



## **MASTER SCIENCES SOCIALES**

Parcours « Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation »

### **MÉMOIRE DE DEUXIÈME ANNÉE**

# **Gaspillage alimentaire : Approche compréhensive de l'intériorisation et de la mise en pratique des recommandations par les mangeurs-consommateurs**

Présenté par : **Francesca Foti**

Année universitaire : **2020 – 2021**    Sous la direction de : **Sandrine Barrey**





## **MASTER SCIENCES SOCIALES**

Parcours « Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation »

### **MÉMOIRE DE DEUXIÈME ANNÉE**

# **Gaspillage alimentaire : Approche compréhensive de l'intériorisation et de la mise en pratique des recommandations par les mangeurs-consommateurs**

Présenté par : **Francesca Foti**

Année universitaire : **2020 – 2021**    Sous la direction de : **Sandrine Barrey**

L'ISTHIA de l'Université de Toulouse – Jean Jaurès n'entend donner aucune approbation, ni improbation dans les projets tutorés et mémoires de recherche. Les opinions qui y sont développées doivent être considérées comme propres à leur auteur(e).

*« Soit le changement que tu  
veux voir dans le monde. »*  
– Gandhi

## Remerciements

Avant de commencer, je tiens à remercier les personnes qui m'ont patiemment aidée tout au long de cette aventure qu'est le mémoire de fin d'études. Merci de m'avoir aiguillée et remise sur la bonne voie lorsque je me suis égarée, mais surtout merci de m'avoir encouragée à poursuivre jusqu'à ce que le dernier mot de ce travail ne soit rédigé. Je vous adresse à tous un sincère merci.

À Sandrine Barrey, pour son accompagnement ces deux dernières années dans ce projet qui me tient tant à cœur. Pour ses conseils précieux, sa disponibilité et sa bienveillance qui m'ont poussée à donner le meilleur de moi-même. Cette aventure n'aurait pas été la même sans sa présence.

À Anne Dupuy et Laurence Tibère, pour leur encadrement et la bienveillance dont elles ont fait preuve dans un contexte d'apprentissage si particulier, ainsi qu'à toute l'équipe pédagogique de l'ISTHIA, pour les connaissances qu'elle nous a apportées durant ces deux années, et que j'ai pu réinvestir au sein de ce travail.

À toutes les personnes qui ont pris le temps de m'accueillir en entretien, et qui m'ont livré un peu de leur vie, afin de donner du corps à ma réflexion.

À mes camarades, avec qui j'ai partagé l'aventure d'un master au temps du coronavirus.

À Noémie Ravas et Clémence Roublin, qui ont été ma plus grande source de motivation. Elles sont si rapidement passées de camarades à amies que l'on garde pour toujours.

À Victorine Fournac, qui a été mon binôme en licence 3, et avec laquelle je me suis lancée sur cette thématique du gaspillage alimentaire.

À Damien Raufaste, qui s'est révélé être un correcteur et un relecteur hors du commun, merci de m'avoir fait rire et d'avoir chassé de ces pages mes maladresses d'écriture. Désormais Claude Fischler et Ernst Engel n'ont plus de secrets pour toi !

À Chjara Brandizi, d'être toi tout simplement, de faire partie de ma vie et de croire en moi toujours.

À tous mes proches, qui ont respecté mes soirées studieuses et qui ont cru en moi jusqu'au bout. Le temps est maintenant venu de retourner profiter de la vie !

Enfin, à Florent Teyssier, d'être là depuis le commencement et de me couvrir de son amour. Tu es le pilier dans la tempête, tu me comprends mieux que personne et la fierté dans ta voix me rappelle sans cesse que j'ai fait les bons choix.

Et à tous ceux, que peut-être j'oublie, mais qui ont été là, merci !

## Sommaire

<b>Introduction</b> .....	<b>8</b>
<b>Préambule</b> .....	<b>11</b>
1. D'une étude de cas à un mémoire dédié au gaspillage alimentaire .....	11
2. De la peur du risque à la perception du mangeable .....	14
3. Des bifurcations biographiques à une prise en compte globale des déterminants de l'action .....	17
<b>Chapitre 1 : La question du gaspillage alimentaire</b> .....	<b>20</b>
1. Discussion autour de la notion de gaspillage alimentaire.....	20
2. Ce qu'il faut savoir sur le gaspillage alimentaire .....	25
3. Retour sur la « <i>société du déchet</i> » .....	36
<b>Chapitre 2 : Les enjeux de l'alimentation contemporaine pour les mangeurs-consommateurs</b> .....	<b>44</b>
1. Une société en mutation .....	45
2. Les concepts clés pour saisir la « <i>modernité alimentaire</i> ».....	47
3. L'alimentation contemporaine en pratiques.....	55
<b>Chapitre 3 : Les déterminants du comportement du mangeur-consommateur</b> .....	<b>66</b>
1. Une approche différenciée de la notion de socialisation.....	66
2. D'autres déterminants de l'action.....	77
3. La théorie des installations de Saadi Lahlou .....	82
<b>Chapitre 4 : L'appareil de réflexion</b> .....	<b>86</b>
1. La problématisation.....	86
2. Nos hypothèses .....	88
3. Parenthèse sur la théorie des pratiques .....	93
<b>Chapitre 5 : La mise en place d'une méthodologie</b> .....	<b>95</b>
1. La méthodologie exploratoire .....	95
2. La méthodologie probatoire.....	102
<b>Chapitre 6 : Analyse des résultats et préconisations</b> .....	<b>120</b>
1. Le recensement des recommandations visant à réduire le gaspillage au domicile..	121
2. L'intériorisation des recommandations par le biais de divers prescripteurs.....	125
3. La mise en pratique des recommandations par les mangeurs-consommateurs.....	134
4. Les limites des recommandations .....	140
5. Les limites et perspectives de notre étude .....	149
<b>Conclusion</b> .....	<b>155</b>
<b>Bibliographie</b> .....	<b>157</b>
<b>Table des annexes</b> .....	<b>164</b>

## Introduction

Ne pas faire les courses le ventre vide, vérifier les dates de péremption de nos aliments, faire une liste de courses, cuisiner les bonnes quantités, ne pas avoir les yeux plus gros que le ventre... Les recommandations visant à aider le consommateur à limiter le gaspillage alimentaire à son domicile ne manquent pas et sont aujourd'hui énoncées par des acteurs variés tels que les pouvoirs publics, des associations, des municipalités, des acteurs économiques, ou même encore des proches. Ce qui pourrait ressembler à des conseils prodigués lors du départ du foyer, qui implique une certaine indépendance et par conséquent la prise en charge de son alimentation, semble devenir une question structurée qui a désormais sa place au sein de l'agenda politique.

Les pouvoirs publics ont en effet, depuis 2012, accordé une importance majeure à la question du gaspillage alimentaire. Le ministère de l'Écologie, du Développement durable et de l'Énergie (2012, p. 5) le définit comme étant « *toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée, dégradée* ». Cette définition, bien qu'elle ne fasse pas l'unanimité selon les études et les pays dans lesquels on se trouve, est une première pierre posée à la problématisation de cette thématique. C'est à partir de celle-ci que la France s'est dotée en 2016 d'une législation visant à lutter contre le gaspillage alimentaire, et s'est engagée à atteindre l'objectif, fixé en juin 2013 dans le Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire, de réduire ce gaspillage de moitié d'ici 2025. Mais quel est le point de départ de cet objectif ?

Si l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO, 2011, p. 6) estime qu'à l'échelle de la planète un tiers des aliments produits est gaspillé, ce qui équivaut à 1,3 milliards de tonnes par an, ce sont les chiffres de la France qui vont nous intéresser au sein de cette étude. Dans l'Hexagone, on estime en 2016 que le gaspillage alimentaire s'élève à près de 10 millions de tonnes d'aliments par an (ADEME, 2016, p. 5) tout au long de la chaîne alimentaire. Le gaspillage alimentaire étant un phénomène systémique, chaque maillon de cette chaîne, composée de la production, du transport, de la transformation, de la distribution, de la restauration et de la consommation, contribue à



faire grossir les chiffres. Il est important d'avoir cela à l'esprit afin d'avoir une compréhension globale du gaspillage alimentaire en tant que phénomène social.

Dans le cadre de notre mémoire de master 1, nous avons travaillé sur la thématique du gaspillage alimentaire en questionnant les pratiques et les représentations des mangeurs-consommateurs. La mise en place d'un terrain exploratoire basé sur quatre entretiens semi-directifs nous a permis de mettre en évidence le fait que les influences sur les pratiques de gaspillage alimentaire sont variées et plus ou moins conscientes dans l'esprit des consommateurs (Foti, 2020). Ce premier travail de recherche a été l'occasion de questionner les représentations que les mangeurs ont de leur propre gaspillage, d'examiner le rôle des peurs alimentaires dans les pratiques de gaspillage et de considérer les bifurcations biographiques dans la vie des individus comme des moments de réajustements propices aux changements de pratiques.

Pour ce mémoire de master 2, nous avons décidé de poursuivre notre travail sur le thème du gaspillage alimentaire, en gardant comme population cible les mangeurs-consommateurs, mais en abordant la question sous un autre angle. Nous tenons en effet à intégrer un questionnement sur les recommandations qui sont faites en matière de lutte contre le gaspillage alimentaire. Notre approche, qui se veut compréhensive, a pour objectif de questionner l'intériorisation, la mise en pratique et les limites des recommandations visant à limiter le gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs.

Pour ce faire, nous allons tout d'abord au sein d'un préambule revenir sur les raisons de cette étude, sur l'orientation que nous souhaitons lui donner ainsi que sur la manière dont certains concepts mobilisés lors de notre mémoire de première année nous ont permis de construire notre réflexion pour la présente étude. Après avoir posé le cadre en explorant la notion de gaspillage alimentaire, ses enjeux et les chiffres clés de cette thématique, ainsi qu'en questionnant la notion de « *société du déchet* », nous nous intéresserons aux enjeux de l'alimentation contemporaine et terminerons cette partie de cadrage théorique par un chapitre traitant des déterminants de l'action, avec notamment une approche différenciée de la notion de socialisation qui peut d'une part être source de reproduction sociale, et d'autre part permettre des changements de pratiques. Cette revue de littérature nous

permettra de consolider notre appareil de réflexion et d'affiner nos questions de départ et nos hypothèses, qui seront testées par le biais d'un terrain exploratoire et probatoire qualitatif. Forts de notre expérience de première année, nous vous proposerons une analyse des résultats de ce terrain qui nous permettra de valider ou d'invalider nos différentes hypothèses.

Au-delà d'une approche sociologique purement compréhensive, nous espérons que les résultats de cette étude pourront avoir une visée plus opérationnelle et être utiles aux acteurs engagés au quotidien dans la réduction du gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs.

# Préambule

## 1. D'une étude de cas à un mémoire dédié au gaspillage alimentaire

Avant de commencer à proprement parler cette étude, nous tenions à revenir sur les raisons de son existence et sur ce qui nous a amené à travailler sur cette thématique. Lors de notre année de licence 3 de communication, nous avons eu comme devoir de choisir et d'analyser une campagne de communication émanant d'une institution publique. Avec notre binôme, notre choix s'est rapidement porté sur la campagne de sensibilisation « *Les contes de l'antigaspi* »<sup>1</sup>, émanant du ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation. Cette étude de cas a été notre porte d'entrée sur la thématique du gaspillage alimentaire. Notre attrait pour le domaine de l'alimentation nous poussait naturellement à être attentifs à cette problématique, sans pour autant que nous soyons conscients des réels enjeux qu'elle cachait. Ce travail a été notamment pour nous l'occasion de nous familiariser avec le cadre législatif et la mise sur agenda politique du gaspillage. Revenons rapidement sur quelques temps forts.

Le 14 juin 2013, Guillaume Garot, alors ministre délégué à l'agroalimentaire auprès du ministre de l'Agriculture et de l'Alimentation, a présenté le Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire (Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt, 2013). Ce pacte, comme nous l'avons dit en introduction, fixe l'objectif de diminuer de moitié le gaspillage alimentaire de l'Hexagone d'ici à 2025. Pour cela, il propose onze mesures concrètes pour les différents acteurs de la filière alimentaire, ce qui reflète l'aspect systémique précédemment évoqué. Afin d'aider à atteindre les objectifs de ce pacte, il sera suivi le 8 octobre 2014 d'une nouvelle politique publique en matière d'alimentation, présentée en quatre axes par Stéphane Le Foll – alors ministre de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt –, et dont le troisième axe s'attaque à « *la lutte contre le gaspillage alimentaire* » (Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt, 2014, p. 10). Cette politique préconise de diffuser les bonnes pratiques et

---

<sup>1</sup> **Ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation.** *Les contes de l'antigaspi : le ministère se mobilise contre le gaspillage alimentaire [en ligne].* Disponible sur <https://agriculture.gouv.fr/les-contes-de-lantigaspi-le-ministere-se-mobilise-contre-le-gaspillage-alimentaire> (consulté le 13-5-2021).

initiatives, de sensibiliser la jeunesse et de maintenir la journée du 16 octobre comme Journée nationale de lutte contre le gaspillage alimentaire.

En 2014, Guillaume Garot publie à la demande de Manuel Valls, alors Premier ministre, le Rapport Garot, qui vise à présenter des propositions concrètes afin d'atteindre l'objectif fixé dans le pacte. Parmi ces propositions se trouve celle de la mise en place d'une loi qui permettra de traiter de manière globale et structurée la question du gaspillage alimentaire. C'est ainsi que le 11 février 2016 est promulguée la loi anti-gaspi qui permet de bâtir un premier cadre légal. Cette loi sera suivie le 1<sup>er</sup> novembre 2018 de la loi Egalim qui vise à intensifier la lutte contre le gaspillage alimentaire<sup>2</sup>. La France devient ainsi le premier pays à se munir d'une telle législation.

Le fait d'entrer dans la thématique du gaspillage alimentaire par sa réglementation nous a permis de saisir l'importance grandissante qui était accordée à cette question. Ce n'est cependant qu'à l'occasion de deux journées de formation à la lutte contre le gaspillage alimentaire, animées par France Nature Environnement les 13 et 14 novembre 2017, que nous avons réellement pris conscience du lien qui existe entre gaspillage alimentaire et enjeux environnementaux, économiques et éthiques. Cette deuxième entrée dans la thématique nous a poussé à consacrer notre mémoire de première année de master au thème du gaspillage alimentaire. Ce mémoire, à visée exploratoire, nous a permis de parcourir librement des thématiques variées et des hypothèses quant à la manière dont se construit le gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs. L'étude que nous allons mener dans le cadre de ce présent mémoire est pour nous l'occasion de clôturer nos déambulations au sein de cette thématique.

Ce préambule nous permettra de préciser l'orientation et la posture sociologique que nous souhaitons adopter. Jean-Pierre Poulain (2020, p. 2), en reprenant les propos d'Alan Warde dans *The Practice of Eating*, nous explique que l'un des obstacles épistémologiques auquel sont confrontés les chercheurs, est que leurs travaux sont souvent réalisés dans l'urgence et de façon à répondre à un problème bien spécifique. Cette idée est également soutenue

---

<sup>2</sup> **Ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation.** #EGalim : ce que contient la loi Agriculture et Alimentation [en ligne]. Disponible sur <https://agriculture.gouv.fr/egalim-ce-que-contient-la-loi-agriculture-et-alimentation> (consulté le 23-3-2020).

par Philippe Cibois (2013, p. 57) qui appuie notamment sur le besoin du chercheur de trouver des financements qui vont dans certains cas orienter sa recherche sur ce qu'il appelle des « *thèmes fléchés* ». Bien que nous soyons de fervents partisans d'une recherche opérationnalisable, nous tâcherons au sein de cette étude d'appliquer un principe propre à la sociologie, qui consiste à décrire, comprendre et expliquer. En effet, si l'on se contente de décrire, on peut parfois être dans une interprétation erronée de la réalité objective : nous allons projeter notre propre façon de penser sur ce que l'on observe. Il est donc important d'essayer de comprendre le « *pourquoi* » des choses afin de pouvoir les expliquer de la façon la plus juste possible, en mobilisant les théories sociologiques adéquates.

Séverine Gojard et Bérangère Véron (2017, p. 3), après avoir analysé la littérature sur le sujet du gaspillage alimentaire, ont identifié la « *nécessité de sortir d'une posture de condamnation morale des consommateurs* ». Le fait qu'un « *système social [ne soit] pas naturellement cohérent* » (Reynaud, 2004, p. 333) implique de redoubler d'efforts afin de comprendre le mode de fonctionnement des ménages et la manière dont se construit le gaspillage alimentaire au sein des foyers. Il ne faut pas se placer dans une approche trop naïve qui ne prendrait pas en compte la réflexivité des mangeurs-consommateurs. François Ascher (2005, p. 17) souligne le fait qu'en voulant simplifier des phénomènes afin de les monter au rang de généralités, nous risquons d'omettre une partie de la réalité sociale. Nous en avons nous-même fait les frais lors de notre étude de master 1 : en voulant imputer les causes du gaspillage alimentaire à une poignée de déterminants, nous avons réduit la complexité de ce phénomène social. Cette maladresse nous a permis de comprendre que les influences sur les pratiques de gaspillage alimentaire sont variées et plus ou moins conscientes dans l'esprit des consommateurs (Foti, 2020). Il s'agit donc d'une thématique que nous allons plus largement explorer cette année dans le cadre de notre troisième chapitre. Nous avons également modifié notre approche de certains autres thèmes abordés en première année de master, ce qui nous a amené à de nouveaux questionnements que nous allons vous présenter dans les deux parties qui vont suivre.

## 2. De la peur du risque à la perception du mangeable

Dans le cadre de notre mémoire de première année, l'une de nos hypothèses phares était que les peurs alimentaires, en particulier celle d'une intoxication, engendrent des pratiques de gaspillage. Nous avons en effet commencé notre étude en ayant une intuition : que quel que soit le niveau d'engagement dans la réduction du gaspillage alimentaire de l'individu, la peur du risque alimentaire allait l'emporter sur ses convictions, de manière à protéger sa santé et celle de ses proches. Nous pensions que cette peur de l'intoxication alimentaire conduirait les mangeurs à jeter certains aliments par soucis de précaution, et à ne pas considérer cela comme du gaspillage : un mal pour un bien en quelque sorte. La phrase « *si tu as un doute, ne prends pas de risques, jette-le* » a été notre point de départ et nous a conduit à questionner cette notion de risque.

Dans le second chapitre de ce présent mémoire, nous allons nous intéresser aux enjeux de l'alimentation contemporaine et nous allons notamment voir que les modifications de l'offre alimentaire ont eu une influence sur la manière de percevoir les aliments que nous consommons. Nous nous retrouvons paradoxalement aujourd'hui avec un système alimentaire des plus sûrs, dont la qualité est assurée par de multiples instances de contrôle, mais où la peur du risque continue de sévir. Les progrès en matière de sécurité alimentaire sont indéniables, d'autant plus que dans les pays industrialisés, une législation nationale et internationale veille à l'encadrement de la qualité hygiénique des denrées alimentaires (Raoult-Wack, 2001, p. 74). Ce paradoxe est parfaitement illustré par les propos de Jocelyn Raude (2015, p. 208) :

*« Depuis quelques décennies, les experts de la sécurité sanitaire sont confrontés à un paradoxe remarquable de la modernité alimentaire qui tient à la coexistence de deux phénomènes contradictoires. Il s'agit, d'une part, de l'amélioration continue et incontestable de l'état de santé des populations, au moins dans les pays développés où les données épidémiologiques disponibles sont de bonne qualité, et d'autre part d'une inquiétude de plus en plus manifeste dans nos sociétés par rapport aux risques toxicologiques et nutritionnels potentiels liés à l'alimentation "moderne" ».*

Nous constatons donc un décalage entre « *les "risques objectifs" mesurés par les dispositifs de contrôle et les "risques subjectifs" ressentis par les consommateurs* » (Lamine, 2008, p. 129), qui sont d'autant plus accentués par les différentes crises sanitaires liées à l'alimentation que l'on a connues depuis les années quatre-vingt-dix (Proust, 2006, p. 179).

Ce n'est pas parce que les instances de sécurité sanitaire ont estimé qu'un produit est sans risque qu'il va être perçu de la sorte par les consommateurs. Par ailleurs, lorsqu'un aliment entrera dans la sphère privée du foyer, ces instances n'auront plus aucun contrôle sur la manière dont est stockée la denrée ou encore sur la durée qui se sera écoulée entre l'achat et la consommation. La responsabilité est alors déplacée sur le mangeur-consommateur. Il nous faut donc « *considérer le risque de manière "subjective" et non "objective" de façon à comprendre pleinement de quelle manière cette notion de risque impacte les pratiques de gaspillage alimentaire des consommateurs et des mangeurs* » (Foti, 2020, p. 53).

Raymond Bauer (1960, p. 390) va être le premier à parler de « *risque perçu* » en expliquant que :

« *Le comportement du consommateur implique un risque dans le sens où toute action d'un consommateur produira des conséquences qu'il ne pourra anticiper de façon certaine, et certaines d'entre elles sont susceptibles d'être désagréables* ».

Cette notion d'incertitude fait écho à notre hypothèse de départ selon laquelle le doute pousserait le mangeur-consommateur à jeter un aliment qu'il considère comme risqué pour lui ou ses proches. François Ascher (2005, p. 150) nous explique que cette logique d'action n'est pas comparable à celle des interdits ou des prescriptions alimentaires, dans le sens où il n'y a pas transgression d'une règle imposée ou intériorisée, mais d'une règle que l'individu s'est fixée à lui-même, et dont la « *transgression produit le sentiment d'échec* ».

Il convient alors de s'interroger sur la manière dont les aliments sont perçus, et donc d'introduire la notion de perception du mangeable. Marie-Claire Frédéric (2019, p. 12), dans son livre *Pourri*, l'explique très bien en nous disant que chaque individu a des représentations alimentaires qui vont jouer sur ses pratiques. Ces représentations sont le fruit de l'intériorisation de normes et de la perception du mangeable, deux dimensions qui peuvent entrer en contradiction l'une avec l'autre. Ainsi, la norme intériorisée peut être favorable à la réduction du gaspillage alimentaire mais la perception de l'aliment peut avoir un impact contraire sur les pratiques de gaspillage. Cela pousse à questionner la dissonance cognitive à laquelle peuvent être confrontés les mangeurs-consommateurs (Minjoulat-Rey, 2016). De plus, Marie-Claire Frédéric (2019, p. 16), dans son propos ouvertement engagé,

pointe du doigt le fait que « *l'industrie agroalimentaire fausse notre perception du mangeable en installant une méfiance généralisée pour tout ce qui n'est pas issu d'elle-même* ». On peut élargir cette réflexion en mettant en avant le fait qu'en grandissant dans un système où l'on se nourrit essentiellement de produits issus de l'agroalimentaire, nous intériorisons le système de dates de péremption, et cela va changer notre perception du mangeable : ce qui est mangeable est ce dont la date de péremption n'est pas dépassée. Il est important de préciser que le lieu d'approvisionnement n'est pas le seul facteur à influencer sur la perception du mangeable, les dimensions symboliques et culturelles (Douglas, 2001) d'une société vont également jouer un rôle dans la définition de l'espace du mangeable, c'est-à-dire ce qu'une société va considérer comme mangeable ou non à partir des ressources mises à sa disposition (Poulain, 2002, p. 25-26). La notion de choix est ici primordiale et le fait que l'espace du mangeable ne soit pas le même selon l'endroit où l'on se trouve montre bien que la perception que nous avons des aliments n'est pas quelque chose d'universel et entièrement objectif.

Habituellement, le principe d'incorporation est utilisé afin d'expliquer les interdits alimentaires ou la différenciation sociale par l'alimentation, cependant nous pensons que celui-ci trouve également sa place dans le cadre de notre étude. L'Homme, en tant qu'être « *omnivore* » par nature (Fischler, 2001), est confronté à de multiples risques afin de répondre à un besoin de variété. Utilisons cette affirmation comme porte d'entrée pour expliquer le principe d'incorporation développé par Claude Fischler (2001). Selon lui, nous allons tout d'abord puiser dans notre culture des représentations, que nous projeterons sur l'aliment que nous allons manger, tout en faisant l'hypothèse implicite que les qualités projetées sur cet aliment vont devenir nôtres. Dans un second niveau d'incorporation, les aliments que nous mangeons vont nous permettre de nous incorporer dans un groupe social, tout en nous différenciant des autres groupes sociaux. En d'autres termes, ce double niveau d'incorporation fait que l'aliment construit le mangeur et le mangeur se construit en mangeant. Ce principe nous permet d'expliquer la méfiance que peuvent avoir les mangeurs-consommateurs à ingérer un aliment potentiellement non comestible. En effet, les enjeux vont bien au-delà d'une simple question sanitaire dans la mesure où notre alimentation est un élément essentiel de notre construction identitaire. Nous nous sommes permis de pousser plus loin la métaphore en disant que si nous sommes ce que



nous mangeons, et que nous mangeons un déchet, alors nous devenons nous-même ce déchet (Foti, 2020).

À travers la mobilisation de ces différentes théories, nous voyons bien que l'idée de questionner la peur du risque en lien avec les pratiques de gaspillage alimentaire était pertinente. Toutefois, Séverine Gojard et Bérangère Véron (2017, p. 2) montrent que « *l'exigence de sécurité alimentaire n'entraîne pas nécessairement un surcroît de gaspillage* », ce qui nuance notre hypothèse. Notre terrain exploratoire n'a en effet que partiellement validé cette hypothèse, mais nous a toutefois permis de mettre en lumière la réflexivité du mangeur-consommateur.

### 3. Des bifurcations biographiques à une prise en compte globale des déterminants de l'action

Afin de terminer ce préambule, nous souhaitons revenir sur une thématique à laquelle nous nous sommes largement intéressés en première année de master : celle des bifurcations biographiques. Dans l'idée de rendre notre mémoire très opérationnalisable, nous voulions nous servir des moments de bifurcations biographiques comme de temps forts permettant de sensibiliser les mangeurs-consommateurs aux pratiques de réduction du gaspillage alimentaire. Dans le cadre de notre étude, nous avons notamment porté notre attention sur l'arrivée d'un premier enfant. De manière plus générale, notre idée était que les réajustements qui s'opèrent à ces moments charnières de la vie étaient tout à fait propices à des changements de pratiques. Nous allons donc rapidement revenir sur cette notion.

Notre cheminement a commencé par une tentative de définition, ce qui a rapidement révélé une terminologie variée : bifurcation, événement, *turning point*, cycle de vie, trajectoire, transition, rupture, crise biographique, etc. Leur point commun est tout de même de mettre en avant que l'existence n'est pas « *un cycle de vie régulier* » (Elder, 1985, cité par Abbott, 2010, p. 191), mais que le parcours de vie est « *une séquence de trajectoires liées l'une à l'autre par des turning points : trajectoire, turning point, trajectoire, turning point et ainsi de suite* » (Abbott, 2010, p. 208). Michel Grossetti (2010, p. 161), qui travaille sur le thème des bifurcations, nous explique qu'une bifurcation biographique va avoir des répercussions sur le futur d'un individu : il va donc y avoir une distinction nette entre un

« *avant* » et un « *après* » (Hélaridot, 2010, p. 161 ; Kaufmann, 2011, p. 90). Lors de ces bifurcations, les représentations que les individus ont du monde qui les entoure vont également changer (Fribourg et al., 2010, p. 344) afin d'être en adéquation avec ce qu'ils vivent.

Les ruptures et bifurcations dans la vie des individus peuvent être nombreuses, cependant, nous avons dressé une typologie des bifurcations auxquelles nous avons décidé d'accorder notre attention : le départ du foyer familial, la mise en couple, l'arrivée du premier enfant et le départ à la retraite. Bien que nous n'ayons pas été exhaustifs dans nos choix, ces quatre bifurcations nous ont semblé être les plus pertinentes afin de traiter notre sujet. Nous n'allons pas revenir sur chacune de ces bifurcations, notre mémoire de première année résume dans son troisième chapitre les éléments importants que nous avons pris en compte pour notre étude (Foti, 2020, p. 37-42). Nous tenons tout de même à préciser que de manière générale, nous pensons aujourd'hui qu'une place doit être accordée à la prise en compte de ces ruptures dans les cycles de vie, dans la mesure où elles vont impacter les actions des individus, redéfinir dans certains cas les règles du jeu et donc avoir une influence sur les pratiques de gaspillage alimentaire. Notre terrain de première année n'a pas été assez conséquent pour expliquer avec précision le lien qui existe entre gaspillage alimentaire et bifurcations, mais il serait intéressant au sein d'une étude dédiée de se pencher sur cette question.

Quoi qu'il en soit, bien qu'incomplète, cette réflexion nous a conduits à nous questionner sur les ruptures de routines et sur la manière dont ces dernières impactent les pratiques de gaspillage alimentaire des mangeurs-consommateurs. De fil en aiguille, nous avons élargi notre champ de vision aux contraintes matérielles, financières, psychologiques et à tous les déterminants de l'action pouvant être mobilisés pour rendre compte d'une réalité sociale.

Prenons l'exemple des déterminants psychologiques. On peut se demander si les mangeurs qui consomment les produits une fois leur date de péremption dépassée, ne le font pas afin de réduire l'inconfort psychologique qu'engendrerait chez elles le fait de jeter l'aliment ? Cette question pousse à ne pas s'intéresser uniquement aux pratiques des personnes qui gaspillent de la nourriture, mais également à celles des personnes qui ne

gaspillent pas. En comprenant leurs motivations on pourrait non seulement comprendre davantage les « *gaspilleurs* », mais également mettre en place des stratégies pour accompagner l'ensemble des mangeurs-consommateurs dans la réduction du gaspillage alimentaire. Le fait de gaspiller de la nourriture pourrait renvoyer à une « *solution de facilité* » dans un contexte de modernité alimentaire, où les plages horaires pouvant être consacrées aux tâches domestiques, et donc à la gestion des stocks, se réduisent. Au lieu de nous demander pourquoi certains mangeurs-consommateurs gaspillent, on pourrait prendre le problème à l'envers et se demander pourquoi certains individus ne gaspillent pas. Nous pouvons imaginer que les motivations sont d'ordre économique, éthique ou environnemental, ce qui revient à citer les enjeux du gaspillage alimentaire. Mais est-ce qu'il n'y aurait pas autre chose ? Est-ce que l'habitus et la socialisation ne prendraient pas le pas sur de telles rationalités ? Mieux comprendre les personnes engagées dans la réduction du gaspillage permettrait ainsi d'agir en sa faveur.

En ce qui concerne la socialisation, notre mémoire de première année ne l'a abordée que de manière très scolaire, sans mettre en lumière les différentes façons d'étudier ce thème. Nous allons donc au sein de notre troisième chapitre, questionner la socialisation au travers du prisme de la reproduction sociale, ainsi que de celui du changement social. Ce chapitre sera pour nous l'occasion de revenir sur les différents déterminants de l'action, thématique qui nous a manqué dans le cadre de notre premier mémoire de recherche.

Nous espérons que ce préambule vous aura permis de saisir la manière dont s'est construit notre raisonnement, et le cheminement que nous avons emprunté afin de donner à ce mémoire l'orientation qui est la sienne. En parcourant à nouveau les différents thèmes forts de notre premier mémoire, nous avons pris conscience de l'importance de prendre en compte les différents déterminants de l'action qui vont impacter les pratiques de gaspillage alimentaire des mangeurs-consommateurs. Au sein de ce mémoire, nous allons donc tâcher de garder à l'esprit cette idée que le gaspillage n'a pas une unique cause, mais résulte d'influences multiples plus ou moins conscientes.

# Chapitre 1 : La question du gaspillage alimentaire

Tout travail de recherche commence par un balisage permettant de mieux cerner la thématique qui sera traitée tout au long de l'étude. Pour cela il convient de définir les termes clés, d'identifier les potentielles zones d'ambiguïté, de traiter les différents enjeux propres à la notion de gaspillage alimentaire tout en élargissant notre perspective et en replaçant notre thématique dans un cadre plus général. Il s'agit de poser les bases afin que toutes les personnes engagées aillent dans la même direction. Cet état de l'art est la pierre angulaire sur laquelle va reposer l'entièreté de notre étude, il est donc important de le mener avec rigueur.

## 1. Discussion autour de la notion de gaspillage alimentaire

Afin de définir le terme de gaspillage alimentaire et d'introduire cette première partie, nous avons eu l'idée de mobiliser des verbatim d'enquêtés. Lors de notre terrain, nous avons demandé à notre population cible de définir ce qu'est pour eux le gaspillage alimentaire et nous nous sommes rendus compte que les réponses ne sont pas homogènes :

*« Perdre un aliment qui aurait pu être consommé »<sup>3</sup>, « c'est soit trop acheter, mal acheter, et trop cuisiner, ça englobe les trois pour pas gaspiller »<sup>4</sup>, « le gaspillage alimentaire c'est avoir les yeux plus gros que le ventre »<sup>5</sup>, « pour moi il va y avoir un côté qui n'est pas de l'alimentaire mais qui va comprendre les emballages »<sup>6</sup>, « quand tu jettes de la nourriture »<sup>7</sup>, « le gaspillage alimentaire [...] c'est un truc grosse échelle »<sup>8</sup>, « la surconsommation pour moi c'est du gaspillage alimentaire, trop acheter inutilement pour moi c'est du gaspillage alimentaire »<sup>9</sup>, « c'est jeter la nourriture qui peut être encore utilisée quelle que soit la fin, que ce soit la donner à des personnes qui ont besoin, que ce soit la garder pour toi le lendemain, que ce soit la composter ou la donner à tes animaux »<sup>10</sup>.*

Cette hétérogénéité n'est pas caractéristique de la sphère profane et touche également le monde professionnel et de la recherche. Reprenons depuis le début et essayons ensemble

---

<sup>3</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 4.

<sup>4</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 7.

<sup>5</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 9.

<sup>6</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 1.

<sup>7</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 12.

<sup>8</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 15.

<sup>9</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 13.

<sup>10</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquête n° 14.

de définir ce qu'est le gaspillage alimentaire. En ouvrant un dictionnaire, on se rend compte qu'il n'est pas possible de trouver une entrée définissant ce qu'est le gaspillage alimentaire. Celui-ci définit le gaspillage comme le fait de « *faire un mauvais emploi de quelque chose, de telle sorte qu'il se perd en partie* »<sup>11</sup>, mais ne nous apprend rien sur le gaspillage alimentaire. Si nous regardons du côté de la sphère publique et des études qui ont été menées, on se retrouve face à une mosaïque de définitions n'incluant pas toutes les mêmes dimensions.

Commençons par la définition de l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO, 2011, p. 9), qui nous explique que :

*« Les pertes ou gaspillages alimentaires sont constitués par l'ensemble des aliments perdus ou gaspillés dans la partie des chaînes alimentaires produisant "des produits comestibles destinés à la consommation humaine". Les aliments initialement destinés à la consommation humaine mais qui sont accidentellement exclus de la chaîne alimentaire humaine sont considérés comme des pertes ou gaspillages alimentaires, y compris quand ils font par la suite l'objet d'une réutilisation non alimentaire (aliments pour animaux, bioénergie, etc.) ».*

Nous pouvons ressortir deux éléments importants de cette définition. Le premier étant que les pertes et gaspillages ne concernent que les denrées produites pour l'alimentation humaine. Cela signifie qu'une récolte destinée à l'alimentation animale ou à la production de biocarburants qui se perdrait ne serait pas considérée comme du gaspillage. Bien que cela puisse être critiqué, cette distinction est faite dans la mesure où l'alimentation humaine doit répondre à certains critères de qualité afin de pouvoir être consommée sans risque. Cela implique de mettre en place plus de moyens, plus de temps, et cette rigueur rend condamnable le fait de gaspiller. Le second élément que nous souhaitons souligner est le fait que la réutilisation à des fins non alimentaires soit tout de même considérée comme du gaspillage. Lors de notre terrain exploratoire de première année, ainsi que lors de nos terrains exploratoire et probatoire de deuxième année, nous avons relevé que pour les mangeurs-consommateurs le fait de revaloriser un potentiel déchet pour de l'alimentation animale, ou éventuellement pour faire du compost, n'est pas considéré

---

<sup>11</sup> Larousse – Dictionnaire en ligne. *Gaspiller* [en ligne]. Disponible sur <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/gaspiller/36214> (consulté le 14-2-2020).

comme du gaspillage. Cela est également le cas pour l'Institut national de la recherche agronomique (INRA) et le programme de recherche européen *Food Use for Social Innovation by Optimising Waste Prevention Strategies* (FUSIONS). Cela révèle encore une fois la différence d'approche qu'il peut exister, et l'ambiguïté quant à la définition du terme. Néanmoins, selon les définitions plus ou moins officielles émanant de l'action publique, on se rend compte que la revalorisation pour l'alimentation animale, le compost ou les biocarburants est considérée comme du gaspillage alimentaire. Cela est relié à notre premier point, selon lequel les standards de qualité vont être plus élevés lorsqu'il s'agit de produire des denrées consommables par l'Homme. La loi n° 2016-138 du 11 février 2016 relative à la lutte contre le gaspillage alimentaire (République française, 2016) hiérarchise les mesures à mettre en place afin d'agir sur le gaspillage :

1. « *La prévention du gaspillage alimentaire ;*
2. *L'utilisation des invendus propres à la consommation humaine, par le don ou la transformation ;*
3. *La valorisation destinée à l'alimentation animale ;*
4. *L'utilisation à des fins de compost pour l'agriculture ou la valorisation énergétique, notamment par méthanisation ».*

Nous voyons donc que la première mesure à mettre en place est la prévention, et non la revalorisation. Ces mesures s'appliquant à l'ensemble des maillons de la chaîne alimentaire, le consommateur est donc également concerné à son domicile.

Par ailleurs, le vocabulaire choisi par l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture est intéressant : dans cette définition on nous parle d'aliments qui seraient « *accidentellement exclus de la chaîne alimentaire* », cette notion d'accident dédramatise la situation, ou tout du moins allège la responsabilité imputable aux parties concernées.

Avant de passer à la définition suivante, nous souhaitons revenir sur une différence qui est parfois faite entre les pertes et le gaspillage : « *En règle générale, le gaspillage alimentaire est lié aux consommateurs et les pertes alimentaires concernent l'ensemble de la chaîne alimentaire* » (Albisu, 2016, p. 319). Ainsi, le gaspillage alimentaire serait une composante des pertes alimentaires, ces dernières incluant toutes les denrées alimentaires destinées à la consommation humaine qui seraient jetées. Le gaspillage quant à lui serait exclusivement imputable aux pratiques des consommateurs. Bien que cette distinction ne soit pas très

appliquée en France, nous avons choisi le terme adéquat pour parler du gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs au sein de ce mémoire.

Passons à présent à la définition de l'Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie (ADEME, 2016, p. 15) qui est assez semblable à celle énoncée par la FAO :

*« Sont considérés comme pertes et gaspillages alimentaires les parties de produits considérées à un moment donné de la chaîne alimentaire comme comestibles par des humains et non consommées par ces derniers parce que écartées (tri, surproduction...), perdues (récolte, transformation, transport...) ou non consommées (périmées, servies mais non consommées) ».*

La particularité de cette définition va être d'insister sur la responsabilité des différents maillons de la chaîne alimentaire. Le caractère systémique de la production des pertes alimentaires nous semble donc mieux pointé du doigt au sein de cette définition. On y retrouve toutefois une mention en ce qui concerne l'alimentation humaine, et une allusion à la revalorisation.

Lorsqu'on parcourt les définitions qui sont faites du gaspillage alimentaire, la distinction entre déchets évitables et non évitables est un élément important à prendre en compte. Les déchets évitables vont correspondre à toutes les parties d'aliments qui auraient pu être consommées par l'Homme mais qui ne l'ont pas été (pain rassis, vert de poireau, restes de repas, aliment oublié, etc.), tandis que les déchets non évitables, comme leur nom l'indique, font référence aux parties qui ne peuvent théoriquement pas être consommées par l'Homme (coquilles d'œuf, épiluchures, os de poulet, etc.). Dans la définition que nous vous avons présentée en introduction, et que nous avons retenue pour encadrer notre mémoire, les déchets non évitables ne sont pas inclus dans le gaspillage alimentaire, et la revalorisation précédemment évoquée est considérée comme du gaspillage. Pour rappel, il s'agit de la définition du ministère de l'Écologie, du Développement durable et de l'Énergie (2012, p. 5), pour qui le gaspillage alimentaire correspond à :

*« De la nourriture destinée à la consommation humaine qui, à un endroit de la chaîne alimentaire, est jetée, perdue, dégradée ou dévorée par des ravageurs, sans inclure les parties non comestibles, [telles] que les peaux, les feuilles, les graines, les queues et les trognons ».*

Cette définition a selon nous l'avantage de reprendre les différents points évoqués précédemment et d'aller à l'essentiel.

Nous voyons bien à travers ces quelques définitions que la terminologie à adopter ne fait pas l'unanimité, et n'a pas fait l'objet d'une harmonisation, que ce soit à l'échelle internationale, européenne ou même nationale. Cette multiplicité va impliquer des limites, dont la principale va être quantitative. En effet, de nombreuses études s'attèlent à une quantification du gaspillage alimentaire, mais si l'on veut réduire ce gaspillage il convient de savoir d'où l'on part afin de mesurer l'évolution de cette diminution. Cependant, si ces différentes études ne s'appuient pas sur la même définition, les données seront difficilement comparables, et donc à manier avec précaution. Prenons l'exemple des déchets évitables et non évitables : le fait de prendre en compte ces derniers dans le calcul du gaspillage va largement faire gonfler les chiffres. Il est donc important de regarder la définition sur laquelle s'appuient les études, afin de ne pas les interpréter de manière erronée et de comprendre ce qui compose réellement leurs chiffres.

En matière d'objectifs, cette multiplicité brouille également les messages. La région Occitanie, dans le cadre de son *Pacte régional pour une alimentation durable en Occitanie*, vise à diminuer par deux le gaspillage alimentaire de sa région d'ici 2023, en récompensant « *les initiatives exemplaires de lutte contre le gaspillage alimentaire et de réduction des emballages* » (Région Occitanie, 2018, p. 14). Dans le cadre du Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire, le gouvernement vise « *la diminution par deux du gaspillage dans notre pays d'ici à 2025* » (Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt, 2013, p. 4). Le second Pacte, visant à renouveler les engagements du premier, garde pour date butoir l'année 2025. Nous avons donc déjà là deux dates qui diffèrent pour un même objectif. Pour ce qui est de l'Europe, l'objectif est de « *réduire le gaspillage alimentaire de 30 % d'ici 2025 et de 50 % d'ici 2030* »<sup>12</sup>.

Nous avons également mis en évidence au cours de notre mémoire de master 1 les difficultés liées à la quantification des pertes en ce qui concerne les denrées alimentaires importées, exportées ou relevant de l'autoproduction (Foti, 2020, p. 12).

---

<sup>12</sup> **Parlement Européen.** *Réduire le gaspillage alimentaire – Communiqué de presse Session plénière du 16-05-2017 [en ligne].* Disponible sur <https://www.europarl.europa.eu/news/fr/press-room/20170509IPR73930/reduire-le-gaspillage-alimentaire> (consulté le 19-3-2020).



Pour ce qui est de l'étude du gaspillage alimentaire relatif au maillon de la consommation, une variation de l'échantillon pris en considération complique également l'interprétation. En effet, ce n'est pas la même chose de dire qu'un foyer ou qu'un individu gaspille 20 kg de nourriture par an. Si l'unité de mesure est le foyer, faudra-t-il alors multiplier les chiffres par le nombre de membres du foyer ? Faut-il compter une part entière pour les enfants présents au domicile ? Bien qu'il ne s'agisse pas de chiffres exacts mais de moyennes, on se rend compte que les questions se multiplient et peuvent décourager une analyse basée sur le traitement secondaire de données quantitatives.

Afin de gagner en clarté et en cohérence, il conviendrait qu'une vision harmonisée soit mise en place, de manière à faciliter les études chiffrées et comparatives permettant aux différents acteurs d'avancer ensemble vers un objectif commun. Cette première partie nous a tout de même permis de saisir la place grandissante accordée à la question du gaspillage alimentaire. Des définitions, premières étapes permettant l'appropriation d'un sujet, fleurissent. Des mesures incitatives douces permettant d'orienter les pratiques des mangeurs-consommateurs plutôt que de les contrôler voient le jour afin de répondre à des objectifs multiples. Une législation permettant d'encadrer les maillons de la chaîne alimentaire précédant la consommation a été adoptée. La lutte contre le gaspillage alimentaire occupe indéniablement une place grandissante sur le devant de la scène publique, jusqu'à devenir en 2021 une « *grande cause nationale* » (Assemblée Nationale, 2021).

## 2. Ce qu'il faut savoir sur le gaspillage alimentaire

Maintenant que nous avons tracé les premières lignes permettant de cerner notre sujet, nous allons rentrer dans le détail en revenant sur les enjeux du gaspillage, sur sa répartition tout au long de la chaîne alimentaire, et sur sa manière de s'emboîter dans des thématiques telles que l'alimentation durable.

### 2.1. Les enjeux du gaspillage alimentaire

Comme nous l'avons vu, la « *lutte* » contre le gaspillage alimentaire s'organise. Bien que des objectifs chiffrés existent, l'objectif général est de réduire ce qui est considéré comme une « *aberration* » (Garot, 2021). Les arguments avancés pour justifier une telle

mobilisation sont de trois ordres : éthiques, économiques et environnementaux. Nous allons donc revenir sur chacun d'eux.

### 2.1.1. Les enjeux éthiques

Commençons par les enjeux éthiques. La dualité de la situation alimentaire mondiale est flagrante : on constate en effet des inégalités d'accès à la nourriture qui font qu'au sein d'un même pays peuvent coexister abondance et famine. Cette conjoncture rappelle la théorie du double fardeau, selon laquelle un certain nombre de pays sont confrontés à la fois à des situations de sous-alimentation et de suralimentation<sup>13</sup>. Ce problème ne touche pas uniquement les pays en développement. Si l'on regarde la situation de la France, en 2018, une personne sur cinq était en situation de précarité alimentaire (Ipsos pour Secours Populaire Français, 2018), alors même que le gaspillage alimentaire en une année s'élève à 10 millions de tonnes de denrées alimentaires jetées. Ce paradoxe met en exergue les problématiques soulevées par la question du gaspillage alimentaire.

Par ailleurs, dans un contexte de transition démographique, avec une augmentation importante de la population mondiale, la question de la disponibilité alimentaire est centrale. En première année, nous avons mobilisé la théorie de la trappe de Malthus qui tente de répondre à cette question de la disponibilité. Sa théorie met en avant deux leviers permettant de répondre au problème de la faim dans le monde : produire toujours plus de nourriture, comme c'est aujourd'hui le cas dans le cadre de la Révolution verte, ou alors essayer de trouver des solutions afin de faire baisser les besoins en nourriture<sup>14</sup>. La réduction du gaspillage alimentaire pourrait s'inscrire dans ce second objectif avec une meilleure répartition des denrées disponibles, notamment au niveau des maillons précédant la consommation. Il est toutefois important d'avoir conscience que cette solution est surtout envisageable à petite échelle. En effet, la réduction du gaspillage alimentaire sur un territoire donné ne va pas *de facto* permettre un accroissement de la nourriture disponible dans un autre territoire plus éloigné. Cependant, en sachant qu'un tiers de la production alimentaire mondiale est gaspillé, et que les inégalités d'accès ne

---

<sup>13</sup> Poulain Jean-Pierre. *Sociologie et anthropologie de l'alimentation – Bio-diversité, ethno-diversité et cultures alimentaires*. Cours de Master 1 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2020.

<sup>14</sup> *Ibidem*.

cessent de se creuser, le fait de reconsidérer la répartition des denrées nous semble être une bonne solution pour répondre à cet enjeu éthique.

### 2.1.2. Les enjeux économiques

Passons à présent aux enjeux économiques. Il va de soi que le fait de jeter un aliment revient également à gaspiller de l'argent. En France, le gaspillage représente 16 milliards d'euros de pertes par an (ADEME, 2016, p. 5). Tous les maillons de la chaîne alimentaire sont concernés et font grossir les chiffres avec des aliments laissés dans les champs, écartés car non conformes aux normes de calibrage, abimés lors du transport ou des diverses manipulations en magasin, ayant dépassés leur date de péremption, oubliés au fond d'un placard ou tout simplement jetés par faute de goût ou d'appétit.

Aux différents chiffres présents dans les études, il faut ajouter le coût du traitement des déchets liés au gaspillage alimentaire. Il s'agit de coûts difficilement quantifiables dans la mesure où les déchets alimentaires ne font pas l'objet d'un traitement spécifique en France.

En ce qui concerne les pertes économiques supportées par les mangeurs-consommateurs, l'ADEME (2014, p. 8) estime que le manque à gagner par personne s'élève à près de 159 € par an, montant qu'il faudra multiplier en fonction de la composition du foyer. Bien que les chiffres soient à prendre avec précaution du fait de la multiplicité de la définition de ce qu'est le gaspillage alimentaire, il s'agit d'un levier important dans la sensibilisation du maillon de la consommation. L'acte de jeter un fruit pourri ou un reste de repas peut paraître anodin, ou du moins peu conséquent, du fait de sa faible quantité sur le moment. Ce sentiment peut être accentué par le fait que ces pertes ne soient plus visibles une fois évacuées dans les ordures ménagères, il est donc difficile pour les individus de se représenter avec précision les quantités jetées. Afin d'aider les consommateurs à se projeter, France Nature Environnement – Midi-Pyrénées (2016, p. 8) a vulgarisé ces chiffres au sein de son livret d'exposition *Faut pas gâcher*. Il y est expliqué que le gaspillage alimentaire au domicile représente en moyenne le fait de « *jeter à la poubelle 1,5 mois de courses dans l'année* », ou encore que la perte économique du gaspillage alimentaire produit en une année équivaut à « *une semaine d'hébergement en famille à la montagne, environ 60 places de cinéma, 30 menus au restaurant* ». Il s'agit de références dans

lesquelles les mangeurs-consommateurs peuvent plus facilement se projeter et donc qui auront plus d'impact d'un point de vue sensibilisation. Les enjeux économiques sont donc un levier d'action qu'il est selon nous intéressant d'exploiter pour permettre aux individus de prendre conscience des questions liées au gaspillage alimentaire.

### 2.1.3. Les enjeux environnementaux

Pour finir, nous allons parler des enjeux environnementaux liés au gaspillage alimentaire. Le changement climatique est aujourd'hui incontestable et engendre l'augmentation des catastrophes naturelles aux quatre coins du monde (United Nations Office for Disaster Risk Reduction, 2019). La question environnementale est désormais au cœur des politiques publiques, des actions des acteurs privés et même des pratiques des particuliers. Si ces différents acteurs ne sont pas impliqués de la même façon sur cette question, nul ne peut aujourd'hui ignorer les dérèglements auxquels nous devons faire face, et les conséquences de ses actions sur notre environnement.

Le gaspillage alimentaire n'échappe pas à cette question environnementale. De prime abord, nous pourrions penser que ces deux phénomènes ne sont que peu corrélables, or le gaspillage a des impacts réels sur notre planète. Afin de produire des denrées et de les faire arriver jusqu'à la table des mangeurs, il faut occuper des terres, utiliser de l'eau ou de la nourriture pour leur développement, les préparer et les acheminer jusqu'à leur lieu de vente, qui est parfois très éloigné du lieu de production, les transporter jusqu'au lieu de consommation et enfin, transformer ces aliments bruts en repas. Le fait de gaspiller des aliments revient donc tout d'abord à gaspiller des ressources par le biais de l'accaparement des terres, de l'utilisation des ressources pour produire cette denrée, du gaspillage des énergies fossiles lors de la transformation et du transport, sans compter l'énergie gaspillée afin de traiter les déchets générés tout au long de la chaîne alimentaire. À cela s'ajoute les émissions de gaz à effet de serre produites tout au long de la vie du produit qui sera finalement jeté.

Si nous essayons de chiffrer ces pertes, on se rend compte que le gaspillage alimentaire mondial produit 3,3 milliards de tonnes équivalent CO<sub>2</sub> par an (FAO, 2013, p. 6). Cela implique que si le gaspillage alimentaire était un pays, il serait le troisième plus grand émetteur de gaz à effet de serre (FAO, 2013). À l'échelle de la France, l'impact carbone

s'élève à « 15,3 millions de tonnes équivalent CO<sub>2</sub> soit 3 % de l'ensemble des émissions de l'activité nationale » (ADEME, 2016, p. 5). Pour ce qui est de l'empreinte eau, aussi appelée « eau virtuelle », la FAO (2013, p. 6) l'estime à 250 km<sup>3</sup> par an. Lors de notre stage de master 1 au sein de l'association France Nature Environnement – Midi-Pyrénées, nous avons dû manipuler les chiffres relatifs à l'empreinte eau des aliments dans le cadre de deux formations à la lutte contre le gaspillage alimentaire que nous avons coanimées, l'une à destination de services civiques, et l'autre s'adressant à un public de retraités. Lors de la préparation de notre animation, nous nous sommes rendus compte que ces chiffres faisaient parfois débat. Ces derniers se composent de l'eau verte, c'est-à-dire l'eau de pluie qui rentre quoi qu'il advienne dans le cycle de l'eau, de l'eau bleue, qui est consommée par les animaux et l'irrigation des cultures, et de l'eau grise, utilisée pour la dépollution et le recyclage des effluents d'élevage, c'est-à-dire des déchets organiques. Or, seulement l'eau bleue et grise devraient être prises en compte. Ainsi, sur les 15 000 L d'eau nécessaires pour produire 1 kg de bœuf<sup>15</sup>, seulement 550 à 700 L sont réellement nécessaires, ce qui fait descendre les chiffres<sup>16</sup>. Ces données sont donc à manipuler avec précaution, d'autant plus qu'il s'agit de problématiques « complexes et multifactorielles »<sup>17</sup>. Pour finir, l'accaparement des terres par des denrées qui finiront à la poubelle représente 1,4 milliards d'hectares (FAO, 2013, p. 6), soit environ 30 % des terres agricoles à travers le monde. Nous voyons donc que le gaspillage alimentaire a une empreinte carbone, une empreinte eau et une empreinte écologique qui vont peser sur les ressources de la planète.

Les différents enjeux relatifs au gaspillage alimentaire que nous venons de voir ont une portée plus globale et reflètent des problématiques générales telles que les problèmes environnementaux, les inégalités sociales ou les inégalités d'accès aux ressources. Il s'agit d'un phénomène qui va bien au-delà du simple acte de jeter un aliment à la poubelle. Agir sur le gaspillage aura donc une influence sur ces différentes thématiques actuelles.

---

<sup>15</sup> **Water Food Network.** *Product gallery – Beef [en ligne]*. Disponible sur <https://waterfootprint.org/en/resources/interactive-tools/product-gallery/> (consulté le 25-5-2021).

<sup>16</sup> **INRAE.** *Quelques idées fausses sur la viande et l'élevage*, le 19-12-2019 [en ligne]. Disponible sur <https://www.inrae.fr/actualites/quelques-idees-fausses-viande-lelevage> (consulté le 25-5-2021).

<sup>17</sup> *Ibidem.*

## 2.2. Du gaspillage de la fourche à la fourchette

Comme nous l'avons souligné, le gaspillage alimentaire est un phénomène systémique dans lequel différents acteurs sont impliqués. Un système alimentaire est « *l'ensemble des structures technologiques et sociales, de la collecte jusqu'à la préparation culinaire en passant par toutes les étapes de la production-transformation* » (Poulain, 2002, p. 26), et c'est au travers de toutes ces étapes de la chaîne alimentaire que se constitue le phénomène social du gaspillage alimentaire. Ce dernier représente en France 10 millions de tonnes d'aliments jetés (ADEME, 2016, p. 5). Au sein de cette partie, nous allons nous atteler à décortiquer ce chiffre afin de comprendre l'implication des différents maillons.

Avant de commencer, précisons que les causes du gaspillage alimentaire, ainsi que sa répartition tout au long de la chaîne alimentaire, ne vont pas être les mêmes selon le pays dans lequel on se situe. Aujourd'hui, les pays industrialisés se retrouvent en situation d'excédent alimentaire et peuvent se permettre le luxe de ne pas souffrir de la faim (Stuart, 2013 ; Poulain, 2013). Si la valeur et la rareté des aliments ne sont plus les mêmes que celles des siècles passés, alors le fait de jeter ces aliments devient plus banal, ou est tout du moins plus socialement accepté.

Pour rappel, la chaîne alimentaire se compose généralement de quatre maillons principaux : la production, la transformation, la distribution et la consommation. Chacun de ces maillons est relié aux autres par des étapes de transport. Nous allons donc revenir sur chacun de ces maillons afin de chiffrer leur impact sur la production du gaspillage alimentaire en France. Pour cela, nous allons utiliser les chiffres relayés par de multiples acteurs œuvrant sur la thématique du gaspillage alimentaire (ADEME, France Nature Environnement, Pro-portion, etc.) mais dont l'origine reste selon nous assez floue.

Commençons par la production qui regroupe l'agriculture, la pêche et l'élevage. Ce premier maillon de la chaîne alimentaire est responsable de 33 % du gaspillage alimentaire produit en France. Cela est dû dans un premier temps à la mécanisation des récoltes qui fait que des denrées peuvent être abimées ou oubliées dans les champs. D'autre part, les normes de calibrage en vigueur font qu'une partie de la récolte va être écartée car ne correspondant pas aux standards esthétiques en vigueur. Il en va de même pour la pêche, où les poissons trop petits ne rentrent pas dans le circuit de distribution, et sont même

parfois rejetés morts dans la mer. Bien que des pratiques de glanage soient désormais mises en place, ou que les produits non calibrés fassent l'objet d'une revalorisation par le biais de circuits alternatifs ou d'une transformation afin de masquer leur aspect, l'étape de la production fait partie de celles qui génèrent le plus de gaspillage alimentaire.

L'étape de transformation va correspondre au conditionnement que va subir un aliment brut pour devenir le produit que l'on va acheter sur notre lieu d'approvisionnement. Avec un même ingrédient, de multiples préparations peuvent voir le jour, masquant plus ou moins l'aspect du produit de départ. Durant cette étape, la mécanisation va à nouveau jouer un rôle sur les aliments écartés. En effet, il peut arriver que la machine ait un problème et qu'une partie des produits soit abimée et doive être jetée. Par ailleurs, une machine n'aura pas la même précision qu'un humain, les parties retirées pourront donc être plus grossières. Au total, c'est 21 % du gaspillage global français qui est causé par la transformation.

La distribution consiste à mettre en relation les produits avec de potentiels consommateurs, par le biais de divers canaux de distribution allant de la grande ou moyenne surface à la petite épicerie de quartier. Avant même de se retrouver sur les étagères, certains produits seront écartés par les professionnels pour des raisons esthétiques ou sanitaires. Cela peut être dû à des produits arrivés défectueux, abimés lors du transport, dont la chaîne du froid n'a pas été respectée, etc. Les produits ayant passé cette étape ne s'assurent pas pour autant de ne pas finir à la poubelle. Le client va dans certains cas manipuler plusieurs produits avant de faire son choix, ce qui peut les endommager. Par ailleurs, les produits présents en rayon ne seront pas nécessairement vendus et une charte stricte oblige la grande distribution à vérifier quotidiennement les dates limites de consommation (DLC), et à retirer les produits de la vente avant même que ceux-ci ne soient périmés, sous peine de sanctions. Depuis février 2016, les supermarchés de plus de 400 m<sup>2</sup> ont pour obligation de donner leurs invendus avec une DLC de moins de 48 h à des associations caritatives<sup>18</sup>. Dans le cadre de notre emploi étudiant dans un drive détenu par une grande enseigne de distribution française, nous avons pu remarquer que

---

<sup>18</sup> **Ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation.** *Don alimentaire : les règles à respecter [en ligne]*. Disponible sur <https://agriculture.gouv.fr/don-alimentaire-les-regles-respecter> (consulté le 29-10-2019).

les clients accordent une importance toute particulière aux dates de péremption. Il n'est pas rare qu'il nous soit demandé de changer l'un de leurs produits car ils estiment sa DLC trop courte, et cela bien que nous ne puissions pas vendre un produit dont la DLC est inférieure à 48 h, voir 15 jours pour certains produits peu périssables. D'autre part, parfois, un simple impact sur un produit peut suffire pour que celui-ci finisse à la poubelle. La réglementation de 2016 précédemment citée permet de rediriger une partie de ces produits destinés aux ordures vers des banques de dons alimentaires, cependant cela questionne sur la qualité des produits que nous destinons aux personnes en situation de précarité de notre pays. Selon nous, les standards de qualité en ce qui concerne l'aspect esthétique d'un produit ne devrait pas uniquement être revus à la baisse par une partie de la population devant déjà faire face à de nombreuses inégalités, mais par l'ensemble de la population, dans la mesure où une dégradation du packaging d'un produit ne va pas toujours avoir d'impact sur ses qualités organoleptiques. Quoi qu'il en soit, le maillon de la distribution, pour lequel les mesures mises en place pour limiter le gaspillage sont les plus strictes, est responsable de 14 % du gaspillage global, ce qui fait de lui l'un des maillons gaspillant le moins en pourcentage.

Le dernier maillon sur lequel nous allons nous attarder est celui de la consommation. Celui-ci peut se diviser en deux parties : la consommation hors domicile dans de la restauration collective ou commerciale et la consommation au domicile. Pour ce qui est de la restauration, celle-ci est responsable de 14 % du gaspillage alimentaire français. Au-delà des pertes qui ont lieu en cuisine, le manque d'appétit ou les fautes de goût des clients vont produire du gaspillage alimentaire. Quant au gaspillage au domicile des mangeurs-consommateurs, il correspond à 19 % du gaspillage alimentaire global. Selon l'étude sur laquelle on se base, le gaspillage alimentaire par habitant va fluctuer entre 20 et 30 kg par an. Si l'on s'appuie sur les données produites par le ministère de l'Écologie, du Développement durable et de l'Énergie (2012, p. 5), sur 20 kg de nourriture gaspillée en une année, 7 kg sont constitués de produits encore emballés, ce qui signifie que ces denrées ont été achetées par le consommateur, mais non utilisées pour de multiples raisons. Au sein de notre troisième chapitre, nous allons explorer en détails les déterminants de l'action conduisant les mangeurs-consommateurs à gaspiller de la nourriture, toutefois, en préambule, nous pouvons reprendre les recommandations



fréquemment énoncées afin de commencer à esquisser des causes du gaspillage alimentaire au domicile. Parmi celles-ci, nous avons : le fait de ne pas faire de menu ou de liste de courses, de céder à des promotions, de faire les courses le ventre vide, d'acheter ou de cuisiner en trop grande quantité, d'avoir les yeux plus gros que le ventre, de ne pas vérifier les dates de péremption ou au contraire de les suivre trop scrupuleusement et donc de ne pas se servir de ses sens, de ne pas réutiliser les restes, de ne pas avoir le réflexe de congeler, etc. Nous n'avons ici qu'une partie des causes potentielles du gaspillage, et nous sommes convaincus que cette vision est bien trop réductrice. L'alimentation étant un phénomène social collectif, la volonté du consommateur n'est pas la seule à rentrer en compte ; l'environnement matériel, les ressources temporelles et économiques, les connaissances acquises, la structure du foyer, le cycle de vie et bien d'autres déterminants vont jouer un rôle sur les pratiques. Cet aspect multifactoriel implique de ne pas rentrer dans une définition simpliste des causes du gaspillage alimentaire, mais au contraire de garder l'esprit ouvert à l'idée que chaque individu est différent des autres, et que les situations dans lesquelles il va se trouver ont des caractéristiques qui leur sont propres. Il sera donc intéressant dans ce troisième chapitre d'identifier un maximum de ces déterminants.

Pour terminer, si l'origine de ces chiffres n'est pas suffisamment claire pour nous, ils ont toutefois le mérite de montrer que le gaspillage se distille à chaque étape de la chaîne alimentaire. Connaître les pourcentages précis dans le cadre de la présente étude n'est pas nécessaire, mais il pourrait être pertinent à l'avenir d'actualiser ces chiffres, d'autant plus que le nouveau cadre réglementaire a grandement fait évoluer les choses, notamment en ce qui concerne le maillon de la distribution.

### 2.3. Vers une alimentation durable

Lorsque nous avons parlé des enjeux environnementaux liés au gaspillage alimentaire, nous avons souligné la situation d'urgence qui semble planer au niveau mondial, et qui nécessite une prise de conscience et une mise en action commune. Cette prise de conscience n'est pas récente car le terme de développement durable a été utilisé pour la première fois en 1987 afin de désigner un « *mode de développement veillant au respect de l'environnement par une utilisation prudente des ressources naturelles afin de les rendre durables dans le*

*long terme* » (Commission mondiale sur l'environnement et le développement de l'ONU, 1987). Se développe ainsi l'idée d'une utilisation responsable des ressources, de manière à ce que le fait de répondre à nos besoins ne nuise pas à la capacité des générations futures à répondre aux leurs. Le développement durable s'articule autour de trois dimensions : environnementale, sociale et économique. On remarque ici l'exacte ressemblance avec les enjeux relatifs au gaspillage alimentaire.

Plus de trente ans après, cette thématique est toujours aussi présente sur le devant de la scène publique, mais est toutefois la cible de certaines critiques. Si la réflexion autour du développement durable a permis une prise de conscience massive et collective des enjeux environnementaux, elle est aujourd'hui accusée de n'être qu'un concept poussant certes à la théorisation, mais ne poussant que peu à l'action. Gérard Mermet (2009, p. 350) confirme ces accusations dans son ouvrage *Francoscopie*, dans lequel chaque année il dresse un portrait de la France en reprenant des items communs tels que le travail, la consommation, les loisirs, la composition des foyers, etc. Il nous explique en effet qu'entre 1994 et 1996 on constate un « *début de prise de conscience environnementale, sans réel passage à l'action* », et va même jusqu'à parler « *d'attentisme* », qui est une attitude ou une politique consistant à différer une décision jusqu'à ce que la situation se précise. Dans un contexte d'urgence climatique affirmée, le terme de transition serait là pour confirmer la nécessité de se mettre en mouvement, d'agir afin que les constats se muent en actions permettant de « *rectifier le tir* ». Ce terme de transition, fortement corrélé à celui de transformation, de changement, est donc mobilisé afin de signifier l'importance que chacun agisse, où qu'il se trouve et quels que soient ses moyens : si le développement durable ne poussait qu'à des actions isolées, la transition semble prôner une mise en mouvement généralisée, rapide et concrète<sup>19</sup>.

C'est à partir de la définition de développement durable que la FAO définit les régimes alimentaires durables comme :

*« Des régimes alimentaires ayant de faibles conséquences sur l'environnement, qui contribuent à la sécurité alimentaire et nutritionnelle »*

---

<sup>19</sup> **Foti Francesca, Ravas Noémie, Roublin Clémence.** *Transition numérique et alimentation.* Dossier rédigé sous la direction de Boumeggouti Driss dans le cadre de UE 902 du master 2 Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, Toulouse : Université de Toulouse – Jean Jaurès, 2021, 75 p.

*ainsi qu'à une vie saine pour les générations présentes et futures. Les régimes alimentaires durables contribuent à protéger et à respecter la biodiversité et les écosystèmes, sont culturellement acceptables, économiquement équitables et accessibles, abordables, nutritionnellement sûrs et sains, et permettent d'optimiser les ressources naturelles et humaines »<sup>20</sup>.*

Ce type d'alimentation implique la participation des différents acteurs de la chaîne alimentaire, ce qui rend difficile l'appréhension de notre « *impact sur la durabilité des systèmes alimentaires* » (Esnouf et al., 2011, p. 11-12). L'alimentation durable implique que par nos achats et les aliments que nous consommons, nous pouvons avoir un impact sur l'environnement. La notion de consomm'acteur reflète bien cela. En effet, le consommateur est de plus en plus encouragé à assumer la responsabilité de ses choix de consommation, et à soutenir des projets ou des idées politiques au travers de ses achats. À ce sujet, Marie-Emmanuelle Chessel et Franck Cochoy (2004, p. 8) nous rappellent que les répercussions de nos choix de consommation sont « *éminemment politique[s]* », et cela qu'on le veuille ou non. En d'autres termes, même lorsque notre achat ne fait pas l'objet d'une réflexion politisée, nos choix auront des conséquences sur le marché et les acteurs qui le composent. Parler de consomm'acteur pourrait donc être considéré comme un pléonasme. Toutefois, selon nous, cette formulation a le mérite d'essayer de faire prendre conscience au consommateur *lambda* de l'impact qu'il peut avoir par l'utilisation de son pouvoir d'achat, ainsi que du fait qu'acheter un produit revient à cautionner le système et les valeurs sur lesquels il repose.

Le nouveau consommateur serait donc une personne mettant en place des pratiques de consommation plus durables, responsables et éthiques (Chessel, Cochoy, 2004) qui reflètent une prise de position politique. Aujourd'hui en France, 20 % de la population a déjà une alimentation durable<sup>21</sup>. Afin d'illustrer ce type de consommation, nous pouvons citer les exemples suivants : acheter un panier de légumes chez un maraîcher, acheter des produits locaux, biologiques et/ou de saison, pratiquer le boycott ou le *buycott*, favoriser les circuits courts, etc. La lutte contre le gaspillage alimentaire s'inscrit très bien dans ces

---

<sup>20</sup> **FAO.** *Biodiversité et alimentation durable [en ligne]*. Disponible sur <http://www.fao.org/ag/humannutrition/biodiversity/fr/> (consulté le 20-2-2020).

<sup>21</sup> **Bessière Jacinthe.** *Colloque grand public sur l'alimentation durable en Occitanie*, le 28-10-2019 à l'Hôtel de Région de Toulouse.

pratiques durables dans la mesure où sa réduction répond à des enjeux de société importants. Sa réduction permet de moins solliciter les ressources naturelles, tout en réduisant le coût économique et en correspondant à des valeurs de solidarité. Dans les projets de transition, l'alimentation est l'une des premières thématiques à être investie par les particuliers, et pour cause, il s'agit d'un domaine où chacun a le pouvoir d'agir rapidement et concrètement. Cela peut passer par la réduction du gaspillage ou par la mise en place de pratiques de consommation alternatives simples, ce qui revient dans les deux cas à favoriser une alimentation plus durable et respectueuse de l'environnement.

### 3. Retour sur la « société du déchet »

Afin de terminer ce chapitre, nous voulions replacer la réduction du gaspillage alimentaire au sein d'une tendance plus large, qui est celle de la réduction des déchets. En matière de déchets, le tri semble aujourd'hui être le b.a.-ba que tout citoyen se doit de mettre en place à son domicile. Cependant, depuis quelques années, le tri fait l'objet de différentes critiques qui se cristallisent par cette phrase de Béa Johnson : « *Le meilleur déchet est celui qui n'existe pas* »<sup>22</sup>. L'heure ne semble plus être au recyclage des déchets mais plutôt au zéro déchet : un mode de consommation pensé de manière à limiter la production même de déchets. Nous nous attarderons dans un second temps sur les propos de Baptiste Monsaingeon (2017), qui nous parle de « *société du déchet* », avant de nous intéresser à la subjectivité du goût et à comment la frontière entre comestible et pourri peut être tenue. Cette réflexion est à relier tout particulièrement à la manière dont se construit la perception du goût et à l'importance de la culture dans son façonnage.

#### 3.1. La tendance zéro déchet

La nécessité de réduire notre production de déchets ne cesse d'être mise au jour par le milieu associatif. Le documentaire *The story of plastic*, produit en 2019, critique de manière

---

<sup>22</sup> **Le Monde**. Béa Johnson : « *Le meilleur déchet, c'est celui qui n'existe pas* » [en ligne]. Disponible sur [https://www.lemonde.fr/festival/video/2017/09/23/bea-johnson-le-meilleur-dechet-c-est-celui-qui-n-existe-pas\\_5190260\\_4415198.html](https://www.lemonde.fr/festival/video/2017/09/23/bea-johnson-le-meilleur-dechet-c-est-celui-qui-n-existe-pas_5190260_4415198.html) (consulté le 31-5-2021).

ouverte le système de recyclage, qu'il considère comme une fausse solution<sup>23</sup>, et montre les images alarmantes d'un véritable continent de plastique au large de l'archipel d'Hawaii.

La prise de conscience quant à cette nécessité de réduire plutôt que de recycler se répand et se cristallise sous l'appellation « zéro déchet ». Celle-ci correspond à :

*« Une philosophie fondée sur une série de pratiques visant à éviter autant que possible de générer du déchet. [...] À la maison, cela pousse le consommateur à agir de manière responsable. De nombreuses personnes se méprennent et pensent que le zéro déchet n'implique qu'un recyclage extensif, quand au contraire il n'encourage pas le recyclage : il tient compte des incertitudes et des coûts liés aux opérations de recyclage » (Johnson, 2015, p. 32).*

En mettant l'accent sur la sobriété et le minimalisme, cette philosophie consiste à anticiper la création même de l'objet qui sera jeté. Cela implique de repenser sa consommation et ses besoins réels. En effet, ce que l'on considère comme un simple emballage, a nécessité d'utiliser des ressources pour être produit. Or, cela revient à gaspiller dans la mesure où l'objectif final de cet objet est d'être jeté une fois son contenu utilisé. Ce mode de vie prône une prise en compte des limites de notre planète et des enjeux écologiques auxquels nous devons faire face.

L'association Zéro Waste, avec ses antennes disséminées dans diverses villes de France, a pour vocation d'aider tout un chacun à réduire ses déchets en faisant connaître le mouvement, en partageant de bonnes pratiques et en interpellant la sphère politique afin que des mesures concrètes pour la réduction des déchets soient mises en place sur tout le territoire<sup>24</sup>. Plus largement, l'association nous pousse à repenser l'économie en passant d'une économie linéaire à une économie circulaire. La vision systémique de cette dernière permettrait en effet de produire et de consommer durablement en portant une attention toute particulière aux ressources qui sont à notre disposition.

---

<sup>23</sup> **Story of stuff.** *The story of plastic (documentary film) [en ligne]*. Disponible sur <https://www.storyofstuff.org/movies/the-story-of-plastic-documentary-film/> (consulté le 1-6-21).

<sup>24</sup> **Zéro Waste France.** *Régionales 2021 : prenez le virage du zéro déchet [en ligne]*. Disponible sur <https://www.zerowastefrance.org/projet/regionales-2021-virage-zero-dechet/> (consulté le 1-6-2021).

Un article signé par Laura Chatel<sup>25</sup> montre que depuis les années cinquante, l'augmentation de l'utilisation des emballages et l'augmentation du gaspillage semblent concomitantes. Bien qu'il ne soit pas possible de mettre en évidence des liens de causalité, la lecture de cet article nous a permis de développer le raisonnement suivant : les aliments emballés provenant de l'industrie agroalimentaire apporte une certaine sécurité aux mangeurs-consommateurs dans la mesure où ces derniers peuvent s'appuyer sur un système de dates de péremption pensé pour garantir la qualité des aliments. À cela s'ajoute à l'utilisation abondante de conservateurs rallongeant la durée de vie des aliments. Ce système fait office de filet de sécurité et permet d'avoir une méfiance moindre quant à la gestion des stocks alimentaires du foyer. Cependant, les individus favorisant une alimentation vrac ou peu emballée et transformée, ne pourront que dans certains cas s'appuyer sur ce système de dates et ces additifs, et pourraient donc avoir tendance à faire plus attention à leur stock, ce qui limiterait leur gaspillage alimentaire. C'est selon nous dans cette mesure que les thématiques du vrac et du gaspillage alimentaire peuvent être reliées. Il n'est pas rare en effet que la consommation en vrac soit mentionnée dans les recommandations visant à réduire le gaspillage alimentaire au domicile.

De manière plus générale, les biodéchets composent un tiers de nos poubelles<sup>26</sup>. La réduction du gaspillage alimentaire permettrait donc d'alléger celles-ci, d'inscrire nos pratiques dans cette dimension circulaire précédemment évoquée et d'avoir une alimentation et un mode de vie plus durable et responsable.

### 3.2. La « société du déchet »

Aujourd'hui, malgré cette tendance à la réduction, le passage sur Terre de l'espèce humaine se remarque à la présence des déchets qu'il a laissés derrière lui. Dans son ouvrage *Homo detritus. Critique de la société du déchet*, Baptiste Monsaingeon (2017) utilise le terme de « *poubelloène* », en référence à l'anthropocène, dans le sens où nos

---

<sup>25</sup> **Chatel Laura.** *Les emballages plastique ne permettent pas de lutter contre le gaspillage alimentaire.* Zéro Waste France, 10-4-2018 [en ligne]. Disponible sur <https://www.zerowasteFrance.org/emballages-plastique-lutte-contre-gaspillage-alimentaire/> (consulté le 26-4-2021).

<sup>26</sup> **Zéro Waste France.** *Dossier thématique – Composter et trier les biodéchets [en ligne].* Disponible sur <https://www.zerowasteFrance.org/demarche-zero-waste/composter-et-trier-les-biodechets/> (consulté le 22-3-2020).

déchets seraient le marqueur géologique de notre passage sur Terre. En effet, que ce soit sur terre, en mer, dans les airs ou même sous la terre, nos détritiques sont omniprésents et responsables de divers dérèglements climatiques, ce qui justifie le fait de parler de « *société du déchet* ».

L'Homme semble se construire en jetant, ce faisant, il « *organise son milieu* » (Douglas, 2001, p. 24-25). La saleté, et par extension les déchets, sont l'opposé de l'ordre, et dans cette vision symbolique Mary Douglas explique que le fait d'éliminer la saleté n'est pas un geste négatif. Cela est à rattacher à la société consumériste dans laquelle nous évoluons. En effet, la notion de nécessité à laquelle est censé répondre un achat est parfois mise de côté pour laisser place à des achats plus compulsifs. Lors de l'un de nos entretiens d'experts, ce dernier nous a fait part de sa propre vision du gaspillage : pour lui le fait de stocker chez soi des objets dont on n'a pas l'utilité revient également à gaspiller<sup>27</sup>. Le gaspillage ne se rattache donc pas uniquement à l'acte de la mise au rebut, mais est à mettre en perspective avec la notion même de besoin qui est aujourd'hui de plus en plus perdue de vue. On se permet de jeter car on peut désormais se permettre d'acheter sans limites.

D'autre part, les déchets ménagers semblent être la source d'une certaine honte, où relèvent tout du moins de la sphère privée. Lorsqu'on regarde les sacs dans lesquels on entrepose nos ordures, ceux-ci sont noirs, opaques, de manière à ne pas voir le contenu. France Culture titrait l'un de ses dossiers sur la grève des éboueurs de 2020 « *Cachez ces déchets que je ne saurais voir* »<sup>28</sup>. Cette phrase nous semble très parlante pour illustrer cette idée que les déchets que nous produisons sont quelque chose de tabou. Jeter dans des sacs noirs, enfermés eux-mêmes dans une poubelle, permet d'éloigner les détritiques du regard. Cela permet également la mise en place d'une distanciation dans le but inconscient de dépersonnaliser les objets jetés, de les mettre à distance : « *Décharger les mains, c'est désencombrer l'esprit* » (Pierre, 2002, p. 16). Par l'acte de jeter, nous faisons passer l'objet « *d'une catégorie à l'autre* » (Grygiel, 2002, p. 147), nous lui donnons de cette manière son

---

<sup>27</sup> Cf. Annexe B : Retranscription entretien d'expert 1.

<sup>28</sup> **Gardette Hervé**. *Cachez ces déchets que je ne saurais voir*. France Culture, 6-2-2020 [en ligne]. Disponible sur <https://www.franceculture.fr/emissions/la-transition/cachez-ces-dechets-que-je-ne-saurais-voir> (consulté le 6-4-2021).

rôle de déchet et affirmons le fait que l'on n'ait plus besoin de lui, qu'on ne lui accorde plus suffisamment d'importance pour le garder. Le dossier thématique dirigé par Magali Pierre sur les déchets ménagers nous montre l'ambiguïté qu'il existe entre privé et public quand il s'agit de gestion de déchets. Il faut toutefois être prudent à ne pas trop axer la focale sur l'individu, et donc sur l'échelle microsociale, mais de prendre en considération l'espace et les politiques publiques, et donc l'échelle macrosociale, afin de pas émettre une analyse biaisée (Desjeux, 2002). La responsabilité de l'individu ne doit pas être niée, mais il est important de questionner le système dans lequel il s'insère et le contexte de surproduction qui fonde ses représentations. Si l'on regarde le système de collecte des ordures ménagères, rares sont les communes ayant mis en place un dispositif de collecte des déchets organiques pouvant être revalorisés. Cela demande donc au foyer de trouver par ses propres moyens des solutions s'il souhaite mettre en place des pratiques de compostage par exemple.

