court terme. TRAMe2035 s'appuie en effet sur des changements qui ont fait leurs preuves dans toutes les dimensions des environnements alimentaires. Il s'agit par exemple, sur le volet physique, d'évolutions dans le monde de la distribution alimentaire (une réorganisation des rayons, de nouveaux produits et une évolution du marketing des enseignes), dans la restauration collective et commerciale (des menus végétalisés, de nouveaux concepts de restauration, etc.), mais aussi une reconfiguration de l'offre alimentaire, ses points de vente et ses lieux de sociabilité. Sur le volet socio-culturel et informationnel, les actions évoquées portent sur les labels, la programmation audio et télévisuelle, la communication des entreprises privées ou le rôle des leaders d'opinions (personnel médical comme influenceurs, ce qui bénéficie à la fois au végétal et aux viandes de qualité). Enfin, sur la dimension économique, nous envisageons le développement des offres promotionnelles sur les produits végétaux, une réduction de l'écart de prix entre alternatives végétales et viandes et une hausse modérée des minimas sociaux.

La pluralité des changements envisagés répond à la fois à la diversité des groupes sociaux et au caractère multi-dimensionnel des pratiques alimentaires. Parce qu'il tient compte de ces éléments, TRAMe2035 apparaît donc comme un scénario crédible. Il n'est cependant pas le seul possible ni idéal, et d'autres combinaisons de changements dans les environnements alimentaires pourraient être imaginées : c'est précisément la vocation de ce rapport que de lancer le débat.

Enfin, modifier les environnements alimentaires n'est pas synonyme de contraintes pour la liberté des consommateurs. Au contraire, les évolutions envisagées ici peuvent libérer leur aptitude à choisir et à changer leur quotidien, en élargissant l'éventail des possibles ou en favorisant le pouvoir d'agir des consommateurs. C'est le cas par exemple du renforcement de l'offre végétale, en améliorant la régulation de la publicité, du travail sur l'accessibilité économique de toutes les denrées alimentaires, etc.



INTRODUCTION

Pourquoi TRAMe2035 ?

La nécessité d'une transition vers une alimentation durable

Les régimes alimentaires durables désignent, selon la FAO, l'agence des Nations unies pour l'agriculture et l'alimentation, « *des régimes qui favorisent toutes les dimensions de la santé et du bien-être des individus ; qui ont un impact limité sur l'environnement ; sont accessibles, abordables, sûrs et équitables ; et sont culturellement acceptables. [Ils] contribuent à la prévention de toutes les formes de malnutrition ; réduisent le risque de maladies non transmissibles liées à l'alimentation ; et soutiennent la préservation de la biodiversité et de la santé de la planète.* » (FAO & OMS, 2020, p. 9). Éminemment multidimensionnelle, l'alimentation durable doit ainsi être pensée en relation avec l'ensemble du système alimentaire – soit l'organisation sociale, économique et politique à la source de notre alimentation. Ce système s'étend des producteurs d'intrants en amont de l'agriculture jusqu'aux consommateurs en aval, en passant par les agriculteurs, les coopératives, les industriels, la grande distribution et les restaurateurs.

Au regard de cette définition, le système alimentaire français remplit bien pour partie sa mission principale en garantissant une alimentation suffisante, sûre et variée à la population française et européenne (SAPEA, 2020). La FAO (2024b) estime cependant à 167 milliards d'euros les coûts cachés de ses dysfonctionnements, dont au moins 20 milliards seraient supportés par la puissance publique (Secours catholique, 2024). Les enjeux se situent sur les plans sanitaires, socio-économiques et environnementaux. Si des débats subsistent, la littérature a fait émerger des consensus forts sur les cibles prioritaires (bien que non exhaustives) face à ces différents enjeux.

Sur le plan sanitaire et nutritionnel, on observe une hausse de la prévalence des maladies chroniques non communicables liées à l'alimentation. Près de 126 milliards d'euros seraient ainsi « perdus » chaque année en France du fait de la perte de productivité liée au développement de ces maladies chez les actifs (FAO, 2024b), dont plus de la moitié sont imputables à la sous-consommation de produits végétaux non transformés, notamment de fruits et légumes. Les recommandations nutritionnelles portées par la puissance publique ne se traduisent pas encore assez largement dans les pratiques alimentaires (Santé publique France, 2019). Ainsi, la cible prioritaire est une hausse de la prise de fruits et légumes, y compris des légumes secs, pour atteindre les quantités recommandées par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et le Plan National Nutrition Santé (Santé publique France, 2019). Elle doit également s'accompagner d'une baisse de la consommation de boissons sucrées, d'aliments gras, sucrés, salés et ultra-transformés – en particulier quand ils contiennent de la viande.

Sur le plan socio-économique, l'alimentation est un révélateur des inégalités sociales croissantes, en termes d'accès (physique ou économique) à l'alimentation, à certaines catégories de produits ou à un certain niveau de qualité. Ainsi, 17 % des adultes étaient en situation d'insuffisance alimentaire en 2015 (Anses, 2017) et 10 % de la population avaient recours à l'aide alimentaire en 2021 (Ministère des solidarités, 2021) ; les plus contraints financièrement consomment 19 % de fruits et légumes de moins que les plus aisés (Anses, 2017) ; la majorité des (gros) consommateurs de bio sont issus des classes supérieures (Baudry *et al.*, 2019). À cet égard, l'objectif est de soutenir les consommateurs les plus modestes pour améliorer leur accessibilité à une alimentation saine et durable.

En amont, le fonctionnement des filières agricoles se révèle de plus en plus inéquitable pour une part croissante des agriculteurs et des PME de l'industrie agroalimentaire. La compétition sur le marché européen et international induit en effet une pression à la baisse sur les prix à laquelle certaines structures et certains secteurs peinent à résister. C'est particulièrement le cas pour les filières viandes bovine, ovine et caprine où le taux de pauvreté monétaire y est supérieur à la moyenne nationale (Agreste, 2024). À cet égard, une alimentation plus durable doit aussi contribuer à mieux rémunérer les producteurs et les acteurs économiques ; d'autant que la situation induit également une hausse des importations dans plusieurs secteurs : volaille, fruits et légumes, alimentation animale (I4CE, 2023 ; Sénat, 2022).

Enfin, **sur le plan environnemental**, la consommation alimentaire des Français génère une pression importante sur les écosystèmes comme sur le climat. Du côté des écosystèmes, le poids des produits animaux dans l'assiette se traduit par des niveaux de production élevés qui eux-mêmes génèrent une demande en alimentation animale très forte. L'élevage français absorbe ainsi selon les années 50 à 60 % des céréales et 60 à 70 % des oléoprotéagineux consommés en France (FAO, 2024a), contribuant ainsi fortement à la mobilisation des engrais et produits phytosanitaires (Aubert & Poux, 2024). La concentration géographique des élevages, notamment dans le Grand Ouest, altère les cycles des nutriments et de l'azote en particulier, contribuant à la pollution des eaux marines et de surface. Du côté du climat, l'alimentation représente 24 % des émissions de gaz à effet de serre des ménages (Barbier *et al.*, 2019), dont 80 % sont associées à l'élevage (CITEPA, 2022). Ainsi, si l'élevage peut contribuer au bon fonctionnement des agroécosystèmes notamment via sa contribution à la gestion des paysages et des espaces marginaux, sa configuration actuelle en France en fait aussi un contributeur majeur aux impacts environnementaux de l'agriculture. À cet égard, une transition vers une alimentation plus durable passe par une réduction de la prise de produits animaux, condition nécessaire à une transformation et à un redimensionnement de l'élevage en cohérence avec les enjeux climat et biodiversité. Sur le plan alimentaire, cela se traduit par un rééquilibrage protéique au profit des protéines végétales (Aiking *et al.*, 2006 ; De Boer & Aiking, 2018 ; Huber *et al.*, 2020 ; IPCC, 2023 ; Schiavo, 2020). Ce rééquilibrage protéique s'inscrit dans une compatibilité santé-environnement, explorée par une littérature abondante aux conclusions aujourd'hui robustes : une cohérence entre qualité nutritionnelle et impacts environnementaux peut être trouvée autour de régimes plus riches en végétaux et moins riches en viande (Cobiac & Scarborough, 2019 ; Fouillet *et al.*, 2023 ; Mariotti & Gardner, 2020 ; Mota *et al.*, 2021 ; Nelson *et al.*, 2016 ; WHO/OMS, 2021 ; Willett *et al.*, 2019 ; Wilson *et al.*, 2019) – conclusions qui se traduisent dans de nouvelles recommandations nutritionnelles dans plusieurs pays (Réseau action climat & Société française de nutrition, 2024).

La nécessité d'une transition vers une agriculture et une alimentation plus durable, et les cibles prioritaires de cette transition ne font plus débat dans la sphère académique – bien qu'elles puissent toujours animer le débat public. La littérature est cependant plus divisée et moins fournie concernant la manière de mettre en œuvre ces transitions, en particulier lorsque celles-ci impliquent que les pratiques alimentaires des individus changent.

Comment faire advenir des changements de pratiques alimentaires ?

Une fois ces cibles posées, comment déclencher une transition en ce sens du côté des *pratiques alimentaires* ? Et comment articuler ces changements avec une évolution du système alimentaire au sens large ? Nous manquons aujourd'hui de travaux pour répondre à ces questions et les mettre en débat. Si de nombreux scénarios de transition agricole ont été développés aux échelles française, européenne et mondiale (voir pour une revue Couturier *et al*, 2021), ils ne permettent pas de mettre en discussion les conditions d'une transition alimentaire. En effet, ils se focalisent le plus souvent sur des problématiques biophysiques ; ils scénarisent l'évolution possible des volumes physiques de production (de viande, blé, fruits et légumes, etc.) et de consommation, compte tenu des surfaces et ressources disponibles, des impacts sur l'environnement (pollution, émissions de gaz à effet de serre, etc.) et des enjeux nutrition-santé. La composante alimentaire de ces scénarios présente ainsi au moins trois faiblesses majeures : les ruptures entre les régimes futurs et les régimes actuels sont souvent (très) importantes ; aucun mécanisme de transition de l'un vers l'autre n'est envisagé ; et un régime *unique* est proposé pour le futur, alors qu'en matière d'alimentation, la diversité des pratiques en fonction des catégories sociales et des préférences culturelles est largement de mise.

Penser l'évolution des pratiques alimentaires suppose ainsi de questionner simultanément les mécanismes en jeu et les facteurs susceptibles d'induire des changements, au premier rang desquels l'action publique. À cet égard et de manière schématique, deux approches dominent pour imaginer une trajectoire de changement des pratiques alimentaires. La première est l'approche du « consommateur responsable », selon laquelle le consommateur est l'acteur central du système alimentaire, fait œuvre de réflexivité et recherche une cohérence entre ses valeurs et ses consommations. Dans ce cadre, les changements de pratiques alimentaires peuvent être accompagnés en mettant à disposition davantage d'informations pertinentes et fiables *via* les labels, les campagnes d'information, ou l'éducation à l'alimentation. La seconde est une approche économique dans laquelle les prix sont la variable explicative majeure des décisions alimentaires des individus. Dans cette perspective, les outils de l'action publique sont principalement les subventions (à la production ou aux ménages) et les taxes sur les produits alimentaires.

Ces approches se révèlent aujourd'hui insuffisantes pour mettre en œuvre la transformation à grande échelle des pratiques alimentaires. D'une part car l'approche par la consommation responsable se heurte à un décalage constant entre attitudes et actes et à la capacité limitée du consommateur de changer ses habitudes dans un système alimentaire inchangé. Nous reviendrons sur ces éléments lorsque nous introduirons notre cadre d'analyse. D'autre part, l'usage volontariste d'un instrument par les prix (e.g. taxes) est inimaginable dans un futur proche, ou du moins fragile car les conditions politiques et sociales ne sont pas réunies. De plus, il ne serait pas à même de prendre seul en charge les nombreuses dimensions d'une transition alimentaire.

Ce rapport apporte une perspective complémentaire à ces deux approches majoritaires, sans les exclure mais en les repositionnant dans un cadre plus large d'analyse des pratiques alimentaires. En effet, se nourrir n'est pas qu'un acte isolé de consommation, c'est un acte individuel et collectif quotidien, indispensable du point de vue physiologique, vecteur de lien social, d'échanges, de représentations et support culturel. Il se connecte à ce titre à un ensemble de pratiques et de routines (aller au travail, occuper son dimanche, etc.), partagées au sein de ménages et de groupes sociaux, dans lesquelles l'alimentation occupe une place sinon centrale, essentielle.

TRAMe2035 (Transition des Régimes Alimentaires des Ménages à 2035) propose ainsi d'analyser la transition alimentaire au prisme de la notion d'*environnement alimentaire* et de la théorie des pratiques. Comme nous le présenterons par la suite, cette approche permet de mettre en avant l'espace de contraintes et capacités dans lequel les pratiques alimentaires s'expriment. Elle permet également de prendre en compte la diversité sociale, et ainsi de nourrir une réflexion féconde pour l'action publique.

Dans TRAMe, une attention particulière à la consommation de viande

Face à la diversité des enjeux et des objectifs énoncés ci-dessus, et dans un contexte où il nous était impossible de déployer l'approche proposée sur l'ensemble des enjeux de la transition alimentaire, TRAMe se focalise sur un point en particulier : la baisse de la consommation de viande. Si nous en expliquons les raisons dans les lignes qui suivent, précisons d'emblée que la démarche méthodologique expérimentée ici a vocation à être déployée sur d'autres sujets alimentaires, notamment grâce à la finesse de la typologie des pratiques alimentaires sur laquelle elle repose.

Alors pourquoi se concentrer sur la baisse de consommation de la viande – outre les questions de moyens déjà évoquées ?

D'une part, la question de la consommation des fruits et légumes ou des légumes secs, ou encore de l'accès à l'alimentation, font déjà l'objet d'une prise en charge par la puissance publique via des politiques spécifiques et sont moins controversés. Au contraire, la question de la consommation de viande est sensible politiquement et socialement et exige, pour être traitée, de développer une compréhension fine des groupes sociaux, des formes de consommation et des modalités de transition pour pouvoir s'en débattre¹. À cet égard, TRAMe vise à mieux saisir les mécanismes d'évolution des pratiques alimentaires pour pouvoir mettre en discussion la trajectoire possible et les leviers pour l'accompagner.

D'autre part, la consommation de viande se situe au carrefour d'enjeux environnementaux, de santé-nutrition et socio-économiques. Sur le plan environnemental, la réduction de la consommation de protéines d'origines animales joue un rôle central dans le contexte d'Europe de l'Ouest pour améliorer la durabilité du système alimentaire dans son ensemble, dès lors qu'elle s'accompagne aussi d'une évolution qualitative des modes de production de ces protéines animales (van Selm *et al.*, 2022 ; van Zanten *et al.*, 2023). Sur le plan nutrition-santé, la consommation excessive de viandes hors volaille, en particulier quand elles sont transformées, est pointée comme un enjeu important dans le Plan National Nutrition-Santé et la majorité des études. Enfin, sur le plan socio-économique, le secteur

des viandes françaises fait face à des enjeux importants de perte de compétitivité et de faible rémunération des producteurs dans les filières ruminants qui doivent être prises en compte.

À cet égard, précisons que la démarche développée ici, croisant environnement alimentaire et théorie des pratiques, n'épuise pas ces questions socio-économiques, qui supposent pour être traitées d'articuler l'évolution de la demande alimentaire avec celle de l'ensemble des filières. Dans cette perspective, cette étude doit être considérée non pas isolément, mais comme l'une des pièces d'un exercice prospectif plus large portant sur la transformation du secteur des viandes françaises, de l'amont à l'aval. Ainsi, elle fait suite à la publication d'un diagnostic de ce secteur, auquel s'adosse un scénario tendanciel à l'horizon 2035 (Aubert & Poux, 2024) ; et précède la publication d'une série de scénarios d'évolution de l'offre en produits carnés, qui interviendra dans la seconde moitié de 2025.

Ce diagnostic des filières pointait comme particulièrement sensible l'enjeu de cohérence entre évolution de l'offre et évolution de la demande en produits carnés dans le cas de la France. En effet, les trois filières de la volaille, du porc et de la viande de bœuf accusent, dans des proportions différentes, des déficits de compétitivité vis-à-vis de leurs principaux concurrents européens et internationaux. Il en résulte, depuis 15 ans, un double phénomène de baisse de la production et de hausse des importations – plus ou moins marqué selon les filières – dans un contexte de relative stabilité de la consommation individuelle. Toutes choses égales par ailleurs, une baisse de la consommation présente le risque de toucher principalement les productions françaises, aggravant encore un peu plus la crise qui les touche. Or l'enjeu est bien au contraire d'envisager la demande alimentaire comme un levier de transition alimentaire mais aussi agricole et agro-industrielle. Raison pour laquelle production, transformation et consommation doivent être pensées de concert. Cet aspect ne sera abordé que partiellement dans ce rapport à travers la question de la valorisation de l'origine France comme outil d'orientation de l'offre, mais est au cœur de la démarche d'ensemble portée par l'Iddri et ses partenaires.

¹ Notons à cet égard que cette étude se focalise sur la consommation de viande et non de produits laitiers ou de produits de la mer, pour lesquels d'autres études devront être développées.

Avec TRAMe2035 nous souhaitons répondre à la question suivante : **peut-on engager une trajectoire de transition alimentaire acceptable, ambitieuse et faisable d'ici 2035 ? En particulier, comment aller vers des régimes alimentaires contenant moins de viande ?**

La première partie de ce rapport développe plus largement les objectifs et l'ambition de ce scénario de demande alimentaire et décrit le contexte – en termes de tendances d'évolution de la société et des pratiques alimentaires – dans lequel le scénario TRAMe s'inscrit. Dans une seconde partie, la méthodologie de prospective est détaillée : théorie du changement de comportements alimentaires au cœur de ce travail ; données mobilisées ; étapes de construction du scénario. Les résultats de cette prospective sont présentés dans une troisième partie : les changements d'environnement alimentaires proposés, et la manière dont ils affectent les comportements alimentaires des différents groupes sociaux. Nous y distinguons notamment quatre grandes évolutions possibles des pratiques alimentaires parmi les 12 groupes sociaux identifiés, et montrons que la somme de ces trajectoires différenciées pourrait conduire à une baisse de la consommation de viande de l'ordre de 15 % d'ici à 2035. Enfin, une dernière partie conclusive revient sur la portée de ces résultats sur le double plan politique et méthodologique.

Les 12 trajectoires de changement (socio-récits) sont présentées dans le [Livret 2](#) - *Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux* et la méthodologie complète est détaillée dans le [Livret 3](#) - *Cadre méthodologique de TRAMe*.



TRAMe2035.

UNE PROSPECTIVE ORIGINALE POUR PENSER LE DÉCLENCHEMENT DE LA TRANSITION

Comme rappelé en introduction, les prospectives actuelles ne permettent pas de renseigner la question de l'évolution vers une alimentation saine et durable. Quels sont les modèles de changement pour la faire advenir ? Les régimes alimentaires peuvent-ils évoluer en cohérence avec les besoins de la transition écologique, notamment concernant la consommation de viande ? Cette évolution peut-elle se faire en respectant les aspirations d'une diversité de groupes sociaux ? En d'autres termes, engager une transition alimentaire est-il faisable, crédible, possible ? La volonté de répondre à ces questions a déterminé la nature de l'exercice prospectif réalisé.

Les grands choix de scénarisation de TRAMe

Un scénario normatif de changement des régimes alimentaires, avec une quantification de la consommation de viande

TRAMe est une contribution aux réflexions sur l'évolution vers une alimentation saine, durable et accessible à tous à travers le cas de la consommation de viande. Ainsi nous adoptons une focale large et considérons l'ensemble des comportements alimentaires pour répondre aux enjeux écologiques et sanitaires (quantification initiale de la composition de ses assiettes, lieux de consommation circuits de distribution fréquentés), tout en plaçant au centre de notre attention les productions animales, du fait de leur importance multi-critère rappelée en introduction. Les débats autour de la consommation de viande sont de plus particulièrement sensibles, avec beaucoup de confusion sur les chiffres et ordres de grandeur, ce qui justifie de contribuer à informer les débats via une quantification précise du scénario pour cette denrée².

Le scénario TRAMe est donc normatif au sens où il n'explore pas n'importe quelles évolutions possibles, mais celles permettant une inflexion notable de la consommation de viande, dans une perspective de transition écologique. En ce sens, le scénario vise moins à démontrer qu'une cible spécifique est atteignable que de donner du crédit à l'idée qu'une inflexion dans la consommation de viande est possible.

Le choix a été fait de se concentrer quantitativement sur le « moins de viande », qui constitue le cœur de la question dans la sphère scientifique et qui constitue déjà un défi méthodologique. Mais les dimensions du « mieux » ne sont pas absentes : elles sont présentes dans plusieurs trajectoires de groupes et dans la réflexion sur l'évolution des environnements. Cette dimension n'est toutefois pas au centre des résultats quantitatifs de TRAMe car cela aurait nécessité des données par « pièce » de viande et/ou par label, hors de portée d'un tel exercice. De plus rappelons que la question de l'évolution des filières françaises d'élevage est au cœur du projet collectif dans lequel TRAMe prend place et qui a fait l'objet d'une première publication proposant un

diagnostic de ce secteur, auquel s'adosse un scénario tendanciel à l'horizon 2035 (Aubert & Poux, 2024). Cela sera complété par la publication d'une série de scénarios d'évolution de l'offre en produits carnés, qui interviendra dans la deuxième moitié de 2025. Enfin la question de la compatibilité nutritionnelle de l'évolution des régimes et les enjeux de santé est abordée à travers une vérification des principaux indicateurs nutritionnels (voir **Encadré 8** en Annexe).

Un scénario à 2035 pour illustrer les déclenchements possibles, sans ruptures majeures

La démarche de TRAMe permet d'explorer les marges de manœuvre que l'on a aujourd'hui dans la société française et les conditions d'un déclenchement. Notre démarche a en effet consisté à analyser la situation présente et les tendances en cours, pour comprendre comment la projeter un peu plus loin, en 2035. Nous avons fait le choix de ne pas construire un scénario « tendanciel », car cela est surtout utile lorsque le secteur considéré est en pleine évolution afin de fournir une base de comparaison pertinente. Par exemple si la consommation de viande était en train de baisser, un tendanciel serait utile pour voir l'effet additionnel de TRAMe à horizon 2035. Or la situation est plutôt stable ces dernières années, et parfois même présentée comme indépassable dans les débats. Enfin nous nous sommes concentrés sur un seul scénario car la question clé est avant tout celle de la possibilité ou non de faire évoluer les régimes. Toutefois de futurs travaux pourront utilement explorer plusieurs scénarios autour de la même logique d'action sur les environnements alimentaires.

Conséquence des questions ayant motivé TRAMe, ce scénario a été pensé comme un futur plausible, ce qui a motivé le parti pris de ne pas reposer sur des ruptures majeures : ni hypothèses très fortes de changements de société dont on explorerait les conséquences, ni gros changements de contexte géopolitique. Elle ne vise donc pas non plus à décrire un système alimentaire idéal.

Cette volonté de construire un scénario plausible a également justifié l'horizon 2035 : ni trop près ni trop loin, cet horizon permet à la fois de se confronter à l'inertie du système et à envisager des changements significatifs. Cet horizon pas trop lointain permet également une quantification fine et une analyse de la diversité sociale, qui serait trop périlleuse avec un horizon de long terme du fait des évolutions des groupes sociaux.

² Concernant les autres produits alimentaires, il n'y pas de quantification aussi précise à 2035 que pour la viande. Il aurait été utile de quantifier également la consommation de lait et de produits laitiers, mais cela est particulièrement complexe compte tenu de la diversité de produits contenant du lait ou ses dérivés et n'est donc pas inclus dans la quantification à 2035.

Nous pensons ainsi TRAMe comme un outil de mise en discussion des possibles tels qu'ils s'écrivent dès à présent. Cet exercice vise à rendre suffisamment plausible le déclenchement d'une trajectoire de transition afin de motiver une réelle discussion, avec toutes les parties pre-

nantes, des conditions qui permettraient à chaque groupe social de construire une « bonne alimentation » dans de nouveaux environnements alimentaires.

Dans ce qui suit, nous présentons l'analyse des tendances qui a nourri le scénario TRAMe.

Des tendances sociétales globalement prolongées

Les pratiques alimentaires sont influencées par des évolutions plus générales de la vie sociale et économique. Les pratiques alimentaires sont en effet inter-reliées voire inter-dépendantes avec ces champs (Spurling *et al.*, 2013) : un budget logement qui augmente, et l'on peut s'attendre à des effets sur les autres postes de dépenses ; un usage de la voiture qui se raréfie, et ce sont les modes d'achat qui évoluent, etc.

Pour prendre en compte ce contexte général, nous mobilisons les travaux publiés par le Centre d'étude et de prospective (CEP) du ministère de l'Agriculture (Hérault *et al.*, 2019, 2023a, 2023b, 2023c). Une étude en particulier (2023a), fondée sur une revue de la littérature, a identifié six transformations majeures de la société³ lors des deux à trois dernières décennies, ainsi que leurs implications pour les modes de vie alimentaires : valeurs, consommations, modalités d'achat et de préparation. Cette étude est particulièrement pertinente pour notre exercice et cohérente avec notre méthodologie inspirée de la théorie des pratiques (en sociologie) qui réinscrit les actes individuels dans leur substrat social et infrastructurel.

Dans ce qui suit, nous décrivons les six grandes tendances identifiées par le CEP, les complétons avec des références additionnelles quand nécessaire, et identifions leurs implications pour notre scénario à 2035, de manière éventuellement différenciée selon les groupes sociaux. Soulignons que le contexte que nous projetons en 2035 se situe à court terme du point de vue des modes de vie : les forces d'inertie y sont donc prédominantes par rapport aux sources de rupture. Cela justifie ainsi d'inscrire TRAMe dans le prolongement de ces 6 tendances.

La féminisation de la société

La féminisation de la société décrite par le CEP (2023a) comporte deux phénomènes principaux. D'abord, un accès élargi des femmes aux sphères sociales par la féminisation du monde du travail ; et ensuite, la diffusion dans la société de valeurs considérées comme féminines.

Cela va de pair avec, par exemple, une baisse significative du temps domestique pour les femmes – de 250 min/jour en moyenne en 1985 à 183 min/jour en 2010 (Champagne *et al.*, 2015).

Cette évolution ne semble cependant pas de nature à renverser les rôles de genre dans l'économie domestique : les temps parentaux et domestiques en 2023 demeurent largement dévolus aux femmes. En effet, la baisse du temps domestique féminin n'a pas bénéficié d'une meilleure répartition genrée des tâches (puisque le temps masculin est stable sur la même période), mais plutôt d'une baisse du temps total dédié aux tâches domestiques. En relatif, les femmes réalisaient ainsi en 2011 les deux tiers du temps domestique (Champagne *et al.*, 2015)⁴. S'agissant des tâches ménagères liées au repas et sa préparation, elles sont réalisées à 75% par les femmes (Etilé & Plessz, 2018). De plus, le temps alimentaire est différencié selon le statut socio-économique : selon Caroline Méjean *et al.* (2017), les hommes employés et ouvriers passent moins de temps à cuisiner que les hommes cadres. En miroir, les femmes des classes supérieures passent moins de temps à cuisiner et ont plus d'attrait pour cette activité que les femmes ouvrières, employées ou à bas niveau de diplôme, pour lesquelles elle est davantage perçue comme une « corvée ».

3 Féminisation de la société ; évolution des rapports au monde naturel ; individualisation des rapports humains ; segmentation du système social ; évolutions des rapports au temps ; sensibilité croissante aux enjeux de santé.

4 L'explication des sources de baisse du temps domestique des femmes offre d'ailleurs un cas d'étude intéressant sur la manière dont pratiques et contexte socio-économique interagissent. Ainsi, selon Clara Champagne et ses collègues (2015), les effets de comportement expliquent 80 % de la baisse du temps domestique féminin. Ceux-ci sont principalement liés à un assouplissement des normes de propreté et du « convenable » en matière de tenue de la maison ainsi qu'aux possibilités d'externalisation des tâches domestiques via la livraison à domicile, l'achat de plats préparés, ou de produits semi-élaborés. Ces évolutions, qui concernent toutes les femmes, ont un effet supérieur à l'augmentation de l'emploi domestique rémunéré, qui lui ne concerne qu'une fraction de la population. Le reste de la baisse du temps domestique s'explique par des effets de composition de la population (notamment l'évolution du statut professionnel des femmes, et l'évolution des structures familiales). Finalement, le taux d'équipement ménager n'a joué qu'un rôle marginal dans ces évolutions.

La féminisation de la société ne doit donc pas être comprise comme une « dé-féminisation » de l'espace domestique. Sur le plan des valeurs, les auteurs du CEP identifient une mise en avant de trois ensembles de valeurs construites comme féminines : santé, bien-être, famille et soin ; écologie et respect de la nature ; empathie, collaboration et écoute ; qui convergent avec d'autres tendances, et modifient les rapports à l'alimentation. Toutefois, ceci coexiste avec un rapport spécifique des femmes à l'alimentation (la leur, et celle des autres, notamment de leurs enfants), dont certains auteurs disent qu'elle « domine » leur conscience (Fournier *et al.*, 2015). Ainsi, elles sont plus sensibles au discours nutritionnel et ses injonctions, possèdent de plus fortes exigences diététiques, sont plus susceptibles de se priver, et vivent la charge mentale alimentaire comme plus contraignante (Dupuy, 2017 ; Fournier *et al.*, 2015 ; Hérault *et al.*, 2023a). Ces phénomènes peuvent être renforcés par la diffusion et le poids accru de la norme nutrition-santé dans les représentations de l'alimentation, et notamment de l'alimentation infantile, via les discours sur le fait-maison, l'allaitement, la « supériorité » des produits bruts, etc. (voir tendances n°2 et 3).

Dans les trajectoires d'évolution des pratiques alimentaires à 2035, nous faisons donc l'hypothèse que les femmes gardent un rôle central dans l'alimentation (les courses, le repas), ce qui leur confère notamment une certaine influence dans leur ménage. Aussi, du fait de leur proximité aux normes nutritionnelles et esthétiques, elles sont aujourd'hui davantage susceptibles de changer leur régime alimentaire que d'autres groupes sociaux (leur niveau de prédisposition envers l'alimentation saine étant plus élevé).

L'affirmation de la santé comme une « norme centrale de référence »

D'un enjeu individuel, la santé est progressivement devenue historiquement un objet social administré par l'État, comme on peut le voir dans le cas des politiques de prévention du tabagisme ou de lutte contre la consommation excessive d'alcool qui jouent sur une série de leviers (physiques, économiques, socio-culturels et cognitifs)⁵ pour réduire l'attrait de telles pratiques. Les auteurs proposent de considérer la santé comme marquée par une

nouvelle étape : celle de la dilution dans le concept plus large de bien-être, où la recherche du confort, de la santé et de la qualité de vie est considérée comme un « moyen d'épanouissement » inscrit mentalement chez les individus. Obtenir une santé « parfaite » fait alors l'objet d'une véritable obligation morale, qui se traduit par des actions de prévention, de surveillance de soi, d'automédication, et de valorisation de l'activité physique comme de l'adoption de régimes alimentaires spécifiques. Cette norme renforce en retour le caractère individuel des comportements : chacun est responsable du perfectionnement de sa propre santé. L'augmentation de l'attrait pour les régimes « sans » (gluten, sucres ajoutés, etc.), à la fois dans les déclarations et les actes d'achat⁶, en est l'un des signes. Toutefois, il faut noter que plusieurs tendances de consommation (produits ultra-transformés, viande rouge – voir 1.3.1.) ainsi que la progression des maladies liées à l'alimentation accréditent plutôt l'idée que cette « norme de référence » est davantage un idéal qu'une pratique quotidienne pour la majorité de la population.

Dans certaines trajectoires, la santé joue donc un rôle central, que cela soit sous l'effet de la proximité aux normes de santé (nutrition, bien vieillir, esthétique du corps, etc.) de certains groupes, des discours des pouvoirs publics, ou de la poursuite du développement de segments de marché dédiés.

Le besoin croissant de « naturel »

La montée en puissance de la préoccupation pour la santé se conjugue avec l'évolution lente des rapports de notre société à la nature. La première traduction de cette tendance se matérialise dans l'expression d'un besoin de « naturel ». Les individus seraient ainsi à la recherche de produits (e.g. produits bruts, peu transformés, peu emballés), ou de modes d'achat (e.g. circuits courts) considérés comme « vrais » ou « authentiques ». En cause, selon les auteurs (2023b) : les crises alimentaires répétées et l'accroissement de la distance (physique et cognitive) entre les mangeurs et les aliments dans un contexte de montée en puissance des discours sur le « bien manger ». Mis bout à bout, ces facteurs provoquent une perte de repères alimentaires, et une montée des sentiments de frustration ou de culpabilité pour lesquels la « naturalité » et ses traductions offrent une échappatoire. Échappatoire qui

⁵ Pour la lutte contre le tabagisme on peut notamment citer : l'augmentation progressive de la taxation sur le tabac, et donc du prix du paquet (économique) ; l'interdiction de fumer dans les lieux publics et accueillant du public (physique et socio-culturel) ; l'interdiction de toute publicité pour le tabac depuis 1991 (socio-culturel) ; ou encore l'affichage de messages et images chocs sur les paquets (cognitif).

⁶ Le local est devenu la première demande consommateur en 2021 (LSA, 2022) ; les segments « plein air », « sans sucre ajouté » ou « équitable » progressent alors que le bio décroît fortement dans plusieurs catégories de produit grâce à une promesse « simple et accessible » (LSA, 2024)

possède en outre l'avantage de ne pas être segmentée socialement ou économiquement, notamment quand elle est assimilée au local⁷. La naturalité devient alors synonyme de « bon sens » et de proximité (Hérault et al., 2023b). Il faut néanmoins souligner que ces évolutions au niveau des valeurs et des représentations peinent aujourd'hui à se traduire dans les actes, face à d'autres facteurs clés comme l'accélération des rythmes de vie ou l'inertie des pratiques actuelles. Ainsi, la part des aliments ultra-transformés reste très élevée en France : 35 % des calories consommées par jour chez les adultes et 45 % pour les enfants en 2015 (Fardet et al., 2021).

Cette tendance a des implications pour un second sujet : la mise en débat des pratiques d'élevage et d'abattage des animaux sur le plan éthique, qui procède d'avancées sur le plan scientifique (reconnaissance croissante de la souffrance, sensibilité et de la sentience animale), juridique (évolution du statut des animaux domestiques) et social (progression de la sensibilité au bien-être animal dans la société). Plus spécifiquement, les animaux d'élevage (leur production et leur consommation) sont au cœur d'une intense controverse éthique, environnementale et nutritionnelle (Legendre et al., 2017 ; Magdelaine et al., 2018) dont le déploiement pourrait prendre plusieurs chemins comme l'ont identifié des travaux de prospective (Bidaud et al., 2016 ; Delanoue et al., 2018). Dès aujourd'hui, cette évolution du rapport à l'élevage et la consommation de viande a selon le CEP (2019) des répercussions de deux natures : a) une évolution des pratiques alimentaires (régimes alimentaires pauvres en ou sans viande/produits animaux, développement de filières vertueuses du point de vue du bien-être animal) ; et b) une hausse des engagements collectifs et individuels associés (antispécisme, carnisme, « carnivorisme », etc.).

Dans nos trajectoires, l'attrait pour la naturalité nourrit, pour certains groupes et sous-groupes, une demande alimentaire croissante pour les produits peu transformés, les fruits et légumes ou la saisonnalité. Sur le plan des modes de distribution, l'achat en direct et les circuits de distribution alternatifs progressent, ce qui génère en retour une évolution de la grande distribution (nouvelles offres, hybridation avec d'autres formats de distribution, etc.). Ces évolutions sont différentes selon les groupes sociaux considérés.

⁷ Contrairement à l'alimentation « biologique » ou bénéficiant de mentions valorisantes à caractère environnemental, qui peuvent faire l'objet de « frontières symboliques » entre les groupes sociaux ; et les prix peuvent (pour la première) constituer une barrière économique à l'achat (Brocard et al., 2022).

Encadré 1.

Quid de la perception des alternatives végétales à la viande ?

Les alternatives végétales à la viande comprennent des produits bruts comme les légumineuses (haricots, pois, lentilles etc.) ; des produits peu transformés dits « traditionnels » comme le tofu ou le tempeh ; des produits transformés ou cuisinés comme le seitan ou les falafels ; et enfin les produits ultra-transformés qui agissent comme des substituts (saucisses, nuggets, steaks, etc.).

Au croisement de ces tendances « santé » ou « naturel », les *alternatives végétales* aux produits animaux sont perçues de manière contrastée par les consommateurs. Spontanément, c'est le tofu qui est le plus souvent associé à ce terme (Michel et al., 2021), sans pour autant être considéré comme une option attrayante (Varela et al., 2022). Mais il ne fait pas l'objet des mêmes appréciations négatives que les « substituts » (*meat replacers*) qui portent sur leur niveau de transformation, la présence d'additifs ou l'aspect « inauthentique » (*unnatural*) (Varela et al., 2022). Ainsi, certains substituts (e.g. « nuggets végétariens », ou « saucisses végétariennes ») sont perçus comme plus *artificiels* (vs *naturels*) que leurs équivalents carnés, mais aussi comme plus *féminins* (vs. *masculins*). Pour ce qui est du caractère *sain* (vs *non sain*, *unhealthy* en anglais), les saucisses sont perçues de manière comparable qu'elles soient d'origine animale ou végétale, quand les nuggets végétaux sont perçus plus favorablement que leur équivalent carné. Ensuite, et à rebours de la tendance à l'individualisation, on note une influence du contexte de consommation et des groupes de pairs sur l'attitude positive à l'égard des alternatives végétales : celle-ci est plus élevée quand le repas est consommé seul, et faible lors d'un « dîner du dimanche en famille » ou une invitation à un barbecue (Michel et al., 2021). Enfin, on note des différences de perception au prisme des variables socio-démographiques, notamment le genre (masculin), le niveau de diplôme (faible) ou l'âge (élevé¹) (Carlsson et al., 2022).

