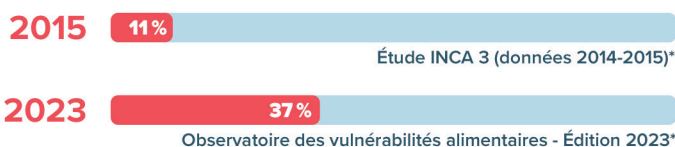


# Réalité(s) de l'insécurité alimentaire en France

**L'INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE  
TOUCHE DE PLUS EN PLUS  
DE PERSONNES EN FRANCE**

**37%** de la population  
se déclare en insécurité  
alimentaire en 2023.



\*Même indicateur de mesure de l'insécurité alimentaire



**1 personne sur 5** déclare  
avoir déjà eu faim au  
cours de l'année sans  
pouvoir manger, faute  
de moyens financiers.

# DES CONTRAINTES FORTES, DANS UN CONTEXTE INFLATIONNISTE

Des budgets alimentaires contraints et souvent variable d'ajustement dans le budget global, mais aussi des contraintes d'équipement, qui limitent la préparation des repas.

Une inflation globale  
(énergie, habitat, alimentation...)



\*INSEE (2023)

**30 %**

des personnes en  
insécurité ne possèdent  
**pas plus de 2 équipements**  
dans leur cuisine.



**15 %**

n'ont pas de  
réfrigérateur.



**23 %**

n'ont pas de four  
à micro-ondes.



## 3 STRATÉGIES D'ADAPTATION ADOPTÉES PAR LES PERSONNES EN INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

**9 personnes sur 10** en  
insécurité alimentaire  
ont modifié leurs  
achats alimentaires  
au cours des  
12 derniers mois.



**Privilégier les produits  
en promotion**

**57 %** se tournent vers les produits  
en promo ou anti-inflation.



**Acheter des aliments  
moins chers**

**66 %** achètent moins de  
viande ou de poisson.  
**32 %** achètent plus de pâtes.



**Réduire les quantités**

**58 %** des personnes en insécurité  
alimentaire réduisent les quantités  
des aliments qu'ils consomment.

## DES PERCEPTIONS DIFFÉRENTES ASSOCIÉES À L'ALIMENTATION DE QUALITÉ



Les personnes en insécurité alimentaire définissent l'alimentation de qualité comme un repas équilibré et complet. Pour les personnes en sécurité alimentaire, l'alimentation de qualité est plutôt synonyme de saisonnalité, de local et d'aliments non-transformés.

### INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE

légume fromage  
**semaine** cher  
**entrée** œuf pain  
poisson  
**yaourt** fruit  
**viande**  
**dessert**



### SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

**non transformé**  
sans additif  
**cuisine maison** sain  
sans sel  
**saison** plaisir sucré  
portion **production** nutrition  
**jardin** achat **varié**  
**non industriel**  
circuit court

## BEAUCOUP N'OSENT PAS SE TOURNER VERS L'AIDE ALIMENTAIRE

81%

des personnes en situation d'insécurité alimentaire n'ont pas recours à l'aide alimentaire\*.



Près de la moitié déclarent ne pas se sentir à l'aise vis-à-vis des autres en fréquentant ces structures.



\*Colis ou repas provenant de l'aide alimentaire, ou fréquentation d'une épicerie sociale et solidaire

# INSÉCURITÉ ALIMENTAIRE : DES PROFILS TRÈS DIVERS

L'insécurité alimentaire englobe des réalités de vie très différentes, entre seniors isolés, jeunes parents en CDI ou étudiants précaires.



## Les désorientés (39%)

Plutôt des femmes avec enfants, en CDI et insérées socialement, qui apprécient cuisiner mais sont fragilisées par la conjoncture économique.

Une typologie de 4 profils a été établie, afin de mieux comprendre les contraintes et les attentes des personnes en situation d'insécurité alimentaire, en lien avec l'alimentation et la préparation des repas.

## Les empêchés (31%)

Plutôt des hommes âgés, vivant seuls. Moins équipés, ils ont supprimé les produits plaisirs et cuisinent peu, mais aimeraient le faire s'ils avaient plus de moyens.



## Les débrouillards (16%)

Des jeunes avec peu d'équipement de cuisine qui multiplient les solutions pour s'en sortir et qui sont en recherche de praticité et de rapidité pour manger.



## Les désimpliqués (14%)

Des urbains inactifs, sans diplôme et en non-recours d'aide alimentaire, peu attirés par la cuisine mais désireux de plus de qualité dans leur alimentation.



## ENTRAID' PLAT DESSERT @entraid.plat.dessert

Pour accompagner la diversité de ces profils, la Fondation Nestlé France a imaginé et co-construit avec ses partenaires une plateforme collaborative sur les réseaux sociaux : Entraid' Plat Dessert.

Accessible à tous, elle vise à partager des solutions pratiques et à moindre coût pour faciliter le quotidien, bien manger et égayer ses repas.

Cette initiative s'inscrit dans le cadre de la mission portée par la Fondation Nestlé France : **donner le goût d'une alimentation saine, facile à préparer, durable et génératrice de lien social.**

### MÉTHODOLOGIE

Enquête online menée par C-WAYS du 26 juillet au 8 août 2023 sur un échantillon de 1000 individus représentatif de la population française selon la méthode des quotas (7 variables : âge, sexe, région, diplôme, taille d'unité urbaine, type de ménage et CSP), et d'un sur-échantillon de 400 personnes en insécurité alimentaire. La mesure de l'insécurité alimentaire se base sur le score défini dans l'étude INCA3 de l'Anses, prenant en compte les dimensions quantitatives et qualitatives de l'insécurité alimentaire.