Baptiste Monsaingeon (2017) nous explique que les matières organiques, souvent laissées en marge des politiques de réduction de déchets, ou ne faisant que l'objet de campagnes de sensibilisation par le partage de bonnes pratiques, revêtent une valeur ajoutée que n'a pas un déchet *lambda*. En effet, si un objet peut être recyclé, cette opération impliquera de mobiliser de l'énergie et de la matière supplémentaire. Pour ce qui est des déchets organiques, ils peuvent faire en l'état l'objet d'une revalorisation, par le biais du compostage, qui permet de rendre à la terre ce qui vient de la terre. Bien que selon la définition que nous avons vu au début de ce chapitre la revalorisation ne soit pas une manière de lutter contre le gaspillage alimentaire, elle permet tout du moins de faire diminuer la charge de détritrus qui pèse déjà sur la planète, et de garantir la fertilité naturelle des sols, mais pour cela, elle doit être encadrée.

Cette séparation des biodéchets mérite qu'on lui accorde une attention particulière. En effet, le fait de placer des déchets alimentaires dans une poubelle à part, permettrait non seulement au mangeur-consommateur de prendre réellement conscience des quantités jetées, mais également de faciliter le travail de quantification. À terme, cela pourrait permettre la mise en place de politiques de gestion des déchets plus adaptées.



### 3.3. Le pourri et la subjectivité du goût

Pour terminer ce chapitre, nous avons souhaité faire une parenthèse sur la subjectivité du goût, dont nous avons réellement pris conscience en lisant l'ouvrage *Pourri* de Marie-Claire Frédéric (2019). Selon nous, cette réflexion a tout à fait sa place dans cette partie, dans la mesure où cette subjectivité aura une influence sur les manières de considérer, ou non, un aliment comme un déchet.

Nous avons précédemment évoqué à quel point l'espace du mangeable est une construction propre à chaque culture, et peut parfois même varier dans le temps pour une même culture (Poulain, 2012, p. 259). Cependant, en lisant les exemples concrets qu'elle décrit dans son livre, cette idée prend tout son sens. Elle nous explique en effet qu'une « *même nourriture peut [...] être considérée comme un pur délice par les uns et une chose ignoble par les autres* » (Frédéric, 2019, p. 12). Dans son livre, elle parle notamment d'aliments pourris ou fortement fermentés, et nous explique que pour apprécier, ou du moins pour s'approprier ce type d'aliment, la culture et la tradition jouent un rôle essentiel (Frédéric, 2019, p. 113). Toutefois, dans les exemples que nous donne Marie-Claire Frédéric, nous sommes bien loin d'un aliment oublié au fond du réfrigérateur et retrouvé couvert d'une fine pellicule de moisissure. Il s'agit plutôt là d'aliments qui nécessitent un savoir-faire, une passion et une maîtrise indispensable pour une consommation de qualité. Tout cela peut une fois encore être relié à la culture qui permettra à terme l'incorporation des aliments. L'auteure va même jusqu'à parler de « *pourri civilisé* » tant le processus de production est domestiqué : « *On pourrait croire que faire pourrir un aliment consiste à le livrer à lui-même, mais au contraire toutes les étapes sont contrôlées* » (Frédéric, 2019, p. 128).

La subjectivité du goût, mise en avant dans ses propos, sert de base pour une critique ouverte de l'uniformisation des goûts que nous connaissons dans nos sociétés occidentales contemporaines. En effet, l'industrie agroalimentaire standardise notre alimentation, là où le pourri ne donne jamais deux fois le même résultat. La consommation de pourri, que nous avons peu l'habitude de consommer, permet donc de lutter contre cette standardisation. Marie-Claire Frédéric avance que cette industrie brouille nos repères et instille la peur du risque. Le système de dates de péremption « *nous fait regarder des comestibles comme du*

*pourri* » (Frédéric, 2019, p. 17), de manière à vendre toujours plus, ce qui provoque du gaspillage alimentaire à tous les niveaux.

Dans le *Dictionnaire des cultures alimentaires* dirigé par Jean-Pierre Poulain (2012, p. 261), le « *comestible* » est décliné en quatre catégories : le délicieux, l'agréable, le consommable et le consommable problématique. Cette dernière catégorie inclut les « *produits alimentaires appartenant à l'ordre du mangeable mais présentant un certain nombre de risques sur le court terme (indigestion, toxi-infections alimentaires) ou posant un certain nombre de problèmes de santé sur le long terme* ». Les goûts ne sont pas les seuls à être subjectifs, la classification d'un aliment dans l'une ou l'autre de ces catégories l'est aussi. Nous ne mangerons pas un fruit ayant commencé à moisir, mais nous nous délecterons d'un roquefort abondamment persillé. Il s'agit pourtant dans les deux cas de moisissures, mais le jugement porté sur celles-ci ne sera pas le même : « *Il faut être né sur la terre du pourri pour apprécier ce pourri en particulier* » (Frédéric, 2019, p. 100). Nous voyons bien là la dualité du regard porté sur le pourri, dualité renforcée par l'évacuation de cette notion de la part du marketing, qui va plutôt parler de fermentation ou de suri (Frédéric, 2019, p. 50). Pour ce qui est des produits consommables mais problématiques, ils constituent le cœur même du problème du gaspillage alimentaire. En effet, une fois la date de péremption d'un aliment passée, celui-ci va devenir pour certains mangeurs un problème qui nécessitera un arbitrage, afin de déterminer s'il sera jeté ou mangé. De la même façon, une intoxication alimentaire peut rendre plus tangible à l'avenir la frontière qui existe entre consommable et consommable problématique. Ce qui est considéré comme dangereux pour l'un ne le sera pas nécessairement pour l'autre. Nous voyons donc ici que même si une grande partie de notre alimentation est produite dans un système qui se veut standardisé, une fois passée la porte des foyers, la dimension subjective et les choix propres à chaque individu deviennent omniprésents et sont donc intéressants à questionner.

Ce chapitre nous a permis de revenir sur la définition même du gaspillage alimentaire, sur ses enjeux et sur les différents débats qui l'entourent. Quant à notre dernière partie, elle nous a permis d'enrichir la réflexion que nous avons commencée en master 1, en questionnant la manière dont notre société perçoit et traite les déchets ménagers de

manière générale. Bien que les déchets engendrés par le gaspillage alimentaire fassent tout à fait partie des déchets ménagers, ils s'en différencient toutefois dans la manière dont ils sont traités à plus d'un titre. La revalorisation des biodéchets est en effet plus simple qu'avec un déchet quelconque, les politiques de réduction des déchets ont une approche différenciée en matière de déchets alimentaires, et enfin la facilité à jeter qu'on impute parfois aux individus est toute relative quand il s'agit de parler de gaspillage alimentaire. En effet, nous verrons plus tard au sein de ce mémoire que le choix n'est pas toujours facile et que les mangeurs-consommateurs développent des stratégies permettant justement d'éviter la mise au rebut de leurs achats alimentaires.

## Chapitre 2 : Les enjeux de l'alimentation contemporaine pour les mangeurs-consommateurs

Étudier le gaspillage alimentaire revient à étudier les pratiques alimentaires des mangeurs-consommateurs, et pour cela, il convient de s'intéresser au contexte dans lequel ils évoluent.

L'alimentation, nous l'avons vu, est quelque chose de profondément culturel. Si les pratiques changent d'une société à l'autre, elles évoluent également au sein d'une même société à travers le temps. Certains chercheurs vont parler de modernité alimentaire, cependant, la notion de modernité est à nuancer : ce qui était considéré comme moderne il y a quelques décennies est devenu désuet aujourd'hui, et ce que nous considérons comme moderne aujourd'hui sera peut-être considéré comme désuet demain. Ainsi, plutôt que de parler de modernité alimentaire au sein de ce chapitre, nous allons préférer parler d'alimentation contemporaine, qui par définition va être une alimentation qui « *appartient à l'époque présente* »<sup>29</sup> et qui est donc ancrée dans un contexte social, économique et politique qui lui est propre.

Dans le cadre de notre dernière année de master, nous avons effectué un stage de six mois au sein du laboratoire de recherche du CERTOP (Centre d'Étude et de Recherche Travail Organisation Pouvoir) situé à Toulouse. L'une de nos missions a été de constituer un fonds documentaire sur la thématique de l'alimentation, ce qui nous a permis de remarquer que cette thématique de l'alimentation contemporaine était abondamment couverte par la littérature scientifique. Le présent chapitre a été construit à partir de nos recherches et du fonds que nous avons constitué. Après avoir fait un tour d'horizon sur les changements à l'œuvre dans nos sociétés contemporaines, nous allons nous intéresser aux notions d'anomie et d'autonomisation du mangeur, ainsi qu'au travail de Nicolas Herpin (1988) qui nous parle d'une alimentation déstructurée. Ces notions nous semblent essentielles afin de saisir les enjeux de l'alimentation contemporaine et d'étudier, dans une dernière partie, certaines pratiques alimentaires qui caractérisent cette « *modernité* ».

---

<sup>29</sup> Larousse – Dictionnaire en ligne. *Contemporain* [en ligne]. Disponible sur <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/contemporain/18558> (consulté le 18-6-2021).

## 1. Une société en mutation

Les mutations à l'œuvre dans nos sociétés sont le fruit de révolutions bien antérieures à notre période actuelle. En nous plaçant à un point précis de l'Histoire, toute nouveauté semble être gage de modernité, toutefois ce sentiment n'est pas nouveau et se renouvelle au contraire de manière cyclique au cours du temps.

Regardons du côté de l'Histoire. Une grande ère de notre époque porte le nom de « *temps modernes* » de manière à marquer la rupture, dans un grand nombre de domaines, avec la période du Moyen-Âge. Le mouvement des philosophes des Lumières, qui se développe dans toute l'Europe entre 1715 et 1789, marque un renouveau dans la manière de penser, et prône l'accès aux connaissances pour tous. La première Révolution industrielle, qui a lieu à la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle, apporte quant à elle, dans nos sociétés, des inventions qui vont radicalement modifier nos manières de produire et de consommer. Elle se caractérise également par le passage d'une économie fondée sur l'agriculture traditionnelle à une économie basée sur la production mécanisée, avec une concentration des facteurs de production dans un même lieu : les usines. La seconde Révolution industrielle a lieu dans les années 1880 avec l'utilisation de nouvelles énergies, telles que le pétrole, le gaz ou l'électricité, qui permettent à des inventions majeures, comme le moteur à explosion, l'éclairage électrique ou le téléphone, de voir le jour. Dans la seconde moitié du XX<sup>e</sup> siècle nous allons assister à la troisième Révolution industrielle avec, entre autres, l'avènement de l'électronique et de l'informatique, le développement des communications et la démocratisation de l'ordinateur dans les années 1990.

Toutes les modifications que nous venons de citer, et qui sont venues impacter nos sociétés, ont été considérées tour à tour comme ce qu'il y avait de plus avant-gardiste, et ont pourtant laissé place à de nouvelles inventions. Il serait alors déplacé d'avancer que l'une ou l'autre de ces époques soit plus moderne que les autres. Les manières de penser, d'agir et de vivre sont seulement dépendantes du contexte dans lequel vivent les individus d'une société. Philippe Bernoux (2010, p. 70), dont les propos nous font penser à l'idéologie moderniste, nous explique que « *la modernité liée au changement se voit affectée d'une valeur positive [et que ce] qui sera demain est meilleur que ce qui a été hier, tout changement ne peut qu'améliorer les choses* ». Toutefois, en utilisant le terme

« *contemporain* », nous ne tentons pas de surplomber ce qui a pu exister dans le passé, mais nous admettons que des différences à différents niveaux existent.

Ce dernier siècle a été marqué de diverses modifications. Outre deux Guerres mondiales, les sociétés occidentales ont connu, grâce à l'industrialisation, la période des Trente Glorieuses, qui a propulsé les individus vers un tout nouveau mode de consommation caractérisé par l'abondance ; situation largement inédite pour des générations ayant connues la guerre et la famine. Cette abondance nouvelle rend possible la surconsommation, et avec elle le gaspillage alimentaire. La fin de la Seconde Guerre mondiale et le début de la reconstruction apportent avec eux des modifications au niveau des emplois, des modes de vie et des types de biens consommés, avec une augmentation des électroménagers et des activités hédoniques.

La consommation, encore aujourd'hui, va permettre aux individus de se construire, mais il existe toutefois une certaine ambivalence :

*« Elle est à la fois perçue comme source de désir, de réalisation de soi, de positionnement statutaire et de développement économique et comme cause d'aliénation, de gaspillage, de perte de valeurs et de dissolution de la culture » (Desjeux, 2006, p. 7).*

Par extension, qui dit modification des modes de consommation, dit également modification des pratiques et des représentations alimentaires. Dans un contexte d'abondance et d'individualisation, le mangeur est très sensible aux risques qui planent sur son alimentation (Derville, 2002, p. 36). Du fait des évolutions technologiques de ces dernières décennies, l'accès à l'information est sans précédent. Les risques potentiels ainsi que les différentes crises sanitaires peuvent donc être médiatisés et toucher toutes les franges de la population. François Ascher (2005, p. 148) parle d'un processus de « *risquisation* » de la société qui provient du « *double processus d'individualisation et de rationalisation qui caractérise la modernité* ». Nous parlerons de ce phénomène d'individualisation dans la partie qui va suivre, mais nous pouvons déjà avancer que le consommateur opère désormais des choix en toute connaissance de cause, ou du moins, en étant en possession d'une grande quantité d'informations en ce qui concerne son alimentation, et sa consommation de manière plus générale.

Pour terminer, nous tenions à mettre en avant que les profils des individus deviennent « *de plus en plus difficiles à saisir* » (Mermet, 1998, p. 321). En matière d'alimentation, cela est dû au fait que « *l'individu hypermoderne mange [...] différemment selon les circonstances, ne se comporte pas toujours de la même manière, a des références culinaires hétéroclites* » (Ascher, 2005, p. 245). Cela se retrouve dans les pratiques : un individu fréquentant des fast-foods peut également dîner dans de grands restaurants étoilés, il peut faire ses courses en grande surface et fréquenter de petits maraîchers, ou encore faire cohabiter dans son alimentation une rigueur nutritionnelle et des plaisirs parfois coupables. Les pratiques sont donc hétéroclites, et s'adaptent au contexte dans lequel est placé l'individu. Par ailleurs, ces pratiques sont également sujettes à des fluctuations tout au long du cycle de vie de l'individu (Mermet, 1998, p. 321). Si, fut un temps, l'alimentation structurait le temps, aujourd'hui c'est « *le temps qui structure l'alimentation* » (Fischler, 2001, p. 216).

## 2. Les concepts clés pour saisir la « *modernité alimentaire* »

Lors de nos lectures concernant la thématique de la « *modernité alimentaire* », ou de ce que nous avons appelé au sein de ce mémoire l'alimentation contemporaine, divers concepts sont revenus de manière récurrente et nous ont semblé structurants pour comprendre les enjeux de notre thème. Bien que nous verrons plus en détails dans la dernière partie de ce chapitre comment se décline en pratiques la « *modernité alimentaire* » dans nos sociétés contemporaines, nous allons nous attarder sur les thèmes de l'anomie, ou plus précisément de la gastro-anomie, de l'autonomisation du mangeur, avant de voir une théorie selon laquelle notre alimentation est aujourd'hui déstructurée.

### 2.1. De l'anomie à l'autonomisation du mangeur

Nous allons commencer par les thèmes de l'anomie et de l'autonomisation du mangeur, que nous avons décidé de lier au sein de cette première sous-partie. Selon nous, ces deux phénomènes se complètent l'un l'autre, et dans un contexte sociétal où les normes et les règles semblent perdre de leur pouvoir coercitif sur les individus, nous allons voir comment cela impacte l'alimentation et le mangeur.

### 2.1.1. L'intégration des normes

Pour parler d'anomie, il convient dans un premier temps de parler des normes et de la manière dont celles-ci structurent le quotidien des individus.

Il n'y a pas de société sans normes, chaque société possède des normes et des valeurs qui lui sont propres, et celles-ci sont étroitement intriquées entre elles (Demeulenaere, 2003, p. 19). Les normes sont « *des règles, des modèles de conduite largement suivis dans une société ou un groupe social donné. Elles correspondent à des pratiques considérées comme "convenables"* » (Poulain, 2002, p. 41). Les individus agissent donc en fonction des normes propres à leur société, ce qui signifie que les normes ont un pouvoir coercitif. La socialisation permet à chaque individu d'intérioriser ces normes depuis l'enfance. Ainsi, ce qui était initialement perçu comme une contrainte extérieure, va peu à peu être intériorisé, aller de soi et permettre à l'individu d'agir en routine. De cette manière, chaque fois qu'un individu se trouvera face à une décision, il pourra évaluer les différentes options qui s'offrent à lui, et choisir celle qui est le plus en accord avec la norme sociale qui s'applique à un instant T dans sa société (Demeulenaere, 2003, p. 18). Cette étape d'intériorisation est particulièrement importante, car la simple connaissance d'une norme ne suffit pas à sa mise en place dans les pratiques.

Il convient également de distinguer les pratiques des représentations. Pour cela, reprenons les propos de Jean-Pierre Poulain (2002, p. 40) à ce sujet :

*« L'épaisseur des faits sociaux se déploie entre deux pôles qui peuvent apparaître comme les extrémités d'un continuum : les pratiques qui correspondent à des comportements réellement mis en œuvre par des mangeurs et les représentations, les discours qui leur sont associés, les accompagnent, les déterminent ou les justifient ».*

La norme va donc avoir un impact sur les représentations que les individus ont du monde qui les entoure. Nous observons parfois un décalage entre les pratiques et les représentations, c'est notamment le cas lorsqu'on étudie les pratiques de gaspillage des ménages, il est alors intéressant de questionner ce décalage. Toutefois, les pratiques vont permettre d'ancrer les représentations, et ces dernières vont fonder les pratiques d'un individu. Nous voyons donc que ces deux notions sont intrinsèquement liées. Si un individu



ne gaspille pas car dans ses représentations le gaspillage revêt un caractère négatif, le fait de ne pas gaspiller à son domicile va ancrer en lui une certaine représentation du gaspillage.

La modification des pratiques et des représentations est possible car la norme exerce une contrainte sociale sur l'individu. Cette contrainte, comme nous l'avons vue, passe par l'intériorisation, mais également par le fait que l'individu va adapter son comportement de manière à ne pas être considéré comme déviant, et être alors stigmatisé par le reste de la société. Chaque individu d'une société va donc intérioriser son système de normes, qu'il considère comme légitime, l'extérioriser par le biais de ses pratiques, et exercer un pouvoir coercitif sur les autres membres de la société. Ce processus de contrôle social va permettre à la norme de se maintenir en place. Mais que se passe-t-il lorsque ce mécanisme est défaillant ?

### 2.1.2. L'anomie et la gastro-anomie

Si l'on considère le terme latin *nomos*, nous verrons que celui-ci signifie la « règle », la « loi », ce qui par extension fait référence à la norme d'un point de vue sociologique. L'anomie, quant à elle, désigne d'un point de vue objectif et littéraire « l'absence de règles sociales communes » (Collectif, 2004, p. 19). Cependant, lorsque ce terme est employé en sociologie, il est plus nuancé et désigne un « affaiblissement des règles » (Reynaud, 2004, p. 264) qui entraîne par conséquent des déséquilibres. Cela est dû au fait que l'appareil normatif perd de sa légitimité, et peine ainsi à se reproduire.

Nous l'avons dit, toute société possède son propre système normatif, nous pourrions donc en conclure que l'anomie est une situation exceptionnelle qu'il convient de régler. Or, Jean-Daniel Reynaud (2004, p. 19) nous explique que « tout système social [...] est toujours en partie anémique ». Cela est dû au fait que nos sociétés sont en perpétuel mouvement, et que l'appareil normatif et les règles qui le composent doivent donc s'adapter aux changements sociaux. Cette réflexion est intrinsèquement liée à notre raisonnement concernant la notion de modernité : les règles d'hier ne sont pas celles d'aujourd'hui, qui elles-mêmes ne seront peut-être pas celles de demain.

Ce principe d'anomie a été étendu à l'alimentation et Claude Fischler (1979) emploie pour la première fois le terme de « *gastro-anomie* » dans un article datant de 1979 qui est

considéré comme « *l'un des premiers textes importants de la socio-anthropologie de l'alimentation en France* » (Poulain, 2012, p. 614). Il s'agit là d'un jeu de mot inspiré du terme « *gastronomie* ». Ce dernier est employé pour la première fois en France au XIX<sup>e</sup> siècle par Joseph Berchoux, auteur d'un recueil de poésie intitulé *La gastronomie*, et son étymologie est la contraction de deux mots : *gaster*, le ventre, et *nomie*, la règle, c'est donc la règle du ventre. À contrario, et comme nous l'avons vu en expliquant la définition du terme anomie, la gastro-anomie renvoie au fait que les règles « *sont en voie d'assouplissement ou de désagrégation* » (Fischler, 2001, p. 213). Jean-Pierre Poulain (2017, p. 54) complète cette définition en ajoutant que « *la gastro-anomie n'est donc pas l'absence de règles, mais bien le trop-plein, la multiplication de "il faut" qui tombent sur le mangeur moderne* ». Nous explorerons cette facette de la gastro-anomie dans la dernière partie de ce chapitre, mais nous pouvons d'ores et déjà dire que les injonctions contradictoires sont, entre autres, d'ordre hygiéniste, identitaire, hédoniste et esthétique.

Pour Claude Fischler (2001, p. 213), les sociétés traditionnelles françaises des années cinquante sont des sociétés « *gastro-nomiques* », alors qu'il qualifie « *les tendances les plus modernes de l'alimentation de "gastro-anomiques"* ». Rappelons-nous qu'il écrit cela en 2001, donc lorsqu'il parle de tendances modernes, il fait référence aux changements à l'œuvre à la fin du XX<sup>e</sup> siècle. Pour prendre pleinement conscience du changement, revenons sur ce qu'est la norme alimentaire traditionnelle française. Le repas typique est composé de quatre services (entrée, plat garni, fromage, dessert), les trois repas de la journée, complétés d'une éventuelle collation, sont implantés à heures fixes et font l'objet de temps de commensalité, souvent ritualisés et partagés autour de la table. Le gaspillage alimentaire a, quant à lui, de tout temps, revêtu un caractère négatif : il est important de ne pas gaspiller de la nourriture. Les changements récents mentionnés par Claude Fischler, nous le verrons très vite, vont permettre à des chercheurs tels que Nicolas Herpin de parler d'une société déstructurée.

Pour résumer, cette gastro-anomie serait la conséquence de la modernité alimentaire qui serait elle-même un phénomène dû à la surabondance alimentaire, à la multiplication des discours sur l'alimentation et à la baisse des contrôles sociaux. Ce dernier point nous permet d'introduire notre partie suivante qui concerne plus spécifiquement le mangeur.

### 2.1.3. L'autonomisation du mangeur

Comme nous l'avons vu, les normes se maintiennent du fait que les membres d'une société s'appliquent une pression coercitive les uns sur les autres. Cependant, la baisse des contrôles sociaux, et donc du regard et du jugement des autres, dû entre autres à la crise de la religion, va permettre un assouplissement de ces règles qui peu à peu ne seront plus perçues comme légitimes. Le mangeur se retrouve donc dans une situation de relative autonomie : on parle de montée de l'individualisme. En ce qui concerne le gaspillage, le fait de se retrouver éloigné du regard des autres peut accentuer des pratiques de gaspillage que les contrôles sociaux ont tendance à limiter. Par ailleurs, des décisions qui étaient autrefois prises par le groupe, devront à présent être prises de manière individuelle par tout un chacun. Le mangeur doit désormais « *procéder à des choix* » de manière quotidienne (Fischler, 2001, p. 213), alors que jadis, il ne disposait que de peu de latitude en ce qui concerne son alimentation :

*« La saison, les contraintes économiques imposaient les ingrédients. Les usages dictaient les heures de repas. La religion scandait les menus. La vie sociale structurait les occasions commensales »* (Fischler, 2001, p. 212).

La montée de l'individualisme va provoquer un « *relâchement de certains liens sociaux* » (Fischler, 2001, p. 189), ce qui aura un impact sur la commensalité, et favorisera le fait de manger seul. Toutefois, encore aujourd'hui, les repas solitaires sont quelque chose de « *très difficile culturellement et pratiquement* » (Ascher, 2005, p. 56), car ils revêtent une dimension négative qui renvoie à une inadéquation sociale. Quoi qu'il en soit, les dispositifs techniques alimentaires de nos sociétés sont faits de telle sorte à ce que chacun dépende le moins possible des autres : l'assiette et la fourchette en sont des exemples parfaits.

Aujourd'hui, le mangeur est indéniablement plus autonome, il peut se permettre plus qu'auparavant de manger seul ou en compagnie de qui il le souhaite, en tout lieu, et parfois loin de la table. Il doit également opérer des choix éclairés dans une société où l'appareil normatif semble être en recomposition. La personnalisation de notre alimentation laisse une part plus grande au plaisir et aux goûts personnels, ainsi qu'à l'esthétisation (Ascher, 2005, p. 48-49). On remarque par exemple cela avec la multiplication des alimentations particulières, telles que les régimes alimentaires végétariens, pesco-végétariens, *flexivores*, *locavores* ou encore, des régimes ayant un lien avec une allergie alimentaire. Chacun est

libre de consommer comme il le souhaite, et le système alimentaire ainsi que l'offre qu'il propose évoluent afin de satisfaire ces évolutions des manières de consommer.

Avant de nous consacrer à la grille de lecture de Nicolas Herpin, gardons en mémoire que dans les sociétés occidentales le principe d'individualisme revêt une connotation morale négative, et que la mobilisation de ce terme en sciences sociales va dépendre de la manière de percevoir l'individu vis-à-vis de la société. Ainsi, ce ne serait pas « *l'individualisme qui augmente, mais l'individuation, c'est-à-dire une pratique en situation individuelle* » (Desjeux, Zheng, Boisard et al., 2002, p. 209).

## 2.2. Une alimentation déstructurée

Nos modes de vie ont connu depuis les années soixante-dix de grands bouleversements. Nous avons assisté à la naissance des grandes surfaces, à la banlieusardisation, ainsi qu'au développement des automobiles : autant de nouveautés qui impactent les manières de consommer. L'augmentation du nombre de grandes surfaces diminue la fréquentation des petits commerces, qui sont désormais des commerces d'appoint. La banlieusardisation rend nécessaire un véhicule motorisé, qui lui-même va permettre de transporter ses courses plus facilement, et donc de favoriser un approvisionnement ailleurs que dans les commerces de proximité. De plus, cet approvisionnement ne devra plus nécessairement être quotidien, mais pourra se permettre d'être hebdomadaire, modification rendue également possible par le développement des appareils électroménagers permettant une meilleure conservation des aliments. Ces modifications sont à coupler à l'affaiblissement des normes vu précédemment.

En France, le repas est considéré comme une institution, un pilier de notre mode de vie, et cela est d'autant plus vrai pour les catégories sociales aisées (Herpin, 1988, p. 521). La « *déstructuration du repas* » fonctionne selon le même principe : elle ne va pas toucher tous les groupes sociaux avec la même intensité. On remarque également une différenciation en fonction du sexe et de l'âge de la personne (Herpin, 1988, p. 521).

Afin de décrire le comportement alimentaire, Nicolas Herpin (1988) a repéré cinq dimensions : la concentration, l'implantation temporelle, la synchronisation sociale, la localisation et la ritualisation des repas. C'est à partir de cette grille d'analyse qu'il introduit

ce que l'on pourrait appeler sa théorie des cinq D, qui permet de dire que l'alimentation est déstructurée : dé-concentration, dés-implantation, dé-synchronisation, dé-localisation et dé-ritualisation.

Revenons une à une sur chacune de ces dimensions. La dé-concentration va correspondre à « *un transfert des nourritures solides au profit des "petits" repas* » (Herpin, 1988, p. 505) alors qu'auparavant les prises alimentaires étaient concentrées sur les moments du déjeuner et du dîner. Parallèlement, « *le menu des repas "principaux" se simplifie. [...] Le nombre de plats par repas diminue, mais les menus diffèrent d'un repas à l'autre* » (Herpin, 1988, p. 505). Nous avons donc là un double phénomène : multiplication des petites prises alimentaires et simplification des repas autrefois principaux.

Avec la dés-implantation, les heures de repas traditionnellement bien implantées vont connaître une plus grande souplesse, notamment du fait de l'apparition de ces divers « *nouveaux* » repas. Le petit-déjeuner, le casse-croûte de la matinée, le goûter et le casse-croûte de fin de soirée ont lieu à des heures variables, ce qui par extension impacte les heures du déjeuner et du dîner et « *a des conséquences observables sur les rythmes collectifs* » (Herpin, 1988, p. 505).

Cette modification des rythmes collectifs entraîne ce que Nicolas Herpin (1988, p. 505) appelle une dé-synchronisation, ce qui signifie que « *le repas n'est plus l'occasion privilégiée de communiquer entre membres du ménage, entre collègues ou amis* ». En effet, on observe que les emplois du temps sont de moins en moins coordonnés, et que « *d'autres activités se substituent au repas comme cadres de rencontre et d'échange* ». On ne constate plus une mobilisation des ressources du ménage afin de « *faire d'un des repas le temps fort de la journée* » (Herpin, 1988, p. 515), au point que certains repas sont totalement « *sautés* ».

La dé-localisation va déplacer le repas traditionnel, qui avait habituellement lieu dans la cuisine ou la salle à manger. Ainsi, le lieu choisi pour les différentes prises alimentaires n'occupe plus une place aussi importante qu'autrefois, et peut parfois même être très éloigné de la table.

Enfin, le cumul de toutes ces modifications va entraîner une dé-ritualisation de l'alimentation, et la frontière entre repas « *ordinaires* » et « *exceptionnels* » va se brouiller. Les festivités, occasions de partager un bon repas, ne sont plus uniquement réservées aux « *événements calendaires périodiques (fêtes de fin d'année, anniversaires, fête des mères, fêtes du saint patron...)* ou [*aux*] *événements du cycle de vie individuel (passage à l'adolescence ou changement de statut matrimonial)* ». Des occasions plus singulières et ordinaires donnent lieu à des moments de commensalité, qui sont autant d'occasions de « *bien manger* ». La crise de la religion fait également que le côté sacré du repas s'amenuise, et le pain perd par exemple de sa sacralité, jadis très importante pour les catholiques. Nous pourrions avancer qu'en perdant cet aspect sacré, il devient plus facile de le gaspiller, ou du moins que ce geste puisse être moins considéré comme un blasphème.

Globalement, on constate une souplesse accrue en ce qui concerne la régularité, la composition et le déroulé des repas (Fischler, 2001, p. 214), et l'affaiblissement des contrôles sociaux favorise cette tendance.

S'il est indéniable que des modifications sont à l'œuvre en ce qui concerne les pratiques alimentaires des Français ces dernières décennies, il est important de souligner que cette déstructuration reste tout de même relative. Si elle touche le repas du midi de manière flagrante, et permet aux individus de « *reconquérir une liberté dans la gestion du temps* » (Meissonnier, 2002, p. 235), le repas du soir n'est que peu affecté par ces modifications et reste un rituel que les Français affectionnent tout particulièrement (Meissonnier, 2002, p. 235). Lorsque la déstructuration du repas est invoquée, on décèle des « *craintes de menace identitaire* » (Poulain, 2017, p. 69), ce qui semble d'autant plus légitime dans notre contexte de mondialisation. Toutefois, n'oublions pas que ce phénomène de déstructuration ne touche pas toutes les franges de la population de la même manière, et que dans un monde qui change, les pratiques alimentaires sont le dernier marqueur culturel à disparaître (Fischler, 2001, p. 153).

### 3. L'alimentation contemporaine en pratiques

Bien que nous ayons cité tout au long de ce chapitre des pratiques qui caractérisent l'alimentation contemporaine, nous avons décidé de consacrer cette dernière partie à une focale sur différentes pratiques et modes de fonctionnement, qui sont selon nous emblématiques des changements à l'œuvre. Rappelons toutefois que notre développement ne se veut pas exhaustif, et que le changement se cache partout. À l'instant même où nous écrivons, des pratiques sont lentement ébranlées afin d'être remplacées par d'autres, plus en adéquation avec leur temps et le contexte socio-économique de notre société.

#### 3.1. Le budget consacré à l'alimentation

Avant de commencer, nous souhaitons parler du budget consacré à l'alimentation, et pour cela mobiliser la loi Engel énoncée par Ernst Engel qui :

*« [Met] en rapport les variations du revenu et la répartition des dépenses de consommation, il observe une régularité statistique dont il déduit la loi suivante : la dépense alimentaire augmente en valeur absolue avec le revenu, mais diminue en proportion du total des dépenses. Ainsi plus une famille est pauvre, plus la part de la dépense alimentaire est importante »* (Régnier, 2006, p. 51).

Ainsi, si les transitions dans la vie des personnes entraînent une augmentation du revenu, la part de l'alimentation reste stable en valeur monétaire, et donc diminue en proportion.

Parallèlement, si l'on regarde le panorama que Gérard Mermet dresse annuellement dans ses ouvrages *Francoscopie*, on s'aperçoit que de manière globale le budget consacré à l'alimentation est en baisse : il était de 28,6 % en 1960, de 17,3 % en 1980, de 15,4 % en 1990 et atteint moins de 13 % dans les années 2010 (Mermet, 2009, p. 180). En étudiant ces quelques chiffres, on remarque qu'entre 1960 et 2010, le budget consacré à l'alimentation pour un foyer français a été divisé par deux. Bien qu'il faille prendre en considération le changement de monnaie et la réévaluation du prix des biens en conséquence, ainsi que la baisse de la croissance du pouvoir d'achat, cette nouvelle répartition des moyens financiers du foyer, en faveur notamment des loisirs, du logement, de la santé et des transports, ne peut être niée.

### 3.2. L'industrie agro-alimentaire

Pour parler des pratiques des mangeurs, il nous faut dresser un panorama général de notre alimentation actuelle, et on ne peut faire cela sans parler de l'industrialisation de l'alimentation.

Les étapes composant la chaîne alimentaire se multiplient, et avec elles, le gaspillage alimentaire réparti tout au long de cette chaîne. L'exode rural et la compression des temporalités quotidiennes ont favorisé l'émergence des grandes surfaces de distribution alimentaire, rajoutant un premier maillon à une chaîne simplifiée de vente directe qui ne comptait que le producteur et le consommateur, et éventuellement un petit commerçant de détails. Ainsi, les stratégies d'achat sont modifiées et les courses quotidiennes laissent la place à des courses, *a minima*, hebdomadaires. Ces dernières demandent une bonne gestion des stocks afin de conserver correctement les aliments et de ne pas gaspiller. À l'orée du XXI<sup>e</sup> siècle, se sont bien 83 % des ménages qui fréquentent les hypermarchés et supermarchés (Eymard, 1999, p. 1). Si l'on regarde des chiffres plus récents, on remarque une légère progression avec 84,9 % des individus déclarant, en 2017, fréquenter des hypermarchés et supermarchés (CRÉDOC, 2017, p. 9). Cette progression est toutefois à nuancer : bien que « *les hypermarchés et supermarchés arrivent toujours largement en tête des circuits les plus fréquentés [...] l'écart entre ces deux circuits se resserre fortement* », et cela au profit des supermarchés (CRÉDOC, 2017, p. 8). Il sera intéressant de regarder l'impact, sur le long terme, de la crise sanitaire actuelle sur la fréquentation de ce type de commerce, notamment en ce qui concerne les drives. Ces derniers permettent non seulement aux consommateurs de s'approvisionner sans « *pass sanitaire* », mais également de limiter les contacts avec autrui. Précisons également que les achats journaliers deviennent plus fréquents, et ont pour avantage de freiner le gaspillage alimentaire, du fait d'une gestion des stocks plus proche des besoins des individus (GreenCook, 2014, p. 4).

L'industrie agro-alimentaire vient quant à elle ajouter le maillon de la transformation. Ce qui était autrefois produit entièrement au domicile des mangeurs, l'est de plus en plus hors de sa vue (Fischler, 2001, p. 217), dans des usines éloignées du lieu de consommation final. Cet éloignement implique de rajouter à la chaîne alimentaire, à présent composée de la



production, la transformation, la distribution et la consommation, des étapes de transport reliant les différents maillons.

Au sein de ces industries agro-alimentaires, diverses préparations, plus ou moins élaborées, sont produites. Cela peut aller du simple conditionnement de légumes en boîtes de conserves et en sachets surgelés, à une portion de blanquette de veau prête à l'emploi et juste à réchauffer. Ce système permet de compenser « *la part du temps quotidien qui relève de la contrainte* » (Fischler, 2001, p. 193) pour les mangeurs-consommateurs, et donc de décharger les individus avec ce que Bertil Sylvander (1989) appelle « *l'alimentation service* ».

Ce nouveau type de consommation fait l'objet d'une vive critique, et la sphère médiatique s'est emparée du sujet avec des termes à connotations ouvertement péjoratives, dont le plus répandu est « *malbouffe* ». Il s'agit d'un terme qui :

« *Associe certaines conditions de production (grands groupes, industriels) et de distribution (grandes surfaces), certains modes de consommation (restauration rapide), et les accompagne d'un jugement de valeur dépréciatif sur la qualité – nutritionnelle et sanitaire – de l'alimentation mise sur le marché* » (Régnier, 2006, p. 63).

Il s'agit là d'aliments pouvant parfois voir entrer dans leur composition des additifs ou des conservateurs, de manière à rallonger la durée de conservation, ou à modifier le goût à l'aide d'exhausteurs. La liste globale d'ingrédients s'allonge et se complexifie, de sorte que des dispositifs, tels que l'application Yuka ou le nutri-score, ont vu le jour afin d'apporter une plus grande transparence aux consommateurs.

L'aliment moderne, de moins en moins reconnaissable, semble peu à peu perdre de son identité. Claude Fischler (2001, p. 218-219) nous parle d'OCNI, autrement dit « *d'objet comestible non identifié* », c'est-à-dire des aliments « *sans passé ni origine connus* », et dont le « *statut imaginaire [...] est marqué par ce manque de médiation culinaire* ». L'alimentation étant produite toujours plus loin du regard des mangeurs-consommateurs finaux, le lien d'attachement peut être difficile à instaurer, et nous pourrions considérer que ce type de produits bénéficie d'une valeur moindre aux yeux des consommateurs, ce qui le rend plus facilement gaspillable. Aujourd'hui, le monde du marketing et de la communication tente de redonner une identité à ces aliments industrialisés, notamment

par le biais du *storytelling*, qui est une « *technique de communication [...] qui consiste à promouvoir une idée, un produit, une marque, etc., à travers le récit qu'on en fait, pour susciter l'attention, séduire et convaincre par l'émotion plus que par l'argumentation* »<sup>30</sup>.

### 3.3. Une cacophonie créée par des choix multiples

Comme nous l'avons dit, les modifications en matière d'approvisionnement vont de pair avec un contexte de surabondance. Cela est permis par le développement économique des sociétés occidentales, mais également par les progrès en matière de production, de conservation et de transport des aliments (Poulain, 2017, p. 51). L'alimentation ne se fait donc plus par défaut, mais nécessite de faire des choix au sein d'une offre alimentaire riche et variée. François Ascher (2005, p. 82) nous fait remarquer que la question du « *que manger ?* » se pose de manière permanente à la population. Désormais, le mangeur « *doit gérer non plus la pénurie mais la profusion* » (Fischler, 2001, p. 11).

Afin de le guider, ou plutôt de l'appâter, les sollicitations sont diverses pour inciter le consommateur à acheter tel ou tel produit. Il doit alors analyser l'information qui lui est fournie, la hiérarchiser et prendre le choix le plus rationnel en fonction de critères qu'il aura préétabli au préalable. Dans un contexte de pléthore, le mangeur-consommateur devra également fournir des efforts afin d'écarter le superflu et ne pas céder aux tentations inutiles, parfois source de gaspillage.

Comme nous l'avons vu en préambule en parlant du principe d'incorporation, la peur alimentaire n'est pas un fait nouveau et permet notamment d'expliquer les interdits alimentaires (Douglas, 2001). Il en va de même pour la peur de l'intoxication qui se couplait jadis à la peur de manquer. Aujourd'hui, l'inquiétude pour la quantité a disparu au profit de celle pour la qualité, bien que cette affirmation reste à nuancer, notamment au regard de la précarité alimentaire qui agit sur les logiques de consommation. En matière de qualité, il faudra au mangeur-consommateur arbitrer entre des critères variés et pas toujours explicitement avancés. Il faudra dans un premier temps prendre en compte la qualité nutritionnelle de l'aliment, c'est-à-dire savoir si ses valeurs nutritionnelles

---

<sup>30</sup> Larousse – Dictionnaire en ligne. *Storytelling [en ligne]*. Disponible sur <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/storytelling/188202> (consulté le 4-7-2021).

correspondent à un régime alimentaire sain et équilibré, permettant de favoriser le bon développement du corps et de l'esprit. Cela équivaut à chasser les aliments trop gras, trop sucrés, trop salés, trop transformés, et à trouver le bon équilibre. Dans un second temps, et dans un contexte d'urgence climatique, l'impact écologique de l'aliment est à prendre en compte. Cela va concerner la provenance biologique et géographique des aliments, les signes distinctifs de qualité, leur saisonnalité, les ressources qui auront été nécessaires pour les produire, etc. Enfin, la dimension hédonique va rentrer en compte, car par son alimentation, le mangeur-consommateur va se faire plaisir et trouver une source de satisfaction.

Cependant, ces décisions ne sont pas aisées à prendre, et ces différents critères entrent parfois en contradiction les uns avec les autres : qu'est-ce qui est vraiment bon pour la santé ? Faut-il préférer une pomme biologique et locale mais sous plastique ou une pomme conventionnelle mais sans emballage ? Comment s'accorder des plaisirs alimentaires sans ressentir un sentiment d'échec du fait de ne pas avoir suivi la norme diététique prescrite ? Comment s'y retrouver dans les recommandations nutritionnelles quand celles-ci changent au fil des ans ? Toutes ces questions ne sont valables que dans un contexte où nous sommes le seul maître de la décision finale, hors d'autres acteurs vont jouer un rôle dans les décisions d'achats, tels que les pairs ou les autres membres du foyer. Par ailleurs, les contraintes économiques, sociales, morales et situationnelles sont également à prendre en considération (Fischler, 2001, p. 191), et vont venir compliquer davantage les différents arbitrages.

Cette cacophonie est d'autant plus avérée lorsque l'on parle de choix nutritionnels, pour lequel le mangeur-consommateur fait fréquemment appel aux prescriptions d'acteurs extérieurs. La science de la nutrition fleurie dans nos sociétés occidentales depuis la fin du XIX<sup>e</sup> siècle et a pour mission de « *dire où sont le bien et le mal alimentaire* » (Fischler, 2001, p. 10). Depuis 2001, le Programme National Nutrition Santé (PNNS), qui est un plan de santé publique réactualisé périodiquement, est en charge d'accompagner les mangeurs en leur fournissant des prescriptions claires et facilement applicables en matière de « *bien manger* ». L'objectif est « *d'améliorer l'état de santé de la population en agissant sur l'un*

*de ses déterminants majeurs : la nutrition* »<sup>31</sup>. Ici, la nutrition est entendue comme « *l'équilibre entre les apports liés à l'alimentation et les dépenses occasionnées par l'activité physique* »<sup>32</sup>. Cependant, nous sommes actuellement au quatrième PNNS, et d'un plan à l'autre, les prescriptions en matière d'aliments à favoriser ou à éviter, ainsi que les quantités à consommer, changent, du fait notamment des diverses recherches réalisées. Si chaque nouveau PNNS est plus en accord avec ce qu'il convient de faire pour être en bonne santé, ces variations vont avoir le désavantage de confondre le mangeur-consommateur, et de compliquer le choix des aliments et des proportions. Par ailleurs, les acteurs de la sphère publique ne sont pas les seuls à parler nutrition. Outre le corps médical, il s'agit d'un sujet désormais traité dans la sphère médiatique, sur les réseaux sociaux, dans les campagnes de communication prônant des régimes variés, etc. En somme, le mangeur-consommateur est « *soumis à la fois aux sollicitations multiples de l'abondance moderne et aux prescriptions dissonantes de la cacophonie diététique* » (Fischler, 2001, p. 216), ce qui complexifie les différents choix qu'il doit opérer.

Pour en terminer avec cette partie, précisons que la nécessité d'opérer des choix est à relier à la montée de l'individualisme que nous avons vue précédemment : dans une société où les normes s'assouplissent, les décisions naguère prises par le groupe sont désormais à la charge des individus, qui se retrouvent tiraillés entre des « *rationalités souvent contradictoires* », et créent alors des « *routines qui les reposent, les désangoissent* » (Ascher, 2005, p. 214). Ainsi, « *l'espace décisionnel alimentaire se serait développé en même temps [que les mangeurs] auraient perdu la sécurité alimentaire qu'apporte un système normatif socialement défini* » (Poulain, 2017, p. 53).

### 3.4. La restauration hors-foyer et les repas partagés

Dans cette partie, nous allons parler du temps du repas et de ses agencements. Les repas, autrefois fortement ritualisés, étaient le moment privilégié pour réunir les membres d'un même foyer autour de la table. L'origine même du terme foyer, puise son origine dans cette situation de commensalité qui regroupait les diverses générations d'une même famille

---

<sup>31</sup> **Manger Bouger.** *Qu'est-ce que le PNNS ? [en ligne].* Disponible sur <https://www.mangerbouger.fr/PNNS/> (consulté le 4-7-2021).

<sup>32</sup> *Ibidem.*

autour du feu. Aujourd'hui, ce temps alimentaire, clôturant l'itinéraire de consommation du mangeur-consommateur, tend à se modifier : il s'éloigne de la table familiale dans un premier temps, et accueille des membres extérieurs au foyer dans un second temps.

Bien entendu, les repas festifs ne sont pas une invention de l'alimentation contemporaine, cependant, en regardant les chiffres, on s'aperçoit que ces tendances sont à la hausse : entre 1986 et 1998, « *les sociabilités alimentaires "chez soi", autrement dit les invitations à manger ou "à prendre un pot à la maison", ont en moyenne augmenté de quarante pour cent* » (Ascher, 2005, p. 72). Pour ce qui est de la restauration hors foyer, en 2010, « *les Français prennent en moyenne un repas sur sept à l'extérieur de leur domicile [et] quatre Français sur dix mangent au moins une fois par jour hors de chez eux* » (Mermet, 2009, p. 189).

Lorsqu'on parle de restauration hors foyer, on parle de l'ensemble des repas qui sont produits en dehors du domicile, et qui sont consommés en dehors du foyer et/ou au foyer. Il faut alors distinguer la restauration commerciale de la restauration collective. Bien qu'il ne s'agisse pas tout à fait de restauration hors foyer dans le sens qu'entend la définition précédemment citée, il convient de prendre en compte les repas préparés au domicile et consommés à l'extérieur, sur le lieu de travail ou d'études par exemple. Ces derniers sont un phénomène fréquent, et il convient donc de les prendre en considération lorsqu'on étudie la question de l'alimentation contemporaine.

La restauration commerciale a l'avantage de présenter une certaine praticité pour des individus de plus en plus mobiles, souhaitant se restaurer facilement sur des créneaux horaires plus étendus que ceux communément admis. Elle évite d'avoir à s'incomber de tout l'itinéraire de consommation considéré comme contraignant, que ce soit le moment de l'approvisionnement, la préparation culinaire en soit ou la gestion des restes et de la vaisselle une fois le repas terminé. Ce type de repas peut être partagé avec différentes personnes, que ce soit des membres du foyer, des amis, des collègues ou des connaissances. Si nous relient la restauration hors foyer au thème du gaspillage, nous verrons qu'il est moins aisé de gérer avec précision la taille des portions en fonction de sa faim, ce qui peut être source de gaspillage alimentaire. Cependant, des pratiques telles que le *doggy bag*, c'est-à-dire le fait d'emporter le reste de son assiette dans un contenant

fermé, se diffusent largement et permettent de palier à ce problème de quantités. Ce dispositif est devenu obligatoire dans les restaurants français depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2021<sup>33</sup>, nous voyons donc à quel point cette thématique est d'actualité.

Parlons à présent des repas partagés au domicile avec des personnes extérieures au foyer. Nous l'avons dit, cette pratique est à la hausse, et le partage d'un repas devient un temps convivial permettant de se réunir avec ses proches. Il s'agit de temps de commensalité, qui vont sortir de la routine habituelle, et sont de l'ordre de l'exceptionnel. À ces occasions, les dépenses dédiées à l'alimentation, ainsi que le temps consacré à la préparation du repas et aux arts de la table peuvent être plus conséquents.

Le travail de Marcel Mauss (1924) autour du don et du contre don illustre le fait que ces invitations appellent des invitations retours. Ainsi, ce qui est censé sortir du routinier répond également à des normes bien précises facilitant le vivre ensemble.

Ces repas sont de forts marqueurs sociaux qui mettent en scène les différents convives autour de la table : la manière de recevoir des hôtes, mais également celle de se tenir des invités. François Ascher (2005, p. 73) a, dans son ouvrage *Le mangeur hypermoderne*, retranscrit l'idéal de ce type de soirée dans les couches moyennes d'âge moyen. Sa description nous a semblé fort intéressante, et nous avons donc décidé de vous la partager dans ce mémoire, telle qu'il l'a rédigée :

*« Les invités arrivent à une heure fixée assez précisément à l'avance, et avec un cadeau : généralement du vin, des fleurs ou des chocolats, plus rarement un petit objet, un livre, un souvenir rapporté d'un voyage. Le repas est précédé par un apéritif qui a lieu autour d'une table basse. Puis on passe à table. Les hôtes s'efforcent de placer les convives autour de la table selon un certain ordre. Le repas le plus classique est composé d'une entrée, d'un plat principal, d'une salade, d'un choix de fromages, d'un dessert. Il est généralement accompagné de vin et lorsqu'il y en a plusieurs sortes, les convives boivent d'abord le blanc – mais tous ne le digèrent pas bien – puis du rouge, éventuellement un vin doux avec le dessert, et un peu plus tard un digestif, alcool pour les uns, tisane ou café pour les autres ».*

---

<sup>33</sup> **Le Figaro**. *Contre le gaspillage, le « doggy bag » devient obligatoire dans les restaurants*, 1-7-2021 [en ligne]. Disponible sur <https://www.lefigaro.fr/conso/contre-le-gaspillage-le-doggy-bag-devient-obligatoire-dans-les-restaurants-20210701> (consulté le 4-7-2021).

Cette description, au-delà de mettre en évidence la mise en scène ritualisée que nous venons d'évoquer, va reprendre les codes du repas français traditionnel, avec une importance accordée à la composition du repas et à la place des convives autour de la table. Bien entendu, l'idéal type ne va pas être le même selon la classe sociale des convives, cependant, quelle que soit leur origine sociale, les hôtes accordent de l'importance au fait qu'il y ait « *assez à manger* » (Bourdier, 1979, p. 220). Cette norme de prodigalité peut entrer en contradiction avec l'impératif de ne pas gaspiller. Cela est d'autant plus vrai pour les classes ouvrières, mais reste valide pour toutes les classes sociales. Précisons que les classes supérieures et moyennes vont accorder davantage d'importance au fait « *qu'on ne s'ennuie pas* ».

Quoi qu'il en soit, ces réceptions répondent à des normes d'abondance et de générosité qui sont parfois antinomiques avec le fait d'éviter le gaspillage. L'expression « *quand il y en a pour un, il y en a pour deux* » illustre d'ailleurs très bien cela : à tout moment un bon hôte doit être prêt à ajouter un couvert à sa table pour un invité de dernière minute. Cette prodigalité est une manière de se mettre en scène, les hôtes souhaitent que leurs invités ne manquent de rien, se sentent bien reçus et aient une image positive d'eux. Pour cela, le nombre de places autour de la table augmente, et ce qui était de l'ordre du privé, devient le temps d'une soirée source de partage.

### 3.5. La compression des temps quotidiens

Nous avons décidé de consacrer cette dernière partie à la modification des temps quotidiens, c'est-à-dire les temporalités qui rythment la vie des mangeurs-consommateurs. En effet, nous avons déjà donné divers exemples permettant d'illustrer l'augmentation des contraintes temporelles quotidiennes, et le fait que le temps dont disposent les individus est de plus en plus limité. Le fait de ne pas perdre de temps devient donc une priorité, et cela est d'autant plus vrai avec la « *généralisation de la journée continue [et du] travail des femmes* » (Mermet, 1998, p. 183). Pour les mangeurs-consommateurs, il est préférable d'utiliser autrement le temps consacré à la préparation culinaire, ce qui explique le développement du système agro-alimentaire et du prêt à l'emploi. La longue durée de conservation des aliments permet également aux consommateurs, qui ont abandonné les courses journalières pour des courses *a minima* hebdomadaires, de ne pas avoir à perdre

du temps pour gérer leurs stocks. Cependant, la gestion des produits frais ou plus fragiles reste problématique et une mauvaise gestion peut entraîner du gaspillage.

Kaufmann (2011, p. 86) nous parle de « *l'esprit domestique* » qui va pousser les membres d'un couple à perfectionner leur organisation, afin d'accroître leur efficacité et ainsi gagner du temps. Cette division des tâches ménagères reste tout de même assez inégalitaire entre hommes et femmes, ces dernières y consacrant une part plus grande de leur temps (Pfefferkorn, 2001 ; Institut français d'opinion publique, 2019).

Par ailleurs, on constate une multiplication des tâches réalisées en parallèle les unes des autres. L'acte physiologique de se nourrir se combine avec d'autres pratiques, telles que la lecture d'un journal ou le visionnage d'un écran. Cependant, « *cette distraction n'est pas ressentie comme nécessaire au même degré dans tous les milieux sociaux* » (Herpin, 1988, p. 517), et les catégories sociales supérieures vont être moins concernées. Nous l'avons vu dans la partie consacrée à la déstructuration du repas, mais la délocalisation de l'alimentation, qui va notamment se faire en faveur des plateaux-télé, va permettre une plus grande autonomie au mangeur, une certaine intimité (Ascher, 2005, p. 55) ainsi que le fait de multiplier les tâches réalisées. De manière générale, l'usage des médias, et notamment des réseaux sociaux, est de plus en plus chronophage.

Cette compression du temps va être plus fortement ressentie par les femmes que par les hommes : en 1999, 36 % des femmes contre 26 % des hommes ont cette impression (Mermet, 1998, p. 118). Pourtant, « *les Français n'ont jamais disposé d'un capital temps aussi abondant* » (Mermet, 2009, p. 353), mais étant les proies de sollicitations multiples, familiales, amicales, professionnelles ou tout simplement événementielles, ils vont avoir l'impression de manquer constamment de temps, ce qui entraîne une certaine frustration.

De plus, les individus d'un même cercle de fréquentation peuvent ne pas être sur les mêmes cycles de vie, et donc avoir des temporalités différentes (Kaufmann, 2011, p. 105). Dans un contexte où les comparaisons avec autrui sont monnaie courante, cette sensation de manquer de temps peut être accentuée.



Si le budget économique dédié à l'alimentation diminue, son « *budget-temps* » est également en baisse (Fischler, 2001, p. 109), et la « *sensation d'avoir du temps pourrait être le véritable luxe de demain* » (Mermet, 2009, p. 120).

Pour clore ce chapitre, nous souhaitons nuancer certains thèmes caractéristiques de l'alimentation contemporaine. Si la tendance est à la simplification, nous remarquons qu'une certaine importance est accordée aux temps de commensalité, qui font l'objet d'une ritualisation assez marquée, notamment lors des invitations. La montée de l'individualisme et la déstructuration de l'alimentation ne semblent également pas toujours correspondre aux données de terrain. Bien qu'il faille porter un point de vigilance au fait de distinguer les pratiques effectives des représentations, le modèle des trois repas semble avoir encore de beaux jours devant lui (Poulain, 2012, p. 40).

Parallèlement, d'après une étude de 2016, « *les Français aiment cuisiner de bons petits plats* » (Ricou, cité par Saillard, 2016, p. 54). Cette affirmation a été prouvée avec la crise sanitaire actuelle du Covid-19 : en effet, l'augmentation du temps disponible lors du premier confinement de mars 2020 a été pour beaucoup l'occasion de se mettre aux fourneaux, afin de confectionner son propre pain et diverses autres recettes maison. De manière plus générale, les Français affectionnent tout particulièrement le repas gastronomique français, qui fait, littéralement parlant, partie du patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 2010. Des modifications sont indéniablement à l'œuvre, mais les pratiques alimentaires gardent tout de même une certaine constance, et les valeurs de partage, de convivialité et de générosité qui y sont associées restent inchangées.

## Chapitre 3 : Les déterminants du comportement du mangeur-consommateur

Dans son livre traitant de la sociologie pragmatique, Cyril Lemieux (2018, p. 15) nous parle de la position antiréductionniste que se doit d'adopter le sociologue vis-à-vis de ses objets d'étude. Cela implique notamment de ne pas réduire une entité à une autre, une entité à un collectif, ou encore un collectif aux différentes entités qui le composent. Ce principe nous a fait penser à l'approche que nous souhaitons adopter dans le cadre de notre étude compréhensive, dans la mesure où notre objectif n'est pas nécessairement de dresser de grandes généralités, mais plutôt d'avoir une approche compréhensive des pratiques, des motivations et des déterminants de l'action des différents mangeurs-consommateurs qui seront inclus dans notre étude.

Afin de mieux comprendre le comportement de ces mangeurs-consommateurs, nous avons fait le choix de consacrer ce chapitre aux différents déterminants du comportement. Nous commencerons par vous proposer une approche différenciée de la notion de socialisation, qui peut d'une part être source de reproduction sociale, et d'autre part permettre des changements de pratiques. Par la suite, nous nous intéresserons à d'autres déterminants de l'action, tels que les ressources temporelles, financières ou matérielles. Pour terminer, nous vous présenterons brièvement le travail de Saadi Lahlou, dont la théorie des installations résume parfaitement, selon nous, l'importance d'une approche globale dans les études compréhensives en sciences humaines et sociales.

### 1. Une approche différenciée de la notion de socialisation

Dans cette première partie, nous allons dans un premier temps parler du processus général de socialisation qui se divise en deux phases principales : la socialisation primaire et la socialisation secondaire. Durant cette seconde phase, l'individu va avoir une marge de manœuvre relativement plus grande que dans la première en ce qui concerne sa construction identitaire, qui pourra alors se bâtir en opposition ou par reproduction des schémas précédemment incorporés.

## 1.1. La socialisation primaire et secondaire

Dans le chapitre précédent, nous vous avons présenté le fonctionnement et le rôle des normes, et la manière dont celles-ci permettent à une société de se maintenir. Il n'y a pas de société sans normes, et ces normes vont refléter ce qui y est ou non acceptable. Cela signifie que pour se perpétuer, une norme doit être légitime aux yeux d'une population ou d'une frange de celle-ci : le groupe permet la mise en place d'un « *phénomène collectif d'influence mutuelle* » (Oberlé, 2015, p. 32). Si les normes ont un pouvoir coercitif, c'est par le biais des contrôles sociaux, et notamment de la socialisation, que celles-ci se maintiennent au sein d'une société. Nous allons donc à présent voir de quelle manière fonctionne ce processus de socialisation.

### 1.1.1. La socialisation primaire

Si l'Homme est un être sociable, c'est car depuis sa plus tendre enfance il est placé au centre d'un tissu d'interactions sociales. C'est par ces « *processus relationnels* » (Bolliet, Schmitt, 2002, p. 71) que vont lui être véhiculées les normes en place dans une société donnée, à un instant T.

La socialisation primaire correspond à la période de l'enfance. Durant celle-ci, quatre instances vont agir dans le processus de socialisation et dans la construction identitaire de l'enfant : la famille, l'école, le groupe de pairs et les médias (Étienne et al., 2004, p. 345).

La famille est la première instance de socialisation à laquelle va être confronté un individu. Étant petit, c'est avec celle-ci que l'enfant va passer la majeure partie de son temps, il s'agit donc d'un vecteur principal de socialisation. Cette prépondérance, au-delà d'être dû à la fréquence élevée des fréquentations, est imputable au cadre affectif dans lequel se déroulent les interactions, et la grande malléabilité de l'individu du fait de son jeune âge. L'enfant, par l'éducation et le mimétisme, va incorporer les normes en place au sein de sa famille, et interpréter les différentes expériences qu'il pourra avoir au travers de ce filtre.

La seconde instance de socialisation, la plus légitime selon Durkheim, va être l'école. Celle-ci permet à l'enfant d'incorporer un système de valeurs et de normes plus universel, ou du moins commun aux individus de la société dans laquelle il évolue. Le cadre officiel et

méthodique, au sein duquel vont avoir lieu les interactions, permet d'apporter de la légitimité aux acquis sociaux.

Le groupe de pairs va constituer une troisième instance de socialisation, plus informelle. Cette étape se fera au contact de ses camarades de classe, de ses voisins, ou d'autres enfants rencontrés par exemple dans le cadre d'activités périscolaires.

Enfin, les médias vont être la dernière instance de socialisation. Bien que leur impact soit difficile à quantifier, l'enfant va être en contact avec les médias traditionnels, que sont la télévision, la radio et la presse. L'influence des chaînes de télévision dédiées à la jeunesse est également à prendre en considération. À l'âge adulte, le contenu diffusé par cette instance aura d'autant plus d'impact sur l'individu, et nécessitera un certain travail d'esprit critique, afin de ne pas avoir une réception passive des messages diffusés. Par ailleurs, internet et les réseaux sociaux occupent aujourd'hui une place de plus en plus importante dans la vie des individus, il est donc pertinent de les prendre en considération lors de l'étude de la socialisation des jeunes enfants.

Cette socialisation primaire va également concerner l'alimentation, avec l'apprentissage alimentaire et culinaire (Ciosi-Houcke, 2002, p. 308), ainsi que l'acquisition de normes. La socialisation alimentaire va avoir une influence sur les comportements des enfants et adolescents, leurs habitudes ainsi que sur leurs préférences alimentaires. Si la socialisation primaire joue un rôle important dans la socialisation alimentaire, c'est un processus qui évolue tout au long de la vie. Les enfants vont ainsi « *incorporer, intérioriser et apprendre plus ou moins consciemment des façons de manger, de cuisiner, de choisir des aliments, mais aussi des manières de goûter, de sentir ou encore de préférer* », situées socialement, qu'ils apprendront à actualiser ou inhiber selon les contextes (Dupuy, Watiez, 2012, p. 1278). Tout cela est nécessaire à l'intégration sociale. Cette socialisation alimentaire va être diversifiée culturellement, dans la mesure où le modèle alimentaire va varier d'une société à l'autre. Ce dernier correspond à l'ensemble des règles sociales et culturelles qui régissent l'acte alimentaire : choix des produits et manière de les cuisiner, association des aliments en plats, et des plats en repas, modalités de partage, « *manières de table* » et horaires.

Bien que la famille soit l'instance principale de la socialisation primaire, ces quatre instances cumulées vont permettre à l'enfant de vivre ses premières expériences sociales, d'acquérir un certain bagage social, des manières de faire et de penser, lui permettant de se construire et d'agir en autonomie dans sa vie future. Dominique Bolliet et Jean-Pierre Schmitt nous précisent que « *l'enfant se voit donc transmettre lors du processus de socialisation les ressources qui déterminent fortement son destin social sous la forme d'habitus et [de] capitaux* » (Bolliet, Schmitt, 2002, p. 40). Nous reviendrons sur cette notion d'habitus dans la partie dédiée à la reproduction sociale.

### 1.1.2. La socialisation secondaire

Si la « *socialisation primaire est la première socialisation que l'individu subit dans son enfance, et grâce à laquelle il devient un membre de la société* », la socialisation secondaire, qui a lieu à la fin de l'enfance, « *consiste en tout processus postérieur qui permet d'incorporer un individu déjà socialisé dans des nouveaux secteurs du monde objectif de la société* » (Berger, Luckmann, 1966, p. 215).

À cette étape de leur vie, la personnalité des individus est déjà en grande partie constituée. Cependant, afin d'entrer dans des groupes de pairs spécifiques, des modifications peuvent être apportées à ce qui a été initialement intériorisé. Parmi ces sous-univers, nous avons les entreprises, les associations, les syndicats, les partis politiques, les structures religieuses ou tout autre groupe partageant une certaine idéologie. Il conviendra alors d'acquérir les valeurs et les normes spécifiques à ces groupes, afin de pouvoir être accepté en leur sein. Si ces normes et valeurs peuvent être en accord avec ce qui a initialement été incorporé, il peut arriver qu'il y ait un certain décalage, ce qui permet à l'individu de relativiser les acquis de sa socialisation primaire, et de poursuivre sa construction identitaire.

Jean-Claude Kaufmann (2011, p. 200) explique très bien dans son livre que les contrôles sociaux exercés par les autres membres de la société, jouent un rôle crucial. Ainsi, une norme qui semblait initialement peu légitime à l'individu peut, peu à peu, trouver sa place dans le système normatif auquel il se réfère. Cela est dû à la réprobation que l'individu peut déceler dans le regard, les paroles ou les gestes de ses pairs, affirmation d'autant plus vraie lorsqu'il s'agit de personnes proches de l'individu en question. Cette nouvelle norme va

alors être intériorisée, et va alors intégrer le prisme au travers duquel l'individu questionne son quotidien, et ce qui l'entoure.

Muriel Darmon (2010, p. 111) nous dit que « *ce qui est vécu et intériorisé "avant" devient la base à partir de laquelle est perçu et donc intériorisé ce qui intervient "après"* ». La socialisation, et les expériences qui la composent, sont donc une étape essentielle de la vie des individus, qui va forcément avoir un impact sur leur vie future.

Toutefois, la socialisation ne peut pas se réduire à ces deux étapes, elle est un processus continu complexe qui va se réadapter, et façonner l'individu tout au long de sa vie (Darmon, 2010 ; Bolliet, Schmitt, 2002). Ces deux derniers écrivent :

*« Les identités ne s'héritent plus, ne se transmettent plus par filiation. Elles sont le produit de processus complexes que les individus fabriquent et re-fabriquent en fonction du contexte, de leurs expériences. [...] Le travail identitaire est un travail continu tout au long d'une trajectoire personnelle qui dépend du contexte et des ressources qui peuvent être mobilisées »* (Bolliet, Schmitt, 2002, p. 65).

Ainsi, comme le précise Muriel Darmon (2010), des événements dans la vie des personnes peuvent également être considérés comme des instances de socialisation. Il est toujours intéressant de rechercher, même dans ce qui semble être un choix individuel, « *l'action des influences sociales et socialisatrices* » (Darmon, 2010, p. 106).

Maintenant que nous avons délimité les contours de la socialisation, et de la manière dont elle façonne les individus et permet aux normes de se reproduire, nous allons aborder cette notion avec une approche différenciée, dans la mesure où la socialisation peut être source de reproduction sociale, comme elle peut être à l'origine de changement.

### 1.2. Socialisation et reproduction sociale

Commençons par relier les thèmes de la socialisation et de la reproduction sociale. Nous allons questionner le fait que la socialisation permette la reproduction des normes au sein de la société d'une génération à l'autre.

Nous l'avons dit, la socialisation permet aux individus d'intérioriser les normes et les valeurs présentes dans une société à un instant T, et cela de manière plus ou moins consciente. L'influence des normes est d'ailleurs plus forte si l'intériorisation se fait de

manière inconsciente (Oberlé, 2015, p. 32). Au-delà de permettre une certaine homogénéité, la socialisation permet aux individus de s'intégrer dans la société. Une fois le système de normes intériorisé, celui-ci apparaîtra comme légitime aux yeux de l'individu, ce qui lui permettra d'extérioriser les acquis sociaux par le biais de ses pratiques, et cela de manière quasi-automatique, ou tout du moins sans devoir questionner le moindre de ses faits et gestes.

Pour commencer, revenons sur la notion de routine que nous avons brièvement mentionnée au chapitre 2. Cyril Lemieux (2018, p. 41) nous invite à ne pas considérer la routine comme une simple répétition, mais plutôt à la voir comme « *le renforcement d'une tendance à agir* ». Pour le consommateur, « *l'arbitrage routinier est probablement l'arbitrage le moins anxiogène* » (Dubuisson-Quellier, 2006, p. 266), mais pour le sociologue, il est très difficile d'avoir accès aux raisons de ce type de choix.

La socialisation peut donc être reliée à la reproduction sociale, dans la mesure où l'intériorisation d'une norme permet à l'individu d'agir en routine : c'est ainsi que se forment les habitudes. Ces dernières ont pour idéal d'aboutir à un « *automatisme parfait, balayant les doutes et supprimant la pesanteur du corps* » (Kaufmann, 2011, p. 214). Pour instaurer une habitude de manière durable, il faut au préalable que la norme régissant la pratique soit intériorisée par l'individu. Une fois cette intériorisation réalisée, « *l'habitude se fonde sur un geste simple, routinier, anodin ; le type même de geste qui semble sans importance* » (Kaufmann, 2011, p. 211). Toutefois, la norme et l'habitude se distinguent sur un point essentiel : la norme a pour vocation d'être universelle, tandis que l'habitude dépendra des individus, et des situations dans lesquelles ils se trouvent. De par son intériorisation profonde, une habitude, même perdant de son évidence, est difficile à réformer (Kaufmann, 2011, p. 228). Plus le geste est profondément ancré, plus le corps semble réticent au changement. Cela est notamment dû au fait que l'habitude fonctionne selon un principe de stimulus-réponse, ce qui explique le fait que le changement ne soit pas un processus aisé à mettre en place. Regardons du côté de la sociologie de la consommation : pour Séverine Gojard, Sophie Dubuisson-Quellier et Bérange Véron (2016, p. 9) « *les ruptures de routines confirment que les individus ne sont pas "enfermés" dans telle ou telle logique de consommation qui serait immuable* ». Saadi

Lahlou (2005, p. 93) ajoute par ailleurs que l'on « *ne peut lutter efficacement contre une routine que par une autre routine* ».

Dans la vie quotidienne, l'intériorisation de la norme va donc permettre aux individus d'agir en routine. Cela signifie que lors d'un choix, l'individu ne devra pas réellement se référer à la norme en vigueur, car il l'aura intériorisée et pourra donc agir sans faire le tour exhaustif du problème. Nous voulions tout de même appuyer sur le fait que parfois, les routines mises en place grâce à ces différentes formes de socialisation, ne semblent plus être en adéquation avec ce que vivent les individus (Bidard, 2010, p. 233-234). Cela peut par exemple arriver lors de changements dans la vie des individus, et impliquer des modifications de leurs habitudes et de la norme à laquelle ils se réfèrent. Cette question sera l'objet de notre prochaine partie qui relie les thèmes de la socialisation et du changement.

Voyons à présent le concept d'habitus cher à Pierre Bourdieu. Celui-ci se définit comme un « *ensemble d'usages, de codes, de valeurs, acquis et stables, transmis par l'éducation, la société, la coutume et intériorisé par l'individu* » (Glorieux, Gauthier, 2009, p. 53). L'habitus est donc « *un système de dispositions acquises par l'apprentissage implicite ou explicite qui fonctionne comme système de schémas cognitifs et corporels* » (Étienne et al., 2004, p. 46). Cela renvoie à l'idée de prisme que nous avons déjà évoqué : les personnes se référant à un même système de normes et de valeurs vont interpréter le monde qui les entoure et les expériences qu'ils vivent de manière semblable. Par ailleurs, les pratiques vont également passer à travers ce « *système de dispositions* », et vont donc s'uniformiser.

Si ce concept d'habitus permet de rassembler des individus, il est parallèlement un vecteur de différenciation dans la mesure où il va se décliner de manière différente selon les classes sociales, et dissimuler des rapports de domination profondément intériorisés<sup>34</sup>. Ainsi, selon notre appartenance sociale, nous n'allons pas avoir le même habitus, avec une distinction notable à trois niveaux : la classe dominante et son « *sens de distinction* », la petite bourgeoisie et sa « *bonne volonté* », et enfin les classes populaires et leur « *sens de la*

---

<sup>34</sup> **Barrey Sandrine, Datchary Caroline, Rouch Jean-Pierre.** *Théories de la socialisation.* Cours du SED, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2017.



*nécessité* » (Étienne et al., 2004, p. 46). Avec l'habitus de classe, Bourdieu montre ainsi que les goûts alimentaires et culturels dépendent d'une position dans l'espace social, et ne sont pas simplement le fruit de choix personnels.

De manière générale, du fait de la stratification sociale, le concept d'habitus permet la reproduction de l'appareil normatif légitime pour des sous-ensembles de population. En le reliant à la notion de socialisation, nous voyons que « *l'habitus résume en quelque sorte comment le social est intériorisé et extériorisé* » (Étienne et al., 2004, p. 46). Cette reproduction sociale est possible grâce au fait que les « *conditionnements subis durant l'enfance sont profondément intériorisés* » et que « *l'individu a tendance à reproduire un ordre qu'il considère comme légitime* »<sup>35</sup>.

Cependant, il arrive que ce qui est initialement intériorisé soit remis en question une fois que l'individu entre dans la socialisation secondaire. Nous allons donc voir comment la perte de légitimité de la norme intériorisée va générer du changement.

### 1.3. Socialisation et changement

Nous venons de voir que par le biais de la socialisation, les individus intériorisent un système de dispositions qui permet la reproduction sociale. Cependant, si certains individus construisent leur identité par reproduction des schémas parentaux familiaux, d'autres au contraire se construisent en opposition à ces schémas, ce qui entraîne alors un changement dans le système normatif de référence.

Lors de la socialisation secondaire, des êtres déjà socialisés vont intégrer de nouvelles sphères de la société. Dans ces groupes, il se peut que les normes et valeurs diffèrent de ce qui a été initialement intériorisé dans le cadre de la socialisation primaire. Il va alors se produire une confrontation entre l'appareil normatif avec lequel l'individu a évolué jusqu'alors, et celui du groupe qu'il souhaite intégrer. Si son désir d'intégrer ce groupe est suffisamment fort, ou si les valeurs proposées sont plus en adéquation avec sa manière de penser, les anciennes normes peuvent être surplombées par des nouvelles. Cependant cela

---

<sup>35</sup> **Barrey Sandrine, Datchary Caroline, Rouch Jean-Pierre.** *Théories de la socialisation.* Cours du SED, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2017.

implique un travail de déconstruction-reconstruction. Cela est d'autant plus vrai lorsqu'on s'intéresse aux représentations collectives, et aux valeurs qui évoluent quant à elles « *plus lentement et de façon peu linéaire* »<sup>36</sup>.

Comme nous l'avons vu dans le second chapitre, l'affaiblissement des contrôles sociaux et la montée de l'individualisme vont provoquer de l'anomie, qui se traduit par des changements de pratiques, voir même leur abandon. De plus, d'une génération à l'autre, on assiste à certains changements de l'appareil normatif. Prenons l'exemple du mariage, si ce dernier était autrefois une étape incontournable dans la vie des personnes, il a aujourd'hui perdu de sa sacralité avec la démocratisation du divorce. Dans les pratiques, cela se traduit par un âge moyen plus élevé auquel les couples vont se marier, sans compter que le fait de s'installer avec une personne avec laquelle nous ne sommes pas marié est aujourd'hui mieux accepté. Cet effet générationnel se répercute sur divers aspects de la vie, que ce soit dans les pratiques ou dans les représentations. Cela est dû au fait que les membres d'une même génération « *possèdent en commun des souvenirs, des valeurs ou des émotions* » (Desjeux, 2006, p. 64). Précisons toutefois que pour un changement de norme de grande ampleur, le regard sociologique n'est pas porté sur l'individu mais sur le groupe, l'échelle d'observation prise en considération mérite donc d'être précisée lors de l'étude des changements sociaux.

En reprenant le travail de Georges Herbert Mead, Berger et Luckmann appuient sur le fait que l'individu né avec certaines prédispositions, mais que la socialisation est un processus continu et changeant qui lui permet de faire pleinement partie de la société. Se faisant, il n'est plus un individu isolé, mais se fond dans le collectif : il fait désormais partie d'un « *nous* », et les membres de ce collectif vont avoir des influences réciproques les uns sur les autres.

Précisons également que la situation dans laquelle se déroule l'action, et donc les « *contraintes situationnelles* », peuvent également être considérées comme un déterminant de l'action (Lemieux, 2018, p. 4). Un individu peut avoir des pratiques

---

<sup>36</sup> **Barrey Sandrine, Datchary Caroline, Rouch Jean-Pierre.** *Théories de la socialisation.* Cours du SED, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2017.

différentes selon qu'il se trouve avec sa famille ou avec des amis, et de la même façon, ses pratiques pourront varier selon qu'il se trouve dans la sphère privée ou professionnelle. Les contraintes situationnelles englobent également les émotions et sensations qui accompagnent une situation : une même pratique peut varier selon qu'elle est effectuée sous tension ou dans un cadre plus détendu. Par ailleurs, l'humeur d'une personne peut connaître des variations d'une journée à l'autre, voire d'un moment à l'autre, ce changement peut ainsi jouer sur les actions d'un individu. Ces quelques exemples, bien qu'ils ne soient pas exhaustifs, nous permettent d'avancer que les contraintes situationnelles sont des déterminants de l'action. Il peut donc être intéressant d'étudier les pratiques d'un individu dans des contextes variés, afin de pouvoir faire des comparatifs.

Cette question des contraintes situationnelles nous permet de faire la transition avec le travail de Bernard Lahire (2001), qui nous semble très intéressant pour sortir d'une approche trop déterministe. Celui-ci nous explique qu'un même individu va mobiliser des dispositions différentes selon le champ dans lequel il se trouve (milieu professionnel, vie affective, activités de loisirs, etc.), et que ces dispositions peuvent être contradictoires entre elles. Ainsi, il nous parle d'un « *homme pluriel* », « *porteur d'une pluralité de dispositions, de façons de voir, de sentir et d'agir* » (Lahire, 2001, p. 1).

L'analyse différenciée de la socialisation que nous venons de vous présenter nous a permis de voir deux approches souvent opposées. Si la première approche est très déterministe et laisse peu de place aux choix individuels, la seconde va partir de l'individu et de ses choix, mais n'a que peu de regard pour les inégalités sociales. Pour conclure, gardons donc en mémoire que notre regard de sociologue ne doit pas être trop binaire. Tout ne peut pas être que reproduction ou que changement, ces deux tendances cohabitent et s'équilibrent au sein de la société, il est donc important de les prendre toutes deux en considération dans le cadre de notre étude sociologique, et notamment lors de l'analyse de notre terrain de recherche.

#### 1.4. Différents types de rationalités

Avant de terminer cette partie, et de parler d'autres déterminants de l'action, nous voulions faire un aparté sur les différents types de rationalité mobilisables par l'individu. Dans le cadre de notre mémoire de master 1 nous avons déjà développé cette thématique,

nous allons donc reprendre notre explication afin de compléter tout ce que nous venons de voir sur les déterminants sociaux de l'action. En préambule, précisons que pour la sociologie de l'action, l'action sociale se définit comme une conduite à laquelle un ou des individus associent une signification en relation avec autrui.

Il peut y avoir différentes contraintes qui vont pousser un individu à respecter une norme considérée comme prescriptive. Cette « *contrainte peut revêtir plusieurs formes émotives : honte, culpabilité, remords, crainte, ou seulement dissatisfaction* » (Demeulenaere, 2003, p. 20). Pour parler des raisons qui vont pousser un individu à agir de telle ou telle façon, Vilfredo Pareto évoquait la rationalité instrumentale, qui définit une action comme rationnelle si les moyens mis en œuvre sont cohérents par rapport à la finalité recherchée<sup>37</sup>. Cependant, il ne s'agit pas de la seule forme de rationalité qui existe, et nous pouvons en citer trois autres qui vont au-delà de la rationalité instrumentale de Pareto, et qui peuvent expliquer le comportement des individus (Demeulenaere, 2003, p. 79). Ainsi, Max Weber (1921, p. 55) va distinguer la rationalité en valeur (lorsque nous sommes prêts à manger quelque chose que l'on n'aime pas afin de ne pas gaspiller, car nous ne trouvons pas cela correct), la rationalité en tradition (nous ne gaspillons pas, car nos parents nous ont toujours dit de ne pas le faire) et la rationalité émotionnelle (nous ne gaspillons pas le poulet qu'à fait notre grand-mère, car c'est une personne à laquelle on tient et que ce qu'elle fait a de la valeur pour nous). Précisons qu'il est rare qu'une action ne dépende entièrement que de l'une ou l'autre de ces rationalités (Weber, 1921, p. 57 ; Ascher, 2005, p. 9-10), et que par ailleurs, les quatre rationalités présentées ici ne sont qu'une typologie parmi d'autres de la manière d'appréhender l'action sociale. Nous voyons cependant que l'appréhension du choix des individus est quelque chose de complexe.