¹ Les qualificatifs entre parenthèses désignent les variables associées à une attitude plus négative à l'égard des alternatives, qu'elles soient végétales ou de la « viande de laboratoire ».

L'individualisation des sociétés

Face à l'impératif de « s'inventer soi-même » à distance des structures sociales et normes collectives, la consommation devient un espace privilégié de l'expression individuelle. Cette dernière passe généralement par l'identification à un nouveau groupe dont l'individu adoptera les pratiques et les représentations spécifiques. La consommation, notamment alimentaire, devient alors un espace de différenciation et de distinction pour les individus. Celle-ci est mise au service d'une recherche d'autonomie à l'égard des structures sociales initiales (e.g. famille, groupe social), qui prend place dans d'autres espaces sociaux (e.g. le travail, un groupe de pairs, etc.). Ceci se traduit par la recherche de moyens pour se distinguer et se singulariser, à l'image des « nouveaux » régimes alimentaires, des achats de produits personnalisés, de la consommation expérientielle en face de laquelle une offre commerciale se développe. Celle-ci façonne en retour de nouveaux modes d'expression de soi. L'individualisation de la société, dans ce cadre, se traduit donc principalement par le renforcement des logiques statutaires, identitaires, dans les choix alimentaires, et non dans un éclatement des modes de vie alimentaires des groupes.

Dans nos trajectoires, cette tendance se matérialise par une segmentation croissante du marché et des offres alimentaires (par exemple, les rayons des grandes surfaces deviennent thématiques). La consommation hors-domicile poursuit sa hausse, de même que les concepts alimentaires qui font la part belle à « l'expérience » (e.g. cuisine partagée, circuits de proximité) ou l'innovation (e.g. traiteurs végétaux, boîtes « prêt-à-manger » ou à préparer). En un mot, les logiques de distinction demeurent centrales.

plutôt qu'une disparition pure et simple de ces institutions, mais aussi la reconfiguration des manières de faire société, communauté, et de manger.

L'éventail des pratiques alimentaires, des revendications, des discours, et des débats autour de l'alimentation s'étend, remettant en cause le « modèle alimentaire traditionnel ». La logique de segmentation va aussi de pair avec l'affirmation des logiques de groupe : « on mange de plus en plus en fonction de son groupe d'appartenance ou du groupe auquel on s'identifie, plutôt qu'en fonction de ses goûts personnels » (CEP 2019). À la suprématie d'un modèle alimentaire succéderait ainsi une pluralité de communautés fondées sur des identités alimentaires variées (environnementale, éthique, religieuse, médicale et diététique, etc.). Soulignons toutefois la résistance du modèle alimentaire traditionnel en France : les marchés « bio » ou « halal » ne représentent respectivement que 12 milliards (Agence Bio, 2024a) et 7 milliards d'euros (Younan, 2024) en 2023, pour des dépenses alimentaires totales d'environ 300 milliards d'euros (Insee, 2024a) ; la part de végétariens ne dépasse pas les 2 à 3 % (FranceAgriMer & Ifop, 2021) ; et les temps de l'alimentation demeurent relativement stables.

Cette tendance souligne la pertinence de notre choix méthodologique : celui de projeter 12 groupes sociaux (et leurs sous-groupes) à 2035 et non un individu-moyen. Chacun de ces groupes réagit ainsi de manière contrastée aux évolutions du marché ou des normes alimentaires. De nouvelles offres segmentées émergent, la puissance publique s'adresse à la population en tenant compte de ces différences. Enfin, les espaces de sociabilité hors du foyer que nous mobiliserons dans différentes trajectoires jouent un rôle clé dans l'évolution des attitudes alimentaires.

Le développement de la segmentation sociale, des communautés et des réseaux

Cette évolution est à rapprocher de la précédente tendance. Ici, l'étude du CEP souligne que les grandes institutions (famille traditionnelle, mariage, religion, travail) perdent en puissance normative du fait de l'évolution des modes de vie et des représentations. Sur le plan des normes alimentaires, on observe des recompositions : le grignotage en journée ou le repas seul se développent au détriment des trois repas quotidiens partagés, les cuisines régionales ou certains produits (e.g. pain, fromage, vin) laissent la place à de nouvelles consommations (CEP 2019). Ce « mouvement de désinstitutionnalisation » sociale et alimentaire augure en réalité une transformation

L'accélération des rythmes de vie

Rosa (2013) analyse cette accélération technique (des transports, de la communication, etc.), du changement social (styles de vie, structures familiales, etc.) et des rythmes de vie au niveau individuel comme une caractéristique fondamentale de la modernité. Cela, remarquent les auteurs du CEP (2023c), entraîne des modifications dans les modes de vie : consommations, relations et pratiques sont influencées par ces évolutions du rapport au temps. Ainsi, les temps sont de plus en plus particularisés, c'est-à-dire que l'allocation des temps (domestique, de loisir, de travail, de repos, etc.) diffère de plus en plus selon des variables socio-démographiques, mais aussi que les temps entre eux se distinguent de plus en plus (un temps

de travail n'est pas un temps de sociabilité et vice-versa). Le temps dont disposent les individus a aussi tendance à se densifier : plus d'activités sont réalisées dans une même unité de temps, et parfois en même temps, ce qui est facilité par l'équipement (ménager, informatique) des ménages. Conséquence de cette accélération : le temps libre (en hausse depuis 1999) est survalorisé, notamment en rapport avec les temps collectifs ou domestiques. Dans le même temps, la statistique démontre que le temps consacré à l'alimentation s'est accru de 11 minutes entre 1986 et 2010, alors même que se développait la consommation de plats préparés et le recours à la livraison. Par ailleurs, les temps alimentaires en France demeurent assez synchrones au cours de la journée, ce qui n'est pas le cas dans d'autres

pays riches : la moitié des Français déjeunent à 13 h en 2010 comme c'était déjà le cas en 1986 (De Saint Pol, 2005 ; De Saint Pol & Ricroch, 2012).

Nous faisons l'hypothèse qu'en dix ans, la part consacrée aux temps alimentaires ne changera pas fondamentalement : elle n'augmentera pas pour la majorité des groupes, et pour certains d'entre eux qui vivent déjà une contrainte temps importante, celle-ci demeurera structurante pour leur alimentation. L'étendue de l'offre alimentaire transformée et en restauration rapide sera donc un facteur central des évolutions du régime alimentaire.

Évolution des consommations alimentaires en France

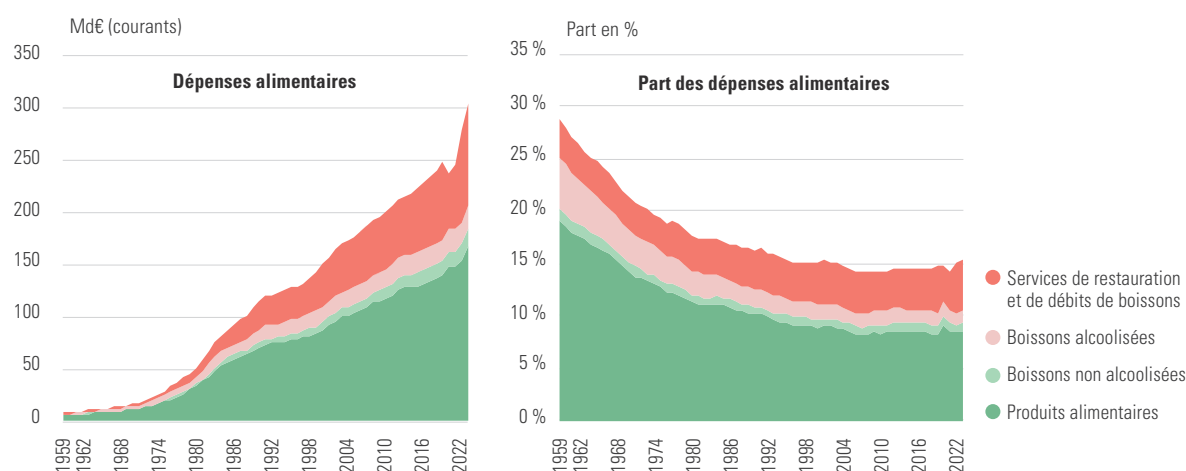
Sans prétendre à l'exhaustivité, nous décrivons dans cette partie des tendances passées marquantes spécifiques à l'alimentation.

Des grandes tendances générales

Les ménages français ont consacré au total environ 300 milliards d'euros à leur alimentation en 2023. Ce montant a considérablement augmenté en valeur absolue depuis 1960, mais la part de l'alimentation dans le total des dépenses a été divisée par deux (30 % à 15 %)

jusqu'au début des années 2000, et est relativement stable depuis (**Figure 1**). Les dépenses alimentaires ont en effet progressé deux fois moins vite que l'ensemble des dépenses de consommation (Insee, 2015). Parallèlement, l'écart de poids des dépenses alimentaires dans les dépenses totales entre les plus aisés et les plus modestes s'est réduit (de 17 points en 1979 à 4 points en 2017), même si les plus modestes consacrent toujours une part plus importante de leurs dépenses à l'alimentation.

FIGURE 1. Dépenses alimentaires (gauche) et part des dépenses alimentaires dans le total des dépenses de consommation effective (droite) en France de 1959 à 2023



Source : Insee, 2024a.

Avec l'accélération des rythmes de vie, **la consommation alimentaire est de moins en moins constituée d'aliments bruts, et de plus en plus d'aliments transformés et de plats préparés**. Les volumes de plats préparés ont augmenté de 4,4 % par an entre 1960 et 2015, contre 1,2% par an de hausse pour la consommation alimentaire à domicile (Insee, 2015). La part des dépenses alimentaires hors boissons issues de la restauration a également fortement augmenté (de 16 % à 37 %) depuis 1960 (**Figure 1**), ce qui s'explique principalement par une hausse des prix plus rapide en restauration qu'à domicile, conjuguée à un report de la fréquentation des débits de boissons au profit des restaurants et cantines (Insee, 2015).

Aujourd'hui, **les achats alimentaires sont réalisés à 60 % dans des grandes surfaces** (supermarchés et hypermarchés), à 20 % dans des magasins spécialisés (boulangeries, boucheries, etc.), 8 % dans des petites surfaces et enseignes de produits surgelés, 7 % hors magasin (marchés, en ligne), et 5 % d'autres sources (dont vente directe) (Insee, 2024b). Nés dans les années 1960, les hypermarchés sont devenus dans les années 1990 le premier circuit d'achats alimentaires, et le sont toujours (35 %), malgré des difficultés croissantes (FNAU, 2022). Inexistantes à la fin des années 1980, les enseignes de *hard discount* représentent désormais 30 % du total des supermarchés en France (Insee, 2023). Les circuits courts et la vente directe, difficiles à appréhender d'un point de vue statistique, représentent une très faible part des dépenses alimentaires totales.

Les pratiques alimentaires des dernières décennies ont également été marquées par l'apparition de labels et d'allégations visant à différencier les produits. Si les premiers labels sont apparus dans les années 1930 pour certifier l'origine en vue de lutter contre les fraudes (Appellation d'origine contrôlée, AOC), leur notoriété s'est développée à partir des années 1960 (CEP, 2024). Depuis, leur nombre et la nature de la certification a fortement progressé, avec notamment l'apparition du label Agriculture biologique au milieu des années 1980.

Les achats totaux de produits de l'agriculture biologique (AB) hors restauration ont été multipliés par 3 entre 2012 et 2020 (4,3 à 12,8 milliards d'euros), passant ainsi de 3 % à 7 % des dépenses alimentaires totales (boissons incluses). Cette dynamique s'est interrompue en 2020, avec un recul des achats en AB, à la fois en montants absolus (12 milliards d'euros en 2023) et en proportion des dépenses alimentaires totales (6 % en 2023) (Agence Bio, 2024b ; Insee, 2024a). Cette rupture

de tendance s'explique généralement par le contexte inflationniste⁸, incitant les ménages à se reporter sur des produits moins onéreux – bien que l'écart de prix entre produits AB et conventionnel se soit réduit pour des produits comme le beurre depuis 2020 (FranceAgriMer, 2023). Si la part de marché des indications géographiques est en général inférieure au bio, elle le dépasse sur certains segments importants comme les fromages (16 %) ou les volailles (8 %), sans parler bien sûr des vins (95 %) et spiritueux (31 %) (INRAE, 2025).

Focus sur la consommation de viande

La consommation moyenne de viandes par personne a été multipliée par 4 environ en deux siècles, s'établissant aujourd'hui à 86 kgec⁹/pers. La majeure partie de cette augmentation s'est produite entre les années 1930 et 1990 (**Figure 2**). Une réduction de la consommation moyenne de viande d'environ 10 % a cependant eu lieu entre la fin des années 1990 et le début des années 2010. Si la consommation de viande s'est stabilisée depuis, les observateurs anticipaient au milieu des années 2010 une poursuite de cette tendance à la baisse (Blezat consulting *et al.*, 2016).

Au-delà des quantités moyennes de viande consommées, la répartition de cette consommation par espèce s'est également profondément transformée. La consommation moyenne de volaille a été multipliée par plus de trois depuis 1960, et augmente continuellement sur la période tandis que la consommation décline depuis 20 à 40 ans pour les autres viandes. Marginale en 1960 (15 %), la consommation totale de viande de volaille a dépassé celle de viande bovine dans les années 2010, et devrait dépasser celle de viande porcine autour de 2028 si les tendances se poursuivent.

Autre évolution notable concernant la consommation de viande : la substitution des volailles entières et des pièces bouchères (notamment de bœuf) par des produits plus élaborés (haché, charcuterie, salaison, nuggets, etc.) **et standardisés**. Le steak haché est illustratif de cette évolution et de l'importance de la praticité de l'offre : apparu à la fin des années 1950, il représente aujourd'hui environ la moitié de la consommation de viande bovine (Aubert & Poux, 2024).

⁸ Voir aussi notre analyse <https://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/billet-de-blog/comment-relancer-le-secteur-bio-pourquoi-il-faut-dabord>

⁹ Pour « kilogrammes équivalent carcasse », ce qui inclut les pertes et gaspillages (os, graisse, etc.).

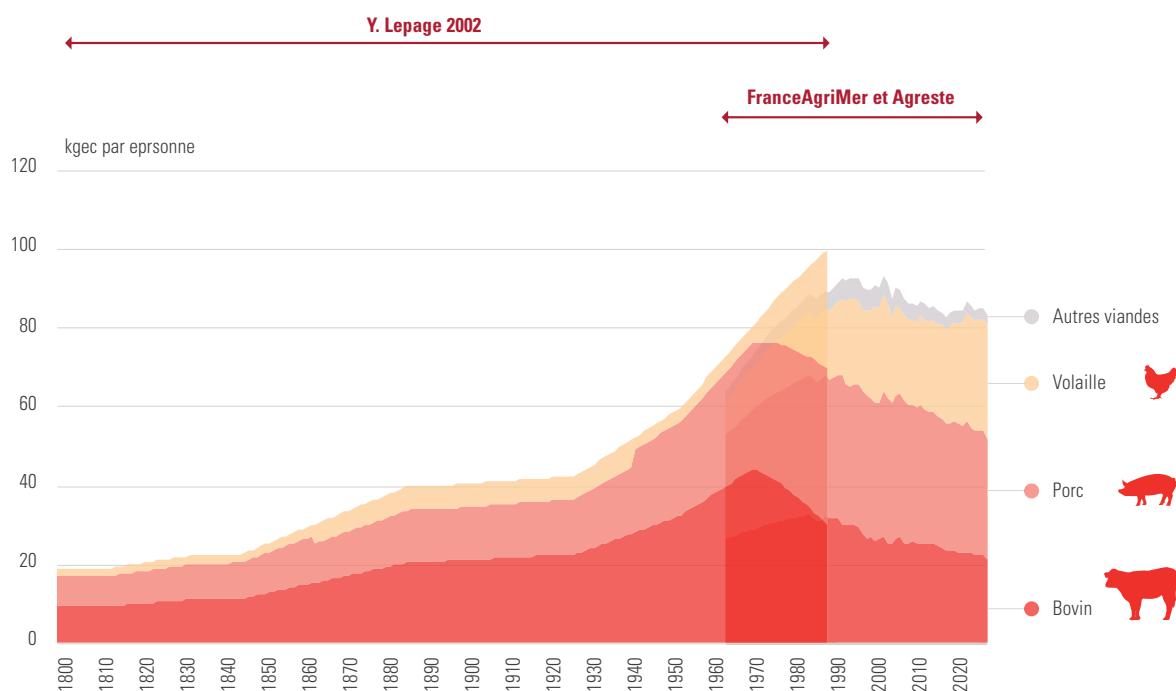
Note : les données de Lepage 2002 sont moins fiables (6 points de données sur une période de près de 200 ans) que les données d'Agreste et FranceAgriMer (1 point par décennie en 1960 et 1970, puis 1 point par an à partir de 1980).

La place qu'occupe la viande dans les régimes alimentaires français d'aujourd'hui, souvent vécue ou revendiquée comme traditionnelle, s'est en réalité construite sur les 50 dernières années et continue d'évoluer. Notons qu'il serait également utile et intéressant de commenter l'évolution de la consommation de lait et produits laitiers, mais celle-ci est beaucoup plus complexe à tracer compte tenu de la diversité de produits contenant du lait ou ses dérivés.

En dépit de cet historique, les niveaux actuels de consommation française de viande sont parfois présentés comme immuables. D'autres produits alimentaires fournissent cependant des exemples de forte réduction de consommation, tout en conservant une forme de centralité dans les pratiques alimentaires. La consommation de boissons alcoolisées par exemple a for-

tement diminué depuis 1960. Celle-ci a été divisée par plus de deux depuis cette date en volume (200 à 80 litres par personne et par an en moyenne). Cette baisse s'est surtout opérée sur les vins de consommation courante et le cidre, tandis que la consommation de vins de qualité, de champagne a augmenté (Insee, 2020). Les fréquences de consommation ont également fortement évolué : la part d'adultes consommant de l'alcool quotidiennement est passée de 24 % en 1992 à 8 % en 2021 (Andler *et al.*, 2023)

FIGURE 2. Évolution de la consommation moyenne de viande par personne en France depuis 1800



A noter :

les données de Lepage 2002 sont moins fiables (6 points de données sur une période de près de 200 ans) que les données d'Agreste et FranceAgriMer (1 point par décennie en 1960 et 1970 puis 1 point par an à partir de 1980).

Source : I4CE/Iddri d'après Agreste, 2020; FranceAgriMer, 2024a; Lepage, 2002.



COMMENT. PRINCIPES ET MÉTHODOLOGIE DE SCÉNARISATION

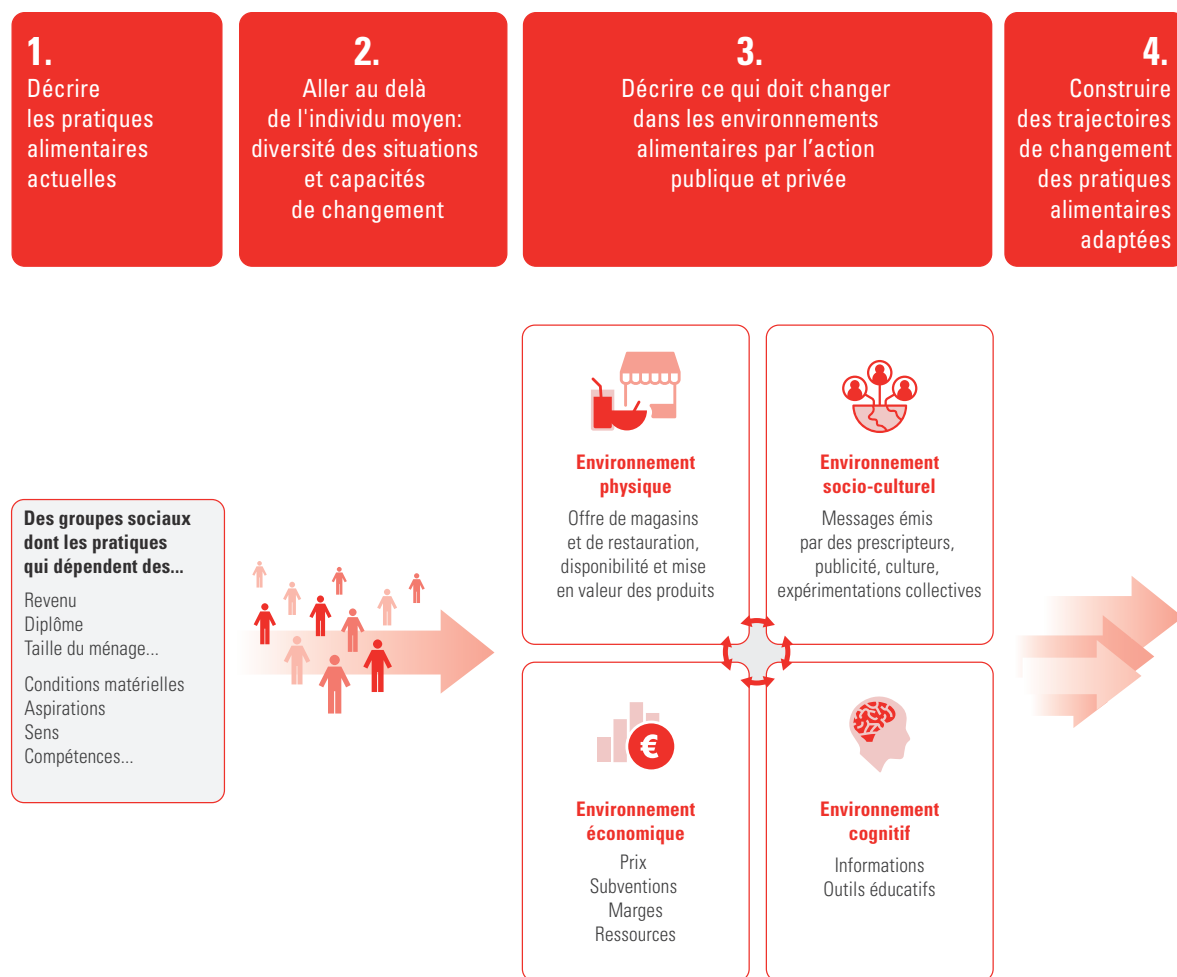
Cette partie présente les grands éléments de la méthodologie conçue et employée pour produire le scénario TRAMe, qui sont décrits plus en détail dans le [Livret 3 - Cadre méthodologique](#) ainsi que dans un *Décryptage Iddri* : *"Quand on peut, on veut" - Conditions sociales de réalisation de la transition : une approche par les modes de vie* (Saujot et al., 2024). C'est le résultat de l'ensemble des travaux menés par l'Iddri et l'4CE sur l'alimentation depuis plusieurs années.

La première section présente notre modèle de changement, c'est-à-dire la manière par laquelle nous avons traduit des connaissances scientifiques sur l'alimentation en un modèle utilisable en prospective. Ce modèle de changement s'inscrit dans une lecture sociologique de l'alimentation. Les deux grands principes présentés ci-dessous constituent l'armature de cet exercice et ont déterminé la méthodologie opérationnelle de la construction de TRAMe qui est décrite dans la deuxième section.

Notre modèle de changement : deux grands principes du scénario TRAMe

En résumé. Les modèles de changement des comportements qui reposent sur la prise de conscience individuelle, dans une logique de consommateur responsable, ne sont pas à la hauteur des besoins de la transition car ils ne permettent pas de comprendre (et donc d'agir sur) la variété des déterminants des comportements. Nous mobilisons ici un cadre d'analyse alternatif adapté de la littérature selon lequel ce sont les environnements alimentaires – physique, économique, socio-culturel et cognitif – qui jouent un rôle clé dans le façonnement de notre alimentation. En conséquence, l'alimentation doit être représentée comme une pratique sociale, ce qui signifie qu'elle est partagée avec d'autres et routinisée, c'est-à-dire qu'elle suit des formes d'automatismes qui nous évitent d'avoir à tout réinventer sans cesse. Cette pratique peut évoluer sous l'influence de l'environnement dans lequel elle s'inscrit, et du contexte social dans lequel elle est partagée. Ainsi, agir pour la transition nécessite de mobiliser conjointement plusieurs leviers d'action sur les environnements alimentaires, tenant compte de la diversité des groupes sociaux et de leurs pratiques alimentaires. Ce modèle de changement est résumé dans la **Figure 3**.

FIGURE 3. Le modèle de changement de TRAMe



Source : Saujot et al., 2024.

Principe 1. **Agir sur les environnements alimentaires pour faire évoluer les pratiques**

Compter sur une prise de conscience individuelle massive est illusoire

Dans le champ de l'alimentation (Brocard & Saujot, 2023 ; I4CE, 2023), comme plus généralement concernant les modes de vie (Coulangeon *et al.*, 2023 ; SGPE, 2024), on observe un décalage important entre les intentions d'une part et les actions de l'autre : les comportements et pratiques de consommation ne semblent pas principalement expliquées par des préférences ou préoccupations déclarées pour l'écologie.

Pour expliquer cette situation et la dépasser, il est nécessaire de revenir sur le récit du « consommateur responsable ». De manière schématique, il repose sur l'idée selon laquelle c'est par l'accroissement du niveau de préoccupation (pour l'environnement, pour la santé, etc.) dans la société que les comportements dits vertueux vont progressivement se diffuser des groupes minoritaires vers l'ensemble de la population. Dans cette perspective, c'est par la sensibilisation des citoyens par la puissance publique et les acteurs privés, et la diffusion des normes minoritaires par les médias qui permet de massifier une attitude positive en faveur des comportements durables (e.g. être prêt à payer plus cher pour son alimentation, consommer moins mais mieux de viande, plus de bio, en circuit court, etc.), mesurée par les études d'opinion. En retour, cela presserait les acteurs de l'industrie et de la distribution à faire évoluer leur offre. La figure du « consom'acteur » résume cette vision : par ses choix individuels accompagnés par la puissance publique (information, labels, etc.), le consommateur engagé et responsable peut traduire la transition en actes.

Or ce récit repose sur une vision trop simplifiée de la société et des changements de modes de vie, en sous-estimant l'effet de plusieurs mécanismes :

- la rigidité des environnements alimentaires, c'est-à-dire les conditions physiques, économiques, socio-culturelles et cognitives qui influencent nos habitudes alimentaires, et qui empêchent une traduction automatique des préoccupations des citoyens (ou des injonctions de la puissance publique) en actions (Brocard & Saujot, 2023) (voir plus loin) ;
- les asymétries de pouvoir, d'information (face à leur abondance, en quelles mentions avoir confiance, comment les comparer ?) et d'influence (e.g. les moyens alloués au marketing et la publicité sont sans

commune mesure avec le budget des campagnes publiques) au sein des systèmes alimentaires (SAPEA, 2020). Celles-ci rendent peu plausible l'idée selon laquelle c'est le consommateur qui « arbitre » (Dubuisson-Quellier, 2016) face à l'offre et les acteurs privés qui se conformeraient à ses volontés ;

- le fait que cette consommation « engagée », perçue comme militante, est « *profondément associée à un groupe social dans lequel le plus grand nombre ne se reconnaît pas nécessairement* », ce qui limite automatiquement sa diffusion (Dubuisson-Quellier, 2018). Imaginer une diffusion homogène de cette consommation « engagée » revient à ignorer les effets de segmentation ou de différenciation entre groupes sociaux (Depecker *et al.*, 2023 ; Dubuisson-Quellier & Gajard, 2016).

Les limites de ce récit permettent de saisir pourquoi il génère des frustrations tangibles pour le consommateur-citoyen. Pris dans des injonctions contradictoires, portant la responsabilité de mener la transition dans une société où l'environnement alimentaire reste inchangé, ces consommateurs engagés font face soit à une difficulté pratique à mettre leurs actions en adéquation avec leurs convictions (et notamment les citoyens les plus contraints), soit au décalage entre l'évolution de leur propre comportement et l'inertie de la société (« je change mais rien ne change »). À cela s'ajoute la difficulté de changer seul sans garantie que les autres fassent de même. Ces frustrations existent également du côté des filières agricoles à l'égard d'un consommateur qui ne voudrait pas payer pour la transition qu'il demande (ex. label qualité, valorisation du bien-être animal et de l'environnement lors des actes d'achat). L'ensemble de ces frustrations est fortement contre-productif pour la transition. Il s'agit donc d'aller plus loin que la seule stratégie du consommateur responsable.

Les environnements alimentaires façonnent notre alimentation, c'est sur eux qu'il faut agir

La maxime renouvelée – car inversée – « Quand on peut, on veut » révèle un principe central de TRAMe : les « préférences » ou « préoccupations » des citoyens ne sont pas la pure expression de leur système de valeurs qui commanderait ensuite leurs actions. À l'inverse, les individus se saisissent des pratiques à leur portée et qui font sens pour eux parmi celles à leur disposition dans un environnement alimentaire donné. Pour que la transition puisse être mise en œuvre par tous, il faut renverser la perspective : non pas chercher uniquement à promouvoir une « prise de conscience » environnementale qui échoue souvent à se traduire dans les faits, mais plutôt rendre

possibles, faciles, mais aussi désirables les pratiques « vertueuses », en agissant sur les environnements alimentaires.

Nous représentons l'environnement alimentaire à travers 4 dimensions, qui constituent tout ce qui façonne et influence les habitudes alimentaires, ce qui rend possible, accessible, compréhensible ou désirable leur évolution.

- **L'environnement physique** renvoie à l'offre et aux infrastructures, c'est-à-dire aux points de vente, magasins et restaurants, et leur répartition, présence et accessibilité géographique. Il se décline aussi à l'échelle de l'organisation spatiale dans un point de vente particulier (e.g. cantine, supermarché). Plus largement, il renvoie au cadre de vie et d'achat dans lequel les individus évoluent.
- **L'environnement économique** renvoie aux prix des produits alimentaires et aux logiques de formation des prix (e.g. marges, subventions) ainsi qu'aux ressources dont les ménages disposent. L'univers des prix et des contraintes rend possible certains achats et non d'autres, ce qui peut parallèlement contribuer à leur attribuer une charge symbolique.
- **L'environnement socio-culturel** renvoie à l'ensemble des normes partagées dans les différents espaces sociaux fréquentés au cours de sa vie par un individu (cercle familial et amical, sphère professionnelle, société tout entière), mais aussi aux discours et messages présents dans l'espace public (publicités, campagnes publiques, produits culturels, réseaux sociaux, etc.) qui façonnent les représentations liées à certaines formes de consommation. Ces normes et représentations sont intériorisées par les individus et les incitent à l'adoption de certaines pratiques.
- **L'environnement cognitif** renvoie aux informations et données rendues accessibles aux individus, mais aussi aux outils éducatifs (e.g. labels, cours de cuisine, etc.) déployés pour leur permettre de traiter ces informations et les mettre en pratique. Ils s'appuient ensuite sur ces connaissances et compétences pour faire des choix.

Cette notion d'environnements alimentaires, bien installée dans la littérature scientifique, est de plus en plus mobilisée pour l'action publique (HCSP, 2023 ; HLPE, 2017 ; SAPEA, 2020), jusqu'à figurer en bonne place dans les conclusions du Dialogue stratégique européen sur l'avenir de l'agriculture (Commission européenne, 2024)¹⁰. Toutefois l'action

publique a jusque-là été largement insuffisante en France pour les faire évoluer (Brocard & Saujot, 2023). Un des enseignements de ces travaux est que les consommateurs ne peuvent pas tout, loin de là. Agir en faveur d'une alimentation plus saine ou plus durable ne revient donc pas à dicter de nouvelles habitudes alimentaires par l'injonction ou la sensibilisation, mais à organiser la participation des acteurs intermédiaires (industriels, distributeurs, restaurateurs). Il s'agit donc de changer fondamentalement le discours sur la transition alimentaire, comme la stratégie employée pour la faire advenir.

Représenter l'acte alimentaire comme une pratique sociale

En cohérence avec les éléments précédents d'analyse, nous mobilisons dans le scénario TRAMe le concept de « pratiques sociales », ce qui signifie deux choses :

- **Regarder l'alimentation comme une pratique permet de comprendre pourquoi elle ne change pas si facilement ainsi que la difficulté à réaliser la transition, notamment dans des environnements inchangés.** La théorie des pratiques est un champ d'études en sociologie qui s'est fortement développé depuis les années 1990¹¹. Elle cherche à analyser les pratiques routinisées que les individus déploient sans nécessairement réfléchir beaucoup à ce qu'ils sont précisément en train de faire au moment d'agir. Cette théorie définit une pratique au croisement de plusieurs éléments (que nous nommons « composantes » en **Figure 4**) en interaction : c'est un ensemble d'aspirations, de capacités et de contraintes. En d'autres termes, nos gestes quotidiens s'inscrivent dans un ensemble cohérent reliant éléments matériels (budget, équipements, magasins, etc.) et immatériels (aspirations, normes sociales, etc.). La complexité de l'alimentation est résolue au quotidien par la routinisation, afin de ne pas avoir à toujours réinventer les choses, routinisation qui s'inscrit dans un environnement particulier. On peut même dire que les individus « *deviennent la somme des pratiques accumulées au cours de leur vie car chaque pratique, chaque performance contribue à définir notre identité (par les significations qu'elle porte), nos compétences, ce que nos corps peuvent et savent faire* » (Depecker et al., 2023). Ainsi, regarder l'alimentation comme une pratique donne les clés d'une transition possible et les

¹⁰ "The European Commission and Member States should adopt demand-side policies, which address agri-food systems as a whole, to create enabling food environments where balanced, less resource intensive, healthy diets are available, accessible, affordable, and attractive" p. 11.

¹¹ Initialement porté par Theodor Schatzki et Andreas Reckwitz, ce champ est aujourd'hui investi par de nombreux sociologues de la consommation, comme Elizabeth Shove, Alan Warde, Sophie Dubuisson-Quellier et Marie Plessz, pour ne citer que quelques-uns d'entre eux.

FIGURE 4. L'alimentation peut être décomposée en quatre pratiques concrètes, représentées via six composantes

La pratique alimentaire peut être décomposée en 4 pratiques plus spécifiques (e.g. faire les courses), dont la modalité (e.g. faire les courses au marché ou en ligne) dépend de l'interaction entre 6 composantes. Le type de pratique adopté par un individu aura des effets structurants sur ses consommations alimentaires.

Pour cette raison, si le point d'arrivée de cet exercice est de comprendre comment la consommation de produits animaux pourrait évoluer, la démarche prend en compte plus généralement l'ensemble des pratiques alimentaires.



Source : Saujot et al., 2024.

composantes mentionnées en **Figure 4** indiquent ce sur quoi il va falloir agir pour les faire évoluer.

- **L'approche par les pratiques implique également de considérer les actes alimentaires individuels comme des phénomènes sociaux.** En effet, à travers l'action propre de chacun, sont impliqués des valeurs, des aspirations et des goûts, partagés avec d'autres ; des règles qui ont été décidées par d'autres ; des objets et infrastructures qui ont été construits par d'autres. Ainsi, en faisant mes courses, je passe par une organisation, une offre infrastructurelle – par exemple, quels magasins disponibles autour de moi – qui n'a pas été décidée par moi ; j'ai accès à une offre alimentaire dont je n'ai pas choisi le contenu ; j'ai des idées sur les « bons » aliments à acheter que je dois en bonne partie à la manière dont j'ai été élevé ou aux rencontres que j'ai faites ; je dispose même de « compétences » pour faire mes courses – savoir repérer des labels, lire une liste d'ingrédients – qui m'ont été transmises par d'autres ou *via* des canaux d'information institutionnalisés, etc. Ainsi l'alimentation gagne à être regardée à travers ce qui nous relie les uns aux autres : l'appartenance à des groupes sociaux et le partage d'environnements alimentaires.

Dans TRAMe, l'alimentation est donc considérée comme une pratique sociale, ce qui n'exclut cependant pas de tenir compte d'éléments clés comme les prix (**Encadré 2**) et les goûts (**Encadré 3**).

Principe 2. **Intégrer la diversité sociale et considérer un ensemble de leviers d'actions**

Abandonner l'idée d'une « baguette magique »

L'alimentation est un fait social car nos repas – tout autant leur contenu que les étapes qui y ont mené (ex. approvisionnement, préparation) et celles qui viennent ensuite (ex. gestion des restes) – sont le miroir de la société et du groupe social auquel on appartient ; un fait culturel car elle renvoie à des histoires, des goûts forgés par les gastronomies de tout type ; un fait économique, car loin est le temps de l'autoconsommation, laissant la place à une multitude d'offres de produits et de services alimentaires ; une question pratique, qui doit trouver sa place dans un quotidien contraint en termes de temps, de déplacement et d'énergie.

Ces différentes dimensions incitent à penser que l'évolution de l'alimentation doit passer par un ensemble de modifications, une intuition confirmée par de nom-

breux travaux : celles des auteurs de ce rapport (Brocard & Saujot, 2023), comme celles menées par d'autres acteurs comme l'Agence européenne de l'environnement (EEA, 2022), le groupe de scientifiques conseillers de la Commission européenne (SAPEA, 2020), l'OCDE (OECD, 2021) ou encore une expertise scientifique mandatée par le gouvernement allemand (WBAE, 2020). Toutes montrent qu'un ensemble de leviers doit être actionné de manière relativement orchestrée pour faire évoluer les régimes alimentaires. Pour le dire de manière schématique, si un régime devient désirable mais n'est pas accessible, ou si les efforts pour rendre accessible une pratique ne sont pas combinés à des efforts pour la rendre désirable ou comprise, alors le changement n'advient pas.