Au sein de cette première partie, nous avons pu voir que dès son plus jeune âge, l'individu est au centre de processus sociaux ayant pour objectif de façonner sa manière d'agir et de penser. Le processus de socialisation n'est cependant pas linéaire, les normes auxquelles un individu accorde de la légitimité, ainsi que les valeurs qu'il porte, peuvent évoluer au fil du temps. Cela est dû au fait que la socialisation est un processus qui se poursuit tout au

---

<sup>37</sup> **Serra-Mallol Christophe.** *Sociologie et anthropologie de l'alimentation – Normes et valeurs dans le champ de l'alimentation.* Cours de Master 1 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2019.

long de la vie. La socialisation permet à un individu de s'intégrer au sein d'une société donnée, cependant, cette société, comme l'individu lui-même, sont des objets sociaux changeants, la reproduction s'accompagne donc d'une part de changement. Pour finir, en passant en revue les différentes formes de rationalités, nous n'avons fait que confirmer que les déterminants de l'action sont multiples, et qu'il convient d'en être conscient lorsqu'on entame une étude telle que la nôtre, qui se veut être une approche compréhensive des pratiques des mangeurs-consommateurs en matière de réduction du gaspillage alimentaire au domicile. Avec la partie qui va suivre, nous allons compléter notre connaissance des déterminants de l'action, afin d'avoir une approche la plus fine possible, et de réduire les biais lors de notre analyse.

## 2. D'autres déterminants de l'action

Afin de construire cette partie, nous avons essayé de lister de grandes catégories qui pourraient agir sur le choix d'un mangeur-consommateur. Qu'est-ce qui pourrait faire qu'une personne, quel que soit son niveau d'engagement sur le sujet, soit amenée à jeter une denrée alimentaire qu'elle avait pourtant initialement prévue de manger ? Nous avons ainsi identifié trois grands types de ressources que nous vous détaillerons en suivant : les ressources temporelles, les ressources matérielles et les ressources économiques.

### 2.1. Les ressources temporelles

Il y a à peine plus d'un an, nous terminions notre première étude portant sur la thématique du gaspillage alimentaire dans le cadre de notre mémoire de première année de master. Ce dernier se concluait en interrogeant la notion de temps, reliée à celle de gaspillage alimentaire. Notre idée était que de manière instinctive, lorsque nous tentons de relier ces deux thématiques, ce sont les lois biologiques qui sont dans un premier temps mobilisées afin d'expliquer la détérioration des aliments. L'action du temps sur un fruit va faire que celui-ci se détériore, flétrisse et moisisse, devenant ainsi impropre à la consommation. Cependant, une autre manière d'appréhender le temps lorsqu'on traite le thème du gaspillage alimentaire est de parler des ressources temporelles dont dispose un individu.

Afin de gérer la vie courante d'un foyer, les membres qui le composent doivent avoir une certaine organisation. Les tâches sont variées : entretien de la maison, gestion des

questions administratives, prise en charge des achats alimentaires et non alimentaires, gestion et synchronisation des divers emplois du temps, notamment en présence d'enfants dans le foyer, etc. Cette gestion du quotidien, plus ou moins partagée selon la composition du foyer, vient se rajouter à toutes les autres activités quotidiennes telles que la vie professionnelle et affective, ou les loisirs des uns et des autres (Gojard, Véron, 2017, p. 14).

Pour ce qui est de l'alimentation, les tâches à réaliser se répartissent tout au long de l'itinéraire de consommation (Desjeux, 1998, p. 10 ; Desjeux, 2006, p. 96), composé de la décision d'achat, du déplacement sur le lieu d'achat, de l'achat en lui-même, du stockage des denrées achetées, de la préparation culinaire, du repas et de la gestion des restes. Ces sept étapes nécessitent que du temps leur soit accordé afin d'être correctement gérées, or les ressources temporelles disponibles vont varier d'un individu à l'autre. Si certaines personnes pourront se permettre de consacrer de larges plages horaires aux courses et à la gestion des stocks alimentaires, d'autres auront tout juste le temps de préparer leur repas, avant de devoir consacrer leur temps à d'autres activités.

Claude Fischler (2001, p. 184) souligne le fait que « *l'organisation traditionnelle du temps [est] tout entière appuyée sur des rythmes collectifs de masse (vacances scolaires, heures de pointe, ouverture et fermeture des commerces et des bureaux, etc.)* » et que cette organisation traditionnelle du temps est « *vécue comme une contrainte par les individus, qui souhaitent de plus en plus planifier leur vie quotidienne selon des rythmes qui leurs soient propres* ». Ces contraintes de temps, extérieures à la volonté et au contrôle de l'individu, viennent s'ajouter aux autres contraintes temporelles déjà présentes dans sa vie. Cela ne fait qu'amoinrir les ressources temporelles dont il dispose, ou tout du moins implique d'adapter la répartition de ces ressources selon les rythmes collectifs propres à l'environnement dans lequel il évolue.

Dans cette compression toujours plus grande du temps, des dispositifs techniques sont mis en place afin de libérer du temps aux individus. Prenons l'exemple du drive : les clients peuvent passer et régler leur commande en ligne, et venir la récupérer à une heure qui leur convient, sans avoir à déambuler dans les magasins, et faire la queue en caisse. Ce dispositif, de plus en plus employé par les grandes enseignes de distribution ou de restauration, existe aussi au sein de plus petites structures comme le Drive tout nu, premier

service de retrait de courses zéro déchet ayant vu le jour à Toulouse en 2018. Ce service permet d'économiser du temps sur des tâches domestiques répétitives et souvent chronophages. Le consommateur devient de plus en plus impatient, et « *veut tout tout de suite* » (Derville, 2002, p. 39), mais paradoxalement, il est en quête de sens et aimerait tendre vers la *slow life*.

Comme l'ont fait Séverine Gojard et Bérangère Véron (2017, p. 19) dans leur étude sur les compétences domestiques comme outil de conciliation entre sécurité alimentaire et prévention du gaspillage alimentaire, nous allons à présent relier plus précisément la thématique des ressources temporelles à celle du gaspillage alimentaire.

La coordination des emplois du temps des différents membres du foyer est importante dans la préparation des justes quantités. En effet, des variations du nombre de convives autour de la table peuvent provoquer un surplus alimentaire qui, s'il n'est pas géré, peut finir jeté. Par ailleurs, pour une bonne gestion des stocks, les mangeurs-consommateurs doivent pouvoir prendre le temps d'effectuer les vérifications nécessaires concernant les denrées qui restent dans les placards ainsi que leurs dates de péremption, afin de savoir lesquelles doivent être préparées en premier. Ces contrôles des dates doivent parfois être répétés à plusieurs reprises dans la semaine si un rangement spécifique par date de péremption n'est pas mis en place, ce qui peut être perçu comme une contrainte pour des mangeurs-consommateurs ne disposant pas de ressources temporelles suffisantes. Si nous regardons du côté de la gestion des aliments arrivant à leur date de péremption, du temps supplémentaire peut être nécessaire pour les cuisiner et éviter de les gaspiller. Faire une soupe ou de la confiture prend du temps, et les foyers ne disposant pas de ce temps peuvent parfois rencontrer des difficultés dans la mise en place de stratégies de revalorisation.

Tous ces exemples nous permettent d'illustrer le fait que les ressources temporelles sont un déterminant de l'action important à prendre en compte : un individu peut avoir la volonté de mettre en place une pratique intériorisée depuis l'enfance, mais ne pas avoir les ressources temporelles nécessaires pour la mettre en œuvre. La bonne gestion du temps est donc une question cruciale. Nous voyons donc à travers ce développement que « *désormais, le temps a une autre dimension, celle d'une ressource qui limite les choix du*

*consommateur et qui s'ajoute à la contrainte budgétaire* » (Meissonnier, 2002, p. 214), dont nous allons parler à présent.

## 2.2. Les ressources économiques

Les ressources économiques sont le second déterminant de l'action que nous avons identifié. Plus tôt dans ce chapitre, nous avons vu que l'espace social se structure selon un « *système de relations différentielles [...] entre groupes sociaux* » (Étienne, 2004, p 92). Afin de définir ces derniers, Pierre Bourdieu (1979) distingue trois types de capitaux coexistant et pouvant interagir entre eux : le capital social, le capital culturel et le capital économique. C'est ce dernier qui va nous intéresser au sein de cette partie.

Chaque individu va avoir à sa disposition une quantité d'argent qu'il devra répartir entre les différents pôles de dépenses du foyer et de la vie courante, ainsi que dans une éventuelle épargne. Parmi ces pôles, nous trouvons le logement et ses charges annexes, l'alimentation, l'habillement et l'esthétique, le transport, les communications, les loisirs, la santé, etc. Certains d'entre eux vont avoir la priorité sur les autres, dans la mesure où ils sont nécessaires pour vivre de manière décente, ce qui implique donc d'opérer une répartition selon les moyens spécifiques du foyer.

Par ailleurs, ces ressources financières peuvent varier tout au long du cycle de vie d'un individu, du fait par exemple, d'un changement dans le statut professionnel ou dans le patrimoine familial. Ces changements impliquent une nouvelle répartition des ressources, et comme nous l'avons vu lorsque nous vous avons présenté la loi Engel dans le chapitre 2, ces modifications vont impacter la part de budget consacrée à l'alimentation.

De manière générale, bien que l'emprunt soit aujourd'hui une solution à une quantité de ressources financières limitée, il s'agit selon nous d'un déterminant de l'action qu'il ne faut pas laisser pour compte.



### 2.3. Les ressources matérielles

Pour terminer cette partie concernant les déterminants de l'action, nous allons parler des ressources matérielles.

Toute action peut être réalisée à l'aide de divers dispositifs matériels qui faciliteront la tâche en question. L'action de se déplacer peut être réalisée à pied, en vélo, en skate, en bus, en voiture, en train, en avion, et de bien d'autres façons encore. Cependant, selon que l'individu possède une voiture ou un vélo, les choix qu'il pourra opérer en termes de distance à parcourir ne seront pas les mêmes. Par ailleurs, les ressources financières vues précédemment vont également entrer en compte, car pour se déplacer, il faut au préalable avoir les moyens de se payer ce vélo, cette voiture ou ce titre de transport.

En cuisine, la question des ressources matérielles est la même. En aménageant, les individus se dote généralement d'une certaine quantité d'objets pouvant être considérés comme la base pour toute préparation culinaire : une casserole, une poêle, des assiettes, des verres, des couverts, des bols, des torchons. À ces ustensiles s'ajoutent peu à peu de l'électroménager ou du matériel supplémentaire, qui vont venir faciliter les tâches culinaires et permettre un gain de temps, ce qui impacte donc les ressources temporelles de manière positive. Ces ressources matérielles vont être conditionnées aux ressources financières préalables du foyer. La présence de ces équipements est également conditionnée par l'espace de stockage global du foyer : ce dernier pourrait avoir les ressources financières pour se permettre un appareil qui l'aiderait dans son quotidien, mais ne pas avoir physiquement la place pour l'entreposer à son domicile.

Prenons l'exemple du congélateur, si ce dernier permet d'allonger la durée de vie de certaines denrées alimentaires, tous les foyers ne disposent pas de cet appareil, et doivent donc trouver d'autres manières pour conserver plus longtemps leurs denrées, et éviter le gaspillage alimentaire. Pour la viande notamment, le recours à la congélation permet de palier, pour des raisons de sécurité sanitaire, au caractère urgent de sa consommation (Gojard, Véron, 2017, p. 8). La présence de cet appareil électroménager peut également avoir un impact sur la fréquence d'approvisionnement en produits alimentaires du foyer. Nous voyons donc que ces dispositifs matériels, et dans notre cas leur absence, peut représenter une contrainte dans la mise en œuvre de certaines pratiques (Gojard, Véron,

2017, p. 16), et donc compliquer la réduction du gaspillage alimentaire dans le foyer des mangeurs-consommateurs.

L'environnement matériel à plus grande échelle joue également son rôle. Pour se rendre dans un lieu d'achat en particulier, il faut que les infrastructures routières le permettent. Pour ce qui est de la revalorisation des déchets alimentaires, selon le type d'habitation du foyer, les pratiques de compostage seront plus ou moins aisées, notamment si la ville ne propose pas de points d'apport volontaire des biodéchets. De manière plus pragmatique, le tissu commercial avoisinant le lieu de domicile de la personne va avoir un impact sur ses habitudes de consommation.

Nous voyons donc que selon les ressources matérielles dont dispose le mangeur-consommateur, ses pratiques ne seront pas les mêmes, les deux étant interdépendantes (ADEME, 2016, p. 3), nous pouvons donc parler de déterminants de l'action.

Comme toute typologie, celle-ci n'est bien entendue pas exhaustive, et d'autres déterminants pourraient être identifiés, tels que la peur du risque dont nous avons parlé en préambule. Cependant, en couplant ces différentes ressources avec les influences que la socialisation va avoir sur les individus, nous pensons avoir identifié les principaux déterminants de l'action, qu'il est important d'avoir à l'esprit lors d'une étude compréhensive.

### 3. La théorie des installations de Saadi Lahlou

Pour terminer ce chapitre, nous tenions à vous parler brièvement du travail de Saadi Lahlou, concernant sa théorie des installations. Au sein de cette théorie, une installation va être définie comme étant une construction sociétale, permettant la régulation des comportements individuels. Nous allons voir que son approche compréhensive pointe parfaitement du doigt l'importance d'une vision globale, lorsque nous étudions les déterminants de l'action d'un individu.

Si les sociétés se maintiennent et évoluent, c'est car nous avons des représentations communes. Mais alors comment changer les comportements ? Dans une conférence traitant de la construction sociétale et de la régulation des comportements individuels, Saadi Lahlou (2018, 30 min 34 s) nous explique que les installations permettent de canaliser

« le comportement en offrant aux utilisateurs un choix limité d'alternatives, limité par trois couches de déterminants au niveau matériel, social et incarné ». Il se sert de l'exemple de l'aéroport pour illustrer le fait qu'une fois à l'intérieur, les individus vont se comporter de manière prévisible, car tout aura été agencé pour cela.

Revenons sur ces trois couches de déterminants qui coexistent. L'espace physique correspond aux objets qui vont avoir des affordances, c'est-à-dire qu'ils vont suggérer à son utilisateur son mode d'usage. L'espace intérieur va renvoyer aux compétences incorporées qui vont permettre d'interpréter les situations. Enfin, l'espace social renvoie au fait que le comportement soit socialement régulé par les institutions (Lahlou, 2018, 43 min 06 s).

Prenons l'exemple d'une conférence : l'espace physique est clairement délimité de manière à marquer où l'intervenant et le public doivent s'installer. L'espace intérieur fait que, lorsque l'intervenant commencera sa prise de parole, le public se taira, car les règles de politesse intériorisées depuis l'enfance, veulent que l'on écoute la personne qui parle. Enfin, pour ce qui est de l'espace social, l'amphithéâtre faisant office d'institution culturelle, le public va d'autant plus respecter les différentes injonctions précédemment énoncées. Un amphithéâtre dans lequel a lieu une conférence est donc une installation, dans le sens où Saadi Lahlou l'entend.

Afin d'expliquer le fait que les individus se conforment aux installations mises en place, Saadi Lahou (2018, 1 h 50 min 26 s) renvoi au fait que les « *humains apprennent facilement à reproduire les comportements qui se sont avérés adaptés à une situation donnée* ». Il s'agit là du conditionnement opérant, qui fait que ce dispositif n'est pas vécu comme une contrainte. Ainsi, en standardisant les environnements sociotechniques, les apprentissages seraient « *efficaces dans tous les environnements* » (Lahlou, 2018, 1 h 50 min 26 s), et c'est ce qui définit une installation.

Dans la même optique, le *nudge*, ou « *coup de pouce* », permet de faire en sorte que le choix qu'on pense être le bon, soit plus simple ou plus visible à prendre. L'objectif du *nudge* est d'apporter une modification dans l'environnement des individus, afin de faciliter un changement de comportement, ou l'adoption d'une pratique nouvelle. Cela va avoir une influence sur « *les mécanismes du choix, c'est-à-dire le comportement des gens, pour les*

*influencer dans un sens qui correspondrait mieux à leur propre intérêt ou à l'intérêt général* »<sup>38</sup>. L'objectif est d'inciter l'individu à mettre en place une pratique qu'il ne fait pas, ou ne souhaite pas faire habituellement. Le *nudge* vient ainsi « *modifier son environnement, et donc son "architecture de choix" pour l'inciter (et non le contraindre) à prendre la bonne décision* »<sup>39</sup>. C'est un sujet de plus en plus traité depuis 2008, avec la sortie du livre de Richard Thaler et Cass Sunstein, *Nudge : améliorer les décisions concernant la santé, la richesse et le bonheur*. Le *nudge* soulève cependant des problèmes moraux, car il peut être considéré comme de la manipulation. Ainsi, « *le nudge doit être éthique : sinon on appelle cela le sludge. Il doit s'appliquer avec énormément de garde-fous* »<sup>40</sup>. Ce dossier thématique concernant le *nudge*, rédigé sous la direction de France Culture, précise toutefois l'importance que ces derniers ne se substituent pas à des politiques publiques de plus grande ampleur.

Pour Saadi Lahlou (2018), la théorie des installations est « *l'ossature théorique qu'il manque aux nudges* ». Lorsqu'il traite la question du changement de comportement, et notamment du changement de comportement alimentaire, Saadi Lahlou parle plus spécifiquement de trois types de déterminants : les déterminants techno-économiques, les déterminants psychologiques et les déterminants sociaux (Lahlou, 2005, p. 92-95). Avec la terminologie employée, nous nous rendons bien compte des similitudes avec les déterminants que nous avons nous même identifiés dans les parties précédentes.

Pour conclure, nous voyons que pour mettre en place une installation, il convient d'avoir une approche globale, qui prend en compte la complexité des comportements. Ainsi, si l'une des couches est défaillante, la superposition des trois couches, et la redondance qui peut exister à l'intérieur de chacune d'elles, permet de palier au problème. De manière générale, la théorie des installations développée par Saadi Lahlou nous aide à affiner notre compréhension des comportements individuels, et des dispositifs visant à modifier ou influencer le comportement humain.

---

<sup>38</sup> **Chouin Anne-Laure**. Connaissez-vous le nudge ? *France Culture*, 19-10-1018 [en ligne]. Disponible sur <https://www.franceculture.fr/emissions/hashtag/connaissez-vous-le-nudge> (consulté le 6-4-2021).

<sup>39</sup> **Chouin Anne-Laure**. Connaissez-vous le nudge ? *France Culture*, 19-10-1018 [en ligne]. Disponible sur <https://www.franceculture.fr/emissions/hashtag/connaissez-vous-le-nudge> (consulté le 6-4-2021).

<sup>40</sup> *Ibidem*.

Avec ce troisième chapitre, nous clôturons notre cadrage théorique qui nous aura permis de recontextualiser notre sujet au sein de thématiques plus larges. Terminer cet état de l'art par un chapitre consacré à la socialisation et aux déterminants de l'action, a depuis le début été une évidence pour nous. En effet, la question de l'intériorisation et de l'extériorisation des recommandations est le fil directeur de notre terrain méthodologique, et c'est donc tout naturellement qu'il vient clore cette déambulation théorique. Nous allons à présent vous présenter notre appareil de réflexion, se composant de notre question de départ, de notre problématique et de nos hypothèses.

## Chapitre 4 : L'appareil de réflexion

Comme c'était le cas dans notre mémoire de première année, nous avons fait le choix de nous positionner pour cette étude dans une démarche hypothético-déductive. Cela implique qu'à partir du cadre théorique que nous avons dressé dans les chapitres précédents, nous allons maintenant mettre en place des hypothèses, qui seront testées de manière empirique, par le biais d'un terrain. Dans ce genre de démarche, tout accès au terrain est précédé de recherches permettant de mieux s'appropriier le sujet, et les thématiques essentielles qui seront développées tout au long de l'étude. Ainsi, le cadrage théorique que nous venons de clôturer nous a permis d'acquérir un socle de connaissances qui nous semble nécessaire avant de nous engager dans cette étude, et dans les hypothèses qui la composent.

Au sein de ce quatrième chapitre, nous allons vous présenter comment notre question de départ, notre problématique et certains termes qui entourent cette étude, ont évolués. Dans un second temps, nous reviendrons individuellement sur chacune de nos hypothèses. Enfin, nous terminerons par un aparté sur la théorie des pratiques, qui nous a fortement inspirés dans la construction de notre approche.

### 1. La problématisation

Pour rappel, du fait du contexte sanitaire particulier, notre mémoire de master 2 est déconnecté de notre stage de fin d'études. Nous avons donc poursuivi en autonomie le travail de recherche entamé lors de notre première année de master.

Lorsque nous avons commencé à traiter cette thématique, nous étions déjà sensiblement familiers avec le thème du gaspillage, même si nous n'avions jamais abordé la question d'un point de vue sociologique. Dans un premier temps, lors de notre service civique, nous avons suivi une formation qui portait sur la sensibilisation au thème du gaspillage alimentaire. Celle-ci comportait une présentation des grands enjeux et des grands chiffres, que vous pouvez retrouver dans notre premier chapitre. Ces deux jours de formation se sont clôturés par un atelier de mise en pratique, qui visait à apporter aux participants des clés concrètes pour réduire le gaspillage à leur domicile. Notre seconde approche de cette thématique s'est faite dans le cadre d'un dossier universitaire, qui visait à analyser les choix

en termes de communication, de la campagne de sensibilisation du ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation intitulée « *Les contes de l'antigaspi* »<sup>41</sup>. Notre approche a cette fois-ci été tournée vers les politiques publiques et le cadre législatif qui entoure la question du gaspillage alimentaire.

Ce n'est donc qu'en première année de master Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, que nous avons décidé d'aborder le gaspillage alimentaire selon une approche compréhensive, qui se donnait comme objectif d'identifier les causes du gaspillage dans les foyers, dans le but de pouvoir modeler les pratiques des consommateurs. Concernant ces derniers, une première modification terminologique a rapidement été opérée : selon le contexte dans lequel se place l'individu, celui-ci va tour à tour être mangeur et consommateur. Par ailleurs, si tous les individus sont des mangeurs, tous ne sont pas consommateurs. Dans notre approche, nous avons donc décidé d'employer les deux termes, mangeurs-consommateurs, afin d'appuyer sur cette double casquette. Toutefois, ça n'a pas été le seul changement. Comme nous venons de le dire, nous voulions par notre approche avoir un impact durable sur les pratiques des mangeurs-consommateurs, or, pour modifier une pratique, il convient au préalable de l'étudier et de la comprendre. C'est ce constat qui a donné son approche compréhensive à notre étude. De par notre personnalité et notre vision du travail, nous avons tendance à vouloir mener des actions concrètes. Cependant, comme nous l'avons dit en préambule de ce mémoire, le travail du sociologue consiste à décrire, comprendre et expliquer les faits sociaux. Cela n'empêche pas par la suite de mettre en place des actions concrètes, mais ce travail de compréhension préalable nous semble essentiel afin de les mener à bien. Nous avons donc posé notre casquette de chargée de projet afin d'aiguiser notre regard sociologique.

Notre mémoire de première année de master a ainsi consisté à comprendre ce qui conduit les mangeurs-consommateurs à gaspiller à leur domicile. Nous avons questionné par nos hypothèses, les influences variées et complexes, parfois inconscientes, qui vont jouer sur

---

<sup>41</sup> **Ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation.** *Les contes de l'antigaspi : le ministère se mobilise contre le gaspillage alimentaire [en ligne].* Disponible sur <https://agriculture.gouv.fr/les-contes-de-lantigaspi-le-ministere-se-mobilise-contre-le-gaspillage-alimentaire> (consulté le 13-5-2021).

l'acte de jeter un aliment, ainsi que les pratiques et les représentations qui entourent le gaspillage alimentaire.

Pour notre mémoire de master 2, nous avons tout naturellement décidé de poursuivre notre travail sur le thème du gaspillage alimentaire, en gardant comme population cible les mangeurs-consommateurs, mais en abordant la question sous un autre angle. Nous tenons en effet à intégrer un questionnement sur les recommandations qui sont faites en matière de lutte contre le gaspillage alimentaire.

Notre projet part du constat que les recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire sont très semblables d'une structure à l'autre, et ont pour ambition de s'adresser au plus grand nombre. Cependant, ces recommandations s'appuient sur une vision très linéaire et routinière du quotidien des mangeurs. Par le biais d'un terrain plus conséquent que celui de première année, nous souhaitons comprendre la manière dont les recommandations sont intériorisées par les mangeurs-consommateurs, et si ces derniers, au-delà de les connaître, les appliquent réellement dans leur quotidien. Si ce n'est pas le cas, nous tenterons de pointer les limites de ces recommandations en questionnant les déterminants de l'action. Cela nous conduit donc à la double problématisation suivante : **comment les recommandations en matière de réduction du gaspillage sont intériorisées et mises en pratique par les mangeurs-consommateurs, et quelles sont les limites de ces recommandations ?**

## 2. Nos hypothèses

Après avoir construit notre problématique, nous avons émis quatre hypothèses que nous souhaitons tester dans le cadre de notre terrain probatoire. Ce dernier nous permettra de comprendre la manière dont les mangeurs-consommateurs intériorisent et mettent en pratique les recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire au domicile, ainsi que de pointer du doigt les limites de ces recommandations.



### 2.1. Hypothèse 1 : Les recommandations sont intériorisées par le biais de la socialisation primaire, ce qui est source de reproduction sociale

Lors de notre terrain de première année, nous avons commencé à questionner les processus inconscients d'intériorisation, en présupposant le fait que les gestes permettant de limiter le gaspillage alimentaire sont faits de manière inconsciente, car intériorisés depuis l'enfance. Lors de notre analyse, nous avons notamment relevé l'importance de la première instance de socialisation primaire, à savoir la famille. Nous souhaitons poursuivre cette réflexion dans ce mémoire, en questionnant la socialisation dans son ensemble.

Dans notre troisième chapitre, nous avons pu voir que la socialisation primaire va permettre à tout individu de devenir membre d'une société, et d'intérioriser le système de normes et de valeurs de celle-ci. La socialisation primaire est composée de quatre instances socialisatrices, qui sont pour rappel : la famille, l'école, le groupe de pairs et les médias. C'est au sein de ce processus social que l'enfant va vivre ses premières expériences, et acquérir des manières de penser et d'agir, qui lui seront utiles dans le cadre de sa construction identitaire, ainsi que dans ses pratiques quotidiennes.

L'intériorisation de cet appareil normatif va permettre à l'individu d'agir en routine, et son extériorisation va, quant à elle, permettre la reproduction sociale et le maintien de ses normes au sein de la société. Comme nous avons pu le dire dans notre cadre théorique, en nous appuyant sur les propos de Muriel Darmon, il est toujours intéressant de rechercher dans des choix qui à première vue semblent individuels, « *l'action des influences sociales et socialisatrices* » (Darmon, 2010, p. 106).

Lors de notre approche différenciée de la notion de socialisation, nous avons pu voir que celle-ci peut être source de reproduction sociale ou de changement. Toutefois, nous pensons que lorsqu'il s'agit de limiter le gaspillage alimentaire au domicile, les individus appliquent des logiques de reproduction vis-à-vis des pratiques et des représentations qu'ils ont pu rencontrer dans leur famille.

Cependant, la socialisation n'étant pas un processus linéaire, l'analyse des résultats concernant cette hypothèse nous permettra de voir si les pratiques des mangeurs-consommateurs en matière de réduction du gaspillage alimentaire sont bel et bien

intériorisées lors de la socialisation primaire. Nous étudierons également si cette socialisation primaire va être source de reproduction sociale, ou si au contraire ce qui est intériorisé fait l'objet d'une appropriation ou de détournement de la part des individus.

2.2. Hypothèse 2 : La réception de messages visant à sensibiliser les mangeurs-consommateurs va venir compléter les acquis sociaux en matière de réduction du gaspillage alimentaire

Bien que le présent mémoire soit pour nous la suite logique du travail de réflexion entamé en première année de master, nous avons souhaité dès le début intégrer une réflexion sur les recommandations qui sont faites en matière de lutte contre le gaspillage alimentaire.

Dans notre terrain exploratoire de première année, nous avons laissé les enquêtés parler des pratiques permettant de lutter contre le gaspillage alimentaire à leur domicile, sans avoir au préalable fait un inventaire de quelles étaient ces recommandations. Afin de répondre à notre seconde hypothèse, il est important d'étudier les recommandations émises par les différentes structures traitant le thème du gaspillage alimentaire. Nous questionnerons les messages émanant de différents acteurs publics, économiques, associatifs et municipaux. Nous pensons que cette « offre » est très riche, et que la réception de ces messages va permettre de compléter les acquis intériorisés auprès de la famille dans le cadre de la socialisation primaire.

D'une part, la famille va permettre à l'individu de construire ses représentations autour de la thématique du gaspillage, et d'acquérir des pratiques et des automatismes, permettant de limiter celui-ci. D'autre part, les messages de sensibilisation émanant de structures plus officielles vont venir apporter des conseils techniques supplémentaires, qui renforceront ce qui a initialement été intériorisé.

Au cours de notre terrain, nous allons donc questionner les individus sur les recommandations qu'ils connaissent, et sur la manière dont ils les ont découvertes. Nous pensons qu'à défaut de pouvoir citer des noms précis de structures, ils pourront tout du moins nous dire qu'au-delà de leur famille, ils ont déjà été la cible de ce type de campagne de sensibilisation.

### 2.3. Hypothèse 3 : Les recommandations intériorisées par les mangeurs-consommateurs ne sont pas de facto extériorisées au travers de leurs pratiques

Notre troisième hypothèse est intrinsèquement liée à la première, dans la mesure où elle poursuit la réflexion que nous souhaitons mener quant à l'intériorisation des recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire au domicile. Cette hypothèse est pour nous centrale dans la mesure où notre mémoire a pour thème principal l'intériorisation et la mise en pratique des recommandations par les mangeurs-consommateurs.

Si nous intériorisons tous des manières de penser et d'agir lors du processus de socialisation, leur extériorisation n'est quant à elle pas automatique, et il peut arriver qu'à l'âge adulte certaines pratiques ne soient pas mises en application car elles divergent des nouvelles normes suivies par l'individu. Cette divergence n'est cependant pas, selon nous, la seule raison pouvant expliquer cet écart entre intériorisation et mise en pratique d'une recommandation. Ainsi, une recommandation peut être intériorisée, faire partie des représentations de ce qu'il convient de faire pour l'individu, mais ne pas être appliquée pour différentes raisons. Différents types de rationalités, ainsi que différents déterminants de l'action, peuvent venir impacter la mise en place d'une pratique, ne remettant pas pour autant en cause l'intériorisation d'une norme.

Lors de notre analyse, et en nous servant du travail de recensement réalisé afin de tester notre seconde hypothèse, nous allons donc essayer de comprendre pour chacune des différentes recommandations identifiées, si celle-ci est intériorisée et mise en pratique par le mangeur-consommateur. Cela nous permettra d'introduire notre dernière hypothèse concernant les limites de ces recommandations.

#### 2.4. Hypothèse 4: Les recommandations pour réduire le gaspillage alimentaire sont trop générales pour modifier en profondeur les pratiques des mangeurs-consommateurs

Pour terminer, notre dernière hypothèse vient clore cette approche compréhensive concernant la mise en pratique des recommandations, en questionnant leurs limites. Pour ce faire, nous allons notamment mobiliser les recherches effectuées pour la constitution de notre cadre théorique, autrement dit les différents déterminants de l'action et les enjeux de l'alimentation contemporaine.

Les déterminants de l'action étant nombreux et complexes, nous ne doutons pas que les limites le seront aussi. Afin de guider notre terrain méthodologique et notre analyse, nous avons émis les sous-hypothèses suivantes :

1. Les contraintes temporelles pesant sur le mangeur-consommateur compliquent la mise en place des recommandations et la bonne gestion ménagère, notamment en matière de stocks et de dates de péremption.
2. La survenue d'un événement imprévu venant modifier l'organisation temporelle initialement prévue d'un individu ou d'un foyer peut être source de gaspillage alimentaire.
3. La fréquence d'approvisionnement du foyer en denrées alimentaires, ainsi que son niveau d'équipement, vont impliquer la mise en place de recommandations diverses afin de limiter le gaspillage alimentaire.

Ces trois sous-hypothèses ne sont bien entendu pas exhaustives, mais elles nous permettront d'entamer la discussion concernant les limites des recommandations avec notre panel d'enquêtés, et donc à terme d'identifier d'autres limites.

De manière générale, nous pensons que les recommandations émanant d'acteurs économiques, de l'action publique, d'associations ou encore de municipalités sont trop générales et ne correspondent pas au quotidien et aux habitudes de consommation de tout un chacun. Pour un individu peu engagé sur la thématique, le fait de devoir faire le tri entre ce qui correspond à son mode de fonctionnement et ce qui n'est pas applicable à ses habitudes, pourra décourager le passage à l'action, et donc le changement de pratique. En identifiant les limites de ces recommandations, nous pourrions donc proposer des axes d'amélioration aux différents acteurs travaillant sur la sensibilisation des mangeurs-consommateurs. Ce type d'analyse correspond parfaitement à notre approche

compréhensive, dans la mesure où l'objectif n'est pas de changer les comportements individuels, mais plutôt de partir des habitudes des mangeurs-consommateurs et du sens qu'ils donnent à leurs actions, afin de leur proposer des solutions et des recommandations les plus adaptées possibles à leurs situations.

### 3. Parenthèse sur la théorie des pratiques

Pour terminer ce chapitre dédié à notre appareil de réflexion, nous avons voulu vous retranscrire les différentes recherches que nous avons faites sur la théorie des pratiques. Cette dernière nous a fortement inspirés et aidé lors de la construction de notre propre approche du sujet.

Historiquement, la sociologie a toujours accordé une importance majeure à l'individu social, celui-ci étant, selon les courants, maître de ses choix ou contraint par des institutions. Nous avons d'un côté la prise en compte des moteurs de l'action, ce qui pousse l'individu à agir et les formes de rationalités, au sens wébérien du terme, qu'il met en place. De l'autre, nous avons une approche qui ressemble davantage au travail de Bourdieu avec l'habitus et l'impact du capital social et culturel sur les pratiques des individus. Avec la théorie des pratiques, on déplace « *le regard depuis l'observation des acteurs, vers celui des pratiques* » (Dubuisson-Quellier, Plessz, 2013). Cette posture n'implique pas de faire table rase des théories du choix rationnel et des perspectives culturalistes (Warde, 2016 ; Poulain, 2020), elle permet uniquement de changer d'angle et d'avoir une approche différente de ce qui définit le comportement des individus.

Il s'agit d'un courant qui est notamment mobilisé lorsqu'il s'agit d'encadrer les pratiques, avec une visée instrumentalisée (Dubuisson-Quellier, Plessz 2013). Ainsi, en se rapprochant de ce courant, l'action publique tente une nouvelle approche dans la gouvernance des pratiques, en ne mobilisant pas uniquement des mesures incitatives, mais en prenant en compte les « *spécificités des pratiques* » (Dubuisson-Quellier, Plessz, 2013). Le comportement ne découlerait plus alors uniquement des choix individuels ou de l'habitus, et dans ce sens « *la théorie des pratiques va au contraire insister sur tout ce qui fait obstacle au changement* » (Dubuisson-Quellier, Plessz, 2013) en pointant notamment du doigt les dispositifs matériels dans lesquels les pratiques sont enclavées, ainsi que les compétences

intériorisées. Nous avons là deux des trois grands axes qui régissent la théorie des installations de Saadi Lahlou. Pour Sophie Dubuisson-Quellier et Marie Plessz (2013),

*« La théorie des pratiques pourrait alors fournir des ressources théoriques et méthodologiques permettant de comprendre comment les pratiques de consommation sont susceptibles d'évoluer ou au contraire de résister aux tentatives de gouvernement qui pèsent sur elles ».*

Tout cela nous pousse à revenir à la définition même d'une pratique. Au-delà d'être des « *comportements réellement mis en œuvre* » (Poulain, 2002, p. 40), Reckwitz nous donne la définition suivante :

*« Type de comportement routinisé qui consiste en plusieurs éléments interconnectés entre eux : des formes d'activités corporelles, des formes d'activités mentales, des "choses" et leur usage, des connaissances de base constituées de compréhension, savoir-faire, états émotionnels et motivations »* (Reckwitz, 2002, p. 249, cité par Dubuisson-Quellier, Plessz, 2013).

Cette définition nous pousse à considérer les pratiques dans toute leur complexité, et nous met face aux notions de routine et d'habitude, qui seraient ici des éléments explicatifs des pratiques des individus.

Cette théorie anglo-saxonne, nouvellement arrivée en France, est toutefois critiquée pour son caractère trop théorique qui empêche les montées en généralité, au point que Sophie Dubuisson-Quellier et Marie Plessz parlent non pas « *d'une* » théorie des pratiques, mais de « *nombreuses variations* » (Dubuisson-Quellier, Plessz, 2013). Toutefois, ce courant reste intéressant dans sa manière d'aborder et d'expliquer les pratiques sociales. Le changement de focale permet de se concentrer, entre autres, sur la mise en place de routines, sur les contraintes matérielles, ainsi que sur les compétences incorporées qui jouent sur la construction des pratiques, et donc sur les déterminants de l'action.

Si les trois chapitres qui ont précédé nous ont permis de poser un socle de connaissances indispensables pour aborder notre thème, ce quatrième chapitre vient cadrer l'ensemble de notre étude et permet de poser les bases pour notre terrain. Nous allons donc à présent nous pencher sur la méthodologie que nous avons mise en place afin de tester nos hypothèses et répondre à notre problématique.

## Chapitre 5 : La mise en place d'une méthodologie

Toute étude sociologique se plaçant dans une démarche hypothético-déductive, doit faire l'objet d'un terrain, afin de valider ou d'invalider ce qui n'a été que supposé dans le cadre des hypothèses. Ces dernières vont alors être confrontées à la réalité sociale lors d'un terrain qui peut être soit qualitatif, soit quantitatif, soit un mélange des deux.

Nous distinguons deux types de terrain : le terrain exploratoire, qui est le premier contact de l'enquêteur avec sa population cible ou la réalité qu'il a décidé d'étudier ; et le terrain probatoire, qui après de multiples ajustements, va permettre de répondre à la problématique de l'étude.

L'étude sociologique réalisée dans le cadre de notre mémoire de master 1 s'est arrêtée à la fin du terrain exploratoire. Nous avons ainsi pu tester notre méthodologie probatoire actuelle, et relever ce qui pourrait être amélioré pour notre étude de deuxième année. Nous vous reparlerons de ces modifications dans la partie consacrée à la méthodologie probatoire et à la construction de nos outils de terrain, afin que vous compreniez de quelle manière la réalisation de ces entretiens en première année de master nous a permis d'améliorer notre méthodologie actuelle.

Notre étude de master 2 a, quant à elle, fait l'objet d'un nouveau terrain exploratoire afin de compléter nos connaissances sur le thème du gaspillage, avant de pouvoir entamer notre terrain probatoire. Le matériel sociologique recueilli nous permettra donc de tester nos hypothèses, et de répondre à notre problématique. Nous allons à présent vous présenter successivement nos méthodologies exploratoire et probatoire.

### 1. La méthodologie exploratoire

La méthodologie exploratoire va permettre au sociologue d'accroître ses connaissances sur un thème donné, de rencontrer les experts de son sujet d'étude et de tester ses outils méthodologiques. La nôtre se compose de trois étapes : la réalisation d'entretiens d'experts, le recensement des recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire au domicile et la mise en place d'un *focus group* en ligne. Nous allons pour chacune d'elle vous présenter la manière dont nous avons procédé.

### 1.1. Les entretiens d'experts

Commençons par les entretiens d'experts. Ces derniers sont, selon nous, une étape indispensable afin d'acquérir des informations de la part du monde professionnel travaillant sur notre thème. Aller à leur rencontre, au-delà de renforcer nos connaissances, peut permettre de changer d'angle de vue, et d'identifier des manières d'aborder le sujet que nous n'avions pas envisagées.

En parallèle de la constitution de notre cadrage théorique, nous avons donc pris contact avec un certain nombre de structures travaillant sur le thème du gaspillage alimentaire, ou plus largement, sur la réduction des déchets et la mise en place de pratiques plus vertueuses pour l'environnement. Du fait du contexte sanitaire empêchant aux salariés de se rendre sur leur lieu de travail, certains entretiens ont dû être annulés, et d'autres ont été réalisés par visioconférence. En trouvant des manières adaptées d'aller à la rencontre de chacun de ces professionnels, tout en respectant les consignes sanitaires en vigueur, nous avons pu réaliser quatre entretiens d'experts.

Notre premier entretien a pris la forme d'une discussion informelle avec une chargée d'études sur le Programme Local de Prévention des Déchets de Toulouse Métropole. Cette discussion nous a permis de cerner les missions du pôle déchets de Toulouse Métropole, ainsi que ses différents axes de travail. Nous avons notamment été intéressés par leur axe grand public, qui demande encore à se développer, mais qui ambitionne d'apporter des clés permettant de sensibiliser le plus grand nombre. Cela passera notamment par la formation de différents acteurs de terrain, travaillant dans les communes qui composent cette métropole. Notre échange avec elle a eu lieu alors que nous étions en pleine construction de notre problématique. Celui-ci n'a fait que renforcer notre idée d'appréhender la question des recommandations de manière différenciée, et d'apporter un regard critique sur ce qui se fait, et sur les limites de ces recommandations.

Les deux entretiens qui ont suivi ont été plus formels, et se sont appuyés sur une grille d'entretien semi-directive que vous retrouverez en annexe C<sup>42</sup>. Nos questions étaient

---

<sup>42</sup> Cf Annexe C : Grille pour entretiens d'experts.



tournées de manière à mieux comprendre les spécificités du travail des professionnels que nous avons enquêtés, ce qui pouvait les distinguer des autres structures travaillant sur le même thème, et leur manière de définir et d'expliquer le gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs. Nous en avons également profité pour leur demander leur avis sur les recommandations actuellement véhiculées à travers différents canaux de communication, une manière pour nous d'en apprendre davantage sur d'éventuelles limites qu'ils auraient identifiées. Enfin, au travers d'un travail de projection, nous leur avons demandé ce qu'ils feraient pour agir sur la thématique du gaspillage alimentaire chez les mangeurs-consommateurs s'ils avaient des ressources illimitées.

Le premier de ces deux entretiens a été réalisé auprès d'un membre actif de l'antenne toulousaine de l'association Zéro Waste France, qui milite pour la réduction des déchets à la source dans un contexte de transition écologique. Celui-ci travaille également dans un cabinet d'études spécialisé dans la prévention des déchets. Son approche particulière du gaspillage nous a permis de comprendre que la définition de l'acte même de gaspiller peut être source de remise en question. En effet, selon son approche, le fait de stocker inutilement des denrées alimentaires, mais également des biens matériels, va relever du gaspillage, et cela même s'ils ne sont pas jetés<sup>43</sup>. Cet entretien nous a donc poussés à nous questionner sur la notion d'utilité, notamment lors de l'étape de l'approvisionnement.

Le second entretien a, quant à lui, été réalisé auprès d'une chargée d'animation au sein d'une association qui accompagne, depuis 2017, la restauration collective et commerciale dans la réduction de son gaspillage alimentaire, et sensibilise le grand public sur l'importance de réduire les déchets alimentaires. Lors de cet entretien nous avons notamment pu discuter du fait qu'une recommandation peut être intériorisée, mais non mise en pratique, notamment à cause des temporalités très tendues dans lesquelles évoluent certains individus<sup>44</sup>. Par ailleurs, si la répétition d'une même recommandation par différents acteurs peut être perçue comme cacophonique, pour notre experte c'est « *la redondance d'un message qui fait qu'on finit par l'intégrer* »<sup>45</sup>.

---

<sup>43</sup> Cf Annexe B : Retranscription entretien d'expert 1.

<sup>44</sup> Cf Annexe E : Retranscription entretien d'expert 2.

<sup>45</sup> Cf Annexe E : Retranscription entretien d'expert 2.

Ces deux entretiens nous ont, d'une part, confortés quant à la pertinence de questionner les recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire, et d'autre part, nous ont permis de prendre du recul sur la définition que nous avons de notre thématique, et sur la manière d'approcher le travail des acteurs de terrain.

Enfin, le dernier entretien d'expert nous a été accordé par Mélanie Tuffreau et Cédric Le Fur, co-fondateurs de l'association FAIRÉCO, qui a pour objectif d'accompagner les habitants des quartiers prioritaires dans l'expérimentation de pratiques plus écologiques. Nous tenions tout particulièrement à interroger cette association, afin de montrer l'importance d'une approche compréhensive lors de l'accompagnement au changement de pratique. Par ailleurs, nous souhaitons aussi interroger la manière dont le travail des sociologues et des acteurs de terrain peuvent se compléter et s'enrichir mutuellement. Nous vous présenterons plus en détail nos conclusions suite à cet entretien, dans la partie consacrée à nos préconisations.

Ces divers entretiens d'experts ont été pour nous une source d'information et de réflexion indispensable pour la construction de notre sujet. Confronter notre point de vue avec celui d'autres personnes est toujours enrichissant, cela l'est encore plus lorsqu'il s'agit de professionnels spécialisés sur notre thème de recherche. Ces échanges sont d'autant plus importants que le sociologue n'est « *ni neutre, ni extérieur à son terrain. Le chercheur est impliqué dans sa recherche et son implication est à analyser et porteuse de sens* » (Cibois, 2013, p. 57). Cela signifie que même détaché de ses prénotions, il va aborder la réalité sociale au travers de certains filtres, et qu'un travail de remise en perspective sera alors nécessaire pour ne pas biaiser l'analyse.

### 1.2. Le recensement des recommandations

Si nous voulons étudier l'intériorisation et la mise en pratique des recommandations auprès des mangeurs-consommateurs, il nous semble important d'avoir dans un premier temps une connaissance la plus fine possible de ces recommandations.

Nous avons donc entrepris un recensement des différents conseils et recommandations émis par des acteurs économiques, publics, associatifs et municipaux. Cela nous permet de répertorier plus précisément, les acteurs impliqués dans la réduction du gaspillage

alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs. Une fois ce premier *listing* réalisé, nous souhaitons hiérarchiser ces recommandations en un ensemble ordonné, en les distribuant entre les différentes étapes de l'itinéraire de consommation. Bien que nous vous présenterons, plus en détails, cet itinéraire de consommation dans la partie dédiée à la méthodologie probatoire, rappelons qu'il se compose de sept étapes : la construction de la décision, le déplacement sur le lieu d'approvisionnement, l'acte d'achat, le stockage, la préparation culinaire, le repas et la gestion des restes. Cette organisation est une manière pour nous d'y voir plus clair, et de faciliter les échanges avec notre échantillon lors de nos entretiens probatoires.

Afin de structurer l'information recueillie, nous allons donc hiérarchiser nos résultats de recherche concernant ces recommandations au sein d'un tableau à entrées multiples, qui permettra de lire rapidement les informations suivantes :

- les différentes catégories d'acteur impliquées dans la réduction du gaspillage ;
- les différentes recommandations rangées selon l'étape de l'itinéraire de consommation dans laquelle elles interviennent ;
- les différentes recommandations véhiculées par une même structure ;
- les différents acteurs véhiculant une même recommandation.

Nous vous présenterons plus en détail ce tableau récapitulant nos recherches exploratoires, dans le chapitre consacré à l'analyse de nos données.

Pour finir, précisons que ce travail de recensement et de classification pourra nous servir lors de l'analyse de notre terrain probatoire, afin d'identifier pour chacune des recommandations si celle-ci est intériorisée et mise en pratique par le mangeur-consommateur interviewé. Nous vous présenterons donc, dans le sixième et dernier chapitre, la manière dont nous avons détourné ce travail exploratoire afin de le transformer en grille d'analyse.

### 1.3. Le focus group en ligne

Afin de compléter le travail de recensement des recommandations que nous venons de vous présenter, nous avons eu l'idée de mettre en place un *focus group*. En effet, notre premier recensement permettait d'identifier les recommandations véhiculées par des

acteurs économiques et publics, travaillant avec notre public cible. Le *focus group* nous a donc semblé être une bonne manière de confronter les recommandations trouvées en ligne, avec celles connues par le grand public.

Un *focus group* est une discussion structurée entre plusieurs participants, autour d'un thème prédéfini par le chercheur. Ce *focus group* va être modéré par un animateur, généralement accompagné d'un assistant, et vise à recueillir de l'information sur un nombre limité de questions (Duchesne, Haegel, 2008). L'objectif est de permettre la réflexivité collective, et sa force réside justement dans cet effet de groupe, qui va animer la discussion. Nous avons choisi de nous servir de la méthode du *focus group* car elle va permettre de cerner un problème social, tel qu'il est formulé par les participants, et non pas comme il est posé par les experts ou d'autres personnes détenant la « *parole légitime* »<sup>46</sup>.

Si cette méthode permet d'obtenir rapidement une très grande quantité de données, leur analyse est quant à elle plus lourde. Nous avons donc décidé de l'utiliser pour notre terrain exploratoire, afin de commencer à nous familiariser avec cette méthode en cas de besoin pour une étude future.

Cependant, le contexte sanitaire particulier a rendu impossible l'organisation d'un *focus group* au sens classique du terme. Nous avons donc dû rebondir afin de créer un outil adapté et pertinent. Nous avons ainsi inventé un jeu dématérialisé permettant aux participants de se connecter de manière simultanée sur le site Padlet, et de créer un mur de post-it sur lequel ils pouvaient partager en temps réel des recommandations avec l'ensemble du groupe. Bien que le jeu pouvait être fait de manière individuelle, afin de favoriser les échanges, nous avons invité les participants à rejoindre une visioconférence, permettant à chacun de se voir et de s'entendre.

Les quatre participants de ce *focus group* étaient de jeunes individus maîtrisant la technologie, âgés de 20 à 30 ans, deux vivants en couple et deux vivants seuls, et étant soit

---

<sup>46</sup> **Rochedy Amandine.** *Initiation aux outils de la recherche appliquée. Collecte et analyse de données.* Cours de Master 2 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2020.

étudiants soit jeunes actifs. Après les avoir contactés, et avoir convenu d'un créneau, nous nous sommes donc retrouvés sur l'outil Zoom afin de commencer le jeu interactif.

Après avoir rapidement présenté l'utilisation de l'outil Padlet, l'explication des consignes aux participants s'est accompagnée du support visuel suivant, que nous avons créé grâce à la plateforme de conception graphique Canva.

Figure 1 : Visuel explicatif des règles du focus group en ligne



Le jeu s'est ensuite déroulé en quatre étapes :

- La première consistait à créer des post-it et à y inscrire une recommandation permettant de limiter le gaspillage alimentaire au domicile.
- Pour la seconde, il leur fallait pour chacune des recommandations écrite par un participant, cliquer sur un pouce levé ou baissé, afin de signifier s'ils l'appliquaient chez eux.
- Lors de la troisième étape, ils devaient noter dans une zone de texte dédiée la manière dont ils avaient connu les différentes recommandations.
- Enfin, pour la quatrième et dernière étape, nous leur avons demandé de commenter par écrit les recommandations avec d'éventuels limites ou freins à leur utilisation. Cela a notamment permis d'ouvrir le dialogue, et de permettre aux participants de débattre sur certaines pratiques, et sur leurs propres habitudes de consommation.

Une fois le jeu lancé, chacun des participants a commencé à créer des post-it. Notre rôle a alors été d'animer ce *focus group*. Pour cela, nous avons incité les participants à liker les recommandations qu'ils utilisaient eux-mêmes, et à étayer leur propos concernant certains de leurs conseils. Nous avons également hiérarchisé les recommandations selon de grandes catégories, afin de faciliter les échanges entre les participants. Par ailleurs, notre rôle a également été de faciliter la prise de parole de chacun, d'instaurer les conditions d'un échange pacifique entre les participants, et de m'assurer que ces derniers ne s'éloignent pas trop du sujet imposé (Duchesne, Haegel, 2008, p. 63).

Bien que ce *focus group* en ligne s'éloigne légèrement de ce qui est habituellement réalisé en présentiel, la proposition d'un jeu, et le fait d'avoir réuni des personnes étant déjà à l'aise avec les outils informatiques proposés, a permis de garder une certaine dynamique, et de compléter notre approche des recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs.

## 2. La méthodologie probatoire

Bien que notre mémoire soit déconnecté de notre stage, nous avons fait le choix de nous engager en autonomie dans un terrain probatoire, que nous souhaitons aussi conséquent que celui de nos camarades, et en accord avec notre objet d'étude. Nous allons donc vous présenter les raisons qui nous ont poussés à choisir une méthode qualitative, la manière dont nous avons constitué notre panel d'enquêtés, la méthode des itinéraires de consommation que nous avons décidé de mobiliser, ainsi que notre grille d'entretien et nos outils de passation.

### 2.1. Le choix de l'entretien semi-directif situé

Le premier choix qu'il a fallu faire pour entrer dans notre terrain, concerne les méthodes qualitatives ou quantitatives que nous souhaitons utiliser. Il s'agit là d'une décision qui doit être justifiée, car « *le choix de la méthode s'inscrit dans une stratégie de recherche* » (Combessie, 2007, p. 9), dans la mesure où le matériel sociologique obtenu va permettre au chercheur de répondre à sa problématique, et de valider ou d'invalider ses hypothèses.

En sociologie, nous distinguons deux grandes catégories de méthodes de collecte de données : les études quantitatives et les études qualitatives. Les premières vont regrouper

des méthodologies telles que le questionnaire ou le traitement secondaire de données quantitatives, tandis que les secondes vont concerner l'observation, les entretiens et les histoires de vie. Les méthodes quantitatives vont s'appuyer sur un large échantillon et vont permettre de fournir de l'information chiffrée. Cependant, le cadre de ce type d'étude étant rigide, et laissant peu de place à l'imprévu, il ne permet pas toujours aux enquêtés de développer leurs propos. Les méthodes qualitatives vont, quant à elles, s'appuyer sur un panel d'enquêtés plus réduit, et visent à comprendre le sens que les individus donnent à leurs pratiques, et quelles sont leurs représentations et leur vision du monde. Ces méthodes rendent compliquée la montée en généralité, et posent question quant à leur objectivité, dans la mesure où le chercheur est en même temps le concepteur de la recherche et de ses outils, « *l'instrument* » de collecte et l'analyste<sup>47</sup>. Précisons par ailleurs que ces deux types de méthodes ne s'excluent pas l'une l'autre, et qu'elles peuvent être utilisées de manière complémentaire au sein d'une même étude, cela permet notamment de faire face aux écueils de chacune d'elles.

Si les méthodes quantitatives se rapprochent davantage de la sociologie explicative, les méthodes qualitatives relèvent plutôt de la sociologie compréhensive. Ceci étant dit, et afin de respecter notre volonté de nous engager dans une étude compréhensive, concernant les pratiques des mangeurs-consommateurs, nous avons opté pour une étude qualitative avec la réalisation d'entretiens.

Ce choix a été motivé par le fait que nous souhaitons avoir accès aux pratiques des mangeurs-consommateurs, mais également au sens qu'ils donnent à ces pratiques, à leurs représentations (Poulain, 2002, p. 46 ; Blanchet, Gotman, 2007, p. 39), et à leur manière de percevoir le gaspillage alimentaire. S'agissant d'un thème où il peut être tentant de retranscrire la norme attendue, nous avons également préféré avoir recours à l'entretien, afin de pouvoir palier à cet éventuel biais méthodologique, et avoir accès à un matériel le plus riche possible. Avec ces entretiens, que nous avons voulu situés au domicile des enquêtés, nous espérons pouvoir mettre les enquêtés dans les meilleures dispositions

---

<sup>47</sup> **Rochedy Amandine.** *Initiation aux outils de la recherche appliquée. Collecte et analyse de données.* Cours de Master 2 SSAA, ISTHIA, Université Toulouse – Jean Jaurès, 2020.

possibles pour se livrer, et leur permettre de nous donner accès, s'ils le souhaitent, à leurs lieux de stockage afin d'illustrer leurs propos. L'environnement dans lequel se déroule l'entretien va jouer un rôle déterminant (Kaufmann, 2016 ; Blanchet, Gotman, 2007). En effet, celui-ci doit mettre l'enquêté à l'aise et dans une position confortable pour se livrer. Le cadre doit donc garantir la sécurité et l'intimité nécessaire à recueillir du matériel sociologique riche. La posture avec laquelle l'enquêteur se présente à ses enquêtés, ainsi que son attitude tout au long des échanges, ne sont également pas à négliger, et peuvent impacter la qualité des informations recueillies.

Du fait du contexte sanitaire particulier, nous avons prévu un plan de secours qui visait à proposer aux enquêtés de faire l'entretien via Zoom. Toutefois, les conditions sanitaires nous ont permis de mener tous nos entretiens en présentiel au domicile des mangeurs-consommateurs, ce qui a grandement facilité les échanges et accentué la qualité du matériel recueilli.

Pour terminer, précisons qu'un entretien peut être plus ou moins directif, ce qui signifie que l'enquêteur va poser plus ou moins de questions, afin de guider l'enquêté dans sa thématique de recherche. On va distinguer trois formes principales de directivité, qui vont impliquer une relative marge de souplesse : l'entretien directif, avec une grille de questions proposées dans un ordre bien spécifique, l'entretien semi-directif, avec des questions prédéfinies mais permettant une certaine souplesse selon les propos de l'enquêté, et enfin le récit de vie, qui se présente plus sous la forme d'une question générale et d'une déambulation narrative de la part de l'enquêté (Bertaux, 2010). Afin de sonder notre thème, nous avons souhaité trouver un juste milieu, et avons donc choisi les entretiens semi-directifs.

Pour conclure, afin de questionner les représentations et les pratiques des individus en matière d'habitudes de consommation et de réduction du gaspillage alimentaire, nous avons fait le choix d'aborder notre terrain par le biais d'une étude qualitative en utilisant des entretiens semi-directifs situés au domicile des mangeurs-consommateurs. Nous allons à présent vous présenter notre panel d'enquêtés.



## 2.2. Le panel d'enquêtés

Une fois la méthode des entretiens choisie, il nous a fallu construire notre panel d'enquêtés. Pour ce faire, nous avons sélectionné les « *les acteurs dont on estime qu'ils sont en position de produire des réponses aux questions que l'on se pose* » (Blanchet, Gotman, 2007, p. 46). Dans notre cas par exemple, il s'agit de mangeurs-consommateurs *lambda*. Cependant, chaque entretien est unique et « *susceptible de produire des effets de connaissances particuliers* » (Blanchet, Gotman, 2007, p. 19).

Pour l'étude d'un même phénomène, il existe plusieurs échelles d'observation (Desjeux, 1998), et chacune d'elle va avoir sa pertinence selon l'objet d'étude et le type d'informations à recueillir. On distingue cinq grandes échelles du monde social et culturel :

- L'échelle macro-sociale : on y observe les régularités liées à la classe, au sexe, à la génération ou à la culture.
- L'échelle méso-sociale : on y observe les organisations et les systèmes d'action.
- L'échelle micro-sociale : on y observe l'espace domestique, les petits groupes et les interactions qui les régissent.
- L'échelle micro-individuelle : on y observe l'individu dans sa vie quotidienne.
- L'échelle neurobiologique et cognitive : on y observe le cerveau et son fonctionnement.

Selon l'échelle choisie, les résultats d'une recherche ne seront pas les mêmes. En effet, ce qui est visible à une échelle disparaît à une autre, mais cela ne signifie pas pour autant que ça n'existe pas. Afin qu'une étude soit pertinente, il est donc important de préciser de quel angle on observe les phénomènes sociaux. Lors du mémoire de master 1, nous nous étions essentiellement placés dans une échelle micro-individuelle lors de notre terrain exploratoire, et cela afin de questionner les motivations conscientes et inconscientes du mangeur-consommateur. Nous avons également étudié son cycle de vie et ses relations familiales, en nous plaçant donc à un niveau micro-social. Dans la présente étude, bien que notre approche principale reste centrée sur les échelles micro-sociale et micro-individuelle, nous allons élargir notre focale afin de prendre en compte d'autres dimensions, telles que l'action des pouvoirs publics et les recommandations diverses en matière de réduction du gaspillage alimentaire. Autrement dit nous explorerons l'échelle méso-sociale.

Maintenant que ce point est éclairci, revenons sur la composition de notre panel d'enquêtés. Afin de recueillir des pratiques diversifiées provenant d'individus variés, nous avons opté pour un panel composé de vingt individus, en veillant à représenter des personnes de différentes franges sociales (catégorie socio-professionnelle, niveau d'études et activité professionnelle), avec des lieux d'habitation variés (urbains et ruraux), et avec des niveaux d'engagement variés envers l'écologie et l'alimentation.

Nous avons également pris la décision de ne pas programmer d'entretiens de couple. En effet, notre expérience lors du terrain exploratoire de master 1 n'avait pas été suffisamment fructueuse. Bien que les conjoints peuvent se rappeler l'un à l'autre certains détails, dans le couple l'une des personnes monopolise généralement la parole au détriment de l'autre, et le recueil des perceptions individuelles nous a ainsi semblé biaisé. Cela est d'autant plus vrai que cette année, nous souhaitons questionner l'intériorisation et la mise en pratique des recommandations, il est donc important que nous puissions nous concentrer sur le vécu d'une seule et même personne à la fois. Par ailleurs, il peut être tentant, voire inconscient, de répondre à certaines questions de l'entretien par la norme intériorisée, par « *ce qu'il se fait* », notamment lorsqu'on se retrouve face à un enquêteur peu connu. Le fait de rajouter une tierce personne rend le processus de déconstruction encore plus complexe, car le couple, pour essayer de « *garder la face* » (Goffman, 1974), peut masquer certaines de ses pratiques. Sans compter que l'enquêteur lui-même aura une influence sur les réponses (Kaufmann, 2016, p. 65). Dans son livre intitulé *Le cœur à l'ouvrage*, Jean-Claude Kaufmann (2011) relève également cette difficulté à interroger simultanément les membres d'un couple.

Regardons à présent plus en détails notre panel qui se découpe de la manière suivante :

Tableau 1 : Composition du panel

HOMMES			FEMMES		
	Souhaité	Réalisé		Souhaité	Réalisé
Retraité vivant seul	1	0	Retraitée vivant seule	1	0
Retraité en couple	1	1	Retraitée en couple	1	2
Vivant seul	2	2	Vivant seule	2	1
Couple avec enfant(s)	3	2	Couple avec enfant(s)	3	3
Couple sans enfants	3	4	Couple sans enfants	3	3
Total	10	9	Total	10	9

Nous avons choisi d’interroger de manière égale des hommes et des femmes, et avons ensuite découpé chacun de ses deux sous-ensembles selon la structure de leur foyer : des couples avec et sans enfants, des personnes vivant seules et des retraités vivant en couple ou seuls. La répartition quant au niveau social ou au niveau d’engagement s’est faite de manière moins rigoureuse, mais nous avons essayé de veiller à une certaine diversité. Vous trouverez un détaillé de la répartition que nous avons obtenu en annexe D<sup>48</sup>.

Vous remarquerez dans le tableau ci-dessus une double entrée, différenciant les entretiens que l’on souhaitait réaliser, et ceux réellement réalisés. Du fait du contexte sanitaire particulier, et malgré nos efforts et les diverses stratégies déployées afin d’atteindre la représentativité souhaitée, nous ne sommes pas parvenus à avoir une représentation parfaite du panel que nous avons initialement imaginé. Notre nombre total d’enquêtés est de dix-huit, et nous avons interrogé au moins une personne dans chacune des grandes catégories, exceptée pour les retraités vivants seuls. Cependant, ces petites variations sont selon nous peu significatives, car nous ne nous intéressons pas à une frange particulière de la population, mais plutôt à des pratiques les plus diversifiées possible. Nous pensons par ailleurs avoir atteint le seuil de saturation empirique, fréquemment utilisé lors

---

<sup>48</sup> Annexe D : Composition détaillée de notre échantillon.

d'observations, et qui implique d'arrêter les entretiens lorsque les données recueillies n'amènent pas d'éléments nouveaux<sup>49</sup>.

Lors du recrutement, nous avons gardé une certaine souplesse en tenant compte de la bonne volonté des enquêtés (Gojard, Dubuisson-Quellier, Véron, 2016, p. 1). Nous nous sommes appuyés sur notre réseau de connaissances personnel, ainsi que sur celui de nos proches, et avons utilisé la méthode « *boule de neige* », en demandant aux enquêtés que l'on interrogeait s'ils pouvaient nous adresser à des personnes qui seraient disposées à participer à notre enquête. En fin de recrutement, nous avons fait un appel à candidat au sein de notre immeuble, par le biais d'un mot affiché dans l'ascenseur, ce qui nous a permis de recruter un participant de plus. Enfin, nous avons réussi à enquêter un inconnu que nous avons rencontré dans un espace vert toulousain, et qui a accepté de nous accueillir chez lui et de nous accorder un entretien. Cette expérience a été très intéressante car, pour la première fois, nous n'avions aucun point de repère sur la vie de notre enquêté. Il a donc fallu redoubler de concentration, afin de cerner les informations importantes et avoir des relances pertinentes. Nous sommes sortis grandis de cette expérience, et nous ne doutons pas de son utilité pour la suite de notre carrière professionnelle.

Pour terminer, précisons qu'une importance toute particulière doit être accordée à la prise de contact avec les individus composant notre panel. Lors de la prise de rendez-vous, plusieurs points devront être négociés avec le futur enquêté. Tout d'abord le lieu : il faut en effet que les personnes puissent disposer d'un endroit calme au sein de leur maison pendant une durée prolongée. Cela nous amène à parler du temps de passation. La grille d'entretien étant assez longue, l'entretien durera en moyenne entre une heure et demie et deux heures, il faut être sûr que l'enquêté dispose de ce laps de temps, avant de fixer le rendez-vous. Dans le cas contraire, il est préférable de décaler à une date ultérieure, plutôt que de prendre le risque de devoir écourter l'entretien, ou de le bâcler pour rentrer dans une marge de temps imposée. Lors de la prise de contact, il faudra également préciser que l'entretien sera enregistré, et rassurer l'enquêté sur l'utilisation purement professionnelle que nous allons faire de cet enregistrement. Il faudra dans ce sens leur faire parvenir et

---

<sup>49</sup> **Burquet Anne.** *Méthodologie des sciences humaines et sociales.* Cours de Licence 3 Communication, Communication, IUT Paul Sabatier, 2018.

signer un formulaire de consentement<sup>50</sup>, qui comme un contrat, stipule les informations relatives à l'entretien, ainsi que les droits de l'enquêté. Au début de l'entretien, ce formulaire de consentement devra être signé, et l'enquêteur pourra répondre aux éventuelles questions de l'enquêté afin que tout soit clair pour lui. Notre panel étant en partie constitué sur la base de notre propre réseau de connaissances, nous avons, lors des entretiens, appuyé sur le fait que si l'enquêté souhaitait à tout moment mettre fin à l'échanges, cela n'aurait pas d'influence sur nos relations futures.

Nous voyons que la constitution de notre panel et le recrutement de celui-ci est notre premier contact réel avec le terrain, et les individus qui le composent. Bien que la méthode qualitative choisie n'ait pas pour vocation la représentativité et la généralisation des résultats, et que la taille du corpus soit « *plus réduite que [celle] d'une enquête par questionnaire* » (Blanchet, Gotman, 2007, p. 50), cette étape n'est pas à prendre à la légère. La qualité du matériel sociologique que nous allons recueillir va, en partie, dépendre de la rigueur avec laquelle nous allons cadrer notre étude. Il est donc important de le faire de manière consciencieuse pour ne pas rendre la suite de notre étude inexploitable.

### 2.3. Présentation de la grille d'entretien et des outils de passation

Afin de terminer cette partie dédiée à la mise en place de notre méthodologie, nous allons vous présenter la grille qui nous a guidés lors de nos entretiens semi-directifs<sup>51</sup>. Il s'agit d'un outil indispensable pour l'enquêteur, car même si celle-ci est généralement apprise par cœur, elle sert de béquille dans une situation où l'enquêteur se retrouverait en difficulté. Au-delà de garder le cap sur l'avancée générale de l'entretien, cette grille d'analyse est composée de relances afin d'aider un enquêté ayant du mal à se livrer, ou à comprendre le sens d'une question. Pour toutes ces raisons, cet outil doit être préparé avec grand soin afin de devenir un allié le jour J.

Conscients que notre entretien est assez long, celui-ci pouvant aller jusqu'à plus de deux heures selon les mangeurs-consommateurs, nous avons décidé de créer un outil visuel et

---

<sup>50</sup> Cf Annexe F : Notice d'information et consentement éclairé.

<sup>51</sup> Cf Annexe G : Grille d'entretien probatoire.

ludique, semblable à un plateau de jeu. Nous allons commencer par vous présenter cet outil, avant de vous détailler les différentes parties de notre grille d'entretien.

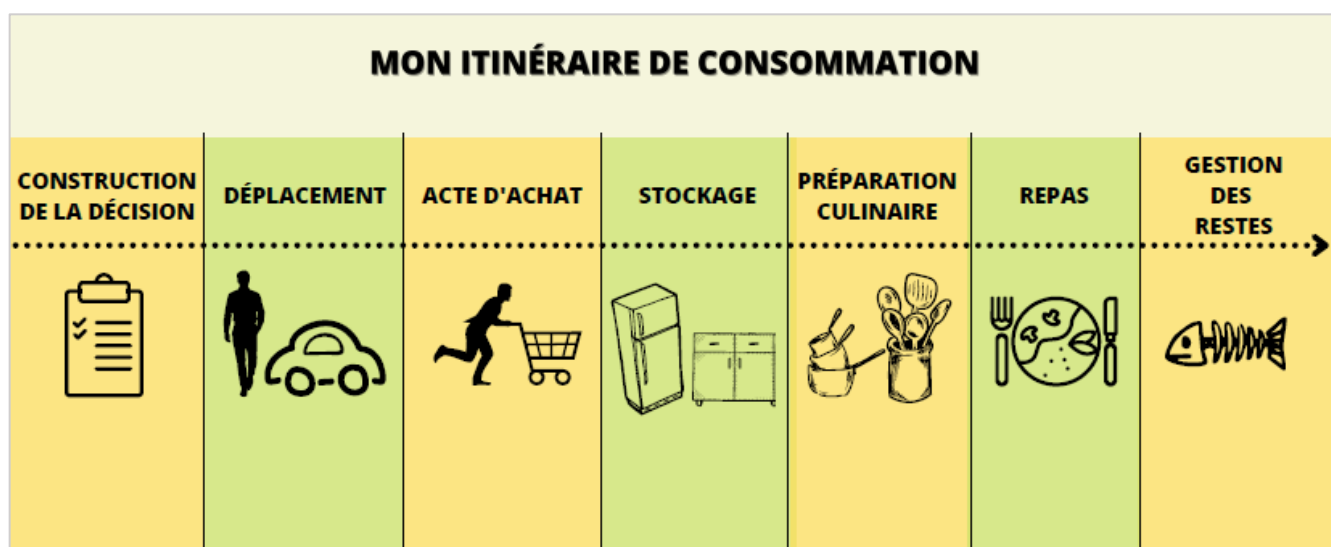
### 2.3.1. Un plateau de jeu guidant l'entretien

Lors de notre terrain exploratoire de master 1, nous avons fait le choix de ne pas donner le thème précis de notre mémoire aux enquêtés, afin de ne pas influencer leurs réponses. Pour cette étude, nous avons préféré donner notre thème de recherche dès le début, en expliquant que nous travaillons sur le gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs, et que nous nous intéressons aux recommandations et « *petits conseils* » afin d'éviter ce gaspillage. En effet, nous avons appris de notre terrain de première année, et nous nous en sommes servi pour adapter notre méthodologie.

La deuxième leçon que nous avons tirée de cette première expérience, est que les enquêtés peuvent avoir tendance à divaguer et à se perdre parmi les thèmes que nous leur proposons. Nous avons donc construit notre entretien autour de l'itinéraire de consommation, dont nous vous avons déjà parlé, et que nous vous détaillerons dans le troisième point de cette partie. Il s'agit là d'un fil conducteur qui peut être facilement modélisable, et qu'il nous a semblé ludique d'illustrer, afin de permettre au mangeur-consommateur de se projeter et de structurer ses réponses.

Nous avons donc construit un plateau de jeu, que vous pouvez voir sur l'image ci-dessous, sur lequel l'enquêté pouvait se déplacer à l'aide d'une petite figurine qu'il avait le loisir de choisir en début d'entretien.

Figure 2 : Plateau de jeu guidant l'entretien



Au-delà de visualiser à quelle étape de l'itinéraire nous nous trouvions, il n'était pas rare qu'un enquêté déplace sa figurine vers l'arrière afin de compléter son propos avec un détail qu'il aurait oublié sur une étape précédente. Il s'agit donc d'un outil qui a été très bien adopté par les enquêtés, et qui a globalement beaucoup plus. Ces derniers ont tous souligné l'aspect ludique que ce plateau de jeu et ces figurines donnaient à l'entretien. Ils ont aussi apprécié de pouvoir choisir leur personnage en début de jeu et de le déplacer tout au long de l'entretien. Le recours à un objet visuel et ludique est un bon moyen de garder l'attention des enquêtés, notamment lorsque l'entretien est particulièrement long comme le nôtre.

### 2.3.2. La présentation générale de l'enquêté

Les trois premières questions de la grille sont posées avant de commencer l'avancée de la figurine sur le plateau de jeu. Elles nous permettent d'en apprendre davantage sur l'enquêté, et de contextualiser ses réponses.

Après s'être présenté lui et la composition de son foyer, nous lui demandons quel est son rapport à l'alimentation, afin de savoir s'il s'agit plutôt d'une corvée ou d'un moment de plaisir relié à des souvenirs heureux. Nous nous sommes rendus compte que pour certains, se nourrir ne servait qu'à répondre à un besoin physiologique, ou à permettre de meilleures performances sportives.

La troisième question a pour objectif de cerner le niveau d'engagement de l'enquêté vis-à-vis de l'écologie. Nous lui demandons alors, selon sa propre définition, de nous dire s'il se considère comme une « *personne écolo* ». Bien que l'enquêté ait du mal à s'auto-situer, il nous fait part de pratiques qu'il met en place, afin de nous permettre de juger de son niveau d'engagement. Cette question nous permet de manière détournée d'identifier les pratiques que les enquêtés considèrent comme écologiques.

Cette première partie est généralement assez rapide, elle permet à l'enquêté de s'habituer aux modalités de l'entretien et au principe de question-réponse. Nous rentrons par la suite dans le vif du sujet, et donc dans leur itinéraire de consommation.

### 2.3.3. L'itinéraire de consommation

La quasi-totalité du reste de l'entretien va se faire au sein de cet itinéraire de consommation, dont nous vous avons longuement parlé. Il s'agit là d'un fil rouge méthodologique qui nous a permis de construire notre terrain. Nous allons donc vous présenter ce concept, avant de vous parler plus en détail de son utilisation pour notre grille d'entretien.

La méthode des itinéraires a été mise au point par Dominique Desjeux, et se situe dans une échelle d'observation micro-sociale. Cette méthode consiste à « *suivre un acteur tout au long de l'itinéraire qui va de la préparation de l'achat jusqu'à la consommation d'un produit ou d'un service* » (Poulain, 2002, p. 54). Utilisée en sociologie de l'alimentation, cette méthodologie va permettre de retracer le processus d'achat d'une denrée alimentaire, « *en reconstituant la dynamique sociale dans laquelle [elle] est inséré[e] plutôt que de partir des arbitrages personnels de l'échelle micro-individuelle ou des effets d'appartenance sociale ou de style de vie de l'échelle macrosociale* » (Desjeux, 2006, p. 90). Ainsi, « *les choix des consommateurs ne se limitent pas à des arbitrages, mais [...] s'inscrivent dans des jeux sociaux stratégiques, émotionnels et symboliques* » (Desjeux, 1998, p. 10), ainsi que dans une dimension matérielle non négligeable (Desjeux, 2006, p. 90). Nous recontextualisons ainsi les pratiques dans les structures du quotidien, avec leur part de routine et de changement.

Cet itinéraire de consommation peut être décomposé en sept étapes (Desjeux, 1998, p. 10 ; Desjeux, 2006, p. 96 ; Poulain, 2002, p. 56) :

- la construction de la décision à la maison, avec les différentes interactions qui l'accompagnent ;
- le déplacement vers le lieu d'approvisionnement ;
- l'acte d'achat en lui-même, avec ses interactions sociales et ses interactions homme/objet ;
- le stockage des acquisitions au domicile ;
- la préparation culinaire ;
- la consommation, les pratiques et les manières de table ;
- le rangement et le traitement des déchets.

Ces différents points vont nous permettre de contextualiser le dernier maillon – le traitement des déchets – dans un itinéraire de consommation plus global. Lors de



l'entretien, nous allons suivre cet itinéraire à partir du moment où les enquêtés se rendent compte qu'ils doivent faire des courses, pour arriver à la fin du repas et à la gestion des restes. Ces derniers n'étant pas la seule source de gaspillage, ce parcours nous permettra de repérer la manière dont les différentes décisions pointillant l'itinéraire participent à faire grossir les chiffres du gaspillage alimentaire au domicile.

Une des limites de la méthodologie des itinéraires de consommation de Dominique Desjeux, est que l'on peut passer à côté de certains moments de vie qui sont essentiels à la compréhension des pratiques des individus, mais qui ne rentrent pas dans cet itinéraire. Il est donc très important de rester à l'écoute de son enquêté afin de repérer des pistes qui pourraient être approfondies, indépendamment du cheminement pensé lors de la création de la grille d'entretien. De plus, la dernière partie de notre grille d'entretien, que nous allons voir à la fin de cette partie, va permettre aux interviewés de donner du sens à leurs propres pratiques, et d'exprimer leur avis sur la notion de gaspillage alimentaire. Bien qu'elle offre une plus grande marge de réponse, tout le reste de l'entretien étant tourné vers cet itinéraire de consommation, il est possible que l'enquêté reste focalisé sur cette logique de pensée, et n'aille pas chercher plus loin dans sa mémoire des causes de gaspillage, qui pourrait provenir d'autres sphères que celle de l'itinéraire de consommation. Il faut donc être conscients de cette éventuelle limite lors de l'analyse des résultats finaux. Comme le précise Bertaux, nos questions vont avoir tendance à orienter les réponses en lien avec notre objet d'étude (Bertaux, 2010), c'est donc dans cette mesure que l'entretien va laisser moins de liberté à l'enquêté que la méthodologie du récit de vie, que nous voulions initialement utiliser en master 1.

À la fin de chaque étape de l'itinéraire, nous demanderons aux enquêtés de nous donner des conseils, qu'ils appliquent ou non chez eux, afin de réduire le gaspillage dans notre propre domicile. Cela permettra de questionner leur intériorisation, leur mise en pratique mais également leurs limites. Le fait de poser cette question permet d'inverser les rôles : nous ne sommes plus la personne détenant le savoir sur la thématique de laquelle nous discutons, et la transmission se fait ainsi de manière ascendante. Avec le travail exploratoire que nous aurons mené, nous pourrons nous assurer que les différentes recommandations existantes soient bien abordées lors de l'entretien, en laissant bien

entendu d'abord la parole aux enquêtés, afin de ne pas influencer leurs réponses. Il s'agira là d'une sorte de *check-list* finale afin de nous assurer qu'aucun thème n'ai été omit.

Revenons à présent un à un sur les différents points d'étapes de l'itinéraire de consommation.