Par exemple, il semble clair que l'éducation alimentaire à l'école n'est pas suffisante en soi. En revanche, il faut se demander si en complément de changements de menu à la cantine, d'un affichage environnemental déployé nationalement et utilisé par les familles pendant les courses, la mise en œuvre du compostage par la municipalité et le visionnage en famille d'une nouvelle saison « végétale » de Top Chef, l'ensemble ne pourrait pas se combiner de sorte à « voir » autrement l'alimentation.

Nous avons donc choisi dans TRAMe de mobiliser des changements dans les quatre dimensions des environnements alimentaires (que nous avons recensés dans un inventaire utilisé pour construire les socio-récits) afin d'anticiper des résonances entre actions, permettant de donner du sens, de la cohérence et de la pérennité aux changements de pratique. Les concepts de pratiques et de modes de vie renvoient justement à cette cohérence que chacun reconstruit à son échelle afin de mener sa vie. Dans cette optique, il n'est pas possible, ni même pertinent, d'isoler chaque levier d'action pour évaluer son influence sur les pratiques alimentaires, puisque c'est justement la combinaison des leviers qui génère l'efficacité. De même, il ne s'agit pas de chercher à identifier un unique mécanisme fondamental de changement des comportements individuels. En termes de politique publique, on parle d'une approche par « paquet » ou « panoplie » de mesures, recommandée par de nombreux travaux scientifiques et experts (Creutzig *et al.*, 2022 ; OECD, 2021 ; Parsons & Barling, 2021 ; Temme *et al.*, 2020).

Prendre en compte la diversité sociale et envisager plusieurs trajectoires de transition

L'approche TRAMe vise à tenir compte de la diversité sociale observée en formalisant une typologie de groupes sociaux. Les travaux sur l'intégration des

modes de vie dans la prospective que nous avons menés (Saujot *et al.*, 2024), comme les débats politiques sur les changements de modes de vie, montrent que la réflexion repose trop souvent sur un individu moyen qui n'existe pas. Or, considérer l'alimentation comme une pratique sociale telle que définie plus haut implique de tenir compte de la diversité des groupes sociaux. D'abord car il existe une grande variété de situations socio-économiques, associées à certaines contraintes et capacités matérielles. Également car les aspirations et représentations des individus sont en partie déterminées par les groupes auxquels ils appartiennent, et ceux auxquels il se comparent, dans une logique de mimétisme ou de distanciation. Ainsi, un même environnement physique pourra être perçu de manière très différente par les individus selon leurs contraintes, capacités et aspirations, ce qui en retour impliquera des consommations différentes. Enfin, ce principe renvoie à la nécessité de construire une transition pour tous, accessible à tous : c'est tout à la fois un enjeu d'équité, de cohésion et d'efficacité. Pour cette raison, TRAMe propose de s'interroger sur les trajectoires de changement de comportement de 12 groupes sociaux.

Intégrer la diversité sociale incite également à s'attarder sur les contextes de la prise alimentaire. Selon les situations, la consommation de viande n'est pas parée des mêmes attributs, ni conditionnée par les mêmes structures. Il est par exemple montré dans les contextes anglais, français ou allemands que la consommation de viande est plus importante lors d'un repas familial, avec des amis, ou pris à l'extérieur du domicile que lors d'un repas en solitaire. Le moment de la semaine (le dimanche), ou de la journée (le midi) jouent aussi comme de bons prédicteurs de la consommation de viande (Horgan *et al.*, 2019; Laffan, 2024; Stewart *et al.*, 2021; Vonderschmidt *et al.*, 2024). Ainsi, les environnements alimentaires influencent différemment les pratiques selon le groupe social auquel on appartient et selon le contexte. Cela signifie que le choix des leviers pour intervenir sur la consommation de viande doit être informé par la diversité sociale, et par une approche des situations de consommation. A ce titre, certains moments de l'année ou de la semaine (ex. le restaurant d'anniversaire, le barbecue en été, le repas de Noël) pourraient faire l'objet d'actions spécifiques (Laffan, 2024). Autre exemple : intervenir sur la consommation de viande en contexte professionnel, en particulier pour les hommes, serait une piste prometteuse (Laffan, 2024). Nous détaillons dans la section suivante la manière dont ces principes et ce modèle de changement sont traduits dans la méthodologie de scénarisation.

Encadré 2.

Quelle influence des prix ?

Le scénario TRAMe est construit sur la base d'une méthodologie donnant une place centrale à la sociologie et plus précisément à la théorie des pratiques. L'évolution des régimes alimentaires est donc pensée dans ce cadre disciplinaire, et non, par exemple, dans un cadre économique reposant sur une modélisation des comportements sur la base des dynamiques offres/demandes. Il serait d'ailleurs utile et intéressant de prolonger ce travail en intégrant davantage d'éléments issus du champ disciplinaire de l'économie : de futurs travaux de l'IDDRI s'y attèleront (voir partie *Discussion*). **Toutefois le scénario TRAMe est loin d'être indépendant des évolutions de prix**, dans la mesure où ceux-ci constituent un élément central de l'environnement économique. L'influence des prix sur les actes d'achat est ainsi prise en compte, mais de manière simplifiée et non de manière mécanique et systématique comme le ferait un modèle économique classique.

En particulier, le scénario TRAMe suppose une poursuite de trois tendances :

- le maintien voire l'amplification de l'écart de prix entre les viandes de volaille d'une part, et la viande bovine et porcine d'autre part. Cette évolution s'explique à l'échelle des filières par des possibilités de standardisation et de simplification des processus de production plus importantes dans les filières volailles que porc ou bovin (Aubert & Poux, 2024). Dans les comportements d'achat, elle se traduit par une augmentation de la part de la viande de volaille dans le total des viandes consommées de tous les groupes sociaux (voir **Figure 22** en annexe) ;
- la réduction, voire la disparition ou encore même l'inversion de l'écart de prix entre les viandes d'une part et leurs alternatives végétales (voir **Encadré 1** pour une définition) d'autre part – actuellement favorable à la viande. Cette hypothèse s'appuie notamment sur des optimisations dans les processus de production, des économies d'échelle dans les filières d'alternatives végétales et plus généralement sur la structuration de cette filière de l'amont à l'aval, comme nous le discutons dans la section *Discussion*. Elle est également

...

...

cohérente avec des tendances récentes en Europe (Good food institute, 2022). Elle contribue, aux côtés des autres changements d'environnement alimentaire, à l'augmentation de la consommation des alternatives végétales dans plusieurs groupes sociaux ;

- **la réduction de l'écart de prix entre produits biologiques et conventionnels**, qui s'est accélérée pendant la période inflationniste du début des années 2020 – l'inflation affectant davantage les produits conventionnels que biologiques (Lombart *et al.*, 2024).

Ces deux dernières tendances sont en partie dépendantes de politiques publiques dédiées, dont nous faisons donc l'hypothèse dans TRAMe que celles-ci se prolongent et s'amplifient jusqu'en 2035.

Enfin, dans nos trajectoires, la question économique est bien présente, mais plus pour décrire le champ de contraintes et de possibles dans lequel se retrouvent les ménages que comme condition première des changements observés. La dimension budget ne constitue en effet pas nécessairement un obstacle insurmontable à une évolution des pratiques. D'une part car certains changements n'impliquent pas forcément de surcoût économique, comme celui de rééquilibrer ses apports caloriques et protéiques en faveur des denrées végétales. D'autre part, pour les changements impliquant de potentiels surcoûts (e.g. produits de gammes supérieures, issus de modes de production durables, calories « chères » comme les fruits et légumes, etc.), les ménages ont des leviers directement à leur disposition comme la modification du panier ou la réallocation du budget pour ceux qui le peuvent. Ils doivent aussi pouvoir compter sur les options offertes par la puissance publique ou le monde associatif. Nos 12 parcours représentent donc une diversité de situations, en termes d'impact sur le budget d'un régime plus durable, de revenu et de consentement à payer.

Encadré 3.

Quelle place pour le goût et le plaisir ?

Les concepts de « goût » ou de « plaisir gustatif » peuvent être appréhendés à travers diverses traditions disciplinaires (biologie, économie, sociologie), et au sein de celles-ci, par différentes approches. Le goût est tour à tour considéré par la physiologie comme une « activation sensorielle » qui doit être décodée par nos systèmes sensoriels et neurologiques pour passer de la sensation à la perception (Brondel *et al.*, 2013) ; par la micro-économie comme une « préférence », c'est-à-dire une inclination des individus qui influence leurs choix de consommation (Benhamou & Moureau, 2007) ; par la sociologie du goût comme un « système de dispositions » (c'est-à-dire de tendances, de propensions, de penchants à agir ou penser de telle ou telle manière) et un « système d'oppositions » (à une non-consommation s'oppose une consommation) (Grignon, 1988), matérialisé par des « représentations et pratiques sociales » qui permettent de juger du « bon goût » d'une consommation ou d'un comportement, au service d'une logique de distinction (Depecker *et al.*, 2023).

Ces trois approches disciplinaires ont des fondements différents, notamment l'approche économique qui postule un sujet libre et autonome dans la détermination de ses choix, tandis que la tradition sociologie s'intéresse plutôt aux effets de contexte, de position et de structure sociale en ce qu'ils contraignent les individus.

Toutefois, aucune ne fait l'hypothèse que le « goût » (ou le plaisir gustatif) est affaire purement sensorielle ou hédonique. Chacune à leur manière, elles soulignent les effets de la répétition, du contexte de la prise alimentaire, de l'apprentissage, de la trajectoire biographique, de la culture (ou des normes), et des groupes sociaux dans la construction de la perception du goût, qui ne peut se résumer aux qualités organoleptiques d'un aliment.

- Les recherches en **physiologie** révèlent que « les habitudes alimentaires peuvent modifier le goût » (Brondel *et al.*, 2013), ou encore que le traitement par le cerveau des sensations gustatives se fait au prisme du stock mnésique (la mémoire), qui est façonné par les facteurs internes (faim, douleurs) mais aussi l'accumulation des expériences et représentations de l'individu. Ainsi une même molécule (comme celle responsable du goût sucré) peut être perçue comme plus ou moins amère et plaisante gustativement selon les époques, les géographies et les individus (Moriniaux, 2004). « Au

total, le goût d'un aliment peut être agréable indépendamment de sa saveur car il rappelle une situation de l'enfance, le caractère agréable de l'environnement ou les besoins nutritionnels du sujet » (Brondel et al., 2013).

- En **économie**, la notion de « préférence » s'enrichit de travaux qui postulent une asymétrie d'information : il existerait des préférences hypothétiques, qui sont celles des individus en situation de parfaite connaissance, et les préférences réelles (Benhamou & Moureau, 2007). Les autrices notent aussi que certains économistes mettent en avant le rôle des consommations du groupe d'appartenance ou des consommations passées pour expliquer les choix de consommation présents.
- Enfin, la **sociologie** du goût apporte une rupture avec les deux premières disciplines en ce qu'elle n'étudie pas les choix ou expériences individuelles, mais plutôt la construction sociale des préférences des individus et des ménages. Ces préférences tiennent ensemble et forment un tout cohérent au niveau du groupe social (un style de vie), ont une visée distinctive à l'égard des autres groupes sociaux et sont marquées tout à la fois par les dispositions, les conditions de vie et le niveau de vie (Depecker et al., 2023 ; Grignon, 1988). Certaines consommations ou certains comportements sont ainsi de vrais « marqueurs de classe », ou peuvent jouer le rôle de « frontière symbolique » entre un groupe social et les autres (Lamont & Molnár, 2002). Le plaisir est relativement absent de ce champ de recherche, et a plutôt été traité par la sociologie du « mangeur » (Dupuy, 2014). Dans cette perspective, le plaisir est à resituer dans un contexte social plus large, et peut être appréhendé non pas comme *constitutif* du goût (comme l'indiquerait une perspective économique), mais plutôt comme *l'expression* de la matrice sociale qui détermine celui-ci. Le plaisir sensoriel existe, mais il ne peut être décorrélé des caractéristiques de la personne ou du groupe social qui en fait l'expérience.

Alors, quid du goût et du plaisir dans le scénario TRAMe ?

Le goût et le plaisir sont des données importantes lorsque l'on parle d'alimentation. Comme on l'a vu, les différentes disciplines qui s'y intéressent (malgré leurs différences) ne les isolent jamais complètement. Au contraire, que l'on prenne le goût comme un critère du choix alimentaire (en économie) ou comme une dimension de l'expérience sensorielle (physiologie), le poids du contexte (notamment des environnements alimentaires), de la trajectoire biographique, des normes sociales et de la position sociale est toujours souligné. Dans notre approche inspirée de la tradition sociologique et de

la théorie des pratiques, nous mobilisons et prolongeons ces postulats, avec les hypothèses suivantes :

1. **Les goûts sont principalement sociaux.** Ils n'existent pas par eux-mêmes, en dehors de la rencontre entre un ménage ou un individu et les environnements alimentaires. Cela ne conduit pas à nier l'expérience sensorielle mais à la considérer comme le produit de la rencontre entre des schèmes sociaux, une trajectoire et un système gustatif.
2. **Les goûts peuvent être saisis au niveau des groupes sociaux.** Dans notre approche, nous projetons dans le futur les pratiques de 12 groupes sociaux, et non celles des individus. L'approche sociologique du goût est donc particulièrement appropriée dans ce cas et nous représentons les goûts comme insérés dans les pratiques elles-mêmes. Pour des besoins pédagogiques, nous les glissons dans la composante « normes sociales » (voir **Figure 4**) en ce qu'ils font référence à ce qu'il est de « bon goût » pour un ménage de consommer ou faire.
3. **Les goûts sont le fruit de la rencontre entre une « matrice » sociale et une offre alimentaire.** Ainsi, on peut considérer qu'ils ne sont pas immuables mais influencés par les environnements alimentaires et l'expérience qu'en font les ménages. Dans la droite ligne de la théorie des pratiques, on porte ici attention aux soubassements matériels (les magasins, l'offre agro-industrielle, etc.) du social.
4. **Les goûts ont une histoire, et celle-ci n'est pas la même pour tous.** D'ici à 2035, les goûts dominants auront peut-être évolué, de même que les goûts des différents groupes sociaux, du fait des évolutions que nous postulons dans les environnements alimentaires. Ils l'ont déjà fait par le passé. Ainsi le « goût » pour le sucré ou la viande ont évolué à travers les époques, et se sont traduits différemment dans la société. On peut envisager que le « goût » pour la viande aura à nouveau évolué en 2035 ou 2050. Par ailleurs, des changements de consommation peuvent advenir sans même que ce goût n'évolue fortement, sous l'influence d'autres facteurs qui rendent tout simplement la viande moins présente dans les lieux d'achats ou de restauration par exemple.

Méthodologie de construction du scénario TRAMe

Le scénario TRAMe résulte de la combinaison d'une approche qualitative et d'une approche quantitative, comme représenté sur la **Figure 5**. La première étape (1) a consisté à construire les 12 groupes sociaux, sur la base d'une part de la littérature existante et des entretiens d'experts, et d'autre part de données descriptives des ménages français et de leurs effectifs dans la population. La deuxième étape (2) a consisté à décrire ces 12 groupes sociaux, ainsi que leurs trajectoires d'évolution des consommations alimentaires entre 2023 et 2035, sur la base d'un inventaire des changements d'environnements alimentaires possibles. La troisième étape (3) a consisté en une traduction quantitative des évolutions de consommation de viande, et en l'estimation de leurs résultats à l'échelle nationale. Chacune de ces étapes est décrite dans les parties qui suivent.

Typologie en 12 groupes sociaux et description de leurs pratiques et consommations alimentaires

La construction des 12 groupes

La construction des groupes sociaux devait satisfaire quatre grands besoins :

1. représenter avec suffisamment de finesse la diversité sociale, ce qui impliquait un certain nombre de groupes ;
2. assurer une certaine homogénéité sociale au sein des groupes et en termes de pratiques alimentaires et d'environnements fréquentés (ex. similitude dans le niveau de contrainte financière, les normes

sociales, les magasins fréquentés, etc.), permettant donc l'application de notre cadre méthodologique ;

3. quantifier les effectifs et les consommations alimentaires des groupes avec les données disponibles ;
4. projeter les effectifs des groupes dans la population à horizon 2035.

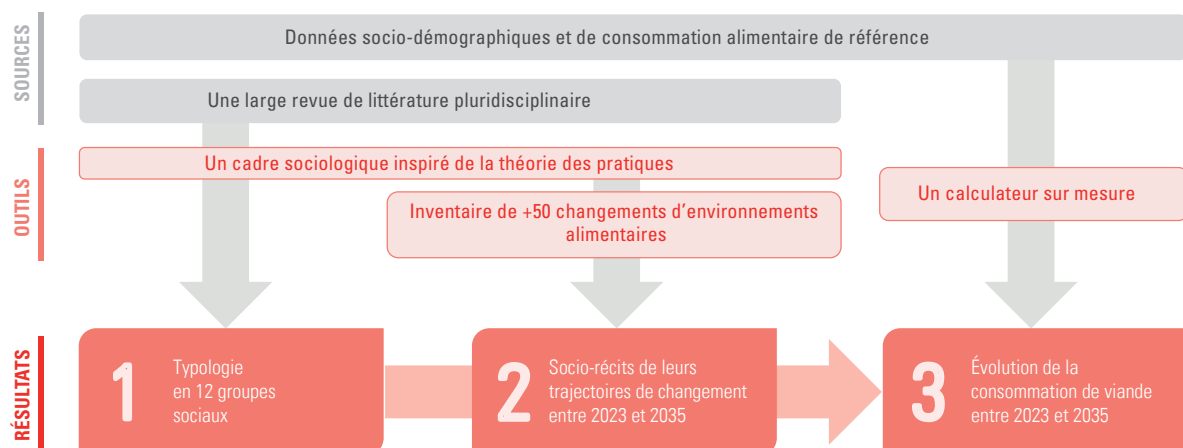
Pour élaborer ces groupes, il a fallu tout d'abord sélectionner les six variables socio-démographiques à partir desquelles les définir : sexe, âge, niveau de diplôme, niveau de vie¹² du ménage, taille de l'agglomération habitée et configuration du ménage (personne seule, couple, famille). Chacun des groupes sera ainsi *in fine* défini par la combinaison de ces six variables (voir Tableau A1 en annexe). Ces variables socio-démographiques ont été choisies pour (i) leur capacité à expliquer les comportements alimentaires et les contraintes des individus ; et (ii) leur présence dans les différents jeux de données utilisés.

→ Par exemple, le groupe 01 « familles aisées diplômées » rassemble toutes les personnes – peu importe leur sexe, leur âge, ou leur lieu d'habitation – vivant dans des familles dont le niveau de vie est élevé, et dont le niveau de diplôme des adultes est au moins Bac+2.

Ensuite, nous avons composé un nombre limité de groupes à partir de toutes les combinaisons possibles issues du croisement de ces six variables. L'identification des 12 groupes s'est faite dans un processus de croisement de travaux issus de plusieurs corpus de littérature : des typologies existantes

¹² Le niveau de vie correspond au revenu disponible du ménage par unité de consommation.

FIGURE 5. Synthèse visuelle de la méthodologie du scénario TRAMe2035 et de sa mise en œuvre opérationnelle



de mangeurs ou de consommateurs ; des travaux sur la stratification sociale ; des travaux de sociologie de l'alimentation et de la consommation et des pratiques durables (voir [Livret 3 - Cadre méthodologique](#)). Ce processus complexe cherchait à la fois à identifier des groupes suffisamment cohérents en termes de pratiques alimentaires, des idéaux-types intéressants et représentatifs de la société afin de mener l'exercice de scénarisation ; et à s'assurer *via* l'appariement avec les bases de données quantitatives que nous saisissons ainsi la quasi-totalité de la population (voir section suivante concernant l'estimation quantitative des groupes). Le **Tableau A2** en Annexe présente les caractéristiques socio-démographiques des groupes.

Cette démarche méthodologique est inédite au regard des autres travaux en la matière, en ce qu'elle cherche à maximiser l'homogénéité sociale et l'homogénéité des pratiques au sein de chaque groupe en mobilisant une grande diversité de connaissances. Ces deux dimensions sont indispensables pour permettre de les projeter dans le futur, c'est-à-dire de déployer une trajectoire d'évolution en prenant en compte contraintes et aspirations. Autrement dit, les individus d'un même groupe sont susceptibles d'une part d'être confrontés aux mêmes types de changements d'environnement alimentaire, d'autre part d'y réagir de la même manière. **La diversité obtenue est clé pour construire et mettre en discussion une vision plus fine de ce que représente et nécessite la transition alimentaire.** Malgré cette finesse, précisons que chaque groupe est un idéal-type, c'est-à-dire une simplification parlante, au service d'un but : illustrer une situation de transition. Ainsi, le groupe social, en tant qu'idéal-type, ne peut être représentatif de chaque individu qui le compose.

Estimation quantitative des effectifs et consommations alimentaires de chaque groupe

La construction des 12 groupes sociaux s'est faite par étapes successives, en confrontant approches qualitative et quantitative jusqu'à ce qu'ils couvrent l'essentiel de la population hexagonale (92 %). La définition des groupes sociaux à travers les 6 variables listées plus haut nous permet en effet d'estimer quantitativement la part respective de chaque groupe dans la population totale. Cette estimation des effectifs a été réalisée à partir de données socio-démographiques : le recensement de la population (1968-2019) et l'enquête revenus fiscaux et sociaux (ERFS, 2005-2019) de l'Insee (Insee, 2022a, 2022b). Voir **Encadré 5** partie *Résultats* pour la part de chaque groupe dans la population.

En plus de leurs effectifs dans la population totale, nous estimons les consommations alimentaires moyennes de chaque groupe. Ces estimations reposent principalement sur l'enquête de consommation INCA 3 de l'ANSES (2021) conduite sur les années 2014-2015, ainsi que certaines autres sources comme les données de bilan d'approvisionnement de FranceAgriMer (2024a). Ces consommations alimentaires sont en réalité estimées pour chaque individu-type, défini comme la combinaison entre groupe social, sexe et âge.

➔ Par exemple, le groupe 01 « familles aisées diplômées » compte 6 individus types : enfants, adultes hors seniors, et seniors, à chaque fois hommes et femmes. Cette unité de l'individu-type permet de tenir compte des écarts importants de quantités absolues consommées selon l'âge et le sexe. Les quantités ingérées en grammes par jour sont ainsi estimées pour l'ensemble des 19 produits listés dans l'**Encadré 4** pour chacun des 4 compartiments (80 variables au total donc).

Encadré 4.

Liste des produits et compartiments de consommation alimentaire structurant les estimations quantitatives de quantités consommées

Viande

(dont part dans les aliments multi-ingrédients) :

- Bovin
- Porc
- Volaille
- Autres viandes

Aliments hors viande

- Pain, pâtes, riz...
- Gâteaux, chocolat, sucre
- Laits
- Produits laitiers et œufs (excl. Laits et Fromages)
- Fromages
- Huile
- Produits de la mer
- Fruits et légumes (excl. Pommes de terre)
- Légumineuses, graines et fruits à coque
- Pommes de terre et tubercules
- Boissons
- Jus de fruits, soupes et bouillons
- Plats mixtes
- Autres produits
- Substituts végétaux

Compartiments

- A domicile – fait maison
- A domicile – plats préparés
- Restauration – commerciale
- Restauration – collective

Par ailleurs, nous utilisons l'enquête INCA 3 pour calculer les fréquences et portions moyennes de viande par repas contenant de la viande. Nous calculons d'abord la portion moyenne en grammes de viande (toutes espèces confondues) par repas contenant de la viande. La consommation moyenne de viande par semaine est ensuite divisée par cette portion moyenne pour obtenir une fréquence moyenne par semaine.

La combinaison des informations de consommations moyennes et effectifs nous permet de représenter les quantités totales de viandes ingérées en France, par espèce (bovin, porc, volailles, autres viandes). Les données de consommations moyennes datant de 2015, nous les ajustons en prolongeant jusqu'en 2023 les tendances d'évolution de la consommation de viandes par espèces (bovin, porc, volailles, autre viandes)¹³ et de part de consommation en restauration commerciale.

Le [Livret 3](#) - *Cadre méthodologique* décrit en détail l'approche quantitative globale.

Socio-récits des trajectoires de changements pour chaque groupe

Notre entreprise de scénarisation cherche, comme tout travail de prospective, à faire émerger des futurs possibles en s'appuyant sur une rigueur méthodologique. Plus précisément, elle s'attelle à décrire les modalités d'évolution des pratiques alimentaires à 2035, avec une attention particulière sur la réduction de la consommation de viande, sur la base des interactions possibles entre les changements d'environnement alimentaire et les pratiques pour 12 groupes sociaux. La mise en dialogue de ces deux concepts constitue l'originalité et le cœur de l'approche TRAME.

Cela a deux conséquences principales. D'abord, ce qui est projeté n'est pas une série de futurs possibles pour le système alimentaire, mais plutôt une série de trajectoires possibles vers un même futur jugé souhaitable, celui dans lequel la consommation de viande est réduite en 2035. Ces trajectoires sont celles des 12 groupes par

lesquels nous représentons la diversité de la population française et de son rapport à la consommation de viande. C'est en se fondant sur cette diversité que renseigne la littérature scientifique et experte que nous sommes en mesure de construire des trajectoires différenciées pour ces 12 groupes sociaux. Certes, ceux-ci vont dans la même direction : ils vont tous réduire leur consommation de viande d'ici à 2035 du fait de la cohérence d'ensemble des changements d'environnements. Mais ce qui est essentiel, c'est que cette évolution se fera *dans leurs propres termes*, c'est-à-dire informée de ce que l'on sait de leurs désirs, attentes et capacités. En résumé, la démarche consiste à identifier pour chaque groupe une trajectoire spécifique et plausible de changement de pratique conduisant à une consommation moindre de viande.

Chaque trajectoire est adossée à un socio-récit qui décrit les évolutions des pratiques et représentations de chaque groupe. Pour les construire, nous mobilisons différents champs de la littérature scientifique et experte : à la fois la littérature sur les politiques publiques, les « interventions », expérimentations et leurs effets différenciés au prisme de variables socio-démographiques (en sociologie, sciences du comportement, psychologie, économie) ; la littérature sur le rapport des groupes à l'écologie, à la consommation, l'alimentation et la viande (sociologie), mais aussi les enseignements de typologies existantes qui décrivent les attitudes ou pratiques à l'égard de la consommation durable ou l'alimentation (statistique, sociologie). Cette large revue de littérature scientifique et experte représente près de 130 sources mobilisées pour construire les groupes, qualifier leur point de départ, et construire leur trajectoire de changement. En sus, ce travail a été accompagné par un conseil scientifique pour en consolider l'approche méthodologique, et a fait l'objet de relectures expertes au sein et en dehors de nos structures.

La méthode de scénarisation est appliquée de manière systématique aux 12 groupes. Elle donne lieu à la rédaction de socio-récits (consultable dans le [Livret 2](#) - *Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux*) qui suivent la méthode décrite ci-après. Plus bas, l'**Encadré 7** donne un exemple commenté de l'approche utilisée pour le groupe 6 « familles de classe moyenne urbaines ».

1) La première étape vise à nourrir la « carte d'identité de chaque groupe », à l'aide de la littérature comme de notre exploitation de la base de données INCA 3. Nous décrivons ainsi chaque groupe sur le plan socio-démographique et

¹³ Afin de tenir compte des évolutions qui ont eu lieu entre 2014-2015 (année de l'enquête INCA 3) et 2023, nous ajustons notamment les quantités de consommation de viande sur la base des bilans d'approvisionnement publiés par FranceAgriMer (2024a), fournissant la consommation apparente de viande chaque année depuis 1970. Pour chaque espèce (bovin, porc, volaille, autres viandes), nous faisons l'hypothèse que le ratio entre les quantités disponibles à la consommation en kgcc (FranceAgriMer), et les quantités ingérées en g/j (INCA3) reste stable sur la période 2015-2023, autrement dit que la part de pertes et gaspillages reste la même.

de ses représentations ; son rapport à la consommation et à l'écologie ; et enfin ses pratiques alimentaires actuelles, dont sa consommation de viande. Le niveau de détail des pratiques alimentaires et des consommations d'un groupe à l'autre se veut le plus homogène possible. Toutefois, nous sommes tributaires des travaux (typologies, enquêtes sociologiques, exploitation de données de cohortes etc.) qui ont été réalisés auparavant, un certain degré de variabilité est donc inévitable.

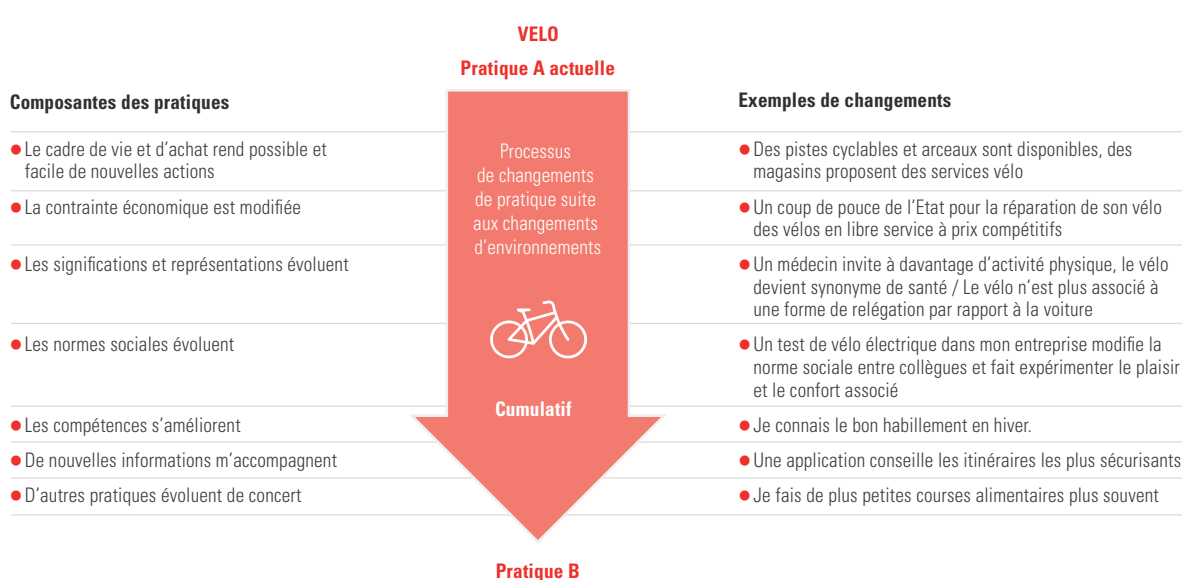
2) En second lieu, nous introduisons une série de modifications de l'environnement alimentaire. Celles-ci sont conçues pour être plausibles d'ici 2035. Nous mobilisons pour cela un inventaire de mesures possibles que nous avons constitué (voir l'annexe du [Livret 2 - Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux](#) disponible en annexe du projet). Ces modifications des environnements ont des effets directs et indirects sur les pratiques des différents groupes sociaux. Avant de le décrire dans la section *Résultats*, mobilisons ici un autre secteur pour l'illustrer, celui de la mobilité. D'un côté, ces modifications changent la *pratique* elle-même, c'est-à-dire que la pratique d'« aller au travail à vélo » prendra un nouveau sens, et sera plus facile à mettre en œuvre dans le cas où l'on postule dans les environnements une évolution des représentations liées à des efforts publicitaires et communicationnels ainsi qu'une amélioration du réseau cyclable. De l'autre, ce changement dans l'environnement sera perçu et approprié différemment selon les groupes considérés. Ainsi, un ménage ne disposant pas des moyens nécessaires pour s'offrir un vélo, ou ne sachant pas le conduire ne bénéficiera

pas de ces évolutions de la même manière qu'un autre qui n'aurait pas ces contraintes. Et *in fine*, si la pratique « vélo » est adoptée, c'est un ensemble de leviers qui en seront les causes (**Figure 6**).

3) Troisième étape : sur le mode du récit, nous décrivons les parcours de changement de chacun des groupes sociaux au contact des modifications décrites en étape 2, produisant ainsi douze socio-récits. Ceci nous permet de tracer une trajectoire d'évolution des pratiques entre le point de départ (2023) et le point d'arrivée (2035). Cette étape est le cœur du modèle de changement du scénario TRAMe : au prisme de ce que l'on sait de chaque groupe (étape 1) et des évolutions de l'environnement (étape 2), il s'agit de qualifier et de décrire les effets possibles sur les représentations et les pratiques observées. Cette forme du socio-récit permet un compromis entre l'intelligibilité, qui nécessite d'explicitier certains liens de « causalité », certains mécanismes de changement, et la dimension nécessairement systémique inhérente à l'évolution d'un mode de vie.

Nous identifions ensuite plus précisément les conséquences sur le rapport de chaque groupe à la consommation de viande : s'agit-il d'une baisse de la taille des portions ? Du remplacement d'un certain type de viande par un autre ? De l'augmentation du nombre de repas cuisinés ou consommés en restauration qui ne comportent pas de viande ? En somme, les socio-récits indiquent des logiques, une direction et une intensité de changement, que nous traduisons quantitativement via

FIGURE 6. L'exemple du vélo



Source : Iddri/I4CE.

des conjectures détaillées sur les variables de notre calculateur, en prenant également en compte les évolutions tendanciennes (ex. part de la volaille dans le total de la viande consommée). Ce travail est effectué suivant une logique systématique où chaque déviation spécifique à un groupe, un compartiment (à domicile, en restauration commerciale etc.), ou une espèce est justifiée dans le socio-récit correspondant. La démarche précise est expliquée dans le [Livret 3 - Cadre méthodologique](#).

Cette méthode comporte nécessairement une part d'interprétation, que nous avons limitée autant que possible par la mobilisation d'un large éventail de littérature issue de disciplines variées. Elle est pertinente avec l'ambition d'un exercice de prospective, c'est-à-dire une démarche qui ne vise pas à prédire ce que seront les pratiques futures, mais à décrire des futurs suffisamment plausibles et détaillés pour soutenir une discussion sur ce qui serait désirable et des conditions à satisfaire pour aller dans cette direction.

Quantification des quantités de viandes consommées à 2035

La situation d'arrivée (2035) est obtenue en combinant les traductions quantitatives de transition de chaque groupe entre 2023 et 2035 avec la projection des effectifs de chaque groupe à 2035.

Les traductions quantitatives d'évolution des groupes s'expriment au travers de variables :

- **Générales** : la répartition de la consommation entre les quatre compartiments (« fait maison », plats préparés, restauration collective et restauration commerciale).
➔ Par exemple, compte tenu des tendances de fond qui sous-tendent l'augmentation de la part de la restauration commerciale dans le total des aliments consommés, nous considérons une poursuite de la tendance au même rythme pour tous les groupes sociaux entre 2023 et 2035.
- **Spécifiques à la viande** : la quantité totale de viandes consommée (passant par une évolution de la fréquence et/ou de la portion moyenne), la part de viande dans le total des aliments consommés dans chacun des quatre compartiments, ou encore la répartition entre les espèces de viande (bovin, porc, volailles, autres) au total et dans les différents compartiments.
➔ Par exemple, un changement d'offre qui introduit un repas végétarien hebdomadaire sur le lieu de

travail implique que la fréquence de consommation de viande baisse d'une occurrence par semaine dans le compartiment « restauration collective », à portion moyenne inchangée (ce qui se traduit par une baisse d'environ 10 % de la consommation de viande).

S'agissant de des hypothèses spécifiques à la viande, la littérature distingue quatre variables dont le niveau relatif joue sur la consommation totale : a) le nombre de consommateur de viande (vs de non-consommateurs) ; b) la fréquence hebdomadaire de consommation (soit le nombre de jour « carnés » dans une semaine) ; c) le nombre d'occasions quotidiennes de consommation et enfin d) la taille des portions (Vonderschmidt *et al*, 2024). Notre outil quantitatif permet d'intégrer ces quatre types d'hypothèses, bien que nous utilisions un unique indicateur de « fréquence » pour refléter les points b et c, qui traduit le nombre de fois où un individu a consommé de la viande dans une semaine. Nous ne modifions que très relativement le nombre total de consommateurs de viande puisque seul un sous-groupe (représentant 0,2 % de la population totale) parmi celui des « femmes seules » prend une trajectoire végétarienne. Les variables centrales mobilisées dans TRAME sont donc la fréquence et la taille de la portion.

Pour chaque groupe, nous calculons donc les quantités moyennes de viandes consommées en 2035 à partir de leur consommation initiale en 2023 et des évolutions décrites dans les socio-récits. Comme expliqué précédemment, les socio-récits sont traduits quantitativement en conjectures sur les variables de portion, fréquence, part de viande par compartiment (à domicile, en restauration), et ventilation par espèce (bovin, porc, volaille).

Les projections des effectifs de chaque groupe à 2035 sont obtenues en combinant les projections démographiques¹⁴ de l'Insee en termes de sexe et d'âge avec nos projections des autres variables socio-démographiques (niveau de diplôme, de revenu, taille de l'agglomération habitée et configuration du ménage) sur la base des évolutions passées. Le choix a été fait de conserver la structure de ces 12 groupes plutôt que d'en redéfinir de nouveaux à horizon 2035, considérant que le cadre socio-démographique est robuste (ex. dans 12 ans, il sera toujours pertinent de distinguer des groupes de seniors). Selon les évolutions démographiques – les individus vieillissent, forment des couples, des familles, etc. –, les individus passent de groupes en groupes. Par souci de simplification et de

¹⁴ Des variantes d'évolutions démographiques ont été utilisées pour réaliser des tests de sensibilité.

lisibilité des résultats ainsi que de cohérence avec notre cadre méthodologique considérant que l'appartenance à un groupe social est prépondérante pour les pratiques, nous adoptons l'hypothèse simplifiée qu'un individu adopte les pratiques de son nouveau groupe.

Les résultats obtenus en termes de quantités ingérées de viande moyennes par personne¹⁵ (en grammes par jour ou par semaine) sont ensuite exprimés en quantités totales disponibles à la consommation (ou *consommation apparente*, en tonnes équivalent carcasse). Cette conversion repose sur l'hypothèse que, pour chaque espèce de viande (bovin, porc, volaille, autres viandes), le ratio calculé en 2015 entre les quantités ingérées (issues de l'enquête INCA3) et les quantités de consommation apparente (issues des bilans d'approvisionnement de FranceAgriMer) reste stable sur toute la période 2015-2035. Autrement dit, nous faisons l'hypothèse que la part de matière perdue ou gaspillée entre l'abattage et la consommation finale reste stable.

Voir le [Livret 3 - Cadre méthodologique](#) pour plus de détails sur la construction de l'outil TRAMeCalc, son fonctionnement, les résultats obtenus et les tests de sensibilité, ainsi qu'une discussion sur ses limites et les modélisations alternatives possibles.

¹⁵ Par manque de données, cette consommation moyenne est calculée pour la population Française hexagonale vivant en ménage ordinaires, c'est-à-dire excluant les 4 % de personnes vivant en Outre-mer, les 2,6 % de personnes vivant en communauté (EHPAD, internat, prisons, etc.), ainsi que les touristes de passage en France. Nous faisons donc l'hypothèse que ces populations suivent la trajectoire moyenne.



RESULTATS.

UN DÉCLENCHEMENT POSSIBLE À HORIZON 2035

Cette partie présente les résultats de la méthodologie qui vient d'être décrite. Nous décrivons d'abord la situation initiale en 2023, à travers la typologie en 12 groupes sociaux qui a été construite : qui sont ces groupes sociaux, quelles sont leurs représentations et consommations alimentaires à l'heure actuelle. Nous décrivons ensuite leurs trajectoires spécifiques sur la période 2023-2035 ainsi que leurs consommations alimentaires à la fin de la période. Quatre grands types de trajectoires sont distinguées, traduisant schématiquement la diversité des aspirations et contraintes des groupes sociaux. Nous discutons enfin les implications de ce scénario pour la période post-2035.

Encadré 5

Carte d'identité des groupes

Les 12 groupes sociaux du scénario TRAMe et leur part dans la population totale (%)

Avant de décrire les évolutions imaginées dans le scénario TRAMe, nous décrivons ici le point de départ de la prospective : les 12 groupes qui sont au cœur de l'exercice, et leurs caractéristiques et régimes alimentaires en 2023.

Nous avons construit 12 groupes relativement homogènes dans leurs caractéristiques socio-économiques et leur identification à des pratiques écologiques et alimentaires (voir *Comment*). Ces groupes représentent plus de 90 % de la population française sur la période 2023-2035. Ensemble, ils couvrent une grande diversité de situations, et ce d'autant plus qu'ils sont pour la plupart divisés en sous-groupes pour ce qu'il s'agit de leur trajectoire de transition. Chaque groupe est un idéal-type, c'est-à-dire une simplification parlante, qui permet d'explorer différentes configurations de changements et d'évolution des pratiques.

Ci-dessous sont décrit très succinctement les 12 groupes de manière qualitative : leur part dans la population, leurs caractéristiques socio-démographiques, leur représentation des enjeux environnementaux et de l'alimentation. Le résumé proposé ici met en exergue des singularités de chaque groupe (aspirations, contraintes, questionnements...), c'est-à-dire des éléments particulièrement importants à prendre en compte dans une logique de transition et l'exploration de sa trajectoire. Cela ne signifie pas pour autant que d'autres éléments, qui peuvent être signalés chez d'autres groupes, en sont totalement absents. Par exemple, rappelons que les attitudes favorables à l'alimentation durable sont aujourd'hui de plus en plus largement répandues dans la société, tout comme plus largement les préoccupations environnementales. Mais elles ne sont pas présentes avec la même intensité, ni ne s'expriment suivant la même logique ou avec le même poids vis-à-vis d'autres enjeux dans tous les groupes sociaux*. Les 12 socio-récits complets sont présentées dans le [Livret 2 - Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux](#) de ce travail. Le **Tableau A2** en Annexe présente les caractéristiques socio-démographiques des groupes (sexe, âge, structure du ménage, revenu, lieu de vie, diplôme).

NB : la numérotation des groupes est purement instrumentale, l'ordre n'a pas de sens particulier.

G01

12 %

Familles aisées diplômées

Ces familles possèdent un niveau de diplôme moyen ou élevé et des revenus importants. Elles se sentent concernées par la transition, mais leur mode de vie demeure polluant – leurs voyages ou leurs équipements – malgré les petits gestes qu'elles mettent en place. Elles consomment souvent hors de leur domicile et sont sensibles aux discours nutritionnels. Sur le plan des produits carnés, elles tentent de réduire une consommation légèrement supérieure à la moyenne des groupes.

G03

8 %

Familles de classes moyennes rurales

Ces couples, dont la majorité vit avec des enfants, croisent revenus et niveau de diplôme moyens et ancrage en ruralité. Les aspirations à la consommation matérielle et ostentatoire sont fortes tout comme la crainte d'un déclassement et celle de devoir s'en priver si les revenus diminuaient. Elles n'empêchent pas cependant une certaine appréciation des petits gestes, loin de toute radicalité politique. Nourriture et produits carnés (notamment le porc) sont considérés comme une source de plaisir très fréquente qu'une attention à la santé vient légèrement réguler.

G02

9 %

Familles urbaines modestes

On retrouve dans ce groupe une très large majorité de familles, vivant en ville moyenne ou grande, et disposant de moyens modestes**, associés à des métiers peu qualifiés et pénibles. Leur mode de vie, et l'alimentation n'y fait pas exception, est frugal par contrainte, ce qui peut engendrer des sentiments de frustration. Leur consommation de viande est dans la moyenne, notamment soutenue par l'habitude, le plaisir ou la praticité.

G04

5 %

Familles rurales modestes

Ces ménages, en grande majorité des couples avec enfants, vivent en ruralité et disposent des moyens modestes souvent associés à des métiers peu qualifiés. Alors que plusieurs aspects de leur mode de vie se caractérisent par une forme de prudence, de sobriété et d'entraide locale, les individus de ce groupe ressentent une forme de rejet de l'écologie qu'ils associent à la ville et ses facilités. La consommation de viande et de produits carnés est plus élevée que la moyenne, et associée au plaisir de repas riches et conviviaux.

* Pour construire la typologie, nous nous sommes appuyés sur les nombreux travaux qui décrivent ces différences (e.g. Baudry *et al.*, 2016 ; Delanoue *et al.*, 2018 ; Dembo *et al.*, 2017 ; FranceAgriMer & Ifop, 2021 ; Ginsburger, 2020 ; Greenflex & Ademe, 2024 ; Legendre, 2008 ; Sessego & Hebel, 2018)

** Nous ne prenons pas en compte les ménages en situation de grande précarité ou les ménages non « ordinaires » (sans domicile, vivant à l'hôtel ou en communauté etc.) qui échappent à la statistique nationale à laquelle s'adosse notre étude.

G05**3 %****Ménages aisés très diplômés**

Ces ménages – couples sans enfants ou personnes seules – cumulent revenus élevés et niveaux d'études importants. Ils se sentent très concernés par la crise écologique et le font savoir, par le discours ou des gestes mis en avant. Ils font en sorte de faire évoluer leur mode de vie vers plus de sobriété – tout en excluant généralement du spectre de leurs efforts le voyage en avion. Ils sont le groupe qui mange le plus en restauration commerciale. Ils cherchent à « convertir » pleinement leur alimentation, déjà en « bio » ou en circuits courts, en réduisant leur consommation de produits animaux déjà légèrement inférieure à la moyenne.

G06**9 %****Familles de classe moyenne urbaines**

Ces ménages, en grande majorité des couples avec enfants, sont caractérisés par leurs revenus faibles ou moyens, et par une hétérogénéité forte en termes de diplôme. La contrainte matérielle et la sobriété qu'implique ces revenus sont présentées par ces ménages comme une frugalité choisie. Ils remettent en cause certains aspects de leur mode de vie, et notamment la place des produits animaux dans leur alimentation, poussés par une quête d'authenticité et de respectabilité.

G07**4 %****Femmes seules**

Ce groupe rassemble des femmes vivant seules qui se ressemblent dans une sensibilité à la sobriété dans la consommation (pour des raisons environnementales ou de santé voire de diététique) plus ou moins traduite dans les actes, et dans des conditions matérielles parfois très différentes. Les contraintes économiques et un intérêt limité porté aux repas jouent aussi en ce sens. Elles tendent donc à faire évoluer leur mode de vie, ce que l'autonomie garantie par le fait de vivre seule facilite. Elles tendent à réduire de manière importante la place, déjà assez faible, des produits animaux dans leur alimentation.

G08**4 %****Hommes seuls**

Ce groupe rassemble des hommes vivant seuls qui cumulent des revenus faibles ou moyens avec une absence de diplôme ou des études supérieures courtes. Absorbés par un quotidien non exempt de contraintes, ces hommes, dans leur grande majorité, se sentent peu concernés par la crise écologique. L'alimentation est vue comme une affaire qui doit se traiter simplement et efficacement : satiété, simplicité et éventuellement plaisir. Les produits carnés ont l'avantage, selon eux, de cocher ces trois critères et ils sont consommés très régulièrement et en quantités importantes.

G09**7 %****Étudiants**

Le groupe des étudiants est socialement aussi divers que la société dans son ensemble : la stratification sociale s'y reproduit. Ce qui rassemble les individus de ce groupe, c'est toutefois un positionnement temporel très précis dans leur existence. Il s'agit d'un moment où les habitudes, notamment alimentaires, sont questionnées ou évoluent fortement en même temps que d'autres aspects du mode de vie. Dans leur grande majorité, les étudiants ont à faire face à une forme de contrainte – qu'il s'agisse du temps, de l'espace ou des moyens dont ils disposent pour construire leurs habitudes alimentaires d'adultes. Leur consommation actuelle de viande est bien au-dessus de la moyenne.

G10**13 %****Séniors aisés**

Ces ménages de séniors, seuls ou en couple, se ressemblent à travers un mode de vie relativement confortable, reposant sur des revenus moyens à élevés. Les individus de ce groupe valorisent particulièrement la consommation matérielle, conçue comme un acquis moderne. Ils sont peu réceptifs au discours écologique, voire agacés par lui. L'alimentation est pour eux un vecteur d'identité et de plaisir – ce à quoi les produits animaux contribuent. Les impératifs de santé, auxquels ils sont tout de même attentifs malgré leurs discours, font qu'ils n'en ont pas une consommation massive.

G11**5 %****Séniors à faible niveau de revenu et diplôme**

Ces ménages de séniors, seuls ou en couple, ont un mode de vie frugal, dû à la prudence impliquée par des revenus faibles. Ils ne sont pas hostiles au discours écologique, mais ils n'en voient pas forcément l'utilité quand c'est plutôt ce qui est de l'ordre du « raisonnable » ou du « bon sens » économe qui les anime, en lien avec une éducation peu consumériste. Ils ont une consommation de produits carnés légèrement inférieure à la moyenne.

G12**12 %****Ménages aisés peu diplômés**

Ces ménages, principalement composés de familles et de couples, ont la particularité de croiser des revenus élevés avec un faible niveau de diplôme. Ils valorisent le confort matériel, les formes ostentatoires de consommation et nourrissent une forme de méfiance face à toute remise en question profonde de leur mode de vie. L'alimentation, bien qu'elle ne soit pas le type de consommation où s'expriment de façon privilégiée leur statut et leur position sociale, est synonyme de convivialité, de plaisir, mais aussi de tradition – laquelle se cristallise notamment dans les produits carnés. Ils en ont une consommation particulièrement élevée.

Point de départ de l'exercice : 2023

Consommations actuelles : la viande omniprésente pour l'ensemble des groupes

Nous décrivons ici de manière plus quantitative les pratiques et consommations alimentaires des 12 groupes. NB : Dans ce qui suit, tous les résultats sont exprimés pour des groupes « hors enfants » (sauf pour les fréquences et portions), car la part des enfants dans chacun des groupes est très différente (de 0 % à 38 %), et ainsi susceptible de brouiller l'interprétation des valeurs.

En France, un adulte consomme en moyenne environ 1 330 grammes par jour (g/j) d'aliments hors boissons, dont 130 g/j¹⁶ de viande (910g/semaine). Cette consommation de viande est légèrement plus

élevée que la moyenne européenne, et près du double de la consommation moyenne mondiale¹⁷.

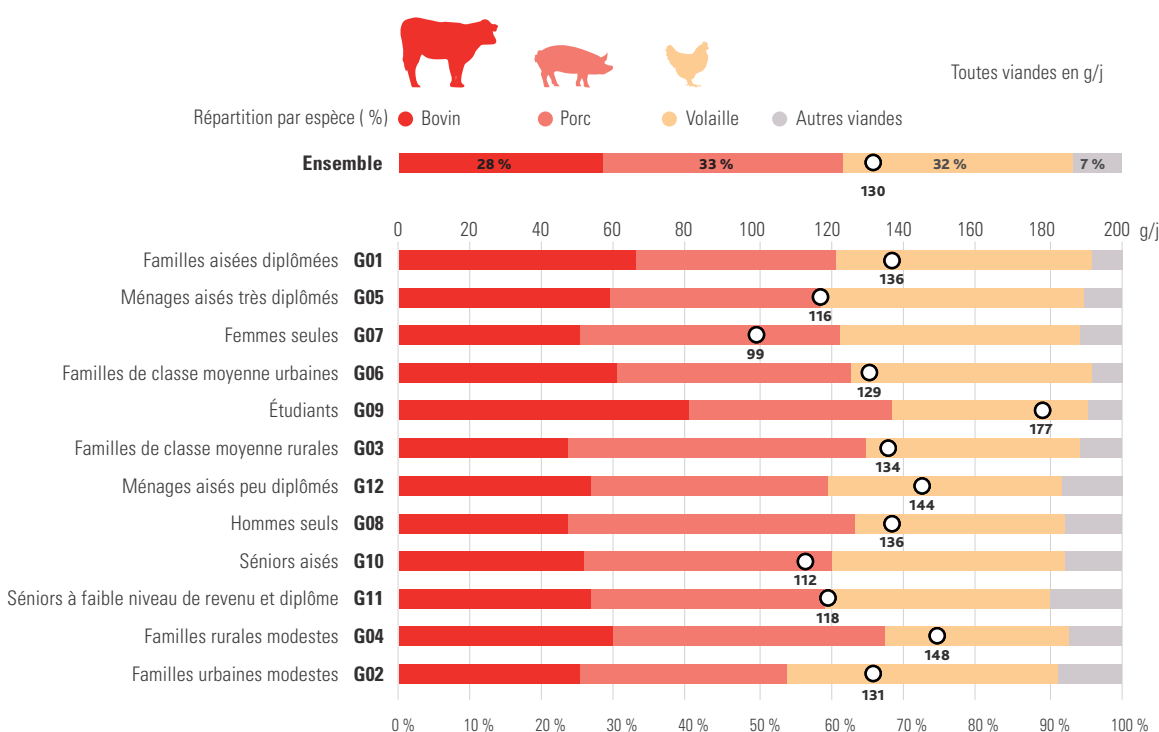
En 2023, sauf exceptions, les quantités totales d'aliments hors boissons consommées sont relativement homogène entre les groupes (voir Figure 17 en annexe). Pour chaque groupe, ces quantités totales consommées sont toutes au maximum à plus ou moins 5 % de la moyenne observée de 1 330 grammes par jour. Toutes à l'exception du groupe 11 des « seniors à faible niveau de revenu et de diplôme » et du groupe 2 des « familles urbaines modestes », qui consomment respectivement les quantités les plus faibles (-17 %) et les plus élevées (+11 %) d'aliments hors boissons¹⁸.

¹⁶ La consommation de viande de 2023 inclut les viandes contenues dans les aliments ou plats multi-ingrédients, et a été ajustée par rapport à 2015 pour tenir compte des évolutions de consommation entre ces deux dates. La consommation totale d'aliments hors boissons en revanche n'a pas été ajustée entre 2015 et 2023, faute de données le permettant.

¹⁷ En 2023, les quantités de viande disponibles pour la consommation sont de 83,3 kg équivalent carcasse (kgec) en France (FranceAgriMer, 2024a), 82,9 kgec en Union européenne (Joint Research Centre, European Commission, 2024), et 44,5 kgec dans le monde en 2022 (FAO, 2024a).

¹⁸ En retirant également du total la catégorie « Jus de fruits, soupes et bouillons », le constat est le même mais c'est le groupe 9 des « étudiants » qui a la consommation la plus élevée (+8 %) et toujours le groupe 2 des « familles urbaines modestes » la plus faible (-15 %).

FIGURE 7. Consommation de viande moyenne et répartition par espèce, selon le groupe social (hors enfants) en 2023



Source : données INCA 3 (ANSES), traitement I4CE/Iddri.

La composition du régime, au contraire, est très variable d'un groupe à l'autre. La part des fruits et légumes dans le total des aliments consommés est particulièrement hétérogène, allant du simple (12 % pour le groupe 9 des « étudiants ») à plus du double (27 % pour le groupe 10 des « seniors aisés »). Les quantités de céréales (pain, pâtes, riz) et de lait consommées sont également très contrastées entre les groupes.

Sauf exceptions, la consommation de viande des adultes est resserrée avec plus ou moins 20 g/j (soit une tranche de jambon cru) autour de la moyenne de 130 g/j. Les deux exceptions sont le groupe 7 des « femmes seules » avec environ 100 g/j, et le groupe 9 des « étudiants », qui en consomme quasiment deux fois plus (Figure 7). Cette faible variation se retrouve d'autant plus lorsque la consommation de viande est rapportée à la consommation totale hors boissons : cette part oscille pour tous les groupes à plus ou moins 2 points de pourcentage autour de la moyenne de 10 % (Figure 17).

De même, la répartition de cette consommation de viande par espèce (bovin, porc, volailles, autres viandes) est relativement similaire entre les groupes (Figure 7). Ceci à nouveau à l'exception du groupe 9 des « étudiants », qui se démarquent par leur forte consommation de viande bovine, et leur plus faible consommation de porc que la moyenne nationale. Le groupe 4 des « familles rurales modestes » se distingue quant à lui par une faible consommation de viande de volaille, au bénéfice des autres viandes et du porc.

Cette consommation moyenne de viande se caractérise par différentes combinaisons de fréquences et de portions moyennes (voir Encadré 5, et Figure 18 en annexe). Ce sont les adultes du groupe 12 « ménages aisés peu diplômés » qui consomment de la viande le plus fréquemment (plus de 12 fois par semaine), mais avec une portion comparable à la portion moyenne des adultes. À l'inverse, les adultes du groupe 7 « femmes seules », 2 « familles urbaines modestes », et les groupes des seniors (10 et 11) sont ceux qui consomment de la viande le moins fréquemment (environ 10 fois par semaine), soit quatre déjeuners ou dîners sans viande dans la semaine. Une première remarque concerne ainsi la fréquence de consommation de viande : contrairement aux déclarations faites dans certains sondages d'opinion, la fréquence moyenne de consommation est très élevée (11 fois par semaine) (voir Encadré 6) et la portion moyenne relativement faible (environ 80 grammes par repas contenant de la viande). Autre élément à noter : 97 % en moyenne (plus ou moins 2 points selon les groupes) de la consommation de viande a lieu lors du déjeuner ou du dîner.

Encadré 6.

Comprendre les fréquences et portions moyennes de consommation de viande

La fréquence moyenne (11 fois par semaine) calculée à partir de l'enquête INCA 3 peut sembler élevée. En effet, d'après notre estimation, selon les groupes, seuls deux à quatre déjeuners ou dîners ne contiendraient pas de viande. Pourtant, certaines études d'opinions donnent à voir un autre tableau. Par exemple, dans le sondage Harris interactive (2023), une majorité de Français rapportent une consommation de viande hebdomadaire (62 %), contre une minorité de consommation quotidienne (27 %).

Les sondages concernant la consommation de viande sont connus pour être bien moins fiables que les enquêtes de consommation, car les répondants ont une conception biaisée de leur consommation alimentaire à plusieurs égards (Crédoc et al., 2020). En particulier, les répondants ont tendance à se focaliser sur les pièces de porc et de bœuf consommées à domicile en plat principal, et à sous-estimer la viande contenue dans des plats préparés (sandwich, pizza, quiche, etc.), en entrée, la viande de volaille, les consommations hors domicile, les consommations occasionnelles, etc. Or par exemple, les deux tiers de la viande de porc sont consommés sous forme de charcuterie en France (FranceAgriMer, 2024a), soit en moyenne 200 g par semaine et par personne et donc, par exemple, 5 tranches de jambon blanc. Si l'on ajoute à cela plusieurs portions de volaille (sandwich, cuisse de poulet ou aiguillette, etc.) ainsi que de la viande bovine (ex. steak haché, pâtes bolognaises), on comprend mieux les fréquences et portions moyennes obtenues à partir des données de l'enquête INCA 3.

Notre estimation de la fréquence moyenne de consommation de viande est en revanche cohérente avec d'autres enquêtes de consommation. L'enquête du Crédoc (2018), menée sur la décennie 2010, indique également des fréquences entre 10 et 12 fois par semaine, et l'enquête FranceAgriMer et Ifop (2021) compte 25 % de répondants consommant de la viande moins d'une fois par jour. Cette dernière enquête compte 73 % « d'omnivores » (consommant de la viande tous les jours), 20 % de « flexitariens » (moins d'une fois par jour), 5 % de « flexitariens marqués » (une fois par semaine) et 2 % de régimes sans viande. En considérant que les premiers consomment de la viande à tous les repas (14 fois par semaine), les flexitariens 6 fois par semaine, et les flexitariens marqués une fois par semaine, nous obtenons une moyenne de 11,5 fois par semaine.

Par ailleurs, le niveau de consommation par rapport à la moyenne des groupes à revenus élevés peut surprendre alors qu'une idée répandue voudrait que la consommation de viande soit inversement corrélée au niveau de revenu. Pourtant, dans nos données issues d'INCA 3 (qui décrivent la consommation de viande y compris celle contenue dans les plats préparés et aliments multi-ingrédients), nous obtenons une relation non linéaire entre ces deux variables (voir Figure 21 en Annexe). Rappelons également que le niveau de revenu n'est pas la variable socio-démographique la plus déterminante (par rapport au sexe et à l'âge par exemple). Le groupe 1 par exemple comporte légèrement moins de femmes et beaucoup moins de seniors que la population générale, ce qui explique également son niveau légèrement plus élevé de consommation de viande par rapport à la moyenne.

Pour tous les groupes, l'essentiel de la consommation alimentaire se fait à domicile, à partir de produits achetés en distribution et cuisinés (83 % en moyenne, voir **Figure 8**, et **Figure 19** en annexe). Cela ne signifie pas que les Français cuisinent majoritairement à partir d'aliments bruts, car la notion de « plats préparés » que nous utilisons, celle FranceAgriMer (2024b), est très restrictive¹⁹, et celle de « fait maison » très large. Ainsi les salades et sandwiches, soupes, ou encore des aliments traiteurs (pâtes fraîches farcies, galettes végétales, etc.), se retrouvent dans le « fait maison », aux côtés également d'aliments transformés tels que les gâteaux, sauces, biscuits apéritifs, etc. Les plats préparés ainsi définis représentent 7 % de la consommation alimentaire hors boissons en moyenne²⁰, et la restauration hors domicile (RHD) 12 %, dont 8 % de restauration commerciale.

¹⁹ Les plats préparés à base de viande, de pâtes, de pommes de terre ou produits de la mer, pizza, quiche et tourtes, frais, surgelés ou appertisés (c'est à dire en conserve).

²⁰ L'enquête INCA 3 ne permet pas de distinguer les plats « fait maison » de ceux issus de l'industrie agroalimentaire. Faute de mieux, et sur la base d'un rapport de FranceAgriMer (2024b), nous avons considéré que les plats préparés représentaient 7 % de la consommation à domicile pour tous les groupes, et que leur contenu était identique à celui de la consommation à domicile « fait maison ». Les résultats concernant les plats préparés à l'échelle des groupes ne doivent ainsi pas être interprétés au même titre que les autres compartiments.

Ces répartitions sont, elles encore, contrastées selon les groupes (**Figure 8**, et **Figure 19** en Annexe). Les groupes des seniors (10 et 11) ne fréquentent pas la restauration collective²¹, et sont ceux qui consomment le plus à domicile « fait maison ». À l'inverse, les groupes aisés ainsi que les étudiants sont ceux qui consomment le plus en restauration hors domicile (collective ou commerciale). Pour tous les groupes en revanche, une assiette consommée en restauration contient plus de viande qu'une assiette consommée à domicile.

Enfin, bien que les résultats soient présentés ici en moyenne par groupe social, il est important de garder à l'esprit que ces groupes comportent eux même de la variabilité. Le sexe, l'âge et le niveau de diplôme sont des déterminants particulièrement importants de la consommation alimentaire en valeurs absolues et relatives, en particulier pour la consommation de viande (voir **Figure 20 et 21** en Annexe). Les hommes consomment 34 g/j de viande de plus que les femmes, les adultes non seniors 23 g/j de plus que les seniors, les étudiants 55 g/j de plus que la moyenne française de 122 g/j.

²¹ Les seniors décrits excluent les personnes vivant en institutions (EHPAD notamment), car les statistiques sont largement manquantes sur ces populations.

FIGURE 8. Part de chaque compartiment dans la consommation alimentaire totale (hors boissons) et dans la consommation de viande pour certains groupes (hors enfants) en 2023 (en %)



Note : La consommation à Domicile de plats préparés est fixée à 7 % pour tous les groupes, faute de données permettant de différencier ces consommations selon les groupes.

Source : données INCA 3 (ANSES), traitement I4CE/Iddri.

Trajectoires d'évolution des pratiques de consommation de viande des Français entre 2023 et 2035

Dans cette partie, nous décrivons le scénario TRAME à proprement parler. Nous commençons par détailler les différents changements d'environnements alimentaires que nous mobilisons pour simuler des trajectoires d'évolution. Nous résumons ensuite la manière dont ces changements d'environnements alimentaires impliquent des évolutions dans les pratiques alimentaires des différents groupes sociaux – ces socio-récits étant décrits en détail dans le [Livre 2 - Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux](#). Enfin, nous présentons la manière dont ces évolutions se traduisent en termes quantitatifs uniquement sur le volet de la consommation de viandes.

Évolution des environnements alimentaires

L'exercice TRAME est fondé sur une série de modifications de l'environnement alimentaire. Prises une à une, ces évolutions peuvent sembler mineures. Mais combinées entre elles, ces modifications incrémentales font système en agissant sur toutes les dimensions des environnements alimentaires, en cohérence avec la diversité des pratiques, représentations et contraintes des individus.

Ce choix de s'appuyer sur une multitude de « petits » changements provient du constat que les ruptures dans le système alimentaire sont rares, ou proviennent de dynamiques externes à celui-ci, comme les évolutions du monde du travail, ou l'interaction avec d'autres secteurs économiques²². De la même manière, le développement de l'alimentation transformée et des plats préparés est lié à des dynamiques de long terme comme l'entrée massive des femmes sur le marché du travail, ou l'accès croissant aux loisirs qui ont des conséquences sur le temps disponible et son allocation. À l'horizon relativement court de TRAME (2035), et avec le souhait de ne pas reposer sur des ruptures majeures externes au système alimentaire, c'est l'effet de cette multitude de « petits » changements que nous souhaitons explorer.

Cette diversité de changements vise également à correspondre à la diversité des groupes sociaux, de leurs contraintes, pratiques, et aspirations. Un même changement (e.g. développement du Rémunéra-score²³,

ouverture des CROUS en soirée, évolution de l'offre des cantines professionnelles, etc.) ne touchera pas les mêmes groupes, ni ne les touchera de la même manière. En effet, au-delà de l'évidence (le groupe « ménages aisés très diplômés » ne sera pas impacté par les évolutions de l'aide alimentaire puisqu'il ne l'utilise pas), il s'agissait aussi de décrire le plus finement possible la réception socialement différenciée de certaines évolutions dites « universelles » en ce qu'elles sont censées concerner tout le monde. Une idée battue en brèche par la littérature sociologique et expérimentale qui montre bien l'appropriation différenciée d'une même mesure selon les groupes, le cas le plus illustratif étant sans doute celui des recommandations nutritionnelles (Régner & Masullo, 2009).

Cette partie fait un tour d'horizon des changements qui s'opèrent dans les quatre dimensions des environnements alimentaires (résumés dans la [Figure 9](#)), et de leurs implications pour chacun des groupes. De nouvelles offres, ainsi que de nouveaux produits, prix et environnements d'achat deviennent présents pour les consommateurs ; un nouveau regard sur l'alimentation, ainsi que de nouvelles normes socioculturelles et capacités (incluant un volet social) sont construites ; des services alternatifs deviennent plus présents et plus visibles et peuvent jouer un rôle de déclencheur ou de catalyseur. Ce sont ces changements qui permettent les évolutions des pratiques alimentaires et de la consommation de viande décrites dans la suite. Enfin, il est clair que ces changements sont le résultat d'actions publiques et privées, mais nous avons fait le choix de ne pas directement les spécifier. TRAME vise d'abord à mettre en discussion la capacité de ces changements d'environnement à faire évoluer les pratiques. Le débat sur les politiques publiques et privés nécessaires arrivera dans un deuxième temps, et c'est la discussion que nous ouvrirons en section conclusive.

Dans l'environnement physique

L'offre en grande distribution

D'ici à 2035, on observe plusieurs évolutions dans l'offre disponible en grande distribution. D'abord, il s'opère une évolution de l'offre de produits carnés transformés qui concerne les plats préparés (e.g. lasagnes, gratins, etc.), l'offre snacking (e.g. pizzas, wraps, sandwiches, etc.) mais aussi les produits élaborés

²² Papachristos et al (2013) ont par exemple décrit l'émergence du marché des « alicaments » (functional foods) à la faveur d'une interaction entre système alimentaire et système pharmaceutique.

²³ Voir par exemple <https://ifip.asso.fr/place-des-marches/actualites-des-marches/vers-une-experimentation-du-remuner-score/>

(e.g. saucisses, hachés, boulettes, etc.). D'un côté, les portions de viande incluses dans ces produits ont tendance à réduire. De l'autre, ces produits s'hybrident progressivement pour mélanger sources de protéines animales et végétales : des boulettes poulet-riz et saucisses de porc-quinoa²⁴ font leur apparition dans les rayons. Ensuite, entre aujourd'hui et 2035, l'offre de produits végétaux s'étoffe et gagne en attractivité : galettes végétales, tofu, tempeh, etc.), offre de substituts aux produits animaux, offre de légumineuses pré-préparées ou pré-cuites. Enfin, cette offre ne fait pas que gagner en variété : elle fait aussi l'objet d'une politique marketing pro-active des enseignes : les prix des substituts sont réduits pour atteindre ou passer en-dessous de ceux de leurs équivalents carnés, les promotions en magasin et en ligne se multiplient, les cartes de fidélité rapportent des points et garantissent des réductions supplémentaires.

En sus de l'évolution de l'offre, on assiste à des modifications dans l'agencement des supermarchés : un espace « flexitarien » où sont visibilisés les produits (alternatives plus ou moins transformées, substituts, etc.) qui facilitent les premières réductions de la consommation de viande et un rayon « fruits et légumes de saison » font leur apparition. La double implantation des alternatives végétales (à la fois dans un rayon dédié et aux côtés de leurs équivalents animaux) est devenue la règle dans les magasins de taille suffisante. Les rayons fruits et légumes, légumes secs et « alternatives végétales » sont placés stratégiquement de manière à rencontrer le parcours de la majorité des clients, tandis que la taille de ces rayons s'étoffe comparativement aux rayons carnés. Les groupes qui réagissent le plus favorablement à ces changements sont ceux qui peuvent se saisir immédiatement de ces évolutions qui rapprochent les consommations durables du « choix par défaut ». C'est le cas par exemple des familles de classe moyenne du groupe 3 et ménages aisés du groupe 12 qui, s'ils ne sont pas spécialement intéressés *a priori* par les produits végétaux et attribuent une valeur importante à la consommation de viande (en tant que vecteur de plaisir et de statut), vont bénéficier d'une exposition à ces produits qui leur fera progressivement changer de statut. Évidemment, la mise en visibilité de l'offre végétale, que cela soit par son placement dans les magasins, ou le fait que les offres promotionnelles la concernant se multiplient, joue aussi pour les autres groupes.

D'autres évolutions s'opèrent dans l'offre et l'agencement des produits dans les supermarchés. En particulier, les deux groupes de seniors sont particulièrement touchés par d'autres mutations : le développement d'une offre dédiée et de parcours facilités en magasin, et des supermarchés qui déploient l'assistance en rayon (pour déchiffrer les étiquettes, se servir au rayon vrac, etc.) et des horaires réservés. Pour leur part, les groupes à plus faible revenu (comme les ménages urbains modestes) sont concernés par les engagements des distributeurs à proposer une sélection toujours plus importante de fruits, légumes et légumes secs à prix accessibles (e.g. « moins de 2€ ») ou encore par l'évolution de l'offre dans les épiceries sociales et solidaires qui intègrent plus de diversité, de frais, et de fruits et légumes.

La restauration collective et commerciale

La carte des restaurants et des fast-foods évolue progressivement jusqu'en 2035 vers une offre qui fait plus de place aux options sans viande, avec des portions adaptées et un prix réduit par rapport à l'offre carnée. Certains concepts gagnent en ampleur, c'est le cas par exemple des food trucks (« camions-cuisine ») avec offre végétale qui sillonnent les espaces ruraux, le développement de traiteurs végétaux dans les villes, de services de livraison de boîtes « prêt-à-cuisiner » et d'une chaîne de restauration à base d'inventus. Ces nouveautés parlent à des groupes différents, respectivement plutôt ruraux, à plus haut capital culturel, et en situation financière instable. Le ticket-restaurant, qui comporte en 2035 une incitation à consommer végétal et durable, encourage ces changements, particulièrement pour les groupes déjà concernés. Enfin, une charte de durabilité qui traite de végétalisation mais aussi de l'origine des produits ou encore de leur saisonnalité est mise en place pour les restaurateurs. Elle est présentée d'une manière qui séduit des groupes à la recherche d'une cuisine reconnue et moderne, comme le groupe 8 des « hommes seuls » et le groupe 10 des « seniors aisés ».

Sur le plan de la restauration collective, la tendance à la végétalisation se poursuit et bénéficie aux groupes qui contiennent des familles comme à celui des « étudiants ». Plus encore, l'ouverture de la restauration universitaire aux seniors certains jours de la semaine le midi comme le soir et l'ouverture des restaurants d'entreprise le soir (en vente à emporter ou non) permettent de toucher de nouveaux publics qui découvrent de nouvelles recettes et se familiarisent avec des consommations plus durables.

²⁴ Ces exemples sont tirés de l'offre commerciale de supermarchés anglais. Voir Grasso et Jaworska, 2020.

De nouvelles options alimentaires pour les consommateurs

La mutation des lieux de l'alimentation est promue par des dynamiques locales : les projets alimentaires territoriaux (PAT), devenus de vrais outils de planification territoriale et d'aménagement du territoire, sont utilisés pour faire reculer les déserts et « bourbiers » alimentaires, stimuler les marchés et soutenir les circuits de distribution alternatifs dont tirent notamment parti les « familles de classes moyennes urbaines ». D'ici 2035, le filet de sécurité sociale est renforcé : l'offre de l'aide alimentaire s'enrichit en fruits et légumes ; et des alternatives se développent : groupements d'achat, camions-cuisine et camion-épicerie itinérants, chèque alimentaire etc. Ceci bénéficie en priorité aux « familles rurales modestes » dont le fort niveau de contrainte se conjugue à une forme de dépendance à l'aide alimentaire, même si les réseaux de solidarité locaux et l'autoproduction jouent aussi un rôle.

La présence de « maisons de l'alimentation » dans les territoires offre l'opportunité d'un brassage de la population, et de transmission de certains comportements, où les « femmes seules », les « familles de classes moyennes urbaines » et les « ménages aisés très diplômés » se croisent lors d'ateliers cuisine et d'échanges ; auxquels se joignent ponctuellement des groupes plus précaires dont les sources d'approvisionnement sont relocalisées dans ces maisons. Rassemblant points de dépôt des AMAP, marchés paysans, distribution de l'aide alimentaire, et espaces conviviaux permettant l'organisation de discussion et d'ateliers, ces espaces deviennent en effet un lieu vivant et fréquenté. On retrouve cet aspect communautaire dans les cantines partagées, lieu d'apprentissage comme de maîtrise de son budget et de création du lien social, central pour les seniors aux revenus modestes comme pour les « familles de classe moyenne rurales ». Pour d'autres, le glissement s'opère à partir de moyens numériques comme des groupes sur application de messagerie dédié au partage des bons plans dans le coin (« familles de classe moyenne urbaines ») ou les applications de suivi de ses objectifs de végétalisation prisées par les classes supérieures.

Enfin, **des lieux de distribution aujourd'hui marginaux** (e.g. circuits courts, AMAP, groupements d'achat, etc.) **prennent leur essor**. Les marchés sont davantage valorisés et nombreux du fait de programmes de rénovation urbaine, qui touchent principalement des groupes en quête d'authenticité et de proximité, comme les « familles rurales modestes » ou les « seniors aisés ». Les circuits alternatifs comme les AMAP, paniers de produits locaux ou circuits

fondés sur la saisonnalité attirent particulièrement les « ménages aisés très diplômés » et « familles de classe moyenne rurales ».