#### 2.3.3.1. La construction de la décision

Cette étape a lieu avant même le déplacement sur le lieu d'achat. Nous demandons à nos enquêtés comment ils s'organisent quand leurs placards et leurs réfrigérateurs sont vides, et qu'il est temps de faire les courses. Sans influencer leur réponse, nous les écoutons et ajustons nos relances, afin de savoir s'ils mettent en place une liste des courses ou un menu de la semaine. Nous leur demandons également s'ils vérifient leurs stocks avant de faire leurs achats, et s'ils sont la seule personne du foyer à jouer sur la décision. Bien entendu, et cela pour chaque étape, nous leur demandons s'ils sont la personne qui prend en charge cet aspect de l'alimentation chez eux.

#### 2.3.3.2. Le déplacement

Lors de cette étape, nous commençons par demander la fréquence à laquelle ont lieu généralement les courses, ainsi que le moyen de transport avec lequel ils se rendent sur leurs divers lieux d'achat. La question du mode de déplacement est intéressante, car ce dernier peut avoir un impact sur les pratiques ou la fréquence d'achat. En effet, une personne à pied ne pourra pas autant se charger qu'une personne en voiture : il pourra alors parfois être nécessaire de multiplier les petites courses hebdomadaires par exemple. La question de la proximité est aussi pertinente à sonder : nous leur demandons s'ils ont beaucoup de temps de trajet afin de questionner de manière implicite le respect de la chaîne du froid.

#### 2.3.3.3. L'acte d'achat

Nous passons ensuite à l'acte d'achat avec l'arrivée dans le lieu d'approvisionnement. Nous commençons par leur demander de nous parler de leurs lieux d'achat, et leur demandons également s'ils vont faire leurs courses seuls ou accompagnés. Cette dernière question

permet de savoir qui joue sur les décisions d'achat, question d'autant plus pertinente pour les personnes avec enfants.

Cette étape de l'itinéraire nous permet de comprendre comment les enquêtés procèdent dans le magasin, pour cela nous leur demandons de nous raconter leur déplacement entre les rayons, ceux qu'ils fréquentent en premier et s'ils ont des habitudes particulières. Cela nous permet de sonder, lorsqu'il y en a une, le respect de la liste des courses, la fréquentation des rayons promotions ou dates courtes, ou l'importance accordée à la chaîne du froid.

Nous commençons également à questionner leur intérêt pour les dates de péremption, en leur demandant s'ils prennent généralement le premier produit sur la gondole, et s'ils font cela pour tous les produits.

#### 2.3.3.4. Le stockage

À présent « *les courses sont faites et il est temps de rentrer à la maison pour les ranger* »<sup>52</sup>. Lorsque nous demandons aux enquêtés de nous expliquer comment ils rangent leurs courses, ils se dirigent tous naturellement vers leurs lieux de stockage, afin de nous expliquer. Le début de cette étape de l'itinéraire de consommation se déroulait donc essentiellement debout, avec une visite commentée des placards et du réfrigérateur. Nous ponctuons cette présentation de quelques relances, afin d'avoir accès aux motivations de ces choix de rangement. Ce faisant, nous cherchons notamment à savoir si les denrées sont rangées par dates, selon des questions d'accessibilité ou en suivant d'autres logiques leurs étant propres.

Une partie de cette étape est consacrée à l'utilisation du congélateur. Nous souhaitons savoir si celui-ci est utilisé uniquement pour les produits achetés déjà congelés, ou pour d'autres denrées, afin par exemple, de rallonger leur date de péremption et de ne pas les jeter.

---

<sup>52</sup> Il s'agit de la phrase avec laquelle nous introduisons cette nouvelle étape lors des entretiens.

L'étape du stockage se trouvant en milieu d'entretien, et étant particulièrement longue, nous proposons un petit jeu aux enquêtés afin d'introduire la thématique des dates de péremption. Nous leur présentons deux cartes avec écrit DLC et DDM, et leur demandons ce que représentent ces acronymes, et s'ils connaissent la différence entre eux. Respectivement, ces acronymes signifient Date Limite de Consommation et Date de Durabilité Minimale. Cette petite parenthèse dans l'itinéraire de consommation nous permet d'ouvrir le débat sur le système de dates, sur l'importance qu'ils lui accordent, si cela varie selon les aliments, ainsi que sur leurs pratiques concernant les dates. C'est à ce moment-là que nous questionnons le fait d'utiliser ou non ses sens afin de savoir si un aliment est toujours consommable. Pour terminer, nous en profitons également pour leur demander leur rapport à un aliment qui commencerait à moisir, afin d'identifier leur seuil de tolérance à ce sujet.

#### 2.3.3.5. La préparation culinaire

Nous passons ensuite à la préparation culinaire, partie qui sera plus ou moins longue selon l'attrait que l'individu porte à la cuisine. Nous questionnons la manière dont les tâches sont réparties au sein du foyer, ainsi que les logiques d'anticipation culinaire qui pourraient être mises en place, afin de ne pas avoir à cuisiner tous les jours.

#### 2.3.3.6. Le repas

Cette étape consacrée au moment du repas va se diviser en deux parties. Nous nous concentrons dans un premier temps sur les pratiques habituelles, autrement dit le lieu où se déroule le repas dans le foyer, le fait que tous les membres du foyer prennent leur repas en même temps et dans un même lieu, et les activités annexes qui sont parfois faites en simultané. Nous questionnons également la manière dont sont portionnées les assiettes, afin notamment de savoir si les justes quantités sont cuisinées, ou si une marge de manœuvre est anticipée afin de pouvoir se resservir.

Dans un second temps nous interrogeons les événements qui vont venir rompre l'organisation habituelle du repas. D'une part, le fait de recevoir des invités chez soi, et d'autre part, les repas pris en dehors du foyer : que ce soit au restaurant, au travail, chez des amis ou de la famille. Nous cherchons notamment à savoir si ces « ruptures de

*routines* » sont prévues à l'avance ou relèvent plutôt de l'imprévu, afin de comprendre si elles sont génératrices de restes, du fait d'un changement d'organisation de dernière minute. Indirectement, c'est à ce moment-là que les enquêtés vont nous parler de leurs manières d'éviter qu'une denrée alimentaire arrivant à sa date de péremption ne se perde.

#### 2.3.3.7. La gestion des restes

Pour clore notre itinéraire de consommation, nous entamons la question de la gestion des restes. Pour ce faire, nous demandons dans un premier temps comment se passe le moment du débarrassage de la table, qui s'en charge au sein du foyer, et si cela se fait immédiatement après le repas. Nous continuons ensuite avec la gestion des restes, et les méthodes de stockage éventuelles.

Pour terminer, nous entamons une discussion sur le rapport que nos enquêtés entretiennent avec les restes. Nous cherchons à savoir si cela les dérange de manger des restes, ou si au contraire cela permet d'éviter d'avoir à cuisiner. Afin de juger de ce rapport, nous leur demandons s'ils mangeraient les restes provenant d'une autre assiette, en les faisant se situer sur une échelle d'affinité partant d'eux même et des membres de leur foyer, et allant jusqu'à un inconnu tout juste rencontré, en passant par les membres de leurs familles ou leurs amis.

C'est avec cette question, qui fait parfois rire, et provoque d'autres fois du dégoût, que nous clôturons notre itinéraire de consommation. Après leur avoir demandé de faire sortir la figurine les représentant de l'itinéraire de consommation, nous passons sur une partie plus générale, concernant le thème du gaspillage alimentaire et les représentations qui l'entourent.

#### 2.3.4. Représentations autour du thème du gaspillage alimentaire

Pour finir cet entretien, nous avons une discussion plus générale et centrée sur le thème du gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs.

Après leur avoir demandé leur définition du gaspillage alimentaire, nous questionnons les enquêtés afin de savoir combien selon eux un Français gaspille en moyenne par an. Une fois leur estimation donnée, nous leur demandons s'ils pensent être dans la moyenne.

Par la suite, nous entamons une conversation sur les causes présumées du gaspillage alimentaire chez les individus, avant de revenir dans leur foyer, et de leur demander ce qui pourrait concrètement les aider à réduire leur gaspillage. Afin de les aider dans cette étape, nous leur demandons d'essayer de se rappeler du dernier aliment qu'ils ont jeté. Nous questionnons par la même occasion leur sensibilité au thème du gaspillage, en leur demandant ce qui les dérange le plus dans le fait de gaspiller, et qui donc les pousse à éviter de jeter des aliments.

Pour terminer, nous revenons sur les différents conseils qu'ils nous ont donnés tout au long de l'entretien, et nous leur demandons s'ils sont capables de nous dire comment ils les ont connus. Cette question de clôture permet d'interroger les prescripteurs des différentes recommandations.

#### 2.3.5. Les temps off, ou le matériel recueilli hors entretien

Une fois cette dernière question posée, l'entretien est officiellement terminé. Afin de bien marquer cette rupture, nous demandons aux enquêtés s'ils ont une dernière chose à ajouter, ou un thème qu'ils aimeraient explorer, et nous leur demandons s'ils nous autorisent à les recontacter s'il nous manque une information. S'ensuit alors généralement un moment de débriefing pendant lequel l'enregistreur tourne toujours, ce qui permet de garder en mémoire d'éventuelles réflexions sortant du cadre de l'entretien, mais étant pertinentes pour notre étude.

Lors de nos cours de master, on nous a souvent conseillé de laisser notre enregistreur activé une fois notre grille d'entretien finie. En effet, la fin de cette grille marque la fin de l'entretien dans sa forme la plus formelle, et permet souvent aux enquêtés, surtout les plus intimidés, de laisser retomber la pression, et de se laisser aller à des remarques qu'il sera peut-être intéressant d'analyser.

Au sein de ce chapitre, nous avons pu voir comment le terrain exploratoire de première année nous a été d'une aide précieuse, afin de construire de manière pertinente celui de seconde année. En effet, par l'expérimentation et la pratique, nous apprenons de nos erreurs et nous améliorons notre technique. Dans l'ensemble, tous nos entretiens se sont

très bien passés. Après seulement quelques passations, nous nous sommes sentis à l'aise avec l'outil que nous avons créé, ce qui nous a permis d'aborder sereinement chaque entretien. Le fait de prendre des notes pendant les entretiens permet d'aider lors des relances. Nous avons personnellement séparé notre feuille en deux : d'un côté des informations concernant l'enquêté qui pourraient nous être utiles pour la suite, et de l'autre des points abordés par l'enquêté sur lesquels nous souhaitons le relancer au moment le plus opportun. Pour conclure, le fait de construire entièrement notre méthodologie nous a permis d'appréhender les différentes étapes nécessaires avant l'accès au terrain. Il nous a parfois fallu nous adapter du fait du contexte sanitaire particulier, cependant, les réajustements de dernière minute sont quelque chose de très fréquent dans le travail d'un chercheur. Enfin, le fait de faire passer en autonomie ces dix-huit entretiens nous a permis de véritablement nous exercer, et de gagner en confiance pour nos études futures.

## Chapitre 6 : Analyse des résultats et préconisations

Nous allons à présent analyser les résultats obtenus à l'aide de nos terrains exploratoire et probatoire. Ces derniers avaient pour objectif de nous permettre de comprendre comment les recommandations en matière de réduction du gaspillage sont intériorisées et mises en pratique par les mangeurs-consommateurs, et quelles sont les limites de ces recommandations. Le travail de sociologue consiste à décrire, comprendre et expliquer, c'est ce que nous allons essayer de faire tout au long de ce chapitre.

Précisons que pour cette étude, nous avons eu recours à une analyse partielle de nos entretiens, ainsi qu'à des grilles d'analyse individuelles que vous trouverez en annexe A. Les résultats obtenus lors de cette première phase d'analyse ont ensuite été compilés sous forme de tableur Excel, mais pour des raisons de praticité de lecture, vous ne trouverez en annexe de ce mémoire que les grilles d'analyses individuelles, et non la grille d'analyse croisée. Nous reprendrons cependant les différents éléments essentiels au sein de ce chapitre.

Dans un premier temps, nous allons revenir sur les recommandations que nous avons recensées, et sur les différents types d'acteurs les véhiculant. Nous questionnerons ensuite la manière dont ces recommandations sont intériorisées, ce qui nous permettra de répondre à nos deux premières hypothèses. Nous nous intéresserons ensuite à la mise en pratique de ces recommandations dans le but de tester notre troisième hypothèse, selon laquelle une recommandation intériorisée n'est pas *de facto* mise en pratique. Cette troisième partie nous offre une transition parfaite afin d'aborder notre quatrième et dernière hypothèse concernant les limites des recommandations visant à réduire le gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs. Pour terminer ce chapitre, nous vous proposerons un travail rétrospectif visant à pointer du doigt les limites de notre étude, les pistes d'amélioration, ainsi que des préconisations.



## 1. Le recensement des recommandations visant à réduire le gaspillage au domicile

Dans cette première partie, et avant de commencer à tester nos hypothèses, nous allons entreprendre de recenser les recommandations visant à réduire le gaspillage alimentaire au domicile. En effet, si nous voulons questionner la manière dont ces dernières sont intériorisées et mises en pratique, il convient dans un premier temps d'avoir une connaissance la plus fine possible de ces conseils. Pour cela, nous allons vous expliquer comment nous avons construit notre liste de recommandations à l'aide de recherches en ligne ciblées et d'un *focus group* dématérialisé.

Lors de notre terrain exploratoire, nous avons dans un premier temps entrepris de rechercher les recommandations véhiculées en ligne, afin de dresser une liste de celles-ci, mais également afin de pouvoir identifier les acteurs portant ces recommandations. Pour ce faire, nous avons tout d'abord listé les recommandations données par des acteurs que nous connaissions personnellement, de par notre engagement sur le thème du gaspillage alimentaire. Nous avons complété les échanges que nous avons eus lors de nos entretiens d'experts, avec le contenu en ligne de structures telles que To Good To Go, France Nature Environnement, Phénix, Toulouse Métropole ou le ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation. Nous avons enrichi ces premiers résultats avec des recherches effectuées dans divers moteurs de recherches ou sur les réseaux sociaux. Pour cela, nous nous sommes servis des mots ou groupes de mots suivants : « *gaspillage alimentaire* », « *conseils antigaspi* », « *conseils réduction gaspillage alimentaire* », « *recommandations gaspillage alimentaire au domicile* », « *astuces antigaspi* », « *réduire le gaspillage alimentaire* ». Nous avons fait varier notre registre sur deux points : tout d'abord, l'utilisation de l'abréviation « *antigaspi* » très utilisée dans les messages de sensibilisation, et ensuite, l'utilisation de synonymes pour le terme « *recommandations* ». Nous avons en effet essayé de nous positionner à la place d'un mangeur-consommateur *lambda* cherchant des conseils pour réduire son propre gaspillage alimentaire.

Une fois nos recherches achevées, nous avons pu identifier quatre types d'acteurs véhiculant des messages visant à réduire le gaspillage alimentaire au domicile : des acteurs économiques, publics, associatifs et municipaux. Pour chacune de ces catégories, nous avons sélectionnés trois ou quatre acteurs spécifiques, afin de faire un tableau croisé

permettant d'identifier en un coup d'œil quelles sont les recommandations mises en avant par les différents acteurs<sup>53</sup>. La liste des acteurs traitant cette thématique n'a bien entendu pas comme objectif d'être exhaustive, mais plutôt de montrer que les recommandations qui sont diffusées ne sont pas propres à un seul acteur travaillant sur ce thème, et qu'une certaine redondance existe. Nous nous pencherons plus en détail sur ce tableau dans le cadre de notre seconde partie.

Ce travail de recherche et de recensement nous a permis de dresser une première liste de recommandations. Cependant, nous avons souhaité dans un second temps confronter les conseils trouvés en ligne avec ceux connus par le grand public. Nous nous sommes donc servis de notre *focus group* en ligne afin de compléter notre liste, mais également afin de commencer à questionner les limites de ces recommandations, ainsi que les vecteurs par lesquels ces recommandations ont été connues.

Dans le tableau ci-dessous, vous trouverez notre liste initiale de recommandations trouvées en ligne, suivie d'une colonne permettant de préciser si les participants du *focus group* les ont mentionnées. Les deux autres colonnes permettent de noter les recommandations qui ont été ajoutées par les participants sur le Padlet<sup>54</sup> ou mentionnées à l'oral, ainsi que quelques limites sur lesquelles nous reviendrons dans notre quatrième partie. Afin de suivre notre fil rouge, les recommandations sont classées selon les sept étapes de l'itinéraire de consommation.

---

<sup>53</sup> Cf Annexe H : Tableau croisé des recommandations et des acteurs communicants.

<sup>54</sup> Cf Annexe I : Visuel final du Padlet créé lors du *focus group*.

Tableau 2 : Grille d'analyse focus group

	Recommandations en ligne	Citées	Ajoutées	Limites
Décision	Liste des courses	X		- Menu difficile à tenir
	Vérification des stocks	X		
	Menu de la semaine	X		
Trajet	Impact du mode de déplacement		- Jouer sur la fréquence	
	Chaîne du froid			
Acte achat	Attention aux promotions		- Stocker des produits surgelés ou des produits non périssables, « au cas où » - Attention aux écarts	- Le congélateur va rapidement être plein et ce n'est pas écologique - Le participant 2 pense que le vrac est davantage lié aux emballages mais les participants 1 et 4 lui répondent que ça permet d'acheter les justes quantités et de stocker dans des bocaux
	Ne pas avoir le ventre vide			
	Achat de fruits et légumes non calibrés	X		
	Rayon antigaspi	X		
	Achat vrac et à la coupe	X		
	Acheter les justes quantités	X		
Stockage	Congélation	X	- Conseils de stockage spécifiques - Rangement par DLC	- Méconnaissance et confusion sur le sujet des dates + Manque d'informations claires - Pour le rangement par DLC il peut être difficile de s'y astreindre sur le long terme, le participant 3 pense qu'il vaut mieux avoir en tête les DLC + Les personnes faisant souvent des petites courses n'en ressentent pas le besoin - Manque de connaissances sur les astuces de stockage
	Hygiène du réfrigérateur			
	Respect des zones de froid			
	Adapter le lieu de stockage au produit	X		
	Règle du 1er entré, 1er sorti			
	Boîtes fermées	X		
	Distinguer DLC et DDM	X		
	Noter la date après ouverture			
	Conseils de stockage	X		
Préparation culinaire	Préparer les justes quantités	X	- <i>Batchcooking</i> - Cuisiner les aliments pour allonger leur DLC - Conseils culinaires spécifiques	- Le participant 1 souligne qu'il peut être difficile de cuisiner les aliments dans leur entièreté, ce à quoi le participant 2 répond que l'utilisation d'internet peut être une solution - Pas forcément évident d'évaluer les bonnes quantités
	Attention aux déchets de préparation	X		
	Cuisiner ce qui se périmé en premier	X		
	Cuisiner les restes	X		
	Faire confiance à ses sens	X		
	Conseils culinaires	X		
Repas	Attention aux restes	X	- Se servir selon la faim	- Le fait de manger les restes peut provoquer de la lassitude
Gestion restes	Donner le surplus		- Composter - Avoir des animaux	
	Accommoder les restes	X		
	Bien les conserver	X		

Le *focus group* nous a notamment permis d'ajouter les quatre recommandations suivantes à notre liste :

- jouer sur la fréquence d'achat ;
- faire attention aux écarts et aux craquages ;
- ranger par DLC ;
- se servir selon sa faim.

Pour ce qui est de la gestion des restes par le compost ou l'alimentation animale, nous retrouvons là les confusions faites autour de la définition même du gaspillage alimentaire, que nous avons évoquées dans notre premier chapitre. En effet, ces deux types de revalorisation sont considérés comme du gaspillage par la définition sur laquelle nous nous appuyons, mais pas par les mangeurs-consommateurs. Lors de nos entretiens, nous avons demandé à nos enquêtés leur définition du gaspillage alimentaire, et la plupart d'entre eux ne considèrent pas cela comme du gaspillage. Notre enquêtée n° 11 résume bien cette manière de penser avec la phrase suivante : « *Le gaspillage c'est tu prends tu jettes, si tu le réutilises ce n'est pas du gaspillage* »<sup>55</sup>. Par ailleurs, on remarque que le fait de donner des restes aux animaux va être plus accepté que de les composter : les enquêtés n° 9 et 18 vont appuyer sur le fait que ce soit « *des êtres vivants* »<sup>56</sup>. Pour finir sur cette réflexion, nous avons pu constater que la quantité d'aliments qui va être utilisée pour le compost ou l'alimentation animale va influencer sur le fait que ce soit considéré ou non comme du gaspillage, c'est notamment le cas pour les enquêtés n° 5 et 9<sup>57</sup>. Quoi qu'il en soit, et afin de rester dans le cadre de la définition que nous nous sommes fixée au début de ce mémoire, nous n'avons pas ajouté le fait de composter ou de donner des restes aux animaux comme des recommandations permettant de limiter le gaspillage alimentaire.

De manière plus générale, la combinaison de nos recherches en ligne et des résultats de notre *focus group*, nous a permis d'aboutir à une liste que l'on considère comme la plus exhaustive possible. Elle est un mélange de ce qui est prôné par les experts, et de ce qui est connu par le grand public, et va nous servir de *check-list* lors de nos entretiens. Elle nous permettra notamment d'aiguiller nos relances et de cocher les recommandations qui sont

---

<sup>55</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 11.

<sup>56</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 9 et enquêté n° 18.

<sup>57</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 5 et enquêté n° 9.

intériorisées et mises en pratique par les mangeurs-consommateurs que nous interrogerons, ainsi que d'identifier des limites à leur utilisation. Cet outil venant compléter notre approche par le prisme des itinéraires de consommation, nous allons à présent nous avancer dans les trois parties suivantes avec pour objectif de mettre nos hypothèses à l'épreuve de notre terrain probatoire.

## 2. L'intériorisation des recommandations par le biais de divers prescripteurs

Lors de la construction de cette étude, il nous a semblé important de distinguer l'intériorisation de la mise en pratique d'une recommandation. Prenons l'exemple des conseils en matière de consommation de fruits et légumes : le slogan « *mangez cinq fruits et légumes par jour* » a été diffusé par des canaux divers afin de sensibiliser la population à l'importance d'une alimentation saine. Il s'agit d'un message qui est aujourd'hui largement rentré dans les esprits, et qui est donc intériorisé. Cependant, l'intériorisation de celui-ci n'implique pas nécessairement sa mise en pratique : une personne peut être capable de vous répéter cette petite rengaine, sans pour autant l'appliquer elle-même. Nous allons donc consacrer cette partie à l'intériorisation des recommandations en matière de gaspillage alimentaire, et donc à nos deux premières hypothèses, tandis que la partie suivante sera elle dédiée à leur mise en pratique.

### 2.1. Le rôle de la famille dans l'intériorisation des recommandations

Commençons par notre première hypothèse. Celle-ci consistait à dire que les recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire sont intériorisées lors de la socialisation primaire, et plus particulièrement au travers de l'instance familiale, ce qui va être source de reproduction sociale.

Lors de nos entretiens probatoires, nous avons prévu une question finale permettant d'identifier les prescripteurs de ces recommandations. Après avoir partagé tout au long de l'entretien des recommandations avec nos enquêtés, nous souhaitons les questionner sur la manière dont ils les avaient connues, afin de savoir notamment s'ils étaient capables de relier chacun des conseils à un prescripteur. Nous allons analyser les réponses obtenues en nous servant des quatre instances socialisatrices composant la socialisation primaire, et qui

sont pour rappel la famille, l'école, le groupe de pairs et les médias (Étienne et al., 2004, p. 345).

Commençons par l'école. Parmi nos dix-huit enquêtés, seulement un a cité l'école comme vecteur de communication de gestes permettant de lutter contre le gaspillage alimentaire. L'enquêté n° 13 nous raconte en effet que lors de sa scolarité, il déjeunait au sein de la restauration scolaire de son établissement, et qu'il se souvient avoir été sensibilisé au gaspillage alimentaire lors de l'apprentissage des gestes du débarrassage de la table<sup>58</sup>. Il nous raconte en effet que le fait de voir chaque enfant faire la queue afin de vider son assiette dans la poubelle, lui a fortement fait prendre conscience des quantités qui étaient gaspillées. Cette anecdote, bien qu'elle ne relie aucun conseil particulier à l'instance scolaire, a contribué à développer la sensibilité de cet enquêté sur ce thème.

Pour ce qui est du groupe de pairs, bien qu'il ait été cité par quelques enquêtés, ce n'est pas au moment de la socialisation primaire, qui se termine à la fin de l'enfance, qu'il va jouer un rôle. Nous l'avons déjà dit à de multiples reprises, la socialisation est un processus qui se poursuit tout au long de la vie, notamment au travers de la socialisation secondaire. La socialisation primaire va permettre à un individu de devenir membre de la société, tandis que la socialisation secondaire correspond à « *tout processus postérieur qui permet d'incorporer un individu déjà socialisé dans des nouveaux secteurs du monde objectif de la société* » (Berger, Luckmann, 1966, p. 215). Cela peut correspondre à la sphère professionnelle, associative, et également à des relations amicales.

En analysant les réponses de nos enquêtés, nous avons pu remarquer que quatre d'entre eux, travaillant ou ayant travaillé dans le domaine de la restauration commerciale ou de la grande distribution, ont été sensibilisés au thème, et ont acquis des connaissances en matière de réduction du gaspillage. En travaillant dans une enseigne McDonald's et en voyant les quantités jetées, notre enquêté n° 1 a uniquement été sensibilisé à la question du gaspillage, alors que nos enquêtés n° 10, 13 et 18 nous expliquent en plus avoir appris la différence entre DLC et DDM<sup>59</sup> sur leur lieu de travail. L'enquêté n° 10 nous explique

---

<sup>58</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 13.

<sup>59</sup> Signifiant respectivement Date Limite de Consommation (DLC) et Date de Durabilité Minimale (DDM).

avoir été sensibilisé à cette problématique par sa famille, mais avoir également acquis certains gestes de par son travail : « *Ma mère à l'époque faisait des listes sur papier, mais pour ce qui est de ranger par dates il y a le boulot qui a fait que, voilà les rotations, car je pense qu'avant je ne le faisais pas systématiquement* »<sup>60</sup>. Nous voyons à travers ce verbatim que les influences sur le comportement sont multiples, tout comme le sont les prescripteurs.

Au-delà de la sphère professionnelle, le monde associatif peut également être source de prescriptions. L'enquêtée n° 15 a changé certaines de ses pratiques en s'engageant dans un service civique au sein d'une association humanitaire. Elle nous raconte avoir vu des manières de fonctionner d'autres pays, et avoir fait des rencontres qu'elle considère comme inspirantes. Pour terminer sur l'impact des pairs, divers enquêtés nous ont dit que leurs proches étaient sensibles à la thématique du gaspillage alimentaire, et que cela influait sur leur propre manière de traiter cette thématique. L'enquêté n° 1 nous explique par exemple qu'il « *côtoie des personnes qui essayent d'avoir une conscience écologique de plus en plus responsable* »<sup>61</sup>. La mise en couple peut également être source de changement, et cela a été flagrant pour l'enquêtée n° 3. Elle nous explique en effet que lorsqu'elle vivait seule, elle ne prêtait pas du tout d'attention à son alimentation et au gaspillage qu'elle pouvait générer. En allant vivre avec son compagnon il y a trois ans, celui-ci lui a « *appris* » à faire les courses, à ranger le réfrigérateur et regarder les dates<sup>62</sup>. Il en va de même pour l'enquêté n° 18, qui en vivant chez ses parents ne s'occupait pas du tout de la gestion domestique, et qui a appris des gestes permettant de limiter le gaspillage depuis qu'il vit avec sa compagne. Les enquêtés n° 10 et 12 pointent également du doigt le fait que leurs femme et compagne respectives leurs ait appris des conseils et des gestes afin d'éviter de jeter des aliments.

La troisième instance de socialisation, incarnée par les médias, a été moins citée que nous le pensions, cependant nous reviendrons sur cette instance dans un instant, lorsque nous nous consacrerons à notre seconde hypothèse.

---

<sup>60</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 10.

<sup>61</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 1.

<sup>62</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 3.

La dernière instance de socialisation qu'il nous reste à explorer est la famille. Notre première hypothèse consistait à dire que les recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire au domicile allaient tout particulièrement être intériorisées par le biais de cette instance, et donner lieu à des phénomènes de reproduction sociale.

Tous les enquêtés que nous avons interrogés nous ont parlé de l'éducation qu'ils avaient pu recevoir étant petits, de la part de divers membres de leurs familles. Ce faisant, ils voulaient nous expliquer la manière dont ils avaient été sensibilisés au thème du gaspillage alimentaire, à l'importance de devoir finir son assiette et de ne pas jeter de restes, avec souvent la mobilisation de raisons éthiques telles que la faim dans le monde, ou économiques pour les foyers les plus modestes. En regardant les verbatim des enquêtés, on se rend bien compte de l'importance de l'instance familiale dans cette étape d'intériorisation : « *Mes parents ils ne gaspillaient pas on n'avait pas trop d'argent* »<sup>63</sup>, « *c'est l'éducation [...] autant ma sœur que mes parents on a toujours fait attention* »<sup>64</sup>, « *c'est familial [...], c'est culturel, c'est notre éducation* »<sup>65</sup>, « *j'ai toujours vu ma mère quand j'étais petite prendre le produit de derrière parce que justement le produit de derrière il est moins abimé, il est meilleur, alors c'est psychologique je pense, mais c'est vrai que je le fais* »<sup>66</sup>, « *ma mère elle ne jetait pas des trucs, elle faisait la même gestion que nous à peu près, elle redistribuait les restes et très peu de pertes* »<sup>67</sup>, « *étant petit mes parents m'ont expliqué pourquoi il fallait que je finisse mon assiette et qu'il ne fallait pas jeter, donc c'est quelque chose que j'ai gardé* »<sup>68</sup>. De par l'éducation, la famille qui est la première instance de socialisation d'un enfant, va venir façonner sa perception du monde, le gaspillage alimentaire n'est pas exempt de ce processus. De ce fait, on s'aperçoit qu'il y a une forte part de reproduction sociale. L'enquêtée n° 11 a pris conscience de cette intériorisation au cours de notre entretien, lorsque nous l'avons questionnée sur la manière d'organiser son réfrigérateur :

---

<sup>63</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 5.

<sup>64</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 6.

<sup>65</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 7.

<sup>66</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 11.

<sup>67</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 12.

<sup>68</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 13.



*« Tu vas rigoler, je reviens au fait que le frigo de ma mère était rangé comme ça. Alors c'est marrant je n'ai jamais voulu ressembler à ma mère mais là je suis en train de me rendre compte en parlant avec toi que je fais tout comme elle (rires). C'est vrai que moi mon frigo par rapport à ma mère je ne le vois pas autrement que comme ça, j'ai toujours fait comme ça »<sup>69</sup>.*

Cet extrait de retranscription nous donne à voir des mécanismes inconscients d'intériorisation, qu'il nous faut relier à la socialisation et aux expériences vécues par l'enquêtée. Par ailleurs, la mémoire du passé sur laquelle s'appuie l'action ménagère est *« en grande partie stockée dans les objets [et] plus précisément, dans le rapport de la personne aux choses familières »* (Kaufmann, 2011, p. 194). Sophie Dubuisson-Quellier (2006, p. 266) nous dit que *« l'arbitrage routinier est probablement l'arbitrage le moins anxiogène pour le consommateur »*.

Bien que cette intériorisation soit source de reproduction sociale comme nous venons de le voir, nous avons également remarqué que ce qui a été vécu pendant l'enfance est parfois source de changement : les enquêtés n° 9 et 18 nous expliquent que leurs mères, bien que sensibles au thème, gaspillaient beaucoup dans leurs foyers, afin notamment de répondre à des normes de prodigalité. Lorsque ces deux personnes sont parties vivre seules, elles ont mis en place des habitudes construites en partie en opposition avec ce qu'elles avaient pu voir dans leurs domiciles familiaux. Il en va de même pour l'enquêté n° 1, chez qui le gaspillage était un thème important, mais qui considérait tout de même que les quantités jetées étaient trop élevées. Il nous explique avoir alors adopté un mode de vie minimaliste, afin de contrer cette tendance de surconsommation. Les propos de l'enquêté n° 4 nous permettent d'illustrer le fait que ce processus de construction sociale de soi n'est pas linéaire :

*« Je pense que j'ai appris à manger et à cuisiner avec ma famille au début, et qu'après tu arrives dans l'âge adulte et tu dois toi te faire ta propre bouffe. Alors du coup tu vas faire tout ce qui t'a été interdit, et puis tu te rends compte des problèmes que tu dois affronter, et du coup tu reviens vers des habitudes que tu avais apprises, et tu les améliores selon toi, tes valeurs et tes goûts. C'est comme dans la vie, tu vas partir de ce que tu savais, et finalement, avec les problèmes de la vie, tu vas devoir chopper des informations un petit peu partout. »*

---

<sup>69</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 11.

De manière plus générale, aucun enquêté n'a été capable de relier avec précision chacune des recommandations qu'il nous a citées à un prescripteur, du fait notamment de leur intériorisation profonde. Pour divers enquêtés, agir comme ils le font est instinctif : « *C'est naturel* »<sup>70</sup>, « *c'est ancré en moi* »<sup>71</sup>, « *c'est quelque chose que j'ai gardé* »<sup>72</sup>, « *je l'ai conscientisé* »<sup>73</sup>. Ils ont intériorisé au sein de leur famille, mais également par le biais d'autres instances socialisatrices, une manière de penser l'alimentation et le gaspillage qui va impacter leurs pratiques quotidiennes. Cela est également à relier à la manière dont les représentations et les pratiques vont se renforcer mutuellement : les pratiques ancrent nos représentations, et nos représentations fondent nos pratiques.

Ce début d'analyse nous permet de valider notre première hypothèse selon laquelle la socialisation, et plus particulièrement l'instance familiale, va permettre l'intériorisation des recommandations en matière de gaspillage alimentaire. Ce mécanisme inconscient est cependant à nuancer, dans la mesure où la socialisation peut être source de changement et pas seulement de reproduction sociale.

## 2.2. La réception de messages visant à sensibiliser au thème du gaspillage alimentaire

Pour ce qui est de notre seconde hypothèse, elle consistait à dire que la réception de messages visant à sensibiliser les mangeurs-consommateurs au thème du gaspillage alimentaire, va venir compléter les acquis sociaux en matière de réduction du gaspillage alimentaire.

Revenons sur ce que l'on entend ici par réception de messages. Comme nous vous l'avons précédemment expliqué, nous avons entrepris un travail de recensement des recommandations permettant de réduire le gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs<sup>74</sup>. Lors de ce recensement, nous avons relevé des conseils provenant de quatre types d'acteurs :

---

<sup>70</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 5 et enquêté n° 13.

<sup>71</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 7.

<sup>72</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 13.

<sup>73</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 14.

<sup>74</sup> Cf Annexe H : Tableau croisé des recommandations et des acteurs communicants.

- des acteurs économiques tels que les marques Nestlé, Bonduelle, Charal ou Lait 2 vaches ;
- des acteurs publics tels que l'ADEME, la FAO ou le ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation ;
- des associations telles que France Nature Environnement, Pro-portion ou To Good To Go ;
- des municipalités telles que Toulouse Métropole, Agglomération de Rodez, Orléans Métropole ou la Ville de Paris.

Si l'on s'en tient à sa définition, un média va être un support de diffusion de l'information. L'essor de la sphère médiatique a fait que les médias de type classique – presse, radio et télévision – vont être complétés par le web et les possibilités de communication qu'il offre. On se rend compte qu'au-delà de proposer une offre papier, les acteurs ci-dessus communiquent aussi via leur site internet et leurs réseaux sociaux des recommandations afin de limiter le gaspillage alimentaire au domicile. Bien que ces acteurs entrent dans la troisième instance de socialisation, à savoir les médias, nous avons souhaité vous présenter notre analyse de ceux-ci dans une partie dédiée.

Si l'on regarde le tableau croisé des recommandations en annexe H<sup>75</sup>, on se rend compte que les différents acteurs donnent globalement des conseils similaires éparpillés tout au long de l'itinéraire de consommation. Toutefois, deux particularités sont à soulever. La première étant que le ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation ne propose aucune recommandation sur l'étape de construction de la décision. Son contenu va plutôt être alimenté de conseils culinaires et techniques, tels que le rangement par température au sein du réfrigérateur. La seconde particularité, plus parlante, est que les acteurs économiques sont ceux donnant le moins de conseils sur l'étape de l'acte d'achat. En effet, concernant cette étape, les marques ont plutôt tendance à promouvoir leurs produits, quitte à pousser à la surconsommation, plutôt que d'inciter les consommateurs à être attentifs au moment de l'achat. Cela nous incite à être conscients des différents intérêts particuliers que peuvent avoir les communicants.

Maintenant que nous avons fait le point sur les acteurs véhiculant les recommandations, nous allons voir comment ces dernières impactent les pratiques des mangeurs-

---

<sup>75</sup> Cf Annexe H : Tableau croisé des recommandations et des acteurs communicants.

consommateurs, en nous basant sur ce que nos enquêtés nous ont dit durant notre terrain probatoire.

Lors de notre analyse, nous avons identifié quatre types de prescripteurs médiatiques qui ne concernent que la moitié de notre panel d'enquêtés. Cela signifie que l'autre moitié, malgré nos questions ciblées, nous a répondu ne pas se souvenir d'avoir été en contact avec des messages de sensibilisation ou des recommandations. Pour ce qui est des quatre prescripteurs, nous allons les parcourir l'un après l'autre.

Commençons par les messages des acteurs publics qu'un seul des enquêtés a mentionnés. En effet, l'enquêté n° 1 nous explique que parmi les vecteurs ayant participé à le sensibiliser, nous avons les messages gouvernementaux : « *On en a de plus en plus avec des spots publicitaires, quand je regarde la télé, ou quand je vais sur internet c'est des sujets qui reviennent de plus en plus, et il y a une certaine sensibilisation à travers les réseaux sociaux et la télé* »<sup>76</sup>.

Pour rester sur la thématique des réseaux sociaux, nous avons également les astuces culinaires et vidéos publiées sur les plateformes Youtube et TikTok. Concernant cette dernière, nous n'avons pas du tout envisagé que des recommandations puissent être véhiculées sur cette plateforme de partage de vidéos, cela est cependant une manière de toucher des tranches d'âge variées, et notamment les plus jeunes. Les enquêtés n° 3 et 13 nous ont dit avoir déjà visionné du contenu de ce type sur ce réseau, tandis que l'enquêté n° 9 nous dit regarder des vidéos de sensibilisation sur l'écologie de manière générale. Aucun de ces trois enquêtés n'est cependant capable de nous parler avec précision d'un conseil qu'il aurait vu en ligne, ou du nom de l'acteur ayant posté les vidéos en question. Cela ne doit cependant pas être analysé de manière négative, car le fait de visionner des vidéos traitant du thème du gaspillage alimentaire va sensibiliser les mangeurs-consommateurs, et renforcer l'intériorisation déjà initiée.

Le troisième support médiatique que nous avons identifié concerne les documentaires. Les enquêtés n° 5 et 13 nous disent en effet en visionner, alors que l'enquêté n° 12 va plutôt

---

<sup>76</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 1.

lire des livres traitant de l'écologie. Encore une fois, il ne s'agit pas de conseils ciblés, mais plutôt d'une manière générale de sensibiliser le public à cette thématique.

Enfin, toutes les recommandations que nous avons relevées dans le cadre de notre terrain exploratoire sont sous forme de contenu consultable à tout moment en ligne. Les enquêtés n° 3, 7, 13, 17 nous ont en effet expliqué qu'il leur arrivait de faire des recherches sur un sujet très particulier en cas de doute, comme par exemple le fait de savoir si un œuf est toujours consommable. Les astuces présentes sur le web sont donc le dernier vecteur de communication que nous avons identifié à l'aide de l'analyse de nos entretiens.

Tout ce contenu médiatique a non seulement pour objectif de sensibiliser les individus, mais également de réguler leurs comportements, par le biais de conseils précis et applicables au quotidien, comme le fait de faire une liste de courses ou de ranger son réfrigérateur selon les DLC des produits. Si leur objectif est d'induire un changement de pratiques, il faut avoir à l'esprit que la réception des messages ne se fait cependant pas de manière passive de la part des individus, et dans notre cas de la part des mangeurs-consommateurs (Desjeux, 2006, p. 86 ; Bernoux, 2010, p. 21).

Pour conclure, malgré la présence de ces prescriptions médiatiques, notre seconde hypothèse nous semble à nuancer. Cette dernière consistait à dire que la réception de messages visant à sensibiliser les mangeurs-consommateurs au thème du gaspillage alimentaire, va venir compléter les acquis sociaux en matière de réduction du gaspillage alimentaire. Nous avons pu constater que seulement la moitié de notre panel a été touché par ce type de communication, et parmi les enquêtés touchés, aucun n'a été capable de nous citer une recommandation qu'il aurait connue par ce biais. Nous remarquons également qu'au-delà d'être la cible de ces messages, les mangeurs-consommateurs vont de leur propre initiative aller rechercher des recommandations en ligne en cas de besoin, et dans le cadre d'une situation bien spécifique. Les messages des acteurs économiques, publics, associatifs et municipaux participent donc à renforcer la sensibilité au thème du gaspillage, tout autant qu'ils alimentent un vivier de recommandations dans lequel le mangeur-consommateur peut piocher à sa guise et de manière personnalisée. Précisons toutefois que pour cela, il est donc important que le référencement en ligne par le biais de mots-clés soit fait de manière correcte, afin que la recherche aboutisse rapidement.

### 3. La mise en pratique des recommandations par les mangeurs-consommateurs

Maintenant que nous avons exploré la manière dont les recommandations en matière de gaspillage alimentaire sont intériorisées par les mangeurs-consommateurs, nous allons nous intéresser à leur mise en pratique, ainsi qu'à l'écart qui peut exister entre cette intériorisation et cette mise en pratique. Cela nous fait notamment penser à l'écart qui peut exister entre une pratique et une représentation, et à l'importance de ne pas présupposer d'un « *lien mécanique* » entre les deux (Desjeux, 2006, p. 96). Une étude portant sur les logiques de consommation durable (Gojard et al., 2016, p. 10) a montré qu'il existe des ménages disant faire très attention à l'environnement, mais décrivant parallèlement des pratiques peu durables. C'est selon cette même logique que nous avons construit notre troisième hypothèse : de la même manière qu'un individu gaspillant ne va pas nécessairement cautionner le gaspillage alimentaire, une recommandation intériorisée et partagée avec autrui n'est selon nous pas *de facto* mise en pratique.

À l'aide de l'enregistrement de nos entretiens, nous avons, lors d'une écoute attentive, identifié chaque recommandation dont l'enquêté nous parlait de manière spontanée lorsqu'il décrivait ses pratiques, ou lorsque nous lui demandions des conseils pour limiter le gaspillage à notre propre domicile. Nous avons considéré ces recommandations comme intériorisées dans la mesure où l'enquêté les extériorisait et les partageait avec nous de manière orale, comme des évidences. Dans un second temps, nous avons identifié les recommandations qui étaient réellement mises en pratique. Pour cela, notre entretien était construit de manière à parcourir l'ensemble des sept étapes de son itinéraire de consommation, et sa manière de s'organiser au quotidien. Pour chacune d'elles, nous commençons par demander à l'enquêté de nous expliquer comment ça se passe à son domicile « *lorsque les placards sont vides* », « *lorsqu'il rentre dans le magasin* », « *lorsque le ventre cri famine* » ou « *lorsque le repas est prêt ou fini* ». Une fois son explication terminée, nous procédions à des relances afin de valider certains de ses propos, et de creuser des points que l'enquêté n'aurait pas abordés de lui-même. Le fait d'avoir procédé à des entretiens situés au domicile de nos enquêtés nous a permis d'avoir accès à leurs lieux de stockage, et donc de valider ou d'invalider certains de leurs dires. Ce deuxième travail d'écoute et d'analyse nous a également permis de compléter, pour tous les

enquêtés, un tableau précisant si chacune des recommandations que nous avons identifiées lors de notre phase exploratoire était intériorisée et mise en pratique. Vous trouverez la grille vierge nous ayant permis de mener cette analyse en annexe J<sup>77</sup>, ainsi que la grille d'analyse croisant les réponses des différents enquêtés en annexe K<sup>78</sup>.

En mobilisant notre corpus de recommandations et notre tableau d'analyse croisée, nous allons à présent essayer de comprendre si les différentes recommandations sont intériorisées et mises en pratiques. Cette partie sera consacrée à un constat des écarts existants, tandis que la partie qui va suivre se penchera sur les causes pouvant expliquer ces écarts, et donc sur les limites des recommandations.

Commençons par l'étape de construction de la décision, qui se décline en trois recommandations : faire une liste des courses, vérifier les stocks et faire un menu de la semaine. La première recommandation a été intériorisée par 16 de nos 18 enquêtés mais n'est réellement mise en pratique que par 13 d'entre eux, dont seulement 8 affirment l'appliquer de manière systématique. Le fait de vérifier ses stocks est intériorisé et mis en pratique par 17 de nos enquêtés, mais seulement 13 le font systématiquement. Enfin, la dernière recommandation est intériorisée par 16 enquêtés, mais n'est mise en pratique que par 6 enquêtés, dont seulement 2 de manière systématique. Il s'agit là du plus grand écart entre intériorisation et mise en pratique d'une recommandation, qu'il nous faudra questionner dans la partie 4. En regardant le travail de Séverine Gojard et Bérange Véron (2017, p. 16), nous remarquons que ce genre de décalage concernant les « *écrits domestiques* » avait déjà été pointé du doigt. S'ils sont indispensables pour certains dans leur organisation quotidienne, ils ne laissent pas suffisamment de place à l'improvisation pour d'autres.

L'étape du déplacement a la particularité de ne pas présenter d'écart entre l'intériorisation d'une recommandation et sa mise en pratique. Ainsi, 14 enquêtés jouent sur la fréquence d'achat de leurs denrées alimentaires afin d'éviter le gaspillage, 3 font varier leur mode de déplacement et 11 sont attentifs à la chaîne du froid. Cependant, lors de nos discussions

---

<sup>77</sup> Cf Annexe J : Grille d'analyse de l'intériorisation et la mise en pratique des recommandations.

<sup>78</sup> Cf Annexe K : Grille d'analyse croisée de l'intériorisation et de la mise en pratique des recommandations.

avec les enquêtés, ces derniers n’ont pas trouvé que leurs pratiques à cette étape de l’itinéraire avaient un réel impact sur leur gaspillage. N’ayant pas de conseils à nous donner, ils nous ont donc seulement parlé de leurs habitudes, ce qui peut expliquer l’absence d’écart entre intériorisation et mise en pratique. Précisons toutefois que le conseil de jouer sur la fréquence est une très bonne manière de réduire le gaspillage : en fractionnant cette tâche les mangeurs-consommateurs peuvent « *acheter au plus près des besoins et en fonction des délais de conservation des produits* » (Gojard, Véron, 2017, p. 15).

L’étape de l’acte d’achat va comporter un écart minime entre intériorisation et mise en pratique, et cela pour toutes les recommandations. Ces dernières étant plus nombreuses, nous proposons de vous les présenter sous la forme d’un tableau récapitulatif ci-dessous.

Tableau 3 : Intériorisation et mise en pratique sur l’acte d’achat

Recommandations	Intériorisée	Mise en pratique	Mise en pratique systématique
Attention aux promotions	12 enquêtés	12 enquêtés	11 enquêtés
Attention aux écarts et craquages	8 enquêtés	7 enquêtés	6 enquêtés
Ne pas avoir le ventre vide	3 enquêtés	2 enquêtés	1 enquêté
Achat de fruits et légumes non calibrés	7 enquêtés	5 enquêtés	5 enquêtés
Rayon antigaspi	10 enquêtés	9 enquêtés	9 enquêtés
Achat vrac et à la coupe	7 enquêtés	6 enquêtés	6 enquêtés
Acheter les justes quantités	15 enquêtés	14 enquêtés	13 enquêtés

En regardant ces chiffres, on s’aperçoit que de manière générale les recommandations de cette étape de l’itinéraire sont peu intériorisées et mises en pratiques. Parmi les plus suivies, nous retrouvons le fait d’acheter les justes quantités, pouvant être relié à des logiques économiques, ainsi qu’au fait de faire attention aux promotions. Ces résultats sont assez logiques dans la mesure où ces deux recommandations vont de pair. En effet, le fait de faire attention aux promotions revient à porter une attention particulière aux quantités achetées, et au fait de ne pas surconsommer. Si ce n’est pour l’achat dans les rayons antigaspi, les autres recommandations ne sont appliquées que par la moitié de notre panel d’enquêtés. La recommandation la moins intériorisée et mise en pratique va être celle consistant à ne pas faire les courses en ayant le ventre vide.



La prochaine étape est celle du stockage. Les recommandations étant encore une fois nombreuses, et comportant des écarts entre intériorisation et mise en pratique, nous vous proposons de vous les résumer sous la forme d'un tableau ci-dessous.

Tableau 4: Intériorisation et mise en pratique sur le stockage

Recommandations	Intériorisée	Mise en pratique	Mise en pratique systématique
Rangement par DLC	5 enquêtés	5 enquêtés	5 enquêtés
Congélation	14 enquêtés	13 enquêtés	13 enquêtés
Hygiène du réfrigérateur	3 enquêtés	3 enquêtés	2 enquêtés
Respect des zones de froid	7 enquêtés	6 enquêtés	5 enquêtés
Adapter le lieu de stockage au produit	8 enquêtés	7 enquêtés	7 enquêtés
Règle du 1er entré, 1er sorti	14 enquêtés	14 enquêtés	14 enquêtés
Boîtes fermées	18 enquêtés	18 enquêtés	17 enquêtés
Distinguer DLC et DDM	10 enquêtés	10 enquêtés	10 enquêtés
Noter la date après ouverture	2 enquêtés	2 enquêtés	1 enquêté
Conseils de stockage	11 enquêtés	11 enquêtés	11 enquêtés

Encore une fois, ces chiffres font ressortir un écart certes existant entre intériorisation et mise en pratique, mais qui reste tout de même minime. En effet, nous pouvons voir que 14 enquêtés nous conseillent d'utiliser la congélation, mais que seulement 13 la mette en pratique. De la même façon, 7 enquêtés sont conscients de l'importance de respecter les zones de froid dans le réfrigérateur, tandis que 6 appliquent ce mode de rangement à leur domicile, et parmi eux seulement 5 le font de manière systématique. Parmi les conseils les plus intériorisés et mis en pratique, nous retrouvons le fait d'utiliser des contenants fermés afin de conserver les denrées alimentaires dans le réfrigérateur. Cette recommandation est mise en pratique par tout notre panel d'enquêtés, bien qu'au domicile de l'enquêté n° 10 leur utilisation ne va pas se faire de manière systématique, notamment si c'est l'enquêté en personne qui s'occupe de remettre les denrées dans le réfrigérateur. En croisant nos résultats et en allant regarder une recommandation se trouvant dans l'étape de la gestion des restes, nous pouvons remarquer que la recommandation visant à bien conserver les restes, et donc indirectement à mettre ces derniers dans des contenants fermés afin de garantir leur fraîcheur, est également mise en application par 18 enquêtés. Cette redondance dans nos données nous sert à contrôler la validité de nos résultats, comme cela est généralement fait dans les études quantitatives. Quoiqu'il en soit, bien que

minime, nous remarquons un décalage entre intériorisation et mise en pratique à l'étape du stockage.

Ce décalage décroît fortement lorsque nous arrivons à l'étape de la préparation culinaire. En effet, parmi les six recommandations sur lesquelles nous nous sommes concentrés, quatre présentent une intériorisation et une mise en pratique équivalente. Il s'agit des quatre conseils suivants : 16 enquêtés cuisinent ce qui se périmé en premier, 17 font confiance à leur sens, 14 partagent avec nous des conseils culinaires permettant de ne pas jeter une denrée alimentaire et 12 cuisinent les restes. Nous avons questionné cette dernière donnée à l'étape de la gestion des restes, et nous avons trouvé que 12 enquêtés accommodent également leurs restes, ce qui nous conforte dans la validité des résultats précédemment obtenus. Pour finir, regardons les deux recommandations présentant un écart entre leur intériorisation et leur mise en pratique. Sur les 11 enquêtés nous parlant de l'importance de cuisiner les aliments dans leur entièreté, et nous affirmant le faire, seulement 10 semblent le faire de manière systématique. De la même façon, sur 12 enquêtés ayant intériorisé le fait de cuisiner les justes quantités, seulement 9 le font, dont 8 systématiquement, en procédant par exemple à des pesées. L'écart sur ce dernier point semble être dû à des difficultés à cuisiner les bonnes quantités, il sera intéressant de le questionner plus en détails dans notre quatrième partie.

Sur l'étape du repas, nous ne constatons pas d'écart entre intériorisation et mise en pratique des deux recommandations permettant de limiter le gaspillage : 16 enquêtés font attention aux restes, tandis que la totalité de notre panel se sert selon sa faim.

Enfin, sur la dernière étape de l'itinéraire de consommation, qui est la gestion des restes, nous avons trois recommandations à interroger. Comme nous l'avons vu précédemment, le fait d'accommoder les restes est intériorisé et mis en pratique par 12 de nos enquêtés. Séverine Gojard, Sophie Dubuisson-Quellier et Bérangère Véron (2016, p. 5) montrent que *« les restes sont moins souvent réaccommodés avant d'être resservis, et plus fréquemment oubliés dans le frigidaire »*. Le fait de bien les conserver est intériorisé et mis en pratique par 18 enquêtés, mais seulement 17 le font de manière systématique. Pour finir, la recommandation consistant à donner le surplus aux invités revêt une particularité : 12 enquêtés semblent avoir intériorisé et mis en pratique ce conseil, mais seulement 9 le font

systématiquement. Nous avons ressenti une sorte de malaise de la part de nos enquêtés, et nous explorerons donc cette question dans le cadre de notre partie 4, dédiée aux limites de ces recommandations.

De manière générale, nous observons que c'est au début de l'itinéraire de consommation que l'on remarque le plus d'écarts, et notamment au moment de la construction de la décision. En effet, chacune des trois recommandations composant cette étape présente un fort écart entre intériorisation et mise en pratique. En nous appuyant sur le travail de Séverine Gojard, Sophie Dubuisson-Quellier et Bérangère Véron (2016, p. 10), nous pouvons considérer que les recommandations dont les enquêtés nous ont parlé, mais qu'ils ne mettent pas réellement en pratique, ne sont pas totalement intériorisées dans la mesure où le processus d'extériorisation n'est pas complet.

S'agissant de pratiques rapportées, précisons que ces données restent à prendre avec précaution, ou tout du moins qu'il faut être conscients de leurs limites. Pour l'étape du stockage, nous avons pu avoir accès aux placards et aux réfrigérateurs des enquêtés. Cela nous a permis de valider leurs dires, ce qui n'est pas forcément le cas pour les autres étapes de l'itinéraire de consommation. Il est donc important de prendre ces données pour ce qu'elles sont, des pratiques reconstruites pouvant faire l'objet de déformations, de transformations, voir tout simplement d'oublis de la part de notre panel d'enquêtés, et non des données objectives (Poulain, 2002, p. 41). Notre dispositif pourrait être complété par le recueil de pratiques observées ou de pratiques objectivées, avec la collecte et la pesée des denrées alimentaires jetées par exemple.

Cette analyse nous permet toutefois de valider notre troisième hypothèse selon laquelle une recommandation intériorisée n'est pas nécessairement mise en pratique par la suite. Nuançons cependant cela en précisant que certaines étapes de l'itinéraire de consommation semblent plus touchées que d'autre par ce type de décalage, phénomène que nous n'avions pas anticipé dans le cadre de notre hypothèse.

Une fois ce postulat posé, il convient d'explorer les raisons de cet écart. Nous allons donc, dans la partie qui va suivre, nous intéresser aux limites des recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs.

## 4. Les limites des recommandations

Notre quatrième et dernière hypothèse consiste à dire que les recommandations visant à réduire le gaspillage alimentaire, telles qu'elles sont énoncées, sont trop générales pour modifier en profondeur les pratiques des mangeurs-consommateurs. Afin de valider cette hypothèse, nous avons tenté d'identifier à l'aide du matériel sociologique recueilli dans le cadre de nos entretiens, les limites de la mise en pratique des diverses recommandations.

### 4.1. Des facteurs de gaspillage alimentaire

Les leviers pour agir sur le gaspillage alimentaire sont nombreux, et afin de questionner les limites des recommandations, nous avons commencé par interroger les causes du gaspillage du point de vue de nos enquêtés. Ces derniers nous ont donné des réponses faisant écho à certaines recommandations que nous avons identifiées. Nous avons notamment relevé des thématiques telles que la surconsommation, la confusion lors de l'interprétation des dates de péremption, la mauvaise gestion des stocks, un manque d'organisation ou la non-accommodation des restes. D'autres thèmes sont également ressortis et ont permis de questionner le lien entre familles nombreuses et gaspillage, l'impact des enfants sur les pratiques de gaspillage d'un foyer, ou encore la peur du risque qui peut pousser à jeter des denrées alimentaires. Bien que ce type de réponses soit moins ressorti, certains enquêtés ont souligné les contraintes temporelles auxquelles peut être soumis un foyer, mais également les compétences domestiques et le niveau d'équipement dont dispose celui-ci. Le tissu commercial et l'environnement dans lequel est implanté le foyer va également jouer un rôle central dans ses pratiques. Tout cela nous renvoi aux différents déterminants de l'action que nous avons vu dans notre troisième chapitre, et qu'il est important de prendre en considération pour une approche compréhensive. Notre enquêté n° 9 pointe très justement du doigt le fait que les causes du gaspillage vont dépendre de la personne à laquelle on s'adresse<sup>79</sup>.

Après avoir interrogé les causes du gaspillage du point de vue des consommateurs, et avant de poursuivre sur les limites, nous voulions vous proposer un extrait rédigé par Albisu Luis

---

<sup>79</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêté n° 9.

Miguel (2016, p. 328), qui résume assez bien ce que nous avons pu dire au sein de cette partie :

*« À l'échelle des consommateurs, les facteurs du gaspillage alimentaire sont de deux ordres : d'abord, le degré de motivation (justification éthique ou économique) des consommateurs à éviter le gaspillage est un facteur essentiel ; ensuite, en raison d'autres objectifs concurrents (le goût, la pratique, les préoccupations en matière de sécurité etc.) et du manque de capacités d'approvisionnement ou de traitement de la nourriture, une hiérarchisation des priorités peut être établie et entraîner le gaspillage. En outre, l'ensemble de ces facteurs (motivation, objectifs et capacités de traitement) dépendent 1) de leur environnement immédiat (produits disponibles, marketing, infrastructures), 2) de leur contexte social (habitudes familiales et normes sociales) et 3) du cadre global (situation économique, contexte technologique, législatif et culturel) ».*

Nous trouvons son résumé très parlant et révélateur des limites dont nous allons à présent vous parler.

#### 4.2. Des limites aux recommandations tout au long de l'itinéraire de consommation

Pour chacune des étapes de l'itinéraire, nous avons essayé d'identifier des limites de par les propos tenus par chacun des enquêtés, mais également en les questionnant directement sur les freins à la mise en application de certaines recommandations. Nous vous avons récapitulé leurs réponses au sein d'un tableau que vous trouverez en annexe L<sup>80</sup>. Nous allons cependant parcourir chaque étape de l'itinéraire ensemble afin d'interpréter ces résultats.

Commençons par la construction de la décision. Cette étape est celle qui a le plus suscité notre attention lors de l'analyse, dans la mesure où nous ne nous attendions pas à ce que ce soit celle ayant les plus grands écarts entre intériorisation et mise en pratique des recommandations. Comme nous l'avons vu, la quasi-totalité de nos enquêtés nous ont parlé de ces écrits domestiques que sont la liste des courses et le menu de la semaine. Si cette étape de l'itinéraire est selon nous une pierre angulaire sur laquelle repose tout le reste de l'itinéraire, les limites pour la mise en place de ces recommandations sont de deux

---

<sup>80</sup> Cf Annexe L : Grille récapitulative des limites des recommandations énoncées par les enquêtés.

ordres. Dans un premier temps, les enquêtées n° 8 et 11 nous disent mettre en place une liste, et donc suivre la recommandation. Cependant, cette liste est parfois oubliée une fois le moment de l'acte d'achat arrivé, ou n'est pas suivie à la lettre. La recommandation en tant que telle est donc suivie, mais les limites vont être dans l'utilisation de cet outil. Dans un second temps, la difficulté va être dans la mise en place à proprement parler de la recommandation. Pour nos enquêtés, ainsi que pour les participants de notre *focus group*, la mise en place d'une liste et d'un menu implique une certaine rigueur, et représente pour certains d'entre eux une contrainte, notamment pour le menu. L'enquêtée n° 3 a par exemple pointé du doigt que le fait de suivre un menu peut provoquer du gaspillage dans son foyer dans la mesure où ses envies sont parfois changeantes, cette idée est appuyée par l'enquêté n° 1. Le fait de dresser une liste de repas plutôt qu'un menu à proprement parlé peut être une manière d'appréhender en douceur cette recommandation qui semble laisser peu de place à l'improvisation. Par ailleurs, il peut être compliqué de suivre un menu pour des mangeurs-consommateurs ayant de fortes contraintes temporelles, du fait de leur profession par exemple. Nous pensons notamment à notre enquêtée n° 7, infirmière libérale, dont les horaires de travail sont variables, et qui n'a parfois pas le temps ou la motivation de cuisiner ce qu'elle avait prévu et acheté. Cette thématique de la temporalité, également évoquée par nos enquêtés n° 4 et 16, renvoie à la question des déterminants de l'action, et plus spécifiquement aux ressources temporelles dont disposent les individus. L'enquêté n° 18 a réussi dans son approche à pallier aux limites de ces recommandations en incluant dans son menu des repas « *joker* », c'est-à-dire des cases vides, dans le cas où il y aurait des restes à terminer, ou qu'une sortie imprévue se glisse dans son emploi du temps. Celui-ci inclut donc l'imprévisibilité de son mode de vie dans la construction de sa décision, une manière donc d'aller au-delà des limites que nous avons pu identifier.

La seconde étape est celle du déplacement. Aucune limite n'a été pointée du doigt par nos enquêtés, cependant nous pourrions en mettre une en évidence concernant le fait de jouer sur la fréquence d'approvisionnement. En effet, le fait de faire régulièrement des courses, notamment de frais, peut être contraignant pour certains foyers. Afin de questionner cette recommandation, nous avons essayé de comprendre le mode de fonctionnement des enquêtés n'appliquant pas ou peu ce conseil. Ce que nous avons pu remarquer est que le moment des courses est vécu comme une corvée, ce qui peut expliquer l'espacement dans

le temps de cette tâche. Certains de nos enquêtés ont pallié à ce problème en ayant recours à des services de drive, qui leur permettent de faire rapidement leurs courses en ligne, et de passer les récupérer dans leur enseigne. Comme nous l'avons vu dans notre troisième chapitre, il s'agit d'un service qui se développe de plus en plus, et qui permet également de répondre à des problèmes de temporalités tendues. Par ailleurs, afin de pouvoir faire des courses d'appoint, il faut que le tissu commercial environnant le foyer puisse lui permettre de réaliser ces petites courses, en prenant toutefois en compte des logiques économiques.

L'étape qui suit est celle de l'acte d'achat, et nous avons pu relever différents points qu'il nous semble intéressant de traiter. Notre première remarque concerne le rayon dates courtes. Bien que cette recommandation permette davantage d'éviter le gaspillage de la grande distribution plutôt que celui des particuliers, il s'agit d'un rayon fréquenté par plus de la moitié de nos enquêtés, ce qui nous a permis d'ouvrir la discussion sur celui-ci. Nous nous sommes aperçus que nos enquêtés le fréquentaient pour deux raisons principales : la possibilité qu'offre ce rayon de découvrir de nouveaux produits, et de plus, à des prix attractifs. Cependant, le fait d'acheter dans ce rayon peut entrer en contradiction avec le fait de suivre sa liste. Pour rester sur ce dernier thème du suivi de la liste préétablie, notre enquêtée n° 7 nous dit que ce n'est pas évident pour elle de la suivre lorsqu'elle est avec son enfant. Elle nous explique également que le fait d'être sensible au « *packaging* »<sup>81</sup> des produits la pousse à faire des achats qu'elle n'avait initialement pas prévus. Pour notre enquêtée n° 11 le problème est sensiblement le même : elle est consciente de l'importance d'acheter les justes quantités, cependant elle se considère comme une « *acheteuse compulsive* »<sup>82</sup>, et trouve cela compliqué de se tenir à la liste qu'elle a établie. Si nous regardons du côté de l'achat en vrac, qui permet d'acheter les justes quantités, le conseil n'est applicable que si le tissu commercial propose une offre de ce type. Son absence pourrait donc constituer une limite à l'adoption de cette recommandation par les mangeurs-consommateurs. Par ailleurs, nous nous sommes rendus compte que la question du vrac soulève d'autres questions dans l'esprit de nos enquêtés. Certains n'accordent pas

---

<sup>81</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 7.

<sup>82</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 11.

de confiance à ce mode d'approvisionnement, en considérant celui-ci comme peu hygiénique, tandis que d'autres, comme nous l'avons vu lors de notre *focus group*, ne relie pas le fait d'acheter en vrac avec la réduction du gaspillage alimentaire<sup>83</sup>, mais seulement avec la réduction des emballages. Enfin, le conseil visant à acheter les justes quantités exclus des logiques de stocks, alors que les deux ne sont pas incompatibles dans la mesure où ces stocks sont correctement gérés et ne génèrent pas de gaspillage.

Passons à présent à l'étape du stockage, moment où les denrées alimentaires passent de l'espace public à l'espace domestique. La première limite que nous avons identifiée est une méconnaissance sur deux points différents : les zones de température dans le réfrigérateur et la différence entre DLC et DDM. Cependant, concernant ce dernier point, ne pas connaître la distinction entre DLC et DDM ne signifie pas que les mangeurs-consommateurs ne traitent pas ces deux types de produits de manière différente. En effet, lors de nos entretiens, nous proposons à nos enquêtés un petit jeu sur la signification de ces deux acronymes. Pour ce faire, nous leur montrions deux cartes comportant chacune l'un des deux acronymes, et nous leur demandions s'ils pouvaient nous dire leur signification et nous expliquer la différence entre les deux. Si seulement un enquêté a été capable de donner la signification de DDM, la plupart connaissaient la signification de DLC, et ont été capables de nous expliquer la différence entre ces deux types de dates. Pour information, la Date Limite de Consommation va se retrouver sur des produits considérés comme « *sensibles* », et va être la date à partir de laquelle le produit peut devenir potentiellement dangereux pour notre santé, bien qu'une marge de manœuvre existe. La Date de Durabilité Minimale va quant à elle se retrouver sur des produits secs ou peu périssables, et est la date à partir de laquelle le produit va perdre en qualités organoleptiques, mais ne va pas constituer un danger pour la santé du mangeur. La méconnaissance concernant ces deux types de dates va généralement être palliée par l'utilisation des sens de l'enquêté, qui vont lui permettre de juger si un aliment est toujours consommable ou non. Une autre limite que nous avons identifiée concerne le rangement par dates de péremption ou par zones de froid. En effet, cela implique une certaine rigueur tout au long de la semaine, et comme le soulève notre enquêtée n° 8, cela peut être compliqué à tenir dans un foyer de plusieurs

---

<sup>83</sup> Cf Annexe I : Visuel final du Padlet créé lors du *focus group*.



personnes. Par ailleurs, ce type de rangement n'est pas forcément nécessaire pour les consommateurs s'approvisionnant de manière très régulière, ou pour ceux gérant la date de péremption de leurs produits de tête ou par des contrôles réguliers, au moment de la préparation culinaire par exemple. Si nous regardons du côté de la congélation, cette recommandation implique dans un premier temps d'être équipé d'un congélateur, ce qui n'est pas le cas de tout le monde. La taille de cet équipement peut également être une limite à son utilisation pour réduire le gaspillage alimentaire dans un foyer. Par ailleurs, notre enquêtée n° 7 n'apprécie pas le fait de congeler ses aliments afin de les garder plus longtemps, car elle trouve que ceux-ci vont perdre en saveur et en texture. Enfin, notre enquêté n° 9, ainsi qu'un participant de notre *focus group*, ont manifesté un besoin de conseils de stockage. En effet, le fait de stocker de la manière la plus adéquate chaque aliment était un des conseils que nous avons relevés. Toutefois chaque aliment ayant ses spécificités, une méconnaissance à ce sujet peut constituer une limite à la mise en application de cette recommandation.

L'étape suivante est celle de la préparation culinaire. La première limite que nous avons relevée, et que nous avons eu l'opportunité de traiter dans le cadre de notre stage de première année de master, concerne l'utilisation de ses sens. Lors de notre stage au sein de l'association France Nature Environnement, nous avons mené une étude liant les thèmes du handicap et du gaspillage alimentaire. Ainsi, nous avons pu nous rendre compte que, bien que ce conseil soit d'une grande pertinence afin de limiter le gaspillage au domicile, celui-ci ne prend pas réellement en compte les spécificités des personnes se trouvant en situation de handicap. De manière plus générale, la peur du risque peut prendre le pas, et faire qu'un aliment soit jeté. L'étude de Séverine Gojard et Bérange Véron (2017, p.16) liant compétences domestiques, sécurité sanitaire et prévention du gaspillage alimentaire montre toutefois que « *le souci de sécurité sanitaire n'implique pas nécessairement plus de gaspillage* » car les foyers, en mobilisant leurs compétences culinaires, de stockage et d'organisation, vont mettre en place de multiples techniques afin d'éviter de se retrouver en situation de devoir jeter. Dans un second temps, nous avons pu remarquer que la recommandation visant à cuisiner les bonnes quantités, ne prend pas nécessairement en compte les logiques d'anticipation ou la congélation. Pour certains enquêtés, le fait d'avoir des restes était rassurant car cela implique de ne pas avoir à

cuisiner. Cependant, il faut encore que ces restes soient consommés : l'anticipation doit donc être couplée à une bonne gestion des restes générés. Pour rester sur le thème des quantités, des enquêtés soulèvent le fait qu'il n'est pas évident de juger des bonnes quantités à cuisiner en fonction de la faim des différents membres du foyer. D'autre part, le fait de cuisiner en plus grande quantité semble répondre à une peur de manquer, ainsi qu'à une norme de prodigalité, notamment lors des invitations. La réduction du gaspillage alimentaire entre donc en conflit avec d'autres normes régissant l'alimentation (Southerton, Yates, 2015). Enfin, l'une des recommandations que nous avons relevée consiste à inciter la personne prenant en charge la préparation culinaire à faire attention aux déchets de préparation, et donc à cuisiner autant que possible les produits dans leur entièreté. Lors de notre *focus group*, un enquêté a pointé du doigt qu'il n'est pas toujours facile de savoir comment cuisiner certains aliments tels que les fanes, ou de connaître les combinaisons d'aliments se mariant bien ensemble. À cela, un second participant a répondu qu'internet peut être une bonne solution pour trouver des recettes et des astuces culinaires plus précises.

Pour l'étape du repas, nos enquêtés n'ont mis en évidence aucune limite, cependant, lors de notre *focus group*, une participante a exprimé une limite au fait de faire attention aux restes, et notamment au fait de les remanger<sup>84</sup>. Elle trouve en effet que cela peut provoquer de la lassitude, et peut déranger certains individus de manger plusieurs fois le même repas. Une solution que nous avons fait émerger par la discussion était le fait d'accommoder autant que possible les restes en une nouvelle recette, en utilisant par exemple des épices afin de varier les saveurs.

Pour finir sur notre itinéraire de consommation, il nous reste l'étape de la gestion des restes. Certains points tels que l'accommodation des restes ont déjà été évoqués précédemment, nous ne reviendrons donc pas dessus, mais nous souhaitons tout de même mettre en avant une observation que nous avons pu faire concernant le fait de donner le surplus à des personnes extérieures au foyer. Rappelons-le, il s'agit là d'une recommandation intériorisée et mise en place par 12 de nos enquêtés, mais dont

---

<sup>84</sup> Cf Annexe I : Visuel final du Padlet créé lors du *focus group*.

seulement 9 l'appliquent de manière systématique. Cet écart étant tout de même assez important, nous avons essayé de le questionner. Au moment d'aborder cette thématique lors des entretiens, nous avons senti que le fait de donner des restes à leurs invités gênait nos enquêtés, et les mettait mal à l'aise. Ils étaient disposés à le faire pour de la pâtisserie, qu'ils considéraient comme quelque chose de « *festif* », mais pas forcément pour des restes venant du plat de résistance. D'autre part, selon le degré d'intimité avec l'invité, le foyer allait plus ou moins être disposé à donner des restes au lieu de les « *gérer en interne* »<sup>85</sup>. Bien qu'en questionnant le rapport aux restes des enquêtés, ceux-ci nous ont majoritairement répondu avoir un rapport assez décontracté aux restes, cette particularité concernant le fait de les partager avec autrui dénote le caractère intime de ceux-ci. Les enquêtés étaient en effet généralement prêt à manger les restes de leurs familles, ou de personnes avec lesquelles ils seraient intimes, mais pas à manger les restes d'un inconnu. Le regard que l'autre pourrait porter sur eux était également très important pour nos enquêtés. Cette gêne peut être reliée au principe d'incorporation (Fischler, 2001), et au fait que manger n'est pas un acte anodin dans la mesure où l'aliment construit le mangeur et que le mangeur se construit en mangeant.

De manière générale, une limite aux diverses recommandations a été pointée du doigt à différentes étapes de notre itinéraire. Il s'agit du fait que selon la personne du foyer et sa sensibilité, les pratiques mises en place ne seront pas les mêmes. Lors de la sensibilisation au thème du gaspillage, il est donc important selon nous de toucher l'ensemble du foyer, afin de fonder des représentations communes qui ne vont faire que renforcer la mise en place d'une pratique.

### 4.3. Des itinéraires de consommation diversifiés

Grace au matériel sociologique recueilli durant nos entretiens, nous avons pu retracer les habitudes de consommation de nos différents enquêtés, et nous avons matérialisé cela à l'aide de notre frise d'itinéraire de consommation<sup>86</sup>. Cette modélisation récapitulative nous a permis de constater que les mangeurs-consommateurs vont répondre à des logiques de

---

<sup>85</sup> Cf Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires – Enquêtée n° 8, enquêté n° 9 et enquêté n° 10.

<sup>86</sup> Cf Annexe M : Itinéraires de consommation des différents enquêtés.

fonctionnement différentes en ce qui concerne leur alimentation. Ces différentes variations vont avoir des impacts sur les recommandations à appliquer, afin de limiter le gaspillage au domicile. Ainsi, un foyer ne s'approvisionnant que de manière mensuelle ou bimensuelle, devra trouver des manières de conserver ses aliments plus longtemps, et être attentif aux dates de ses produits ; alors qu'un foyer favorisant des courses hebdomadaires, voire plus fréquentes, pourra se permettre une plus grande laxité. Si certains foyers appliquent le conseil des justes quantités afin d'éviter les restes, d'autres vont au contraire mettre en place des logiques d'anticipation, en créant volontairement des restes, et en les incluant dans leur gestion quotidienne de l'alimentation. Pour ce qui est des invitations à manger ou des réceptions, ce que nous avons appelé dans notre grille d'entretien des « ruptures de routines », celles-ci peuvent être plus ou moins fréquentes selon les foyers, et tout autant prévues qu'imprévues. Cela va impliquer de mettre, ou non, en place une organisation spécifique afin de limiter le gaspillage selon la fréquence, et le caractère plus ou moins prévisible de ce type d'événement. Enfin, l'environnement du foyer va également être un élément déterminant dans la mise en place d'une pratique et d'un itinéraire de consommation.

Cette quatrième partie valide notre dernière hypothèse, et nous permet d'avancer que les mangeurs-consommateurs appliquent des logiques de consommation diversifiées, ce qui implique que toutes les recommandations ne conviennent pas forcément à tout le monde. Nous pensons qu'il convient de voir ces recommandations comme un réservoir à conseils, dans lequel un individu peut piocher selon ses besoins à un instant T de sa vie, afin de compléter ses compétences domestiques. Les itinéraires peuvent par ailleurs varier dans le temps et en fonction des cycles de vie (Desjeux, 2006, p. 91). Cette analyse des limites, que nous avons voulu la plus complète possible, n'est pas pour autant nécessairement exhaustive. Gardons à l'esprit qu'il faut toujours prendre en compte les différents déterminants de l'action, ainsi que les influences variées et complexes, parfois inconscientes, qui vont jouer sur l'acte de jeter un aliment, ainsi que sur les pratiques et les représentations qui entourent le gaspillage alimentaire.

De manière générale et avant de passer aux limites et aux perspectives de notre étude, nous souhaitons faire un bilan plus général. L'approche compréhensive de notre étude nous a permis de souligner le fait qu'une recommandation peut être intériorisée et non mise en pratique par

un mangeur-consommateur, et cela pour des raisons diverses et parfois complexes. L'existence et la multiplication des diverses recommandations permettant de réduire le gaspillage alimentaire au domicile, favorise la sensibilisation des mangeurs-consommateurs à cette thématique, bien que nous ayons vu que la famille soit l'instance permettant la plus forte intériorisation sur notre thème. Afin de donner une perspective plus opérationnelle à nos résultats, nous allons voir dans la partie qui va suivre la manière dont ils pourraient être exploités en dehors de cette étude, avec notamment l'importance d'une approche personnalisée des mangeurs-consommateurs, afin de répondre à leurs besoins spécifiques.

## 5. Les limites et perspectives de notre étude

Afin de clore ce mémoire, nous allons vous proposer un travail rétrospectif visant à identifier les limites de notre étude, les points qui pourraient être améliorés, mais également les perspectives que nous imaginons pour notre travail.

### 5.1. Les limites de notre étude

Le fait de mener cette étude en complète autonomie, sans structure encadrante, a été un réel défi pour nous. Dès le début de ce mémoire, nous avons souhaité mener un terrain probatoire tel qu'il aurait été construit avec l'accompagnement de professionnels travaillant sur notre thématique. Cela a impliqué d'opérer des choix théoriques et méthodologiques, qui ont déterminé l'orientation de notre étude. Tout travail étant perfectible, le sociologue doit savoir se mettre dans une posture d'analyse, lui permettant d'approcher son travail de manière critique et constructive. Nous allons donc vous présenter certains des obstacles que nous avons rencontrés, et constituant pour certains des limites à notre étude.

Commençons par le cadrage théorique. Afin de traiter notre sujet, il nous a fallu faire des choix concernant les thématiques à traiter et l'approche à adopter. En débutant cette étude, nous avons envisagé de consacrer une partie de ce mémoire aux théories du changement et à la manière d'influer sur les comportements individuels. Cela nous a amené à nous pencher sur différents travaux traitant de cette thématique. Tout d'abord le travail de Kurt Lewin ou Dominique Oberlé (2015) concernant la dynamique des groupes, et la manière dont le collectif va jouer une part importante dans l'adoption d'une pratique. En reprenant les travaux de Lewin, David Autissier, Kevin Johnson et Emily Metais-Wiersch

(2018) vont proposer des outils concrets pour la conduite de changements. Pour rester sur cette thématique de l'inflexion des pratiques, le travail de Sophie Dubuisson-Quellier (ADEME, 2016) a été particulièrement intéressant, dans la mesure où elle s'intéresse de manière spécifique aux pratiques alimentaires. D'autres lectures encore nous ont permis de rentrer dans cette thématique du changement (Bernoux, 2010 ; Reynaud, 2004), cependant nous avons finalement fait le choix de ne garder que le travail de Saadi Lahlou sur la régulation du comportement, qui permet selon nous d'avoir une approche générale du changement en prenant en compte les différents déterminants de l'action. Bien que chacun de ces auteurs ait contribué à alimenter la compréhension de notre thème, l'approche compréhensive de ce mémoire nous demandait avant tout de décrire, comprendre et expliquer les comportements des mangeurs-consommateurs, et non de trouver comment les modifier. Nous avons donc fait le choix de ne pas inclure de chapitre dédié au thème du changement. La revue de littérature que nous avons réalisée sur celui-ci pourra cependant nous être utile pour des travaux futurs.