Dans l'environnement socio-culturel et l'environnement informationnel

TRAMe fait aussi l'hypothèse de changements dans l'information mise à disposition des consommateurs et des normes sociales et représentations autour de l'alimentation. **En 2035, en plus de l'affichage environnemental, de nouveaux labels seront sur le marché** : label « bien-être animal » (qui parlera autant aux « ménages aisés très diplômés » qu'aux « ménages aisés peu diplômés »), label sur la juste rémunération des producteurs, et label « nouvelle cuisine française » pour les restaurateurs. En parallèle, l'obligation d'afficher l'origine des denrées en restauration commerciale est davantage mise en œuvre et valorisée²⁵. Mais les labels ne font pas tout. Plutôt, ils permettent une évolution de l'offre en amont, et de parler à certains ménages déjà sensibilisés qui « choisissent » la conduite éthique qu'ils souhaitent suivre au prisme de leur système de valeur existant. Ce(s) système(s) de valeur, qu'on peut traduire ici dans un niveau de prédisposition à l'alimentation durable plus ou moins important, évolue(nt) sous l'influence de normes véhiculées par des acteurs publics et privés.

Les campagnes de communication publique véhiculent de nouveaux messages : campagnes « bien-être animal », « flexitarisme », « bien vieillir », « nutrition-santé » sont mobilisées et touchent différemment nos groupes. Des émissions télévisées et radiophoniques promeuvent l'alimentation durable par un récit sur la nouveauté et la découverte, ou les traditions (ce qui permet de s'adresser autant aux « femmes seules » qu'aux « seniors à faibles niveaux de revenus et diplômes ») ; les sites de recettes de cuisine en ligne et les rubriques « alimentation » des grands journaux comme de la presse féminine font leur mue. Ces campagnes et messages évitent les injonctions et le registre moralisateur : il s'agit de normaliser des évolutions en cours dans une logique positive. Cela s'agrège pour former un tout cohérent formant le récit d'un « nouveau repas à la française ».

Les restaurateurs (y compris la restauration rapide), soucieux de développer les ventes de leurs options végétales, **adaptent leur communication et leurs investissements publicitaires**. Il en va de même pour les distributeurs, premiers annonceurs en France en 2023, qui communiquent

²⁵ <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000049907936>



Les environnements alimentaires sont l'ensemble des composantes physiques, économiques, socio-culturelles et cognitives que nous rencontrons dans le cadre de notre alimentation, tel que représentés sur l'illustration ci-dessus. TRAMe2035 simule une immersion dans de nouveaux environnements alimentaires, sur la base des changements décrits dans la figure 9 ci-dessous.

FIGURE 9. Panorama des évolutions des environnements alimentaires simulées dans TRAMe



Environnement physique

Nouveaux produits et distribution

- nouveaux produits flexitariens et à base de légumineuses
- nouveaux linéaires « flexitariens », « fruits et légumes de saison »
- double-implantation pour les alternatives végétales
- augmentation de la taille et de la visibilité des rayons fruits et légumes, légumes secs et alternatives végétales
- développement d'une offre et d'un parcours « séniors »
- sélection de produits végétaux à prix accessibles
- évolution de l'offre des épiceries sociales et solidaires
- essor des lieux de distribution alternatifs

Restauration collective et commerciale

- plus d'options sans viande à la carte des restaurants et fast-foods dont le prix est avantageux
- portions carnées réévaluées à la baisse
- nouveaux concepts : food trucks « végété », traiteurs végétaux, végétariens en ville, livraison de boîtes « prêtes-à-cuisiner », chaîne qui valorise les invendus
- incitation à consommer végétal et durable via le titre-restaurant
- charte de durabilité et de saisonnalité pour les restaurateurs
- végétalisation de la restauration collective se poursuit
- ouverture des restaurants d'entreprise le soir

De nouvelles options alimentaires

- recul des déserts et bourbiers alimentaires
- essor des marchés de plein vent et des halles
- enrichissement et amélioration de l'offre de l'aide alimentaire
- essaimage de « maisons de l'alimentation » et cantines partagées
- applications numériques pour partage de bons plans locaux ou suivi de ses objectifs individuels



Environnement socio-culturel et informationnel

- campagnes de communication publiques générales (« nouveau repas à la Française ») et ciblées sur certains groupes : « bien-être animal », « flexitarisme », « bien vieillir », « nutrition-santé »
- médias : nouveaux programmes télévisés et radio sur l'alimentation durable, évolution du traitement par la presse généraliste, gastronomie et féminine
- engagement de leaders d'opinions divers (sportifs, influenceurs, personnel médical, ONG, etc.).
- les sites de recette en ligne mettent en avant la végétalisation
- évolution des investissements en communication et publicité des enseignes et marques alimentaires
- réinvention végétale des temps forts de l'année (fêtes, vacances d'été, etc.)
- nouveaux labels : bien-être animal, juste rémunération, « nouvelle cuisine française », présence renforcée du label « Origine France »



Environnement économique

Un contexte relativement stable malgré quelques évolutions :

- multiplication des offres promotionnelles en grande distribution pour les produits végétaux
- réduction de l'écart de prix entre produits biologiques et conventionnels, mais aussi entre alternatives végétales et viandes
- hausse modérée des minimas sociaux

autour de valeurs comme la proximité, la saisonnalité, la diversité ainsi que sur les évolutions de leur modèle (e.g. accueil de marchés sur les parkings, de traiteurs végétaux indépendants, etc.). De plus, ces acteurs s'associent à des leaders d'opinion pour réinventer les temps forts de l'année sur le plan de la consommation alimentaire (et du marketing promotionnel) : l'image du barbecue estival est recentrée sur l'idée de « grillades conviviales à l'extérieur » sans mettre systématiquement la viande en avant ; les aliments d'exception mis en valeur à Noël sont plutôt les produits de la mer ou des champignons.

Sur le plan des leaders d'opinion, une diversité de profils permet de s'adresser à une diversité de publics : influenceurs (« femmes seules », « étudiants ») ; sportifs (« hommes seuls », « étudiants », « familles de classe moyenne urbaines ») ; chefs (« ménages aisés peu diplômés », « ménages aisés très diplômés ») ; personnel de santé et social (groupes de seniors, femmes, « familles de classe moyenne urbaines ») ou encore ONGs environnementales (« ménages aisés très diplômés »). Le développement de restrictions marketing et publicitaires sur les produits de moindre qualité nutritionnelle s'inscrit dans cette évolution.

Ces messages sont d'autant plus efficaces qu'ils résonnent avec des preuves de récits, c'est-à-dire les changements que les individus peuvent observer concrètement dans leurs environnements alimentaires.

Dans l'environnement économique

En 2035, nous envisageons un contexte économique assez similaire au contexte actuel en termes de prix et de ressources financières des ménages. Si nous connaissons bien les possibilités de rupture que contient l'avenir (dont la crise de la Covid-19, difficilement envisageable quelques années auparavant, offre un exemple saillant), nous avons plutôt fait le choix d'une hypothèse prudente, c'est-à-dire n'incluant ni grande crise ou rupture inflationniste ou réallocation majeure des ressources financières des ménages. Par ailleurs, dans nos trajectoires, la question économique est bien présente mais avant tout pour décrire la situation dans laquelle se retrouvent les ménages plutôt que comme condition première des changements observés. En effet, il nous semble que l'usage volontariste d'un instrument par les prix (e.g. taxes sur la viande) est inimaginable dans un futur proche ou du moins fragile car les conditions politiques et sociales ne sont pas réunies.

Quelques changements s'opèrent cependant, sous l'effet d'une action publique volontariste avec les acteurs du système agroalimentaires : **l'écart de prix entre produits**

biologiques et conventionnels décroît légèrement sur la période 2025-2035, notamment sous l'effet d'une amélioration des pratiques dans la chaîne de valeur ; **l'écart de prix entre alternatives végétales (galettes et substituts) et viandes se réduit**, ce qui permet de poursuivre leur démocratisation. Des évolutions dans la préparation peuvent avoir des incidences sur les prix : la diminution de la taille des portions servies au restaurant ou en magasin permet de contrôler le prix des viandes locales et issues de filières de qualité. **Enfin, sur le plan des ressources, nous admettons seulement une hausse « modérée » mais cruciale des minimas sociaux** dont bénéficient les ménages précaires ruraux et urbains.

Encadré 7.

Application de la démarche de scénarisation au groupe 6 « Familles de classes moyennes urbaines » (9 % de la population)

Le récit complet de la trajectoire de ce groupe est disponible dans le [Livret 2 - Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux](#).

Ce groupe est rattaché aux classes moyennes, ce qui fait autant référence à une situation perçue dans l'échelle de revenu qu'à l'adhésion à certaines représentations. Pour ce groupe, il y a un enjeu de statut social, face à un déclassement, craint ou réel. Les ménages de ce groupe tendent à se réapproprier leurs conditions d'existence plutôt que de les subir, afin de leur donner un sens différent. Ainsi, pour une partie de groupe, dont le niveau de diplôme est assez important tout en réunissant des revenus divers, la « réalisation de soi » suppose de chercher à positionner sa vie en dehors du dogme du « consumérisme » (Grossetête, 2019) : la conscience écologique est ainsi le moyen de « gagner en respectabilité » (Comby, 2023), voire d'avoir un sentiment d'ascension sociale via une forme d'imitation des classes supérieures dans leur pratique d'une écologie du geste. Dès lors, l'alimentation apparaît comme une des pratiques de consommation par lesquelles se réalise cette distinction : la saisonnalité, le recours aux produits bruts, et une forme de sobriété caractérisent leurs attentes.

L'appariement réalisé avec la base de données INCA 3 (voir partie *Comment*) nous apprend que les adultes de ce groupe ont une consommation de viande très proche de la moyenne (129 g/j), répartie équitablement entre les trois types de viande (porc, bœuf, volaille), dont plus de 80 % cuisinés à domicile. Le deuxième lieu principal de consommation de viande est la restauration commerciale, avec une moyenne de 20 g/j.

Le parcours de changement de ce groupe est soutenu par sa capacité nouvelle à traduire ses aspirations à exhiber par la consommation un certain statut social en actes du fait des changements dans l'environnement alimentaire. La place moins centrale de la viande et la diversification de l'offre à laquelle ils sont exposés jouent ici un rôle d'accompagnement de cette volonté de distinction. Certains changements

résonnent particulièrement avec leur socle de pratiques et de représentations comme : le renforcement d'ici à 2035 des circuits d'achat alternatifs (e.g. AMAP), la mise en avant de la norme de consommation autour des « fruits et légumes de saison » par les supermarchés qui créent des étals spécifiques, le redéveloppement de l'offre marque de distributeurs en bio. Ils leur permettent de mettre en œuvre une alimentation qu'ils perçoivent comme plus frugale et autonome de l'industrie agroalimentaire.

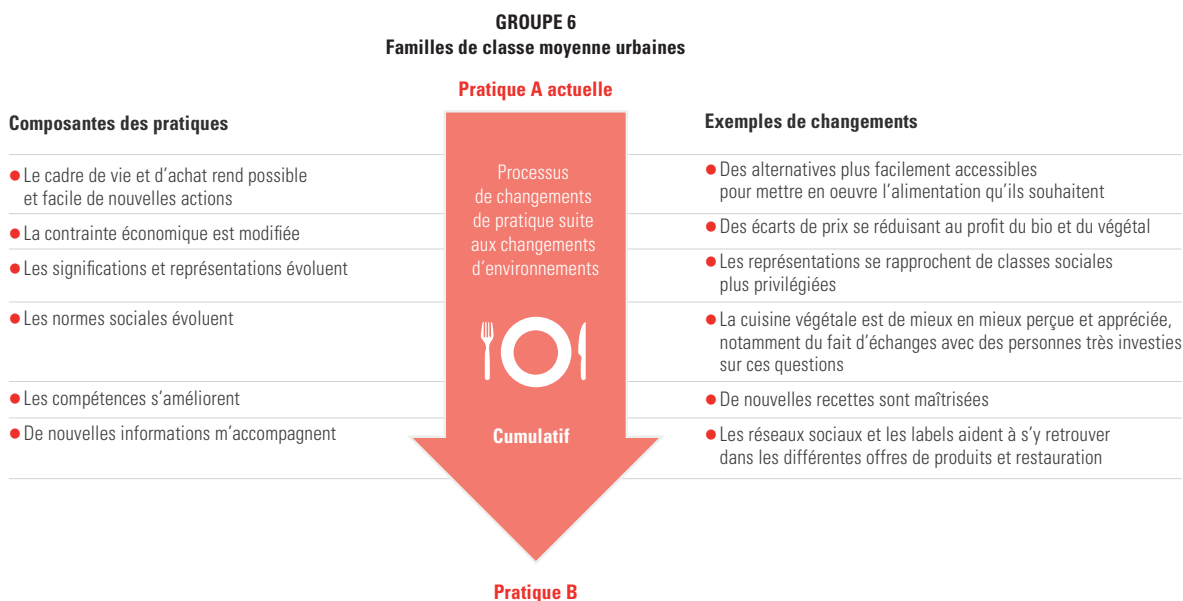
Ensuite, deux sous-groupes émergent : le premier est constitué des plus diplômés (55 % des effectifs) et l'autre des moins diplômés (45 %).

Dans le premier, leur trajectoire les conduit à faire sans viande lors de cinq repas par semaine, en raison du prix de la viande, de leur conscience de son impact environnemental mais aussi de l'influence du cadre social et culturel. Sensible aux propos des influenceurs alimentation sur les réseaux sociaux, ce groupe participe également à des échanges de bonnes pratiques et adresses, suit l'actualité alimentaire dans ses lieux de résidence et prend part aux Maisons de l'alimentation qui se développent sur la décennie considérée par TRAMe. Celles-ci sont soutenues par les collectivités et agrègent les différentes activités autour de l'alimentation dans un territoire. Cela les expose à des personnes ayant fortement changé leur alimentation et notamment la place de la viande (Piazza *et al.*, 2015), et permet ainsi de réduire la difficulté à cuisiner/manger sans viande. Cela va de pair avec une logique « moins mais mieux » pour la viande, notamment dans la restauration hors-domicile, pour laquelle ils vont privilégier des restaurateurs engagés et dont les pratiques sont labellisées.

Pour le second sous-groupe, ce sont quatre repas par semaine qui ne comportent plus de viande. Ceux-ci ont une marge de manœuvre limitée sur le plan économique (comme le reste du groupe), mais une distance un peu plus importante à la norme environnementale, lié à un niveau de diplôme plus faible. Alors, ce sont les messages passés par la communauté médicale au sujet de la viande transformée et de la viande rouge, ainsi que l'accès à une offre plus diversifiée en grande surface s'agissant des simili-carnés, mais aussi en restauration d'entreprise (désormais accessible le soir pour les salariés, y compris à emporter au domicile, ce qui est jugé utile pour ces familles), qui sont déterminantes. Enfin, les raisons « d'ordre économique » – être prudent sur le budget, faire des économies – ont le même statut que les « raisons écologiques », tout aussi réelles elles aussi : ces ménages s'associent donc plus volontiers à un comportement « flexitarien » qu'à une communauté végétarienne vis-à-vis de laquelle ils ressentent une forme de « discordance » (Séré De Lanauze & Sirieix, 2021).

Résultat : pour ce groupe, du fait de ces évolutions, c'est surtout la fréquence de consommation qui va évoluer, passant de 11 fois par semaine à environ 9 fois (-17 %), avec une contribution équivalente des repas réalisés à domicile ou hors domicile (restauration commerciale et collective). La portion moyenne de son côté évolue peu (-3%). Cela conduit à une diminution de 19% en 2035 par rapport au niveau de 2023. Du fait des logiques à l'œuvre pour ce groupe (c'est la place de la viande en général qui est progressivement questionnée), la baisse concerne les trois types de viande, avec toutefois une baisse moindre pour la volaille, reflétant ainsi les évolutions tendancielles.

FIGURE 10. Application du modèle de changement des pratiques par l'action sur les environnements alimentaires au groupe 6 « Familles de classe moyenne urbaines »



Quatre types de trajectoires se dessinent pour les 12 groupes sociaux

Les évolutions dans les quatre dimensions de l'environnement alimentaire engendrent des reconfigurations dans les pratiques alimentaires des groupes sociaux. Dans la section qui suit, nous décrivons quatre types de trajectoire de changement qui rassemblent chacune entre deux et cinq groupes sociaux de notre typologie. Nous expliquons la démarche de groupement et ses apports avant de détailler plus en avant les trajectoires de chacun des douze groupes sociaux sous la forme de résumés.

12 groupes rassemblés en 4 trajectoires-types : approche et apports

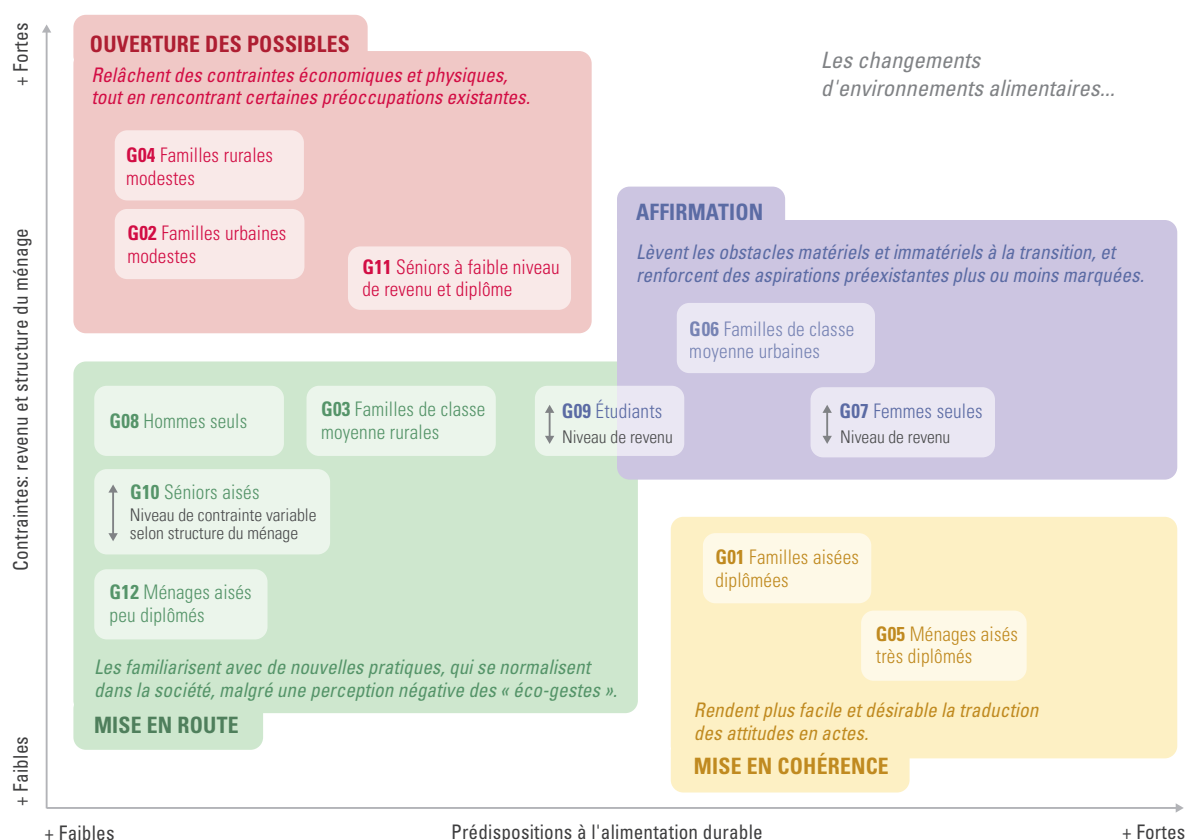
Ces quatre groupements de groupes sociaux ont été constitués *via* le placement de chaque groupe individuel sur un double axe (voir **Figure 11**). En abscisse est représenté le niveau de prédisposition à l'alimentation durable. En ordonnée, le niveau de contrainte sociale et économique. Ces deux dimensions (la contrainte et la prédisposition) sont en effet fondamentales dans l'approche proposée par TRAMe, qui cherche à penser le changement au croisement des

pratiques actuelles et de ce qui est rendu possible par les environnements alimentaires. Elles sont également au cœur des débats sur la transition alimentaire.

Afin de réaliser cette figure, nous avons opéré une sélection de certaines caractéristiques socio-démographiques parmi celles mobilisées dans la typologie de TRAMe. Dans le scénario, six variables sont utilisées (niveau de diplôme, de revenu, genre, âge, lieu de vie, structure du ménage) pour leur capacité à expliquer les pratiques alimentaires et les pratiques durables et leur disponibilité dans les bases de données mobilisées (**Livret 3 - Cadre méthodologique**). Dans cette figure, quatre variables sont utilisées (niveau de diplôme, genre, structure du ménage, niveau de revenu) et sont schématiquement affectées à l'un ou l'autre des axes – bien qu'elles aient en réalité une influence sur les deux.

- Par « **prédispositions** », nous entendons les facteurs informationnels, sociaux et culturels qui poussent un groupe à avoir une attitude positive à l'égard des principaux types de consommation associés à l'alimentation durable (produits issus de modes de production durable, moins de viande), ce qui n'implique pas direc-

FIGURE 11. Quatre grandes trajectoires d'évolution des pratiques alimentaires des groupes sociaux



tement des actes. Les variables socio-démographiques centrales que nous retenons pour cette figure sont le niveau de diplôme et le genre²⁶. Plus un groupe est placé à droite du graphique et plus son niveau de prédisposition est fort.

- Par « **contrainte** », nous reflétons deux aspects principaux des groupes qui peuvent entraver l'évolution de leurs pratiques alimentaires vers plus de durabilité : le niveau de revenu et la structure du ménage (c'est-à-dire sa composition)²⁷. Plus un groupe est placé haut sur l'axe des ordonnées, et plus son niveau de contrainte est élevé.

Cette démarche de groupement permet de faire apparaître des mécanismes communs aux groupes sociaux (au sein de chaque groupement), mais aussi des différences, qui font office de « filtres » dans leur expérience des modifications dans l'environnement alimentaire.

Elle informe également les acteurs privés et publics sur le type de ménages auxquels ils s'adressent, et les éléments à prendre en compte pour faire évoluer leurs pratiques. D'une part, il s'agit de réduire l'écart entre des attitudes positives à l'égard d'une alimentation durable et leur mise en œuvre en la rendant plus aisée (matériellement, symboliquement), ce qui est particulièrement pertinent pour les groupes *Mise en cohérence* et *Affirmation*. D'autre part, proposer un nouvel univers des possibles, qui pourra résonner avec des préoccupations existantes, tout en rendant plus atteignable leur mise en œuvre progressive, ce qui est particulièrement pertinent pour les groupes *Mise en route* et *Ouverture des possibles*.

L'identification de trajectoires-types nourrit enfin une réflexion d'ordre stratégique sur les manières de mener la transition. En effet, on s'aperçoit que seule la famille

Mise en cohérence, constitué de deux groupes, possède à la fois un niveau de contrainte relativement faible et un niveau de prédisposition élevé qui la rend perméable à une logique d'action fondée sur le « consommateur », et à condition que les changements d'environnements suivent. Or cette famille ne représente que 15 % de la population. Leur mobilisation n'est donc pas suffisante pour atteindre les objectifs environnementaux ou de santé. À l'inverse, un projet efficace de transition vers l'alimentation durable doit savoir s'adresser à la majorité des groupes, notamment ceux dont le niveau de contrainte est élevé et/ou le niveau de prédisposition plus faible. Cela nécessite en retour d'abandonner la logique du « consommateur » pour se tourner vers une prise en compte plus large des facteurs de changement, et donc à élargir l'éventail des mesures employées sur les quatre dimensions des environnements alimentaires.

Description des trajectoires-types et des trajectoires de chaque groupe social

TRAJECTOIRE-TYPE 1	G06 - G07 - G09
AFFIRMATION	(~20 % DE LA POPULATION)
<p><i>Ces groupes sont caractérisés par un niveau élevé de prédisposition à l'alimentation durable, et un niveau de contrainte moyen. L'alimentation est pour eux le lieu de la recherche et de l'exercice d'une forme d'autonomie (malgré parfois des revenus contraints). La santé, le bien-être animal et l'environnement sont des moteurs de poids. La végétalisation de l'offre alimentaire, l'évolution des normes dans les groupes de pairs, et une forme d'imitation du comportement des classes supérieures (de la famille « mise en cohérence ») les mènent à des réductions de consommation de viande importantes (entre -20 % et -36 %).</i></p>	

Groupe 6 : Familles de classe moyenne urbaines

Ce groupe permet de s'intéresser à la trajectoire d'un profil de classe moyenne en bifurcation. Pour ce groupe qui s'interroge déjà sur ses pratiques de consommation, les changements d'environnements alimentaires vont faciliter le souhait de gagner en respectabilité, de vivre une forme d'ascension sociale en imitant les pratiques des classes supérieures. Ce groupe fréquente davantage les circuits courts et portent une attention importante à la saisonnalité, soutenues en cela par les initiatives territoriales et des changements dans la grande distribution. Des espaces physiques et les réseaux sociaux permettent davantage de se mettre en lien avec des ménages partageant les mêmes préoccupations mais ayant déjà changé leurs pratiques et pouvant les accompagner.

²⁶ Pour ce premier axe, nous choisissons de mettre en exergue deux variables : le niveau de diplôme et le genre, toutes deux considérées comme particulièrement déterminantes. Ainsi, le niveau d'éducation est considéré le plus robuste pour analyser la réception des messages nutritionnels, la consommation de produits carnés ou les achats alimentaires (Inserm, 2014 ; Méjean *et al.*, 2016 ; Turrell *et al.*, 2003), notamment car il permet d'intégrer la position socio-économique de l'individu comme les logiques de socialisations qui l'ont façonnées (Galobardes, 2006 ; Turrell *et al.*, 2003). Le genre est clé pour saisir le temps dédié à l'alimentation, la consommation de viande, la sensibilité aux messages nutritionnels ou environnementaux (Champagne *et al.*, 2015 ; Fantechi *et al.*, 2024 ; Méjean *et al.*, 2017).

²⁷ Le niveau de revenu est corrélé à un niveau de contrainte financière supplémentaire, ainsi qu'à des aspirations différentes voire une « mentalité de pénurie » qui affecte les pratiques alimentaires (Laraia *et al.*, 2017 ; Lelievre *et al.*, 2008). La structure du ménage (personne seule, couple, famille) permet de saisir une forme de degré de flexibilité vis-à-vis de leur consommation alimentaire, mais aussi de noter des différences dans les consommations (Gojard *et al.*, 2017 ; Plessz & Guéguen, 2017 ; Eirnhorn, 2020) et la capacité d'un individu à être accompagné ou exposé à des pratiques alimentaires nouvelles qu'il pourra adopter (Berge *et al.*, 2012 ; Gadhoke *et al.*, 2015 ; Pernin, 2014).

Ce sont donc particulièrement l'influence du cadre de vie, d'achat, des réseaux de sociabilité et une quête de respectabilité qui jouent dans l'évolution des pratiques du groupe.

Groupe 7 : Femmes seules

Pour ce groupe qui dispose d'une forte autonomie dans ses choix alimentaires, la rencontre entre des préoccupations préexistantes (pour la santé et l'environnement principalement), des changements socio-culturels (classes supérieures mettant en avant leur consommation durable, contenus positifs fréquents dans les médias, normes se diffusant dans de nouveaux espaces de sociabilité qu'elles intègrent) et de nouvelles offres (chaînes de traiteurs végétéraux, végétalisation de la restauration collective d'entreprise, nouveaux rayons en grande distribution) va les conduire à s'approprier le concept d'alimentation durable. Déjà réflexives sur leurs pratiques alimentaires et consommant peu de viande par rapport à la moyenne, les femmes de ce groupe vont poursuivre la réduction des produits carnés et laitiers dans leur alimentation vers le flexitarisme voire le végétarisme pour une minorité d'entre elles.

Groupe 9 : Étudiants

Le portrait de ce groupe composé d'étudiants entre 18 et 25 ans s'ouvre sur une contradiction : une certaine conscience environnementale élevée conjugée à une écologie du geste et de l'engagement qui coexiste avec une empreinte écologique importante de leur alimentation. C'est le groupe le plus gros consommateur de viande de notre échantillon, notamment bovine. Les étudiants traversent une période d'autonomisation alimentaire par rapport aux habitudes prises au foyer familial, propice aux changements de pratiques alimentaires, contrainte néanmoins sur le plan temporel et économique. Le rôle de la restauration collective, prolongé par celui de la restauration commerciale (notamment rapide), est ici central. Il permet la découverte et la familiarisation avec de nouvelles recettes plus végétales, ce qui influence les achats à domicile. Les leaders d'opinion et les pairs jouent également un rôle clé dans la diffusion de normes positives autour de l'alimentation durable, qui prennent appui sur des préoccupations autour de la santé (ex. poids), de l'environnement ou du bien-être animal. Enfin, une réduction de la pression marketing et une amélioration des conditions de vie des étudiants boursiers permet de lever des obstacles à l'évolution des consommations alimentaires. Comme représenté dans la **Figure 11**, le niveau de revenu (souvent lié à celui des parents) est une variable importante ; de plus, un premier sous-groupe, plus concerné, appartient à cette famille « Affirmation » ; un deuxième, moins concerné, appartient lui davantage à la famille « Mise en route ».

TRAJECTOIRE-TYPE 2

G03 - G08 - G10 - G12

MISE EN ROUTE

(~40 % DE LA POPULATION)

Le niveau de contrainte de ces groupes est variable mais, globalement, dans la moyenne, la viande est importante dans leurs habitudes alimentaires pour des raisons de praticité, habitude, tradition et plaisir. Leur trajectoire de transition est marquée par la familiarisation progressive à des pratiques qui se normalisent, en lien avec le rôle des femmes ou des enfants, l'intervention de prescripteurs (médecins, enfants, influenceurs sportifs, émissions tv) et la normalisation d'une offre végétale dans les lieux d'achats qu'ils fréquentent. Le local, la proximité, la gastronomie et le bien-être animal sont également des moteurs de changement. Les baisses de consommation de viande sont modérées (entre -7% et -10%).

Groupe 3 : Familles de classe moyenne rurales

Dans ce groupe, la consommation tient une place particulièrement importante pour signaler un certain statut social et se différencier des classes populaires. De la même manière, on rencontre chez ces ménages une recherche de diversité dans l'alimentation, mais aussi une certaine adhésion aux normes de santé autour de l'alimentation, à quoi s'oppose parfois une certaine conception du plaisir alimentaire (e.g. forte consommation de charcuterie) et des contraintes budgétaires. L'évolution de leurs pratiques vers une légère réduction de la viande suit une double logique de recherche de mise en cohérence de leurs différentes aspirations et de distinction. La combinaison d'évolutions de l'offre végétale et de sa visibilité (rayons de supermarchés, chaînes de restauration, dégustations, etc.), du développement de discours positifs sur le végétal (émissions télévisées), de la publicisation des enjeux de bien-être animal et de la diffusion de la norme de réduction par le biais du monde scolaire, des enfants ou des associations soutient cette évolution.

Groupe 8 : Hommes seuls

Dans ce groupe, les pratiques alimentaires se caractérisent par le besoin de praticité, la recherche de satiété et de plaisir. La consommation de viande, particulièrement élevée (notamment de porc), est donc un plaisir facile, routinier, qui représente par ailleurs l'accession à une forme de masculinité centrée sur la force et la masse musculaire. Un premier sous-groupe, peu concerné, va le rester. Un second va devenir un peu plus concerné par son alimentation, du fait des discours d'influenceurs et de sportifs qui font écho à leur intérêt pour leur condition physique mais pas seulement. Malgré cette

différence et du fait de l'importance de la praticité, les changements d'environnement physique, c'est-à-dire ce qui est facilement accessible et mis en avant, en termes de produits et d'offres de restauration commerciale (notamment rapide), ont un effet assez direct sur les deux. L'accessibilité de nouvelles offres associées à ces évolutions dans les normes socio-culturelles va conduire à une légère baisse de la fréquence de consommation et une substitution d'une partie de la consommation de porc par de la volaille.

Groupe 10 : Séniors aisés

Les pratiques alimentaires de ce groupe se trouvent au carrefour entre plaisir, tradition et progrès. La consommation de viande y est globalement inférieure à la moyenne, avec un différentiel important entre hommes (supérieure à la moyenne des groupes) et femmes. Dans ce contexte, plusieurs mécanismes vont être à l'œuvre pour induire des changements certes mesurés mais pas inexistant : prescripteurs issus du monde de la santé, services à domicile, nouveaux produits, nouveaux modèles de distribution, campagnes de santé publique convergent pour apporter de nouvelles significations et possibilités de changement. Le sous-groupe « couple » change un peu, du fait d'une meilleure prise en compte des enjeux de santé, sous l'effet de l'action d'un acteur clé : les médecins. Le groupe constitué de femmes seules cherche la praticité et est attentif à la nutrition. La disponibilité de l'offre est ainsi prépondérante. Enfin, le groupe « homme seul » ne change pas vraiment ses pratiques, du fait de contraintes sur la préparation des repas et des normes acquises au cours de la vie des individus de ce groupe.

Groupe 12 : Ménages aisés peu diplômés

Pour ce groupe qui valorise fortement la consommation et exprime une méfiance vis-à-vis des discours écologistes, les injonctions au changement de pratique ou le levier de la conviction ne fonctionnent pas. La combinaison de quatre éléments permet une baisse contenue de leur forte consommation de viande, qu'elle soit brute ou transformée. Le souhait de continuer voire renforcer l'achat de viande de qualité (valeurs traditionnelles) tout en maîtrisant le budget implique de maîtriser la quantité ; les femmes comme les hommes de ce groupe sont affectés (même si différemment) par les discours et les campagnes de santé publique ; les offres végétales se normalisent et sont promues par un marketing adapté ; enfin, le changement d'attitude de leurs enfants soutient une démarche d'ouverture et de découverte de nouveaux produits.

TRAJECTOIRE-TYPE 3

G02 - G04 - G11

OUVERTURE DES POSSIBLES (~20 % POPULATION)

Ces groupes ont un niveau de contrainte (économique) élevé qui les mène parfois à vivre l'alimentation sur le mode de la privation. Leur niveau de prédisposition est bas, ce qui ne signifie pas qu'ils n'ont pas de préoccupations quant à leur alimentation. Le relâchement de la contrainte financière, l'évolution de l'offre des lieux qu'ils fréquentent (restauration collective, aide alimentaire, offre sénior), l'exposition aux messages issus des mondes de la santé ou de l'éducation, ainsi que l'expositions aux pratiques des enfants ou petit-enfants sont centrales dans leur trajectoire qui mène à des baisses moyennes (entre -5% et -10%).

Groupe 2 : Ménages urbains modestes

La situation de ce groupe est caractérisée par un niveau de contrainte élevé (financière, matérielle, temporelle, normes sociales), qui s'inscrit dans les pratiques alimentaires autant que dans les esprits, marqués par la privation voire la frustration vis-à-vis de son alimentation. Les facteurs de changement sont une légère amélioration de leur capacité à dépenser ; une évolution de l'offre à laquelle ils sont exposés (aide alimentaire et offre conventionnelle) et une évolution du regard porté sur les produits végétaux dans le régime alimentaire (facilité par les échanges entre pairs, le monde de la santé et la cantine). Tout cela conduit à reformuler en partie leurs pratiques alimentaires, ce qui se traduit par une hausse de la consommation de fruits et légumes et une légère baisse de la consommation de viande.

Groupe 4 : Familles ruraux modestes

Pour ce groupe rural aux contraintes fortes et qui se situe plutôt dans une forme de rejet des injonctions environnementales ou nutritionnelles, plusieurs logiques de changement se déploient aboutissant à des changements de pratiques, certes modestes, d'ici 2035. D'une part la rencontre entre la promotion d'une alimentation et une offre plus locales et des insatisfactions préexistantes (ex. alimentation transformée) va déclencher des changements, d'autre part la plus grande disponibilité de produits préparés moins carnés, enfin l'évolution de l'aide alimentaire et un relèvement des minima sociaux.

Groupe 11 : Séniors à faible niveau de revenu et diplôme

Les séniors modestes ont un sens prononcé du « raisonnable » et de l'économie, lié à leur éducation, qui se conjugue, du fait de leur âge, à une attention particulière

à la santé. Leur consommation de viande, un peu inférieure à la moyenne, fait la part belle au porc. Leur trajectoire de changement rencontre plusieurs évolutions de l'environnement : le monde de la santé et les aides à domicile diffusent les normes nutritionnelles concernant la viande rouge ; de nouveaux espaces émergent qui permettent à ces seniors de créer du lien social, échanger des informations et avoir accès à des repas à prix modéré ; enfin, l'offre à laquelle ils sont exposés fait elle aussi sa mue, que l'on parle de l'aide alimentaire à laquelle recourt une part de ce groupe, des enseignes de grande distribution ou un regain des circuits de proximité. C'est enfin l'évolution des discours (visibles à la télévision ou la radio), et des pratiques (de leurs enfants et petits-enfants) qui donne lieu à une baisse légère de la consommation de viande et une substitution partielle (surtout pour les femmes) du porc par la volaille.

TRAJECTOIRE-TYPE 4 G01 - G05 MISE EN COHÉRENCE (~15 % DE LA POPULATION)

Ces groupes ont à la fois un faible niveau de contrainte et un haut niveau de prédisposition. Ils adhèrent à la logique des « petits gestes » par conviction et volonté de distinction sociale. L'évolution de l'offre ; l'émergence de formes de consommation et de discours qui lient végétalisation, « bien manger » et gastronomie ; et la diffusion de l'information sur les impacts d'un régime carné (labels, campagnes de la société civile) permettent la traduction de ces attitudes en acte, pour des baisses significatives (entre -19% et -32%).

Groupe 1. Familles aisées diplômées

Pour les membres de ce groupe, « bien manger » (et le faire savoir) est un enjeu de plaisir, mais aussi de fierté et de statut social. Ces ménages disposent d'une

Figure 12. Illustrations de quatre trajectoires de changements

Groupe (% de la population en 2023)		Trajectoire-type (% évolution consommation de viande 2023/2035)
Rapport à l'alimentation et la consommation	Leviers principaux dans les environnements alimentaires	Changements de pratiques
G04. Familles rurales modestes (5,1 %)		
Contraintes fortes Rejet des injonctions écologistes et du végétarisme, crispation à l'égard des messages nutritionnels Priorité au plaisir et à la satiété, et préoccupation pour le « naturel » Consommation carnée supérieure à la moyenne	Aide alimentaire évolue Hausse modérée des minima sociaux Influence de la cantine scolaire Évolution de l'offre en plats préparés (recette et prix) Score rémunération	Ouverture des possibles (-7 %) Légère baisse de fréquences et de portions de viande Viande de meilleure qualité et locale Achats en vrac et locaux
G05. Ménages aisés très diplômés (3,3 %)		
Contraintes faibles Ecologie du geste, défendent un style de vie sobre et adhèrent à l'alimentation durable « Consom'acteurs » (bio, de saison, proximité, etc.) Fort recours à la restauration hors domicile Consommation carnée inférieure à la moyenne	Circuits d'approvisionnement alternatifs Campagnes des ONGs, « nouveau repas à la Française » Évolution de l'offre en grande distribution, et nouveaux concepts en restauration Maisons de l'alimentation Arrivée d'un enfant	Mise en cohérence (-35 %) Forte baisse des fréquences de consommation de viande, amoindrie en restauration
G06. Familles de classe moyenne urbaines (9,4 %)		
Contrainte modérée Sobriété partiellement choisie, distance avec la société de consommation pour gagner en respectabilité Préférence pour produits bruts, saisonnalité, circuits d'approvisionnement alternatifs Consommation carnée moyenne	Nouveaux circuits de distribution Influenceurs réseaux sociaux, médecins Maisons de l'alimentation Offre de produits végétaux semi-transformés Évolution des écarts de prix entre viandes et alternatives végétales Traiteurs végétaux et restauration d'entreprise	Affirmation (-20 %) Forte baisse de fréquence, légère baisse de portion Achat de produits labellisés
G10. Seniors aisés (13,2 %)		
Faible contrainte Mode de vie très consommateur jugé normal et moderne, minimisation de la crise écologique Alimentation identitaire (terroirs, origine France) Attrait pour les produits bruts Consommation carnée supérieure à la moyenne, associée au plaisir	Ateliers associatifs, applications de recettes Charte qualité en restauration Influence des campagnes de santé publique, médecins Évolution de la grande distribution et des offres préparées	Mise en route (-7 %) Faible baisse des portions carnées Fréquences stables sauf légère baisse pour les femmes seules

forte prédisposition (économique et symbolique) à consommer moins de viande du fait de leur capacité à s'approprier les normes nutritionnelles, et de manière croissante, environnementales, liées à l'alimentation. Toutefois, il y a un écart entre leur flexitarisme de parole et un flexitarisme dans les actes. Les changements d'environnements (discours des acteurs publics et privés, évolution de l'offre dans les cantines, magasins et restaurants qu'ils fréquentent) vont contribuer d'une part à leur en faire prendre conscience et d'autre part à le réduire. Au sein de ce groupe, l'importance relative du capital culturel ou économique dessine deux logiques. L'alimentation devient pour le premier groupe le lieu d'un comportement éthique « compensatoire » face à d'autres pratiques ayant un impact sur l'environnement (e.g. voyages en avion) qui ne sont pas toujours remises en question, et pour le second une manière de signaler un comportement de consommation « éclairé ».

Groupe 5 : Ménages aisés très diplômés

Ce groupe permet de s'intéresser à la trajectoire d'un profil déjà sensible aux questions écologiques et pouvant être considéré comme déjà « consom'acteur » dans son alimentation. Pour ces ménages, une meilleure disponibilité d'offres alternatives (en supermarché, en restauration et livraison) va ainsi être un accélérateur de changements déjà présents ou en germe, en les rendant plus faciles. La présence d'un récit valorisant redéfinissant la gastronomie française offre aussi à ce groupe un point d'appui afin de poursuivre son entreprise de distinction en adoptant une alimentation plus variée et végétale. Se conjuguent à cela des préoccupations importantes pour l'environnement, le bien-être animal et la santé. Les baisses de consommation de produits carnés sont significatives.

La **Figure 12** illustre ces quatre trajectoires de changements à travers un résumé de quatre des douze socio-récits.

Résultats quantitatifs : consommation alimentaire en 2035

Une réduction moyenne de consommation de viande de 15 %, fortement contrastée entre les groupes

L'exercice TRAMe aboutit à une réduction de la consommation moyenne de viande de 15 % de 2023 à 2035, et de 11 % au total à l'échelle de la France hexagonale (**Figure 13**). Cette réduction débouche sur une consommation moyenne par personne de 104 grammes par jour (quantités cuites ingérées), correspondant à 74 kgec²⁸ par an (quantités disponibles pour la consommation intérieure) – soit une consommation moyenne légèrement supérieure à celle de l'Italie actuellement (72 kgec).

L'évolution de la structure démographique de la population française à elle seule (vieillesse, augmentation du niveau de diplôme, etc.) explique à peine 1 % de ces 15 % de réduction. L'essentiel du résultat s'explique donc par la somme des évolutions individuelles de pratiques alimentaires décrites dans les récits (voir partie *Comment*).

Ces évolutions individuelles se traduisent par des résultats fortement contrastés d'un groupe à l'autre (**Figure 14**). Le groupe des « femmes seules » (celui qui avait déjà en 2023 la plus faible consommation de viande) est celui qui diminue le plus sa consommation de viande avec -36 %, suivi des « ménages aisés très diplômés » avec -33 %. À l'inverse, les groupes « ménages aisés peu diplômés » et « familles rurales modestes » diminuent peu leur consommation de viande sur la période (-5 % environ).

Quelle adéquation nutritionnelle des nouveaux régimes alimentaires de chacun des groupes avec les recommandations ? Pour chacun des groupes et individus types, nous avons calculé les impacts des évolutions de leurs régimes alimentaires en termes d'apports nutritionnels selon différents scénarios de compensation des quantités de viandes réduites (avec des légumineuses, des céréales, du fromage, des substituts végétaux, etc.). Ces calculs tendent à évacuer un

²⁸ « kgec » (pour « kilo grammes équivalent carcasse ») est l'unité de mesure des quantités disponibles pour la consommation intérieure, calculées comme la production nationale retranchée des exportations nettes. Ces quantités couvrent à la fois les quantités ingérées, mais aussi les pertes (os, graisse, peau, etc.) et gaspillages. Les ratios de quantités ingérées sur quantités disponibles à la consommation calculés sur l'année 2015 pour toutes les espèces de viande sont maintenus stables jusqu'en 2035.

risque de carence en fer²⁹ ou en protéines, et indiquent même un bénéfice apport de fibres (voir **Encadré 8** en Annexe). Cette analyse rapide ne constitue évidemment pas une réelle expertise nutritionnelle, mais est cohérente avec la littérature scientifique. En effet, la compatibilité santé - environnement d'une évolution des

régimes est explorée par une littérature abondante qui conclue qu'une cohérence entre qualité nutritionnelle et impacts environnementaux peut être trouvée autour de régimes plus riches en végétaux et moins riches en viande (OMS, 2021 ; Nelson *et al.*, 2016 ; Wilson *et al.*, 2022 ; Mariotti et Gardner, 2020 ; Willett *et al.*, 2019 ; Fouillet *et al.*, 2023 ; Cobiac & Scarborough, 2019 ; Mota *et al.*, 2021) et qui se traduit dans de nouvelles recommandations nutritionnelles dans plusieurs pays (Réseau action climat & Société française de nutrition, 2024).

²⁹ Concernant le fer, l'enjeu de santé publique se situe dans la prévention auprès du groupe spécifique des femmes en âge de procréer combinant des facteurs de risques. <https://www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=1251>

FIGURE 13. Évolution de la consommation de viande dans le scénario TRAMe entre 2023 et 2035

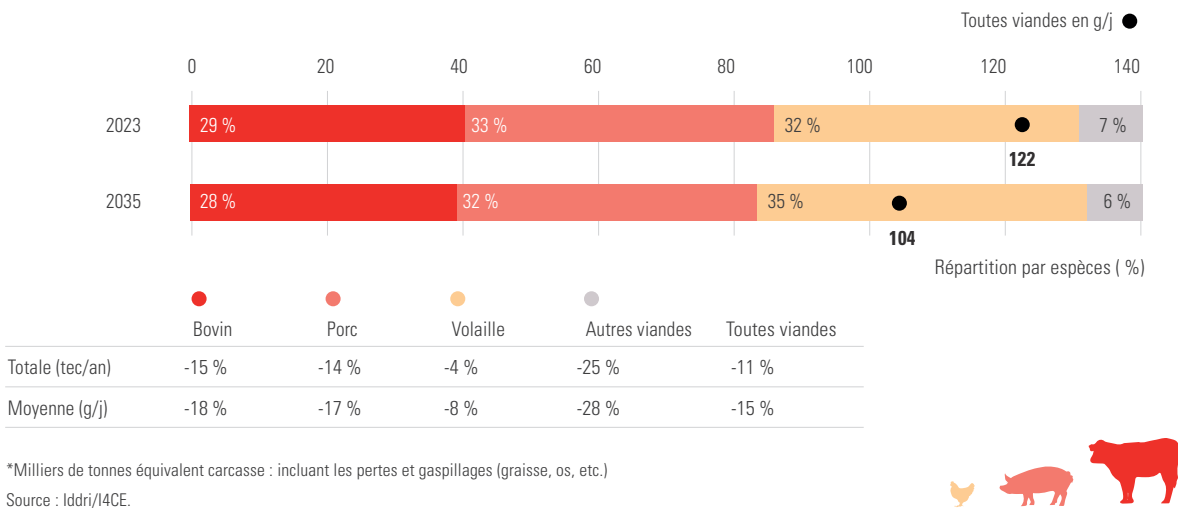
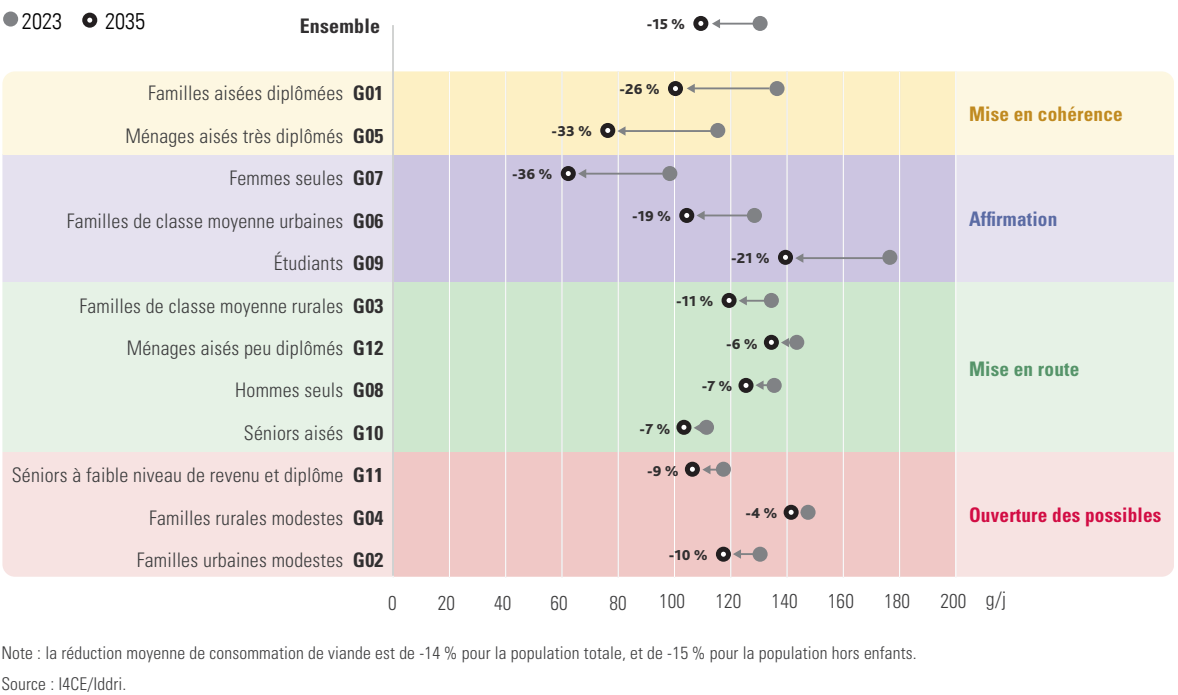


FIGURE 14. Consommation de viande et évolution de 2023 à 2035 par groupe (hors enfants)



Une réduction tirée par des baisses de portions et de fréquence, majoritairement à domicile

Traduits en termes plus concrets, cette réduction de 15 % en moyenne se traduit par 125 grammes de viande en moins par semaine, pour aboutir à 730 grammes par semaine. 125 g de viande, c'est environ trois tranches de jambon blanc ou quatre aiguillettes de poulet (environ 40 g/pièce), un peu plus de six à huit tranches jambon cru (15-20 g/tranche), un steak haché et demi (80 g/steak haché cuit), les deux tiers d'une cuisse de poulet (160 à 200 g/cuisse désossée cuite), etc. Réduire sa consommation de viande de 125 g par semaine peut ainsi prendre plusieurs formes : consommer une alternative végétale à la place du steak haché ainsi que trois tranches de jambon cuit en moins dans la semaine ; ou remplacer un plat contenant une cuisse de poulet par un plat sans viande une semaine sur deux ; ou retirer la charcuterie de 3 ou 4 entrées de la semaine, etc.

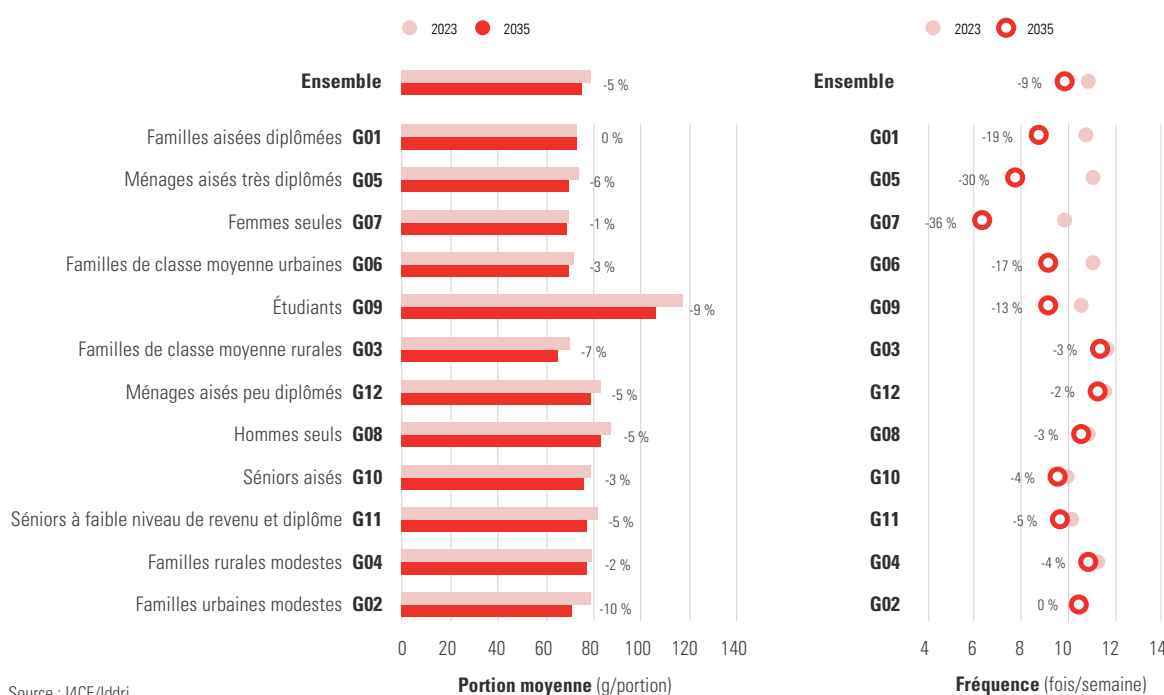
Presque tous les groupes réduisent à la fois leur portion moyenne et leur fréquence de consommation de viande par semaine (Figure 15). Seules exceptions : le groupe 1 des « familles aisées diplômées » qui ne diminue pas sa portion moyenne de viande, et le groupe 2 des « familles urbaines modestes » qui ne réduit pas sa fréquence de consommation dans la semaine. Ces réductions de fréquences et de portions sont néanmoins contrastées dans

leur ampleur, avec les groupes 2 et 9 qui réduisent le plus la portion moyenne (-10 et -9 %, notamment car la part de viande dans les produits qui en contiennent diminue), et le groupe 7 des « femmes seules » qui réduit le plus sa fréquence de consommation (-36 %, particulièrement en retirant ou en substituant la viande lors de nombreux repas).

Ces résultats, issus de la traduction quantitative des évolutions décrites dans les socio-récits, sont en phase avec la littérature. On notera par exemple que les groupes dont le niveau de prédisposition est faible, ou le niveau de contrainte élevé (comme ceux à bas niveau socio-économique, ou très masculins), voient plutôt la taille de leurs portions réduire que la fréquence de consommation diminuer. En effet, la baisse de fréquence de consommation, voire l'arrêt de la consommation de viande sont des comportements plutôt constatés parmi les femmes et les hauts niveaux de diplôme, comme le rapporte une enquête anglaise basée sur l'analyse de données de consommation (Vonderschmidt et al., 2024)³⁰.

³⁰ Cette étude montre par ailleurs que c'est la baisse de la taille des portions qui a eu le plus fort impact sur la baisse de consommation de viande au Royaume-Uni entre 2008/2009 et 2018/2019. Celle-ci, de l'ordre de -1,7 % par an (soit -17 g/semaine/personne en 10 ans), s'explique pour moitié par un effet « portion », 24 % par un effet « fréquence hebdomadaire », 17 % par un effet « nombre de consommateurs » et enfin 7 % par un effet « occasions quotidiennes ».

FIGURE 15. Hypothèses d'évolutions individuelles de fréquence et de portions de consommation de viande par groupe (avec enfants) entre 2023 et 2035



Sauf exception, la part de viande dans le repas moyen de chaque compartiment évolue de manière assez homogène (par exemple, -5 % de viande à domicile et en restauration commerciale et collective pour le groupe 4). Par ailleurs, en cohérence avec une tendance observée depuis plusieurs années, les Français continuent à s'alimenter davantage en restauration commerciale et moins à domicile (+21 % sur la période, passant ainsi de 7 % à 9 % des consommations totales). Ainsi au total, la quantité absolue de viande consommée reste stable sur la période en restauration commerciale, alors qu'elle baisse dans les autres compartiments (voir **Figure 23** en Annexe).

Une réduction plus forte des viandes bovines et porcines que des viandes de volaille

La réduction de la consommation est plus importante pour la viande bovine (-18 %) et porcine (-17 %) que pour la viande de volaille (-8 %) (**Figure 13**), en cohérence avec les tendances observées en termes de production et de consommation des différentes filières (Aubert & Poux, 2024)³¹. Pour tous les groupes, la consommation de viande de volaille diminue moins que les autres, voire augmente pour les groupes 4, 8, 10 et 12 (voir **Figure 22** en Annexe).

Plusieurs moteurs sont à l'œuvre, de manière différenciée selon les groupes : préoccupations pour la santé qui peuvent favoriser la substitution au profit de la volaille ou la réduction de charcuterie ; aspiration à soutenir la production locale et les paysages qui peut favoriser le bovin herbager ; place des services de restauration, etc. Précisons

les moteurs qui nous semblent pouvoir expliquer la baisse de consommation de volaille, cette viande ayant connu une forte croissance de consommation dans la dernière décennie : concurrence croissante des alternatives végétales sur le segment de la praticité ; réduction de l'utilisation comme viande ingrédient dans les plats préparés et en restauration commerciale ; et plus largement prise de conscience que la volaille est une « viande » au même titre que les autres, comme cela se reflète par exemple dans les recommandations nutritionnelles d'autres pays européens (voir section suivante). Ces mécanismes pourraient, étant donné les profils actuels de consommation, contribuer à réduire les importations de volaille. Enfin, précisons que TRAMe ne prétend pas apporter des éléments suffisamment fins pour mettre véritablement en discussion les enjeux stratégiques par filières (type de produits, type de circuits, etc.), comme cela a été fait dans l'étude sur les filières françaises de la viande (Aubert & Poux, 2024).

Enfin, si le choix a été fait de se concentrer sur le « moins de viande », tel que décrit dans ces résultats quantitatifs, les dimensions du « mieux » ne sont pas absentes de TRAMe. Des évolutions vers le « mieux », avec des intensités et des formes variables selon les groupes et sous-groupes (ex. viandes issues de systèmes herbagers, viande local, labels...), sont fréquemment présentes dans les socio-récits. Cette question est aussi présente dans la réflexion sur l'évolution des environnements.

³¹ Rappelons l'évolution de consommation apparente de viande en kg/cit/an/pers selon FranceAgriMer entre 2011 et 2023 : -14% pour la viande bovine, -6% pour la viande porcine, +22% pour la viande de volaille, -24% pour les autres viandes.

Quelles implications de TRAMe pour la période post-2035 ?

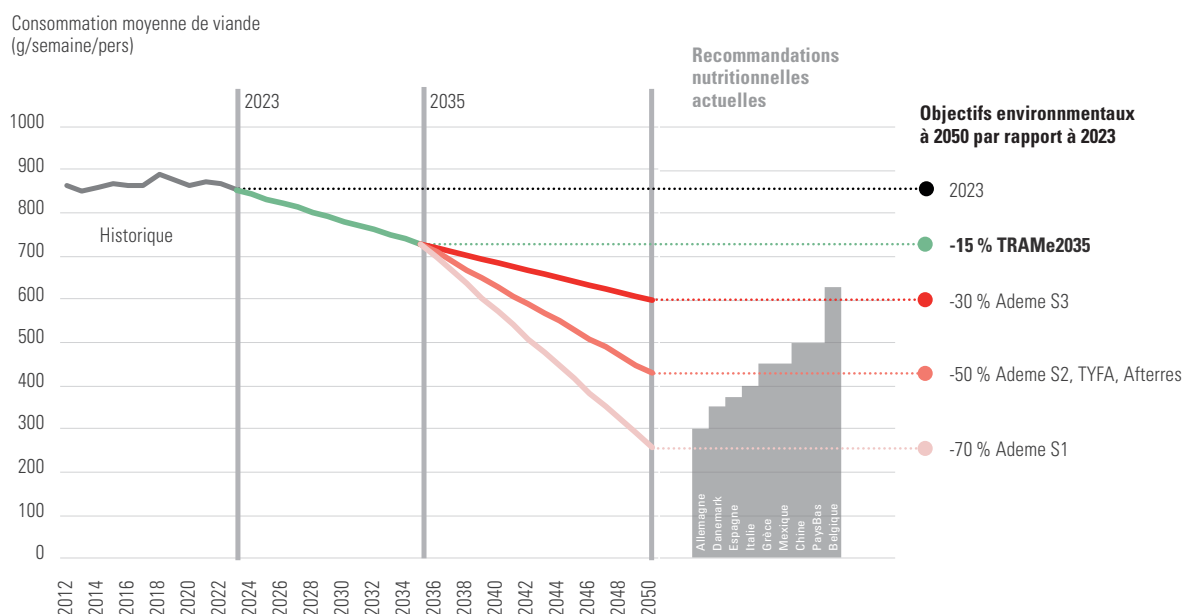
Le scénario TRAMe dessine une trajectoire moyenne de réduction de la consommation de viande de l'ordre de 15% d'ici à 2035 par rapport aux consommations de 2023. Son objectif est toutefois bien d'explorer les conditions sociales de mise en œuvre d'une trajectoire de réduction qui soit compatible avec les enjeux environnementaux et de santé.

Afin de mettre en perspective la trajectoire de TRAMe2035, nous mobilisons sur la **Figure 16** deux types d'objectifs : d'une part les recommandations nutritionnelles de plusieurs pays (RAC & SFN, 2024) ; d'autre

part les cibles de réduction de viande des scénarios visant l'atteinte d'objectifs environnementaux pour l'agriculture à horizon 2050 (ADEME, 2021; Couturier *et al.*, 2016; Poux & Aubert, 2018).

Sur le plan environnemental, la réduction obtenue à 2035 par TRAMe est une première étape, qui nous met sur le chemin des objectifs à 2050. En revanche, pour être compatible avec ces objectifs et cibles à horizon 2050, la trajectoire entamée dans le scénario TRAMe devra *a minima* se poursuivre, et probablement s'accélérer dans la période 2035-2050.

FIGURE 16. Une réduction de la consommation de viande cohérente avec les objectifs de long terme



Aide à la lecture : L'objectif de réduction de la consommation de viande de 50 % du scénario 2 de l'Ademe, TYFA, et Afterres est compatible avec les recommandations nutritionnelles de la Belgique, des Pays-Bas, de la Chine, du Mexique et de la Grèce, mais pas des autres pays.

A noter : les pays affichés sont exclusivement ceux fournissant une recommandation sur l'ensemble de la consommation de viande (et pas uniquement viande rouge et charcuterie) ce qui à ce stade n'est pas le cas de la France. La recommandation de l'Italie n'inclut pas la consommation de viande transformée, qu'il est recommandé d'éviter.

Source : IACE/Iddri d'après (ADEME, 2021; Couturier et al., 2016; DGE, 2024; Poux & Aubert, 2018; RAC & SFN, 2024)

C'est aussi le cas des recommandations nutritionnelles.

Avec 475 g/semaine de consommation moyenne de viande hors volaille (bovine, porcine et autres viandes), TRAME2035 est compatible avec les recommandations nutritionnelles françaises (650 g/semaine maximum), suédoises, norvégiennes, finlandaises, et estoniennes (500 g/semaine) (RAC & SFN, 2024). Pour autant, les quantités totales de viande consommées (incluant la volaille) dans le scénario TRAME2035 excèdent les recommandations d'autres pays qui fixent une limite maximale « toutes viandes », à l'instar de l'Italie, de l'Allemagne, des Pays-Bas, du Danemark et de l'Espagne comme représenté sur la **Figure 16**.

Cette hypothèse d'une accélération de la tendance dans la période post-2035 nous semble crédible pour quatre raisons.

L'effet cumulatif des changements d'environnements

Les trajectoires de changement de régime alimentaire vont s'approfondir sur la période post-2035. En effet, la modification des environnements et des pratiques alimentaires va de pair avec la reconfiguration de ce qui les compose (voir **Figure 3** partie *Comment*) : le réalignement des normes, significations, infrastructures, compétences, etc. Ceci prend du temps. De plus, aux changements d'en-

vironnements simulés dans TRAME s'en ajouteront d'autres après 2035, rendant les évolutions toujours plus aisées. Ainsi, les changements sur la période 2023-2035 portent en germe des évolutions futures qui permettront probablement d'accélérer dans la même direction.

Par exemple, si les comportements flexitariens (consommer de la viande moins d'une fois par jour) se diffusent dans le premier pas de temps³², seule une minorité adopte réellement ce type de régime à horizon 2035 car la reconfiguration des pratiques, c'est-à-dire de l'ensemble de leurs composantes, n'est encore qu'incomplète. Autre exemple : la baisse de consommation relativement modeste des « familles aisées diplômées » devrait se poursuivre car les dispositions acquises (nouvelles recettes, acclimatation à de nouveaux produits, etc.) sur la période 2023-2035 seront une base favorable à ce que le changement gagne en ampleur sur la période suivante. Pour les groupes de seniors,

³² Dans les 12 trajectoires, nous mobilisons le terme de flexitarisme moins pour décrire le régime moyen d'un groupe que pour décrire un horizon, un concept qui se diffuse dans la société et le régime de certains individus. Comme point de référence, nous retenons la définition de l'étude de FranceAgriMer (FranceAgriMer & Ifop, 2021), avec la combinaison de deux caractéristiques : une limitation générale de la consommation de viande en général (y compris dans la charcuterie et les plats cuisinés) – sans indications quantitatives sur cette limitation ; et une fréquence de consommation de viande inférieure à une fois par jour.

les 12 années couvertes par TRAMe sont peu par rapport aux 60 années de socialisation et d'habitudes, et les légères inflexions décrites se poursuivront et se renforceront pour les « nouveaux » seniors qui rejoindront ces groupes d'ici à 2050, en lien également avec les évolutions et les rôles de leurs enfants et petits-enfants.

L'effet d'entraînement des normes sociales

Les représentations, significations et normes sociales sont au cœur des pratiques. Dans la période 2035-2050, un effet de réseau pourra entrer en jeu pour accélérer la tendance déjà à l'œuvre. Celui-ci est lié à la diffusion de la norme sociale (e.g. pratique du végétarisme) : plus le nombre de personnes et les environnements alimentaires changent, plus le changement devient acceptable d'un point de vue social (ex. organiser un repas sans viande pour sa famille ou ses amis) (Eker *et al.*, 2019). Dit autrement, au sein de chacun de nos groupes de plus en plus de personnes vont faire évoluer leurs pratiques. *In fine*, si la nouvelle norme devient dominante, l'effet d'entraînement peut se renforcer, au sein des groupes sociaux, voire entre eux. Un comportement devient progressivement « normal », et donc facile à adopter par la majorité de la population (ex. utiliser quotidiennement sa voiture est devenu normal au fil du temps pour la grande majorité de la population française).

Plusieurs dynamiques peuvent l'expliquer comme la volonté de se conformer aux usages dominants, la praticité, la peur du jugement social ou l'attrait de la reconnaissance ou du statut promis par l'exhibition d'un certain comportement. Ainsi, « *si un régime alimentaire moins riche en viande devenait la norme, les individus pourraient s'y conformer notamment en raison de la pression sociale ou d'un souhait de respecter l'environnement, mais aussi pour la simple et bonne raison de profiter de repas partagés plaisants et faciles* »³³ (Nyborg *et al.*, 2016). L'atteinte d'une certaine « masse critique » peut être facilitée par des interventions qui ciblent l'adhésion de groupes sociaux composant la « majorité précoce » et la « majorité active » (qui forment 68 % de la population) plutôt que sur les « adeptes précoces » ou « innovateurs », c'est-à-dire les groupes auprès desquels les pratiques vertueuses se diffusent au premier chef (Nyborg *et al.*, 2016). Ceci indique que les premières évolutions sont sans doute les plus difficiles : les effets conjugués des changements

sur la période 2023-2035 pourraient produire des effets en cascade sur la seconde période, approfondissant ainsi la trajectoire de réduction de consommation de viande.

L'interaction entre les acteurs du système alimentaire

Du côté des acteurs du système alimentaire, la trajectoire de transition pourra bénéficier de l'interaction entre les « niches » (ou les marges) et le « régime » (ou le centre) (Geels & Schot, 2007). Autrement dit, la promotion de circuits alimentaires alternatifs (ou marginaux), ainsi que la fourniture de nouveaux services publics comme nous l'esquissons dans l'exercice TRAMe, seront de nature à influencer non pas uniquement les publics qu'elle touche directement, mais l'ensemble de la population *via* une pression indirecte exercée sur les acteurs conventionnels.

En ce sens, l'appropriation par les industriels ou supermarchés d'un discours éthique peut être vue comme le fruit d'une évolution du contexte et des normes (i.e. de ce sur quoi il est « bon » de se positionner pour une marque) promue initialement par les acteurs des marges (Ward *et al.*, 2007). Il est possible de considérer la transition non pas comme un changement d'un état A vers un état B qui seraient fondamentalement différents, mais plutôt comme une série de « changements adaptatifs » (Ingram *et al.*, 2015). Ces changements se cumulant, il est également possible de voir une accélération des mutations lors de la seconde période 2035-2050.

Le rôle des crises

Le facteur « crise » (géopolitique, sanitaire, environnementale, etc.) n'a pas été intégré au mécanisme de changement de TRAMe qui ne fait pas l'hypothèse de ruptures fortes. À l'inverse, la probabilité que des crises ou ruptures fortes dans le système (alimentaire) surviennent croît à mesure que l'on s'éloigne de notre point de départ. Il est par exemple possible d'anticiper une hausse des prix alimentaires et une instabilité du système alimentaire à moyen-long terme sous l'effet notamment du dérèglement climatique (Kotz *et al.*, 2024 ; Wheeler & Von Braun, 2013), ce qui affecterait les régimes et notamment la consommation de viande. Des ruptures d'autres natures (technologique, dans le marché du travail, dans l'organisation des chaînes d'approvisionnement, etc.) sont aussi envisageables. La forme de la trajectoire d'évolution de la consommation de viande ne sera donc pas une ligne droite, mais une série de fluctuations dont on ne peut prévoir l'ampleur, ni même la direction (à la baisse ou à la hausse).

³³ "Hence, if a less meat-intensive diet became the norm, individuals might conform partly owing to social pressure or a wish to be environmentally friendly; but a primary motive may simply be to enjoy pleasant and convenient."



DISCUSSION.

PERSPECTIVES SCIENTIFIQUES, ÉCONOMIQUES ET POLITIQUES

Rappelons tout d'abord le résultat principal de TRAMe :

un ensemble ambitieux mais plausible de changements d'environnements alimentaires peut déclencher une transition des pratiques qui soit compatible avec une diversité de groupes sociaux et leurs aspirations à une « bonne » alimentation. Par un processus cumulatif, des changements dans les infrastructures et produits, les normes et significations, les compétences et les informations, vont faire évoluer les pratiques alimentaires dans le sens d'une plus grande durabilité. Les rythmes et les logiques de changements seront diverses au sein de la population, à l'image de l'alimentation d'aujourd'hui.

Ces changements ne se feront pas par l'injonction, mais par l'évolution des conditions matérielles et immatérielles dans lesquelles les ménages évoluent et mènent leurs pratiques alimentaires. Ainsi TRAMe vise à aller à l'encontre du « changer la demande est impossible » fréquemment opposé aux tenants de la transition. Il peut être perçu comme un exercice de description d'une transformation sociale, non pas au service d'une action technocratique et descendante mais pour au contraire offrir des outils et un cadre à l'organisation d'un réel débat démocratique sur ce qu'il est souhaitable et possible de faire.

Perspectives scientifiques

TRAMe est un exercice original visant à crédibiliser un scénario de changement des pratiques alimentaires. Il constitue en cela une forme de réponse à la difficulté pour la prospective à intégrer les modes de vie (Saujot *et al.*, 2020, 2022). Alors que ces derniers sont en perpétuel changement et qu'un consensus scientifique croissant considère que leur évolution est incontournable pour faire face aux défis écologiques, les travaux actuels ne sont pas suffisants pour mettre en débat les trajectoires de transition possibles et leurs conditions. TRAMe est donc une contribution à ces efforts, au-delà de la seule question alimentaire. Cette innovation s'est appuyée sur une mobilisation originale des sciences humaines et sociales et particulièrement de la sociologie, avec de nombreux défis méthodologiques et épistémologiques associés.

TRAMe est donc un travail pionnier, avec les limites que cela comporte, et qui constituent autant de perspectives de travail. Citons les quatre principales :

- **Le travail de typologisation des groupes sociaux**, qui visait à construire une cohérence à la fois socio-démographique et en termes de pratiques alimentaires, sur la base de nombreux corpus de littérature, est un exercice ambitieux. Il bénéficiera sans conteste de débats méthodologiques sur les meilleures manières de réaliser des « clustering » de la population, en prenant en compte les limites des bases de données disponibles.
- **L'écriture et le codage des socio-récits** pourront s'appuyer sur notre cadre méthodologique pour rééditer l'exercice et ainsi participer à la diffusion et promotion de ce format inhabituel. Il faudra notamment expliquer que celui-ci n'est pas moins scientifique ni plus propice aux biais et partis pris que les jeux d'équations et les modélisations quantitatives auxquelles nous sommes habitués (Saujot *et al.*, 2020).
- **La quantification des socio-récits**, tout comme d'ailleurs la fixation des paramètres clés de la modélisation dans les prospectives classiques, est un exercice délicat. Il pourra bénéficier d'innovations méthodologiques dans le futur, par exemple en mobilisant des ateliers d'experts.
- **Enfin, une perspective plus générale consisterait à dupliquer l'exercice sur d'autres dimensions de l'alimentation durable.** Comme présenté dans l'introduction, l'alimentation fait face à un ensemble de défis pour lesquels un travail de prospective sur les

évolutions possibles des environnements alimentaires serait utile (ex. augmentation de la consommation de fruits et légumes, réduction de celle de produits ultra-transformés...).

L'approche principalement sociologique nous a paru particulièrement pertinente pour explorer les évolutions possibles des pratiques alimentaires, mais elle n'est bien entendu pas la seule valide. Il serait particulièrement utile de développer des manières d'intégrer davantage le champ disciplinaire de l'économie dans cette prospective. Ces éléments seraient notamment précieux pour mieux simuler des variations de prix des produits alimentaires.

Perspectives économiques

TRAMe2035 a été pensé et construit comme le volet consommation d'un exercice plus large, visant à explorer une diversité d'évolutions des filières de la viande française - de la fourche à la fourchette -, qui sera présenté au second semestre 2025. Le présent rapport ne détaille donc pas les implications que ces évolutions de la demande pourraient avoir pour la production française, ni les conditions qui permettraient qu'offre et demande de viande évoluent de manière cohérente, dans la perspective d'une transition réellement juste pour les filières et les consommateurs. En repartant des principaux résultats du scénario tendanciel des filières viandes françaises, publié en juillet 2024 (Aubert & Poux, 2024), nous proposons quelques éléments de réflexion à cet égard et esquissons des pistes de travail qui seront approfondies à l'occasion de la publication conclusive de ce travail d'ensemble.