Regardons à présent du point de vue de la méthodologie. Le fait d'enregistrer et de retranscrire partiellement nos entretiens, nous a permis de prendre conscience de certains tics de langage que nous pouvions avoir. Ceux-ci n'étant pas particulièrement gênants, ils ne représentent pas une limite, mais le fait de les avoir identifiés nous permettra d'améliorer notre technique à l'avenir. Un autre point que nous avons pu identifier grâce à nos enregistrements est notre gestion des silences. Lors d'entretiens sociologiques, les silences sont un matériel riche à recueillir et analyser. Ils permettent aux enquêtés de construire leurs réponses et de développer leur propos, autant qu'ils nous permettent d'identifier des moments d'hésitation ou de malaise. Lors de nos entretiens, il nous est arrivé d'écourter un silence par une relance, or « *les blancs ne doivent être remplis que lorsqu'il devient évident qu'ils provoquent du malaise* » (Kaufmann, 2016, p. 49). Les questions doivent quant à elles être « *distribuées à doses "homéopathiques" [afin] d'appeler directement un registre discursif* » (Blanchet, Gotman, 2007, p. 86) nécessaire lors d'une étude qualitative. Gardons également à l'esprit que les propos que nous avons recueillis ne sont que le fruit de pratiques rapportées. Les enquêtés peuvent alors être tentés de répondre selon la norme établie, ce qui implique des limites quant à l'objectivité des résultats obtenus (Poulain, 2017, p. 66). Par ailleurs, « *les pratiques les plus ordinaires,*

*les déplacements les plus routiniers ne peuvent être fidèlement retranscrits par les acteurs eux-mêmes, dans la mesure où de telles pratiques et déplacements font rarement l'objet d'un effort réflexif mais révèlent plutôt de gestuelles infra-cognitives* » (Thévenot, 1993, cité par Calvignac et al., 2013, p. 92). Afin d'aller au-delà de cette limite, notre étude pourrait être complétée par de l'observation directe ou un recueil de pratiques objectivées.

Pour ce qui est de notre panel d'enquêtés, des limites peuvent également être soulevées. Comme nous vous l'avons expliqué dans notre chapitre consacré à la méthodologie, notre objectif était de recruter vingt enquêtés, mais nous n'avons réussi à en obtenir que dix-huit. Cette minoration de notre panel s'est faite aux dépens de retraités vivant seuls. Nous avons donc dans notre panel trois retraités vivants en couple, mais aucun vivant seul. Lors de notre recrutement, nous avons porté notre attention sur le fait d'avoir des déterminants socio-démographiques variés. Nous avons ainsi différentes tranches d'âge et catégories socio-démographiques, ainsi qu'une répartition égalitaire entre les hommes et les femmes. Toutefois, une limite de notre recrutement se trouve dans le fait de ne pas avoir de personnes en situation de grande précarité. D'autre part, en analysant la sensibilité à l'environnement de notre panel, nous avons pu remarquer que la plupart de nos enquêtés semblaient y être sensibles. Ce résultat peut être expliqué par le fait que cette variable soit mesurée par des propos rapportés, et non par des pratiques objectivées ou des observations ; mais également par le fait que la construction de notre panel s'appuie sur notre réseau de connaissances et sur celui de nos proches, ce qui implique des sensibilités communes. Ce point est donc à prendre en considération comme limite de notre étude. Enfin, lors de notre analyse, nous avons veillé à identifier des pratiques les plus diversifiées possible, cependant, la résolution de nos hypothèses ne nécessitait pas une analyse croisée selon les grands déterminants socio-démographiques. À l'avenir, il pourrait être intéressant d'y consacrer une étude, mêlant approches qualitative et quantitative, afin de relier les différents déterminants socio-démographiques, tels que l'âge, le sexe, la catégorie socio-professionnelle ou la composition du foyer, à la mise en place de telle ou telle recommandation.

Le fait d'identifier des limites à notre étude peut être déroutant, pourtant ce travail de déconstruction est essentiel afin de perfectionner notre méthodologie et notre regard sociologique. Les écueils rencontrés et identifiés aujourd'hui, seront pour nous des points

auxquels nous accorderons une attention toute particulière demain. L'erreur fait partie du processus d'apprentissage.

### 5.2. Les perspectives de notre étude

Durant tout ce mémoire, nous nous sommes positionnés dans une approche compréhensive, favorisant notre travail de sociologue à notre envie d'être un acteur de terrain. Cependant, ces deux approches ne sont selon nous pas antinomiques : les travaux des sociologues et des acteurs de terrain peuvent venir se compléter, et s'enrichir mutuellement. Les premiers disposent d'un regard critique et d'une méthodologie de terrain alimenté d'un cadrage théorique solide, alors que les seconds, par leur approche empirique, vont avoir une connaissance fine de l'échantillon à étudier et de ses problématiques particulières.

Les données d'une étude telle que la nôtre, peuvent ainsi faire l'objet d'une réutilisation par les acteurs de terrain travaillant sur la thématique du gaspillage alimentaire. Les résultats que nous avons obtenus peuvent leur permettre d'acquérir une compréhension plus approfondie des pratiques de gaspillage, et de la manière dont les recommandations sont intériorisées et mises en pratique. Notre travail sur les limites permet également d'imaginer des actions afin d'y pallier, en ayant une approche la plus inclusive possible.

Pour terminer, nous souhaitons mettre en lumière le travail de deux associations, qui par leur regard inclusif tentent de se faire rencontrer monde sociologique et actions de terrain, tout en ayant une approche par les particularismes individuels.

La première structure dont nous souhaitons vous parler est l'association France Nature Environnement – Midi-Pyrénées. Lors de notre stage de première année, qui s'est déroulé sous la supervision de Fiona Jegou et Jean Olivier, nous avons pu mettre en pratique cette double approche. Nous avons dans un premier temps commencé à mener une étude sur le thème du gaspillage alimentaire et du handicap, en partenariat avec l'Institut des Jeunes Aveugles de Toulouse. Cette étude sociologique visait à adapter des outils permettant de limiter le gaspillage alimentaire, comme par exemple des verres mesureurs, pour un public malvoyant ou non voyant. Cela nous a demandé dans un premier temps de nous familiariser avec la thématique du handicap, avant de modifier notre approche du



gaspillage alimentaire. Pour des raisons de temporalités liées à la pandémie de Covid-19, nous n'avons pas pu mener nous même le terrain. Cependant, l'existence d'une telle étude montre l'importance d'avoir une approche personnalisée et inclusive, afin de prendre en compte les spécificités de chacun. Le travail de cette association vise à être le moins clivant possible, c'est ainsi qu'elle propose des activités personnalisées sur le thème du gaspillage pour des publics variés : personnes en situation de handicap, retraités, services civiques, enfants ou grand public.

La deuxième structure a attiré notre attention de par sa façon de placer l'humain au cœur de ses expérimentations. Nous sommes ainsi allés à la rencontre de Mélanie Tuffreau et Cédric Le Fur, co-fondateurs de l'association FAIRÉCO, qui a pour objectif d'accompagner les habitants de quartiers prioritaires dans l'expérimentation de pratiques plus écologiques. Bien que les thèmes de l'alimentation et du gaspillage alimentaire soient traités par cette structure, son approche est plus globale. Son ambition est d'engager et d'accélérer la transition écologique en s'appuyant sur la culture des milieux populaires, érigeant ces derniers en modèle à suivre, de par leur forte capacité d'adaptation, et leurs pratiques peu polluantes. Par leur accompagnement, les co-fondateurs souhaitent augmenter le pouvoir d'agir des individus. En incubation depuis quelques années, le projet est né en 2019, et a été inspiré par le projet Roubaix Zéro Déchet<sup>87</sup> lancé en 2014. Afin d'accompagner au mieux les foyers venant de quartiers prioritaires, l'association compte sur l'importance de mêler le collectif à l'individuel, dans la mesure où l'on ne peut pas faire peser le poids du changement uniquement sur l'individu. Afin d'opérer un changement durable, il faut que ce changement parte des habitudes et des problématiques propres à chaque foyer, sans négliger pour autant le rôle que l'environnement et le tissu commercial vont jouer. Par ses actions, cette association souhaite « *toucher tous les pans de la ville* ». Cette manière d'aborder la question du changement résonne avec notre volonté de comprendre les moteurs de l'action, afin de proposer un accompagnement au plus près des besoins des mangeurs-consommateurs. La volonté de FAIRÉCO de tisser des liens avec le public qu'elle accompagne, au travers d'entretiens individuels et d'ateliers

---

<sup>87</sup> **Roubaix Zéro Déchet.** Page d'accueil du projet [en ligne]. Disponible sur <https://www.roubaixzerodechet.fr/> (consulté le 2-9-2021).

collectifs, nous semble être une force pour envisager les changements de demain. L'association souhaite ainsi, d'une part, mettre les individus en action, avec cette idée de « *faire* », et compte d'autre part sur le fait que ces individus vont passer le mot, et parler de ces pratiques vertueuses à leur entourage, de manière à « *faire écho* ». Un message poétique qui nous semble à la hauteur des défis qu'il nous faudra relever en termes de transition écologique.

De manière générale, l'adoption d'une pratique ne peut se faire de manière durable que si celle-ci est profondément intériorisée. Pour cela, il n'est selon nous pas judicieux de demander simplement à un individu de changer ses habitudes, afin d'insérer dans son quotidien cette nouvelle recommandation. Pour installer durablement une pratique, il convient davantage de mettre en place un accompagnement individuel, mettant l'individu en mouvement, et prenant en compte les différents déterminants de l'action, le contexte sociétal et environnemental dans lequel il se situe, et les limites auxquelles il peut être confronté. Cette approche par les particularismes individuels n'exclut pas une diffusion plus générale de recommandations permettant de réduire le gaspillage alimentaire au domicile. Ces deux méthodes sont complémentaires, et doivent avoir comme point commun une compréhension la plus large possible du mangeur-consommateur, de ses pratiques et de ses représentations.

## Conclusion

Tout au long de cette étude, nous nous sommes efforcés de porter un regard nouveau sur le thème du gaspillage alimentaire. Pour ce faire, nous n'avons pas négligé nos résultats de première année, et avons gardé à l'esprit que les influences sur les pratiques de gaspillage peuvent être variées et complexes, parfois inconscientes. Cela nous a amené à questionner les déterminants de l'action, la part de culturel résidant dans nos pratiques, mais également le contexte sociétal dans lequel est placée notre population cible : les mangeurs-consommateurs. En nous détachant de notre envie de changer les choses, nous avons aiguisé notre regard sociologique afin de mener cette étude compréhensive.

Notre point de départ a été l'ensemble des recommandations à destination des particuliers, que nous avons pu trouver concernant la réduction du gaspillage alimentaire au domicile. En partant d'un constat personnel, qui est que selon les aléas de la vie, il peut être complexe de se tenir de manière rigoureuse à chacun de ces conseils, nous avons décidé d'essayer de comprendre comment ces recommandations sont perçues par les mangeurs-consommateurs. Afin d'avoir une approche la plus complète possible, nous avons tout d'abord recensé les différentes prescriptions énoncées par des acteurs multiples, ayant fait ou non de la lutte contre le gaspillage alimentaire leur cheval de bataille. Cette connaissance complète de l'existant nous a permis d'aller à la rencontre des mangeurs-consommateurs et de questionner l'intériorisation et la mise en pratique de ces recommandations, ainsi que les limites pouvant freiner leur adoption. Nous avons en effet pu valider que l'intériorisation d'une recommandation ne signifie pas *de facto* que celle-ci va être mise en pratique. Nous avons pu interroger cet écart tout au long de ce travail, en mettant au cœur de notre étude les pratiques et représentations des mangeurs-consommateurs, leurs habitudes quotidiennes et leurs contraintes.

L'itinéraire de consommation de Dominique Desjeux a été un outil indispensable afin de structurer notre approche. En insérant tous nos résultats dans ce parcours composé de sept étapes, nous avons pu attester que le gaspillage est un phénomène construit, ne comprenant pas uniquement l'acte de jeter un aliment à la poubelle. Nos manières d'acheter et de stocker les aliments, d'organiser notre alimentation ou de consommer nos produits sont autant de pratiques contribuant à faire grossir les chiffres du gaspillage.

Comme nous le disions : le gaspillage est un tout, composé de petites miettes de pain qui mises bout à bout forment l'énorme monticule que représentent les presque deux millions de tonnes de gaspillage alimentaire annuelles produites par la consommation.

Cette dernière n'est cependant pas la seule responsable des pertes alimentaires nationales. Chaque maillon de la chaîne alimentaire a donc un rôle à jouer dans la réduction de celles-ci. Si les déterminants de l'action individuelle sont importants à prendre en compte, il ne faut pas négliger le caractère systémique de ce phénomène. En tissant des liens entre les acteurs, des solutions innovantes peuvent émerger afin de pallier à ce problème public. Bien que nous sommes convaincus de l'importance d'une approche centrée sur l'individu, le collectif est essentiel à prendre en considération pour que le changement soit durable.

En imaginant une suite à cette étude, nous pourrions approfondir nos connaissances en matière de sociologie du changement. Pour rester sur cette thématique, ce changement doit être accompagné et non imposé. Bien que la clé réside dans l'intériorisation et l'acceptation personnelle d'une recommandation, il pourrait être intéressant de travailler avec les publics visés sur la mise en place d'outils facilitant le passage à l'action et l'adoption de pratiques. Pour cela, l'exemple du *nudge* nous semble être tout particulièrement pertinent.

Pour finir, si initialement mener cette étude en complète autonomie, du fait du contexte sanitaire particulier, s'est révélé être effrayant, aujourd'hui nous nous rendons compte que cette expérience a été des plus enrichissantes. Elle nous a permis de gagner en autonomie, en réactivité et en esprit critique. Il a fallu à diverses reprises s'adapter afin de pallier aux aléas du terrain, et relever de multiples défis qui nous ont permis de grandir professionnellement parlant. Cette première expérience positive nous permet, à présent, d'aborder notre recherche d'emploi de manière plus sereine. Si nous avons apprécié durant toute une année revêtir la veste de sociologue, nous sommes également conscients de notre besoin d'actions concrètes au quotidien. Nous souhaitons ainsi dans notre projet professionnel mêler ces deux dimensions : décrire, comprendre et expliquer le phénomène du gaspillage alimentaire, mais également agir de manière concrète afin de réduire ce gaspillage.

## Bibliographie

**Abbott Andrew.** *À propos du concept de Turning Point*, in Marc Bessin et al., *Bifurcations. Les sciences sociales face aux ruptures et à l'événement*. Paris : La Découverte, 2010, p. 187-211.

**ADEME.** *Infléchir les pratiques alimentaires des ménages*, 2016, 7 p. [en ligne]. Disponible sur [https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/dimdamdom\\_8740.pdf](https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/dimdamdom_8740.pdf) (consulté le 7-4-2021).

**ADEME.** *Opération foyers témoins pour estimer les impacts du gaspillage alimentaire des ménages*, 2014, 54 p. [en ligne]. Disponible sur <https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/estimer-impacts-du-gaspillage-alimentaire-des-menages.pdf> (consulté le 19-3-2020).

**ADEME.** *Pertes et gaspillages alimentaires : l'état des lieux et leur gestion par étapes de la chaîne alimentaire*, 2016, 165 p. [en ligne]. Disponible sur <https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/pertes-et-gaspillages-alimentaires-201605-rapport.pdf> (consulté le 7-1-2020).

**Albisu Luis Miguel.** *Pertes et gaspillages alimentaire : la responsabilité des consommateurs*, in CIHEAM, FAO, Méditerranée 2016 : Zéro gaspillage en Méditerranée. Paris : Les Presses de Sciences Po, 2016, p. 319-336.

**Ascher François.** *Le mangeur hypermoderne. Une figure de l'individu éclectique*. Paris : Odile Jacob, 2005, 330 p.

**Assemblée Nationale.** *Proposition de loi pour une nouvelle étape contre le gaspillage alimentaire, n° 3725*, le 11-2-2021 [en ligne]. Disponible sur <https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/dossiers/gaspillagealimentaire> (consulté le 20-5-2021).

**Autissier David, Johnson Kevin, Metais-Wiersch Emily.** *Du changement à la transformation*. Malakoff : Dunod, 2018, 256 p.

**Bauer Raymond A.** *Consumer behaviour as risk taking, dynamic marketing for changing world*. Conference of the American Marketing Association, 1960, p. 389-398.

**Berger Peter, Luckmann Thomas.** *La construction sociale de la réalité* [1966]. Paris : Armand Colin, 2012, 340 p.

**Bernoux Philippe.** *Sociologie du changement. Dans les entreprises et les organisations*. Paris : Éditions du Seuil, 2010, 384 p.

**Bertaux Daniel.** *L'enquête et ses méthodes. Le récit de vie – 3e édition*. Paris : Armand Colin, 2010, 128 p.

**Bidard Claire.** *Bifurcations biographiques et ingrédients de l'action*, in Marc Bessin et al., *Bifurcations. Les sciences sociales face aux ruptures et à l'événement*. Paris : La Découverte, 2010, p. 224-238.

**Blanchet Alain, Gotman Anne.** *L'enquête et ses méthodes. L'entretien – 2e édition*. Paris : Armand Colin, 2007, 128 p.

**Bolliet Dominique, Schmitt Jean-Pierre.** *La socialisation*. Rosny : Bréal, 2002, 128 p.

- Bourdieu Pierre.** *La distinction. Critique sociale du jugement.* Paris : Les Éditions de Minuit, 1979, 672 p.
- Calvignac Cédric, Canu Roland, Cochoy Franck.** *Des détails qui comptent : pour une archéologie statistique de l'action ordinaire,* in Datchary Caroline, *Petit Précis de méthodologie. Le sens du détail dans les sciences sociales.* Lormont : Le bord de l'eau, 2013, p. 91-104.
- Chessel Marie-Emmanuelle, Cochoy Franck.** *Autour de la consommation engagée : enjeux historiques et politiques.* *Sciences de la Société,* Presses universitaires du Midi, 2004, n° 62, p. 3-14.
- Cibois Philippe.** *L'individu et le social ne sont qu'un,* in De Gaulejac Vincent et Giust-Desprairies Florence, *Le laboratoire de changement social. 40 ans d'histoire.* Paris : L'Harmattan, 2013, p. 57-59.
- Ciosi-Houcke Laure, Pavageau Cécile, Pierre Magali, Garabuau-Moussaoui Isabelle, Desjeux Dominique.** *Trajectoires de vie et alimentation. Les pratiques culinaires et alimentaires révélatrices des constructions identitaires familiales et personnelles,* in Garabuau-Moussaoui et al., *Alimentations contemporaines.* Paris : L'Harmattan, 2002, p. 307-330.
- Collectif.** *Lexique des sciences sociales – 8<sup>e</sup> édition.* Paris : Dalloz, 2004, 448 p.
- Combessie Jean-Claude.** *La méthode en sociologie – 5<sup>e</sup> édition.* Paris : La découverte, 2007, 124 p.
- Commission mondiale sur l'environnement et le développement de l'ONU.** *Notre avenir à tous – Rapport Brundtland.* Québec : Éditions du fleuve, 1987, 432 p.
- CRÉDOC.** *Comportements et attitudes des consommateurs à l'égard du commerce alimentaire en 2017,* décembre 2017, 39 p. [en ligne]. Disponible sur <https://www.credoc.fr/publications/enquete-commerce-2017-comportements-et-attitudes-des-consommateurs-a-legard-du-commerce-alimentaire> (consulté le 23-8-2021).
- Darmon Muriel.** *La socialisation – 2<sup>e</sup> édition.* Paris : Armand Colin, 2010, 128 p.
- Demeulenaere Pierre.** *Les normes sociales. Entre accords et désaccords.* Paris : Presses Universitaires de France, 2003, 292 p.
- Derville Thomas.** *Attentes et interrogations du consommateur.* Colloque international de Dijon – Le mangeur du XXI<sup>e</sup> siècle. Les aliments, le goût, la cuisine et la table, 20, 21 et 22 novembre 2002, p. 35-41.
- Desjeux Dominique, Zheng Lihua, Boisard Anne-Sophie et al.** *Ethnographie des itinéraires de la consommation alimentaire à Guangzhou (Canton-Chine),* in Garabuau-Moussaoui et al., *Alimentations contemporaines.* Paris : L'Harmattan, 2002, p. 213-240.
- Desjeux Dominique.** *La consommation.* Paris : Presses Universitaires de France, 2006, 128 p.
- Desjeux Dominique.** *Les échelles d'observation de la consommation.* *Sciences Humaines : Comprendre le consommateur,* septembre 1998, 11 p. [en ligne]. Disponible sur <https://consommations-et-societes.fr/wp-content/uploads/2017/08/1998-SHS-ECHELLE-CONSOMMATION.pdf> (consulté le 31-3-2021).
- Desjeux Dominique.** *Postface : Les espaces sociaux du déchet : une microsociologie du quotidien encadrée dans le macrosocial,* in Pierre Magali, *Les déchets ménagers, entre privé et public. Approches sociologiques.* Paris : L'Harmattan, 2002, p. 173-181.
- Douglas Mary.** *De la souillure.* Paris : La Découverte, 2001, 210 p.

**Dubuisson-Quellier Sophie, Plessz Marie.** La théorie des pratiques. Quels apports pour l'étude sociologique de la consommation ? *Sociologie*, 2013, n° 4, vol. 4, p. 451-469 [en ligne]. Disponible sur <https://journals.openedition.org/sociologie/2030#text> (consulté le 4-4-2021).

**Dubuisson-Quellier Sophie.** De la routine à la délibération – Les arbitrages des consommateurs en situation d'achat. *Réseaux*, 2006, n° 135-136, p. 253-284.

**Duchesne Sophie, Haegel Florence.** *L'enquête et ses méthodes. L'entretien collectif*. Paris : Armand Colin, 2008, 126 p.

**Dupuy Anne, Watiez Marie.** *Socialisation alimentaire*, in Dictionnaire des cultures alimentaires. Paris : Presses Universitaires de France, 2012, 1271-1280 p.

**Esnouf Catherine, Bricas Nicolas, Russel Marie, Champenois Armelle.** *L'alimentation dans le contexte du développement durable*, in Esnouf Catherine et al., Pour une alimentation durable. Réflexion stratégique du ALIne. Versailles : Quæ, 2011, p. 11-14.

**Étienne Jean, Bloess Françoise, Noreck Jean-Pierre, Roux Jean-Pierre.** *Dictionnaire de sociologie – 3<sup>e</sup> édition*. Paris : Hatier, 2004, 452 p.

**Eymard Isabelle.** *De la grande surface au marché : à chacun ses habitudes*, 1999, 4 p. [en ligne]. Disponible sur <http://www.epsilon.insee.fr/jspui/bitstream/1/675/1/ip636.pdf> (consulté le 4-7-2021).

**FAO.** *Food wastage foodprint. Impacts on natural resources*, 2013, 62 p. [en ligne]. Disponible sur <http://www.fao.org/3/i3347e/i3347e.pdf> (consulté le 25-5-2021).

**FAO.** *Pertes et gaspillages alimentaires dans le monde. Ampleur, causes et prévention*, 2011, 41 p. [en ligne]. Disponible sur <http://www.fao.org/3/i2697f/i2697f.pdf> (consulté le 12-5-2021).

**Fischler Claude.** Gastro-nomie et gastro-anomie. Sagesse du corps et crise bioculturelle de l'alimentation moderne. *Communications*, 1979, n° 31, p. 189-210.

**Fischler Claude.** *L'Homnivore*. Paris : Odile Jacob, 2001, 448 p.

**Foti Francesca.** *Le problème public du gaspillage alimentaire : analyse des pratiques des mangeurs et des consommateurs*. Mémoire de master 1 Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, Toulouse : Université de Toulouse – Jean Jaurès, 2020, 89 p.

**France Nature Environnement.** *Faut pas Gâcher – Le livret d'exposition*, 2016, 16 p. [en ligne]. Disponible sur <https://fr.calameo.com/read/000610748e699ddb808fa> (consulté le 24-5-2021).

**Frédéric Marie-Claire.** *Pourri*. Paris : Les ateliers d'argol, 2019, 200 p.

**Fribourg Bertrand, Licoppe Christian, Denis Jérôme.** *Carrières des relations interpersonnelles équipées. Éléments de réflexion sur les bifurcations*, in Marc Bessin et al., Bifurcations. Les sciences sociales face aux ruptures et à l'événement. Paris : La Découverte, 2010, p. 239-253.

**Garot Guillaume**, au nom de la Commission des affaires économiques. *Pour une nouvelle étape contre le gaspillage alimentaire*, 2021, 88 p. [en ligne]. Disponible sur [https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/rapports/cion-eco/l15b3873\\_rapport-fond.pdf](https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/rapports/cion-eco/l15b3873_rapport-fond.pdf) (consulté le 21-5-2021).

**Glorieux Jean, Gauthier Béatrice.** *Lexique des sciences humaines. Personne et société*. Lyon : Chronique Sociale, 2009, 232 p.

**Goffman Erving.** *Les rites d'interaction*. Paris : Les Éditions de Minuit, 1974, 236 p.

**Gojard Séverine, Dubuisson-Quellier Sophie, Véron Bérangère.** *Logiques de consommation autour de l'alimentation durable (LOGICADU) – Rapport de synthèse*, 2016, 11 p. [en ligne]. Disponible sur [http://temis.documentation.developpement-durable.gouv.fr/docs/Temis/0084/Temis-0084455/22559\\_Synthese.pdf](http://temis.documentation.developpement-durable.gouv.fr/docs/Temis/0084/Temis-0084455/22559_Synthese.pdf) (consulté le 5-4-2021).

**Gojard Séverine, Véron Bérangère.** *Les compétences domestiques comme outil de conciliation entre sécurité sanitaire et prévention du gaspillage alimentaire*, 2017, 20 p. [en ligne]. Disponible sur <https://www.sfer.asso.fr/source/jrсс2017/jrсс2017-article-gojard.pdf> (consulté le 8-4-2021).

**GreenCook.** *Sensibiliser le consommateur à la réduction du gaspillage alimentaire et le mobiliser pour l'action*, 2014, 14 p. [en ligne]. Disponible sur [https://www.green-cook.org/IMG/pdf/greencook\\_recom\\_consommateurs.pdf](https://www.green-cook.org/IMG/pdf/greencook_recom_consommateurs.pdf) (consulté le 7-4-2021).

**Grossetti Michel.** *Imprévisibilité et irréversibilité : les composantes des bifurcations*, in Marc Bessin et al., *Bifurcations. Les sciences sociales face aux ruptures et à l'événement*. Paris : La Découverte, 2010, p. 147-159.

**Grygiel Claire.** *Des gestes pour l'oubli. Manipulation des déchets dans l'espace domestique*, in Pierre Magali, *Les déchets ménagers, entre privé et public. Approches sociologiques*. Paris : L'Harmattan, 2002, p. 147-171.

**Hélaridot Valentine.** *Les bifurcations biographiques entre logiques structurelles et choix individuels*, in Marc Bessin et al., *Bifurcations. Les sciences sociales face aux ruptures et à l'événement*. Paris : La Découverte, 2010, p. 160-167.

**Herpin Nicolas.** *Le repas comme institution. Compte rendu d'une enquête exploratoire. Revue française de sociologie*, 1988, n° 29-3, p. 503-521.

**Institut français d'opinion publique.** *Les Françaises, les Européennes et les tâches ménagères dans le couple – Observatoire de la charge mentale. Premier volet : La répartition des tâches ménagères au sein du couple*, octobre 2019, 17 p. [en ligne]. Disponible sur <https://www.ifop.com/publication/nettoyer-balayer-astiquer-la-persistance-des-inegalites-de-genre-en-matiere-de-partage-des-taches-menageres/> (consulté le 24-8-2021).

**Ipsos pour Secours Populaire Français.** *Baromètre de la pauvreté – Édition 2018 : Focus sur la précarité alimentaire*, 2018, 18 p. [en ligne]. Disponible sur [https://www.secourspopulaire.fr/sites/default/files/atoms/files/barometre\\_ipsos\\_spf-juin\\_2018.pdf](https://www.secourspopulaire.fr/sites/default/files/atoms/files/barometre_ipsos_spf-juin_2018.pdf) (consulté le 19-3-2020).

**Johnson Béa.** *Zéro déchet – 100 astuces pour alléger sa vie*. Paris : J'ai lu, 2015, 416 p.

**Kaufmann Jean-Claude.** *L'entretien compréhensif – 4<sup>e</sup> édition*. Paris : Armand Colin, 2016, 128 p.

**Kaufmann Jean-Claude.** *Le cœur à l'ouvrage. Théorie de l'action ménagère* (1997). Paris : Pocket, 2011, 384 p.

**Lahire Bernard.** *L'homme pluriel. Les ressorts de l'action*. Paris : Nathan, 2001, 272 p.

**Lahlou Saadi.** *La théorie des installations : construction sociétale et construction des comportements individuels*, le 16-3-2018 [en ligne]. Vidéo disponible sur <https://vimeo.com/263155962> (consulté le 9-4-2021).

**Lahlou Saadi.** *Peut-on changer les comportements alimentaires ? Cahiers de nutrition et de diététique*, 2005, n° 40, p. 91-96.



- Lamine Claire.** *Les intermittents du bio. Pour une sociologie pragmatique des choix alimentaires émergents.* Versailles : Quæ, 2008, 342 p.
- Lemieux Cyril.** *La sociologie pragmatique.* Paris : La Découverte, 2018, 128 p.
- Mauss Marcel.** *Essai sur le don. Formes et raisons de l'échange dans les sociétés archaïques* [1924]. Paris : Presses Universitaires de France, 2007, 248 p.
- Meissonnier Joël.** *Stratégies d'optimisation des temps quotidiens. Le temps du repas*, in Garabuau-Moussaoui et al., *Alimentations contemporaines.* Paris : L'Harmattan, 2002, p. 213-240.
- Mermet Gérard.** *Francoscopie 1999. Comment vivent les Français.* Paris : Larousse, 1998, 436 p.
- Mermet Gérard.** *Francoscopie 2010.* Paris : Larousse, 2009, 542 p.
- Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt.** *Pacte national de lutte contre le gaspillage alimentaire*, 2013, 22 p. [en ligne]. Disponible sur [https://agriculture.gouv.fr/sites/minagri/files/pacte\\_gapillage\\_alimentaire\\_3.pdf](https://agriculture.gouv.fr/sites/minagri/files/pacte_gapillage_alimentaire_3.pdf) (consulté le 16-11-2019).
- Ministère de l'Écologie, du Développement durable et de l'Énergie.** *Réduction du gaspillage alimentaire. État des lieux et pistes d'action*, 2012, 76 p. [en ligne]. Disponible sur [http://www.doc-developpement-durable.org/file/programmes-de-sensibilisations/developpement-durable/Rapport\\_final\\_gaspillage\\_alimentaire\\_nov2012.pdf](http://www.doc-developpement-durable.org/file/programmes-de-sensibilisations/developpement-durable/Rapport_final_gaspillage_alimentaire_nov2012.pdf) (consulté le 19-2-2020).
- Minjoulat-Rey Thomas.** *Gaspillage alimentaire et consommation : vers une nouvelle norme sociale ?* Mémoire de master 1 Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation, Toulouse : Université de Toulouse – Jean Jaurès, 2016, 124 p.
- Monsaingeon Baptiste.** *Homo detritus : critique de la société du déchet.* Paris : Éditions du Seuil, 2017, 280 p.
- Oberlé Dominique.** *La dynamique des groupes.* Grenoble : Presses universitaires de Grenoble, 2015, 134 p.
- Pfefferkorn Roland.** Le partage inégal des « tâches ménagères ». *Les Cahiers de Framespa*, 2001, n° 7, 12 p. [en ligne]. Disponible sur <https://journals.openedition.org/framespa/646> (consulté le 8-4-2021).
- Pierre Magali.** *Introduction : Déchets et identités*, in Pierre Magali, *Les déchets ménagers, entre privé et public. Approches sociologiques.* Paris : L'Harmattan, 2002, p. 11-17.
- Poulain Jean-Pierre.** *Dictionnaire des cultures alimentaires.* Paris : Presses Universitaires de France, 2012, 1536 p.
- Poulain Jean-Pierre.** *Manger aujourd'hui. Attitudes, normes et pratiques.* Toulouse : Privat, 2002, 236 p.
- Poulain Jean-Pierre.** *Sociologies de l'alimentation – 3e édition.* Paris : Presses Universitaires de France, 2013, 287 p.
- Poulain Jean-Pierre.** *Sociologies de l'alimentation. Les mangeurs et l'espace social alimentaire – 4e édition.* Paris : Presses Universitaires de France, 2017, 316 p.

**Poulain Jean-Pierre.** Vers une théorie sociologique du manger, compte-rendu de *The Practice of Eating* d'Alan Warde. *Anthropologie of food*, avril 2020, 11 p. [en ligne]. Disponible sur <https://journals.openedition.org/aof/10430#quotation> (consulté le 7-10-2020).

**Proust Isabelle.** *Désirs et peurs alimentaires au XXI<sup>e</sup> siècle. Evolutions et comportements alimentaires, problématiques économiques et responsabilités collectives.* Paris : Dalloz, 2006, 304 p.

**Raoult-Wack Anne-Lucie.** « *Dis-moi ce que tu manges...* ». Paris : Gallimard, 2001, 128 p.

**Raude Jocelyn.** *La perception des risques alimentaires : un paradoxe contemporain*, in Esnouf Catherine et al., *L'alimentation à découvert.* Paris : CNRS, 2015, p. 208-209.

**Région Occitanie.** *Pacte régional pour une alimentation durable en Occitanie*, 2018, 56 p. [en ligne]. Disponible sur [https://www.laregion.fr/IMG/pdf/pacte\\_vdef\\_avec\\_edito.pdf](https://www.laregion.fr/IMG/pdf/pacte_vdef_avec_edito.pdf) (consulté le 16-11-2019).

**Régnier Faustine, Lhuissier Anne, Gojard Séverine.** *Sociologie de l'alimentation.* Paris : La Découverte, 2006, 128 p.

**République française.** *Loi n° 2016-138 du 11 février 2016 relative à la lutte contre le gaspillage alimentaire*, Légifrance [en ligne]. Disponible sur <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000032036289?r=WwkrecfFg6> (consulté le 7-4-2021).

**Reynaud Jean-Daniel.** *Les règles du jeu. L'action collective et la régulation sociale – 3<sup>e</sup> édition.* Paris : Armand Colin, 2004, 348 p.

**Saillard Denis.** *Culture gastronomique et alimentation de demain*, in Fumey Gilles, *L'alimentation demain. Cultures et médiations.* Paris : CNRS, 2016, p. 47-68.

**Southerton Dale, Yates Luke.** *Exploring Food Waste through the Lens of Social Practice Theories. Some Reflections on Eating as a Compound Practice*, in Ekstrom Karin M., *Waste Management and Sustainable Consumption: Reflections on Consumer Waste.* Royaume-Uni : Routledge, 2015, p. 133-149.

**Stuart Tristram.** *Global gâchis – Révélation sur le scandale mondial du gaspillage alimentaire.* Paris : Rue de l'échiquier, 2013, 452 p.

**Sylvander Bertil.** *Alimentation service et contrainte de temps pour les ménages. Économie rurale*, 1989, n° 194, p. 42-47.

**United Nations Office for Disaster Risk Reduction.** *Global assessment report on disaster risk reduction*, 2019, 472 p. [en ligne]. Disponible sur <https://www.undrr.org/publication/global-assessment-report-disaster-risk-reduction-2019> (consulté le 25-5-2021).

**Warde Alan.** *The practice of eating.* Cambridge : Polity, 2016, 220 p.

**Weber Max.** *Économie et société – Tome 1 : Les catégories de la sociologie [1921].* Paris : Pocket, 1995, 834 p.

## Table des figures

Figure 1 : Visuel explicatif des règles du focus group en ligne.....	101
Figure 2 : Plateau de jeu guidant l'entretien.....	110

## Table des tableaux

Tableau 1 : Composition du panel.....	107
Tableau 2 : Grille d'analyse focus group.....	123
Tableau 3 : Intériorisation et mise en pratique sur l'acte d'achat .....	136
Tableau 4: Intériorisation et mise en pratique sur le stockage.....	137

## Table des annexes

Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires.....	16465
Enquêté n° 1 .....	165
Enquêtée n° 2 .....	173
Enquêtée n° 3 .....	178
Enquêté n° 4 .....	184
Enquêté n° 5 .....	189
Enquêtée n° 6 .....	195
Enquêtée n° 7 .....	202
Enquêtée n° 8 .....	209
Enquêté n° 9 .....	215
Enquêté n° 10 .....	224
Enquêtée n° 11 .....	230
Enquêté n° 12 .....	237
Enquêté n° 13 .....	243
Enquêtée n° 14 .....	252
Enquêtée n° 15 .....	258
Enquêté n° 16 .....	265
Enquêtée n° 17 .....	270
Enquêté n° 18 .....	274
Annexe B : Retranscription entretien d'expert 1 .....	281
Annexe C : Grille pour entretiens experts .....	288
Annexe D : Composition détaillée de notre échantillon .....	289
Annexe E : Retranscription entretien d'expert 2.....	290
Annexe F : Notice d'information et consentement éclairé.....	299
Annexe G : Grille d'entretien probatoire .....	300
Annexe H : Tableau croisé des recommandations et des acteurs communicants.....	310
Annexe I : Visuel final du Padlet créé lors du <i>focus group</i> .....	311
Annexe J : Grille d'analyse de l'intériorisation et la mise en pratique des recommandations.....	312
Annexe K : Grille d'analyse croisée de l'intériorisation et de la mise en pratique des recommandations.....	313
Annexe L : Grille récapitulative des limites des recommandations énoncées par les enquêtés.....	314
Annexe M : Itinéraires de consommation des différents enquêtés.....	316

## Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires

### Enquête n° 1

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 24 ans, vit seul, transition entre la vie étudiante et la vie active avec une titularisation en tant qu'enseignant (ce qui lui a permis d'avoir un plus gros budget à consacrer à l'alimentation).
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Rapport double à l'alimentation : pour répondre à ses besoins vitaux et pour se faire plaisir et partager avec autrui. La cuisine quotidienne va être vécue comme une « <i>petite corvée</i> », mais il apprécie tout de même cuisiner, notamment pour des moments de convivialité.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêté est mitigé sur son engagement écologique, notamment dans ses habitudes d'achat avec l'achat de produits parfois suremballés par exemple. Cependant, parallèlement, il essaye de limiter sa consommation de viande rouge, de consommer des produits français et de saison : « <i>Il y a une petite sensibilité écolo mais je dirais que ce n'est pas ce qui englobe ma consommation</i> ».
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Liste. Menu. Apprendre à connaître nos habitudes alimentaires afin que la décision d'achat devienne automatique.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	Auparavant l'enquêté faisait des listes mais comme « <i>ça le soulait</i> » désormais il calcule le nombre de repas qu'il doit faire avant ses prochaines courses et il construit sa décision une fois au magasin, en prenant toujours une base de mêmes produits. L'enquêté construit sa décision en prenant pour chaque repas un féculant, une protéine et un légume en suivant la saisonnalité et ses envies. Il est conscient que le fait de construire sa décision sur place le rend plus vulnérable aux écarts, cependant il nous dit qu'il n'est pas sensible aux techniques commerciales, et il ne fréquente pas les rayons sucreries ou gâteaux.

		Lorsqu'il part faire ses prochaines courses ou qu'il rentre le week-end chez ses parents son réfrigérateur est généralement vide.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	1 fois par semaine.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	À pied. L'enquêté se déplace spécifiquement pour faire les courses : « <i>Je déteste y aller en rentrant du travail parce que je suis déjà vanné par la journée de travail, et que du coup, j'ai envie de rien manger spécifiquement, je vais rentrer dans le magasin en me disant mais du coup pff (souffle), ça va être vraiment la course [...]. Je préfère y dédier un temps vraiment spécifique</i> ».
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	15/20 minutes de marche. L'enquêté apporte ses propres sacs.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Acheter que le nécessaire et éliminer le superflu, « <i>ce qui va être de l'ordre du grignotage</i> ».
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	- Carrefour Market  L'enquêté nous explique qu'il a changé son lieu d'approvisionnement car l'offre et la qualité ne lui convenait pas, il a donc changé pour un lieu un peu plus cher mais de meilleure qualité.  L'enquêté aimerai se diriger davantage vers de petits commerces locaux (boucher, primeur) et des marchés afin d'avoir quelque chose de meilleur et de plus respectueux de la planète.
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêté va seul faire ses courses.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Pour l'enquêté, il est important d'acheter le nécessaire et pas de superflu. De manière générale il se considère comme assez minimaliste. Il commence par les fruits et légumes en faisant attention à l'origine, la saison et la qualité, ensuite il va aller sur les protéines animales et enfin vers le sec.
Fréquentation des rayons	Compléter notre compréhension des	Le fait de ne pas faire de liste et de construire sa décision sur le lieu d'achat permet à l'enquêté de fréquenter les rayons

promotion et dates courtes	logiques d'achat de l'enquêté(e)	<p>promotions. Acheter le juste nécessaire n'est pas incompatible avec l'achat des justes quantités, du moment que le reste des achats est fait en conséquence.</p> <p>Personnellement il va les regarder en passant car il n'achète pas les 2 achetés 1 offert.</p> <p>Il fréquente quelque fois le rayon dates courtes, cependant il trouve que c'est mal présenté et qu'on n'a pas l'impression de faire un geste pour la planète mais plutôt « <i>d'être un étudiant en galère</i> ».</p>
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Pour les viandes, l'enquêté va faire attention aux dates en s'assurant qu'il puisse la manger avant sa date. Cependant il ne va pas prendre une date plus longue mais seulement garder en tête que le produit devra être mangé rapidement.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	L'enquêté n'applique pas du tout de logiques de stocks et tous ses produits sont consommés avant le départ pour ses prochaines courses.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Boîte pour conserver plus longtemps. Cuire les aliments pour prolonger leur durée de vie.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Tout est rangé dans la cuisine. La consommation étant minimaliste il n'y a pas de rangement particulier. Le réfrigérateur est rangé par température. Le sec est transvasé dans des bocaux. L'enquêté ne range pas par DLC, cependant il a tout en tête car il enregistre l'information lorsqu'il fait ses courses. Quand un produit est entamé il va soit le mettre dans une boîte hermétique s'il ne va pas le manger rapidement, soit il le laisse dans son emballage d'origine. Il n'a d'ailleurs pas de film alimentaire et il a des sacs de congélation qu'il n'a jamais utilisés.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	L'enquêté n'a pas de congélateur. Il ne comprend pas le fait de surstocker dans un congélateur, et précise qu'en cas de panne électrique tout devra être jeté.  L'enquêté est toutefois attentif au fait de correctement décongeler un produit et au respect de la chaîne du froid.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de	L'enquêté connaît la signification de DLC mais pas de DDM, cependant il connaît la différence de ces deux types de dates.

	l'enquêté(e) sur le sujet des dates	Il avait distingué l'existence de ces deux types de dates, mais avait surtout en tête l'ancien acronyme (DLUO).
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	Il y accorde de l'importance car il consomme surtout des produits avec une DLC et non une DDM. Il va garder ces dates en tête pour ses produits d'origine animale.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	L'enquêté va se servir de ses sens afin de compléter ce système de DLC. Il va par ailleurs être moins scrupuleux sur les DDM. Il a tout de même une crainte qu'un aliment puisse être néfaste pour sa santé.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Cuisiner les justes quantités.
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	L'enquêté vivant seul il s'occupe seul de la cuisine.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pas de logiques d'anticipation.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Prendre le temps de manger. Assaisonner selon ses goûts.
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	L'enquêté mange en regardant une série ou en travaillant. Il prend son repas assis à une table. L'enquêté prend le temps de manger son repas et de savourer, ça prend généralement une heure.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	L'enquêté va vraiment faire attention à cuisiner les justes quantités en ayant conscience de son appétit et de ses habitudes. Il va toujours finir sa portion ce qui fait qu'il est rare qu'il y ait des restes : <i>« J'aime bien ne pas avoir de restes parce que ça me fait suer, et que j'en ai trop vu partir quand j'étais gamin, des quarts, des moitiés de plats parfois parce que plus personne n'a envie de manger des lasagnes parce que c'est la troisième fois de la semaine que tu en proposes »</i> .
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact	L'enquêté reçoit peu du fait du peu de place. Il va plus sortir à l'extérieur ou commander. Ces ruptures de routines sont plutôt mensuelles et autant prévues qu'imprévues.



	sur le gaspillage alimentaire	L'enquêté nous dit laisser de la place dans son « menu » pour l'imprévu, il lui suffit de « manger un peu plus ou un peu moins pour un repas ». Ces ruptures de routines ne produisent donc pas de gaspillage. S'il s'amène un tupperware pour le repas du midi, il va soit augmenter la portion, soit recuisiner un nouveau plat le soir pour le lendemain.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Accommoder les restes avec d'autres aliments. Donner les restes.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Il s'occupe de débarrasser tout de suite après le repas.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les restes sont rangés dans des boîtes fermées. Si en fin de semaine il reste des restes il va les amener chez ses parents afin de ne pas les jeter.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	L'enquêté nous explique que son père est cuisinier et que sa mère et sa sœur avaient un petit appétit et donc il y avait toujours des restes, qui étaient ensuite accommodés et reproduisaient des restes.  <i>« Et les kilos de bouffe que j'ai vu jeté dans mon enfance, à jeter parce qu'il reste de la chantilly maison qui a tourné, il reste de la mayo qu'on a pas utilisé, ah mais, putain, et après on te bassine en te disant il y a tant de personnes dans le monde qui souffrent de malnutrition, il y a ton voisin qui arrive pas à se faire à manger, et toi tu te rends compte que tu as jeté un brocoli entier, un bol de mayonnaise, trois œufs durs, (souffle), la personne elle aurait pu bouffer pendant une semaine chez toi. Le reste pour moi il est acceptable dans la mesure où tu t'engages à le consommer. Il n'est pas acceptable dans la mesure où c'est quelque chose que tu cales au frigo comme un problème à revoir plus tard, et qu'il faudra jeter quand le plus tard ce sera devenu le trop tard. Les restes oui mais si tu les consommes. »</i>  Ça ne gêne pas l'enquêté de finir les restes mais il préférerait que les personnes soient

		<p>consciente du fait qu'elles doivent se servir selon leur faim.</p> <p>De manière générale il ne va pas se proposer de manger ces restes, pour une question de politesse, mais si la personne le propose ça ne lui poserait pas problème.</p>
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	<p>« Ça va comprendre plusieurs choses. Pour moi il va y avoir un côté qui n'est pas de l'alimentaire mais qui va comprendre les emballages, acheter des produits qui sont suremballés, pour moi ça en fait partie de ce gaspillage alimentaire. C'est des produits qu'on va utiliser pour l'alimentaire et qui vont être consommés... Enfin on va consommer de l'énergie pour rien, ça en fait pour moi un peu partie. Il va y avoir tout ce qui ne va pas être consommé, les restes qu'on va oublier au frigo et qui vont ensuite être jetés, et ça comprends aussi le fait de ne pas utiliser tout un produit quand tu le cuisines [...]. C'est tout ce qui va partir à la poubelle et que tu ne vas pas utiliser, des pertes du chemin de Dobby jusqu'à la fin (l'enquête fait référence à l'itinéraire de consommation et à sa figurine pour se déplacer sur le jeu). Ce n'est pas juste ce que tu ne finis pas dans ton assiette et les restes que tu jettes. »</p> <p>Pour l'enquête le fait de donner les restes aux animaux ou de composter ne va pas être du gaspillage : « Tu le réutilises, tu le recycles, et tu le fait re-renter dans un bloc de la chaîne alimentaire ».</p>
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	<p>Entre 800 kg et 1 tonne : « Je pense qu'on est assez con pour ça ».</p> <p>L'enquête est très étonné de ce chiffre. Il pense être un petit peu en dessous de la moyenne.</p>
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Produits jetés encore emballés, notamment du fait de la confusion entre les DLC et DDM</li> <li>- Les restes</li> <li>- Les habitudes liées à la restauration hors domicile ou les moments de convivialité car « on va faire moins attention »</li> <li>- Les compétences culinaires et le matériel utilisé</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le manque d'organisation au moment de l'achat</li> <li>- La surconsommation et le stockage dans le congélateur</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Faire plus attention et changer des habitudes de consommation en optimisant davantage avec par exemple la consommation vrac. L'idéal pour lui ce serai d'avoir le temps et l'énergie de faire les courses au jour le jour.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« Ça pourrait être utilisé quoi, ça a été prévu pour être utilisé et ce n'est pas utilisé quoi. Je n'ai pas la prétention d'être écolo, j'y suis sensibilisé, je sais que c'est quelque chose à laquelle il faut faire attention, mais ce n'est pas une conviction intérieure que j'ai fortement, mais putain qu'est-ce que ça me casse les couilles de jeter, qu'on me rabâche que tout le monde jette alors que tu essayes d'y faire un petit peu attention, et tu arrives chez quelqu'un, [...] il y a une courgette totalement moisie, mais pour que la courgette elle moisisse il faut deux semaines ! Tu te retrouves et tu te dis il y a des gens qui fonctionnent comme ça, qui achètent un truc, ils le posent, ils l'oublient, ils ne vont pas le consommer, ils ne savent pas ce qu'ils vont en faire, etc. Les gens ils arrivent oh j'ai envie de manger ça, ils en achètent 2 kg ils en ont besoin de 500 g, ton kilo cinq tu en fait quoi... On s'est cassé les couilles avec des problématiques d'étudiants qui n'arrivent pas à se faire manger, qui n'ont pas les moyens de se faire leurs courses pendant la crise sanitaire, qui allaient au secours populaire, et tu as des gens qui peuvent se permettre de faire pourrir des trucs sur le bord de leur comptoir. »</p> <p>On relève ici des questions éthiques et écologiques. Il pense qu'avec notre consommation on peut avoir un impact sur le système et sur l'offre qui nous est proposée.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	« Mon éducation, mon père est cuisto et donc c'est quelque chose qui le touche directement, il a vu le mode de consommation des restaurants mais aussi des selfs. De par ma mère qui a une certaine conscience écologique et qui s'y intéresse même si elle a du mal, elle fait de son mieux. Donc voilà mon éducation. Le fait de m'y être sensibilisé par l'éducation

	<p><i>nationale, c'est rentré de plus en plus dans les programmes, dans les mœurs, c'est quelque chose dont on nous parle de plus en plus dans les enseignements. Mes fréquentations de manière générale, je côtoie des personnes qui essayent d'avoir une conscience écologique de plus en plus responsable. Qu'est-ce qui va contribuer encore... Les messages gouvernementaux, on en a de plus en plus avec des spots publicitaires, quand je regarde la télé, ou quand je vais sur internet c'est des sujets qui reviennent de plus en plus, et il y a une certaine sensibilisation à travers les réseaux sociaux et la télé. Le changement aussi des agencements des supérettes et supermarchés, on voit de plus en plus la promotion des rayons bio et vrac qui arrivent dans les supermarchés. Et mes habitudes petit à petit, en fait là en discutant je me suis rendu compte que j'arrivais à adopter un comportement plus responsable que celui que j'avais il y a peut-être quelques années, mais de manière inconsciente, ouais inconsciente et consciente parce que maintenant un paquet avec cinquante-mille emballages m'attire beaucoup moins. »</i></p> <p>Nous avons donc la famille, l'éducation, l'action publique, les acteurs économiques tels que les supermarchés, l'entourage et les habitudes propres de l'enquêté.</p> <p>Il ajoute également que le fait de travailler dans un McDonald's l'a énormément sensibilisé, du fait de voir les quantités jetées. Il nous dit qu'il serait capable de relier les différents conseils qu'il applique à ces différents acteurs, en tissant « <i>des liens positifs ou des liens négatifs</i> ». Nous avons en effet remarqué que certaines habitudes de l'enquêté se sont construites en opposition avec la manière de fonctionner de sa famille.</p> <p>Si une recommandation est répétée par plusieurs prescripteurs ça aura encore plus de sens pour l'enquêté.</p>
TEMPS OFF	<p>Nous avons parcouru ensemble les recommandations afin de compléter les propos que l'enquêté a pu avoir pendant l'entretien.</p>

	L'enquêté a beaucoup aimé l'entretien et le fait de pouvoir faire le bilan sur sa manière de consommer et de fonctionner. Il nous dit qu'il n'avait pas conscience de faire « <i>autant</i> ».
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES	

### Enquêtée n° 2

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, 28 ans, préparatrice méthode dans l'aéronautique, vit dans une colocation de 5 personnes. 2 chats dans la colocation et un composteur sur le balcon.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'enquêtée aime manger, elle aime la bonne nourriture et ça lui rappelle de bons souvenirs d'enfance avec sa mère et sa grand-mère.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêtée est sensible à la question de l'environnement et est dans une période de transition afin de changer ses habitudes. Elle essaye de réduire sa consommation industrielle et de se diriger vers un mode de vie zéro déchet.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'enquêtée a des petites idées mais de recettes ou de menu type. La décision d'achat se construit dans le lieu d'achat, elle achète ses légumes et construit ses repas autour. Avant de partir elle vérifie ses stocks et notamment le sec et les produits de base. Elle fait parfois une petite liste pour ne pas oublier ce type de produit. Dans la colocation chacun fait ses propres courses et son propre repas.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Toutes les 2/3 semaines.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	Voiture, déplacement spécifique. L'enquêtée va au travail en vélo mais va faire les courses en voiture afin de pouvoir faire de grosses courses et ne pas être limitée en place.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu	10/15 minutes. Amène un sac congélation l'été.

	commercial sur les pratiques	
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Éviter de prendre en grosses quantités ce qui est périssable (notamment fruits et légumes).
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Carrefour : pour tout ce qu'elle ne trouve pas au Lidl</li> <li>- Lidl : pour les légumes</li> <li>- BioCoop : pour remplacer le Lidl mais pas fréquenté en ce moment pour des raisons de budget</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêtée va seule faire ses courses généralement.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Suit sa petite liste et complète avec ce qu'elle voit dans le magasin en construisant des recettes. L'enquêtée n'achète pas de viande pour chez elle. Consomme des produits en vrac dans le carrefour, ainsi que des produits biologiques. Cependant dans le vrac du Carrefour elle a eu des problèmes de mites alimentaires ce qui l'a obligé de jeter son bocal en entier et ça la « refroidie » à poursuivre cette pratique. Elle attend de pouvoir financièrement retourner à la BioCoop pour reprendre cette habitude.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	Ne fréquente pas les rayons promotions. Il en va de même pour le rayon dates courtes car il y a souvent des produits qu'elle n'a pas l'habitude d'acheter.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	L'enquêtée prend toujours le premier article en gondole et ne regarde même pas la DLC.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Pas de logiques de stock.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Avoir tout à vue afin de ne rien oublier dans le fond. Ne pas stocker à outrance.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Chaque membre de la collocation a une étagère qui lui est propre, que ce soit pour le sec ou dans le réfrigérateur. Dans ce dernier la séparation a été faite de manière verticale afin de pouvoir respecter les zones de froid. Dans la cuisine il y a une étagère mise en commun où chaque membre de la collocation peut mettre un produit qu'il ne va pas consommer afin que les autres puissent se servir et ne pas gaspiller.

		Dans le sec elle ne fait pas attention au mode de rangement car les dates « <i>vont loin</i> ». Pour le frais elle va regarder les dates et les avoir en tête.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	L'enquêtée surgèle parfois des plats qu'elle a préparés, du pain qu'elle achète volontairement en grosse quantité pour le congeler, des légumes qui allait se perdre, ainsi que des produits achetés surgelés.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêtée connaît la signification de DLC mais pas de DDM. Elle ne connaît pas la distinction exacte entre les deux dates. Elle n'avait pas vraiment connaissance de l'existence de cette différence du fait qu'elle ne regarde pas vraiment les dates de manière générale.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	Elle n'accorde pas vraiment d'importance à ce système dans la mesure où elle ne les regarde pas. Elle pense que c'est plus que les industries se couvrent et qu'il y a une marge de manœuvre.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Ne regardant pas trop les dates, elle va plutôt faire confiance à ses sens. Si elle a un doute elle va demander son avis à une tierce personne. Suite à une intoxication alimentaire avec des œufs elle va faire plus attention à ce type de produit mais va continuer à le manger. Elle consomme les yaourts deux semaines après la date ou alors le transforme en soin pour les cheveux.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	<i>Batchcooking.</i>
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	L'enquêtée va préparer seule. Ça va dépendre de sa motivation et de ce qui va se perdre bientôt.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Souvent l'enquêtée cuisine de grosses quantités, pour ne pas avoir à cuisiner pendant 2/3 repas.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Cuisiner les bonnes quantités.
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités	Le repas a lieu sur la table de la cuisine.



	annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Une fois par mois il va y avoir un « <i>repas coloc</i> » où tout le monde cuisine ensemble et mange ensemble.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Va se servir de petites quantités car elle aime bien se resservir. Il est rare qu'il y ait des restes mais elle ne va pas avoir de problème à proposer des doggy-bag aux invités. Elle cuisine de plus grosses quantités pour anticiper les futurs repas.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Elle accueille rarement des personnes à l'appartement. Ces ruptures sont généralement prévues à l'avance. L'enquêtée mange souvent chez des amis, environ 2 fois par semaine et il s'agit de sorties plutôt imprévues. Cela pose parfois problème pour les légumes mais elle réussit généralement à les cuisiner rapidement pour ne pas les jeter. Auparavant ce type de rupture créait du gaspillage mais elle s'est organisée de manière à ce que ça n'arrive plus, en achetant de plus petites quantités de légumes.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Mettre les restes dans des tupperwares et les manger rapidement. Congeler.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	L'enquêtée va débarrasser directement après le repas du fait qu'elle est en collocation.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Dans des boîtes fermées, ou des bols non couverts mais l'enquêtée nous dit que ça se garde moins longtemps. Si elle a de gros restes et qu'elle « <i>en a marre</i> » de manger la même chose elle va le congeler. Le chat de la collocation ne mange pas de restes humains. Il lui arrive d'amener des aliments qui vont se perdre si elle sort manger chez des amis.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Son rapport est assez détendu aux restes car ça ne la gêne pas de les manger. Ça arrange l'enquêtée d'avoir des restes car ça lui évite de cuisiner. Excepté de parfaits inconnus ça ne la gêne pas de manger les restes d'une autre personne.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« <i>C'est jeter des aliments en général. Ouais jeter par exemple, faire de trop grosses quantités, j'en ai trop, je le mets à la poubelle.</i> »



		Pour l'enquêtée le fait de composter ou de donner aux animaux ce n'est pas du gaspillage, bien que ça la fasse « chier », mais ça la déculpabilise plutôt que de jeter.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	10 kg pour son foyer et 30 kg pour la moyenne nationale. En se projetant elle se souvient avoir jeter des clémentines ce mois-ci.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La surconsommation</li> <li>- Être trop scrupuleux sur les DLC par peur du risque</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Faire des courses plus souvent (mais elle n'aime pas faire les courses) et ne pas acheter de trop gros contenants pour sa consommation personnelle. Pour l'enquêtée ce sont les légumes qui sont le plus difficiles à gérer. Trop gros contenants sur les sauces car elle n'arrive pas à les finir. Lui envoyer la référence de la BD <i>Ma famille zéro déchet</i> .
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« En fait on a quand même la chance d'avoir cette opulence-là, de pouvoir manger à notre faim et en fait ça me fait chier de devoir jeter une denrée alimentaire alors que d'autres ils n'ont pas forcément accès ou les moyens de pouvoir se payer ça. C'est plus niveau éthique et je trouve ça con de jeter de la nourriture. »</p> <p>Elle essaye de sensibiliser son entourage et ses parents en donnant de petits conseils.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>« En échangeant avec des personnes qui m'ont donné des petits tips. Puis l'éducation avec mes parents qui font le jardin, ils ont beaucoup de légumes, j'ai toujours vu ma mère cuisiner des conserves ou des trucs comme ça pour conserver ses légumes. »</p> <p>Dans une manifestation elle avait vu un stand d'association avec des flyers de petits conseils, cependant elle ne se souvient pas de l'association en question. Un de ses colocataires a été cuisinier et il partage donc des conseils de stockage. Par ailleurs, toute sa colocation est sensible au thème.</p>

		Dans des magazines qui donnent des conseils pour mieux conserver, des choses visuelles qui l'ont marquée.
TEMPS OFF		Du fait d'avoir discuté avec nous l'enquêtée a trouvé des petits conseils à pouvoir appliquer chez elle. Elle trouve parfois certains conseils moralisateurs alors qu'ils ne correspondent juste pas à son mode de fonctionnement. Elle nous a parlé des pratiques de glanage de sa colocataire, elle aimerait s'y mettre mais manque de temps et le fait que ce soit dans une poubelle ça la gêne de les récupérer, alors que si sa colocataire en récupère ça ne la gêne pas d'en consommer.
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		L'enquêtée va beaucoup « yukaiser » (expression de l'enquêtée) les produits qu'elle consomme afin de voir s'ils sont bons pour sa santé.

### Enquêtée n° 3

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, 23 ans, enseignante stagiaire sur sa dernière année d'études. Vit en couple depuis 3 ans. 1 chat.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'enquêtée est plutôt gourmande et nous explique qu'avant elle achetait ce qui lui faisait envie, sans trop regarder les prix. Pour elle, manger est un plaisir, elle ne se force pas.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	De plus en plus consciente, mais pense être loin d'être un modèle.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Faire une liste. Faire un menu, mais elle ne l'applique pas.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	Quand le frigo est vide l'enquêtée prévient son copain qui s'occupe de faire les courses sur l'application en ligne car « <i>il est plus efficace</i> ». Au fur et à mesure que le réfrigérateur se vide l'enquêtée va faire une liste sur son portable, en y mettant également les produits qu'elle achète tout le temps.

<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Toutes les deux semaines avec éventuellement des achats plus fréquents pour les fruits et légumes.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	Voiture, en combinant plusieurs déplacements.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	5 minutes de trajet.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leclec Drive</li> <li>- Lidl : pour les fruits et légumes</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	<p>C'est son compagnon qui s'occupe de faire les courses sur l'application mais elle pèse dans la décision d'achat par la liste des courses qu'elle aura préalablement faite, car c'est elle qui cuisine.</p> <p>C'est également elle qui va aller récupérer les courses au drive et acheter seule les fruits et légumes car son compagnon n'en mange pas trop.</p> <p>De manière générale c'est elle qui prend la décision des aliments à acheter, mais son compagnon l'aide pour passer la commande et comparer les prix.</p>
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	<p>En allant sur l'application, son compagnon commence par aller dans le rayon promotion de manière à voir si certains aliments de la liste de courses faite par l'enquêtée s'y trouvent, puis il va naviguer dans l'onglet promotions afin de découvrir de nouveaux produits à prix avantageux ou des produits de saison. Les achats plaisirs vont également être achetés dans l'onglet promotions.</p> <p>Le foyer va également trier les produits par prix au kilo sur l'application afin d'acheter les produits les plus avantageux et de gérer leur budget.</p>
Fréquentation des rayons	Compléter notre compréhension des	Le foyer fréquente les rayons promotions et dates courtes.

promotion et dates courtes	logiques d'achat de l'enquêté(e)	
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Avec le drive ça ne leur arrive plus vraiment mais l'enquêtée est sensible à la question des dates et a déjà pris un article derrière avec une date plus longue.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Applique des logiques de stocks sur le sec et les produits congelés en se servant des promotions.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	En rentrant le couple vide toutes les poches sur la table, et range par catégories d'aliments. Dans le réfrigérateur les aliments sont rangés par DLC et il y a un endroit pour choses qu'il faut « <i>manger rapidement</i> ». Ce principe de date a été instauré par son compagnon qui le faisait quand il vivait seul et l'enquêtée apprécie car lorsqu'elle vivait seule elle jetait plus. Les gâteaux sont rangés dans un placard en hauteur afin que l'enquêtée n'étant pas très grande ne mange pas tous les gâteaux d'un coup, car elle est gourmande.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	L'enquêtée congèle des produits déjà achetés surgelés, des magrets ou des cœurs que sa mère travaillant dans une entreprise agro-alimentaire lui donne, ou alors de la viande à dates courtes afin de ne pas la jeter avant de partir en vacances par exemple. Il lui est déjà arrivé de congeler de la menthe.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêtée connaît la signification de DLC mais pas de DDM, cependant elle avait conscience de la différence avec le fait qu'il y ait écrit « <i>à consommer de préférence avant le</i> ».
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	Va manger des produits après la DLC car ça ne l'inquiète pas trop, car pour elle les dates sont mises avec une certaine marge de manœuvre. Elle nous explique qu'elle a un œil sur les dates et qu'elle va se faire des rappels dans sa tête afin de penser à cuisiner ce qui a la date la plus proche, mais que de toute façon elle préfère manger plus rapidement que de jeter. Pour de la viande qui commencerait à changer de couleur l'enquêtée va seulement la cuire un peu plus longtemps.

Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	L'enquêtée va regarder rapidement les DLC, mais jamais les DDM, et va compléter ce système en appelant ses grands-parents, en cherchant en ligne ou en regardant ou sollicitant l'odorat de son compagnon car elle n'a personnellement pas d'odorat. L'utilisation d'internet va être faite lorsqu'elle ne peut pas faire appel à ses sens ou ceux de son compagnon.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Donner les épluchures aux animaux ou dans du compost.
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	L'enquêtée s'occupe plutôt de la préparation culinaire. Si elle mange seule c'est plutôt une corvée, mais maintenant qu'ils sont deux ça va mieux. Elle va cuisiner ce qui se périmé en premier.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pas de logiques d'anticipation.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Soit sur la table de la cuisine soit sur celle du salon. Souvent avec des écrans car son compagnon n'aime pas trop les bruits de bouche et donc ça sert de bruit de fond. Le midi ils rentrent manger chez eux et le matin en se levant elle sait déjà ce qu'elle devra cuisiner en rentrant le midi.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Les portions sont parfois préparées en amont, autrement chacun se sert en précisant ce qu'il reste dans la casserole.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Des sorties au restaurant ou livraison 1 à 2 fois par semaine. Ils reçoivent une fois toutes les deux semaines. Il s'agit autant de ruptures prévues qu'imprévues. Lorsque les ruptures de routines sont imprévues elles ne génèrent pas de restes car ça ne la dérange pas de consommer 1 ou 2 jours après la DLC, qu'elle va éventuellement

		congeler ou ramener le tupperware chez ses parents si elle se déplace dans sa famille.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Avoir un animal de compagnie qui mange les restes. Avoir des tupperwares. Cuisiner les bonnes quantités.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage se fait tout de suite après le repas.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les restes vont être mis dans des boîtes hermétiques, mangés tels quels ou éventuellement accommodés, mais ils ne seront pas congelés.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Elle n'aime pas trop avoir des restes car elle doit les incorporer dans son organisation de la semaine et qu'ils prennent de la place dans le réfrigérateur, mais elle va les manger s'il en reste.  Elle va être d'accord pour manger les restes de sa famille et ses amis mais pas forcément d'un inconnu, ça dépendra notamment du type d'aliment qu'il reste. Par ailleurs l'enquêtée étant allergique au poivre elle ne pourra pas manger le reste d'une autre personne ayant mis du poivre.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« <i>Je dirais que le gaspillage alimentaire c'est jeter des aliments qu'on n'a pas mangé ou de jeter des restes du moment où on cuisine, de jeter quelque chose qu'on a dépassé la DLC, de jeter des aliments quoi.</i> »  Pour l'enquêtée le fait de donner des restes aux animaux ou de composter ce n'est pas du gaspillage car c'est sauvé de la poubelle.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	L'enquêtée pense gaspiller 15 kg par an dans son foyer et pense être en dessous de la moyenne nationale car son foyer fait attention. Elle pense que la moyenne nationale est à 40 kg.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le fait de trop suivre les DLC par peur du risque</li> <li>- Acheter en trop grande quantité</li> </ul>

	pouvant expliquer le gaspillage	
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Un réfrigérateur connecté qui lui dise les dates de péremption de ses produits afin de libérer de la charge mentale. On peut lui conseiller une application car elle aime bien la technologie.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« Ce qui me dérange c'est que j'aurai pu le manger et je ne le mange pas, j'aurai dû le manger puisque je l'ai acheté pour ça. Bon après mon papa il m'a assez répété qu'il y a des gens qui meurent de faim, et que donc je devrais manger ça, donc c'est un peu ancré aussi. Oui il y a partout des gens qui subissent la malnutrition, et moi j'avais les moyens de manger mon truc et je le jette, donc je trouve ça ridicule de le jeter plutôt que d'en faire profiter quelqu'un, mais c'est trop tard car si je suis au stade où je le jette c'est que c'est trop tard. Mais ouais ça me dérange de jeter un produit que j'ai acheté, que je ne consomme pas, ça me donne mauvaise conscience en fait. »</p> <p>L'enquêtée est d'autant plus dérangée par le suremballage car elle met déjà des choses en place au niveau du gaspillage.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>Lorsqu'on demande à l'enquêtée de nous dire comment elle a connu ces recommandations elle pointe son compagnon du doigt en nous expliquant que ce dernier lui a appris à faire les courses, à ranger dans le frigo et regarder les DLC. Chez elle on triait mais elle n'a jamais rangé le réfrigérateur. Donc ça va être de l'organisation au sein du foyer.</p> <p>Cherche sur internet des astuces lorsqu'elle a un doute, regarde parfois des vidéos tiktok.</p>
TEMPS OFF		Le fait de prendre le temps à la fin de l'entretien de revenir sur la grille de conseil permet de relever des pratiques dont l'enquêtée avait oublié de parler.
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		<p>L'enquêtée a beaucoup aimé le fait de pouvoir déplacer son personnage sur l'itinéraire.</p> <p>Le compagnon de l'enquêtée était présent dans la pièce et est intervenu deux ou trois fois afin de rappeler à l'enquêtée certaines de leurs pratiques qu'elle avait omis de citer.</p>

## Enquête n° 4

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 22 ans, chômeur, voyage et est souvent dans le milieu nocturne de Toulouse.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Il a la volonté de bien manger mais ce n'est pas toujours évident de garder des habitudes. C'est un plaisir de manger.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêté essaye d'avoir une consommation biologique afin de « voter par sa consommation », donc on retrouve la notion de consomm'acteur. Il nous dit également pratiquer le boycott (Mc Donald, Uber Eat) de ce qu'il considère mauvais pour l'environnement. Il nous dit avoir une sensibilité mais avoir du mal à l'appliquer car il pense manquer de « discipline ».
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Menu et liste mais il faut une certaine discipline.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	La construction se fait une fois sur le lieu d'achat avec l'achat d'une base de produits souvent similaires d'une course à l'autre.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	1 à 2 fois par mois + de petites courses d'appoint pour faire des recettes dont il a envie au fil du mois, notamment pour le frais.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	À pied ou en vélo. Déplacement spécifique ou en regroupant des déplacements.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Acheter les justes quantités. Ne pas avoir le ventre vide.
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une	- Lidl - Petits commerces de quartier



	multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	Ressources économiques vont jouer sur le lieu d'achat.
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêté y va seul.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Fait le tour du magasin. L'enquêté nous dit manger avant d'aller faire ses courses car autrement il va avoir envie d'acheter des choses dont il n'a pas besoin.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	L'enquêté va fréquenter le rayon promotion pour des raisons économiques. Ne fréquente pas les rayons dates courtes mais fait des To good To go pour des raisons économiques également. Ça lui est déjà arrivé de devoir jeter 1 L de crème car c'était un trop gros contenant avec une date trop courte, donc ça déplace le gaspillage d'un maillon à l'autre.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	L'enquêté va prendre le premier article sur la gondole et ne va pas chercher une date plus longue car lorsqu'il travaillait en supermarché il n'aimait pas que les clients fassent cela.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Logiques de stocks sur le sec, les produits de base. L'enquêté nous dit ne pas acheter de gros contenants car vivant seul ça risquerait de se perdre.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Utiliser des tupperwares. Chercher des conseils de stockage (exemple : pommes de terre dans le noir).
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Rangement par catégories dans la cuisine. Le réfrigérateur n'est pas rangé de manière particulière.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	N'utilise pas trop son congélateur excepté pour des produits achetés surgelés. Il nous explique que sa mère congelait des plats qu'elle préparait ou de la viande, mais lui en faisant ses courses souvent, il pense ne pas en avoir nécessairement besoin.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêté connaît la signification de DLC mais pas de DDM, cependant il connaît la différence entre ces deux types de dates. Il nous donne l'exemple du fait que le miel ne périmé jamais. Il avait remarqué l'existence de ces deux types de dates.

Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêté nous dit regarder les DLC mais pas les DDM, d'autant plus que selon lui les entreprises mettent des dates plus courtes afin que les magasins achètent plus, et pour se protéger au niveau de l'assurance.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	L'enquêté pense qu'il faut compléter ce système de date par une appréciation de la part du consommateur, l'utilisation de ses sens et une connaissance de son propre corps et métabolisme. <i>« Il ne faut pas suivre aveuglément la DLC mais il ne faut pas non plus se fier qu'à soi, tu peux toujours te tromper. DLC et DDM c'est quand même des outils qui sont intéressants parce que c'est fait pour nous protéger à la base, même s'il y a eu des petites stratégies commerciales qui ont été faites par rapport à ça, c'est quand même un outil qui est intéressant pour savoir ce qu'on doit manger ou pas, mais il faut savoir avoir notre propre appréciation. »</i>

### PRÉPARATION DU REPAS

Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Préparer les justes quantités.
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	L'enquêté cuisine seul et apprécie cela maintenant. Il va davantage apprécier de cuisiner en compagnie.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pas de logiques d'anticipation.

### REPAS

Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	À table ou sur le lit, en regardant des écrans. Il arrive à l'enquêté de sauter des repas ou de faire un seul gros repas par jour.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Cuisine de grosses portions sans logiques d'anticipation.

Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Les ruptures de routines ont lieu environ 4 fois par semaine et sont généralement imprévues. Dans sa manière de faire les courses il inclut le fait que ses emplois du temps ne soient pas très réguliers.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Donner les restes aux personnes qui ont faim. Accommoder les restes pour que ça devienne appétissant.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage n'est pas toujours fait tout de suite après, parfois l'enquêté oublie de mettre les restes au réfrigérateur.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Restes de repas dans des boîtes fermées ou dans la casserole.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Il apprécie qu'il y ait des restes car ça lui évite de devoir cuisiner, cependant il a une « <i>appréhension</i> » de ne pas réussir à les finir et de devoir les jeter. Ça ne gêne pas vraiment l'enquêté de manger les restes d'autrui.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« <i>Perdre un aliment qui aurait pu être consommé.</i> »  Pour l'enquêté le fait de donner les restes aux animaux ou de les mettre dans du compost ce n'est pas du gaspillage, mais il nous dit également : « <i>Ça peut être du gaspillage si on voit le gaspillage alimentaire comme putain il y a des gens qui crèvent de faim et nous on est en train de jeter un tiers de la bouffe qu'on produit c'est complètement con, donc ça peut être du gaspillage parce qu'on le donne pas à des humains</i> ». Cependant pour lui ça reste de la revalorisation.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	20 kg.  L'enquêté ne saurait pas dire s'il est dans la moyenne. Il espère ne pas être au-dessus de 10 kg.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les enfants</li> <li>- La peur de manquer, « <i>il vaut mieux avoir trop que pas assez</i> »</li> <li>- Des fautes de goût</li> </ul>

		- Méconnaissance sur les DLC ou DDM et ne pas se servir de ses sens
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	<p>L'enquêté pense que le fait de mieux stocker sa nourriture pourrait l'aider et de l'avoir à vue. Être plus adroit et arrêter de tout faire tomber. Manger la bonne quantité au bon moment, car surconsommer c'est aussi du gaspillage pour l'enquêté.</p> <p>L'enquêté nous explique que ce qu'il va le plus jeter c'est des restes qu'il aurait laissés pour manger un autre repas ou qu'il aurait oubliés de mettre au réfrigérateur. Il en va de même pour des ingrédients qu'il aurait achetés, pas consommés en totalité, remis au réfrigérateur et oubliés.</p>
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« <i>L'écologie. Parce que l'agriculture c'est un truc qui, enfin moi j'ai fait des études dans l'environnement, ce qui me dérange le plus dans le gaspillage alimentaire c'est... Enfin le réchauffement climatique, la cinquième extinction de masse dont tout le monde parle, en gros c'est l'agriculture qui est principalement responsable de ça, de la perte d'espèces et de biodiversité, et du coup ça me soule qu'on mette autant d'énergie dans l'agriculture parce que forcément on a besoin de manger, et que ça tue autant d'espèces, alors qu'on va jeter le produit de ça, de ce qui a tué autant d'espèces et de biodiversité. Donc c'est quelque part le serpent qui se mord la queue.</i> »</p> <p>On voit donc le levier écologique auquel il ajoute le levier éthique avec la faim dans le monde.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>Différents vecteurs : son entourage, « <i>du bon sens</i> », son emploi dans la grande distribution.</p> <p>« <i>Je pense que j'ai appris à manger et à cuisiner avec ma famille au début, et qu'après tu arrives dans l'âge adulte et tu dois toi te faire ta propre bouffe. Alors du coup tu vas faire tout ce qui t'a été interdit, et puis tu te rends compte des problèmes que tu dois affronter, et du coup tu reviens vers des habitudes que tu avais apprises, et tu les améliores selon toi, tes valeurs et tes goûts. C'est comme dans la vie, tu vas partir de ce que tu savais, et finalement, avec les problèmes de</i></p>

		<p><i>la vie, tu vas devoir chopper des informations un petit peu partout. »</i></p> <p>On voit donc que la socialisation est à la fois source de changement et de reproduction. L'enquêté parle de contre-culture.</p>
TEMPS OFF		<p>L'enquêté a apprécié de pouvoir faire un bilan et de réfléchir à des questions qu'il ne s'était pas posés seul.</p> <p>Pour l'enquêté il faudrait faire des campagnes qui vont interpeler les gens car une personne peu sensibilisée ne va pas forcément lire une affiche ou un flyer.</p>
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		

### Enquêté n° 5

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, retraité de fonctionnaire de gendarmerie, 58 ans, vit avec sa femme, deux enfants ayant quitté le foyer. 1 chat.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'enquêté aime manger, il nous explique que sa mère était à la maison tous les jours et cuisinait beaucoup, jamais la même chose, beaucoup de poisson frais car son père travaillait chez un marchand de poisson, et du coup aujourd'hui quand il mange du poisson ça lui rappelle des souvenirs. Accorde une certaine importance aux qualités diététiques de l'aliment et au fait qu'il soit local.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêté pense avoir une sensibilité écolo depuis toujours, il nous dit qu'il fait attention du fait que quand il était jeune il vivait à la campagne, faisait du compost.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	L'enquêté est conscient qu'une liste permet d'éviter le gaspillage, cependant il palie ce problème avec des courses plus fréquentes.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	C'est plutôt sa femme qui s'occupe des courses, ils font cela sans liste ce qu'il fait qu'il achète parfois plus qu'il ne faudrait mais ça fini par être mangé. Quand le réfrigérateur est presque vide ils vont faire les courses.

<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Plusieurs fois dans la semaine, notamment maintenant que les enfants sont partis et que l'enquêté est à la retraite et qu'il est moins « <i>tributaire du temps</i> ». Cependant les quantités sont plus petites.  Pour l'enquêté selon le lieu d'habitation et l'éloignement du tissu commercial, les habitudes des individus ne vont pas être les mêmes. Il en va de même pour les contraintes professionnelles.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	En voiture ou à pied, c'est très aléatoire. Déplacement spécifique.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	La plupart des commerces sont accessibles en 10 minutes. Il a toujours dans la voiture un panier isotherme et il amène parfois des blocs de froid.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différentes enseignes de grande surface</li> <li>- Petits commerces de proximité</li> <li>- Boucherie</li> <li>- Différents petits marchés le week-end</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	Soit seuls, soit à deux. La femme de l'enquêté s'occupe généralement de la décision d'achat cependant si l'enquêté voit quelque chose qui lui fait envie il va lui dire et le prendre.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Les déplacements dans le magasin sont assez aléatoires car ils n'ont pas de liste.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	Se méfie des rayons promotions pour voir si le prix au kilo est avantageux, mais ce n'est pas forcément un rayon que l'enquêté et sa femme fréquentent de manière systématique. Il va faire des allers-retours dans les rayons pour comparer le prix au kilo. Ne fréquente pas le rayon dates courtes car il ne lui inspire pas trop confiance au niveau de la chaîne du froid.

Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Avant même que l'on pose la question l'enquêté nous a dit qu'il regarde les dates et y fait attention. L'enquêté ne va pas prendre un produit derrière tandis que sa femme oui, même si elle sait que l'article sera mangé bien avant la date. Cette attention aux dates ne va pas trop concerner les produits secs, il va le faire sur « <i>les produits plus sensibles</i> » qui risquent de se perdre.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Logiques de stocks mais beaucoup moins qu'avant. Ils arrivent mieux qu'avant à cibler ce dont ils ont besoin.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Le frigo n'est pas rangé d'une manière particulière, il y a peu de visibilité. Idéalement l'enquêté aimerait que ce soit par catégories. Règle du premier entré, premier sorti.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Le congélateur est uniquement utilisé pour des produits achetés déjà congelés.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêté connaît la signification de DLC mais pas de DDM. Cependant il est capable de nous expliquer la différence. L'enquêté avait déjà remarqué qu'il y avait ces deux types de dates car il avait vu un documentaire à la télévision.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	Il accorde de l'importance à la DLC car il sait que c'est des produits plus sensibles mais il ne regarde pas la DDM. Il va manger un yaourt dont la date est dépassée de quelques jours mais en se servant de ses sens.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Selon le produit il ne va pas agir de la même manière. Il va plus faire attention avec de la viande ou du poisson, pour un fromage il couperait le bout moisi. De manière générale l'enquêté se sert de ses sens.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	C'est plus la femme de l'enquêté qui s'occupe du repas, il ne cuisine pratiquement pas car elle le fait et qu'elle ne veut pas trop d'aide. Il va plutôt s'occuper du barbecue l'été.



		Le midi quand il est seul il va manger des choses que sa femme n'aime pas ou alors manger des restes ou des choses rapides.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pour le midi il va cuisiner quelque chose de rapide en grosse quantité afin de l'avoir sur 2/3 repas. Mais pour les autres repas il n'y a pas de logiques d'anticipation et sa femme cuisine tous les soirs.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Cuisiner des choses que les personnes aiment, donc connaître ses goûts.
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas a lieu sur le bar de la cuisine en regardant la télévision quand ils sont deux. Autrement il aura lieu sur la table du salon.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Il y a un peu plus que les deux portions pour les membres du foyer et l'enquêté aura donc tendance à se resservir car il est gourmand, cependant il trouve que ce n'est pas bien pour son poids.  De manière générale quand le couple est seul il cuisine les justes quantités cependant lorsqu'il y a des invités sa femme va avoir tendance à cuisiner davantage car ils « <i>ont peur qu'il n'y ait pas assez</i> », mais l'enquêté nous précise qu'il mangera les restes le lendemain. Il y a une peur de décevoir mais c'est surtout sa femme qui va ressentir ça.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Les sorties à l'extérieur étaient hebdomadaires avant le passage à la retraite de l'enquêté et du fait qu'il ait de nouvelles charges les sorties sont plutôt mensuelles à présent. Les ruptures de routines vont donc plutôt être mensuelles et prévues à l'avance. Ces ruptures ne génèrent pas de gaspillage selon l'enquêté.  Les restes vont plutôt être donnés aux enfants mais pas aux amis. La femme de l'enquêté va volontairement cuisiner plus lorsque ses enfants viennent afin de pouvoir leur donner un tupperware.



<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Consommer rapidement les restes.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage se fait directement après le repas.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	<p>Ils sont mis dans une boîte fermée ou alors avec la casserole. Les contenants sont filmés afin de conserver la fraîcheur.</p> <p>Ça ne le gêne pas de manger les restes le lendemain. Il y a peu de gaspillage car l'enquêté fait attention et mange ce qui va se jeter. Ce qui se jette ça va être des choses oubliées mais il nous explique que ça arrive moins souvent qu'avant comme ils ne sont que deux.</p> <p>Le chat ne mange pas les restes.</p>
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	<p>L'enquêté nous dit ne pas trop aimer manger les restes d'autres personnes, mais il le ferait pour ceux de sa femme ou ses enfants. Après cela va dépendre de comment la personne l'a mangé ou de comment ça a été mangé.</p> <p>S'il y a un tout petit reste il sera jeté, surtout si c'est dans l'assiette d'un invité.</p>
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	<p>« C'est quand on fait trop à manger et qu'on le jette, qu'on achète pour... Ce qu'on achète essaye de le manger pour pas le gaspiller alors qu'il y a des gens qui pourraient en bénéficier on va dire. Mais c'est bien aussi pour le portefeuille parce que de perdre l'argent c'est un peu bête aussi. »</p> <p>Pour l'enquêté le fait de donner aux animaux ce n'est pas du gaspillage si c'est juste un petit bout et que ce n'est pas cuisiné exprès pour le chien.</p> <p>Le compostage ce n'est pas du gaspillage pour l'enquêté, « au contraire c'est bien ».</p>
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	<p>Il nous dit qu'il avait déjà entendu à la télévision mais qu'il se souvient plus.</p> <p>100 kg.</p> <p>L'enquêté pense être bien en dessous de la moyenne.</p> <p>Il nous explique que dans son foyer ce qui est le plus jeté c'est le pain et les fruits et légumes.</p>

Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'achat en trop grosse quantité</li> <li>- La difficulté de gérer les quantités dans les familles nombreuses</li> <li>- Le fait de ne pas manger les restes</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« <i>Ce qui est dommage c'est que c'est de l'argent de perdu quoi. Et puis pourquoi gaspiller, c'est perdre de l'argent soit et je ne vois pas l'utilité de faire ça. Perdre de l'argent bêtement. C'est pour ça qu'on achète assez souvent, on a moins de pertes.</i> »</p> <p>Le levier économique est très important pour cet enquêté.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>« <i>On n'a jamais été habitué à gaspiller [...] Mes parents ils ne gaspillaient pas car on n'avait pas trop d'argent. On mangeait bien mais ma mère elle ne gaspillait pas. Les quantités elle connaissait à force, s'il restait c'est parce que l'un n'avait pas mangé un petit truc mais on donnait au chien, puis pour moi là ce n'est pas du gaspillage. Puis dans le temps on faisait plus attention que maintenant car tu avais qu'une personne qui travaillait, donc tu avais qu'un salaire tu ne pouvais pas te permettre non plus. Et puis ma mère en étant à la maison elle avait le temps entre guillemets, elle faisait à manger de 10h jusqu'à 12h-13h, donc c'était tout mijoté, le moindre petit truc.</i> »</p> <p>Pour l'enquêté les conseils qu'il applique sont instinctifs, « <i>c'est naturel</i> », il a été habitué ainsi et le fait qu'il n'aime pas le gaspillage fait qu'il ne vas pas gaspiller.</p> <p>⇒ Lien entre représentations et pratiques qui s'ancrent mutuellement.</p> <p>Sa mère lui demandait de l'aider et donc il a intériorisé certaines choses car « <i>dans le temps c'était normal</i> ».</p> <p>Le fait de regarder le prix au kilo, il l'a vu dans un documentaire à la télévision, ainsi que la différence entre DLC et DDM.</p>
TEMPS OFF		L'enquêté nous dit qu'il remarque une grande différence dans son gaspillage, il gaspille beaucoup moins maintenant mais il ne

	réussirait pas à expliquer la cause, peut-être les enfants car il a peur que les gens ne mangent pas. Il nous dit aussi que les stocks étaient plus compliqués à gérer avec les enfants et avec le fait que dans son emploi il devait forcément manger à la cantine et il ne pouvait donc pas manger les restes de la veille.
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES	L'enquêté nous explique que lorsque ses enfants vivaient à la maison il se forçait à manger des choses qu'ils ne mangeaient pas afin de ne pas les jeter.

### Enquêtée n° 6

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, mariée, 62 ans, 2 enfants dont 1 sous son toit, anciennement coiffeuse, mère au foyer depuis 24 ans et à la retraite depuis 3 mois, pas d'animaux.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Parle de l'alimentation dans sa dimension pratique et quotidienne, elle aime bien mais trouve que « <i>ça revient vite</i> ». Relie l'alimentation aux autres membres de son foyer : « <i>Ils ont toujours faim</i> ».  Apprécie le fait de cuisiner pour de grandes tablées mais « <i>quand les tables se rétrécissent, tu as moins envie de préparer à manger</i> »
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	« <i>Pas forcément de sensibilité écolo</i> ». Pas de composteur.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Faire un menu. Faire une liste des courses : pour ne rien oublier et acheter vraiment ce dont elle a besoin. Vérification des stocks.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'enquêtée fait un menu, quelle décompose en liste : « <i>Je fais toujours une liste</i> ». Mentionne la saisonnalité pour la construction de ses menus et des potentiels achats supplémentaires en cas d'invités. Elle est la seule personne à prendre en charge la décision d'achat, excepté si sa belle-fille est là car elle suit un régime alimentaire particulier.

<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	1 fois par semaine + petites courses d'appoint plusieurs fois par semaine s'il y a des invités, pour les fruits car ils se perdent vite et pour les légumes car ils sont sous un brumisateuseur dans le supermarché qu'elle fréquente et ils se flétrissent/s'abiment.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	Se rend sur son lieu d'achat en voiture.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	10 minutes de trajet. Ne fait pas le déplacement que pour les courses, elle regroupe d'autres activités. Amène son propre sac isotherme pour les produits frais et surgelés.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Fait la liste en fonction des rayons du magasin.
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	Lieux : épicerie pour les fruits/légumes et courses d'appoint, Leclerc Saint Lys pour les courses, Intermarché pour ce qu'elle ne trouve pas à Intermarché.
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêtée est accompagnée une fois sur deux par son fils pour les achats alimentaires mais celui-ci n'influe pas sur les décisions d'achat car il va faire ses propres courses de son côté. L'enquêtée y va seule autrement : « <i>Je préfère y aller toute seule, j'ai plus vite fait d'ailleurs</i> ».
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Suit scrupuleusement la liste, qui est elle-même rangée en fonction de l'ordre des rayons.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêtée(e)	L'enquêtée ne fréquente pas les rayons promotionnels car ce n'est pas forcément des choses qu'elle va utiliser et ne fait pas vraiment d'achats plaisir n'étant pas sur sa liste à moins qu'il s'agisse de quelque chose qu'elle a oublié de noter. Ne fréquente pas les rayons dates courtes car souvent ce n'est pas des produits qui sont dans sa liste.

Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	<p>« - Je vais chercher les dates qui sont plus loin, ça c'est mon truc, entre autres les salades en sachet, je ne prends jamais celle du dessus parce que tu remarqueras elles sont toutes flétries dans la poche, c'est la lumière</p> <p>- Ah je ne savais pas</p> <p>- Ah oui, donc tu prends celle du fond si tu ne veux pas que la lumière artificielle... Elle te dure plus longtemps que si tu prends un paquet de devant. Et même si la date est plus loin, d'avoir pris la lumière, ça je l'ai remarqué. »</p> <p>De manière générale, pour les produits frais elle va chercher une date plus longue.</p>
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique – commentaires supplémentaires	<p>Nettoyage du réfrigérateur = va dépendre du temps dont elle dispose.</p> <p>Ranger par catégorie dans le placard et bien ranger, ne pas pousser dans le fond afin de garder de la visibilité. Cela aide pour faire la liste.</p>
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	<p>Lieux : dans les placards de la cuisine, épicerie dont elle ne se sert pas tous les jours et fruits/légumes au cellier, ce qui est entamé dans les placards de la cuisine car au cellier il peut y avoir des souris.</p> <p>Ne range pas le réfrigérateur d'une manière particulière, tri juste par grandes catégories et selon la praticité dans la place</p> <p>Cependant elle utilise un tiroir du réfrigérateur afin de « mettre en garde » certains aliments, c'est-à-dire afin que les autres membres du foyer ne les consomment pas car elle a prévu quelque chose avec.</p> <p>Elle nous explique qu'elle n'a jamais compris comment fonctionne les différentes températures du réfrigérateur = il s'agit donc d'une recommandation intériorisée, car elle sait qu'elle existe, mais non mise en pratique.</p> <p>Va appliquer la règle du premier entré premier sorti pour les produits du réfrigérateur.</p>
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de	Auparavant, l'enquêtée avait un grand congélateur dans lequel elle congelait de grandes quantités de viande, mais elle

	conserver plus longtemps un aliment	<p>appliquait des logiques de surstock et a décidé de s'en débarrasser afin de ne plus jeter.</p> <p>Son nouveau est trop petit. Elle y stocke des produits déjà surgelés tels que des glaces, des légumes déjà surgelés, des frites dans le cas où une personne viendrait à l'improviste.</p> <p>Elle nous donne l'exemple du chou-fleur qu'elle achète congelé car lorsqu'elle le prend frais elle considère qu'elle doit en jeter les trois quarts et que c'est plus cher.</p> <p>Elle ne congèle pas de produits qu'elle achète frais. Il est rare qu'elle congèle des préparations qu'elle aurait elle-même faites car elle préfère les consommer fraîches.</p>
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêtée ne connaît pas du tout ce que signifient les deux acronymes. Elle n'avait pas remarqué qu'il y avait deux types de dates différentes.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	<p>Assez craintive quant aux dates dépassées, elle nous explique que son beau-père mangeait des yaourts périmés mais qu'elle elle ne le ferait pas car elle a peur de tomber malade.</p> <p>Si un produit est passé elle va le jeter, son mari va parfois manger un yaourt une semaine après sa date de péremption.</p> <p>Elle accorde de l'importance au système de date : « <i>Moi je trouve que c'est bien. Au moins tu sais à quoi t'en tenir</i> ».</p>
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Se sert vraiment essentiellement des dates pour savoir si un aliment est bon, elle ne va pas se servir de ses sens.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	<p>Accommoder les restes en une nouvelle recette Préparer les justes quantités. Conserver un éventuel reste de légume dans une boîte ou filmé afin de le réutiliser le lendemain Elle fait ses propres brochettes car celle du boucher son trop grosses pour les membres du foyer et ça implique de jeter.</p>

Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	C'est toujours elle qui s'occupe de la préparation du repas, le repas se fait à heure fixe, notamment à cause du fait qu'elle soit diabétique.  Même repas pour tout le monde, même si elle doit se priver de certaines choses qu'elle aime.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	L'enquêtée va appliquer des logiques d'anticipation pour des plats qui prennent du temps tels que du couscous, mais de manière générale elle cuisine tous les jours.  Lorsqu'elle était encore en activité professionnelle elle anticipait un repas sur l'autre pour n'avoir qu'à réchauffer le soir en rentrant. La préparation du repas du lendemain elle le faisait en même temps que le repas du soir ou en rentrant rapidement le midi si elle pouvait (ne vient pas de la socialisation, c'est elle qui a mis en place cette habitude car elle a besoin d'avoir les choses sous contrôle).
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas se déroule sur la table de la cuisine, tout le monde mange en même temps.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Cuisine les justes quantités et sert à l'assiette, ce qui génère très peu de restes.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Les sorties au restaurant ont lieu environ 2 fois dans le mois, les repas chez des amis ou de la famille environ 1 fois par mois et il en va de même pour le fait de recevoir des gens.  Les gens repartent rarement avec les restes mais cela est dû au fait qu'il y a rarement des restes, autrement cela ne gêne pas l'enquêtée.  Ces « ruptures de routines » sont plutôt prévues à l'avance et ne génèrent pas de gaspillage car l'enquêtée décale la date à

		laquelle elle avait initialement prévue d'aller faire les courses.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Bien conditionner les restes, notamment pour convenir aux autres membres du foyer. Cela demande du temps mais « <i>ça évite de jeter</i> ». Racommoder les restes afin de faire un nouveau repas.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage se fait au fur et à mesure, elle est la seule personne à s'en occuper.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les éventuels restes sont rangés dans le frigo dans un contenant fermé.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Dit avoir un rapport détendu aux restes. L'enquêtée ne mangerait que les restes de sa propre famille, pour d'autres personnes elle dit ne pas savoir s'ils sont malades et que donc ça la gênerait.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« Ça dépend des personnes, tu en as qui jettes des choses [...] ». L'enquêté n'a pas été capable de vraiment nous donner une définition, elle nous a plutôt raconter une histoire dans laquelle une femme dans un supermarché perçait toutes les barquettes de viande avec ses ongles et que donc selon elle il a fallu toutes les jeter et que donc c'était du gaspillage alimentaire.  Elle ne considère pas le fait de donner aux animaux ou de composter comme du gaspillage.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	150 kg pour une famille de 4 personnes donc environ 30 kg par personne.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le fait de trop acheter</li> <li>- Les dates de péremption</li> <li>- Le fait de ne pas stocker correctement : « <i>il y en a qui n'ont pas de frigo</i> »</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	L'enquêtée pense que le gaspillage dans son domicile est dû aux quelques fois où elle entasse des aliments, donc elle essaye de trier ses stocks au moins deux fois dans l'année.



		<p>Elle pense donc gaspiller davantage de produits secs que de produits frais. Elle nous donne l'exemple de la poudre d'amande, quand elle n'utilise pas la totalité du sachet elle jette le peu qu'il reste (il lui faut 100g mais le paquet fait 125g).</p> <p>Elle pense que ce qui pourrait l'aider à éviter le gaspillage c'est d'avoir « <i>des sachets plus petits</i> », donc des contenants plus adaptés à ses besoins. Cependant elle n'achète pas en vrac car elle n'aime pas pour des questions d'hygiène.</p>
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>Ce qui la gêne le plus c'est le fait de jeter de la nourriture alors « <i>qu'il y en a qui crèvent de faim</i> », donc on peut parler des raisons éthiques.</p> <p>Elle dit être sensible à cette question mais qu'on ne peut rien faire car les gens (autrement dit les inconnus) s'en foutent. Elle n'en parle pas forcément avec ses proches car sa sœur est déjà sensible.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>Menu : « <i>J'allais à WW et à WW ils te font faire des menus donc automatiquement ça te reste</i> ».</p> <p>Organisation générale et accommoder les restes = sa grande sœur.</p> <p>De manière générale =</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- « <i>C'est l'éducation [...] autant ma sœur que mes parents on a toujours fait attention. Il y avait que mon père qui travaillait, il ne fallait pas gaspiller alors que maintenant c'est du vite vite.</i> <li>- <i>Vous avez l'impression qu'aujourd'hui les gens vont faire moins attention ?</i> <li>- <i>Bah le problème, on en arrive toujours au même, c'est que les bonnes femmes elles travaillent elles ne font pas forcément à manger, elles partent le soir faire le sport, et les gosses après ils faut faire les devoirs, les toilettes, il y a beaucoup de choses à faire. Enfin il me semble que quand tu es à la maison, tu cuisines davantage, et le fait de cuisiner tu jettes moins il me semble. »</i></li> </li></li></ul> <p>Pour elle il n'y a pas d'autres vecteurs du type médias, associations, etc. On peut tout de</p>

		même relever WW dont elle a parlé en début d'entretien.
TEMPS OFF		
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		<p>Apprend de ses expériences (salades en sachet, légumes vaporisés dans le magasin, chou-fleur, congélateur).</p> <p>Il lui arrive de devoir jeter des aliments qu'elle achète pour le régime alimentaire spécifique de sa belle-fille mais que celle-ci ne consomme pas finalement, bien que ça reste rare.</p> <p>Socialisation familiale = Elle nous explique que sa sœur à 15 ans de plus qu'elle, et que donc à 8 ans elle était souvent chez elle et elle voyait son mode de fonctionnement qu'elle a ensuite appliqué dans son propre foyer. Elle n'a pas le souvenir que sa mère faisait le même genre de chose.</p> <p>L'enquêtée nous a raconté une anecdote dans laquelle on comprend qu'elle a clairement sensibilisé ses enfants sur le fait de terminer son assiette.</p> <p>Les deux enfants du foyer n'ont pas été sensibilisé de la même façon à la question du gaspillage mais l'enquêté pense cependant qu'ils sont tout de même tous les deux plus ou moins sensibles, bien que l'un soit plus compliqué que l'autre.</p>

### Enquêtée n° 7

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, 49 ans, infirmière libérale, foyer de 5 personnes dont 2 filles majeures (dont une ne vivant plus au foyer) et 1 fille de 7 ans. Pas d'animaux.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Aspect fonctionnel du fait qu'il faille nourrir une famille nombreuse. Reliée à des souvenirs heureux.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêtée ne pense pas avoir une sensibilité écolo : « À mon âge ce n'est pas dans notre culture, j'essaye un petit peu de modifier mon comportement sur certaines choses, mais

		<i>après voilà ce n'est pas spontané comme nos enfants ou ta génération à toi qui est plus sensibilisée, moi c'est un peu plus compliquée ».</i>
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Liste des courses, menu, vérification des placards.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	Liste des courses à laquelle l'enquêtée dit essayer de se tenir. Au préalable elle vérifie ce qu'il y a dans les placards. Parfois elle essaye d'organiser un menu de la semaine à partir duquel elle va faire la liste, mais ce n'est pas régulier.  La décision se fait de manière collective, selon ce que les autres membres du foyer ont envie de manger.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Grosses courses toutes les deux semaines et des courses d'appoint dans de petits commerces de proximité.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	Voiture. Déplacement spécifique pour les grosses courses et pour les petites courses en rentrant du travail.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	Dans un rayon de 20 minutes.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leclerc Drive pour le gros</li> <li>- Commerces de proximité pour les fruits, légumes, viandes</li> <li>- Les silos de Nina : vrac</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêtée va seule faire les courses, mais est parfois accompagnée par sa plus jeune fille dans les commerces de proximité. Cette dernière va avoir un impact sur ce qui est acheté car elle met des articles dans le panier.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des	Sur le site drive : commence par les produits d'entretien, puis le sec et le frais.

	courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	Va commencer par regarder dans l'onglet promotions de son application drive.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	L'enquêtée va faire attention aux dates que pour les produits frais : « <i>Après pour ce qui est dates de péremption pour le frais je vais aller voir derrière, pour essayer d'espacer mes achats</i> ».  Elle nous explique qu'avant de devenir infirmière elle a fait un BTS de communication et de publicité, et donc elle est sensible à la pub et au packaging.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	N'applique pas de logiques de stock sur le frais car elle a tendance à gaspiller autrement, mais essaye toujours d'avoir un paquet d'avance pour chaque produit sec.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Le frais puis le reste. Le sec (pâtes, riz) est transvasé dans des bocaux pour des raisons de conservation et pour pas qu'il y ait de mites, par ailleurs elle trouve ça plus hygiénique. Le tout est rangé dans la cuisine par catégorie. La catégorie gâteau est rangée sans emballage et de manière à être accessible à sa fille de 7 ans. Certains endroits sont rangés par date mais pas la catégorie gâteau qui tourne vite, ni le réfrigérateur car elle « <i>renouvelle tous les 15 jours</i> ».  Dans le réfrigérateur les aliments sont rangés par catégories selon la praticité de rangement, mais pas par date et pas de manière à être accessible à sa jeune fille car elle est trop petite pour l'atteindre pour le moment.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Se sert peu du congélateur : glaces, frites, poêlées de légumes déjà surgelées, ou éventuellement des plats qu'elle prépare et pour les jours où elle n'a pas le temps de cuisiner).  L'enquêtée s'est rendue compte que lorsqu'elle s'en servait elle laissait les choses des mois et ensuite elle les jetait. Par ailleurs

		<p>elle dit avoir tout à proximité donc ne pas avoir besoin de congeler.</p> <p>Elle n'aime pas congeler la viande car elle trouve que ça perd en goût, elle préférerait la cuire puis la congeler.</p>
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	<p>L'enquêtée connaît la signification de DLC mais pas de DDM. Cependant elle est capable de nous expliquer la différence entre les deux types de dates.</p> <p>Elle avait déjà remarqué qu'il y avait déjà ces deux types de dates.</p>
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'importance accordée au système de date va dépendre du produit. Pour le sec ou les yaourts il n'y a pas de crainte si la date est dépassée cependant l'enquêtée nous cite l'exemple du jambon qui pourrait « être toxique ».
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	<p>Le système de date va être complété par l'utilisation des sens.</p> <p>Mais elle ne prend pas trop de risques pour la viande. Il lui arrive de demander à un autre membre du foyer de confirmer ses doutes.</p> <p>De la confiture qui commence à moisir elle enlèverait le dépôt mais pas pour une sauce industrielle, pour une question de « confiance ».</p>

## PRÉPARATION DU REPAS

Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Cuisiner de plus grosses portions pour anticiper le manque de temps ou pouvoir congeler (car une demie portion on risquerait de la jeter).
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	<p>C'est l'enquêtée qui s'occupe de la préparation culinaire. Il arrive que l'une de ses grandes filles s'en charge cependant elle n'est pas souvent là.</p> <p>Ce qui la dérange c'est que les jours où elle travaille elle n'a pas le temps de s'organiser et gaspille davantage. Elle achète certains produits et ne va pas avoir le temps de les cuisiner car elle arrive trop tard et n'a pas envie de cuisiner, ou alors les membres du foyer ne vont pas avoir faim.</p>
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Elle applique des logiques d'anticipation pour les jours où elle va rentrer tard du travail.

REPAS		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas est pris sur le bar de la cuisine quand il y a 4 personnes, au-delà il sera pris sur la table du salon. Les membres du foyer mangent tous ensemble, avec la télévision mais avec le son coupé car l'enquêtée aime bien qu'ils discutent car le soir c'est leur seul repas en commun.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	<p>Le foyer va sortir manger à l'extérieur 2 à 3 fois dans le mois, il en va de même pour le fait de recevoir des invités chez eux. Ces ruptures de routines vont parfois occasionner du gaspillage alimentaire.</p> <p>Le travail de l'enquêtée implique des horaires aléatoires qui peuvent avoir un impact sur l'organisation initialement prévue et provoquer du gaspillage sur du frais. Ce dernier serait donc causé par des temporalités très tendues du fait de l'activité professionnelle de l'enquêtée. Cette dernière a essayé d'imprimer des plannings, d'utiliser des applications ou d'acheter des livres de <i>batchcooking</i> cependant elle n'a pas réussi à s'y tenir car son emploi du temps change tout le temps. Le <i>batchcooking</i> lui a permis un temps de moins gaspiller. Son mari ne peut pas l'aider car « <i>il ne sait pas faire cuire un œuf</i> », il lui manque donc les compétences culinaires afin d'aider lorsque les temporalités sont tendues.</p>
GESTION DES RESTES		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Cuisiner les bonnes quantités.

Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Ce sont les filles alors présentes au domicile qui s'occupent de débarrasser, immédiatement après le repas.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Si les restes représentent une portion ils vont être gardés pour le lendemain midi afin que l'enquêtée mange rapidement en rentrant du travail. Si les restes représentent moins d'une portion ils sont jetés. Les restes ne sont pas congelés.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Ça ne gêne pas l'enquêtée de manger des restes, cependant elle ne mangerait pas les restes d'une autre assiette, ils sont jetés car les gens sont censés se servir selon leur faim.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« Alors c'est soit trop acheter, mal acheter, et trop cuisiner, ça englobe les trois pour pas gaspiller. Le fait de trop avoir, plus que ce qu'on a besoin. On vit un peu comme ça j'ai l'impression, à trop, trop, trop, et du coup... Après peut-être qu'on veut trop varier aussi les plats. Avant ce n'était pas comme ça mais maintenant on veut faire des menus différents à chaque repas, et du coup on a tendance à peut-être un peu trop gaspiller. »
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	5-10 kg.  Elle est très étonnée par le bon résultat et pense être dans la moyenne.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La surconsommation, avec le fait qu'il y ait trop de choix et qu'on n'ait pas besoin de tout ce qu'on achète</li> <li>- Le manque de temps pour cuisiner et éviter le gaspillage</li> <li>- L'éducation et l'effet de génération</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Un mix de liste de courses, de petites recettes faciles, de tout ce qu'elle a pu voir. Des conseils organisationnels ou un coaching, une application qui la préviendrait de la date de ses produits.  L'enquêtée a fait différentes démarches pour éviter le gaspillage car ça lui « déplaît fortement » et elle aimerait trouver la bonne solution.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	« Bah déjà l'argent parce que ça coûte cher, et puis ça me fait mal au cœur parce que je me dis punaise c'est le cliché mais il y a des gens qui meurent de faim, qui n'ont pas de quoi remplir un frigo et moi des fois quand je jette

		<p><i>je me mettrais des claques, enfin ce n'est pas normal. »</i></p> <p>Raisons économiques et éthiques, avec un sentiment de culpabilité. Elle est sensible au sujet et pense que ça a toujours été le cas.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p><i>« C'est familial, bon encore que ma mère elle travaillait beaucoup, bon après c'est pareil elle avait des horaires fixes, des horaires de bureau, elle ne gaspillait pas tant que ça, elle cuisinait beaucoup, elle anticipait, elle congelait. Bon elle est morte j'avais 20 ans, donc à l'époque quand tu as 20 ans tu ne fais pas attention à ça, mais il me semble qu'elle gérait bien mieux que moi tout ça, donc oui je pense que c'est culturel, c'est dans notre éducation. J'ai assimilé certaines choses que je n'ai pas forcément mis en action mais c'est ancré en moi quand même. »</i></p> <p>On voit là le poids de l'intériorisation couplé à des recherches personnelles en ligne de la part de l'enquêtée. Pour elle c'est un mix des deux.</p>
TEMPS OFF		<p>L'enquêtée s'est rendue compte qu'en stockant ses pommes de terre dans le noir elle les oubliait, elle a alors changé leur lieu de stockage afin de les avoir à vue et de penser à les cuisiner.</p> <p>S'il fallait rentrer la date manuellement dans une application ça prendrait trop de temps.</p>
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		<p>L'enquêtée commence à changer ses pratiques concernant les emballages. Pour les goûters de sa fille elle va acheter sans sachets individuels et elle fait ensuite des portions avec des sachets congélation ou une boîte à gouters.</p> <p>L'enquêtée nous explique qu'elle n'a jamais manqué de rien et que donc elle a peut-être tendance à surconsommer.</p>



Enquêtée n° 8

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, 49 ans, 3 personnes dans le foyer dont un enfant de 17 ans, et très prochainement ils ne seront plus que 2. Commerçante, auto-entrepreneuse. Des chats et un milan (rapace). Un composteur personnel.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'alimentation c'est important pour trois raisons : « <i>Parce que je suis gourmande, c'est important parce que je travaille dans l'alimentation et c'est important parce que je n'aime pas jeter, mais on gaspille beaucoup</i> ».  Alimentation plutôt reliée à des souvenirs heureux, des moments de commensalité. Travaillant le soir, seul le repas du midi est partagé par la famille et il s'agit « <i>du seul moment où on est tous ensemble</i> », c'est donc un vecteur de convivialité fort.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêtée(e) relie à l'engagement écologique	Essaye de faire attention mais ne saurait pas se situer. Essaye de faire attention à ce qu'elle consomme et jette, elle tri, elle est consciente du suremballage et de la surconsommation.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Liste. Vérification des stocks. Menu au jour le jour en prenant les produits frais.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	Se définit comme une « <i>bordelique organisée</i> » et « <i>le déclic pour aller faire les courses c'est quand on me dit il n'y a pas ça, il n'y a pas ça, il n'y a pas ça, et quand je vois les placards vides de denrées de base, pâtes, riz, sauce tomate, conserves</i> ».  Le fait de faire les courses est plus vu comme une corvée car l'enquêtée dit manquer de temps. Elle essaye de s'organiser lors des courses car si elle oublie quelque chose elle devra y retourner et donc ne pourra pas faire ce qu'elle avait initialement prévu de faire. Par ailleurs, elle souligne que lorsqu'elle rentre dans un supermarché elle connaît tout le monde et donc ça va lui prendre beaucoup de

		<p>temps même si elle devait prendre peu d'articles, donc elle évite d'y aller.</p> <p>L'enquêtée essaye de faire une liste, mais elle l'oublie généralement, cependant ça l'aide car elle l'a en tête. Cependant elle oublie toujours quelque chose parce que « <i>je suis bordélique</i> ».</p> <p>Elle gère la décision d'achat mais demande aux autres membres du foyer s'ils ont besoin de quelque chose.</p>
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Les grosses courses environ une fois par mois Achat des produits frais et des courses d'appoint plusieurs fois par semaine.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	En voiture. Va y aller spécifiquement pour les grosses courses car elle est chargée mais va prendre les courses d'appoint en allant à son travail.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	L'enquêtée a 5 minutes de voiture pour se rendre sur ses divers lieux d'achats. Tout est localisé autour de chez elle pour « <i>faire marcher autour de chez moi</i> ».
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<p>Leclerc pour les grosses courses, épicerie marocaine de temps en temps, Spar et U utile pour les courses d'appoint.</p> <p>L'enquêtée reçoit un panier de légumes bio une fois par semaine dont elle choisit le contenu (« <i>qui sont plus chers</i> »)</p> <p>Étant commerçante elle peut faire des achats de gros pour des produits surgelés (viande, poisson), ce qui lui permet d'avoir moins besoin de faire les courses.</p>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	Elle y va seule.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	<p>L'enquêtée se déplace rayon après rayon selon la disposition du magasin en rayant au fur et à mesure sa liste de courses.</p> <p>Se laisse appâter par des achats plaisirs.</p>
Fréquentation des rayons	Compléter notre compréhension des	Ne fréquente pas le rayon promotion car souvent le poids au kilo ça ne vaut pas le coup.

promotion et dates courtes	logiques d'achat de l'enquêté(e)	Elle fréquente plutôt ce rayon pour l'hygiène et l'entretien. Achète dans le rayon dates courtes uniquement si le produit est déjà dans sa liste.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	<ul style="list-style-type: none"> <li>- « En rayon est-ce que tu prends le premier produit sur l'étagère ?</li> <li>- Ça m'arrive souvent d'aller derrière. Ah oui.</li> <li>- Par rapport à quoi ?</li> <li>- Bah souvent les dates. Souvent on pense que c'est bien rangé et bien souvent ce n'est pas le cas. Donc je regarde derrière et si les dates sont bonnes je prends la date la plus éloignée. Je ne prends pas la date la plus proche en fait. Ça dépend pour quoi après, le frais si c'est quelque chose que je vais consommer, que c'est pour le jour même oui mais sinon je prends les dates les plus longues, mais je ne sais jamais à l'avance ce que je vais manger le jour, comme je ne fais pas de menu à l'avance.</li> <li>- D'accord. Donc c'est une manière pour toi de ne pas gaspiller une fois rentrée chez toi ?</li> <li>- Bah c'est surtout que comme je ne sais pas quand je vais le consommer, je préfère avoir des dates longues plutôt que jeter justement »</li> </ul>
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	<p>L'enquêtée met en place des logiques de stocks afin d'avoir toujours un peu d'avance : « Il peut arriver un truc imprévu qui va t'empêcher d'aller quand ce sera la dernière limite, donc il ne faut pas attendre la dernière limite, pour tout je fais comme ça, en fait je n'aime pas trop remettre à demain ce que je peux faire aujourd'hui ».</p> <p>Elle applique ces logiques de stocks car son travail est très prenant et ne lui permet pas de s'organiser autrement. On voit donc ici l'impact des ressources temporelles dans l'organisation du foyer.</p>
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	<p>Zones de froid du frigo = premier jour et ensuite ça bouge.</p> <p>Rangement par dates.</p> <p>Cuire ou congeler pour gagner du temps.</p>
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Produits surgelés dans son garage (cuisine annexe de son mari) dans un gros congélateur, sauf ce qui va être consommé rapidement qui

		<p>va dans le petit congélateur de la cuisine. Le frais va dans la cuisine sauf s'il y a eu une promotion, par manque de place ce sera stocké également au garage (« <i>en regardant les dates bien sûr</i> »). Le sec dans la cuisine rangé par grandes catégories.</p> <p>Elle organise son rangement par dates.</p> <p>Pour les légumes et fruits de son panier, l'enquêtée portionne à l'avance dès la réception du mardi. Pour les fruits elles les coupe et les mets dans des barquettes afin de juste avoir à les grignoter en cas de faim. Pour les légumes elle va les préparer, les précuire et les mettre dans des barquettes pour les 2/3 jours à venir. Si elle voit qu'elle ne va pas réussir à manger tous les légumes elles les coupe et les congèle.</p>
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	<p>Produits qui sont achetés congelés, viande et poissons congelés achetés en grande quantité, légumes prédécoupés, certains restes de repas (plats cuisinés).</p> <p>Les produits congelés permettent de gagner du temps les jours où l'enquêtés n'aurait pas le temps d'acheter de frais : « <i>Ça me dépanne en dernière minute</i> ».</p>
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	<p>Connaît DLC mais pas DDM.</p> <p>Ne connaît pas la différence entre les deux mais avait remarqué qu'il y avait deux types de dates et les traite différemment.</p>
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	<p>Va accorder plus d'importance si c'est sur des produits frais. Un produit avec une DDM dépassée ne va pas poser problème, mais une DLC va plus poser problème (sauf pour des yaourts naturels ou certains fromages).</p> <p>Grande importance accordée au système de dates pour la viande.</p>
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	<ul style="list-style-type: none"> <li>- « <i>Après ça dépend des fois tu le vois aussi quand tu l'ouvres si ça a bougé ou pas.</i></li> <li>- <i>Par rapport à l'aspect ?</i></li> <li>- <i>L'aspect, l'odeur, des fois c'est bombé ou pas.</i></li> <li>- <i>C'est qu'avec les yaourts que tu vas te servir de tes sens ?</i></li> <li>- <i>Les produits laitiers ou alors la viande, mais je prends très peu de viande fraîche. Ça m'est arrivé sur des saucisse par exemple, c'est sous vide elles n'étaient pas à date mais elles étaient gonflées. Dans le ce cas-là je ne consomme pas,</i></li> </ul>

		<p><i>pourtant la date était bonne mais il y a eu un problème sûrement à l’emballage. Je fais attention aux dates en général. »</i></p> <p>L’enquêtée essaye de sauver le maximum du produit avant de jeter, où détourne son utilisation pour ne pas gaspiller.</p>
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d’intériorisation et de mise en pratique	
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	<p>C’est l’enquêtée qui se charge de la préparation en demandant tout de même aux membres de la famille ce qu’ils souhaitent manger.</p> <p>Elle cuisine pour le midi, mais le soir elle n’a pas le temps donc c’est soit reste soit pizza de leur propre commerce, ou surgelés/conserves éventuellement.</p>
Logique d’anticipation	Comprendre si des logiques d’anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	<p>Les logiques d’anticipation se font essentiellement du midi pour le soir</p> <p>De manière plus générale pour des plats cuisinés elle va faire « <i>une grosse marmite</i> » pour en manger le jour même, un repas de plus et le reste sera congelé.</p>
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d’intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l’itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	<p>Sur la table du salon ou dans le jardin.</p> <p>Le repas du midi se prend en famille. Le repas du soir va dépendre.</p>
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	<p>L’enquêtée nous dit qu’elle a l’habitude de cuisiner pour 5 donc que c’est rare qu’elle cuisine que 2 portions. Le surplus de nourriture permet d’anticiper les repas où l’enquêtée n’aura pas le temps de cuisiner du fait de son travail.</p>
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	<p>Leur rythme de travail ne permet pas au foyer de manger à l’extérieur. Parallèlement ça arrive plus souvent que des personnes viennent déjeuner dans le foyer, et il s’agit de choses parfois à l’improviste mais ça ne pose pas problème car l’enquêtée nous dit « <i>ça ne me gêne pas car j’ai toujours de quoi</i> ».</p> <p>Ces « ruptures de routines » ne génèrent pas de gaspillage et les restes sont gérés en</p>

		interne (sauf pour les desserts qui sont festifs : « <i>Même pas j'y aurais pensé en fait je crois (rires)</i> »). Elle va plutôt donner des légumes qu'elle a en trop grosse quantité, ou cuisiner un plat entier pour le donner, mais pas un reste.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Afin de rallonger la vie d'un aliment l'enquêtée nous explique mettre sous vide avant de congeler ou pour stocker dans le réfrigérateur (exemple d'un saucisson qu'elle garde portionné sous vide pendant 15 jours). La machine sous vide permet de portionner selon les habitudes de consommation.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage se fait en commun juste après le repas.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	L'enquêtée s'occupe de gérer les restes en les emballant toujours dans un contenant fermé.  Si au deuxième repas où un reste est servi ce n'est pas mangé ça va être donné aux animaux : « <i>Si vraiment il y a des restes qui restent, ça va aux animaux</i> ».  C'est souvent du pain qui est gaspillé.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Dit avoir un rapport détendu aux restes, ça ne la gêne pas de remanger des restes.  Ça ne la gêne pas de manger les restes de sa famille, c'est toujours fait dans l'optique de ne pas jeter et ça va dépendre des restes (si ça ne peut pas être resservi le soir elle va le manger).  « <i>Si c'est des inconnus je ne vais pas le faire parce que je ne veux pas me faire remarquer (rires)</i> », cependant elle personnellement ça ne la gêne pas du tout de « <i>piocher dans les assiettes des autres.</i> »
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« <i>C'est à partir du moment où tu jettes des produits, des consommables, qui ont dépassés la date ou que tu as laissé se gâter dans ton frigo alors que tu aurais pu les manger.</i> »  L'enquêtée ne considère pas le fait de donner aux animaux comme du gaspillage mais à son

		intonation on sent que cela la gêne tout de même.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	« <i>Je pense que c'est énorme !</i> » 30 kg.  L'enquêtée pense être sous la moyenne en ce moment car elle fait beaucoup plus attention, « <i>ça me fait toujours chier de gaspiller</i> ».
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	- Problème d'organisation dans le temps - Contraintes temporelles
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Dans son foyer, elle nous dit que ce qui pourrait l'aider c'est de savoir à l'avance ce que les autres membres du foyer ont envie de manger ou pas (donc parfois des choses sont jetées par faute d'envie ou de goût).  De manière plus générale, elle pense que ce qui l'aiderait le plus c'est d'avoir du temps.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	- « <i>Qu'est ce qui te dérange le plus dans le fait de gaspiller ?</i> - <i>C'est de jeter à la poubelle, c'est de jeter en te disant qu'il y a des gens qui ne peuvent pas les acheter et toi tu les jettes</i> » Ça renvoi à des questions éthiques.
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	La plupart des actions de notre enquêtée sont guidées par un principe général qu'elle applique à différents aspects de sa vie et selon lequel il est important de prévoir les choses et de ne pas attendre la dernière minute. C'est ce qui va la pousser à mettre en place des logiques de stocks. Elle a besoin d'anticiper et cela depuis toujours selon elle.
TEMPS OFF		
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		L'enquêtée est propriétaire d'un commerce de bouche cependant la gestion des denrées alimentaires de son foyer et de son commerce n'est pas liée.

### Enquête n° 9

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 29 ans, salarié dans la logistique, vit avec sa compagne depuis 3 ans et demie.



		Les deux membres du foyer sont pesco-végétariens et possèdent un composteur sur leur terrasse.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Accorde de l'importance à l'alimentation par rapport au sport. L'enquêté souligne le fait que l'argent que l'on donne pour l'alimentation va influencer sur notre alimentation de demain (principe du consomm'acteur). Manger c'est un plaisir pour l'enquêté.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêté pense avoir une sensibilité écolo mais ne pense pas être 100 % écolo. Il dit essayer de faire attention à l'achat : « À qui j'achète et à qui je donne mon argent ». Il fait attention à la proximité, le fait qu'il y ait moins de pesticides, etc.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'enquêté se demande ce qu'il va faire dans la semaine sans faire de menu ou de prise de notes, et il fait ses achats en fonction. Il va construire sa décision selon des choses qui vont lui faire plaisir. Globalement, la construction de la décision se fait un peu à la maison et un peu sur le lieu d'achat. La vérification des stocks n'est pas systématique et dans le doute l'enquêté va prendre le produit en petite contenance en se disant que même s'il en a un d'avance ça ne sera pas perdu. L'enquêté est la personne du foyer qui s'occupe majoritairement de la décision mais sa compagne peut lui demander d'acheter certaines choses qu'il manque ou dont elle a besoin.  L'enquêté considère le fait de faire un planning comme trop psychorigide pour lui.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	2 fois par semaine.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	L'enquêté se rend sur son lieu d'achat en voiture et sa compagne va s'y rendre en bus. Les courses sont soit faites en rentrant du travail, soit lors d'un déplacement spécifique le week-end.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu	15/20 minutes de voiture pour deux des lieux, 5 minutes pour l'autre.



	commercial sur les pratiques	
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Ne pas avoir faim : il achète plus quand il a faim mais précise que ça sera mangé et que ça durera plus longtemps.
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La fermière : magasin bio</li> <li>- Etiquette verte : petit magasin bio</li> <li>- Culture paysanne : bio et beaucoup de locaux</li> <li>- Intermarché</li> <li>- Picard</li> <li>- Dans des caves à bières pour l'alcool</li> </ul> <p>Plusieurs logiques de consommation coexistent. Par ailleurs le foyer possède un petit carré potager sur son balcon.</p>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêté et sa campagne y vont soit séparément, soit ensemble si l'approvisionnement a lieu le week-end. Parfois l'enquêté accompagne sa mère au marché.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Si l'enquêté est seul il va d'abord aux légumes, puis au frais, et enfin côté fromages et pâtes dans les petits magasins. Autrement dans un supermarché comme il connaît la disposition du magasin il va directement là où il a besoin. S'il y va avec sa compagne ils vont se séparer et se rejoindre à diverses reprises afin de prendre toutes leurs courses.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	Va fréquenter les rayons dates courtes et acheter des choses qui lui font envie, même s'il n'avait pas prévu d'en acheter. Mais ne fréquente pas trop les rayons promotions.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Si c'est un produit frais et qu'il n'est pas sûr de pouvoir le manger il va chercher une date plus loin, mais ce n'est pas fréquent.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	N'applique pas de logiques de stock mais va prendre des gros contenants des produits secs (paquet 1 kg de riz, 3/4 bombonnes d'eau).
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Pas faire de stockage dans le frigo.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Transvase les paquets de secs ou des produits achetés en vrac dans des bocaux. Toute la nourriture est rangée dans la cuisine par grande catégorie.

		<p>Le réfrigérateur est rangé par grande catégorie et selon des questions de place et de praticité, mais pas de rangement par dates.</p> <p>Le foyer ne surcharge pas le réfrigérateur ce qui leur permet d'avoir une bonne visibilité. Il leur est arrivé d'oublier un tupperware de restes au fond mais c'est peu fréquent.</p>
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	<p>Va permettre de garder plus longtemps les herbes. Rangement de produits déjà congelés qui permettent de faire un repas quand il manque de temps ou n'a pas envie de cuisiner. Ils achètent du pain afin de le congeler, et congèlent le bouillon qu'ils font afin de ne pas le jeter.</p> <p>Pas de restes congelés. Il est arrivé qu'ils congèlent de la viande afin de ne pas la perdre, mais cela est rare car ils ne consomment pas de viande à leur domicile.</p>
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	<p>L'enquêté savait ce que signifie DLC mais pas DDM. Il n'avait pas la bonne explication pour la différence : il pensait que la DLC était la date écrite alors que la DDM était une date subjective jusqu'à laquelle on peut manger le produit une fois que la DLC est passée.</p>
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- « <i>Tu avais conscience de cette distinction au niveau des dates ?</i></li> <li>- <i>Alors je t'avoue que les dates je les regarde très très peu. Je les regarde quand j'achète peut-être un yaourt mais sinon ouais je ne les regarde quasiment pas parce que la viande j'en mange pas, le poisson si je l'achète c'est que je vais le faire... Ouais je vais regarder sur la crème fraîche et le yaourt, donc ouais les dates j'y prête pas vraiment attention sauf peut-être quand il y a un pourcentage, comme quand il y a -50 % sur un produit je regarde si elle est à aujourd'hui ou à demain, mais sinon autrement je fais pas trop attention aux dates. Donc non je ne savais pas.</i></li> <li>- <i>Tu n'y accordes pas trop d'importance du coup ?</i></li> <li>- <i>Non, non pas vraiment. Je ne vais pas dire pas du tout parce que ça m'arrive de l'utiliser, mais très rarement quoi. »</i></li> </ul> <p>On peut se questionner sur un éventuel lien de corrélation du fait que le foyer ne consomme que peu d'aliments d'origine animale.</p>

Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Ne regardant pas trop les dates, l'enquêté se sert plutôt de ses sens, notamment de la vue. S'il a un doute cependant il ne prend pas de risque, notamment avec des produits d'origine animale. L'enquêté essaye de ne pas gaspiller ses denrées alimentaires en les consommant autant que possible. Il est rare qu'il fasse appel à la congélation pour rallonger la vie d'un aliment.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Manger ce qui va se périmer.
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	Généralement c'est l'enquêté qui s'occupe de la préparation culinaire. Lorsque sa compagne s'en charge elle va le faire seule. Il est rare qu'ils cuisinent ensemble mais ça leur arrive de demander de l'aide. Afin de choisir quoi préparer, il va soit avoir déjà une envie en tête, soit ouvrir son réfrigérateur et regarder ce qui lui fait envie. Il peut aussi lui arriver le matin de commencer à réfléchir à ce qu'il va faire.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pas de logiques d'anticipation mais il peut arriver qu'il prépare une portion de plus sur des plats qui demandent du temps.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas se fait en commun, sur la table du salon, sans activités annexes.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Généralement c'est calculé à l'assiette mais sans grande rigidité.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	C'est une manière de se faire plaisir pour l'enquêté. Une fois par semaine chez des gens, et 1 à 2 fois par semaine pour la restauration. Le foyer accueille également des invités de manière

		<p>mensuelle depuis le covid alors que c'était plutôt hebdomadaire avant. L'enquêté nous dit que ça va tendre à devenir plus fréquent. Ça ne le gêne pas de donner des restes à ses invités cependant ils sont plutôt gérés en interne dans le foyer.</p> <p>Il s'agit de ruptures de routines plutôt imprévues, pour des raisons de fatigue ou par manque d'envie de cuisiner. Cependant cela ne génère pas de gaspillage car la fréquence d'achat est très rapprochée.</p> <p>S'il doit s'amener une gamelle, il va soit ajouter une portion au plat du soir, soit si tout est consommé, cuisiner le soir quelque chose de rapide.</p>
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Débarrassage tout de suite après le repas par les deux membres du foyer.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les restes sont rangés dans des boîtes au réfrigérateur.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	<p>Ça ne gêne pas l'enquêté de manger ses restes, après il ne faut pas que ça dure trop dans le temps (question de lassitude).</p> <p>Il n'est pas trop pour le fait de manger les restes d'une autre personne dans leur assiette, il peut faire une exception si c'est sa famille mais il considère que chacun doit se servir selon sa faim. Cependant, si un plat a été cuisiné en trop grosse quantité, ça ne le dérange pas de repartir avec un tupperware.</p>
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« Bah le gaspillage alimentaire c'est avoir les yeux plus gros que le ventre. C'est faire trop en quantités, ou acheter trop par rapport aux besoins qu'on a, et ne pas, intentionnellement ou pas intentionnellement, ne pas le consommer. Je pense que ça peut être un peu des deux. Il y a peut-être des gens qui quand ils ont des restes se disent boh je n'ai pas trop

		<p><i>envie de les manger, je ne sais pas si ça existe. »</i></p> <p>Pour l'enquêté le fait de donner des restes aux animaux ce n'est pas forcément du gaspillage, cependant ça dépend de comment c'est fait et de la quantité. Pour lui ce sera un peu du gaspillage parce que <i>« tout le monde ne mange pas à sa faim, mais en soit ça aura quand même été à un être vivant »</i>.</p>
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	<p><i>« Beaucoup, beaucoup trop »</i></p> <p>15 kg</p> <p>Quand on donne la bonne réponse à l'enquêté il nous répond <i>« c'est énorme »</i>.</p> <p>Quand on lui demande de se souvenir du dernier aliment jeté il nous cite une courgette ou un bout de pain. Il pense que ce sont les légumes (des bouts) qui sont le plus gaspillés dans son foyer, il précise que les restes c'est rare.</p> <p>L'enquêté pense que son foyer est en dessous de la moyenne (environ 12 kilos par an).</p>
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La famille nombreuse qui achète en grande quantité sans faire de planning</li> <li>- Inadvertance avec le fait que les choses ne soient pas bien rangés et pas visibles</li> <li>- L'achat avec le fait de trop acheter pour ne pas faire d'aller-retour (la fréquence)</li> <li>- Lors de la préparation le fait de cuisiner de trop grandes quantités, ce qui génère des restes</li> <li>- Les dates</li> <li>- La surconsommation et le fait de pas faire de liste ou de vérifier les stocks</li> </ul> <p><i>« Après ça dépend vraiment du type de personnes [...]. Ça dépend à qui tu t'adresses. »</i></p>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Des conseils de stockage.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>« C'est quoi qui te gêne le plus dans le fait de gaspiller ?</i></li> <li>- <i>Bah que j'aurai pu le consommer et que je ne l'ai pas consommé alors que d'autres personnes auraient bien aimé le consommer (rires). Il y a le fait aussi qu'il y a eu tout un cycle avant que ça arrive chez moi, et tout ce cycle a été fait pour que moi je mange et finalement moi je ne</i></li> </ul>

		<p><i>l'ai pas mangé. Bah tout ce cycle est perdu aussi du coup. Il y a ce que tu as devant toi, et il y a tout ce qui a été fait pour que tu l'ais devant toi. Donc bah il y a de l'humain qui a travaillé, il y a de l'énergie, il y a beaucoup de choses qui viennent et qui s'accumulent, il n'y a pas que ta perte physique. Parce que souvent ce qu'on voit, on se dit bon bah j'ai perdu ma courgette, mais en fait il n'y a pas que la courgette, il y a une personne qui a peut-être mis que dix secondes pour cueillir ta courgette et la mettre dans un récipient, tu en a une autre qui a perdu dix seconde quand il l'a lavé, tu en a une autre qui l'a emballé, une autre qui l'a mise en rayon, puis tu as de l'énergie pour amener ton truc d'un point A à un point B, d'un point B à un point C, donc il y a tout ça. Je pense que ce qu'il faut voir aussi, ce qu'il faut se rendre compte, c'est qu'est-ce qu'il y a derrière la perte qu'on peut voir, parce que souvent ce qu'on ne voit pas on l'occulte, on l'oublie, et ça c'est important. »</i></p> <p>Initialement plutôt des raisons éthiques et environnementales, et pour l'enquête ces deux thèmes sont liés.</p> <p>L'enquête est sensible à cette question, et de manière plus générale à la question environnementale. Il ne va pas essayer de persuader les gens mais il va faire une pique à la personne sous forme de reproche humoristique.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p><i>« Ma mère gaspille plus que moi je pense, et on se disait ah ça on aurait pu le manger. Il y a ce côté de ma mère qui va jeter quelque chose et je vais lui dire mais non regarde on va couper ça et manger ça, il y a ça. Bon après il y a le retour d'expérience. Je pense que c'est à peu près tout. Avoir vu du gaspillage et après moi quand je gaspille me dire ok j'ai fait l'erreur de mettre un bout derrière un truc je le voyais plus, j'ai oublié de le mettre au congèle, bon bah la prochaine fois j'ai un bout de pain je ne suis pas sûr de le manger je le mets au congèle. »</i></p>

		<p>Son père n'aime pas trop gaspiller et terminait souvent les assiettes afin de ne pas gaspiller, mais sa mère gaspillait quand même beaucoup. L'enquêté a commencé à être sensible au sujet et donc à tirer ses propres conclusions. Il pense que la base vient de son père et qu'ensuite il l'a enrichi avec son expérience.</p> <p>⇒ Socialisation et changement malgré une part d'intériorisation par le biais de son père.</p> <p>Il ne visualise pas d'autres vecteurs types flyers ou communications, cependant il regarde des vidéos de sensibilisation sur l'écologie et le thème a pu être abordé. Il a une approche plus globale du sujet et qui raisonne avec son éthique de vie et ses valeurs, une manière de penser et d'appréhender les thématiques liées à l'environnement.</p>
TEMPS OFF		<p>À la fin de l'entretien l'enquêté était preneur de conseils. Nous avons parcouru ensemble la liste des recommandations afin d'échanger sur chacune d'elle et de trouver des conseils qui pourraient l'aider.</p> <p>L'enquêté nous raconte qu'une fois le congélateur a été mal fermé par sa compagne et que donc la chaîne du froid a potentiellement été rompu, mais que cela ne l'a pas empêché de retirer la glace et de refermer le congélateur avec ses produits à l'intérieur (question de la chaîne du froid). Cependant comme sur le poisson il n'est pas serein, il va le sentir en le décongelant et aviser.</p> <p>Pour l'enquêté, il est important que la démarche de changement vienne de la personne afin d'être durable. Si la personne n'est pas du tout sensible au sujet ce sera difficile. Par ailleurs, selon le profil de la personne le levier à mobiliser ne sera pas le même, donc le fait que les vecteurs utilisent des conseils variés peut être positif.</p>
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		<p>Le fait que sa compagne travaillait dans la même pièce a pu légèrement brider l'enquêté sur certaines de ces réponses, notamment dans la répartition des tâches.</p>

	L'enquêté apprend beaucoup de ses erreurs. Il nous explique qu'il a modifié sa manière de ranger car par exemple il n'avait pas les fruits et légumes sous les yeux et que donc ça générerait du gaspillage, il a donc modifié leur lieu de stockage.
--	---

### Enquête n° 10

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 34 ans, marié, une fille de 5 ans dans le foyer, employé de drive. 1 hamster.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'alimentation est moyennement importante pour l'enquêté, c'est « <i>manger pour ne pas mourir</i> », il n'associe pas cela à des souvenirs heureux et le fait de cuisiner va être « <i>barbant</i> » pour lui.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	Il pense avoir une légère sensibilité écolo qui vient petit à petit.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Faire une liste.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	Liste des courses sur une application mobile depuis quelques mois afin de ne rien oublier et ensuite la décision se fait au magasin. Il voulait faire un menu sur un calendrier de la cuisine mais il me dit qu'ils ne sont pas assez « <i>rigoureux</i> ».  Le levier économique va influencer sur les décisions d'achat.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	1 fois par semaine.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	Voiture. Déplacement spécifique.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	3 minutes.



<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lidl</li> <li>- Leclerc Drive pour des courses d'appoint</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	En couple. Pour les petites courses il arrive qu'il y aille seul, et quelque fois leur fille va les accompagner.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Pas de circuit spécifique et les deux personnes peuvent se séparer.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	La femme de l'enquêté va s'occuper de regarder dans le rayon des promotions ainsi que des dates courtes et ils vont notamment prendre des paniers de légumes à 1 € avec un panaché de légumes assez fourni. La femme de l'enquêté va avoir du mal à résister aux promotions, mais ça permet de diversifier et généralement ce n'est pas jeté.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	L'enquêté va prendre l'article avec la date la plus courte, il ne va pas aller chercher derrière, notamment s'il sait qu'il va manger rapidement le produit rapidement. Il nous dit qu'il fait attention au gaspillage du magasin. Il ne va regarder que pour la viande.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Logiques de stocks couplés à des promotions sur des produits sucrés voire même de la viande.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Dans le réfrigérateur, la viande est rangée par DLC et autrement les yaourts qu'il reste de la semaine d'avant vont être rangés devant. Rangé par grandes catégories dans la cuisine. La femme de l'enquêté va mettre des aliments frais sous vide afin de les conserver plus longtemps dans le réfrigérateur.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de	Au-delà des produits achetés déjà surgelés la femme de l'enquêté va congeler de la viande afin de prolonger sa date de péremption.

	conserver plus longtemps un aliment	Avant la femme de l'enquêté faisait des plats en sauce et les congelait mais elle ne le fait plus trop aujourd'hui.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêté connaît la signification de DLC mais pas DDM. Sa femme est intervenue sur cette question et a expliqué la différence entre les deux. L'enquêté visualise la différence et avait conscience de l'existence de ces deux types de dates.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêté nous dit qu'il va notamment accorder de l'importance au système de date pour la viande mais qu'il mangerait un produit dépassé si c'était un yaourt ou du pain de mie. Il ne va donc pas traiter tous les produits de la même manière.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Il va se servir de ses sens. Sa femme est intervenue afin de donner des astuces pour les œufs. Il nous explique qu'une fois un produit dont la date n'était pas dépassée avait une odeur bizarre, donc il a donc privilégié ses sens à la date. Si un pot de confiture commence à moisir il va retirer à la cuillère. La femme est alors intervenue pour nous raconter qu'un professeur à l'école lui avait dit que la pellicule de moisir dans la confiture n'était pas dangereuse et qu'elle l'avait donc intériorisé. L'enquêté a alors rebondi en disant que ce devait être sa femme qui lui avait donné l'information.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	L'enquêté n'aime pas cuisiner, ça l'ennuie. Si c'est lui qui doit cuisiner ce sera soit des choses simples soit des choses à faire chauffer au four. Sa femme va donc s'occuper de cuisiner des choses plus longues. La motivation va être variable.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pas de logiques d'anticipation. L'enquêté cuisine juste parfois de plus grandes quantités de pâtes car ils aiment bien les faire à la poêle afin qu'elles soient craquantes, mais en réalité ça va plus dépendre des restes qui vont avancer.

<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	À table ou sur le canapé, en regardant la télévision parfois.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Généralement l'enquêté portionne les assiettes et essaye de cuisiner les justes quantités.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Quelques restaurants ou sorties à l'extérieur dans le mois. Ces ruptures de routines sont plutôt imprévues et l'enquêté nous dit qu'il peut arriver qu'elles génèrent du gaspillage. Les éventuels restes sont plutôt gérés en interne au foyer.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage se fait tout de suite après le repas, les deux membres du couple s'en occupe. Il est arrivé que des assiettes restent sur la table durant la nuit.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	<p>Les restes sont plutôt mangés tels quels.</p> <p>Afin de gérer les restes de l'assiette de leur fille, le couple à différentes stratégies d'optimisation : ils vont dans un premier temps demander à leur fille de manger quelques fourchettes de plus. Ensuite, selon leur faim, ils mangeront ce qu'il reste, autrement ils le garderont pour le lendemain. Si le reste est trop petit et ne représente pas une portion il sera cependant jeté. On voit donc différentes étapes à passer avant qu'un reste ne finisse à la poubelle, ce qui témoigne du fait que les individus ne jettent pas de manière machinale et tentent au contraire de mettre en place des stratégies d'optimisation (Gojard).</p> <p>Lorsqu'un produit est entamé, comme un paquet de jambon, l'enquêté ne va pas avoir</p>

		<p>tendance à le filmer afin de le ranger dans le réfrigérateur, et sa femme va généralement « <i>le disputer</i> » car ainsi les aliments se perdent plus rapidement. Il attribue ça à la flemme.</p> <p>L'enquêté nous raconte que sa fille va avoir tendance à lécher le chocolat sur les biscuits et à ne pas manger les biscuits ensuite, de fait ces derniers vont être jetés.</p>
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	L'enquêté va manger les restes d'une autre personne plutôt s'il s'agit d'un aliment qu'il adore, même s'il s'agit d'un inconnu.

## GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	<p>« <i>Le gaspillage alimentaire c'est si on prend trop, si on achète trop, qu'on ne fait pas attention, c'est tous ces trucs-là.</i> »</p> <p>Pour l'enquêté le fait de donner aux animaux car ils ont faim n'est pas du gaspillage mais si c'est pour se débarrasser d'un reste d'une assiette alors c'est du gaspillage.</p>
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	<p>L'enquêté pense être dans une fourchette plutôt basse.</p> <p>50 kg.</p> <p>À l'annonce du bon chiffre il pense être dans la moyenne.</p>
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les dates de péremption</li> <li>- La « <i>flemme</i> » de manger ce qui va se périmé car on a envie de manger autre chose</li> <li>- Le fait de trop acheter, avec les promotions notamment</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	<p>Être plus vigilant à ce qu'il y a dans son réfrigérateur, et apprendre à mieux accommoder les restes pour les incorporer dans de nouvelles recettes.</p> <p>De manière générale améliorer sa rigueur.</p>
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« <i>J'ai envie de dire l'argent quand même, mais derrière il y a quand même le côté, comment dire, ce n'est pas tout à fait la famine, la planète, mais disons que je ne suis pas non plus à fond dans faut sauver la planète et faut changer toutes nos habitudes, mais c'est quand même une idée qui reste en fond au-delà de merde on a gaspillé dix balles de poulet, il y a quand même le côté ça a été produit pour rien quoi. Donc de prime abord au niveau de mon foyer c'est l'argent perdu, mais c'est vrai que quand on pense global si on multiplie ça par le nombre de foyers et de personnes, voilà.</i> »</p>

		<p>On voit donc des leviers économiques mais également écologiques.</p> <p>L'enquêté est sensible au thème du fait de par son métier, car il voit les quantités qui sont jetées dans la grande distribution.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>« <i>Ma mère à l'époque faisait des listes sur papier, mais pour ce qui est de ranger par dates il y a le boulot qui a fait que, voilà les rotations, car je pense qu'avant je ne le faisais pas systématiquement. Après c'est de la logique aussi.</i> »</p> <p>On voit l'influence de la socialisation primaire avec sa famille mais également de la socialisation secondaire avec son travail ou des astuces que sa femme lui aurait donnés.</p>
TEMPS OFF		<p>On remarque un certain relâchement dans la posture de l'enquêté une fois que nous avons fini la grille d'entretien. Il nous a dit avoir trouvé ça intimidant.</p> <p>L'enquêté en voyant ma grille de conseils a voulu la parcourir ce qui nous a permis d'en discuter ensemble. Sa femme est également intervenue dans la discussion, ce qui a parfois rendu compliqué les relances spécifiques sur le thème.</p> <p>Du fait de son syndrome d'asperger l'enquêté va avoir du mal avec certaines textures, et il y a beaucoup d'aliments qu'il n'aime pas.</p>
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		<p>La femme de l'enquêté était dans la pièce et elle a parfois interagit avec l'enquêté.</p> <p>Lors de notre prise de notes l'enquêté a semblé déstabilisé et curieux de savoir ce que nous avons écrit, nous avons donc essayé de limiter notre prise de notes durant cet entretien afin de le placer dans les meilleures conditions pour se livrer, d'autant plus que l'enregistrement ne le mettait pas très à l'aise.</p> <p>L'enquêté nous dit qu'il change, depuis peu, quelques-unes de ses habitudes, avec du bio ou des laits végétaux mais que ce n'est pas facile « <i>de changer une habitude que l'on a depuis 30 ans</i> ». Il dit tendre à être <i>flexitarien</i> et à regarder l'origine de la viande.</p>

Enquêtée n° 11

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, 22 ans, préparatrice de commande en drive depuis bientôt 1 an, elle est avec son conjoint depuis 4 ans mais ils vivent vraiment ensemble depuis 2 ans. Quand elle a quitté le foyer de ses parents elle a directement vécu en couple. 2 chats et 1 chien.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'enquêtée nous explique qu'avant l'alimentation était plus importante pour elle car elle était sportive. De manière générale elle adore cuisiner et son compagnon aime la bonne cuisine. Elle relie la cuisine à des choses positives car « <i>mes deux grands-mères et ma mère ont toujours cuisiné, je les ai toujours vues cuisiner et elles m'ont donné le goût pour la cuisine et en plus c'est quelque chose qui me déstresse, vraiment, donc j'adore ça</i> ». Elle est à l'aise avec la cuisine et ce n'est pas une corvée de manière générale.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	« <i>Je vais être honnête j'y fais pas du tout attention. Chez mes parents ont y faisait attention, on traitait cartons, verre [...] mais c'est vrai que moi je n'ai pas suivi sur ça.</i> » Elle met tout de même quelques pratiques en place comme le fait d'amener sa gourde plutôt que d'acheter des bouteilles en plastique.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'enquêtée fait une liste mais ne la suit pas forcément. Parfois elle fait ça sans même vérifier ses placards, selon ses envies. Elle nous explique que même sans vérifier elle sait ce qu'il reste dans ses placards car c'est elle qui cuisine. Elle a certaines habitudes qu'elle répète d'une semaine sur l'autre et donc qui rythme ses achats. Elle est la seule personne du foyer à s'occuper des décisions d'achat et de la cuisine de manière générale.

<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Fréquence très variée, la question du budget disponible dans le mois va notamment avoir un impact sur la fréquence.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	Voiture, 25 minutes. En rentrant du travail ou en rentabilisant un autre trajet, mais généralement pas de déplacement spécifique pour faire les courses.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour la viande : colis du boucher de Carrefour</li> <li>- Leclerc Drive (mais n'aime pas que ses collègues puissent voir ce qu'elle achète)</li> <li>- Lidl : bon rapport qualité prix car Carrefour c'est cher</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	Généralement seule, mais il arrive que son compagnon l'accompagne si elle fait de grosses courses afin de l'aider à porter.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	<p>Quand elle va physiquement dans le magasin : « Alors c'est du grand n'importe quoi (rires), c'est-à-dire que moi je ne sais pas me repérer, je pars dans tous les sens, je ne suis pas ma liste. Alors au départ j'avais essayé de classer ma liste en fonction, par exemple produits ménagers avec produits ménagers, mais franchement j'y vais au pif quoi. C'est là où le vent me mène et en plus moi justement j'aime bien flâner dans les rayons et parfois je prenais des choses que je n'avais même pas prévu d'acheter ».</p> <p>Quand elle commande en drive c'est un peu le même fonctionnement, elle ajoute les produits au fur et à mesure qu'elle y pense. Elle va directement mettre les produits qu'elle a l'habitude d'acheter dans son panier et va compléter par des petits craquages ou des choses qui la tentent. L'enquêtée se définit comme une acheteuse compulsive.</p>
Fréquentation des rayons	Compléter notre compréhension des	L'enquêtée ne fréquente pas le rayon promotions car elle nous explique que c'est souvent de la marque et que par ailleurs elle a

promotion et dates courtes	logiques d'achat de l'enquêté(e)	l'impression que c'est souvent de l'arnaque car ce sera plus cher que ce qu'elle aurait pris en marque repère. Elle le fréquente donc rarement et achète du milieu de gamme.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	« Ça dépend. Après moi je regarde beaucoup les produits, surtout pour la viande c'est super important pour moi. Et c'est vrai que j'ai toujours vu ma mère quand j'étais petite prendre le produit de derrière parce que justement le produit de derrière il est moins abimé, il est meilleur, alors c'est psychologique je pense, mais c'est vrai que je le fais pour la viande. Mais pour les gâteaux je ne le fais pas, mais c'est vrai que pour les produits frais j'ai tendance à faire ça. »  On remarque l'impact de la socialisation.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Avant elle appliquait des logiques de stocks sur le sec mais maintenant elle ne le fait plus car elle trouve que ça ne sert à rien et que ça se ressent sur le côté financier.  - « Tu aimais bien faire des stocks en cas de pépins ? - Alors c'est peut-être bizarre ce que je vais dire mais je sais que chez mes parents, je me base toujours sur ma mère, j'ai été élevée dans une famille où on était quand même assez bien financièrement, on ne manquait jamais de rien, et j'ai toujours vu le frigo plein, mais quand je dis plein, c'est vraiment plein à craquer quoi. Et ma mère elle a comme en Amérique, des grandes étagères, comme un drive en fait, elle a des étagères avec tout aligné. Et c'est vrai que moi psychologiquement je refais pareil à la maison. Bon maintenant j'essaye moins, je le fais plus trop, mais psychologiquement j'aime bien voir mon frigo bien rempli, sinon je ne suis pas bien quoi. »  Importance de la socialisation.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Congeler même si ça perd un peu en goût.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Pour la viande elle achète un colis avec une grosse quantité de viande qu'elle portionne pour deux personnes, écrit la DLC et congèle. Cette habitude lui permet d'économiser du



		<p>temps. Elle écrit la DLC sur la poche de congélation afin de savoir quand périmé la portion qu'elle a éventuellement laissée dans son réfrigérateur.</p> <p>Tout est classé par catégories dans un placard en dehors de la cuisine.</p> <p>Le réfrigérateur n'est pas rangé par dates, et voici l'explication de l'enquêtée quand on la questionne sur sa manière de s'organiser :  <i>« Tu vas rigoler, je reviens au fait que le frigo de ma mère était rangé comme ça. Alors c'est marrant je n'ai jamais voulu ressembler à ma mère mais là je suis en train de me rendre compte en parlant avec toi que je fais tout comme elle (rires). C'est vrai que moi mon frigo par rapport à ma mère je ne le vois pas autrement que comme ça, j'ai toujours fait comme ça ».</i></p> <p>⇒ Mécanisme inconscient d'intériorisation du fait de la socialisation et des expériences vécues.</p>
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	L'enquêtée va congeler la viande afin de la conserver plus longtemps, elle va faire des mélanges d'herbes qu'elle congèle afin de les utiliser lorsqu'elle cuisine. Elle ne congèle pas de restes.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêtée connaît la signification de DLC mais pas de DDM. Ne connaît pas la différence entre les deux et n'avait jamais remarqué la différence sur ces produits.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêtée nous explique faire confiance à l'entreprise et ne pas regarder les dates lorsqu'elle achète. Elle nous dit ne pas perdre de temps à regarder. Elle trouve que ce système de date est important cependant elle va manger certains produits avec leur date : les yaourts oui, mais la viande non car on lui a toujours appris que <i>« ça peut être dangereux »</i> .
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	En plus du système de date, elle va se servir de ses sens.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	

Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	<p>C'est l'enquêtée qui s'occupe de la préparation culinaire, car elle aime gérer et elle n'aime pas qu'il « <i>soit dans ses pattes</i> ». Elle relie peut-être ça à ses origines portugaises et nous explique que dans sa culture c'est la femme qui cuisine, mais elle le fait car elle aime ça. Il est ici intéressant de questionner les logiques inconscientes d'intériorisation.</p> <p>« <i>J'adore regarder des recettes mais même sans, du fait que mes parents et ma grand-mère m'ont appris, du coup même sans la recette j'arrive à cuisiner, à inventer des choses.</i> »</p> <p>Il lui arrive de transformer un aliment qui va se perdre, par exemple faire une sauce avec une tomate flétrie, transformer du pain rassis en pain perdu, mettre des frites dans une omelette. Il s'agit de recettes qu'elle tient de sa grand-mère ou de sa mère.</p>
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Elle n'anticipe jamais cependant quand elle fait des gros plats et ce qu'il reste elle le met dans des tupperwares.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Cuisiner les aliments afin de rallonger la date et de ne pas les jeter.
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas se passe sur la table de la cuisine, sans activités annexes.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Elle portionne les assiettes, et dit lui donner toujours les meilleurs morceaux (car elle voyait sa mère faire ça). Cependant, elle fait plutôt de plus grosses quantités car elle a peur qu'il en manque, elle relie ça à sa culture : « <i>Si on donne bien à manger à quelqu'un c'est de l'amour</i> ».
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Des fast-foods hebdomadaires, des sorties chez la famille bimensuelles (sa mère lui donne les restes) et ils reçoivent de la famille de manière bimensuelle. Les ruptures de routines sont plutôt imprévues mais cela ne provoque pas de

		<p>gaspillage, par ailleurs cela permet de palier au fait que le frigo soit vide.</p> <p>Pour le fait de donner les restes aux invités, ça va plutôt être avec la famille, mais cela dépendra de la quantité qu'il reste.</p>
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	L'enquêtée se charge seule du débarrassage, directement après le repas, même si elle incite son compagnon à l'aider.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Elle va donner certains restes à son chien si elle considère qu'elle ne va pas le manger ou qu'il n'en reste pas assez pour tous les deux. Les restes sont mis dans des tupperwares. Elle nous dit qu'elle ne va pas avoir beaucoup de reste, excepté les sauces qu'elle fait elle-même et qu'elle utilise pour le prochain repas.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Ça ne dérange pas l'enquêtée de manger les restes de son compagnon ou de sa famille mais pas ceux de ses amis ou d'un inconnu. Afin de justifier sa réponse elle mobilise des questions d'hygiène en disant que certaines personnes elle sait qu'elle ne mangerait pas dans la même assiette qu'eux.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	<p>« <i>Le gaspillage pour moi c'est une mauvaise gestion dans le sens où il faut être organisé parce que si tu achètes trop forcément tu gaspilles, parce que si tu achètes en trop grande quantité et que tu es pas organisé tu vas te retrouver avec des produits au fond du frigo qui vont dépasser les dates et tu vas devoir te retrouver à cuisiner tout le jour même, et après forcément tu cuisines en grosses quantités et donc quand tu es que deux comme moi tout manger le jour même ça fait un peu trop, et tu finis par jeter parce que tu veux pas forcément tous les jours manger la même chose, je sais pas si tu vois ce que je veux dire. Après moi perso ça ne me dérangerait pas mais pour moi le gaspillage c'est ça, c'est une mauvaise gestion déjà des courses, un manque d'organisation plus je dirais. »</i></p> <p>Pour l'enquêtée le fait de donner des restes aux animaux c'est pas du tout du gaspillage.</p>

		<p>Pour ce qui est du compost, si c'est remis dans le cycle alors ce n'est pas du gaspillage : « <i>Pour moi le gaspillage c'est tu prends tu jettes, si tu le réutilises ce n'est pas du gaspillage</i> ». Cette réponse renvoi à la revalorisation.</p>
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	<p>Initialement l'enquêtée nous a dit une tonne. Puis 500 kg.</p> <p>Elle était très étonnée des chiffres et nous dit qu'elle était plus pessimiste. L'enquêtée pense être en dessous de la moyenne. Par remémoration elle nous dit que le dernier aliment jeté remonte à la veille, il s'agit de deux pilons de poulet épicés qu'elle avait préparé et qu'elle n'avait pas pu donner à son chien à cause des épices. En nous donnant cet exemple elle se rend compte que finalement ça peut aller vite.</p>
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selon les habitudes et les moyens financiers</li> <li>- Pour les jeunes le fait de manger souvent dehors et donc ne pas voir ce qu'il y a dans le réfrigérateur</li> <li>- Pour les familles ça va être l'influence des enfants</li> <li>- La mauvaise organisation</li> <li>- Les caprices alimentaires</li> <li>- La mentalité avec l'importance qu'on y accorde</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Liste de course et arrête d'être une acheteuse compulsive (donc sur la construction de la décision et l'acte d'achat).
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« <i>Alors moi parce que je sais qu'il y en a qui n'ont rien, quand tu passes dans la rue et que tu vois des jeunes de notre âge qui n'ont rien du tout, moi c'est une chose qui me tient vachement à cœur parce que je me dis que j'ai de la chance, sincèrement j'ai de la chance de pouvoir remplir mon frigo, je travaille aussi mais il y en a qui même en travaillant ils n'y arrivent pas. Donc la première chose que je me dis c'est il y en a qui n'ont pas la chance de manger ça, donc forcément je ne jette pas. Après comme je te disais ça revient à une question d'éducation, ma grand-mère elle m'a toujours dit de ne pas gaspiller parce que quand elle était petite elle n'avait rien et voilà, donc je reviens toujours à ça.</i> »</p> <p>Elle nous explique aussi que son compagnon était dans une famille très nombreuse qui</p>

		<p>pouvait manquer et donc quand elle va gaspiller elle va se dire que des personnes ne peuvent pas, en faisant le comparatif avec l'enfance de son compagnon.</p> <p>Donc des raisons éthiques. L'enquêtée est très sensible à la question. Cependant elle nous dit qu'au restaurant elle n'oserait pas demander un doggy-bag, de peur qu'on la regarde de travers.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>Durant tout l'entretien on a pu remarquer l'influence de la famille de l'enquêtée, il y a donc une grande part d'intériorisation du fait de la socialisation primaire.</p> <p>Si sa grand-mère lui disait oralement comment ne pas gaspiller, pour ce qui est de sa mère elle a plus observé des pratiques. Il y a aussi certaines pratiques qu'elle a acquises en vivant seule.</p> <p>Elle n'a pas identifié d'autres vecteurs de transmission.</p>
TEMPS OFF		<p>Selon elle le fait d'avoir vécu le manque n'implique pas forcément de ne pas gaspiller une fois adulte. Elle appuie sur l'importance de l'éducation mais également sur comment on se sent à l'instant T.</p> <p>Elle souligne également que personne n'est parfait et que même les personnes sensibilisées peuvent faire des écarts.</p>
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		L'enquêtée dit avoir beaucoup aimé la forme de jeu sous laquelle était présentée l'entretien.