Le scénario tendanciel que nous avons proposé en 2024 mettait en avant le phénomène de commodification comme moteur principal des transformations du secteur : la viande est devenue un produit de plus en plus standardisé, échangé sur des marchés de plus en plus ouverts, faisant de la compétitivité- prix un déterminant majeur des équilibres offre-demande. La poursuite tendancielle de cette commodification participe, à l'horizon 2035, (1) du maintien de la demande à un niveau élevé, (2) d'une poursuite de la substitution entre volaille et autres viandes, au vu de l'avantage compétitif de la première, et (3) d'une perte de positionnement des acteurs français, aujourd'hui moins compétitifs sur les segments de marché très commodifiés. Il en résulte dans le scénario tendanciel une amplification du décrochage entre offre et demande

dans tous les secteurs, et une dégradation du taux de couverture de la consommation intérieure par la production nationale. Ce taux de couverture passe ainsi, en cumulé, de 98 % à 88 % et, plus spécifiquement, de 93 % à 84 % pour la volaille, de 103 % à 98 % pour le porc, et de 96 % à 80 % pour le bœuf. Ces changements d'équilibre offre-demande s'accompagnent d'impacts économiques négatifs en termes d'emploi et de valeur créée dans les territoires par le secteur des viandes. Ils entraînent également des dynamiques environnementales mixtes, du fait de la perte de prairies et de leur biodiversité associée, d'une baisse des émissions domestiques pratiquement compensée par la hausse des émissions importées, et une amélioration très marginale du recyclage des nutriments du fait de la faible déconcentration spatiale des productions animales – donc des niveaux de pression notamment en azote, et des pollutions associées, qui restent élevées.

Dans ce contexte, une évolution de la demande selon le scénario TRAMe permettrait, sur un plan strictement quantitatif, de réduire le décrochage offre-demande à l'horizon 2035. Le taux de couverture remonterait à 100 % pour l'ensemble des viandes (96 % pour la volaille, 111 % pour le porc et 92 % pour le bœuf). Pour ce faire, et pour générer des impacts positifs sur le double plan économique et environnemental, une telle évolution suppose cependant de remplir deux conditions qui demanderont une analyse plus approfondie. La première concerne le fait d'apporter aux filières françaises le soutien dont elles ont aujourd'hui besoin pour poursuivre les progrès déjà réalisés en matière de durabilité environnementale, autour de la maîtrise du chargement des prairies, de l'amélioration des indices de consommation, de gestion de déjection, etc. Ce soutien, dont les modalités restent à travailler plus précisément, permettrait d'appuyer le développement du « mieux » tout en maîtrisant les coûts de production, notamment au regard des dynamiques de commodification précédemment décrites.

La seconde condition renvoie à la nécessité d'accompagner autant que possible une relative « décommodification » de la consommation, en soutenant notamment les filières dans la mise en avant de l'origine France et en particulier de ses modèles les plus durables. Les acteurs du secteur ont investi de manière importante sur ces enjeux depuis plusieurs décennies, et doivent jouer les premiers rôles dans cette perspective.

En l'absence de mesures dans ces deux directions, esquissées dans TRAMe, le risque est grand que toute baisse de la consommation se fasse prioritairement sur les productions

françaises plutôt que sur les importations, compte tenu du différentiel de compétitivité-prix aujourd'hui existant sur les segments « standards » du marché.

Cette mise en cohérence entre offre et demande, condition d'une réelle articulation entre le moins et le mieux, est au cœur de la démarche d'ensemble poursuivie par l'Iddri et ses partenaires ; elle sera menée à bien dans les scénarios de filière complets que nous publierons au second semestre 2025. Dans cette perspective, l'un des objectifs de TRAMe est précisément de montrer que les pratiques alimentaires peuvent évoluer sous l'effet d'une action concertée sur les environnements alimentaires, un point fréquemment contesté. Il s'agit maintenant de continuer à explorer les conditions d'une transition vertueuse.

Perspectives politiques

Les changements d'environnement décrits dans la partie 3 sont au cœur des trajectoires de changements des pratiques de TRAMe. Rappelons que la démarche d'inventaire s'est appuyée sur un large travail de revue de littérature et de veille des actions privées et publiques en France et en Europe (voir notamment Brocard & Saujot, 2023). Dans le scénario, elle est croisée avec une approche qui tient compte de la diversité sociale, et des contextes de consommation. Ce faisant, TRAMe permet d'explorer ce que pourrait être une stratégie concertée d'action sur la demande alimentaire au prisme des conditions matérielles d'existence, et des situations de consommation. Selon les priorités et objectifs définis, TRAMe permet de penser un ciblage efficace des lieux et contextes de consommation ainsi que des acteurs du système alimentaire au service d'un projet de transition alimentaire juste des pratiques des groupes sociaux. Il permet d'apporter des éléments de réponse à ces questions : qui, comment et à quel rythme ?

Notre démarche vise ainsi à mettre en discussion les conditions de la sélection et de la mise en œuvre de ces mesures. Si nous avons mobilisé cet ensemble de changements d'environnements alimentaires, c'est parce qu'il nous semblait atteignable et plausible. Il constituerait l'amorce de ce que serait un « programme complet, massif et coordonné d'actions visant à améliorer notre environnement alimentaire », comme l'y invitait un récent rapport du ministère de l'Agriculture (CGAAER, 2023).

Pour faire advenir ces changements, des actions doivent être déployées dans trois grands champs ; cette section analyse brièvement comment de nombreuses initiatives privées et publiques ont commencé à baliser le chemin les rendant ainsi accessibles. L'Iddri et I4CE vont continuer à alimenter ce débat sur les leviers d'actions à mobiliser en proposant prochainement des priorités actionnables à court terme. Il s'agira également d'analyser plus finement les coûts et conditions de mise en place de ces changements.

Une action de la fourche à la fourchette doit se déployer, afin de structurer des filières compétitives et une offre alimentaire diversifiée

L'enjeu est d(e) (ré)ouvrir l'éventail des possibilités en réduisant l'exposition massive et « par défaut » aux consommations carnées, dans une logique de « moins mais mieux ». Pour cela, il faut à la fois changer les règles du jeu (l'état de la réglementation), et créer de nouvelles opportunités économiques pour les acteurs du secteur agroalimentaire via l'incitation, la réglementation ou la fiscalité. La construction d'un système alimentaire innovant, résilient et plus durable se joue ici, tout particulièrement au niveau de l'industrie agroalimentaire, la grande distribution et la restauration collective et commerciale.

Plusieurs éléments concourent à rendre cet objectif envisageable. D'une part, les acteurs publics ont en réalité été très présents pour orienter et structurer les systèmes alimentaires et continuent de l'être. Toutefois, les engagements sont trop timides sur certains secteurs ou filières comme les légumineuses ou les alternatives végétales. D'autre part, du côté d'acteurs centraux comme les industries agroalimentaires et la grande distribution, des changements sont déjà à l'œuvre : des changements sur le plan réglementaire (ex. CSDD, CRSD au niveau européen pour renforcer la connaissance et la transparence sur les impacts et vulnérabilité des activités économiques) ainsi que de nombreuses et diverses initiatives privées (e.g. lancement de nouveaux produits, efforts sur le positionnement prix des alternatives végétales, objectifs de rééquilibrage protéiques de certains distributeurs, etc.). Toutefois à ce stade, il manque une démarche de **co-construction de feuilles de route** à la hauteur des défis environnementaux et socio-économiques de ces secteurs, mais aussi du besoin de coordination entre ces acteurs et la puissance publique en France.

Changer le regard et renforcer les capacités économiques des ménages

Un facteur clé de l'adoption de nouvelles pratiques, de nouveaux comportements alimentaires, réside dans leur caractère attractif. Dans cet axe, nous rassemblons deux modalités de cette « attractivité » : l'accessibilité et la désirabilité. Ceci implique de jouer simultanément sur les environnements cognitifs (information), socio-culturel (normes et représentations) et économique (surtout pour les plus modestes).

Plusieurs changements en cours contribuent à rendre cela possible. D'une part, le contexte informationnel va évoluer, sous l'action d'un effort de régulation des nombreux labels existants (Directive Green Claims) et d'un travail en cours autour de l'affichage environnemental, mais aussi car les nombreux travaux et débats passés sur le marketing et la publicité peuvent constituer une base à une action politique volontariste. D'autres part, des exemples d'autres pays sur la manière de conduire des campagnes coordonnées pour agir sur les dimensions socio-culturelles sont disponibles (ex. New Nordic Diet au Danemark). Enfin, l'action sociale est en plein bouillonnement avec de nombreuses expérimentations locales riches d'enseignements, en parallèle d'un travail déjà réalisé au niveau politique et technique autour de la proposition de chèque alimentaire. Concernant la dimension économique, il nous semble que la question du coût futur de l'alimentation est particulièrement importante. L'Iddri et I4CE ont déjà travaillé dans le passé sur cette question³⁴ et continuent à le faire avec prochainement une nouvelle étude explorant les risques et conséquences de hausse des prix de l'alimentation ainsi que les leviers d'actions.

Dans ce tableau d'ensemble, il est important de souligner que la situation actuelle – insécurité alimentaire, recours à l'aide alimentaire – est inéquitable et appelle des actions fortes. Dans ce contexte, l'originalité de TRAMe2035 est aussi de s'intéresser aux ménages modestes, dans la lignée de travaux précédents de l'Iddri et I4CE : ainsi personne n'est laissé de côté dans la transition, mais les difficultés sociales ne sont pas niées. Notre travail est à ce titre une contribution aux réflexions sur l'accessibilité de l'alimentation durable.

³⁴ Voir par exemple <https://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/billet-de-blog/une-alimentation-saine-et-durable-pour-tous-mission>

Préparer l'avenir : promouvoir les alternatives

Les « nouvelles » formes d'approvisionnement, de préparation et de consommation alimentaire sont tout autant le reflet de tendances dans la société que des opportunités pour ouvrir des brèches dans les habitudes des individus. Elles peuvent ainsi permettre de déclencher des micro-changements en réduisant la distance culturelle, économique ou matérielle qui empêche d'adopter certains comportements. Aussi, les alternatives au système dominant ainsi que les consommations hors domicile, même si elles demeurent marginales dans les chiffres de consommation, ont la capacité de faire évoluer les représentations associées à l'alimentation.

Là aussi, de nombreux changements sont déjà en cours.

D'une part, la restauration collective constitue un champ dans lequel à la fois des changements réglementaires et des expérimentations sont à l'œuvre, avec une maturité³⁵ de plus en plus grande pour aller vers une plus grande ambition. D'autre part, les initiatives territoriales, sous l'impulsion de la société civile ou des collectivités territoriales, sont riches et nombreuses. Elles s'inscrivent de plus souvent dans des projets alimentaires territoriaux (PAT) qui se développent et s'améliorent progressivement.

TRAME : pas moins de liberté, mais une autre organisation du système alimentaire

Les 12 socio-récits montrent que les choix alimentaires individuels sont déjà encadrés par les environnements alimentaires. L'alimentation est un champ traversé d'aspirations, de significations, de préférences, dont on a hérité, que l'on a développées au cours de sa trajectoire de vie au contact de groupes de pairs, que l'on partage avec d'autres, qui sont influencées par les acteurs dominants du système alimentaire et des évolutions du monde social et culturel au-delà de l'alimentation. L'alimentation d'aujourd'hui renvoie aussi à des contraintes physiques et sociales qui empêchent la satisfaction de certaines aspirations, des contraintes organisationnelles au sein des foyers ou encore un niveau important d'insécurité et de précarité alimentaire. En bref, la « liberté » à définir son alimentation est fortement encadrée, structurée et contrainte par un ensemble de facteurs qui sont souvent hors du contrôle d'un individu. C'est ce dont rendent compte les idées d'environnement alimentaire et de pratique. Modifier ces environnements

n'est donc pas synonyme d'une privation de liberté pour les consommateurs, mais plutôt d'un changement de référentiel et d'un élargissement de l'éventail des possibles. Dans TRAME, la baisse de consommation de viande n'est pas obtenue par la contrainte des libertés individuelles. Nos trajectoires incluent au contraire des changements redonnant du pouvoir aux individus, par exemple lorsqu'il s'agit de renforcer la place des offres végétales, de réguler la publicité, ou d'assurer l'accessibilité économique de toutes les denrées alimentaires.

Des trajectoires pour le débat

Des choix forts sur le futur de l'agriculture et de l'alimentation doivent être opérés, tant les défis collectifs sont nombreux et lourds de conséquences (écologiques, sanitaires, sociales, etc.). L'exercice TRAME s'inscrit dans un ensemble de travaux menés par un consortium autour de l'Iddri³⁶ qui contribue à poser les cadres d'une discussion sereine et d'un véritable débat sur le futur de notre système agricole et alimentaire. Le scénario TRAME s'inscrit ainsi dans une séquence qui a vu la publication d'une étude approfondie sur dynamiques passées et futures des filières viandes en France (Aubert & Poux, 2024), et se poursuivra avec la publication courant 2025 de scénarios sur leur évolution. Ces trajectoires visent à donner les clés de compréhension nécessaires pour que les débats dont nous avons besoin soient possibles et fertiles.

³⁵ Voir par exemple « La révolution végétarienne des restos U de Grenoble », Le Monde, 22/11/2024.

³⁶ Ce consortium est composé d'I4CE, de l'Iddri et des bureaux d'étude le BASIC, ASCA et Solagro.

ANNEXES

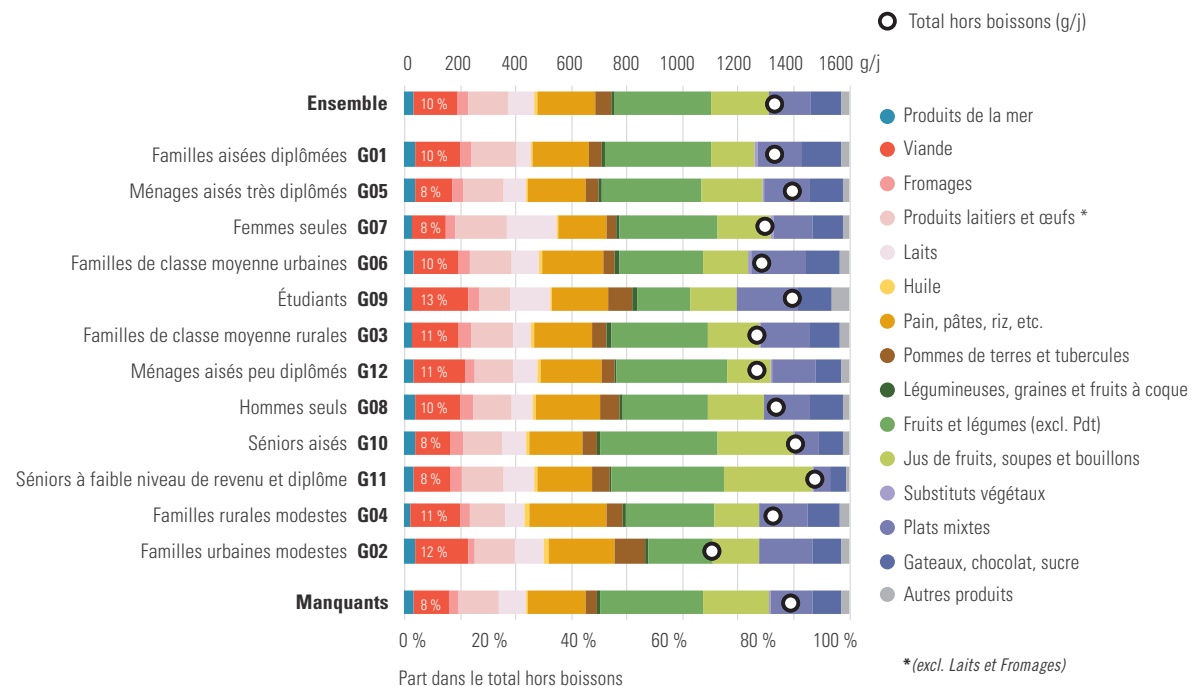
Tableau A1. Noms et structure des groupes

Structure du ménage		Localité, niveau de diplôme, sexe	Niveau de revenus		
			Faibles	Moyens	Élevés
Familles (à plus de 78 %)	Urbaines	Diplôme faible	G02 Familles urbaines modestes		G01 Familles aisées diplômées
		Diplôme élevé	G06 Familles de classe moyenne urbaines		
	Rurales	Diplôme élevé		G03 Familles de classe moyenne rurales	
		Diplôme faible	G04 Familles rurales modestes		
Tous ménages hors séniors		Diplôme faible			G12 Ménages aisés peu diplômés
		Diplôme élevé			G05 Ménages aisés très diplômés
		Étudiants	G09 Étudiants		
Tous ménages séniors			G11 Séniors à faible niveau de revenu et diplôme	G10 Séniors aisés	
Personnes vivant seules	Femmes	G07 Femmes seules			
	Hommes	G08 Hommes seuls			

Tableau A2. Description des caractéristiques socio-démographiques de chaque groupe

	Ensemble	Familles aisées diplômées	Ménages aisés très diplômés	Femmes seules	Famille de classe moyenne urbaines	Étudiants	Familles de classe moyenne rurales	Ménages aisés peu diplômés	Hommes seuls	Seniors aisés	Seniors à faible niveau de revenu et de diplôme	Familles rurales modestes	Familles urbaines modestes	Manquants
	G01	G05	G07	G06	G09	G03	G12	G08	G10	G11	G04	G02		
Sexe														
Femmes	52 %	50 %	50 %	100 %	50 %	51 %	50 %	45 %	0 %	56 %	63 %	53 %	57 %	53 %
Hommes	48 %	50 %	50 %	0 %	50 %	49 %	50 %	55 %	100 %	44 %	37 %	47 %	43 %	47 %
Âge														
Enfants (moins de 14 ans)	17 %	38 %	0 %	0 %	30 %	0 %	30 %	14 %	0 %	0 %	0 %	34 %	34 %	12 %
Adultes non seniors (15-64 ans)	61 %	60 %	100 %	100 %	68 %	100 %	67 %	82 %	100 %	0 %	0 %	63 %	63 %	64 %
Seniors (plus de 65 ans)	22 %	2 %	0 %	0 %	2 %	0 %	4 %	5 %	0 %	100 %	100 %	3 %	3 %	24 %
Niveau de diplôme														
Aucun diplôme	21 %	0 %	0 %	11 %	0 %	0 %	14 %	20 %	26 %	30 %	70 %	31 %	47 %	37 %
Bac, CAP, BEP	39 %	0 %	0 %	38 %	47 %	0 %	61 %	77 %	56 %	43 %	30 %	69 %	53 %	15 %
Bac +2/3	16 %	42 %	0 %	34 %	35 %	0 %	19 %	3 %	18 %	13 %	0 %	0 %	0 %	29 %
Bac +4 et plus	16 %	58 %	100 %	17 %	18 %	0 %	6 %	0 %	0 %	14 %	0 %	0 %	0 %	19 %
Étudiants	7 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %
Niveau de vie (revenu disponible par unité de consommation)														
Faible (Déciles 1 à 3)	31 %	0 %	0 %	24 %	36 %	50 %	0 %	0 %	55 %	0 %	100 %	100 %	100 %	28 %
Moyen (Déciles 4 à 6)	29 %	0 %	0 %	51 %	64 %	22 %	100 %	0 %	45 %	37 %	0 %	0 %	0 %	54 %
Élevé (Déciles 7 à 10)	40 %	100 %	100 %	25 %	0 %	28 %	0 %	100 %	0 %	63 %	0 %	0 %	0 %	18 %
Taille de l'agglomération														
Rural et petites villes (moins de 20 000 hab.)	38 %	33 %	17 %	24 %	2 %	32 %	100 %	50 %	25 %	39 %	42 %	100 %	0 %	35 %
Villes moyennes et grandes (plus de 20 000 hab.)	62 %	67 %	83 %	76 %	98 %	68 %	0 %	50 %	75 %	61 %	58 %	0 %	100 %	65 %
Configuration du ménage														
Personne seule (un adulte seul)	22 %	0 %	42 %	100 %	3 %	15 %	0 %	9 %	100 %	43 %	61 %	3 %	6 %	16 %
Couple (deux adultes)	22 %	0 %	58 %	0 %	19 %	2 %	15 %	30 %	0 %	57 %	39 %	4 %	3 %	46 %
Famille (tout autre configuration)	55 %	100 %	0 %	0 %	78 %	83 %	85 %	61 %	0 %	0 %	0 %	93 %	91 %	38 %

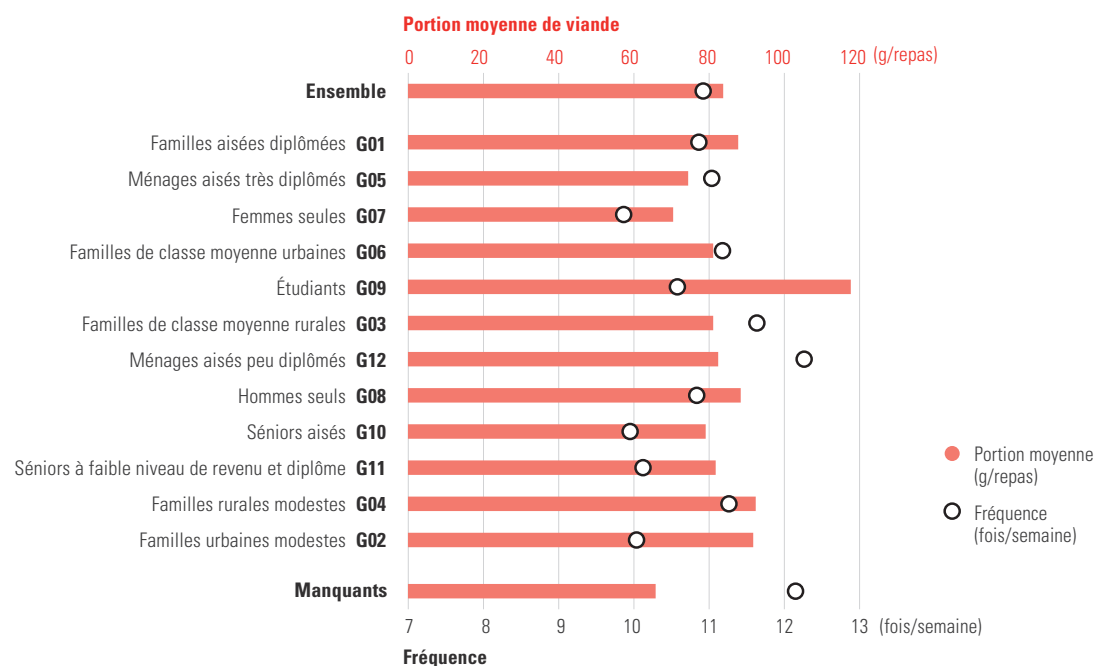
FIGURE 17. Consommation alimentaire (hors boissons) et répartition par catégorie de produits selon le groupe social (hors enfants) en 2023



Note : les consommations de viandes (incluant les quantités contenues dans les aliments multi-ingrédients) ont été ajustées entre 2015 (année de l'enquête INCA 3) et 2023, mais pas les autres consommations, qui sont ainsi probablement sous estimées.

Source : données INCA 3 (ANSES), traitement I4CE/Iddri.

FIGURE 18. Portions moyennes et fréquences de consommation de viande par groupe (hors enfants) en 2023



Source : données INCA 3 (ANSES), traitement I4CE/Iddri.

FIGURE 19. Part de chaque compartiment dans la consommation alimentaire totale (hors boissons) et dans la consommation de viande pour certains groupes (hors enfants) en 2023 (en %)

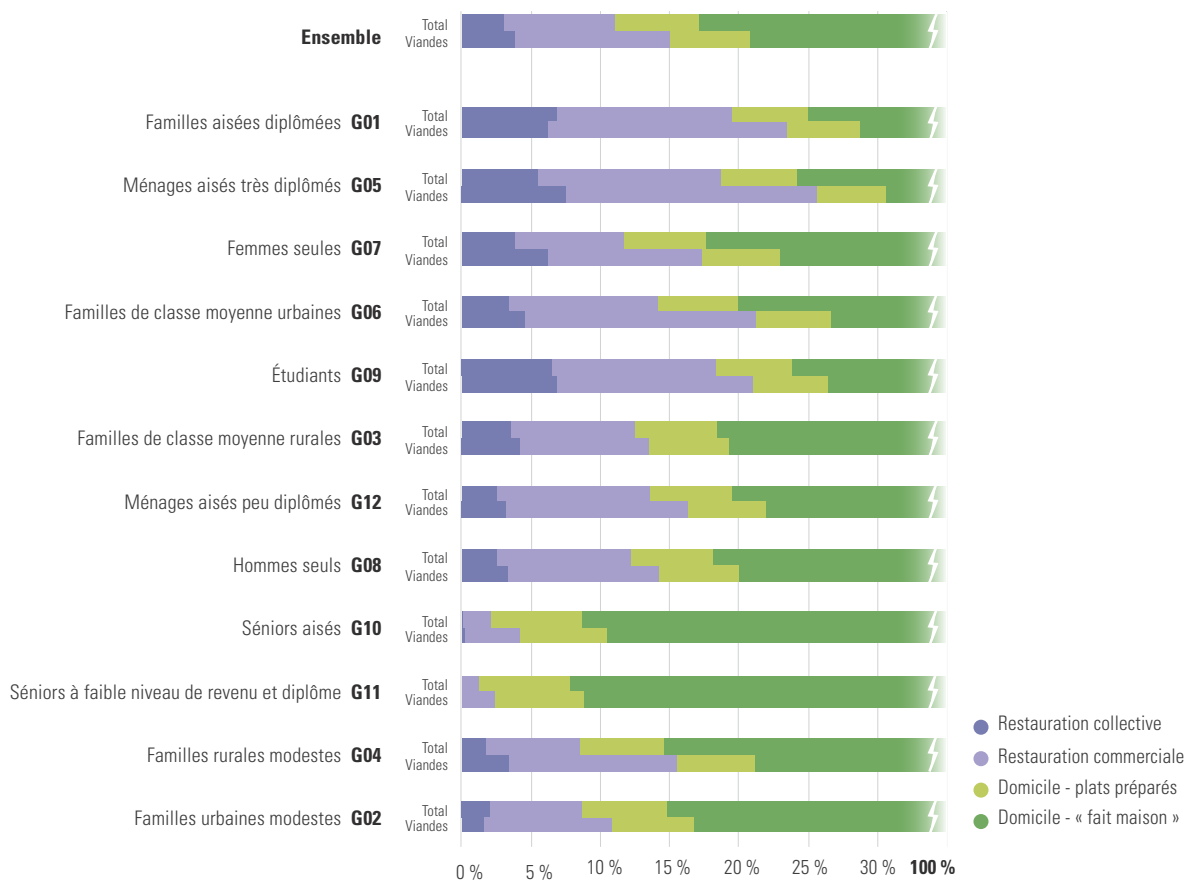


FIGURE 20. Variations intra-groupe des régimes alimentaires des individus-types, exemple du groupe 1

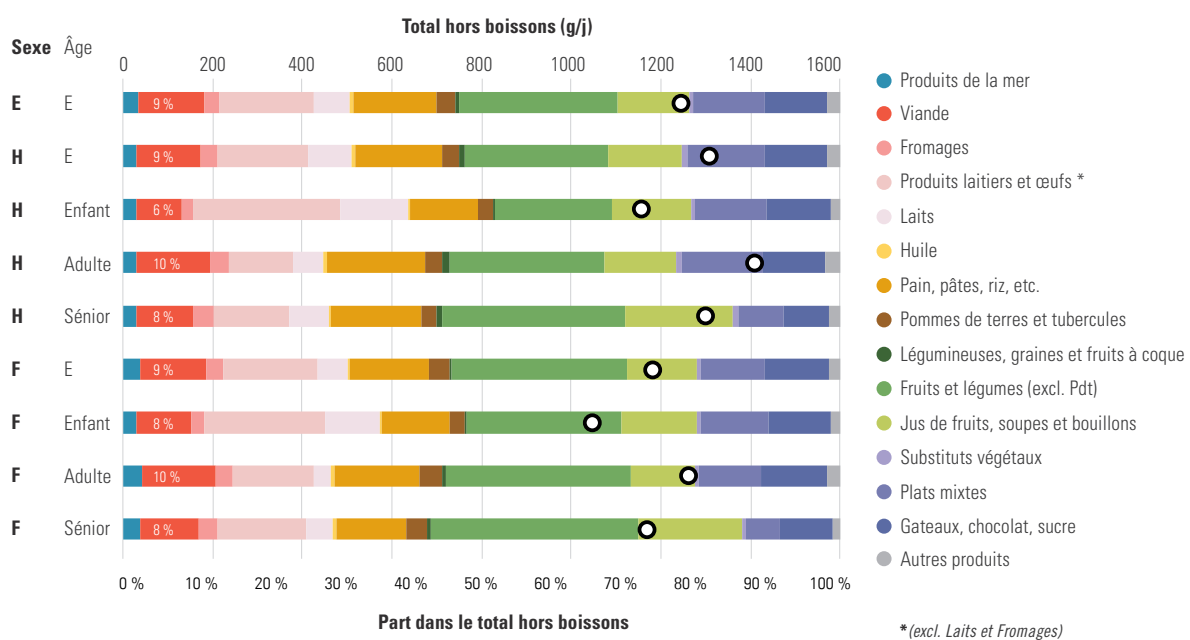
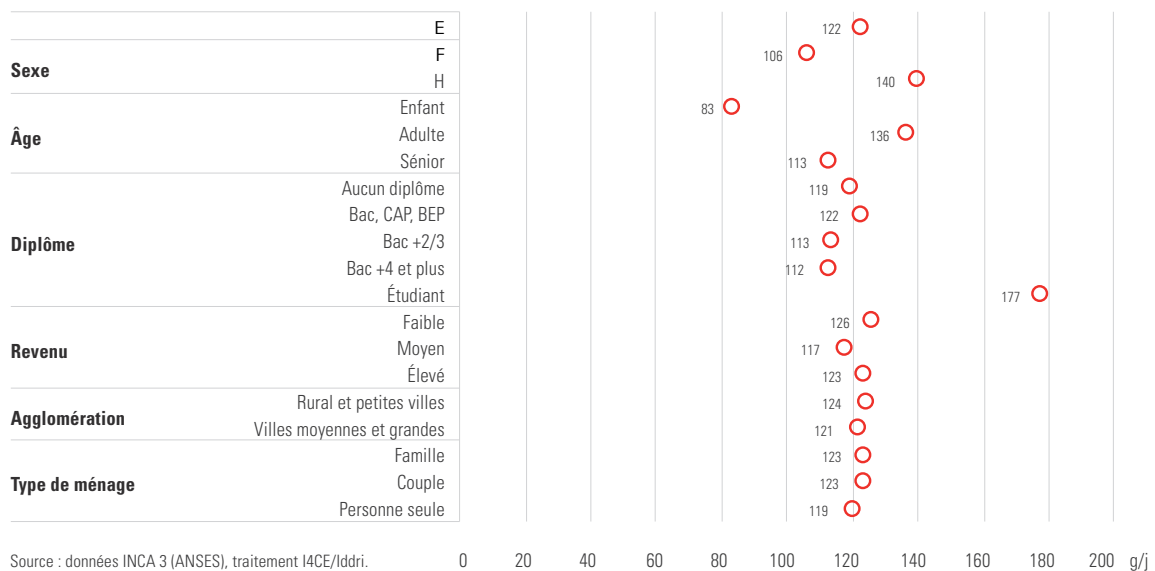
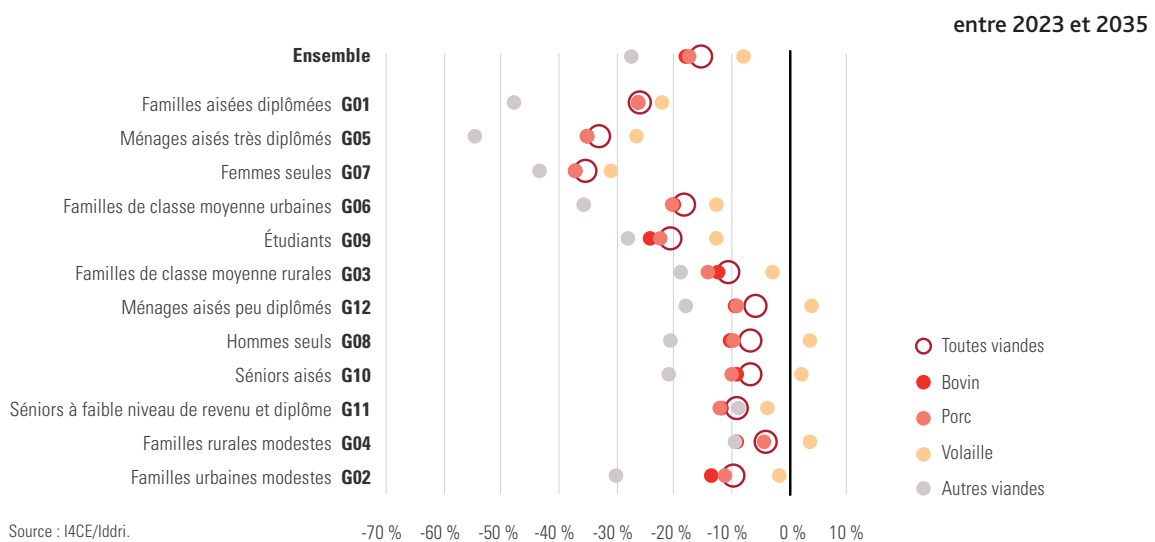
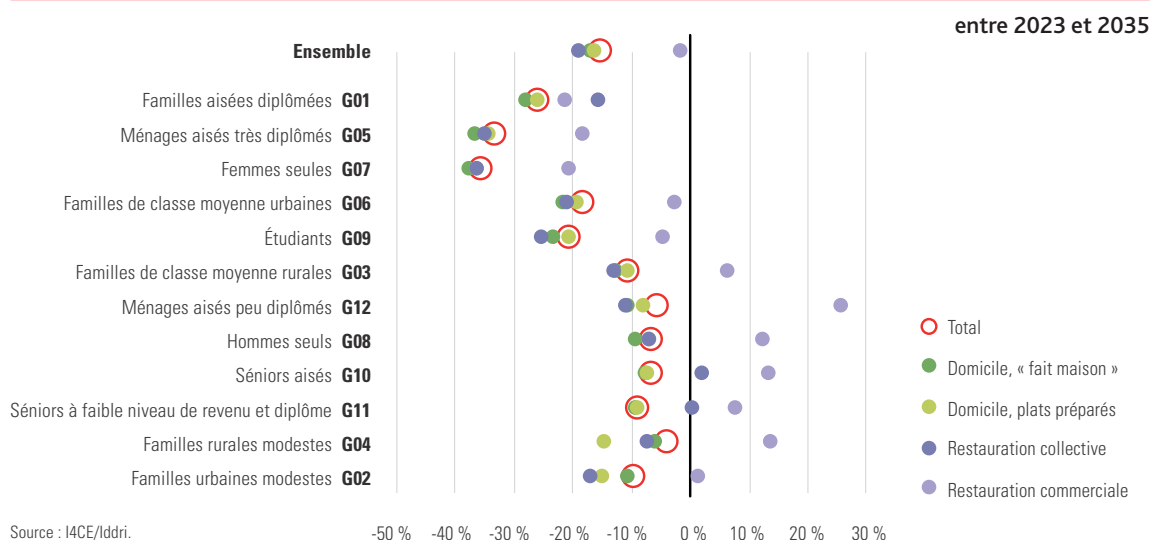


FIGURE 21. Quantité de viande consommée selon les variables socio-démographiques en 2023**FIGURE 22.** Évolutions de la consommation de viande totale et par espèce selon le groupe (hors enfants)**FIGURE 23.** Évolutions de la consommation de viande totale et par compartiment selon le groupe (hors enfants)

Encadré 7.