### Enquêté n° 12

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 24 ans, en recherche d'emploi, vit avec sa copine depuis 5 mois. L'enquêté a vécu seul pendant 4 ans auparavant. 1 chat.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	<ul style="list-style-type: none"> <li>- « Est-ce que l'alimentation c'est quelque chose d'important pour toi ?</li> <li>- Pas vraiment, je mange pour vivre quoi. Mais après je n'aime pas forcément manger quoi.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>D'accord. Tu ne relies pas ça a des souvenirs heureux ou du plaisir ?</i></li> <li>- <i>Il y a les repas de famille mais ça traîne en longueur donc bof. En fait j'aime bien manger des fois mais si je pouvais manger bien qu'une fois par semaine ça me suffirait quoi. »</i></li> </ul> <p>Alimentation dans sa fonction utilitaire. Le foyer souhaiterait avoir un composteur car il mange de plus en plus de légumes et que dans la poubelle des larves finissent par apparaître sur les déchets organiques.</p>
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	<p>L'enquêté juge sa sensibilité comme moyenne. Il nous explique qu'il tri ses déchets, qu'avec sa copine ils ont adopté des habitudes zéro déchet dans la salle de bain (savon solide, produits d'entretien maison).</p> <p>Sa copine souhaite aller de plus en plus vers l'écologie, c'est un sujet qui intéresse l'enquêté mais il nous explique que seul il ne l'aurait pas fait car il trouve que ça prend du temps. On remarque des influences réciproques dans les pratiques.</p>
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	<p>À moins que le couple ait une idée précise de repas en tête, la décision se fait plutôt une fois au magasin en prenant toujours le même type d'article d'une fois sur l'autre.</p> <p>Vérification dans les stocks s'ils ont besoin de certains produit essentiels (œuf, beurre).</p> <p>C'est généralement sa compagne qui se charge des courses, s'il doit le faire seul il commande.</p>
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Une fois toutes les 2/3 semaines pour les grosses courses + petites courses d'appoint + 1 fois par mois une livraison de produits surgelés Picard.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	À pied pour le petit supermarché pour les courses d'appoint et en voiture pour le reste. Fait le déplacement spécifiquement pour les courses, le week-end généralement.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu	10/15 minutes en voiture.

	commercial sur les pratiques	
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<p>Pour les commandes en ligne : Picard, Carrefour</p> <p>Pour les courses sur le lieu d'achat : Carrefour pour les grosses courses, Petit Casino pour les courses d'appoint.</p> <p>Boucherie tous les deux mois.</p> <p>Assez rarement une bio'coop mais plutôt pour la confection maison de produits ménagers (il s'agit d'un lieu qu'ils aimeraient ajouter dans leur routine cependant le manque de praticité d'accès, l'organisation avec les contenants et la question du prix les freinent).</p>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	Une fois sur deux l'enquêté accompagne sa compagne afin de faire physiquement les courses. De manière générale, puisque sa compagne s'occupe de la préparation culinaire, elle va grandement jouer sur la décision d'achat. Pour elle la cuisine n'est pas une corvée et elle aime manger sainement.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Suit les rayons dans l'ordre selon la disposition du magasin.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	L'enquêté fréquente le rayon promotion plutôt afin de consolider ses stocks de pâtes et de riz, éventuellement afin d'acheter des gâteaux, cependant cela reste rare. Ne connaît pas l'existence de rayons à dates courtes.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Prend le premier produit sur la gondole. L'enquêté nous précise que ça ne sert à rien de prendre derrière si ensuite le produit va périmer dans le rayon et finir jeter. Il anticipe donc par son comportement le gaspillage du maillon de la distribution.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Logique de stock sur les pâtes et le riz afin de ne pas avoir à en prendre à chaque course et profiter des promotions. Cependant à terme le foyer souhaiterait acheter en vrac et donc éliminer ce principe de stock.

<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Plonger l'œuf dans l'eau.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Tout est rangé par catégories dans la cuisine avec un endroit spécifique pour le stock. Pas de rangement spécifique dans le réfrigérateur, selon des questions de praticité. Pas de rangement par dates.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Pour des produits déjà surgelés, ou du pain afin de ne pas avoir à le jeter.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	Ne connaît pas la signification ou la différence entre les deux acronymes. Il n'était pas conscient qu'il y avait deux types de dates, mais dans ses pratiques il traitait tout de même de manière différente le frais et le sec.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêté dit manger des produits après leur date de péremption (quelques jours). Il accorde de l'importance à ce système mais pour les produits avec DDM il va être moins scrupuleux.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Se sert essentiellement des dates car ses produits arrivent rarement à date, autrement l'enquêté va se servir de ses sens (odeur, aspect).
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Diversifier les repas afin de ne pas créer de la lassitude et donc générer des restes.
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	L'enquêté va participer à la décision du repas mais c'est sa copine qui va prendre en charge la préparation culinaire car il n'aime pas cuisiner. Il nous dit cependant que lorsqu'ils reçoivent des personnes ça ne le gêne pas de cuisiner. S'ils font un gros plat ils cuisinent à deux.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Cuisine tous les jours mais comme le repas du midi est pris sur le lieu de travail, le soir ils cuisinent une portion de plus afin de s'amener une « <i>gamelle</i> ».
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	



Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Dans une pièce avec chacun leur ordinateur, autrement devant la télé sur le canapé, et enfin dans le cas où se soit un plat en sauce « <i>chiant</i> » à manger l'enquêté et sa copine vont manger sur la table de la cuisine en regardant la télé.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Le repas ne va pas être portionné à l'assiette et les membres du foyer ont la possibilité de se resservir. Difficulté à gérer les portions, cuisinent de trop grosses quantités, cependant cela ne pose pas problème car ça permet de préparer les « <i>gamelles</i> » et d'éviter à l'enquêté de cuisiner lorsqu'il est seul le midi.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Le foyer commande environ une fois par semaine, mange à l'extérieur toutes les deux semaines environ (plus fast-food que restaurant), et environ une fois par mois chez des gens. Parallèlement ils accueillent chez eux une fois par mois.  De manière générale il s'agit de choses prévues à l'avance excepté pour les fast-foods, cependant cela ne génère pas de gaspillage car ce n'est décalé que d'un repas.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Finissent ce qu'ils sont en train de faire avant de débarrasser.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les assiettes sont « <i>raclées</i> » afin de ne rien laisser et les restes sont rangés dans le frigo dans des boîtes fermées ou dans une assiette recouverte de film transparent ou de papier aluminium : « <i>On jette assez rarement quand même</i> ». Les restes sont plutôt mangés tels quels. Le chat du foyer ne mange pas les restes.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Apprécie avoir des restes car ça lui évite de cuisiner. Ça ne le dérange pas de manger le reste d'autres personnes cependant ça va dépendre du reste, si la personne n'a pas croqué dedans ça ne le gêne vraiment pas.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les	« <i>Quand tu jettes de la nourriture. Juste jeter de la nourriture c'est du gaspillage donc rien que ça c'est la définition quoi.</i> »

	représentations autour de ce qu'est le gaspillage	L'enquêté ne considère pas le fait de donner les restes aux animaux comme du gaspillage cependant le fait de les mettre dans un composteur le dérange davantage car le compost « <i>peut être fait autrement, avec des épluchures</i> ».
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	100 kg.  Quand on a donné le bon chiffre l'enquêté nous a répondu que « <i>c'est déjà énorme</i> ». Pense être en dessous de la moyenne : « <i>On a vraiment très peu de gaspillage je pense donc on doit être en dessous je pense</i> ».  Quand on fait appel à ses souvenirs le dernier aliment jeté remonterait à deux semaines : une banane qui n'était plus bonne lorsque l'enquêté a voulu la manger.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les enfants avec le fait d'estimer sa faim</li> <li>- Le fait de ne pas vouloir manger les restes et de les jeter</li> <li>- Les produits périmés (le plus selon lui)</li> <li>- Problème de conservation (produit mal stocké)</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Manger les fruits plus vite car c'est ce qui se périmé en premier. Astuces de stockage.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	« <i>Les produits périmés jetés, si tu jettes un produit périmé tout emballé c'est ce qui... enfin je ne sais pas si ta question est tournée dans ce sens-là mais ça me fait chier de jeter un produit tout emballé. Tu l'as acheté, déjà pour l'environnement c'est nul et ensuite tu as gâché de l'argent vraiment inutilement [...] Après je ne suis pas à ça près mais ça fait chier.</i> »  Lever environnemental et économique (« <i>c'est assez mineur</i> »). Globalement il est assez sensible à la question même s'il nous dit que pour l'écologie, si ça ne demande pas plus d'efforts autant le faire, mais si cela « <i>devient plus chiant</i> », si c'est plus chronophage, c'est plus compliqué.
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	Conseil de l'œuf via ses parents ou sa copine. « <i>Ma mère elle ne jetait pas des trucs, elle faisait la même gestion que nous à peu près, elle redistribuait les restes et très peu de pertes, donc grâce à elle surtout. Après [ma copine] m'a appris quelques trucs, là je ne</i>

		<p><i>pourrais pas te les sortir mais sinon ouais, ma mère et [ma copine] je dirais. »</i></p> <p>Ne parvient pas à identifier d'autres vecteurs mais cite toutefois des livres sur l'écologie de manière générale qui appartiennent à sa copine et qui traitent entre autres du gaspillage.</p>
TEMPS OFF		
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		

### Enquête n° 13

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 25 ans, directeur de drive, vit en couple avec sa compagne depuis 2 ans. Un chien et un lapin.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'enquêté nous dit que l'alimentation c'est quelque chose de très important pour lui, notamment quand le repas est pris dans la convivialité et qu'il permet de « <i>créer de nouveaux souvenirs</i> », mais il souligne également le fait que l'alimentation permette de « <i>reprendre des forces et donc c'est quelque chose d'agréable et un moment important dans une journée</i> ».
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	Il se considère comme une personne qui a conscience de ce qu'elle a et qui donc ne fait pas d'abus inutile avec de la surconsommation. Cependant il nous dit ne pas avoir forcément de pratiques écologiques car il n'a pas le temps, l'énergie et il trouve que ce n'est pas assez développé par le biais de dispositif pour faciliter ces gestes au quotidien.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Fait les repas à base de viande rouge en début de semaine à cause des dates.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	Entre le dimanche et le lundi il y a la prise de décision de faire les courses pour la semaine. Le dimanche soir il commence à y réfléchir et ça le motive à se projeter dans sa semaine. Il ne se pose pas tout de suite pour faire ses courses, il commence à y réfléchir puis ouvre son application drive et en ouvrant ses placards il remplit son panier en ligne. En une demi-heure c'est fait. C'est plus l'enquêté qui

		s'occupe des courses et il va vers sa compagne pour voir s'il a oublié des choses. Il vérifie les aliments de base qu'il sait manger toutes les semaines (pâtes, poulet, steak, fruits et légumes). Mentionne la saisonnalité pour les fruits et légumes.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Une fois par semaine, sans petites courses d'appoint afin de respecter un budget précis de 75 € par semaine. Le foyer est prudent au fait de ne pas dépasser ce budget et les courses d'appoint feraient notamment que ce budget soit dépassé.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	En voiture, toujours en rentrant du travail.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	20 minutes.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leclerc Drive</li> <li>- Boucherie : une fois tous les deux mois pour des raisons de budget, mais ça constitue un petit plaisir</li> <li>- Commerce de quartier (mais rares)</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêté s'occupe seul de faire les achats sur le site en ligne du drive.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	<p>Dans son application il y a un onglet avec ses produits habituels, il s'agit de la catégorie qu'il fréquente généralement en premier, mais il lui arrive de commencer par l'onglet promotions, de sélectionner toutes les promotions qui l'intéressent et ensuite ses produits habituels. Si une un même produit une promotion est plus intéressante que le produit qu'il prend habituellement, il va le remplacer dans le panier afin de faire des économies.</p> <p>En fonction du budget qu'il reste, l'enquêté va ajouter des achats plaisirs afin d'atteindre la barre des 75 € hebdomadaire qu'il s'est fixé, mais les petits plaisirs ne se feront quoi qu'il arrive qu'à la fin.</p>

Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	Fréquente les rayons promotions afin d'économiser de l'argent sur les produits qu'il achète habituellement. Il fréquente également le rayon dates courtes qui a été récemment ajouté à son application drive.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Faisant ses courses en drive, l'enquêté ne choisit pas lui-même ses produits en rayon.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	L'enquêté ne va prendre que s'il a besoin, il a toujours un paquet d'avance mais ne va pas surconsommer, même s'il y a une promotion. Cependant ça lui arrive d'acheter des formats familiaux car il sait qu'il a un gros appétit du fait qu'il dépense beaucoup d'énergie dans la journée. Ce type d'achat répond vraiment à une logique de satiété et de connaissance de son appétit, le foyer ne va pas par exemple acheter un format familial car il est en promotion en se disant qu'ils mangeront plus.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Technique de l'œuf dans de l'eau. Cuisiner un produit pour lui faire gagner quelques jours de DLC et le mettre ensuite au frais. Congeler.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Toutes les denrées alimentaires sont rangées par grandes catégories dans la cuisine. Le rangement dans le réfrigérateur se fait en fonction de la température, et également par DLC, notamment pour la viande : « <i>C'est un truc de mes parents, ils faisaient ça</i> », donc intériorisation par la socialisation.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Dans le congélateur on va trouver des produits achetés déjà congelés ainsi que de la viande mise en congélateur car un repas a sauté ou qu'il y a eu une invitation de dernière minute. C'est une manière de la conserver et de ne pas la jeter. Il peut arriver qu'il congèle du pain afin de ne pas le perdre. Il n'a jamais congelé des fruits ou légumes, ou des plats préparés. Il nous dit que dans sa famille non plus ça ne se faisait pas.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêté connaît la signification de DLC mais pas de DDM, cependant il sait nous expliquer la différence et il avait connaissance de ces deux types de dates.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si	L'enquêté accorde de l'importance à ce système dans le cadre de son travail mais pas chez lui car il nous explique qu'il va se servir de ses sens et non des dates.

	cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	<p>« Pour moi ça n'a pas trop d'intérêt ça, c'est juste parce qu'il faut qu'on rentre dans des cases et qu'il faut que les produits rentrent dans des cases mais voilà. Moi je fais surtout au nez, je pense qu'à l'époque avant que ça existe on s'en sortait très bien donc je ne vois pas pourquoi aujourd'hui ce ne serait pas pareil. Mais après oui il faut que ça rentre dans des standards pour la grande distribution, pour la qualité, pour l'hygiène et il y a des personnes qui sont plus fragiles, donc oui, voilà ».</p> <p>On se rend compte ici que la socialisation secondaire que l'enquêté a dû faire dans le cadre de son travail et afin d'atteindre un poste à responsabilité n'a pas changé ses pratiques dans le cadre de sa vie privé.</p>
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	<p>Même si un produit est périmé il va se servir de ses sens et manger le produit à moins vraiment d'avoir de trop gros doutes, dans ce cas-là il ne va pas prendre de risque.</p> <p>Il n'a pas vraiment de crainte, et comme il n'aime pas jeter il préfère se faire son propre avis, ça lui ait déjà arrivé de tomber malade mais il nous explique que « ça arrive » et que ça n'a pas changé sa manière de fonctionner. Il considère que la viande c'est plus dangereux mais ça ne lui a jamais fait peur.</p> <p>Si une sauce industrielle ou une crème fraîche commence à moisir il va jeter car il va moins avoir confiance, mais pas pour les fruits et légumes.</p>
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Essayer de tout garder lors de la préparation avec l'épluchage ou la découpe de la viande. Peser les quantités, notamment les féculents.
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	<p>L'enquêté aime cuisiner mais il ne faut pas que ce soit trop long. Il va donc s'organiser pour cuisiner le plus rapidement possible en lançant différentes préparations en même temps.</p> <p>Comme il n'y a pas de menu, dans la semaine les plats sont faits selon ce qu'il y a dans le frigo et les envies du jour, en improvisant des recettes.</p>
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pas de logique d'anticipation car pour l'enquêté c'est une perte de temps et le lendemain il pourrait ne pas avoir envie d'en manger.

		Il aimerait bien commencer à s'amener une « <i>gamelle</i> » au travail, il va donc mettre en place cette habitude en augmentant les quantités du repas du soir.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Essayer d'apprécier ce qu'on mange, en mangeant plus doucement, ce qui implique de devoir faire de plus petites quantités.
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas se déroule à table, le couple mange ensemble, en discutant et en ayant la télévision. Il aime bien manger à heure fixe notamment du fait de l'organisation du foyer autour des heures de sorties du chien.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	L'enquêté pèse les aliments afin de cuire les bonnes portions et qu'il n'y ait pas de restes.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Des sorties au restaurant mensuelles, il en va de même pour les repas pris chez des amis ou de la famille ou des invitations à leur domicile. Il s'agit de ruptures de routines plutôt imprévues, notamment pour les sorties au restaurant, cependant cela ne va pas générer du gaspillage car il vérifie avant dans le réfrigérateur afin de valider le « <i>coup de tête</i> ».  L'enquêté va donner le surplus à ses invités, notamment quand il sait qu'il ne va pas pouvoir tout consommer et qu'il risque de gaspiller.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	C'est sa compagne qui s'occupe de débarrasser directement après le repas pour des questions d'odeurs.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Sa compagne va avoir plus de mal à finir son assiette donc soit l'enquêté va finir l'assiette de sa compagne (« <i>parce que j'en ai envie, et pour éviter le gaspillage</i> »), soit le reste va être gardé pour le lendemain car elle est en télétravail.  « <i>On ne va pas se diriger avec notre assiette direct poubelle, ça n'est jamais arrivé et ça n'arrivera jamais, on fait toujours en sorte de</i>



		<p><i>garder ce qu'on a mangé, dans l'estomac c'est mieux. »</i></p> <p>Pour le moment l'enquêté utilise des bols filmés afin de conserver les restes mais il a prévu d'acheter des contenants en verre la semaine prochaine afin d'avoir une démarche écologique plus propre.</p> <p>C'est rassurant pour l'enquêté d'avoir des restes et de ne pas devoir se prendre la tête sur la cuisine. Ces restes vont être soit mangés tels quels soit accommodés.</p> <p>Les restes ne vont pas être donné aux animaux.</p>
<p>Rapport aux restes</p>	<p>Saisir les représentations reliées aux restes</p>	<p>Le fait de manger les restes d'une autre personne va dépendre de l'aspect du reste (des frites oui, une purée non).</p> <p>Il mange ceux de sa compagne mais ceux de sa famille ou amis il aurait du mal bien que nous l'ayons fait développer sur la question :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>« Après si c'est pour pas jeter je le ferai, si on me dit si tu ne finis pas ça va à la poubelle non je vais le manger, rien à foutre, mais s'il dit j'ai plus faim je le garde pour demain, tant que je sais que ça ne va pas à la poubelle ça me rassure, c'est tout ce que je ne veux pas.</i></li> <li>- <i>Donc si ça va à la poubelle le fait de manger ceux des amis et de la famille ça irait ?</i></li> <li>- <i>Ouais là il y a plus de...</i></li> <li>- <i>Si on essaye de monter au dernier échelon, un inconnu que tu viendrais de rencontrer à une soirée entre amis ?</i></li> <li>- <i>Ouais non, là non, c'est même pour le gaspillage, après ce serait plus pour ma santé, la personne je ne la connais pas, je ne sais pas si elle a des maladies, donc dans le doute. Puis je ne sais pas le regard que va porter la personne sur le fait que je finisse son assiette alors qu'on ne se connaît pas, c'est ça aussi, ça fait glouton, la personne elle se dit ouais le gars il mange n'importe quoi, voilà. Mais des potes que je connais depuis longtemps il n'y a pas de soucis, ils savent comment je suis, moi je sais comment ils sont aussi. Une personne que je viens de connaître ou</i></li> </ul>



		que je ne fréquente peut-être pas assez régulièrement pour manger dans son assiette non. »
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- « Bah déjà oui c'est jeter des aliments qui ont été préparés, pour moi ça c'est du gaspillage alimentaire. Jeter de la viande inutilement, ça c'est du gros gaspillage alimentaire. Les fruits et légumes c'est différent, ça dépend comment c'est fait, si on va jeter un fruit ou un légume et que derrière on sait que ça va servir pour du compost ça me posera moins problème que de jeter de la viande comme ça. C'est peut-être un truc psychologique mais je sais que ça va être réutilisé parce que le compost c'est réutilisé, ou même donner à des animaux. Voilà ça ça me dérange moins, la viande c'est plus compliqué parce que ça vient de l'animal, l'animal a donné sa vie, non je ne peux pas. Après ce que je considère comme du gaspillage alimentaire c'est l'exemple de pas finir son assiette correctement ou gratter son yaourt mais pas correctement, en laisser au fond c'est désagréable, tu pourrais manger, ou même un trognon de pomme, ceux qui mangent un trognon de pomme mais il reste encore ça (montre avec ses doigts) à manger autour du trognon ça c'est du gaspillage alimentaire. Voilà c'est ne pas finir quelque chose. Les céréales quand tu manges ton paquet de céréales et qu'il reste un fond et tu dis que ça a pris l'humidité et tu jettes ça, pour moi c'est du gaspillage alimentaire. La surconsommation pour moi c'est du gaspillage alimentaire, trop acheter inutilement pour moi c'est du gaspillage alimentaire.</li> <li>- Même si ça ne finit pas par être jeté ?</li> <li>- C'est de la surconsommation, c'est manger pour manger. Tu dois connaître cette phrase que moi je me rappelle tout le temps à chaque fois que je vais avoir tendance à trop manger : "Aujourd'hui on est dans un système où l'animal il se nourrit pour vivre, nous on vit pour manger". Tu vois, et quand je repense à ça je me dis non l'animal il est là le matin il se lève il se dit je vais chasser pour me</li> </ul>

		<p><i>nourrir, nous on est là on vit pour manger, ça veut dire qu'on sait qu'on aura quelque chose à bouffer on peut surconsommer, ça je trouve ça, voilà. »</i></p> <p>Pour l'enquête même si le fait de donner la nourriture aux animaux ça va, ça reste du gaspillage car si il n'y avait pas l'animal ça finissait à la poubelle.</p>
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	<p>200 kg.</p> <p>L'enquêté pense être bien en dessous de la moyenne. Il nous dit que même quand ça tombe au sol il va le passer sous l'eau et le manger tout de même : <i>« Il faut vraiment que le produit soit impropre à la consommation pour qu'il parte à la poubelle, et encore ça me fait un pincement au cœur ».</i></p> <p>Par remémoration il a dû jeter un œuf à son retour de vacances car il l'avait oublié, autrement auparavant ça avait été une patate flétrie. Il nous dit faire attention à ses stocks tout le temps pour ne pas que ça arrive.</p>
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les enfants, avec le fait de ne pas finir son assiette</li> <li>- L'éducation qui va impacter les citoyens de demain</li> <li>- Le fait de stocker de peur de manquer et de manquer d'organisation</li> <li>- La grande distribution et le fait que les personnes soient habituées à avoir des produits avec des conservateurs qui se gardent longtemps</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Il aimerait que les contenants soient plus adaptés au produit et aux consommateurs et non à l'environnement de l'agro-alimentaire. Il relie également cela aux emballages.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<i>« C'est le fait de savoir que l'animal a été tué pour qu'il puisse te nourrir, et le fait que tu aies payé le produit aussi, et le fait qu'il y a d'autres personnes qui ne peuvent pas s'offrir ce type de produit, donc tu le jettes alors que cette personne ne l'aurait pas jeté car elle aurait aimé se payer ce produit et elle l'aurait mangé avec plaisir. Quand on te dit était petit, je pense que tes parents te l'ont dit aussi, fini ton assiette il y a des petits enfants qui meurent de faim ils aimeraient manger ce que tu manges, c'est ça aussi qui fait qu'on n'est pas tous</i>

		<p><i>égaux sur ça, et il y a des personnes qui n'ont pas cette possibilité. »</i></p> <p>Il y a donc le bien-être animal qui entre en compte, l'aspect économique et l'aspect éthique. L'enquêté nous dit qu'on sait que la planète va mal et qu'on vit à crédit avec les ressources que la planète peut nous donner.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p><i>« C'est naturel, c'est notre éducation qui fait que, et aussi ce qu'on a vécu, tous les deux on est pas nés avec une cuillère d'argent dans la bouche, nos parents ils ont galéré, donc voilà on a quand même cette notion de manger c'est important, bien manger c'est important, manger à sa faim c'est important, et surtout ne pas gaspiller c'est super important. »</i></p> <p><i>« Je crois que c'est aussi ça qui fait qu'aujourd'hui je ne jette pas, c'est car étant petit mes parents m'ont expliqué pourquoi il fallait que je finisse mon assiette et qu'il ne fallait pas jeter, donc c'est quelque chose que j'ai gardé. »</i></p> <p>Influence de son emploi étudiant sur certaines de ses pratiques et connaissances.</p> <p>L'enquêté nous explique que les recommandations lui viennent de ses parents, de l'école (à la cantine avec l'apprentissage des gestes lors du débarrassage) et de ses fréquentations qui lui ont appris des choses. Il s'intéresse également à des documentaires sur l'écologie ou des reportages animaliers.</p> <p>Le fait d'avoir vécu le manque et de pas avoir toujours mangé à sa faim ça l'a sensibilisé à la question et il a conscience que tout peut basculer.</p> <p>Il a également vu quelques astuces culinaires en ligne par le biais de TikTok ou YouTube, qui lui ont appris des gestes simples. Ce contenu lui est généralement proposé par l'algorithme mais il ne relie pas ce contenu à des comptes particuliers.</p>
TEMPS OFF		
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		L'enquêté a apprécié que l'entretien soit sous forme de jeu.

Enquêtée n° 14

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, 21 ans, vit avec son compagnon. L'enquêtée a un régime végétarien depuis plus de 2 ans mais pas son compagnon.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Étant petite l'enquêtée était assez compliquée donc ça n'a pas été évident, elle goûtait tout mais n'aimait pas grand-chose. De ce fait l'alimentation n'était pas un plaisir, elle considérait cela comme une perte de temps qui l'arrêtait dans ses activités. Cependant l'enquêtée adore le goûter et nous dit que c'est son repas préféré de la journée.  En partant vivre seule ça lui est arrivé de sauter des repas car elle n'aimait pas forcément ça. Elle n'aime pas faire la cuisine. Elle est toutefois très attachée au goût des produits car elle a grandi avec des produits frais, venant du jardin.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêtée a grandi à la campagne, sa mère et sa grand-mère faisaient les marchés et prenaient des produits de très bonne qualité, locaux et frais. Du fait de son lieu de vie le mode de vie « <i>écolo</i> » est en fait la norme. Sa famille avait énormément d'arbre fruitier, de légumes et compostait. Elle nous explique que sa prise de conscience sur comment consommer (et notamment le fait d'être végétarienne) s'est faite « <i>tard</i> », vers 19 ans. Elle aimerait bien composter sur son lieu de vie mais sa résidence n'a pas voulu donc elle envisage d'avoir un composteur d'appartement.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Faire un menu.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'enquêtée nous explique qu'elle ne s'organise pas et que ça relève plus de l'improvisation. Le couple va planifier 2/3 repas et acheter pleins de choses pour pouvoir improviser des recettes. Son compagnon va faire plus de fois les courses mais quand l'enquêtée y va, elle va

		faire de plus grosses courses pour planifier plus de repas. L'enquêtée va vérifier tous les stocks avant d'aller faire les courses mais pas son compagnon, ce dernier vérifie éventuellement le réfrigérateur mais pas le reste.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Plusieurs fois par semaine.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	À pied. Déplacement spécifique.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	10/15 min.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Commander des To Good To Go pour éviter le gaspillage dans la restauration. Acheter les bonnes quantités.
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bio c'bon</li> <li>- Casino</li> <li>- Ferme attitude = en train d'instaurer cette habitude</li> <li>- Ceci Cela = vrac</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'un ou l'autre, ou en couple.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Le couple va prendre les 2/3 repas choisis à l'avance et compléter avec des aliments, selon leurs envies, afin de pouvoir improviser d'autres repas.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêtée(e)	
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Selon le produit et le fait qu'elle va le manger plus ou moins vite elle va aller chercher une date plus longue, cependant elle évite car elle sait que ça risque de provoquer du gaspillage dans le magasin. Elle va notamment le faire pour des produits frais, et elle le faisait pour la viande avant de devenir végétarienne.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Pas de grosses logiques de stocks, mais elle va privilégier le gros contenant, pour les pâtes par exemple, afin de ne produire qu'un déchet au lieu de 2/3.

STOCKAGE		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Ne pas faire trop attention aux dates. Congeler et consommer les produits.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Rangement des produits frais rapide afin que le réfrigérateur ne doive pas consommer trop d'énergie pour refroidir les produits. Il va être rangé par zones de froid et en séparant sucré et salé. Le reste est rangé par grandes catégories. Elle essaye de mettre ce qui se périmé en premier devant mais pas son compagnon : <i>« C'est fou c'est tellement moi qui pense à des trucs »</i> .
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Va congeler des fruits et légumes que sa mère et sa grand-mère lui donnent afin de devoir les garder plus longtemps. Autrement ça va être des produits achetés déjà congelés. Elle nous raconte qu'une fois son compagnon a congelé du pain et qu'elle a <i>« trouvé ça très bizarre »</i> , mais ce n'est pas une habitude.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêtée ne connaît pas la signification de DLC et DDM. Cependant elle connaît la différence entre ces deux types de dates. Sans vraiment connaître le fonctionnement de ce système elle a toujours traité différemment les produits sans savoir que c'était des DLC et DDM.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêtée pense que c'est important que les dates soient là, mais qu'il ne faut pas seulement se fier aux dates et tester un peu plus : <i>« On devrait tous être un peu plus testeurs, ce n'est pas grave si on peut plus le manger, tu ne vas pas mourir »</i> .  Elle va accorder une attention particulière aux produits d'origine animale.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	L'enquêtée complète le système de dates avec ses sens. Si vraiment elle a un trop gros doute elle ne mange pas le produit : <i>« Je ne mange pas ça, je vais mourir »</i> . Son compagnon va faire beaucoup plus attention car il a déjà eu une intoxication alimentaire et il va donc suivre scrupuleusement les dates et l'enquêtée va manger les produits que son compagnon ne mange pas. En cas de doute elle va cuire davantage son aliment.

<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	C'est son compagnon qui va faire la cuisine car il aime cela. Il peut arriver qu'elle l'aide pour des repas longs à préparer.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Pas vraiment de logiques d'anticipation, uniquement pour leur « <i>gamelle</i> » le midi.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Apprendre à connaître sa faim.
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Dans le canapé en regardant des écrans et en discutant. Il leur arrive de recevoir des personnes chez eux.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Les enquêtés ont du mal à juger des quantités. Il leur arrive de ne pas cuisiner assez ou de trop cuisiner, et ça créer des restes.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Il leur arrive de commander. Lorsqu'ils sont à l'école l'enquêtée va s'amener son propre repas alors que son compagnon va plus avoir tendance à manger à l'extérieur avec ses amis. C'est occasionnel et autant prévu qu'imprévu.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Composter. Donner les restes à d'autres personnes. Avoir des tupperwares.
Débarassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Il leur arrive de ne pas débarrasser tout de suite la table basse et de le faire le lendemain.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les restes sont généralement imprévus et mangés le lendemain. Cependant parfois il y a des imprévus et certains restes se perdent. Ils sont mangés tels quels et parfois accommodés.

Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Le fait qu'il y ait des restes évite de devoir penser à quoi cuisiner, cependant elle préférerait réussir à cuisiner les justes quantités. Ça ne gêne pas l'enquêtée de manger les restes d'une autre personne du moment qu'elle a mangé avec elle et qu'elle a vu comment ça a été mangé, car la salive pourrait la déranger.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« Jeter, quelle que soit la nourriture, sauf si elle est vraiment pourrie de ouf, non en fait non. C'est jeter la nourriture qui peut être encore utilisée quelle que soit la fin, que ce soit la donner à des personnes qui ont besoin, que ce soit la garder pour toi le lendemain, que ce soit la composter ou la donner à tes animaux, c'est jeter la nourriture qui peut être encore utilisée pour quelque chose, jeté à la poubelle et ce n'est pas trié, alors que tu peux faire du compost ou le manger. Mais pour moi c'est vraiment ça le gaspillage, ne pas utiliser tout ce que tu peux réutiliser et le jeter. »  Pour l'enquêtée le fait de composter n'est pas du gaspillage et c'est au contraire très important car « rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme », c'est de la revalorisation. Il en va de même pour le fait de donner aux animaux.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	Plusieurs tonnes pour un foyer. Et elle pense être dans ces zones-là.  Quand on lui donne le bon chiffre elle trouve que c'est bien et qu'elle diabolise vraiment cela. Elle pense être dans cette moyenne.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le fait de pas avoir de compost et d'animaux</li> <li>- Le manque d'attention et le fait de l'oublier, de reporter à plus tard</li> <li>- Des imprévus</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Avoir un compost, un animal ou faire plus attention car quand quelque chose change dans son organisation elle va avoir tendance à oublier certaines choses, dont la gestion du réfrigérateur.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	L'enquêté va être sensible au thème pour des raisons écologiques mais également éthiques, bien qu'elle trouve ces dernières assez hypocrites.



		<p>Elle pense être sensible, mais elle parle plus de la manière de consommer que de la gestion des restes ou du gaspillage.</p> <p>L'enquêtée pense que son compagnon est moins sensible qu'elle à la question du gaspillage.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>Elle a été très sensibilisée par le biais de sa famille et du fait de ses valeurs personnelles.</p> <p><i>« Il y a toujours eu ce truc de responsabilité, de il faut que tu fasses attention, il faut qu'on fasse attention de manière générale, du coup ouais je pense que c'est plus de quand j'étais petite, après je l'ai conscientisé et j'ai compris que c'était hyper important beaucoup plus tard, mais cette espèce de reflexe de il faut garder les restes et ne pas gaspiller c'est depuis que je suis toute petite. »</i></p>
TEMPS OFF		
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		<p>Pendant que nous étions en train de faire l'entretien le compagnon de l'enquêtée nous a rejoint et devait partir faire les courses, nous avons donc pu assister en direct à une discussion entre le couple afin de construire la décision d'achat :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>« Tu veux quoi aux courses ?</i></li> <li>- <i>Je ne sais pas, petit déjeuner.</i></li> <li>- <i>Oui mais ça veut dire quoi petit déjeuner ? De la gâche ou pain au lait ?</i></li> <li>- <i>De la gâche.</i></li> <li>- <i>Et tu veux manger quoi ce soir par exemple ?</i></li> <li>- <i>Je ne sais pas, je n'ai pas faim donc je ne sais pas. (En parlant à l'enquêtrice)</i></li> <li><i>Réponse basique c'est ce que je disais, c'est vraiment super difficile de savoir quoi manger.</i></li> <li>- <i>Je prendrais des raviolis écoute.</i></li> <li>- <i>OUI, j'ai toujours envie de raviolis, j'aime trop les raviolis. À la tomate ou au pesto ?</i></li> <li>- <i>Je peux prendre un paquet tomate et un paquet pesto [...] »</i></li> </ul>

Enquêtée n° 15

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, 30 ans, mariée, une fille de 6 mois, congé maternité. 1 chat.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	L'alimentation n'a pas été une chose facile car elle ne voulait pas manger à table et de manière générale il n'y avait pas une « <i>culture familiale culinaire forte</i> » et donc l'alimentation ne l'intéressait pas. Toutefois lors d'un événement, la famille allait sortir au restaurant, donc la convivialité tournait tout de même autour de l'alimentation. Chez ses grands-parents maternels les repas étaient « <i>pénibles</i> » car ayant un petit appétit tout le monde vérifiait qu'elle finisse bien son assiette et ce n'était pas agréable comme moment pour l'enquêtée. Avec du recul l'enquêtée pense qu'elle n'aimait pas être à table. Aujourd'hui elle nous raconte qu'elle essaye « <i>de s'y mettre</i> » mais qu'elle a du mal à improviser et qu'il lui faut un menu, et que c'est avec son mari qu'elle a vraiment commencé à cuisiner.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêtée est sensible au thème de l'écologie depuis quelques années, du fait d'engagements associatifs personnels.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	C'est un sujet de discorde dans le foyer car son mari arrive à improviser alors que l'enquêtée pas du tout. Si c'est l'enquêtée qui se charge de la décision elle va prendre une fiche avec les fruits et légumes de saison qu'elle a sur son réfrigérateur, en choisir quelques-uns, regarder ce qui lui reste dans ses stocks, chercher des recettes sur internet et faire une liste par rayon. Son mari aura plus tendance à aller au magasin et improviser des recettes une fois sur place.

<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Une fois par semaine.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	À pied.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	L'enquêtée essaye de penser à prendre ses propres sacs cependant depuis sa grossesse elle a de gros trous de mémoire et c'est le genre de chose qu'elle oublie.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Prévoir les quantités et s'organiser.
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ferme attitude</li> <li>- Lidl</li> <li>- Marché : pour les légumes</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	En couple ou le mari de l'enquêtée seul car cette dernière n'aime pas faire les courses, elle a besoin d'avoir de la visibilité et elle n'aime pas les rayons hauts.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	Par rayons car la liste a déjà été rangée de la sorte.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	Fréquente le rayon dates courtes, avec un attrait pour l'aspect économique.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Avant l'enquêtée allait chercher une date plus longue pour le frais mais elle nous dit qu'aujourd'hui elle ne le fait plus du tout.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Logiques de stocks sur le sec depuis leur déménagement qui leur a permis un gain de place.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Aider les foyers à bien ranger leur réfrigérateur.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Sur le tapis de la caisse l'enquêtée va trier le sec et le frais dans ses sacs pour ranger rapidement le frais une fois rentrée. Elle va ranger par catégorie dans la cuisine et dans un cellier attenant à la cuisine.

		<p>Certains produits sont dans des boîtes hermétiques car l'enquêtée a eu des problèmes de mites alimentaires.</p> <p>Elle essaye de séparer dans le réfrigérateur ce qui doit être mangé rapidement, cependant ça ne dure pas longtemps. Elle est également en train d'essayer de comprendre comment fonctionne les différentes zones de froid avec une feuille explicative qu'elle s'est imprimée car c'est une habitude qu'elle aimerait mettre en place.</p> <p>Elle ne trie pas le sec par date car elle nous explique avoir de la visibilité et savoir ce qui est entamé ou pas.</p>
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	<p>L'enquêtée achète des produits surgelés pour anticiper les fois où elle ne saura pas ou n'aura pas envie de faire à manger. L'enquêtée se sert du congélateur pour conserver de la viande ou des produits qui vont se perdre.</p> <p>Fut un temps, l'enquêtée tirait son lait et le congelait pour sa fille.</p>
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	<p>L'enquêtée connaît la signification de DLC mais pas de DDM cependant elle connaît DLUO (ancienne DDM), donc l'enquêtée connaît la différence entre les deux.</p>
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	<p>L'enquêtée pense qu'elles sont utiles pour la viande mais que pour d'autres produits c'est absurde. Elle ne va pas vraiment se fier aux dates, notamment pour la DDM, et accorder plus d'importance à ses sens.</p> <p>Avec la viande et le poisson elle va tout de même y accorder une plus grande attention : <i>« Et mon père ça arrive qu'il arrive ici le lundi midi et qu'il me ramène du steak haché qui va périmer dans la journée et ça par contre je vais le congeler tout de suite. Ça ma mère nous a toujours dit de faire gaffe avec la viande comme ça. Tu vois, même vis-à-vis du bébé elle est un peu inquiète. Tu vois le steak haché plusieurs fois elle m'a appelé pour me dire oui papa m'a dit qu'il t'avait amené du steak, elle me dit soit tu le mange toute de suite soit tu le jettes, mais ne tente pas le diable quoi ».</i></p> <p>Avec le bébé son mari aura plus tendance à être scrupuleux alors que l'enquêtée du moment qu'elle considère que le produit est bon pour elle il le sera aussi pour son bébé.</p>
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est	<p>L'enquêtée étant sensible au thème, elle va se servir de ses sens afin de compléter le système</p>

	complété par l'utilisation des sens	<p>de dates : « <i>Je me rappelle qu'ado ma mère nous avait déjà expliqué. On était quand même assez sensible, je ne sais pas si j'ai dit le contraire tout à l'heure, mais on sait que dans la grande distribution on jette quand même beaucoup. Donc ça quand même j'avais été vraiment sensibilisée quand je faisais mon service civique mais déjà je sais que ma mère m'en avait parlé du fait qu'on jetait beaucoup les produits inutilement. Et que par exemple un yaourt... Moi je dirais qu'il y a une DLUO sur un yaourt mais je ne suis pas sûre... Mais moi un yaourt par exemple je sais que même s'il est périmé depuis un mois je vais l'ouvrir et je vais le sentir</i> ».</p> <p>Si un aliment n'inspire pas confiance à l'enquêtée elle préfère ne pas le manger plutôt que d'être malade : « <i>Enfin maintenant je ne me force pas à finir, je ne finirais pas un truc quitte à me rendre malade. Je préfère voilà. C'est vrai que c'est du gaspillage mais je me dis qu'après tout si ça passe par mon estomac et qu'après je suis malade... je préfère que ça parte directement à la poubelle</i> ».</p>
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	<p>L'enquêtée s'occupe de préparer le repas du midi mais généralement c'est plutôt son mari qui s'occupe de cuisiner car il est plus spontané et donc ça prend moins de temps. Toutefois ça va être par période.</p> <p>L'enquêtée nous raconte qu'elle est assez susceptible donc si son mari n'aime pas ce qu'elle cuisine ça la vexé, et parfois son mari va aimer ce qu'elle a préparé mais décider qu'il souhaite manger autre chose et va donc se préparer un autre repas.</p>
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	<p>Pas vraiment de logiques d'anticipation, cependant l'enquêtée aimerait mettre cela en place en prenant le réflexe de doubler les portions afin d'avoir toujours des restes d'avance dans le réfrigérateur.</p> <p>Le couple applique cependant une logique d'anticipation pour les repas de leur fille qui commence à manger de la purée.</p>

REPAS		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Table de la cuisine, ensemble et sans activités annexes car l'enquêtée aime bien profiter de ce moment pour discuter. Elle trouve d'ailleurs le repas trop bref mais sais que son mari est fatigué et donc elle ne négocie pas trop.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Bien qu'il n'y ait pas de logiques d'anticipation, l'enquêtée nous dit qu'il y a souvent des restes.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Il n'y a pas beaucoup de ruptures de routines, mais 1 à 2 fois par mois ils vont accueillir des invités.
GESTION DES RESTES		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Parfois quand le mari de l'enquêtée a fini son repas il va quitter la table et aller fumer sur le balcon et en revenant il n'a parfois pas envie de débarrasser. Mais généralement le débarrassage se fait après le repas et ensemble.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les restes sont soit remis dans la casserole soit dans un tupperware puis rangés au réfrigérateur. Il arrive que le couple oublie de mettre la casserole au réfrigérateur. Les restes vont être mangés tels quels ou accommodés. Parfois les restes sont donnés au chat.  Pour les restes de sa fille, l'enquêtée va plutôt avoir tendance à les jeter car elle nous explique que même sur le lait maternisé il y a une phrase disant « <i>jeter tout reste de biberon sans hésiter</i> » car la flore intestinale des bébés est plus fragile.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Elle nous explique qu'avant elle avait une relation anxieuse mais que ça va mieux : « <i>Je dirais que j'avais une relation un peu anxieuse avant, parce que pour moi c'était hyper grave de gaspiller, on m'a quand même un peu</i>

		<p><i>transmis ça. Et maintenant c'est plus relax parce que... Enfin ça me fait toujours mal au cœur de jeter de la nourriture mais je sais plus où j'ai lu ça mais que je le mange ou que je le jette à la poubelle ça finira au même endroit et donc autant que ça fasse pas mal par là où ça passe. Enfin je me dis plutôt que de manger un truc qui ne me fait pas envie et qui ne va pas me faire du bien, bah autant le jeter tout de suite sans que mon corps ait à le traiter et que je passe une mauvaise nuit et voilà ».</i></p> <p>L'enquêtée nous dit que ça ne la gêne pas de manger les restes de sa famille mais pas plus. Ça va également dépendre des aliments : elle nous dit avoir du mal avec la viande mais pas avec la pizza par exemple. De manière générale elle ne semble pas totalement à l'aise avec le fait de manger les restes et va notamment jeter les restes dans l'assiette d'un invité.</p> <p>Le regard des autres va également jouer : « <i>Un peu parce que ça ne me fait pas envie et aussi un peu pour ne pas les choquer eux aussi</i> ».</p>
--	--	---

## GASPILLAGE ALIMENTAIRE

<p>Définition du gaspillage</p>	<p>Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage</p>	<p><i>« Alors moi j'avoue que gaspillage alimentaire je pense d'abord à ce que fait la grande distribution, parce que je me dis que c'est à une échelle telle. Parce que mon père... Puis j'ai vu des reportages et j'ai des copains qui sont assez engagés qui vont fouiller les poubelles. Donc c'est des quantités monumentales de nourriture qui sont jetées juste parce qu'il y a une date, pour des normes sanitaires. Et après ouais c'est quand même ce qu'on fait à la maison, les gestes de la maison. Après moi j'avoue que mon foyer on ne s'en sort pas trop mal. Par exemple pour avoir vécu en Algérie, le Ramadan c'est une période de fête où on fait beaucoup à manger et les gens jettent beaucoup. Parce qu'on fait de grandes quantités et beaucoup de fritures, et c'est des trucs que tu ne peux pas garder. Une friture tu ne le ressers pas le lendemain, le lendemain il va être mou et les gens ne vont pas aimer au Ramadan c'est important de bien manger. Ou alors la friture elle va avoir tourné et là oui, là j'ai constaté énormément de gaspillage alimentaire quoi. On va jeter des assiettes</i></p>
---------------------------------	---	---

		<p>entières de nourritures et tous les jours pendant un mois quoi. Pour moi le gaspillage alimentaire c'est quand c'est quand même des proportions grosses. Moi je n'aime pas vraiment faire ça chez moi, et que c'est des gestes que j'aimerais bien acquérir, MAIS ouais pour moi le gaspillage alimentaire c'est... Quand j'y pense c'est un truc grosse échelle et absurde et énorme. »</p> <p>Donc pour l'enquêtée le gaspillage va être une question de quantités.</p> <p>Pour l'enquêtée le fait de donner des restes aux animaux ou de composter n'est pas du gaspillage.</p>
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	<p>150 kg.</p> <p>Une fois lui avoir donné les chiffres elle pense être un peu au-dessus de la moyenne nationale, notamment depuis que sa fille est là.</p>
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'organisation et le fait de vérifier ce qu'il y a et de mieux planifier</li> <li>- Vouloir trop diversifier</li> <li>- Avoir trop de stocks</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	L'enquêtée nous explique gaspiller des aliments qu'elle va oublier. (Le schéma de température du réfrigérateur.)
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>Le levier écologique.</p> <p>Au début avec son mari l'enquêtée gaspillait beaucoup, et « ça l'affolait », son mari ne trouvait pas ça grave au début et puis finalement le couple s'est organisé de manière à limiter ce gaspillage.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	Socialisation primaire : « Mes parents ils avaient reçu une éducation on finit son assiette. Donc moi aussi je mangeais peu donc j'avais le droit de me servir peu pour voilà. Et puis on mange souvent les restes, mon père finissait nos assiettes et tout, donc on avait peu de déchets du repas en tout cas. [...] Mais jusqu'à maintenant mon père il peut manger un truc qui ne lui fait pas envie juste pour pas le jeter. Je vois mes parents qui des fois se font, pas violence, mais se font pas plaisir à finir un truc pour pas le jeter quoi. Et moi ça je n'ai pas trop ça quand même non plus ».



		De par son engagement de service civique où elle a vu des manières de fonctionner d'autres pays et rencontré diverses personnes qui l'ont beaucoup inspirée.
TEMPS OFF		L'enquêtée pense que ce n'est pas à l'arrivée de l'enfant que l'on peut instaurer de nouvelles habitudes car il y a déjà tellement de changements, de choses à faire et de fatigue que c'est difficile de mettre en place une habitude totalement nouvelle, de surmonter les obstacles et de s'y tenir. Il faut également que les différents membres du foyer soient impliqués.
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		L'enquêtée utilise l'application Yuka et est assez attachée à la composition de ses produits.

### Enquête n° 16

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 35 ans, préparateur de commande en drive, mariée, deux enfants.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Pour l'enquêté la nourriture renvoie à des choses positives et des moments de convivialité et de partage. Il était compliqué étant petit mais il appréciait tout de même les moments du repas. Aujourd'hui il mange de tout. L'enquêté a grandi à la campagne, son père était agriculteur et il mangeait beaucoup de produits frais et autoproduits.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	Ses parents n'avaient pas forcément de sensibilité écologique, c'était de l'agriculture conventionnelle. Il n'y avait pas de compost ou de tri, ce n'était pas une priorité. Aujourd'hui l'enquêté dit être écolo dans l'idée mais pas forcément en pratique. Plus jeune il était altermondialiste, donc il est tout de même sensibilisé et c'est un sujet qu'il a à cœur. Le foyer est tout de même en train de mettre en place de nouvelles habitudes, notamment impulsées par la femme de l'enquêté ces 6 derniers mois (pour des raisons économiques et écologiques). Le foyer pense faire à la hauteur de ses moyens et il aimerait « <i>inculquer ça à ses enfants</i> ».

<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'organisation va dépendre car avec l'arrivée des enfants ça a été variable. Depuis un mois la femme de l'enquêté essaye de s'organiser afin de planifier des repas à la semaine, de faire la liste de courses en conséquence.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Une fois par semaine + petites courses pour ce qui se perd. Cette logique a été mise en place car la femme de l'enquêté se rendait compte qu'il y avait du gaspillage sur certains produits (notamment frais et légumes).
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	Voiture. En rentrant du travail pour les petites courses, autrement déplacement spécifique.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	20 minutes.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drive : depuis qu'il y a les enfants le foyer pour un gain de temps et pour petites courses d'appoint sur les produits périssables</li> <li>- Carrefour</li> <li>- Picard</li> <li>- Commerces de quartier</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	Une seule des deux personnes : l'enquêté s'occupe davantage de récupérer les petites courses en rentrant du travail tandis que sa femme va planifier et s'occuper des grosses courses.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	L'enquêté fréquente le rayon promotion afin de faire des stocks.

Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Ne regarde jamais les DLC et prend toujours le premier produit, l'enquêté nous dit faire concrètement ça pour l'écologie.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Logiques de stocks sur le sec.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Généralement c'est la femme de l'enquêté qui s'en occupe. Il enlève tous les emballages des produits frais. Dans la cuisine et du stock à la cave. Dans certains placards profonds ça leur est arrivé de jeter des trucs car c'était au fond et qu'il ne l'avait pas vu. Rangement du frais avec ce qui est plus ancien devant.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Pour des produits achetés déjà surgelés. Il leur arrive de congeler des plats qu'ils ont eux même préparés ou pour des aliments qui vont se perdre. Parfois le foyer va acheter des promotions de viande et la congeler.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquête connaît la signification de DLC mais pas de DDM, et a du mal à nous expliquer la différence.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêté pense que ce système est plus pour l'industrie que pour les particuliers, et que ça créé du gaspillage.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	L'enquêté à tendance à se dire qu'il mangerait un produit une fois que sa DLC est passée mais pas un produit avec une DDM dépassée, il considère lui-même que ce n'est pas logique. Si l'enquêté mangerait un produit périmé, il ne le donnerait pas pour autant à ses filles car il ne veut pas prendre de risque, il ne veut pas que « elle elle ait un soucis ». Il va compléter le système de dates par ses sens. Sa femme a eu une intoxication alimentaire lorsqu'elle était enceinte, elle a été hospitalisée et aujourd'hui elle est beaucoup plus vigilante car elle a eu vraiment peur. Elle va alors se servir des sens de son mari lorsqu'elle a un doute.

<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	C'est la femme de l'enquêté qui prend en charge la préparation culinaire pour des raisons de contraintes professionnelles, mais l'enquêté apprécie le fait de cuisiner. Il nous dit qu'il apprécie le fait de cuisiner du salé et sa femme de cuisiner du sucré.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Logiques d'anticipation pour des moments où ils ne pourront pas avoir le temps de cuisiner.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas se prend autour de la table de la cuisine.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Le plat n'est généralement pas portionné, il y en a suffisamment pour se resservir ou pour préparer le repas à emporter de l'enquêté le lendemain midi.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	L'enquêté va manger le midi au travail en s'amenant des restes. Parfois quelques restaurants à deux mais avec les enfants ce n'est pas évident. Ils accueillent parfois des gens chez eux, avant les enfants c'était toutes les semaines, depuis les filles c'est toutes les deux semaines.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage se fait tout de suite après le repas, et c'est l'un ou l'autre membre du couple qui s'en charge.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation,	S'il y a des restes dans une assiette c'est rare mais « ça part à la poubelle ». Parfois c'est congelé, autrement ça va être dans un tupperware.

	accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	L'enquêté aime bien que les assiettes soient finies et il peut « <i>avoir assez peu de scrupules</i> » à jeter à la poubelle pour des raisons de temps, mais il préfère que ce soit mangé pendant le repas. Ça ne dérange pas l'enquêté de manger les restes de sa famille mais pas ceux d'autres personnes.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« <i>Bah je ne supporte pas quand j'achète quelque chose, et plus il est cher et plus ça m'insupporte, d'acheter un aliment et finalement me rendre compte que oh bah mince on ne l'a pas mangé, et il est périmé, et il faut le jeter. Encore dans son emballage quoi. C'est vraiment le principe de j'achète quelque chose et juste pour pleins de raisons, j'oublie, je n'ai pas le temps, je ne le prépare pas, et une semaine après j'ouvre le frigo et ce produit là il est périmé.</i> »  Pour l'enquêté le fait de donner des restes aux animaux et composter ce n'est pas vraiment du gaspillage.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	80 kg pour son foyer.  En ayant le bon chiffre il pense être un peu au-dessus de 20 kg.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le manque d'organisation par exemple avec l'arrivée des enfants</li> <li>- Le fait de ne pas faire attention</li> <li>- Acheter en trop grosses quantités</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	C'est souvent des légumes qui sont gaspillés. Manque de temps et d'infrastructures pour mettre en place des logiques plus écologiques.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	Les leviers écologiques et économiques.
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	L'enquêté a fait une année d'étude de théologie à Genève et afin de se nourrir, les pensionnaires préparaient leur repas à partir d'inventés de magasins. C'est là-bas qu'il a connu les pratiques de compostage.  Analyse de leurs propres pratiques avec le fait d'ajouter des petites courses d'appoint pour les produits périssables par exemple.

TEMPS OFF	
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES	<p>Intervention de la femme de l'enquêté qui est arrivée une fois l'entretien commencé et qui complétait les propos de l'enquêté parfois. Par ailleurs son bébé est aussi arrivé et il a pleuré sur la fin de l'entretien.</p> <p>L'enquêté s'est senti mal pendant l'entretien et nous n'avons donc pas pu approfondir certains points.</p>

### Enquêtée n° 17

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Femme, environ 70 ans, avec son compagnon actuel depuis 33 ans, retraitée des métiers de l'enseignement, 3 enfants d'un précédent mariage. 1 chat.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Quand elle était petite il n'y avait pas un bon climat familial ce qui fait que les moments du repas ne sont pas forcément rattachés à des souvenirs heureux.
Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêtée à une forte sensibilité écologique, elle met en place diverses pratiques écologiques et essaye de sensibiliser son entourage aux questions environnementales. Quand elle était jeune le fait d'avoir des pratiques aujourd'hui considérées comme écologiques était naturel. La mère de l'enquêtée faisait le jardin et elle cuisinait beaucoup. Aujourd'hui l'enquêtée a également son propre jardin, elle composte, consomme des produits biologiques et locaux, essaye de se rapprocher d'un mode de vie zéro déchet, etc.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'enquêtée s'occupe de l'alimentation et s'organise en faisant des listes, dès qu'un produit est fini elle le rajoute dans sa liste. Elle divise ses différentes listes de courses selon les différents magasins. Elle ne veut pas aller « <i>le nez au vent dans des supermarchés</i> » et

		c'est pour cette raison qu'elle s'organise et qu'elle apprécie le gain de temps permit par le drive.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	Une fois par semaine + de petites courses d'appoint pour les produits périssables.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	En voiture, lors d'un déplacement spécifique.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	10/20 minutes.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La ruche qui dit oui : producteurs locaux</li> <li>- Lidl : bio</li> <li>- Drive : afin de compléter</li> <li>- Jardin avec de l'autoproduction</li> <li>- Ethique verte : vrac</li> </ul>
Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	L'enquêtée s'occupe seule d'aller faire les courses cependant son mari se charge d'aller récupérer de petites courses d'appoint lors de ses promenades quotidiennes. Dans la cuisine et stock dans le garage.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	L'enquêtée prend le premier article sur la gondole, elle ne cherche pas de date plus longue mais va plutôt regarder la composition.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	Pas de logique de stocks, l'enquêtée garde seulement un produit d'avance pour quelques produits tels que la farine.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	

Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	L'enquêtée range les produits secs dans des bouteilles en plastiques pour éviter qu'il n'y ait des insectes.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Pour des produits achetés surgelés ou des préparations que l'enquêtée aurait faites, y compris des préparations qu'elle prépare elle-même pour son chat. L'enquêtée va également se servir de la congélation afin de rallonger la durée de vie des aliments.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêtée connaît la signification de DLC et pas de DDM. Elle connaît toutefois la différence entre les deux.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêtée nous dit qu'elle n'accorde pas du tout d'importance aux dates, elle en a même une opinion assez négative et pense que c'est pour faire vendre.
Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Elle ne regarde pas du tout les dates et se sert de ses sens. Elle ne va pas servir un produit périmé à ses invités car elle ne veut pas être accusée cependant elle n'aurait pas de soucis à le manger.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	L'enquêtée nous dit acheter des produits bruts et les cuisiner elle-même car elle aime ça, elle a de nombreux livres de recettes et aime recevoir. L'enquêtée suit une certaine logique : en entrée crudités avec parfois une sardine ou foie de morue pour les oméga 3, puis légumes, céréales et légumineuses, et un bout de fromage pour le dessert. Les fruits vont être mangés pour le petit-déjeuner et au goûter. Le foyer ne mange presque plus de viande.
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Des logiques d'anticipation afin de pas avoir à cuisiner certains jours.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	



Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas se déroule à heure fixe.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	L'enquêtrice cuisine de plus grosses portions afin qu'il y ait des restes et ne pas avoir à cuisiner.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Lorsqu'elle reçoit des invités elle a un cahier dans lequel elle note ce qu'elle leur a préparé afin de ne pas préparer deux fois la même chose.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les restes sont consommés et ne sont jamais jetés car ils sont « <i>pour un gaspillage minimum</i> ».
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Le couple dit avoir un rapport assez détendu aux restes mais ils ne mangeraient pas les restes d'une autre personne, ils vont les jeter, et bien que cela soit rare car ils « <i>grognent</i> », l'enquêtrice nous dit que « <i>ça lui fait mal au cœur</i> », et elle insiste sur ce fait.  L'enquêtrice nous explique que ça l'offusque que ses petits enfants ne soient pas capables de terminer leurs assiettes et de bien « <i>nettoyer, saucer</i> » leur assiette : « <i>C'est un manque de respect</i> ».
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« <i>C'est jeter un aliment et jeter des restes encore bons. C'est des aliments qui seraient consommables et qu'on jette.</i> »

		L'enquêtée ne considère pas le fait de donner des restes aux animaux et de composter comme du gaspillage.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	Moins de 5 kg pour son foyer, 24 kg pour la moyenne.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisation</li> <li>- Acheter les justes quantités</li> <li>- Éducation</li> <li>- Inconscience</li> <li>- La société de consommation</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Le foyer pense vraiment déjà tout faire pour ne pas gaspiller, il est très sensibilisé et s'organise de manière à ne pas gaspiller.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>Ce sont les leviers écologiques qui vont avoir le plus d'impact sur l'enquêtée.</p> <p><i>« Ce n'est pas normal qu'il y ait du gaspillage, s'il y a du gaspillage c'est que c'est la société qui ne va pas ».</i></p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>L'enquêtée a été sensibilisée de par son éducation et de par ses recherches du fait de ses engagements écologiques.</p> <p><i>« Chez nous on n'avait pas beaucoup de moyens donc c'était normal de ne pas gaspiller. »</i></p> <p>L'enquêtée pense que ça doit passer par l'éducation et l'école.</p>
TEMPS OFF		
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		
		Le mari de l'enquêtée est resté avec nous durant l'entretien et a parfois participé.

### Enquête n° 18

THÈME	OBJECTIF	COMMENTAIRE ET VERBATIM
<b>PRÉSENTATION</b>		
Présentation générale	Identifier le profil de la personne (âge, profession, composition du foyer)	Homme, 23 ans, étudiant en master de chimie, vit avec sa compagne depuis 4 ans.
Rapport à l'alimentation	Comprendre si ce rapport est positif ou négatif	Pour l'enquêté c'est important de manger, il aime manger et rattache cela au plaisir, notamment lorsque le repas est pris dans la commensalité. De manière générale il n'aime pas cuisiner et considère cela comme une corvée.

Engagement écologique	Identifier les pratiques que l'enquêté(e) relie à l'engagement écologique	L'enquêté ne pense pas avoir une sensibilité écologique. Il est conscient des thématiques mais ne met pas encore de choses en place au sein de son foyer, il nous dit juste trier ses déchets mais ne pas avoir une démarche zéro déchet par exemple.
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Faire une liste de repas et laisser des trous pour d'éventuels imprévus.
Planification du repas	Tracer l'itinéraire et saisir les motifs de cette routine	L'enquêté et sa compagne s'occupent ensemble de planifier un menu pour la semaine selon leurs envies et les offres promotionnelles du moment. Ils ont également une liste papier qu'ils alimentent au fil de la semaine lorsqu'ils se rendent compte qu'il leur manque des produits. Ils leur arrivent de construire leur menu en fonction de leur stock, autrement de manière générale ils vérifient ces derniers au moment de passer leur commande sur l'application. L'enquêté nous explique laisser quelques trous dans le menu afin de ne pas gaspiller s'il y a des imprévus dans leur semaine. C'est sa compagne qui a mis en place l'idée de faire un menu.
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>		
Fréquence	Tracer l'itinéraire	1 fois par semaine dans le drive dans lequel ils travaillent.
Mode de déplacement	Tracer l'itinéraire et voir l'impact du mode de déplacement sur les pratiques	À pied ou en vélo. En rentrant du travail ou en mutualisant d'autres déplacements.
Temps de trajet	Questionner la chaîne du froid et l'impact du tissu commercial sur les pratiques	15/20 minutes.
<b>ACTE D'ACHAT</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Aller en drive afin de ne pas faire trop d'écarts car on est moins tenté. Prendre une date plus longue.
Lieux d'achat	Tracer l'itinéraire et comprendre s'il y a une multiplication des lieux d'achat afin de répondre à des logiques différentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leclerc Drive</li> <li>- Primeur : pour les fruits et légumes</li> <li>- Casino de quartier : courses d'appoint ou produits manquants au drive + poisson</li> <li>- Petits commerces de quartiers (boulangerie, fromager, boucherie, caviste, boutique italienne) : pour se faire de petits plaisirs</li> </ul>

Personnes présentes lors des achats	Identifier si des influences extérieures peuvent jouer sur les décisions d'achat	Le couple fait les courses ensemble sur l'application mobile mais l'enquêté va aller récupérer les courses physiquement tandis que sa compagne va aller acheter les fruits et légumes chez le primeur.
Déplacement à l'intérieur du lieu d'achat	Tracer l'itinéraire et sonder les pratiques (rayons fréquentés, respect de la liste des courses, achats plaisirs, chaîne du froid)	L'enquêté va d'abord aller dans le rayon promotions puis prendre les ingrédients pour chaque recette en suivant le menu. Pour finir ajout de yaourts ou de sucreries selon le budget qu'il reste.
Fréquentation des rayons promotion et dates courtes	Compléter notre compréhension des logiques d'achat de l'enquêté(e)	L'enquêté fréquente l'onglet promotions de son application mobile et construit son menu de la semaine en fonction. L'enquêté achète des produits à dates courtes pour se faire de petits plaisirs.
Choix de l'article	Questionner l'importance accordée aux dates de péremption	Lorsqu'il va physiquement dans un magasin, l'enquêté va regarder la date, s'il pense pouvoir le manger dans ce délai il prend le premier produit autrement il va en prendre un derrière.
Logiques de stocks	Comprendre les logiques d'approvisionnement	L'enquêté applique des logiques de stocks sur le sec ou sur de la viande qui sera surgelé.
<b>STOCKAGE</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Ranger par dates. Ranger par température dans le réfrigérateur.
Organisation du rangement	Avoir accès aux lieux de stockage et aux logiques de rangement	Par catégories dans la cuisine. Du stock dans le couloir ou dans la cave. Dans le réfrigérateur les produits sont rangés par DLC. C'est également rangé par grande catégories car c'est plus pratique pour l'enquêté de chercher un produit et il nous dit ranger un peu par température car sa compagne lui a dit de faire ainsi.
Utilisation du congélateur	Savoir s'il s'agit d'un appareil utilisé afin de conserver plus longtemps un aliment	Pour des produits achetés déjà congelés, des plats ou des sauces préparés par le couple, des herbes, de la viande en la portionnant ou divers autres produits afin de les conserver plus longtemps.
Différence DLC / DDM	Analyser le niveau de connaissance de l'enquêté(e) sur le sujet des dates	L'enquêté connaît la signification de DLC et de DDM, ainsi que de DLUO, il connaît également la différence entre ces deux types de dates. Il l'a connu par le biais de son travail et de sa compagne.
Importance accordée au système de date	Identifier si l'enquêté(e) est plutôt craintif vis-à-vis d'un aliment périmé et si cela est pareil pour tous les aliments (viande ++)	L'enquêté va accorder une plus grande importance aux DLC qu'aux DDM, cependant il va surtout se servir de ses sens.

Comestibilité d'un aliment	Comprendre si le système de date de péremption est complété par l'utilisation des sens	Le système de date est couplé à l'utilisation des sens. Pour un produit dépassé il va tout de même se servir de ses sens.
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Vérifier que les aliments soient bons afin de ne pas mélanger un aliment périmé et un aliment encore bon et devoir tout jeter. Peser les aliments pour faire les bonnes portions.
Préparation culinaire	Savoir qui prend en charge la préparation du repas dans le foyer	Généralement c'est la compagne de l'enquêté qui s'occupe de la préparation culinaire car il n'aime pas trop cuisiner. Si celle-ci n'a pas le temps il va s'en occuper autrement il peut l'aider à préparer le repas. La compagne de l'enquêté s'occupe de transformer certains aliments afin qu'ils ne se perdent pas (chapelure, sauce).
Logique d'anticipation	Comprendre si des logiques d'anticipation culinaire sont mises en place afin de ne pas cuisiner tous les jours	Logiques d'anticipation parfois couplé à de la congélation.
<b>REPAS</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire et questionner les activités annexes et le fait que le repas soit pris en simultané par les membres du foyer	Le repas est pris sur la table du salon ou sur le canapé, ensemble en regardant une série.
Portions	Savoir si la question des portions est prise en compte lors de la préparation culinaire et commencer à introduire la question des restes	Le foyer pèse les aliments afin de cuisiner les bonnes portions, les restes sont généralement voulus.
Restauration hors foyer et invitation à manger	Questionner les « ruptures de routines », leur fréquence et leur impact sur le gaspillage alimentaire	Le foyer va accueillir au moins une fois par semaine, sortir manger également au moins une fois par semaine que ce soit chez des amis ou de la famille ou au restaurant. Le couple commande environ toutes les deux semaines. Ces ruptures de routines hebdomadaires sont autant prévues qu'imprévues. Ces ruptures de routines ne génèrent pas de gaspillage car il y a des trous dans le menu afin de prévoir ce genre de situation et car certains des repas peuvent être déplacés facilement

		d'une semaine à l'autre car il s'agit de produits non périssables, congelés ou avec une DLC longues.
<b>GESTION DES RESTES</b>		
Conseils et recommandations	Compléter la grille d'intériorisation et de mise en pratique	Mettre les restes dans un contenant fermé pour ne pas que ça sèche. Congeler.
Débarrassage de la table	Tracer l'itinéraire et introduire la gestion des restes	Le débarrassage est fait tout de suite après le repas et c'est généralement la compagne de l'enquêté qui s'en occupe.
Gestion des restes	Identifier les logiques d'action mises en place autour des restes (élimination, réutilisation, accommodation, congélation, stérilisation, etc.)	Les restes sont rangés dans un tupperware fermé, dans une assiette ou une casserole couverte. Ils sont mangés tels quels ou accommodés.
Rapport aux restes	Saisir les représentations reliées aux restes	Ça ne dérange pas l'enquêté de manger des restes, au contraire « <i>ça l'arrange</i> » car il n'aime pas trop cuisiner. L'enquêté serait d'accord pour manger des restes de ses amis ou de sa famille mais pas forcément d'un inconnu. Ça va également dépendre du type d'aliment.
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>		
Définition du gaspillage	Évaluer le niveau de connaissance et les représentations autour de ce qu'est le gaspillage	« <i>C'est un aliment qui a été fabriqué pour l'être humain et qui ne pourra pas être mangé par cet être humain, enfin qui va être jeté ou donné à des animaux plutôt que d'être mangé par cet être humain.</i> »  Pour l'enquêté le fait de donner les restes aux animaux ce n'est pas du gaspillage car ça revient à « <i>donner à un être vivant</i> » mais il pense que dans la définition ça l'est. Cependant il pense que le fait de composter c'est du gaspillage.
Quantité de gaspillage par Français par an	Évaluer le niveau de connaissance, saisir les représentations et savoir si l'enquêté(e) pense être dans la moyenne	6 à 8 kg.  L'enquêté pense être en dessous de la moyenne, à 25/30 kg pour deux.  Par projection l'enquêté nous dit que la dernière chose jetée est un bout de gâteau qui avait séché.
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les enfants avec le fait de gérer leurs restes, ou le fait qu'ils recrachent ou jettent par terre</li> <li>- Ne pas classer par dates</li> <li>- Mal gérer les fruits et légumes</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- De trop grosses quantités achetées ou préparées</li> <li>- Le fait de ne pas vouloir manger les restes</li> <li>- Une méconnaissance sur les DLC et DDM</li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	Plus de connaissances sur le rangement par température dans le réfrigérateur. Faire plus attention aux fruits et légumes.
Sensibilité au gaspillage	Identifier les leviers sur lesquels agir afin de sensibiliser au gaspillage	<p>« C'est dommage de jeter quelque chose qui est mangeable, surtout que j'aime, jeter quelque chose que j'aime, c'est chiant. Après il y a des gens qui n'ont pas la capacité de manger ce qu'ils veulent ou à leur faim, et nous on va jeter des trucs alors qu'il y a des gens qui ne peuvent pas se nourrir correctement et que toi tu jettes quelque chose qui est encore bon. »</p> <p>L'enquêté pense être plus sensible à ce thème depuis qu'il a quitté le foyer familial. Il nous dit qu'il ne s'intéressait pas trop à l'alimentation plus jeune car ça mère s'en occupait.</p>
Prescripteurs	Identifier la manière dont ils ont connu les différentes recommandations	<p>« Mon père est un gros mangeur et par exemple quand je ne finissais pas des trucs il finissait mes trucs mais pas forcément parce qu'il en avait envie mais plus pour pas que ça se perde. »</p> <p>L'enquêté nous explique que ses parents ne lui disaient pas forcément de ne pas gaspiller, que son père était sensible à ce thème et qu'il ne voulait pas jeter mais que cependant sa mère allait parfois jeter des choses. Il nous explique que par exemple si un paquet de lardons était entamé elle allait le remettre dans le réfrigérateur et pas le transvaser dans un tupperware. Cependant, lorsqu'il était dans son foyer familial il ne s'en rendait pas forcément compte mais c'est aujourd'hui, en comparaison aux habitudes qu'il a instauré dans son foyer avec sa compagne qu'il se rend compte de certaines choses concernant les habitudes de sa famille.</p> <p>Sa compagne l'a sensibilisé au thème et dans la vie courante ils ont mis en place des astuces pour ne pas gaspiller.</p> <p>Influence de son emploi étudiant sur certaines de ses pratiques et connaissances (DLC).</p>

		Il n'y a pas d'autres vecteurs que sa famille, sa compagne et les retours d'expérience de la vie courante.
TEMPS OFF		
INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES		La compagne de l'enquêté aimerait mettre en place une démarche plus écologique au sein du foyer concernant l'alimentation avec la pratique du zéro déchet ainsi qu'un approvisionnement plus responsable.



## Annexe B : Retranscription entretien d'expert 1

Entretien du 19 avril 2021, via zoom. Durée : 46 min.

[...]

Enquêteur : Alors déjà je voulais te remercier d'avoir accepté. Comme je te disais dans le mail, je suis étudiante en master sciences sociales appliquées à l'alimentation, je suis en deuxième année [...]. Et depuis deux ans je travaille sur la thématique du gaspillage alimentaire au domicile des consommateurs. Donc j'essaye de comprendre un petit peu quelles sont les causes du gaspillage, de voir un petit peu comment les acteurs traitent cette thématique au niveau des pouvoirs publics mais aussi des associations. [...]

Expert 1 : [...] Sur le sujet du gaspillage alimentaire précisément en l'occurrence je ne sais pas non plus trop exactement ce que je peux t'apprendre, mais on pourra voir ça justement.

Enquêteur : Après voilà, c'est aussi pour avoir un petit peu ton avis de manière générale parce que le gaspillage alimentaire ça s'inscrit dans la réduction des déchets de manière plus globale, et avoir l'avis des professionnels je trouve ça toujours assez intéressant [...]

Expert 1 : Après juste si je peux préciser mon parcours et ma connaissance du sujet, peut-être que ça pourra éclairer les choses, parce que du coup à la base moi je ne suis pas dans ce domaine, j'ai fait une reconversion. J'ai travaillé douze ans dans un autre secteur, parce que j'étais ingénieur en mécanique dans le domaine spatial, donc pas vraiment de rapport. Et c'est que depuis 2018 que je me suis... Que j'ai été amené à m'intéresser au secteur des déchets, à travers Zéro Waste, et maintenant au niveau professionnel, même si de ce côté-là ça a aussi été encore un peu limité. J'ai fait un CDD de six mois dans une collectivité comme responsable prévention des déchets, et maintenant je travaille dans un bureau d'études toujours sur la prévention des déchets, mais là depuis trois semaines aussi.

Enquêteur : Ah oui c'est tout récent !

Expert 1 : Oui c'est tout chaud. Bah effectivement moi mes expériences sur le sujet c'est ce que j'ai pu voir à travers l'asso' Zéro Waste, j'ai fait une formation de maître composteur et du coup à travers aussi les deux expériences pro' que j'ai pu avoir.

[...]

Enquêteur : Et du coup dans ces deux dernières missions que tu disais à partir de 2018 c'était de la prévention des déchets, est-ce que la thématique du gaspillage alimentaire elle était intégrée comme un axe un petit peu majeur, ou est-ce que c'était plus minime ?

Expert 1 : Alors... Je t'avoue que je ne me souviens même plus, euh... Qu'est-ce qu'il y avait exactement... Je sais plus, alors je ne sais pas si tu connais au niveau des collectivités il y a des plans de prévention des déchets qui sont mis en place, et du coup celles qui en ont mis en place, normalement c'est obligatoire mais elles ne le font pas toutes, et donc la plupart du temps tu as quand même un bon gros axe sur les biodéchets avec une partie gaspillage alimentaire, compostage. Là je t'avoue que je me souviens même plus, donc la collectivité dans laquelle j'étais, s'il y avait quelque chose sur le gaspillage alimentaire... Souvent ça se limite à de la sensibilisation, tenir des stands ou sensibiliser les scolaires, c'est quand même les deux axes principaux généralement. Nous clairement il y avait ri... Ou en tout cas c'est sûr qu'il n'y a rien qui a été fait quand j'étais là-bas, pour différentes raisons. [...]

Enquêteur : Et du coup avec Zéro Waste, est-ce que toi et d'autres bénévoles vous menez des actions de sensibilisation, est-ce que tu es plus dans la partie administrative et mise en relation ?

Expert 1 : Moi je suis plutôt côté plaidoyer [...]. Du coup moi c'est plus le lien avec les pouvoirs publics. Donc moins sur les actions concrètes de sensibilisation ou autre, même si j'en fait quand même un peu. Sur le gaspillage en lui-même, est-ce qu'on fait des choses... Je ne pense pas qu'on mène des choses nous, en propre, donc souvent ça va être des trucs qu'on fait en commun avec d'autres, avec Pro-portion par exemple, mais nous-même on en fait pas énormément. C'est comme sur le compostage, comme il y a Humus qui est spécialisé du coup on ne le fait pas forcément, même si maintenant on commence à avoir des gens un peu formés, moi je suis maître composteur, il y en a d'autres qui sont guides composteur, donc on peut quand même apporter des informations, mais on ne fait pas forcément de stands dédiés sur le sujet quoi.

Enquêteur : D'accord. Du coup quand vous faites des stands ça va plutôt être sur quelles thématiques tu dirais ?

Expert 1 : Nous globalement c'est plus la réduction des déchets au quotidien, donc en gros chez toi comment faire pour faire moins de déchets, c'est plus les alternatives aux produits du quotidien, par quoi on peut remplacer tous nos produits, ouais c'est plus ça qu'on fait. Des autopsies de poubelles par exemple, avec de fausses poubelles par exemple et tu essayes de faire trouver par les gens par quoi ils pourraient remplacer tel ou tel objet quoi.

Enquêteur : D'accord, et du coup si par exemple dans ces autopsies de poubelles il va y avoir des déchets alimentaires, le conseil tu dirais que ça va être quoi à donner à ces personnes ?

Expert 1 : Alors pour le coup en l'occurrence on ne le fait pas (rires), du coup comme c'est des fausses poubelles qu'on garde chez nous, c'est que des trucs secs, propres, tout ça quoi. Donc on ne fait pas. Après on est tous bah du coup sensibilisés à titre personnel sur le sujet mais c'est vrai qu'on l'aborde pas forcément, ou alors on renvoie vers les autres acteurs mais nous on porte pas forcément le sujet.

Enquêteur : D'accord. Dans ce que tu me disais j'avais quand même l'impression qu'en arrière-plan il y avait plus... Pousser les gens vers le compostage avec Humus et Associés, ou des associations sur ces thématiques-là.

Expert 1 : Euh bah, ça fait partie des choses qu'on explique oui, après généralement nous il y a toujours l'approche repenser même toute notre façon de consommer, donc c'est réfléchir à qu'est-ce qu'on consomme, pourquoi, est-ce qu'on a vraiment besoin de consommer, est-ce qu'on ne peut pas le remplacer par autre chose, comment éviter... Vers quoi se tourner pour éviter de générer des déchets à la fin. Donc en fait ça s'applique même à la nourriture, toute la partie alimentaire, c'est repenser notre alimentation, éviter les produits transformés, éviter de consommer trop. Éviter déjà tout ce que tu peux ne pas avoir à composter derrière, et quand il te reste des choses, les traiter sur place autant que possible.

Enquêteur : D'accord. Et du coup est-ce que tu penses que toutes ces recommandations, pas forcément que sur le gaspillage, mais sur la réduction des déchets, du gaspillage alimentaire, du gaspillage de manière générale, elles sont aujourd'hui adaptées aux consommateurs et à leurs modes de vie ?

Expert 1 : Bah globalement... Moi je dirais oui parce que bah déjà par exemple tous ceux qui sont dans l'asso' la plupart ils consomment de cette façon-là. Et par expérience, il y en a beaucoup qui ne sont pas dans l'asso' et qui le font très bien aussi de leur côté sans problème, on se rend compte

qu'il y a plein de gens qui le font au quotidien, sans qu'ils soient militants plus que ça, pour eux ils l'ont déjà intégré dans leur mode de vie. Après il y en a un certain nombre qui ne sont pas prêts à sauter le pas et qui n'ont même pas... Après c'est même aussi le degré de conscience des choses. Il y en a qui n'ont même pas conscience des problèmes que ça pourrait poser, et après c'est pour ceux qui veulent changer de mode de consommation c'est aussi la difficulté de comment faire si je n'ai pas d'épicerie vrac à côté de chez moi, si je n'ai pas de petits marchés dans mon quartier, il y en a qui ont des difficultés pour le faire même s'ils voulaient s'y mettre. Et au quotidien, même des gens qui sont très convaincus ont aussi des problèmes pour acheter comme ils voudraient quoi. Après on peut espérer que ça va changer avec la loi climat, mais bon, il y a encore du boulot.