Zoom sur les apports nutritionnels

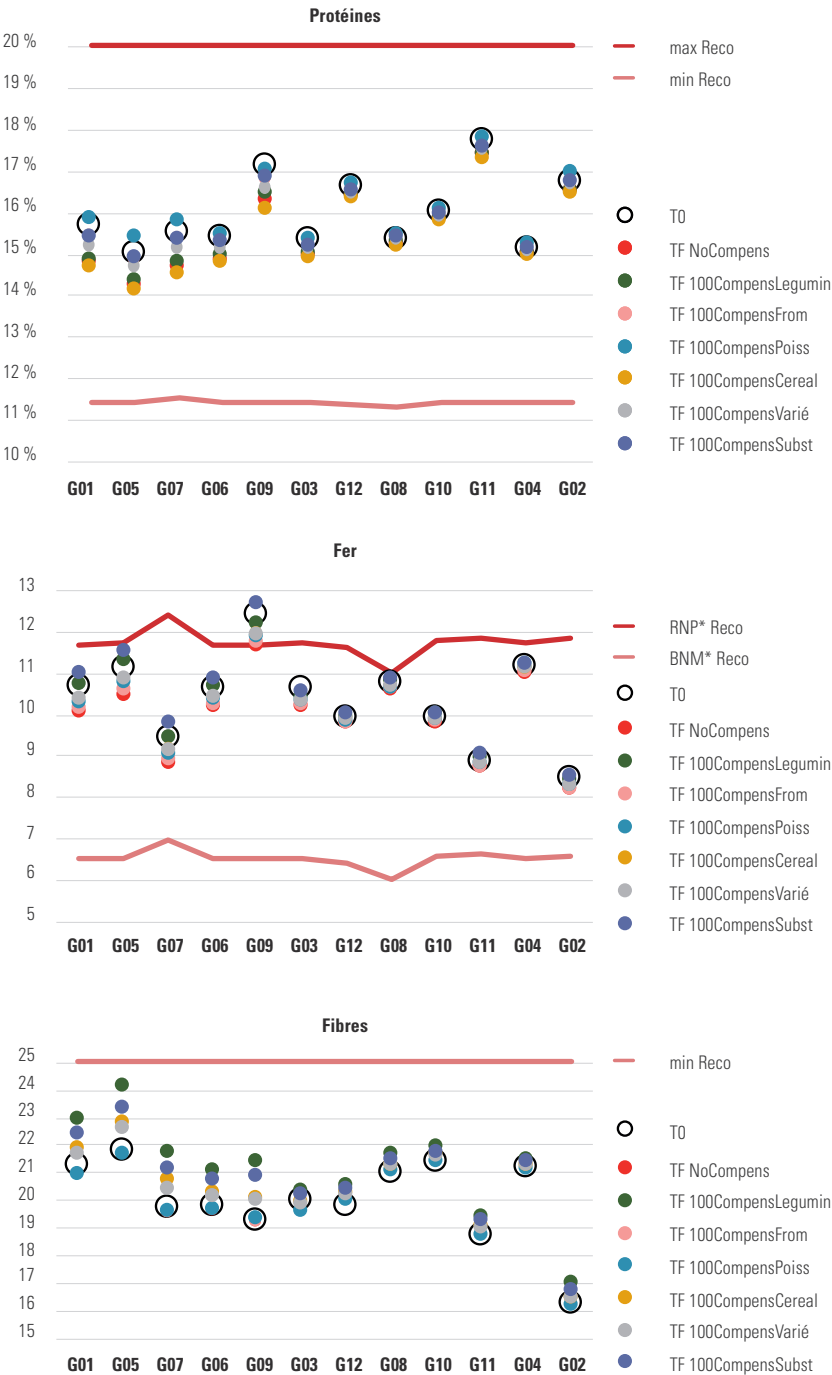
Les évolutions présentées dans la partie précédente ont nécessairement des implications nutritionnelles pour les individus. Nous présentons dans la **Figure 24** les conséquences de ces évolutions de consommation de viande pour l'ingestion de protéines, de fer et de fibres, selon différentes options de compensation de la baisse de consommation de viande :

- NoCompens : pas de compensation des baisses de consommation de viande
- 100Compens : les baisses de consommation de viande sont compensées à 100 % par :
 - _Legumin : des légumineuses, graines et fruits à coques ;
 - _From : du fromage ;
 - _Poiss : des produits de la mer ;
 - _Cereal : des céréales (pâtes, pain, riz, etc.) ;
 - _Varié : un panier homogène des quatre catégories de produits ci-dessus ;
 - _Subst : des substituts végétaux à la viande (tofu, seitan, et simili végétaux de steak, saucisses, émincé, etc.).

De tels calculs sont certes insuffisants pour analyser finement l'adéquation nutritionnelle des régimes alimentaires des individus (l'absorption de tel ou tel nutriment dépendant notamment des aliments consommés en simultané) mais ils s'inscrivent dans une vaste littérature aux conclusions aujourd'hui robustes : une cohérence entre qualité nutritionnelle et impacts environnementaux peut être trouvée autour de régimes plus riches en végétaux et moins riches en viande (OMS, 2021; Nelson *et al.*, 2016; Wilson *et al.*, 2022; Mariotti et Gardner, 2020; Willett *et al.*, 2019; Fouillet *et al.*, 2023; Cobiac & Scarborough, 2019 ; Mota *et al.*, 2021) – conclusions qui se traduisent dans de nouvelles recommandations nutritionnelles dans plusieurs pays (RAC & SFN, 2024). Rappelons qu'en moyenne, la consommation de protéine est aujourd'hui supérieure aux besoins* et pourrait donc baisser, et la part des protéines végétales en représente une part mineure alors qu'un rééquilibrage vers est compatible avec les besoins nutritionnels**.

Ainsi ces calculs permettent de conclure que les évolutions de régimes étudiés dans l'exercice TRAME ne génèrent pas d'inquiétudes particulières quant à la consommation de protéines ou de fer en comparaison de la situation initiale, voire peuvent avoir des conséquences bénéfiques sur la consommation de fibres de certains groupes sous certains scénarios de compensation (légumineuses notamment). La consommation de fibres étant actuellement en deçà des recommandations pour tous les groupes en moyenne. Analyser ces enjeux nutritionnels par groupe social est important car des effets de report indésirables ne sont pas exclus pour certains groupes spécifiques (Levasseur *et al.*, 2024).

FIGURE 24. Conséquences de ces évolutions de consommation de viande pour l'ingestion de protéines, de fer et de fibres, selon différentes options de compensation de la baisse de consommation de viande



*BNM : Besoin nutritionnel moyen, couvre en moyenne les besoins de la population considérée ;
RNP : Recommandation nutritionnelle pour la population, couvre en théorie les besoins de quasi toute la population considérée.

Source : I4CE/Iddri.

* La consommation de protéines est d'environ 70 et 95 g/j respectivement pour les femmes et hommes non séniors (Anses, 2017), contre des besoins entre 50 et 80 g/jr

** Il ne s'agit là bien sûr que d'ordres de grandeur indicatifs et moyennés à l'échelle nationale, pour fixer les idées. Chaque personne, en fonction de sa catégorie d'âge, de poids, de son sexe et de son activité physique a des besoins spécifiques. Il y notamment des besoins supérieurs en protéines des personnes de plus de 65 ans.

RÉFÉRENCES

NB. L'élaboration de la typologie a pris appui sur une quarantaine de références principales issues de diverses disciplines (typologies, sociologie de la consommation, de l'alimentation, statistique, sociologie de la stratification sociale), qui ne sont pas listées ici, mais dans l'annexe méthodologique (Livret 3 - Cadre méthodologique). En outre, la réalisation des socio-récits s'est fondée sur ces mêmes sources, auxquelles s'ajoutent près de 130 autres : celles-ci sont accessibles dans le Livret 2 - Socio-récits de transition alimentaire pour 12 groupes sociaux.

- ADEME. (2021). *Transitions 2050—Choisir maintenant, agir pour le climat*. ADEME. <https://bibliothèque.ademe.fr/cadic/6531/transitions2050-rapport-comprime.pdf?modal=false>
- Agence Bio. (2024a). *Les chiffres du bio. Panorama 2023*. <https://www.agencebio.org/wp-content/uploads/2024/09/AB-PRESSE-2023-210x297-JUILLET-BAG.pdf>
- Agence Bio. (2024b). *Observatoire de la consommation bio*. Agence Bio. <https://www.agencebio.org/vos-outils/les-chiffres-cles/observatoire-de-la-consommation-bio/>
- Agreste. (2020). En France, la consommation de viande se modifie fortement entre 1960 et 2018. *Primeur*, 4, 5.
- Agreste. (2024). *La décapitalisation du cheptel bovin*. Vizagreste. <https://vizagreste.agriculture.gouv.fr/la-decapitalisation-du-cheptel-bovin.html>
- Aiking, H., & de Boer, J. (2018). The next protein transition. *Trends in Food Science & Technology*, S0924224418301213. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2018.07.008>
- Andler, R., Quatremètre, G., Richard, J.-B., Beck, F., & Nguyen-Tran, V. (2023). *La consommation d'alcool des adultes en France en 2021, évolutions récentes et tendances de long terme*.
- Anses. (2017). *Étude individuelle nationale des consommations alimentaires 3 (INCA 3). Avis de l'Anses. Rapport d'expertise collective*. Anses.
- Anses. (2021). *Données de consommations et habitudes alimentaires de l'étude INCA 3 [Jeu de données]*.
- Aubert, P.-M., & Poux, X. (2024). *Des filières viandes françaises sous tension : Entre pressions compétitives et accès à la biomasse (Étude 05)*.
- Barbier, C., Couturier, C., Pourouchottamin, P., Cayla, J.-M., Silvestre, M., & Pharabod, I. (2019). *L'empreinte énergétique et carbone de l'alimentation en France de la production à la consommation* (p. 24). CIRED.
- Baudry, J., Pointereau, P., Seconda, L., Vidal, R., Taupier-Letage, B., Langevin, B., Allès, B., Galan, P., Hercberg, S., Amiot, M.-J., Boizot-Szantai, C., Hamza, O., Cravedi, J.-P., Debrauwer, L., Soler, L.-G., Lairon, D., & Kesse-Guyot, E. (2019). Improvement of diet sustainability with increased level of organic food in the diet : Findings from the BioNutriNet cohort. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 109(4), 1173-1188. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy361>
- Baudry, J., Touvier, M., Allès, B., Péneau, S., Méjean, C., Galan, P., Hercberg, S., Lairon, D., & Kesse-Guyot, E. (2016). Typology of eaters based on conventional and organic food consumption : Results from the NutriNet-Santé cohort study. *British Journal of Nutrition*, 116(4), 700-709. <https://doi.org/10.1017/S0007114516002427>
- Benhamou, F., & Moureau, N. (2007). L'économiste et la question du goût. Intégration ou dénégration d'un concept? *Editions du Regard*, pp.207-222.
- Bidaud, F., Lesage, M., & Claquin, P. (2016). *Le rapport Homme-Animal : Cinq scénarios à l'horizon 2030*. CEP.
- Blezat consulting, Crédoc, & Deloitte Développement Durable. (2016). *Comportements alimentaires en 2025—Tendances et impacts*. Fiche « Baisse de la consommation de protéines animales ».
- Brocard, C., & Saujot, M. (2023). *Environnement, inégalités, santé : Quelle stratégie pour les politiques alimentaires françaises ?* Iddri.
- Brondel, L., Jacquin, A., Meillon, S., & Pénicaud, L. (2013). Le goût : Physiologie, rôles et dysfonctionnements. *Nutrition Clinique et Métabolisme*, 27(3), 123-133. <https://doi.org/10.1016/j.nupar.2013.06.002>
- Carlsson, F., Kataria, M., & Lampi, E. (2022). How much does it take? Willingness to switch to meat substitutes. *Ecological Economics*, 193, 107329. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2021.107329>
- Cartron, F., & Fichet, J.-L. (2020). *Vers une alimentation durable : Un enjeu sanitaire, social, territorial et environnemental majeur pour la France* (Rapport d'information 476). Sénat. <https://www.senat.fr/rap/r19-476/r19-4761.pdf>
- Citepa. (2022). FLOREAL. <https://www.citepa.org/fr/floreal/>
- CEP. (2024). *La segmentation du secteur agroalimentaire français : Analyse attendances* (200).
- CGAAER. (2023). *Systèmes alimentaires durables. Le poids de l'offre et de la demande* (23034-P).
- Champagne, C., Pailhé, A., & Solaz, A. (2015). Le temps domestique et parental des hommes et des femmes : Quels facteurs d'évolutions en 25 ans ? *Economie et statistique*, 478(1), 209-242. <https://doi.org/10.3406/estat.2015.10563>
- Cobiaci, L. J., & Scarborough, P. (2019). Modelling the health co-benefits of sustainable diets in the UK, France, Finland, Italy and Sweden. *European Journal of Clinical Nutrition*, 73(4), 624-633. <https://doi.org/10.1038/s41430-019-0401-5>
- Comby, J.-B. (2023). « Une reconduction vertueuse de l'ordre social ? Relations entre fractions de classe sur le terrain écologique », *Séminaire – la transition écologique et agroalimentaire au prisme des SHS (TR-SHS)*.
- Commission européenne. (2024). *Strategic Dialogue on the Future of EU Agriculture. A shared prospect for farming and food in Europe*.
- Convention Citoyenne pour le Climat. (2020). *Les propositions de la Convention Citoyenne pour le Climat*. Convention Citoyenne pour le Climat. <https://propositions.conventioncitoyennepourleclimat.fr/>
- Coulangeon, P., Demoli, Y., Ginsburger, M., & Petev, I. (2023). *La conversion écologique des Français : Contradictions et clivages*. PUF.
- Couturier, C., Aubert, P.-M., & Duru, M. (2021). *Quels systèmes alimentaires durables demain ? Analyse de 16 scénarios du « secteur des terres » compatibles avec l'objectif de neutralité climatique. Rapport final* (p. 62). ADEME.
- Couturier, C., Charru, M., Doublet, S., & Pointereau, P. (2016). *Afterres 2050*. Solagro.
- Crédoc. (2018). *Les nouvelles générations transforment la consommation de viande* (Consommation et modes de vie 300).

- Crédoc, Nutri Psy Consult, Protéines, & Deloitte. (2020). *Comportements alimentaires déclarés versus réels : Mesurer et comprendre les écarts pour améliorer l'action publique* (p. 100) [Rapport réalisé pour le ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation, l'ADEME et FranceAgriMer].
- Creutzig, F., Niamir, L., Bai, X., Callaghan, M., Cullen, J., Díaz-José, J., Figueroa, M., Grubler, A., Lamb, W. F., Leip, A., Masanet, E., Mata, É., Mattauch, L., Minx, J. C., Mirasgedis, S., Mulugetta, Y., Nugroho, S. B., Pathak, M., Perkins, P., ... Ürge-Vorsatz, D. (2022). Demand-side solutions to climate change mitigation consistent with high levels of well-being. *Nature Climate Change*, 12(1), Article 1. <https://doi.org/10.1038/s41558-021-01219-y>
- De Saint Pol, T. (2005). Quand est-ce qu'on mange ? Le temps des repas en France (analyse quantitative). *Terrains & travaux*, n° 9(2), 51-72. <https://doi.org/10.3917/tt.009.0051>
- De Saint Pol, T., & Ricroch, L. (2012). *Le temps de l'alimentation en France* (Insee Première 1417). Insee.
- Delanoue, E., Dockes, A.-C., & Magdelaine, P. (2018). *Les évolutions possibles de la controverse autour de l'élevage dessinent cinq futurs contrastés : Une analyse prospective à l'horizon 2040*.
- Dembo, A., Bourdon, S., Fourniret, A., & Mathe, T. (2017). *Comportements et attitudes des consommateurs à l'égard du commerce alimentaire en 2017* (Cahier de recherche 336).
- Demoly, E., & Schweitzer, C. (2020). *Les ménages les plus modestes dépensent davantage pour leur logement et les plus aisés pour les transports* (Insee Focus 203). Insee. <https://www.insee.fr/fr/statistiques/4764315>
- Depecker, T., Cardon, P., & Plessz, M. (2023). Chapitre 1. Alimentation et goûts de classe. In *Sociologie de l'alimentation—2e éd. : Vol. 2e ed.* (p. 21-47). Armand Colin; Cairn.info. <https://shs.cairn.info/sociologie-de-l-alimentation--9782200634612-page-21?lang=fr>
- DGE (2024) Eat and drink well – recommendations of the German Nutrition Society (DGE) <https://www.dge.de/fileadmin/dok/english/dge-recommendations/information-sheet-DGE-recommendations-en.pdf>
- Dubuisson-Quellier, S. (2016). *Gouverner les conduites*. Sciences po-les Presses.
- Dubuisson-Quellier, S. (2018). *La consommation engagée* (2e éd. entièrement actualisée). SciencesPo, les presses.
- 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. *Environmental Policy and Governance*, 26(2), 89-100. <https://doi.org/10.1002/eet.1703>
- Dupuy, A. (2014). Thématization du plaisir alimentaire et visées utilitaristes. *Sociologie et sociétés*, 46(2), 253-275. <https://doi.org/10.7202/1027150ar>
- Dupuy, A. (2017). *La division sexuelle du travail alimentaire : Qu'est-ce qui change ?*
- EEA. (2022). *Transforming Europe's food system : Assessing the EU policy mix*. European Environment Agency. <https://data.europa.eu/doi/10.2800/295264>
- Einhorn, L. (2020). *Food, Classed ? Social Inequality and Diet : Understanding Stratified Meat Consumption Patterns in Germany*. <https://doi.org/10.17617/2.3256843>
- Eker, S., Reese, G., & Obersteiner, M. (2019). Modelling the drivers of a widespread shift to sustainable diets. *Nature Sustainability*, 2(8), 725-735. <https://doi.org/10.1038/s41893-019-0331-1>
- Etilé, F., & Plessz, M. (2018). Women's employment and the decline of home cooking : Evidence from France, 1985–2010. *Review of Economics of the Household*, 16(4), 939-970. <https://doi.org/10.1007/s11150-018-9423-3>
- Fantechi, T., Contini, C., & Casini, L. (2024). The Meaty gender Gap : Understanding Gender-Based differences in intention to reduce red meat consumption. *Food Quality and Preference*, 113, 105078. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2023.105078>
- FAO. (2024a). *FAOSTAT Bilans Alimentaires (2010-)*. <https://www.fao.org/faostat/fr/#data/FBS>
- FAO. (2024b). *La Situation mondiale de l'alimentation et de l'agriculture 2024*. FAO. <https://doi.org/10.4060/cd2616fr>
- FAO & OMS. (2020). *Régimes alimentaires sains et durables. Principes directeurs*. FAO and WHO. <https://doi.org/10.4060/ca6640fr>
- Fardet, A., Thivel, D., Gerbaud, L., & Rock, E. (2021). A Sustainable and Global Health Perspective of the Dietary Pattern of French Population during the 1998–2015 Period from INCA Surveys. *Sustainability*, 13(13), 7433. <https://doi.org/10.3390/su13137433>
- FNAU. (2022). *Atlas du commerce. Tendances actuelles et dynamiques spatiales*. https://www.fnau.org/wp-content/uploads/2022/06/observatoire_du_commerce_v7_hd_sans_traits_coupe-1.pdf
- Fouillet Hélène , Dussiot Alison , Perraud Elie , Wang Juhui , Huneau Jean-François , Kesse-Guyot Emmanuelle , Mariotti François (2023) Plant to animal protein ratio in the diet: nutrient adequacy, long-term health and environmental pressure ; *Frontiers in Nutrition* VOL 10 ; 2023 ; DOI=10.3389/fnut.2023.1178121
- Fournier, T., Jarty, J., Lapeyre, N., & Touraille, P. (2015). L'alimentation, arme du genre. *Journal des anthropologues*, 140-141, 19-49. <https://doi.org/10.4000/jda.6022>
- FranceAgriMer. (2023). *L'évolution des achats de produits issus de l'agriculture biologique par les ménages français depuis 2015*. https://www.franceagrimer.fr/content/download/71396/document/Conso_Bio_2022.pdf
- FranceAgriMer. (2024a). *Les marchés des produits laitiers, carnés et avicoles. Bilan 2023 Perspectives 2024*. <https://www.franceagrimer.fr/content/download/73078/document/BIL-VIA-LAI-Bilan2023-Perspectives2024.pdf>
- FranceAgriMer. (2024b). *Plats préparés : Principales évolutions des achats et dépenses des ménages entre 2007 et 2022 [Les études]*. https://www.franceagrimer.fr/content/download/74044/document/Plats_pr%C3%A9par%C3%A9s_PDF.pdf
- FranceAgriMer & Ifop. (2021). *Végétariens et flexitariens en France en 2020. Enquête IFOP pour FranceAgriMer Rapport complet de l'étude* (p. 151). FranceAgriMer et IFOP.
- Galobardes, B. (2006). Indicators of socioeconomic position (part 1). *Journal of Epidemiology & Community Health*, 60(1), 7-12. <https://doi.org/10.1136/jech.2004.023531>
- Geels, F. W., & Schot, J. (2007). Typology of sociotechnical transition pathways. *Research Policy*, 36(3), 399-417. <https://doi.org/10.1016/j.respol.2007.01.003>
- [GIEC Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat]: M. Pathak, R. Slade, P.R. Shukla, J. Skea, R. Pichs-Madruga, D. Ürge-Vorsatz. (2022). Technical Summary. *Climate Change 2022: Mitigation of Climate Change. Contribution of Working Group III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change* [P.R. Shukla, J. Skea, R. Slade, A. Al Khourdajie, R. van Diemen, D. McCollum, M. Pathak, S. Some, P. Vyas, R. Fradera, M. Belkacemi, A. Hasija, G. Lisboa, S. Luz, J. Malley, (eds.)]. Cambridge University Press, Cambridge, UK and New York, NY, USA. doi: 10.1017/9781009157926.002.
- Ginsburger, M. (2020). De la norme à la pratique écocitoyenne : Position sociale, contraintes matérielles et diversité des rapports à l'écocitoyenneté. *Revue française de sociologie*, Vol. 61(1), 43-78. <https://doi.org/10.3917/rfs.611.0043>

- Good food institute. (2022). *Reducing the price of alternative proteins*.
- Greenflex & Ademe. (2024). 2024, Les 20 ans du baromètre Greenflex—Ademe de la consommation responsable. https://presse.ademe.fr/wp-content/uploads/2024/06/GreenFlex_Barometre_Consommation_Responsable_Edition_2024.pdf
- Grignon, C. (1988). Les enquêtes sur la consommation et la sociologie des goûts. *Revue économique*, 39(1), 15-32. <https://doi.org/10.3406/reco.1988.409040>
- Grossetête, M. (2019). Quand la distinction se met au vert : Conversion écologique des modes de vie et démarcations sociales. *Revue Française de Socio-Économie*, n° 22(1), 85-105. <https://doi.org/10.3917/rfse.022.0085>
- Harris interactive. (2021). *La consommation de viande : Quelles nouvelles attentes ?* <https://reseauactionclimat.org/wp-content/uploads/2021/02/note-harris-la-consommation-de-viande-reseau-action-climat.pdf>
- Harris interactive. (2023, mars). *La consommation de viande : Quelles nouvelles tendances ? Quel regard les Français portent-ils aujourd'hui sur leur consommation de viande ? Comment souhaitent-ils consommer à l'avenir ? Baromètre – vague 2*. <https://harris-interactive.fr/wp-content/uploads/sites/6/2023/04/Rapport-Harris-La-consommation-de-viande-Reseau-action-climat-Vague-2.pdf>
- HCSP. (2023). *Avis relatif à l'élaboration de la Stratégie nationale Alimentation, Nutrition, Climat (SNANC)*.
- Hérault, B., Gassie, J., & Lamy, A. (2019). *Transformations sociétales et grandes tendances alimentaires*. Centre d'études et de prospective (CEP).
- Hérault, B., Gassie, J., & Lamy, A. (2023a). *La féminisation de la société : Du monde du travail aux représentations culturelles* (Faits & Tendances 58). Centre d'études et de prospective (CEP).
- Hérault, B., Gassie, J., & Lamy, A. (2023b). *Nouveaux rapports à la nature* (Faits & Tendances 59). Centre d'études et de prospective (CEP).
- Hérault, B., Gassie, J., & Lamy, A. (2023c). *Rapport au temps et accélération des rythmes sociaux* (Faits & Tendances 57). Centre d'études et de prospective (CEP).
- HLPE. (2017). *Nutrition and food systems*.
- Huber, E., Aubert, P.-M., Loveluck, W., 2020. Identifying research needs for a sustainable EU protein transition. Research report submitted to the European Sustainable Agricultural Dialogue platform. Paris-Bruxelles, Iddri & ESAD.
- I4CE. (2023). *Réduction de la consommation de viande : Des politiques bien loin des objectifs de durabilité*. <https://www.i4ce.org/wp-content/uploads/2023/02/Reduction-de-la-consommation-de-viande-des-politiques-publiques-bien-loin-des-objectifs-de-durabilite.pdf>
- Insee. (2015). *Cinquante ans de consommation alimentaire : Une croissance modérée, mais de profonds changements* (Insee Première 1568).
- Insee. (2020). *Les dépenses des ménages en boissons depuis 1960 La part des boissons alcoolisées diminue au profit des boissons non alcoolisées* (Insee Première 1794).
- Insee. (2022a). *Bases de données et fichiers détails du recensement de la population* [Jeu de données].
- Insee. (2022b). *Données de l'enquête ERF5 : Enquête Revenus Fiscaux et Sociaux* [Jeu de données].
- Insee. (2023). *30 000 magasins alimentaires sous réseaux d'enseigne couvrent tous les bassins de vie* (Insee Focus 305).
- Insee. (2024a). *Consommation des ménages en 2023 – Les comptes de la Nation en 2023—Consommation effective des ménages par fonction* [Jeu de données]. <https://www.insee.fr/fr/statistiques/8068592?sommaire=8068749#titre-bloc-10>
- Insee. (2024b). *Parts de marché du commerce de détail selon la forme de vente. Comptes du commerce—Base 2020* [Jeu de données]. https://www.insee.fr/fr/statistiques/2015133#graphique-figure1_radio1
- Inserm. (2014). *Inégalités sociales de santé en lien avec l'alimentation et l'activité physique*. https://www.inserm.fr/wp-content/uploads/media/entity_documents/inserm-ec-2014-inegalitesocialesantelienalimentationactivitephysique-synthese.pdf
- Joint Research Centre, European Commission. (2024). *EU estimated agricultural balance sheets* [Jeu de données]. <http://data.europa.eu/89h/33243e5e-44a1-4b43-9444-31d64dc7921f>
- Kotz, M., Kuik, F., Lis, E., & Nickel, C. (2024). Global warming and heat extremes to enhance inflationary pressures. *Communications Earth & Environment*, 5(1), 116. <https://doi.org/10.1038/s43247-023-01173-x>
- Lamont, M., & Molnár, V. (2002). The Study of Boundaries in the Social Sciences. *Annual Review of Sociology*, 28(1), 167-195. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.28.110601.141107>
- Laraia, B. A., Leak, T. M., Tester, J. M., & Leung, C. W. (2017). Biobehavioral Factors That Shape Nutrition in Low-Income Populations. *American Journal of Preventive Medicine*, 52(2), S118-S126. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2016.08.003>
- Legendre, V. (2008). *Les déterminants de la consommation de porc en France : Effets économiques, attentes et perceptions des consommateurs*.
- Legendre, V., Sans, P., Barrey, S., & Boutin, B. (2017). Controverses sur la consommation de viande : Enseignements d'une analyse sociologique. *INRAE Productions Animales*, 30(5), Article 5. <https://doi.org/10.20870/productions-animales.2017.30.5.2278>
- Lelievre, F., & al. (2008). *Programme interrégional « CLIMFOUREL » (climat-fourrages-élevage) Adaptation des systèmes fourragers et des élevages péri-méditerranéens aux aléas et aux changements climatiques*.
- Lepage, Y. (2002). Evolution de la consommation d'aliments carnés aux XIXe et XXe siècles en Europe occidentale. *Revue belge de philologie et d'histoire*, 80(4), 1459-1468. <https://doi.org/10.3406/rbph.2002.4680>
- Levasseur, P., Mariotti, F., Denis, I., & Davidenko, O. (2024). Potential unexpected effects of meat reduction in diet : Could educational attainment influence meat substitution strategies? *Agricultural and Food Economics*, 12(1), 4. <https://doi.org/10.1186/s40100-024-00298-7>
- Lombart, C., Louis, D., & Untilov, O. (2024, février 29). *L'alimentation bio toujours boudée malgré la réduction des écarts des prix avec les produits conventionnels*. The Conversation. <http://theconversation.com/l'alimentation-bio-toujours-boudee-malgre-la-reduction-des-ecarts-des-prix-avec-les-produits-conventionnels-224398>
- LSA. (2022, octobre 24). *Le local a la cote chez les consommateurs français [LSA Data]*. <https://www.lsa-conso.fr/le-local-a-la-cote-chez-les-consommateurs-francais-lsa-data,422746>
- LSA. (2024, avril 10). *Pour tout comprendre du recul du bio en huit graphiques*. https://www.lsa-conso.fr/pour-tout-comprendre-du-recul-du-bio-en-six-graphiques,455267?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=lsa_quotidienne&email=2058930470&idbddd=56449
- Magdelaine, P., Roguet, C., & Dockes, A.-C. (2018). *La controverse sur l'élevage. Principaux enseignements du projet ACCEPT*.
- Mariotti, F., Gardner, C., (2020) Cahiers de Nutrition et de Diététique, Volume 55, Issue 2, April 2020, Pages 66-81
- Méjean, C., Si Hassen, W., Gojard, S., Ducrot, P., Lampuré, A., Brug, H., Lien, N., Nicolaou, M., Holdsworth, M., Terragni, L., Hercberg, S., & Castetbon, K. (2017). Social disparities in food preparation behaviours : A DEDIPAC study. *Nutrition Journal*, 16(1), 62. <https://doi.org/10.1186/s12937-017-0281-2>

- Méjean, C., Si Hassen, W., Lecossais, C., Allès, B., Péneau, S., Hercberg, S., & Castetbon, K. (2016). Socio-economic indicators are independently associated with intake of animal foods in French adults. *Public Health Nutrition*, 19(17), 3146-3157. <https://doi.org/10.1017/S1368980016001610>
- Michel, F., Hartmann, C., & Siegrist, M. (2021). Consumers' associations, perceptions and acceptance of meat and plant-based meat alternatives. *Food Quality and Preference*, 87, 104063. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2020.104063>
- Ministère des solidarités. (2021, mars 17). *COCOLUPA : Le Comité national de coordination de la lutte contre la précarité alimentaire s'est à nouveau réuni ce jour avec une ambition : élaborer, avec les associations de solidarité, un plan d'action nationale de lutte contre la précarité alimentaire* | solidarites.gouv.fr | Ministère des Solidarités, de l'Autonomie et de l'Égalité entre les femmes et les hommes. <https://solidarites.gouv.fr/cocolupa-le-comite-national-de-coordination-de-la-lutte-contre-la-precarite-alimentaire-sest>
- Moriniaux, V. (2004). Pour une géographie de la saveur sucrée. *Géographie et cultures*, 50, 77-89. <https://doi.org/10.4000/gc.17023>
- Mota, J. D. O., Guillou, S., Pierre, F., & Membré, J.-M. (2021). Public health risk-benefit assessment of red meat in France : Current consumption and alternative scenarios. *Food and Chemical Toxicology*, 149, 111994. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2021.111994>
- Nelson ME, Hamm MW, Hu FB, Abrams SA, Griffin TS. Alignment of Healthy Dietary Patterns and Environmental Sustainability: A Systematic Review. *Adv Nutr*. 2016 Nov 15;7(6):1005-1025. doi: 10.3945/an.116.012567.
- Notes. (2013). In H. Rosa, *Social Acceleration* (p. 323-418). Columbia University Press. <https://doi.org/10.7312/rosa14834-018>
- Nyborg, K., Anderies, J. M., Dannenberg, A., Lindahl, T., Schill, C., Schlüter, M., Adger, W. N., Arrow, K. J., Barrett, S., Carpenter, S., Chapin, F. S., Crépin, A.-S., Daily, G., Ehrlich, P., Folke, C., Jager, W., Kautsky, N., Levin, S. A., Madsen, O. J., ... De Zeeuw, A. (2016). Social norms as solutions. *Science*, 354(6308), 42-43. <https://doi.org/10.1126/science.aaf8317>
- OECD. (2021). *Making Better Policies for Food Systems*. OECD. <https://doi.org/10.1787/ddfba4de-en>
- OMS Plant-based diets and their impact on health, sustainability and the environment: a review of the evidence: WHO European Office for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2021.
- Papachristos, G., Sofianos, A., & Adamides, E. (2013). System interactions in socio-technical transitions : Extending the multi-level perspective. *Environmental Innovation and Societal Transitions*, 7, 53-69. <https://doi.org/10.1016/j.eist.2013.03.002>
- Parlons climat. (2024). *Agriculture et alimentation : Le regard des Français. Opinion sur les différents régimes*.
- Parsons, K., & Barling, D. (2021). *Food Systems Transformation : What is in the policy toolbox*. <https://www.foodsecurity.ac.uk/wp-content/uploads/2009/10/Transformation-toolbox-summary.pdf>
- Piazza, J., Ruby, M. B., Loughnan, S., Luong, M., Kulik, J., Watkins, H. M., & Seigerman, M. (2015). Rationalizing meat consumption. *The 4Ns. Appetite*, 91, 114-128. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.04.011>
- Poux, X., & Aubert, P.-M. (2018). *Une Europe agroécologique en 2050 : Une agriculture multifonctionnelle pour une alimentation saine*. IDDRI. <https://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/etude/une-europe-agroecologique-en-2050-une-agriculture>
- Régner, F., & Masullo, A. (2009). Obésité, goûts et consommation : Intégration des normes d'alimentation et appartenance sociale. *Revue française de sociologie*, Vol. 50(4), 747-773. <https://doi.org/10.3917/rfs.504.0747>
- Réseau action climat & Société française de nutrition. (2024). *Comment concilier nutrition et climat ? Pour la prise en compte des enjeux environnementaux dans le Programme National Nutrition Santé*. https://reseauactionclimat.org/wp-content/uploads/2024/02/rapport_rac-sfn_complet_vf.pdf
- Santé publique France. (2019). *Adéquation aux nouvelles recommandations alimentaires des adultes âgés de 18 à 45 ans vivant en France*.
- SAPEA. (2020). *A sustainable food system for the European Union* (1re éd.). SAPEA. <https://doi.org/10.26356/sustainablefood>
- Saujot, M., Dubuisson-Quellier, S., Martin, S., Barbier, C., Pourouchottamin, P., Charriau, P., Desauvay, C., Hajjar, J., Podesta, G., Thiriot, S., Le Gallic, T., La Branche, S., Laurent, D., Chaffardon, G., & Dossier, J. (2022). *Pour une meilleure intégration des dimensions sociales et des modes de vie dans les exercices de prospective environnementale*.
- Saujot, M., Gallic, T. L., & Waisman, H. (2020). Lifestyle changes in mitigation pathways : Policy and scientific insights. *Environmental Research Letters*, 16(1), 015005. <https://doi.org/10.1088/1748-9326/abd0a9>
- Saujot, M., Nasr, C., Brocard, C., Bet, M., Dubuisson-Quellier, S., & Plessz, M. (2024). « *Quand on peut, on veut* »—Conditions sociales de réalisation de la transition : Une approche par les modes de vie [Décryptage]. IDDRI.
- Saujot, M., Nasr, C., Brocard, C., & Rogissart, L. (2023, avril 13). *Les décideurs publics doivent changer leurs récits sur la transition alimentaire*. IDDRI. <https://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/billet-de-blog/les-decideurs-publics-doivent-changer-leurs-recits-sur-la>
- Secours catholique, Réseau CIVAM, Solidarité Paysans, & Fédération Française des Diabétiques. (2024). *L'injuste prix de notre alimentation. Quels coûts pour la société et la planète*.
- Schiavo et Aubert, 2020, Pour une transition protéique réussie : quelles mesures prendre ? Propositions n°4 IDDRI ; <https://www.iddri.org/sites/default/files/PDF/Publications/Catalogue%20IdIdri/Propositions/202010-PB0420-transition%20prote%CC%81ique%20relance.pdf> §
- Sénat. (2022). *Rapport d'information sur l'avenir de l'eau*.
- Sérè De Lanauze, G., & Sirieix, L. (2021). Influences sociales et dissonance normative : Le cas du végétarisme: *Décisions Marketing*, N° 103(3), 33-54. <https://doi.org/10.3917/dm.103.0033>
- Sessegro, V., & Hebel, P. (2018). *Consommer durable est-il un acte de distinction ? Représentations, pratiques et impacts écologiques réels au regard des dynamiques sociales* (Cahier de recherche 344). Crédoc.
- SGPE. (2024). *Engager une transition des modes de vie. Note de cadrage préliminaire*. <https://www.info.gouv.fr/upload/media/content/0001/11/3c0b369b1e252d2ff00a1f3851640b1011a18c65.pdf>
- Spurling, N., McMeekin, A., Shove, E., Southerton, D., & Welch, D. (2013). *Interventions in practice : Re-framing policy approaches to consumer behaviour*.
- Temme, E. H. M., Vellinga, R. E., De Ruiter, H., Kugelberg, S., Van De Kamp, M., Milford, A., Alessandrini, R., Bartolini, F., Sanz-Cobena, A., & Leip, A. (2020). Demand-Side Food Policies for Public and Planetary Health. *Sustainability*, 12(15), 5924. <https://doi.org/10.3390/su12155924>
- Turrell, G., Hewitt, B., Patterson, C., & Oldenburg, B. (2003). Measuring socio-economic position in dietary research : Is choice of socio-economic indicator important? *Public Health Nutrition*, 6(2), 191-200. <https://doi.org/10.1079/PHN2002416>

- Varela, P., Arvisenet, G., Gonera, A., Myhrer, K. S., Fifi, V., & Valentin, D. (2022). Meat replacer? No thanks! The clash between naturalness and processing: An explorative study of the perception of plant-based foods. *Appetite*, 169, 105793. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105793>
- Vonderschmidt, A., Jaacks, L. M., Alexander, P., Green, R., Bellows, A. L., & Stewart, C. (2024). Smaller meat portions contribute the most to reducing meat consumption in the United Kingdom. *Nature Food*. <https://doi.org/10.1038/s43016-024-01070-2>
- Ward, N., Russel, P., & Jackson, P. (2007). The appropriation of 'alternative' discourses by 'mainstream' food retailers. In *Alternative Food Geographies : Representation and Practice* (D Maye and L Holloway and M Kneafsey).
- WBAE. (2020). *Promoting sustainability in food consumption. Developing an integrated food policy and creating fair food environments*. https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/EN/_Ministry/promoting-sustainability-in-food-consumption.pdf?__blob=publicationFile&v=2
- Wheeler, T., & Von Braun, J. (2013). Climate Change Impacts on Global Food Security. *Science*, 341(6145), 508-513. <https://doi.org/10.1126/science.1239402>
- Wilson N, Cleghorn CL, Cobiack LJ, Mizdrak A, Nghiem N. Achieving Healthy and Sustainable Diets: A Review of the Results of Recent Mathematical Optimization Studies. *Adv Nutr*. 2019 Nov 1
- Younan, S. (2024, mars 11). Ramadan 2024 : Comment le marché des produits halal résiste à une inflation galopante. *Capital.fr*. <https://www.capital.fr/entreprises-marches/ramadan-2024-les-produits-halal-en-plein-boom-en-france-1493594>

TRAMe2035
SCÉNARIO POUR UNE TRANSITION
DES RÉGIMES ALIMENTAIRES DES MÉNAGES