Enquêteur : D'accord oui. Du coup, là dans ce que tu me dis, les deux points que j'en ressors si on devait identifier un peu des freins pour les personnes qui ne mettent pas encore en pratique des gestes vertueux on va dire pour l'environnement, pour la réduction des déchets, ce serait cette prise de conscience que tu disais et d'un autre côté j'ai l'impression que tu parlais du système d'approvisionnement, quand tu disais les épiceries de quartier, les commerces appropriés... Est-ce que pour toi c'est vraiment les deux freins majeurs, ou est-ce qu'il y en aurait d'autres qu'on pourrait relever ou que tu as relevés dans ton expérience professionnelle, ou personnelle d'ailleurs ?

Expert 1 : Parmi ceux qui ressortent, mais pas forcément par des gens qui connaissent le sujet, souvent on parle du coût, que ce sera plus cher d'acheter en vrac, d'acheter bio, d'acheter local, ce qui n'est pas forcément vrai, donc là ça relève plus du préjugé, souvent ce n'est pas des personnes qui n'ont pas forcément envie de changer et qui donc trouvent des excuses pour pas changer. Après bon si on regarde dans le détail, bon ça demande sans doute beaucoup d'études, mais globalement la plupart des gens qui s'y sont mis, pour beaucoup, bah ce n'est pas vrai en fait. Soit ce n'est pas forcément plus cher, soit c'est plus cher mais en fait ils s'y retrouvent sur les quantités parce qu'ils font plus gaffe, qu'ils gaspillent moins, donc ça c'est plus une fausse excuse. Qu'est-ce qu'il y aurait d'autres comme freins... (blanc) Bah non pour moi c'est clairement les principaux, c'est les freins psychologiques ou culturels, voilà, les habitudes à changer, donc ça c'est quand même l'aspect principal. Et après c'est les problèmes techniques d'accéder aux alternatives, aux produits plus vertueux, plus écologiques, etc. Ça c'est quand même les deux principaux ouais.

Enquêteur : D'accord. C'est super intéressant là notamment quand tu parlais des habitudes.

[Extrait sur les routines et ruptures de routines mais orientées déchets et non gaspillage alimentaire]

Expert 1 : En fait on en revient aux habitudes. C'est les habitudes quotidiennes et c'est les habitudes extra-ordinaires on va dire. Mais ça à l'heure actuelle c'est aussi des habitudes chez les gens. D'habitude je consomme de telle manière et d'habitude quand il y a des gens qui débarquent à l'improviste chez moi je fais tel ou tel truc. Et donc dans les deux cas on peut changer ces habitudes, même si c'est des habitudes différentes. Et pour moi c'est aussi revenir à des choses simples, à des choses évidentes, à des choses qui ne sont pas forcément ancrées dans les habitudes à un niveau plus global, au niveau de la société en général, peut-être qu'on s'attend à ce que quand tu arrives chez untel au dernier moment bah oui on consomme une pizza surgelée avec je ne sais pas quoi, et que ça a généré plus de déchets que si on avait eu le temps de faire ça bien. Mais pour moi il y a aussi un manque, j'en reviens tout le temps au même, pour moi c'est un manque d'offre. Il n'y a rien qui nous empêche d'imaginer par exemple que si on interdisait tous les emballages en plastique bah on partirait sur d'autres types de produits, d'autres gammes de produits que ce qui existe actuellement. Il y a tellement de gens qui sont payés à imaginer des choses, des offres, des services,

qu'on peut tout à fait imaginer qu'il y a plein de choses qui se créeraient qui n'existent pas actuellement et qui pourraient remplacer des trucs qui ne sont pas vertueux dans le système actuel quoi.

Enquêteur : D'accord. Une autre thématique que je voulais aborder avec toi c'est au niveau de la socialisation, de l'éducation et des normes autour de la réduction du gaspillage et des déchets. À ton avis on en est où aujourd'hui ? Quel est ton avis un petit peu sur la question ?

Expert 1 : Bah à mon avis on en est encore assez loin. Là j'avais lu des trucs assez intéressants de l'ADEME, je ne sais pas si tu avais peut-être vu passer ça là, ils ont fait une grosse étude en 2018 sur le gaspillage et sur la notion sociologique du gaspillage, qu'est-ce que ça recouvre pour les gens, qu'est-ce qu'ils considèrent comme du gaspillage ou non. Et donc après là je ressortirais plus des trucs que j'ai lus plutôt que mon avis personnel sur le sujet, mais en fait ça c'était super intéressant. Pour beaucoup le gaspillage c'est souvent le gaspillage alimentaire, souvent c'est... Déjà ils considèrent que eux ne gaspillent jamais et que c'est les autres qui gaspillent, donc la notion de gaspillage est assez subjective. Après c'est la différence entre le fait de jeter ou de stocker chez soi, ça, c'est super intéressant. Pour beaucoup le geste... Enfin le gaspillage ne... Enfin ça n'est du gaspillage que si tu te débarrasses des choses, par contre quand tu stockes les choses chez toi sans t'en servir ce n'est pas du gaspillage. Ils prenaient l'exemple de fringues, par exemple des gens qui en ont des centaines chez eux, ou des paires de chaussures, ou des appareils électroniques qu'ils n'utilisent pas, qu'ils stockent dans des placards, mais qu'ils ne considèrent pas comme du gaspillage. Alors que dans les faits on pourrait quand même un peu se demander si vraiment ça a une utilité et si ce n'est pas aussi... Et puis surtout qu'ils risquent de s'en débarrasser à un moment ou à un autre, donc c'est plus du stockage temporaire, mais avant de finir gaspiller quelque part. Et donc c'est vrai que souvent la notion de gaspillage c'est lié à la notion de déchet et pas forcément à la notion d'achat inutile, alors que bon ça pourrait commencer là quoi. Voilà, je ne sais pas si ça répond à ta question en fait.

Enquêteur : Si si tout à fait. Mais en effet cette question de la définition de ce qu'est le gaspillage c'est un peu un enjeu super important, parce que déjà on se rend compte que selon le pays où on se trouve, voir l'étude dans laquelle on se situe, la définition de ce qu'est le gaspillage alimentaire ça ne va pas être la même chose, ce qui rend parfois complexe le fait de quantifier et de mettre en place des mesures de réduction quantifiables. Et du coup toi, si tu devais me donner une définition de ce qu'est le gaspillage alimentaire pour toi, ce serait quoi ?

Expert 1 : Qu'est-ce que c'est le gaspillage alimentaire ? Bah pour moi en fait, du coup ce n'est pas forcément lié au gaspillage alimentaire, le gaspillage tout court ce serait tout ce qui ne répond pas directement à un besoin quoi. Pour moi ce serait ça. Et du coup là ça va très loin. La plupart des choses ne correspondent pas à un besoin qu'on peut avoir. Si on revient aux fringues, le fait d'avoir dix paires de chaussures différentes pour moi il y a du gaspillage, on pourrait facilement en avoir que trois ou quatre et éventuellement en acheter une que quand il y en a une autre qui tombe en morceaux, et après l'avoir fait réparer. Le gaspillage, si on s'en tient au gaspillage alimentaire, bah c'est vrai que le gaspillage alimentaire souvent on voit le... On imagine quelqu'un qui jette des choses à la poubelle quoi. Ça c'est quand même la première chose qui vient en tête, alors que le gaspillage des particuliers c'est pas forcément le plus important, il y a toute la chaîne en amont qui génère aussi énormément, donc il y a des choses liées aussi beaucoup au fait d'avoir des produits calibrés, et donc ceux qui sont pas calibrés ils sont jetés et donc ça génère un gaspillage énorme, donc là ça remet en cause notre façon de consommer, et pour moi ça revient à la notion de besoin : si mon besoin c'est de me nourrir, c'est pas d'avoir des produits beaux et qui brillent et qui ont

pas de défauts. Donc du moment que ça répond à mon besoin principal qui est de s'alimenter ça devrait aussi générer moins de déchets en amont, ça devrait générer moins de matière à l'achat si j'achète que ce dont j'ai besoin et que je mange et que je prépare que ce dont j'ai besoin bah je vais normalement aussi moins jeter de surplus à la fin, de choses qui seraient périmées, etc. Donc en fait ça revient beaucoup à cette notion de besoin quoi. Si je consomme que selon mon besoin je devrai moins gaspiller quelle que soit la définition que l'on donne au mot gaspillage. [...] C'est répondre à un besoin de la manière la plus efficace possible.

Enquêteur : J'essaye pas mal de me questionner sur comment on peut définir le gaspillage, comment les gens le questionnent, et c'est la première fois qu'il y a cette notion de besoin qui ressort, et je trouve ça vraiment intéressant. C'est applicable à tout comme tu disais, aux vêtements, au matériel de bricolage, mais si on applique ça à notre alimentation, si dès le début de notre chaîne alimentaire... Si on vient sur le consommateur à partir du moment où il commence à choisir ce qu'il doit acheter, faire une liste de courses, faire ses courses, si à partir de ce moment-là la question se pose de qu'est-ce qu'on a vraiment besoin, bah c'est vrai qu'une grosse partie du gaspillage pourrait être réduite dès ce maillon de la chaîne.

Expert 1 : Moi je vois la différence entre quand c'est moi qui vais faire les courses ou quand c'est ma copine quoi. Parce que quand c'est moi qui vais faire les courses moi je sais ce dont j'ai besoin, je rentre dans le magasin, je prends exactement ce dont j'ai besoin et je repars. Bon après il y a beaucoup de gens qui font leur liste de courses pour suivre ça aussi. Et après tout est fait, et dans les grandes surfaces c'est encore pire, tout est fait pour que les gens achètent plus que ce qu'ils ont besoin, ou achètent autre chose, ou achètent par paquet de trois au lieu des deux qu'ils avaient prévu, et ouais ça ça contribue. Et donc si on se limite vraiment que à ce dont on a besoin, ça permet de bien limiter les choses ouais.

Enquêteur : Et du coup, là par exemple, à ton avis, ça va être quoi la différence entre ta copine et toi, parce qu'après tout vous êtes dans le même foyer, on peut dire que vous fréquentez à peu près les mêmes cercles, quelle va être la différence quand toi tu pars au supermarché, quand elle elle part au supermarché, qui va faire que toi tu te cantonnes à ce dont tu as vraiment besoin, et elle d'après ce que tu dis elle achèterait d'autres produits que toi peut-être tu n'aurais pas achetés ?

Expert 1 : Après bah il y a la notion de se faire plaisir quoi. Clairement ça y joue. Moi j'ai moins de plaisir à préparer à manger, à préparer un repas, même à faire un bon repas avec des amis autour de la table, moi je peux faire des trucs très simples sans que ça me dérange. Et elle je pense qu'elle aimera plus avoir plein de choses dans la cuisine pour pouvoir se faire des petits plaisirs de temps en temps, ou pour pouvoir accueillir des gens justement au dernier moment quand il y en a. Donc il y a sûrement de ça, ça y joue sûrement beaucoup, ça ça vient de l'éducation, et puis même des sentiments qu'on a gardé de notre rapport à la nourriture dans notre enfance quoi. Si on a des chouettes souvenirs de notre mère ou de notre grand-mère dans la cuisine, qui préparait des gâteaux pour les cousins qui venaient régulièrement bah je pense que oui on va garder un peu tout ça, on va garder ce côté festif du repas à table à plusieurs, et donc il va y avoir cette tendance à vouloir recréer ça et avoir le... Pas forcément le plus de nourriture possible mais ouais d'avoir quelque chose de festif autour de la table quoi.

Enquêteur : Oui c'est une vraie norme, c'est indéniable, c'est une norme qu'on a notamment quand on reçoit de donner et ne pas être dans la situation de dire j'en ai plus, c'est toujours dans la prodigalité, en avoir en abondance, c'est de l'abondance à foison.

Expert 1 : Ouais. Et ça c'est aussi ce qu'on retrouve, bon je ne sais pas si c'est sur le même plan... Parce que là du coup c'est des histoires un peu sociologiques voire même anthropologiques je pense, c'est l'histoire de don et contre-don, le fait de quand quelqu'un nous invite chez lui, après faut le recevoir de la même façon, et donc il faut toujours rendre un peu ce qu'on nous a donné. Après ça clairement c'est des normes intégrées dans la société et je ne pense pas qu'on pourra revenir complètement dessus. Mais il y a des choses qui sont aussi très culturelles dans les pays occidentaux, et là on voit bien que de ce côté-là il y aurait sûrement beaucoup de choses à faire. [...]

Enquêteur : Alors moi j'aurai une dernière question, qui est plus une projection qu'une question. Alors si on revient un petit peu sur la thématique vraiment du gaspillage alimentaire chez les mangeurs consommateurs, donc tu as travaillé du coup dans des communes, tu m'as l'air d'être intéressé par tout ce qui est action publique, aujourd'hui en tant que professionnel je te dis tu as des ressources illimitées à ta disposition pour aider les consommateurs à réduire leur gaspillage. Tu as vraiment carte blanche, tous les moyens, tout le personnel dont tu as besoin, qu'est-ce que tu fais ?

Expert 1 : Bah... Moi en fait ce qui m'exaspère souvent quand je pense à l'action publique justement c'est le manque de moyens, et notamment le manque de moyens mis dans la sensibilisation au quotidien. Donc souvent il y a de l'argent pour l'aspect technique, pour les grands projets, pour les équipements, pour l'investissement, mais par contre il y a très peu de budget de fonctionnement, il y a très peu de personnes, et donc moi je pense que c'est ça la priorité. Alors je n'ai pas envie de dire qu'il faut éduquer les enfants parce que on en revient toujours à ça et qu'il n'y a pas assez de temps pour expliquer tout ce qu'il faudrait expliquer aux enfants. Mais alors oui déjà c'est travailler sur le gaspillage alimentaire dans toutes les écoles, ça c'est impossible qu'à l'heure actuelle ce ne soit pas fait quoi, et en l'occurrence ça permet d'éduquer aussi les enfants même si pour le coup il n'y a pas besoin d'avoir des cours supplémentaires sur le sujet, et là à travers les enfants tu peux toucher aussi toutes les familles, donc déjà c'est incompréhensible que ce ne soit pas fait depuis très longtemps ça. Et alors après c'est agir auprès des particuliers, et là j'avoue que je ne sais pas trop comment faire. Alors après c'est, bah c'est... C'est... Bah en fait je ne sais même pas si le plus logique ou le plus simple, le plus logique ou le plus évident c'est d'agir avec les particuliers, parce que c'est toujours pareil il y a beaucoup de choses qui ne sont pas de leur ressort, c'est changer la société dans son ensemble, donc c'est oui faire prendre conscience que... Ouais en fait je ne sais pas trop (rires). Bah du coup je me dis si par exemple sur le calibrage des fruits et légumes par exemple, ça veut dire qu'en gros il faut dire aux gens qu'ils peuvent acheter n'importe quel type de fruits et légumes, alors on s'en fout du moment que le truc il est mangeable on s'en fout de sa forme. Mais ça mine de rien ça demande de changer quand même pas mal de choses déjà. Déjà ça veut dire qu'il faut que les magasins ils les mettent en vente, et ça veut dire qu'il faut expliquer aux gens que ta pomme moche elle est aussi bonne que ta pomme jolie. Et c'est un peu des changements systémiques ça. C'est des changements d'état d'esprit de manière générale, donc il faut jouer sur l'offre et sur la demande. Du côté des pouvoirs publics en fait on peut agir, au niveau des entreprises c'est compliqué, on ne peut pas les forcer à tout faire, et donc après ça peut passer par de la publicité dans les communes, elles peuvent quand même elles communiquer sur les sujets qu'elles veulent. Ça peut être aussi agir au niveau des écoles, et après essayer d'agir au niveau des entreprises qui le souhaitent, mais ça ça peut être plus compliqué... Là j'avoue que je n'ai pas forcément de plan d'action clés en main, même avec moyens illimités, faudrait que je réfléchisse au sujet à tête reposée.

Enquêteur : (Rires) Après c'est des choses qui prennent du temps à construire donc c'est tout à fait normal de pas avoir un plan d'actions comme ça. Mais ce que j'en ressors quand même de ce que tu dis, bon il y a cette partie sur l'éducation et la sensibilisation, mais il y a aussi cette idée que tu avais évoquée un petit peu avant pendant notre discussion que le changement il doit être systémique, quand tu évoquais l'idée de faire porter le poids de la gestion des déchets aux entreprises, typiquement c'est ce à quoi ça m'a fait penser quand tu parlais de changement systémique.

Expert 1 : Bah en fait oui la consommation c'est des entreprises et c'est des particuliers quoi. Après le problème c'est que ça se mord la queue quoi, qui est-ce qui commence quoi. Les particuliers ne peuvent pas acheter des choses qui n'existent pas, et les entreprises ne vont pas mettre sur le marché des choses que les particuliers n'achètent pas, donc bah oui, effectivement il faut les deux. Donc si on a des moyens illimités peut-être qu'on peut agir sur les deux volets en même temps, mais en tout cas les deux volets sont nécessaires ouais.

Enquêteur : Je suis très d'accord avec toi ! [...] Je te remercie encore une fois !

## Annexe C : Grille pour entretiens experts

*Bonjour, je suis étudiante en deuxième année de master Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation et depuis deux ans je travaille sur la thématique du gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs. Mon objectif est de comprendre comment nous pourrions aider les consommateurs à limiter le gaspillage chez eux, et pour cela j'essaye d'en comprendre les causes.*

*Afin de mieux comprendre ce phénomène, je pense qu'il est important pour moi de me rapprocher des acteurs professionnels travaillant au quotidien sur cette thématique et ayant donc une expertise toute particulière à m'apporter. Si c'est d'accord pour vous, j'aimerais vous poser quelques questions afin d'avoir votre avis sur le sujet. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, et si vous souhaitez des précisions sur certaines de mes questions n'hésitez pas à me le dire.*

*Nous pouvons commencer lorsque vous êtes prêt.*

1. Pourriez-vous vous présenter et m'expliquer de quelle manière vous agissez sur la problématique du gaspillage alimentaire dans le cadre de votre (emploi), et plus particulièrement du gaspillage alimentaire chez les mangeurs-consommateurs ?
2. Selon vous, en quoi votre démarche se démarque-t-elle de celles d'autres acteurs travaillant sur cette thématique ?
3. Selon vous, qu'est ce qui explique le gaspillage alimentaire au domicile des consommateurs ?  
*Selon ce qui est évoqué, ouvrir la discussion sur les thématiques suivantes :*
  - Rupture de routines*
  - Organisation (menu, liste, approvisionnement)*
  - Socialisation et normes*
  - Modernité alimentaire (moins de contrôle, moins ritualisée et sacralisée, déstructurée)*
  - (Peur du risque)*
  - (Cycles de vie et ruptures biographiques)*
4. Pensez-vous que les recommandations pour aider le consommateur à limiter le gaspillage sont intériorisées et mises en pratique ?
5. Est-ce que vous souhaitez pointer du doigt certaines limites à ces recommandations ?
6. Par exemple, quel est votre avis sur ces campagnes de communication visant à sensibiliser les consommateurs ? *Montrer des exemples des campagnes du ministère ou leurs propres campagnes*
7. Si vous aviez des ressources illimitées à votre disposition, que feriez-vous pour agir sur la thématique du gaspillage alimentaire chez les mangeurs-consommateurs ?
8. Enfin, si je vous demandais de me définir ce qu'est le gaspillage alimentaire, que me diriez-vous ?
9. Souhaitez-vous ajouter quelque chose ?



## Annexe D : Composition détaillée de notre échantillon

Numéro d'enquête	Sexe	Profession	Composition du foyer	Tranche d'âge
1	Homme	Étudiant en MEEF physique-chimie	Vivant seul	20-30
2	Femme	Employée dans l'aéronautique	Vivant seule	20-30
3	Femme	Étudiante en MEEF biologie	Couple sans enfants	20-30
4	Homme	Chômeur	Vivant seul	20-30
5	Homme	Retraité	Retraité en couple	50-60
6	Femme	Retraîtée	Retraîtée en couple	60-70
7	Femme	Infirmière libérale	Couple avec enfants	40-50
8	Femme	Auto-entrepreneuse	Couple avec enfant	40-50
9	Homme	Employé dans l'aéronautique	Couple sans enfants	20-30
10	Homme	Préparateur de commande drive	Couple avec enfant	30-40
11	Femme	Préparatrice de commande drive	Couple sans enfants	20-30
12	Homme	Recherche d'emploi	Couple sans enfants	20-30
13	Homme	Directeur de drive	Couple sans enfants	20-30
14	Femme	Étudiante en master de communication	Couple sans enfants	20-30
15	Femme	Congé maternité	Couple avec enfant	30-40
16	Homme	Préparateur de commande drive	Couple avec enfants	30-40
17	Femme	Retraîtée	Retraîtée en couple	70-80
18	Homme	Étudiant en master de chimie	Couple sans enfants	20-30

## Annexe E : Retranscription entretien d'expert 2

Entretien du 27 avril 2021, dans les locaux de l'association. Durée : 52 min.

[...]

Enquêteur : Du coup est-ce que tu veux que je te rappelle un petit peu le thème de mon mémoire ?

Expert 2 : Ouais je veux bien.

Enquêteur : Alors du coup je travaille sur la thématique du gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs. Et tout particulièrement de la manière dont ils vont intérioriser, mettre en pratique les recommandations que vont faire les différents acteurs qui travaillent sur le thème, donc que ce soit des associations comme Pro-portion, France Nature Environnement, Zéro Waste, ou même de l'action publique comme les métropoles ou même l'Etat. Et j'essaye un petit peu de pointer les limites de ces recommandations pour voir comment ça pourrait être amélioré et être plus adapté au quotidien des mangeurs. Du coup si tu es d'accord je vais te demander de te représenter [...].

Expert 2 : Ok. Donc moi c'est [nom de l'expert], donc aujourd'hui je suis animatrice à [nom de l'association] qui est une association qui travaille sur la réduction du gaspillage alimentaire en accompagnant des restaurations collectives ou en faisant de la sensibilisation et des formations. Et mon parcours de formation, moi je suis ingénieure agronome, donc c'est des études qui m'ont donné pleins de théories sur le fonctionnement des systèmes alimentaires, des ressources, d'agriculture aussi, tout ce côté assez théorique. Et j'ai vraiment commencé à toucher du doigt l'éducation à l'environnement dans mes expériences professionnelles ensuite, et notamment dans une association qui s'appelle [nom de l'association] et dans laquelle là j'ai vraiment créé des associations pour parler de l'éco-responsabilité, des gestes au quotidien, de notre impact sur l'environnement et sur le côté social aussi, et c'était sur tous les aspects de la consommation en général, mais l'alimentation était notre thématique principale et c'est notamment là que j'ai commencé à aborder la notion du gaspillage alimentaire en animation, voilà. Dans cette asso' j'ai fait des accompagnements de mairies à [nom de la ville] pour réduire le gaspillage alimentaire au sein de la cantine, avec des animations scolaires, j'ai aussi fait une opération foyers témoins avec 15 foyers pour réduire le gaspillage alimentaire, et... C'est déjà pas mal. Et après accompagner des événements, observer les stands et juste donner des conseils sur la cuisson des patates notamment pour les frites, des trucs tout bête, sur comment réduire le gaspillage au sein des événements. Et donc [nom de l'association] c'est depuis le mois d'octobre. Mon rôle c'est de créer des animations, de faire vivre celles qui existent déjà, et aussi le côté non animation mais d'être dans l'accompagnement des restaurations collectives, de participer au diagnostic, voilà.

Enquêteur : Ok. Je ne savais pas que tu avais fait cet accompagnement de foyers témoins, c'est vachement intéressant.

Expert 2 : Oui, ça n'a pas été très... Il n'y a pas eu beaucoup de résultats, c'était vraiment très très dur à mettre en place, déjà pour recruter les personnes, au niveau du recrutement on ne savait pas trop y faire et ça a été vraiment très très dur. Les personnes que j'ai réussi à recruter c'était généralement des amis ou des personnes dans mon entourage qui faisaient ça pour me faire plaisir, ceux qui le faisaient vraiment, qui étaient motivés, qui étaient déjà sensibilisés, donc voilà... Et ceux qui l'ont fait juste pour me faire plaisir, pour aller au bout, c'était très très difficile et à la fin je n'ai vraiment pas eu de résultats.

Enquêteur : Ok. À ton avis pourquoi ça a été aussi dur ?

Expert 2 : Je pense qu'il y a eu un peu moi de ma faute aussi, j'ai débarqué dans ce truc-là, ce n'est pas moi qui ai imaginé cette démarche, et on m'a dit voilà il faut que tu fasses comme ça, du coup je me suis retrouvée catapultée dans quelque chose dont je crois je ne croyais pas beaucoup, sur cette méthode-là. Je ne savais pas comment faire, je n'avais pas eu de billes, on ne m'avait pas donné de méthodo', donc j'ai fait un peu comme j'ai pu. Mais je pense que le fait que je n'étais pas forcément moi très motivée de base ça n'a pas aidé à motiver les groupes, et voilà je n'avais pas l'énergie à tirer les personnes. Et c'est aussi parce que ce type de format c'est vraiment très très dur. Je l'ai fait pour le coup dans d'autres thématiques, et avec des collègues et d'autres acteurs, et même si là pour le coup on était motivés, c'est vraiment le nerf de la guerre de sortir de l'énergie pour motiver les foyers, pour motiver les familles, c'est un peu compliqué.

Enquêteur : Vous alliez du coup dans les familles, ou vous regroupiez les familles ?

Expert 2 : On se regroupait.

Enquêteur : D'accord. Avec des présentations d'actions à mettre en place chez eux ?

Expert 2 : Ouais. Sur le gaspillage alimentaire. Le protocole c'était en trois réunions. La première pour avoir vraiment une explication de ce qui va se passer, recevoir des petits kits de pesée, donc je distribuais des petits seaux et des « *pesons* », avec des grilles de quoi peser, à quel moment, les liquides, et juste un truc à remplir de pourquoi ça ça a été jeté, la raison. Donc ça c'était le premier temps, le deuxième temps on se retrouvait pour faire une analyse de ce qu'il s'était passé, des retours, des impressions. Et ils se rendent compte dans chaque foyer qu'est ce qui potentiellement est le plus gaspillé, donc là l'idée c'était que chaque personne ait des conseils d'autres foyers, que ce ne soit pas forcément moi qui donne quelque chose de descendant. Bon comme ces réunions ont eu un peu de mal à se mettre en place ce n'était pas évident, mais j'avais vraiment envie que ce soit un partage de connaissances avec un goûter à la fin. Et la troisième réunion c'était après avoir mis en place ces trucs et astuces, est-ce qu'on a des résultats, donc il y avait une deuxième pesée, et là bon... Ça a été très compliqué d'avoir au bout de la deuxième phase de pesée quoi que ce soit.

Enquêteur : Ok. Donc c'est entre la deuxième et la troisième réunion que ça a...

Expert 2 : Oui.

Enquêteur : D'accord. Mais au début ils s'étaient prêtés un petit peu au jeu des pesées, donc c'est vraiment l'application des astuces...

Expert 2 : Ouais, et peut-être que le format de la deuxième réunion... Est-ce qu'ils se sont sentis pointés du doigt, pourtant c'était vraiment juste un échange comme ça, mais chacun mettait sur la table son GA, donc comme c'est quelque chose d'intime, ce n'est pas toujours facile d'en parler. Donc ce n'était peut-être pas le bon format.

Enquêteur : Ok. [...] Au niveau de [nom de l'association], pour l'accompagnement en particulier des consommateurs, du coup qu'est-ce que tu fais comme actions ?

Expert 2 : Pour l'instant c'est vraiment animations grand public. On a créé le format escape game qui permet de faire des animations sous un format jeu, ludique et participatif où le principe c'est d'être dans une cuisine où il va y avoir du gaspillage, et l'équipe doit faire en sorte de réduire le gaspillage en appréhendant des petits trucs et astuces. Le jeu en lui-même dure une demie heure, et l'idée c'est d'avoir après une discussion sur ce qu'il s'est passé pendant le jeu, et ensuite de

vraiment parler des trucs et astuces, de quelle quantité de gaspillage il y a dans les foyers français en moyenne, de donner des chiffres et des trucs et astuces. Voilà c'est ce format là pour l'instant pour le grand public, c'est vrai qu'il n'y a pas eu avec le covid vraiment grand-chose qui a été fait, mais l'idée c'est de faire des stands aussi pendant des événements. [...] On fait aussi des ateliers cuisine participatifs, soit en stand, soit en événements organisés avec une heure de début et une heure de fin. Il y a un jeu de l'oie qui va être créé. [...] L'idée c'est d'avancer et d'avoir chaque case qui a une action différente, soit il y a des quizz, soit il y a des défis, et ça permet pareil d'appréhender un peu les causes du gaspillage et des petites solutions pour le réduire au quotidien.

Enquêteur : D'accord. Après il y a aussi la grande cuisine en kakemono.

Expert 2 : Oui. L'exposition cuisine, qui est une cuisine à taille réelle. C'est deux panneaux de 3 mètres par 3 mètres, où il y a donc des astuces pour réduire le gaspillage, donc les températures du frigo, comment ranger son frigo, comment ranger ses placards, manger ses restes, penser à faire des recettes, la liste de courses, etc. Et il y a aussi des chiffres sur le gaspillage. C'est un outil qui sert à l'escape game.

Enquêteur : D'accord. Ça fait pas mal de choses ! Et dans votre démarche avec [nom de l'association], en quoi selon toi ça se démarque de ce que peuvent faire les autres structures, ça va être quoi le petit plus que vous allez apporter, la petite touche que vous allez apporter, l'originalité, ou la manière peut-être dont vous abordez la question ?

Expert 2 : Je pense peut être que l'un des premiers points c'est le fait que [nom de l'association] ne travaille que sur gaspillage alimentaire, contrairement aux autres structures qui sont plus transversales, qui parlent de l'alimentation, enfin nous aussi on est sur l'alimentation durable, mais en tant que levier pour réduire le gaspillage, mais on est vraiment... Bon il y a le mot expert que j'apprécie pas forcément toujours, mais il y a ce côté que c'est notre cœur de métier, et donc on a vraiment pleins de chiffres en tête, on baigne dedans tout le temps, donc on donne plus d'éléments que les autres asso' je sais pas... Après j'ai envie de dire que l'escape game c'est le format qui est original, même s'il y a d'autres escapes games qui sont en train de se monter sur d'autres thématiques, je crois que c'est l'un des seuls qui soit sur le thème du gaspillage alimentaire, il y en a un qui a été fait dans un collège mais qui était vraiment ciblé sur les chiffres du collège, là il est plus général.

Enquêteur : Vous faites pas du tout de plaquettes ou d'infographies ?

Expert 2 : Si il y a ça dont j'ai oublié... Il y a une autre expo' dont je n'ai pas parlé qui est l'expo' climat, qui est aussi pour le grand public, qui est donc cinq panneaux de kakemono, qui rappelle le lien entre le gaspillage alimentaire et le climat, donc l'impact sur l'eau, l'impact sur le CO2, sur les surfaces agricoles utilisées pour finalement ne pas être mangé, et cette exposition est accompagnée d'un livret, qui est très bien construit et très bien fait, avec pleins de chiffres. Et c'est pareil l'expo cuisine elle a aussi un livret de 20 pages avec des recettes, des petits jeux, des chiffres de nouveaux, des astuces pour les conserves. Et ça on les distribue quand on fait les expo'. [...]

Enquêteur : Pour continuer, on va parler un peu de ce que toi tu penses de certaines thématiques, de certaines choses, notamment, qu'est ce qui pourrait expliquer selon toi le gaspillage alimentaire au domicile des mangeurs-consommateurs ? Pourquoi nous tous on gaspille chez nous plus ou moins ?

Expert 2 : Je pense parce qu'on se déconnecte de l'alimentation, je dis on mais je pense que je m'inclus dedans même si pour moi l'alimentation c'est important et je fais quand même attention

et je visualise les aliments qu'il y a chez moi. Mais en fait en se déconnectant, c'est une denrée qu'on achète et il y a moins de lien affectif qu'il aurait pu y avoir dans le temps et s'il n'y a pas ce lien affectif, le jeter c'est moins grave et on a moins la gestion des stocks, on n'a pas ça en tête en fait, ça ne fait pas partie de la charge mentale qu'on s'impose. Donc je pense que ouais l'un des gros trucs c'est la connexion avec l'alimentation. Moi je rêverais qu'il y ait des cours de cuisine au programme scolaire depuis la maternelle en fait, refaire vraiment une connexion avec l'aliment et qu'on ait envie de se faire à manger le soir en rentrant, et pas juste ouvrir le frigo, prendre le premier truc qui vient et voilà.

Enquêteur : Et du coup cette déconnexion à l'alimentation c'est une des thématiques que j'ai essayé un petit peu de traiter, et je la relie à ce que les sociologues appellent la modernité alimentaire, donc le fait qu'on a une alimentation qui est de plus en plus déstructurée, on ne va plus manger à heures fixes, l'alimentation elle est totalement déritualisée, on va manger seul parfois, et c'est très individualisé, parfois on ne mange même pas la même chose au sein d'un même repas alors qu'on est quatre à table, est-ce que du coup on peut relier cette idée là à ce dont tu parlais, avec la déconnexion à l'alimentation ou pour toi c'est deux choses différentes ?

Expert 2 : Hum Je suis perdu là. C'est vrai que le fait de manger chacun un plat à table à la fois, c'est moins convivial, mais à la fois, ça veut dire que chaque personne mange ce qui lui va. Et donc à cette envie de manger, ce lien justement, de se poser la question qu'est-ce qu'elle a envie de manger... (blanc) Hum je ne suis pas sociologue (rires).

Enquêteur : Dans ce que tu disais quand même, je comprends que c'est un peu deux choses différentes. Parce que du coup, si on ne mange pas la même chose, potentiellement, c'est une manière de limiter le gaspillage. Je le pense comme ça en même temps que je te le dis. Mais parce que- si on a devant nous quelque chose qu'on n'aime pas, on va avoir tendance à en laisser. Et du coup, peut-être gaspiller davantage. Donc, c'est peut-être c'est aussi une autre thématique encore cette déconnexion à l'alimentation, ça peut se prendre de manière indépendante...

Expert 2 : Mais à la fois si on choisit toujours de manger vraiment ce que moi j'ai envie de manger, ce que j'aime, bah on ne se force pas à découvrir d'autres choses et donc c'est ce qui crée du gaspillage ça pour le coup, de pas former son palais et ses papilles à différents goûts. Du coup qu'on mange insipide, et on gaspille beaucoup. Il faut manger varié pour moins gaspiller

Enquêteur : Ok. Je voulais ouvrir sur d'autres thématiques, toujours en lien avec le fait que ça cause ou non du gaspillage alimentaire. Donc, je vais t'en dire un petit peu pêle-mêle et je voulais avoir ton avis dessus. La première, c'est les routines et les ruptures des routines. Si tu veux que je précise, n'hésite pas sur certaines thématiques, pour les routines, c'est bon ?

Expert 2 : Ouais. C'est le fait de manger à heure fixe ?

Enquêteur : Alors pour les routines, oui, et pour les ruptures de routines, ça va être quand on sort à l'improviste pour aller manger avec des amis. Je crois qu'on en avait un peu parlé ou alors que des amis viennent manger chez nous, des choses comme ça. Pour toi de quelle manière ça va ou ça peut impacter le gaspillage alimentaire ?

Expert 2 : Hum... Ça peut impacter dans le sens où si on a un aliment qui est oublié parce que parce qu'il n'est pas mangé ce soir-là, il peut passer derrière un autre et il sera gaspillé. Mais naturellement je dirais que pour moi ça impact pas, mais après c'est d'un point de vue perso aussi. Si moi j'ai une rupture de routine, je ne pense pas que ça me fera plus gaspiller, même si j'ai un plat qui était prévu ou quelque chose d'urgent à faire, voilà, il ne sera pas fait ce jour-là, mais je l'ai en

tête et il sera fait le lendemain, potentiellement. Donc pour un légume il va peut-être se flétrir un peu plus effectivement.

Enquêteur : Du coup, c'est une organisation un peu que tu as en tête, si tu décales un petit peu le plat que t'avais prévu, tu mets en place certaines choses comme décaler un peu tout ton menu d'une journée ou peut-être stocker différemment, peut-être congeler selon les aliments.

Expert 2 : Ouais ouais ouais. Ou mettre au frigo un légume qui se flétri qui était dehors.

Enquêteur : D'accord. Du coup, tout à l'heure, quand tu parlais un peu des conseils pêle-mêle qu'il y a sur l'exposition Cuisine en kakémonos, tu disais le fait de faire des listes, tout ça. Donc ça, ça relève un peu plus de l'organisation. Donc, ce serait une manière de limiter le gaspillage alimentaire. Le fait d'avoir une certaine organisation

Expert 2 : Ouais. Le fait de faire la liste c'est pour ne pas trop acheter au supermarché, de pas se laisser avoir par les promotions, et aussi le conseil de ne pas faire les courses le ventre vide parce qu'on a tendance naturellement à acheter plus. Mais le fait de faire une liste, au moment où on fait la liste, déjà, on fait l'inventaire de ce qu'on a chez soi et donc on est conscient de ce qu'il y a chez soi. Et ça permet de projeter inconsciemment des types de menus, des repas, des urgences et une hiérarchie de ce qu'il va falloir manger. Donc, c'est vrai que de structurer ça, ça permet d'être conscient, de rendre conscient quelque chose qui est inconscient, donc ouais pour moi c'est vraiment important. Moi, c'est quelque chose qui fonctionne vraiment très bien chez moi. C'est quand on écrit par exemple tous les éléments qui sont dans le congèl', on fait la liste, en fait et on a la liste sur le frigo, et en plus ça permet d'avoir des idées. On passe devant la liste et on se dit aller tient ce week-end on fait un bœuf bourguignon, donc déjà on le sort du congèl' et on prépare. Voilà donc le fait de faire des listes ça permet d'organiser un peu ses repas. [...]

Enquêteur : Ça revient à se reconnecter, comme tu disais tout à l'heure, en faisant la liste, on se reconnecte à ce qu'il y a dans nos placards...

Expert 2 : Et nos besoins. Parce que du coup, quand on fait une liste, on se questionne sur ce dont on a besoin et pas ce dont on a envie. Même si ça fait partie souvent de la deuxième partie de la liste. Mais la priorité, quand on fait une liste de courses, c'est vraiment qu'est-ce qu'il manque et de quoi j'ai besoin ? Ça reconnecte à ça, pas au besoin primaire parce que ce qu'on mange n'est pas nécessairement de l'alimentation primaire, mais voilà.

Enquêteur : Ok. Mais ce qu'on gaspille souvent, est-ce que ça ne relève pas de cette seconde catégorie dont tu parles, parce que j'ai enquêté quelqu'un qui me disait moi, quand je vais au magasin, je n'achète que ce dont j'ai vraiment besoin, et pour moi, tout le reste, c'est du gaspillage. Est-ce que pour toi, ça ce serait trop radical, il y a un équilibre à trouver ?

Expert 2 : Hum je pense qu'il y a un équilibre. Après, c'est vrai que je pense que cette personne a raison dans ce qu'on gaspille c'est oui, c'est ce qui n'est pas essentiel, parce que quand c'est vraiment essentiel, on a envie de le manger, on mange vite. Je ne sais pas une moitié de citron, le citron, ce n'est pas forcément l'aliment le plus essentiel dans la vie. On a envie, on fait une tarte au citron, et puis, on laisse l'autre moitié se flétrir au frigo parce que cette partie n'est pas essentielle. Après, c'est peut-être un peu radical de dire que ce qui sort de la liste, ça va être gaspillé, parce que ce n'est pas... Voilà. C'est un extrême quand même quoi.

Enquêteur : Mais c'est bien de voir qu'il y a plein de manière de penser la thématique. OK, et tu dirais que du coup, on est sensibilisé à ça en tant que jeune dans nos familles, quand on incorpore

tout un tas de normes, tout ça, est-ce qu'on est plutôt dans le fait de ne pas gaspiller comme pouvaient l'être nos grands-parents en temps de guerre ?

Expert 2 : Moi, j'ai le sentiment que les retours que j'ai des enfants, quand on leur parle du gaspillage, quelque chose qui revient très souvent, c'est il y a des gens dans le monde qui n'ont pas à manger. Donc il faut finir son assiette. Et donc, j'ai un peu le sentiment que le gaspillage, dans l'esprit commun, c'est le reste dans l'assiette. Du coup, il faut finir son assiette. C'est un peu, ça cache tout le reste du gaspillage qui en fait est presque le plus conséquent, parce que dans les mœurs, quand on ne finit pas son assiette bah on le met dans un tupperware et on mange le reste. Je pense qu'il y a très peu de familles qui jettent les restes. Ça fait partie des choses de cuisiner les restes, de les remanger et de s'en faire un encas, un casse-croûte. Du coup, j'ai l'impression que cette intériorisation, c'est surtout sur l'assiette, et qu'on oublie que le gaspillage, ce n'est pas uniquement ce qui est déjà cuisiné, ce qui est déjà dans notre assiette, c'est tout ce qu'on a dans les placards, tout ce qui est au frigo. Et que cette moitié de citron, certes, qu'une moitié de citron. Mais même moi, je le sais quand parfois ça m'arrive de le mettre au compost, bah voilà c'est un demi citron, mais ouais ça reste quand même un demi, plus trois feuilles de salade, etc. Tout ce gaspillage, on l'oublie et ça paraît anodin parce que c'est quelques trucs par ci, par-là, et que ça n'a pas été cuisinés donc on se dit boh pff (rires).

Enquêteur : Donc, les restes dans les assiettes finalement, c'est vrai qu'on a l'habitude de les mettre dans des tupp', donc vraiment, le gaspillage, ça va venir de ce qu'on oublie et qu'on jette finalement. Y compris qu'on jette carrément encore emballé, non ouvert parce qu'on l'a carrément oublié. Ok. Et du coup, sur cette histoire des produits qu'on oublie, j'ai l'impression qu'il y a même parmi les personnes qui sont sensibilisées au gaspillage alimentaire ou aux questions écologiques, il y a cette question qui revient de s'il y a un risque, si t'es pas très sûr, ne prend pas de risque, jette-le. Et le fait que notre santé va primer sur le fait de ne pas gaspiller et qu'on ait un peu peur du risque, c'est quelque chose que tu as déjà pu remarquer ?

Expert 2 : Oui, parce qu'on l'entend beaucoup et que bon, on l'a déjà constaté, aussi bien les intestins un peu dérangés après avoir mangé quelque chose d'un peu passé, un produit laitier notamment. Et je pense que ça fait vraiment peur. Et le côté sanitaire, en plus on voit avec la crise en ce moment, c'est... Je crois qu'on en a tellement entendu que les maladies, les choses, les trucs, on vit dans une peur sanitaire permanente et on ne fait plus confiance à son alimentation. Et donc effectivement, on préfère jeter plutôt que prendre un risque qui est parfois surdimensionné le risque. Mais en même temps... Je viens d'avoir le covid, j'avais plus d'odorat et il y a eu des moments où je me suis sentie en insécurité parce qu'on avait un fromage frais, qui peut tourner assez rapidement, et quand je mange et qu'il est tourné, j'ai des problèmes intestinaux, et du coup, de pas pouvoir me dire est-ce que je le mange, est-ce que je le mange pas, et d'être obligé de passer par mon copain qui le reniflait pour me dire il est encore bon, je me suis sentie vachement en insécurité, je vais peut-être avoir les intestins un peu dérangés à cause de mon alimentation. Et je peux comprendre que du coup, pour certaines personnes, c'est plus simple de jeter plutôt que de prendre un risque. Mais ce qu'on essaye de véhiculer comme message à [nom de l'association], c'est de se faire confiance et de faire confiance en ses sens, et de réapprendre à... Voilà le mots-croisés pour le yaourt, c'est exactement ça, c'est sentir, se dire que notre corps il est fait pour savoir si c'est bon ou pas.

Enquêteur : Je suis très d'accord. [Discussion sur handicap et goût] OK, je te propose qu'on continue, du coup. Est-ce que, à ton avis, toutes les recommandations que tu citais tout à l'heure : faire la

liste, cuisiner ses restes, congeler, faire un menu, tout ce que tu as pu citer et que tu connais, aujourd'hui, est-ce que c'est intériorisé par les gens ?

Expert 2 : Pas toutes non. Et puis, ça dépend aussi des types de foyer et des types de familles. Je ne sais pas si j'ai assez de recul pour pouvoir vraiment faire une généralité. Je pense qu'il y a des éléments qui sont plus intériorisés que d'autres. Notamment quoi... Bah les restes comme j'ai dit, ça je pense il y a encore un peu de chemin, mais...

Enquêteur : Et est-ce que c'est intériorisé et mis en pratique ? Parce que c'est vrai que ça peut être deux choses différentes. Par exemple, on sait qu'il faut faire de la compote pour ne pas gâcher nos pommes, mais est-ce que c'est vraiment mis en pratique ?

Expert 2 : C'est encore une autre étape. C'est vrai qu'il y a connaître les trucs et astuces, et ensuite les mettre en pratique et réussir à organiser votre quotidien, en fait, c'est toujours le nerf de la guerre ça, oui mais je n'ai pas le temps et en fait je crois qu'il faut réorganiser son quotidien pour inclure ça dans ses priorités, de gérer son alimentation, de gérer ses fruits et légumes. Et c'est peut-être un peu hors sujet, mais moi, j'ai l'impression aussi qu'on a besoin de faire redescendre des préjugés et de remettre des chiffres parce que souvent, il y a aussi bon bah c'est les supermarchés qui gaspillent le plus. Donc de aussi se désresponsabiliser de ses propres gestes quotidiens, sous prétexte qu'il y a d'autres qui gaspillent. Mais bon finalement, quand on remet les chiffres en face, on se rend compte que la distribution gaspille que 14 %, contrairement à la consommation qui est à 33 % quoi. Et ça, en fait, quand on met ces chiffres sous les yeux, ça permet de ah oui bah, peut-être que je vais me sentir un peu responsable.

Enquêteur : C'est rare que les gens mettent à chaque acteur le bon pourcentage.

Expert 2 : Et parce que ce qu'on voit aussi aux médias, etc. c'est les restes des supermarchés, c'est tout ce qui est jeté dans les bennes, tout ce qui est donné aux associations d'aide alimentaire. Voilà, on ne met pas en avant le gaspillage lambda...

Enquêteur : Ou du producteur ! Parce que l'un des maillons qui gaspillent le plus, c'est la production et les consommateurs. Mais quand on pense à l'agriculteur, on ne se dit pas oh il gaspille énormément. 33 %, je crois.

Expert 2 : Ouais c'est ça, 33. Tout à fait, donc ces chiffres c'est bien aussi de les remettre un peu.

Enquêteur : Ouais, ok. Est-ce que du coup, il y aurait certaines limites aux recommandations, ce dont on parle au début, du fait qu'elles soient en partie intériorisées, parfois intériorisées, mais pas mises en pratique. Est-ce qu'il y aurait des limites qui feraient que l'une ou l'autre de ces deux étapes n'est pas faite, selon toi ? Ou que toi tu aimerais mettre en lumière pour pouvoir améliorer ces recommandations ?

Expert 2 : Bah je pense que c'est qu'il y en a certaines qui ne sont vraiment pas adaptées au quotidien des personnes. Autant je pense qu'il y en a qui pourraient être mises en pratique, et que c'est une histoire de volonté, mais il y en a d'autres, genre faire des conserves ou des choses comme ça, enfin si ça pourrait, mais je pense à des familles nombreuses où c'est la mère qui gère toute l'alimentation, rajouter une charge en fait sur les épaules d'une personne. L'objectif, en fait, ce sera pas forcément de réduire le gaspillage alimentaire au sein de cette famille, ce serait de réussir que toute la famille se sente investie par l'alimentation, se sente concernée par l'alimentation et de décharger la charge mentale de la mère au foyer, enfin ou de la mère, donc peut-être parfois on prend pas le problème dans le bon sens de dire nos trucs et astuces c'est ça ça ça, très pragmatique, voilà maintenant tu peux les faire au quotidien, alors qu'en fait la problématique c'est plus



l'organisation de la famille, mais après qui est-on pour remettre en question toute une organisation chez quelqu'un, enfin il y a des choses qui sont difficiles à aborder aussi, et il faut trouver les bons formats, voilà. Je prends conscience de choses en te disant ça. [...]

Enquêteur : Tout mon mémoire, je l'ai tourné autour du temps parce que quand on dit gaspillage alimentaire, on pense que la seule action du temps, ça va être de dégrader les aliments, alors qu'en fait, bah non, c'est aussi les temporalités dans le foyer. Si une personne en dehors de chez elle de 7 h du matin à 19 h le soir, et que quand elle rentre le soir elle a tout le reste de la vie à continuer à gérer, bah dira à ces personnes, comme tu dis, que ce soit, mères de famille, pères de famille, bah maintenant, tu vas prendre une heure pour faire ta compote. Est-ce que ces personnes ont aussi le matériel adéquat ? Quand on dit congelez, est-ce que tout le monde a un congélateur, ou chez les jeunes parfois, il y a des jeunes en CROUS qui n'ont qu'un micro-ondes et éventuellement un réchaud avec une petite casserole. Donc ce n'est pas forcément évident pour tous. Donc c'est très intéressant ce que tu disais. [...]

Expert 2 : Nous on avait demandé des subventions pour un projet dans des foyers jeunes travailleurs. En fait moi j'aurais vraiment eu envie de créer des groupes de jeunes solidaires, où on est dans la discussion et de comprendre quels sont leurs besoins quotidiens et que moi, en fait j'adapte tout mon fil pédagogique. Et un jour, j'aimerais vraiment réussir à mettre ça en place de faire les choses à l'inverse, plutôt que construire nous un fil pédagogique, et dire voilà on vous le propose bim, et d'avoir des subventions de l'État ou quoi que ce soit, et d'être dans le besoin des personnes, donc de créer des groupes parce que c'est plus facile et ça permet d'avoir un peu d'énergie, et d'être dans quels sont vos besoins ? Comment est-ce que moi je peux vous accompagner, vous aider, pour éviter que ce soit descendant, pour si vous avez envie de modifier votre quotidien et trouver les bons trucs et astuces pour réduire le gaspillage alimentaire mais en fonction de vos propres besoins quoi. Et de pas leur dire d'aller acheter en vrac à la Biocoop, des trucs qui valent un bras alors qu'ils n'ont pas de quoi finir le mois. Oui, c'est plein de choses en projet, on écrit les dossiers, etc. Et un jour ça se mettra peut-être en place. [...]

Enquêteur : Du coup sur ce que je disais tout à l'heure par rapport aux recommandations, on en parle un petit peu tout à l'heure, même les recommandations, tout le monde a grosso modo les mêmes. De toute façon on ne peut pas inventer quoi, les recommandations c'est celles-là. Et le fait qu'il y ait autant d'acteurs qui les véhiculent, c'est quoi ton avis sur ça ? Qu'est-ce que ça crée ? Est-ce que pour toi c'est positif ou négatif ? Ça crée juste de la cacophonie, ou voilà.

Expert 2 : Moi, j'aurais plutôt une vision positive que ce message soit véhiculé partout. Parce que c'est la redondance d'un message qui fait qu'on finit par l'intégrer et l'intégrer de manière vraiment interne, sans avoir besoin de se rappeler quel était le message. Et ça permet de prendre conscience aussi que c'est une problématique actuelle et générale, qu'il y ait plusieurs noms qui apparaissent avec ce genre de recommandations, et que ça finira par être intégré. [...] Et donc par rapport au gaspillage alimentaire, moi j'ai l'espoir que ça soit la même chose à force d'entendre ce genre de message que... Mangez 5 fruits et légumes par jour, enfin les recommandations de la NCS ou ce genre de truc, un peu gnangnan, mais mine de rien, c'est tellement rabâché que, c'est le coup de la pub, c'est vraiment le formatage. [...]

Enquêteur : Ok, et du coup plutôt positif le fait qu'il y ait autant d'acteurs qui relayent les messages, même si au final, c'est les mêmes recommandations, et on en fait sans forcément sortir son épingle du jeu sur la thématique, ça permet de les mettre en lumière.

Expert 2 : Ouais. Bah moi, c'est vraiment parce que pour moi c'est des convictions. Et du coup, je ne suis pas dans l'idée de la concurrence et je préfère qu'on soit pleins d'acteurs à travailler sur la même chose et essayer de travailler ensemble pour le même message, dans l'idée qu'un jour ça puisse améliorer la situation planétaire, plutôt que de me dire moi je veux avoir mon message, et véhiculer mon message et mon identité, parce qu'on a de toute manière notre identité. Mais on travaille ensemble. Moi, je trouve ça super chouette. On travaille souvent avec Zéro Waste, avec Humus et Associée et on a nos personnalités, mais en même temps on véhicule le même message, et ça c'est chouette, et moi je trouve qu'il y a la place sur le marché de toute manière.

Enquêteur : Oui, très d'accord. Il reste deux petites questions. La première, on en a un petit peu parlé tout du long, mais je vais quand même te la poser au cas où tu veuilles sortir un nouveau lapin de ton chapeau. Si tu avais vraiment des ressources illimitées à ta disposition, mais vraiment, toutes les ressources que tu veux ! Qu'est-ce que tu ferais pour aider les gens à leur domicile à limiter le gaspillage alimentaire chez eux ?

Expert 2 : Je pense que je vais reprendre mon idée, c'est déjà de créer des groupes pour... Je ne sais pas pour fêter un peu l'alimentation et qu'on soit dans ce truc, limite un club de cuisine. Peut-être que le groupe créé aurait pas du tout le gaspillage alimentaire comme cœur de thématique écrit en gros, venez parlez gaspillage alimentaire, juste on crée un club cuisine, et il y a plein d'endroits où ça existe déjà et les centres sociaux ils en font pleins. C'est pour ça aussi, c'est une porte de faire ça. On parle d'alimentation et, par ce voyage-là, d'adapter les besoins à chaque personne, à chaque foyer et de réussir à mettre cette graine dans la tête des gens en répétant mes messages sur le gaspillage alimentaire. Voilà... si j'avais des ressources illimitées... (rires)

Enquêteur : On ne sait jamais dans la vie ! (Rires) OK, et du coup, la toute dernière question qui en fait techniquement est une question qu'on met en introduction. À chaque fois qu'on commence quelque chose, on demande de définir et on a vu que tout le monde n'a pas la même définition du gaspillage alimentaire. Du coup, j'aimerais que tu me donnes ta définition du gaspillage alimentaire, avec tes mots.

Expert 2 : Alors là pour le coup je suis un peu formatée parce que voilà j'ai la définition du pacte alimentation. Pour moi le gaspillage, ouais je vais prendre mes mots. En fait, j'ai tendance à vraiment le raisonner en termes d'impact écologique plus qu'en termes de pertes alimentaires. Et on a eu une discussion l'autre jour avec un collègue que voilà, quand tu as un pommier dans le jardin, est-ce que c'est du gaspillage alimentaire de laisser les pommes par terre ? Pour moi, non, à partir du moment où tu n'as pas arrosé ton pommier pour fabriquer ou pour produire des pommes, et que le gaspillage, quand je gaspille, j'ai souvent tendance à culpabiliser plus quand c'est quelque chose qui vient de loin, qui a subi la transformation, donc qui a un impact écologique, une analyse de cycle de vie plus importante qu'un autre produit. J'aurais tendance à dire que le gaspillage alimentaire, c'est vraiment quand on a créé un aliment en utilisant énormément d'énergie pour qu'il soit mangé par un être humain. Et si ce n'est pas le cas, bah là il y a vraiment une perte, une perte de travail, une perte d'énergie et une perte de plein de choses. Du coup, il y a différents grades de gaspillage.

Enquêteur : OK, c'est mieux avec tes mots qu'avec ceux du pacte (rires).

## **Annexe F : Notice d'information et consentement éclairé**

### **Étude sur le gaspillage alimentaire**

---

Avant d'accepter de participer à ce projet de recherche, veuillez prendre le temps de lire et de comprendre les renseignements qui suivent. Ce document vous explique le but de ce projet de recherche ainsi que vos droits. Je vous invite à nous poser toutes les questions que vous jugerez utiles.

#### **Référente : Francesca Foti**

Etudiante en master 2 sciences sociales appliquées à l'alimentation  
Institut Supérieur du Tourisme, de l'Hôtellerie et de l'Alimentation – Université Toulouse Jean Jaurès  
francesca\_foti@hotmail.fr – 0631995598

**Sous la direction de Sandrine Barrey**

#### **Ce que l'on attend de vous**

Si vous acceptez de participer à cette étude, nous ferons un entretien sous forme de conversation dans le but de parler de votre organisation au quotidien en ce qui concerne votre alimentation et les manières de limiter le gaspillage alimentaire au domicile. Cet entretien fera l'objet d'un enregistrement audio et d'une retranscription de ma part afin d'en faciliter l'analyse. Idéalement, cet entretien devra avoir lieu à votre domicile afin que vous puissiez si vous le souhaitez me montrer comment vous organisez le rangement de vos denrées alimentaires. Tout cela durera environ 1h30.

#### **Vos droits de vous retirer de la recherche en tout temps**

Votre contribution à cette recherche est volontaire et vous pourrez à tout moment vous en retirer ou cesser sa participation sans devoir vous en justifier. Votre décision de participer, de refuser de participer et de cesser votre participation n'aura aucun effet dans nos relations futures.

#### **Vos droits à la confidentialité et au respect de la vie privée**

Les informations recueillies vous concernant font l'objet d'une déclaration auprès du service de Protection des données de l'Université Toulouse-Jean Jaurès, 5 allées Antonio Machado, 31 058 Toulouse Cedex 9, [dpo@univ-tlse2.fr](mailto:dpo@univ-tlse2.fr). La base légale de cette déclaration s'appuie sur votre consentement.

La plupart des données recueillies dans la présente étude constituent des données sensibles (e.g., données sociodémographiques, données de santé).

Seuls le responsable scientifique et les chercheurs associés à ce projet auront accès à vos données. La durée de conservation de vos données est de 2 ans après publication. Au-delà de cette période, elles seront effacées.

Vous pouvez accéder et obtenir copie des données vous concernant, vous opposer au traitement de ces données, les faire rectifier ou les faire effacer.

Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits sur vos données ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation (plainte) à la CNIL : <https://www.cnil.fr/fr/webform/adresser-une-plainte>

#### **Remerciements**

Votre participation est précieuse et indispensable pour la réalisation de cette recherche, je vous remercie donc vivement de l'attention que vous portez à mon travail et du temps que vous m'accordez pour m'aider à avancer dans cette étude.

#### **À remplir par le participant :**

J'ai lu et compris les renseignements ci-dessus et j'accepte de plein gré de participer à cette recherche.

**Nom** ..... **Prénom** .....  
**Date** ..... **Signature**

## Annexe G : Grille d'entretien probatoire

Cet entretien sera enregistré puis retranscrit pour alimenter mon étude, je vais totalement l'anonymiser ce qui signifie que votre vrai nom n'apparaîtra pas, est-ce que c'est d'accord pour vous ? (*Faire signer formulaire de consentement*)

Je suis étudiante en master 2 sciences sociales appliquées à l'alimentation et dans le cadre de mon mémoire de fin d'études je travaille sur la thématique du gaspillage alimentaire au domicile du consommateur.

Durant cet entretien, après que vous vous soyez présentés, nous allons nous intéresser à votre organisation au quotidien en ce qui concerne votre alimentation et les manières de limiter le gaspillage alimentaire à la maison. On va essayer de retracer vos mouvements à partir du moment où vous vous rendez compte que vos placards sont vides et qu'il est temps de faire les courses jusqu'au moment du repas et de la gestion des éventuels restes. (*Présentation de l'outil frise*) Nous allons donc nous déplacer sur chacun des sept points présents sur cette frise et sur chacun d'eux, avant que vous ne m'expliquiez comment ça se passe pour vous, je vais vous demander de me donner des conseils pour éviter le gaspillage alimentaire chez moi, des petits gestes que je pourrais mettre en place. Nous essayerons aussi de voir quelles sont les limites des recommandations et ce qui pourrait être mis en place pour vous aider au quotidien.

Je vais vous poser des questions pour accompagner cet entretien, il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, et si vous souhaitez que j'apporte des précisions à certaines de mes questions n'hésitez pas à me le préciser.

Nous pouvons commencer quand vous êtes prêt.

Sous-thème	Objectifs	Questions	Relances (facultatives)
<b>PRÉSENTATION</b>			
Vous aujourd'hui	Identifier le profil de la personne et mettre en confiance	1. Pouvez-vous vous présenter rapidement ainsi que la constitution de votre foyer ?	<ul style="list-style-type: none"><li>- Quel est votre âge ?</li><li>- Que faites-vous dans la vie ?</li><li>- Comment se compose votre foyer ?</li></ul>
Votre rapport à l'alimentation	Comprendre si le rapport à l'alimentation est positif ou négatif	2. Est-ce que l'alimentation est quelque chose d'important pour vous ?	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cuisiner est plutôt un plaisir ou une corvée ?</li><li>- Prenez-vous du plaisir à manger ?</li><li>- Est-ce que vous reliez l'alimentation à des souvenirs heureux ?</li></ul>
Engagement écologique	Connaître le niveau	3. Diriez-vous que vous avez une sensibilité « écolo » ?	<ul style="list-style-type: none"><li>- Faites-vous attention au bio ?</li></ul>

	d'engagement écologique		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avez-vous un potager ou des animaux de basse-cour ?</li> <li>- Compostez-vous ?</li> <li>- Mangez-vous des produits locaux ?</li> </ul>
<b>CONSTRUCTION DE LA DÉCISION</b>			
Vos conseils pour moi	Identifier ce qui est intériorisé	4. Est-ce que vous pouvez me donner des conseils afin que j'évite le gaspillage alimentaire chez moi lorsque je construis ma décision d'achat ?	<i>Cocher dans la liste</i>
Planification des repas	Tracer l'itinéraire	5. Vous vous rendez compte que vos placards sont vides et qu'il est temps de faire les courses, que faites-vous ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Faites-vous un menu pour la semaine ?</li> <li>- Êtes-vous la seule personne de votre foyer à vous en occuper ?</li> <li>- Vous faites vos achats par rapport à ce qu'il reste dans votre frigo/placards ou plutôt par rapport à vos envies ?</li> </ul>
Limites	Identifier les limites	6. Est-ce qu'il est facile pour vous de mettre en place cette routine et tous les conseils dont nous avons parlé ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quelles sont les limites ?</li> <li>- Comment pourrions-nous les améliorer ? De quoi auriez-vous besoin pour vous aider ?</li> </ul>
<b>DÉPLACEMENT VERS LE LIEU D'ACHAT</b>			
Fréquence	Pour savoir comment se font les rotations du stock	7. À quelle fréquence faites-vous vos courses généralement ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une fois par jour</li> <li>- Plusieurs fois par semaine</li> <li>- Une fois par semaine</li> <li>- Autre</li> </ul>
Mode de déplacement	Pour connaître les contraintes matérielles et temporelles éventuelles	8. Comment vous rendez-vous sur vos lieux de courses ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Véhicule ?</li> <li>- Est-ce que vous faites le déplacement spécifiquement</li> </ul>

			pour vos courses ou est-ce que vous le faites par exemple en rentrant du travail ?
Temps de déplacement	Respect de la chaîne du froid	9. Avez-vous beaucoup de trajet à faire pour vous rendre sur vos lieux d'approvisionnement ?	(Sacs isothermes)
Limites	Identifier les limites	10. Est-ce qu'il est facile pour vous de mettre en place cette routine et tous les conseils dont nous avons parlé ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quelles sont les limites ?</li> <li>- Comment pourrions-nous les améliorer ?</li> <li>- De quoi auriez-vous besoin pour vous aider ?</li> </ul>
<b>ACTE D'ACHAT</b>			
Vos conseils pour moi	Identifier ce qui est intériorisé	11. Est-ce que vous pouvez me donner des conseils afin que j'évite le gaspillage alimentaire lorsque je fais les courses ?	<i>Cocher dans la liste</i>
Lieux d'approvisionnement	Tracer l'itinéraire	12. Où faites-vous vos courses généralement ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lieux ?</li> <li>- Plusieurs lieux combinés ?</li> </ul>
Personnes présentes lors des courses	Savoir qui agit sur les décisions	13. Êtes-vous seul ou accompagné lorsque vous faites vos courses généralement ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ami, conjoint, enfant ?</li> <li>- Est-ce que ces personnes jouent sur la décision des produits achetés ?</li> </ul>
Actes d'achat en lui-même	Déterminer les logiques d'action	14. Comment procédez-vous dans le magasin ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En suivant scrupuleusement la liste</li> <li>- Utilisation des rayons promos ?</li> <li>- Faites-vous des achats plaisir ?</li> <li>- Prenez-vous les différentes catégories d'articles dans un ordre spécifique ?</li> <li>- <b>Prenez-vous le premier produit sur la gondole ou cherchez-vous une</b></li> </ul>

			<b>date plus longue derrière ?</b>
Quantités	Comprendre comment se constituent les stocks	15. Achetez-vous uniquement ce dont vous avez besoin ou faites-vous des achats en grandes quantités ?  16. Comment se fait-il ?	- Gros contenants ou promotions 2 achetés 1 offert
Limites	Identifier les limites	17. Est-ce qu'il est facile pour vous de mettre en place cette routine et tous les conseils dont nous avons parlé ?	- Quelles sont les limites ? - Comment pourrions-nous les améliorer ? - De quoi auriez-vous besoin pour vous aider ?
<b>STOCKAGE</b>			
Vos conseils pour moi	Identifier ce qui est intériorisé	18. Est-ce que vous pouvez me donner des conseils afin que j'évite le gaspillage alimentaire au moment de ranger mes courses ?	- <i>Cocher dans la liste</i>
Stockage	Connaître les pratiques de stockage	19. Une fois rentré chez vous, comment organisez-vous le rangement de vos courses ?	- Rangez-vous certains types de produits en premier ? - Avez-vous plusieurs lieux de stockage ? - Comment organisez-vous les aliments dans vos placards ? - Regardez-vous les dates de péremption lorsque vous rangez vos courses ? - Est-ce que vous congelez certains aliments que vous achetez directement après l'achat ?
Rangement du frigo	Savoir si les zones de froid du réfrigérateur	20. Dans votre frigo, est-ce que vous rangez les	- 1 <sup>er</sup> entré, 1 <sup>er</sup> sorti - Fragile devant

	sont respectées + DLC	aliments d'une manière particulière ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dates courtes devant</li> <li>- Boites hermétiques</li> <li>- Praticité pour les enfants</li> </ul>
Congélateur	Savoir s'ils ont le réflexe de congeler	21. Avez-vous un congélateur et quelle utilisation en faites-vous ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Juste pour les produits surgelés du supermarché ?</li> <li>- Pour rallonger la DLC de certains produits bruts</li> <li>- Pour congeler des restes</li> <li>- Autres</li> </ul>
DLC	Évaluer le niveau de connaissance en matière de date de péremption ainsi que la légitimité du système	22. Est-ce que vous savez ce que veulent dire ces deux anagrammes (DDM et DLC) ?  23. Que pensez-vous des dates de péremption ?	<p><i>Expliquer la différence</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-ce que vous leur accordez beaucoup d'importance ?</li> </ul>
	Application dans leur quotidien	24. Est-ce que vous aviez déjà remarqué qu'il y avait ces deux types de dates sur vos produits ?  25. Est-ce que vous traitez de manière différentes les produits selon le type de date qu'ils ont ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> </ul>
Consommation après DLC	Évaluer la peur du risque	26. Mangeriez-vous un produit dont ces dates sont dépassées ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-ce valable pour tous les produits ?</li> <li>- Le faites-vous de manière systématique ?</li> <li>- Tous les membres de votre famille le font-ils ?</li> </ul>
Aliments comestibles ou pas	Évaluer la peur du risque	27. Comment savez-vous quand un aliment n'est plus comestible ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vous fiez-vous uniquement aux dates de péremption ?</li> <li>- Vous servez-vous de vos sens ?</li> </ul>



			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demandez-vous à une tierce personne de vérifier pour vous ?</li> </ul>
Gestion des produits périmés	Évaluer le rapport au pourri	28. Que faites-vous si vous vous rendez-compte que l'un de vos produits est en train de pourrir ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vous retirez la partie endommagée et vous mangez le reste ?</li> <li>- Faites-vous la même chose pour tous les produits ?</li> </ul>
Limites	Identifier les limites	29. Est-ce qu'il est facile pour vous de mettre en place cette routine et tous les conseils dont nous avons parlé ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quelles sont les limites ?</li> <li>- Comment pourrions-nous les améliorer ?</li> <li>- De quoi auriez-vous besoin pour vous aider ?</li> </ul>
<b>PRÉPARATION DU REPAS</b>			
Vos conseils pour moi	Identifier ce qui est intériorisé	30. Est-ce que vous pouvez me donner des conseils afin que j'évite le gaspillage alimentaire au moment de préparer mon repas ?	<i>Cocher dans la liste (Insister sur les conseils culinaires avec la liste que j'ai préparée)</i>
La préparation du repas	Organisation du foyer	31. L'heure de manger est arrivée, comment s'organise la préparation des repas ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-ce que vous participez à la préparation des repas ?</li> <li>- Est-ce toujours la même personne qui s'en charge ?</li> <li>- Cuisinez-vous tous les jours ou anticipez-vous certains repas ?</li> <li>- Consommez-vous beaucoup de produits déjà transformés ?</li> </ul>
Limites	Identifier les limites	32. Est-ce qu'il est facile pour vous de mettre en place cette routine et tous les conseils dont nous avons parlé ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quelles sont les limites ?</li> <li>- Comment pourrions-nous les améliorer ?</li> </ul>

			- De quoi auriez-vous besoin pour vous aider ?
<b>REPAS</b>			
Vos conseils pour moi	Identifier ce qui est intériorisé	33. Est-ce que vous pouvez me donner des conseils afin que j'évite le gaspillage alimentaire au moment du repas ?	<i>Cocher dans la liste</i>
Lieu du repas	Tracer l'itinéraire	34. Où mangez-vous généralement ?	- Mangez-vous souvent à l'extérieur ? - Lorsque vous mangez à l'extérieur vous amenez-vous votre propre repas ?
Temps du repas	Tracer la routine et voir les répercussions de la « modernité alimentaire »	35. Comment s'organise le moment du repas au domicile ?	- Mangez-vous tous ensemble ? - Mangez-vous en faisant d'autres choses en même temps ? - Mangez-vous à table ? - Vous resservez-vous plusieurs fois ?
Rupture de routine	Voir si gaspillage et rupture de routines sont compatibles	36. Avez-vous souvent des invités chez vous ou sortez-vous souvent manger ?	- <b>Est-ce que cela est généralement prévu à l'avance ou imprévu ?</b> - Avez-vous beaucoup d'imprévu dans la semaine ? - Est-ce que cela impacte votre organisation en ce qui concerne les repas ? - Avez-vous l'impression que ça génère du gaspillage alimentaire ? - <b>Est-ce que si vous aviez beaucoup de restes vous les</b>

			<b>donneriez à vos invités ?</b>
Limites	Identifier les limites	37. Est-ce qu'il est facile pour vous de mettre en place cette routine et tous les conseils dont nous avons parlé ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quelles sont les limites ?</li> <li>- Comment pourrions-nous les améliorer ?</li> <li>- De quoi auriez-vous besoin pour vous aider ?</li> </ul>
<b>LA GESTION DES RESTES</b>			
Vos conseils pour moi	Identifier ce qui est intériorisé	38. Est-ce que vous pouvez me donner des conseils afin que j'évite le gaspillage alimentaire lorsque le repas est terminé et qu'il faut gérer les restes ?	<i>Cocher dans la liste</i>
Débarrasser la table	Tracer l'itinéraire	39. Le repas est terminé, que faites-vous généralement ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-ce que vous débarrassez tout de suite ?</li> <li>- Est-ce que tout le monde s'en charge dans le foyer ?</li> </ul>
Gestion des restes	Appréhender leur gestion des restes	40. S'il y a des restes lors de ce repas, que faites-vous ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vous les jetez ?</li> <li>- Congelez ?</li> <li>- Compost ou animaux ?</li> <li>- Boîte fermée ?</li> <li>- Casserole au frigo ?</li> </ul>
Rapport aux restes	Saisir les représentations	41. Quel rapport entretenez-vous avec les restes ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trouvez-vous ça un peu dégoûtant ?</li> <li>- Ça ne vous gêne pas qu'il y en ait ?</li> <li>- Aimez-vous qu'il y en ai ?</li> <li>- Aimez-vous les accommoder ?</li> </ul>
Manger les restes	Evaluer de manière plus précise les représentations autour des restes	42. Mangeriez-vous les restes provenant d'assiettes autres que la vôtre ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Par exemple : celle de votre famille, de vos enfants, de vos amis, de connaissances ?</li> <li>- Et s'il s'agit d'inconnus que vous rencontrez pour la première fois ?</li> </ul>

Limites	Identifier les limites	43. Est-ce qu'il est facile pour vous de mettre en place cette routine et tous les conseils dont nous avons parlé ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quelles sont les limites ?</li> <li>- Comment pourrions-nous les améliorer ?</li> <li>- De quoi auriez-vous besoin pour vous aider ?</li> </ul>
<b>GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>			
Leur définition du gaspillage	Montrer que ce n'est pas unanime + utiliser pour l'introduction ou chapitre 1	44. Si vous deviez me donner votre définition du gaspillage alimentaire ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-ce que pour vous le fait de composter ou de donner les restes aux animaux c'est du gaspillage alimentaire et pourquoi ?</li> </ul>
Le gaspillage en France	Identifier son implication dans le problème	45. Selon-vous, en moyenne, combien gaspille un Français par an ?  46. Vous pensez être dans la moyenne ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>5 kg = gros sac poubelle</li> <li>25 kg = enfant de 8 ans</li> <li>100 kg = un rugbyman</li> <li>1 tonne = une voiture</li> </ul>
Causes du gaspillage	Saisir des déterminants de l'action ou des contraintes pouvant expliquer le gaspillage	47. Nous gaspillons tous un minimum, selon vous, qu'est ce qui fait que l'on gaspille ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peur d'une intoxication alimentaire ?</li> <li>- <b>Oubli d'aliments dans vos placard et DLC dépassées ?</b></li> <li>- Mauvaise connaissance des étiquettes ?</li> <li>- Restes de repas ?</li> <li>- Fautes de gout ?</li> <li>- Envies changeantes ?</li> <li>- <b>Manque de temps pour l'organisation des repas ?</b></li> <li>- <b>Matériel insuffisant ?</b></li> </ul>
Besoins	Identifier quels sont les besoins les plus urgents pour limiter le gaspillage	48. Concrètement, qu'est ce qui pourrait vous aider à limiter le gaspillage alimentaire chez vous ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une organisation</li> <li>- Des conseils</li> <li>- Un suivi</li> <li>- Du matériel</li> <li>- Autres</li> </ul>
Sensibilité au gaspillage	Questionner la socialisation vis-à-vis du gaspillage	49. Qu'est-ce qui vous dérange le plus dans le fait de gaspiller et qui	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avez-vous l'impression d'être sensible à la question du</li> </ul>

		vous pousse à éviter le gaspillage ?	<p>gaspillage alimentaire ? Est-ce que ça a toujours été le cas ?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-ce que ça vous préoccupe lorsque vous avez des restes ?</li> <li>- Est-ce que vous prenez systématiquement un doggy-bag au restaurant si vous ne finissez pas votre assiette ?</li> <li>- Sensibilisez-vous votre entourage à la réduction du gaspillage ?</li> </ul>
Prescripteurs	Identifier les prescripteurs	<p>50. Tout au long de cet entretien nous avons parlé de nombreux conseils pour éviter le gaspillage, de manière générale, comment les avez-vous connus ?</p> <p>51. Est-ce que selon qui vous donne le conseil vous allez avoir tendance à plus ou moins le suivre ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Famille, amis ?</li> <li>- Associations ?</li> <li>- Ministère ?</li> <li>- Recherches personnelles ?</li> <li>- Infographies et pub ?</li> </ul>
Final	Terminer sur une mise en action ou une note positive	<p>52. Nous nous sommes déplacés tout au long de cet itinéraire (<i>montrer frise</i>), est-ce que cela vous a permis de remarquer certaine chose sur vos pratiques ou vous a donné envie d'adopter certains gestes ? Avez-vous autre chose à ajouter avant que l'on termine ?</p>	

**À la fin de l'entretien :** Si besoin, est-ce que vous acceptez que je vous recontacte afin de préciser certains points ?

Annexe H : Tableau croisé des recommandations et des acteurs communicants

		CONSTRUCTION DÉCISION			TRAJET	ACTE D'ACHAT						STOCKAGE						PRÉPARATION CULINAIRE				GESTION DES RESTES				
		Faire une liste des courses	Vérifier placards et réfrigérateur	Préparer un menu	Respecter la chaîne du froid	Ne pas faire les courses le ventre vide	Attention aux promotions	Circuits courts + bio + local + saison	Acheter fruits et légumes non calibrés	Rayon antigaspi / dates courtes	Acheter en vrac ou à la coupe	Acheter en quantités adaptées	Adapter le lieu de stockage selon produits	Ranger frigo selon les zones de froid	Distinguer DLC et DDM	Vérifier les DLC	Noter la date après ouverture	Congeler produits et restes de repas	Nettoyer et ranger régulièrement le frigo	Règle premier entré, premier sorti	Préparer ce qui se périmé en premier	Cuisiner en quantités adaptées	Faire confiance à ses sens	Conseils culinaires et recettes	Cuisiner les restes et les produits abimés	Mettre les restes dans des boîtes fermées
ASSO	FNE	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	Pro-portion	X	X	X			X			X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	To good to go	X	X	X			X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
MUNICIPALITÉS	Toulouse Métropole	X		X	X	X	X			X	X	X	X	X		X	X	X		X		X	X			
	Agglomération Rodez	X	X	X	X	X		X	X		X	X	X	X		X		X	X	X		X	X	X	X	
	Orléans Métropole	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X	X	X	X
	Ville de Paris	X	X			X	X	X		X	X		X	X	X				X		X		X	X	X	X
ACTION PUBLIQUE	Ministère de l'agriculture et de l'alimentation				X			X	X		X	X	X				X	X	X		X		X	X	X	X
	ADEME	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X				X		X		X		X		
	FAO	X		X	X			X	X		X	X		X		X		X		X		X		X	X	X
ACTEURS ÉCO	Lait 2 vaches		X				X			X			X	X			X			X		X				
	Nestlé	X	X	X								X	X	X			X		X	X			X	X		X
	Bonduelle										X		X										X	X		
	Charal	X		X		X				X	X	X	X	X		X	X	X	X	X		X	X	X		

# Annexe I : Visuel final du Padlet créé lors du *focus group*

padlet

francesca\_foti + 4

## Tous ensemble contre le gaspillage alimentaire à la maison

1. DANS LE TITRE DE LA NOTE : astuce anti-gaspi - 2. DANS LE CORPS DE TEXTE : comment je l'ai connue - 3. PETIT POUCE : pour savoir si vous l'utilisez chez vous - 4. EN COMMENTAIRE : une limite ou un frein à son utilisation

**Participant 1**

**Préparer une liste et repérer les aliments manquants**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Acheter des produits congelés avec DLC longue**

1 👍 3

Participant 3 le congélateur va vite déborder

Participant 3 un congélateur trop plein est écoulé ?

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Connaître les fruits et légumes de saison qui seront moins jetés car ils auront plus de goût**

3 👍 1

Ajouter un commentaire

**Participant 2**

**Acheter en quantité raisonnable**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 4**

**Acheter en vrac**

1 👍 3

Participant 2 Pour le gaspillage d'emballage peut-être mais pour l'alimentaire je vois pas trop

Participant 4 Tu achètes la quantité exacte qu'il te faut

Participant 1 Avoir des bocaux et possibilité de les stocker

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Cuisiner la quantité souhaitée**

3 👍 1

Participant 1 Difficile à évaluer les quantités qu'il nous faut / besoin / envie sur le moment où l'on cuisine

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Avoir des tupperwares sous la main ou des boîtes hermétiques pour une meilleure conservation, ou couvrir les aliments**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Pour les vieux fruits faire des glaces avec du lait pour l'été**

1 👍 3

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Choisir les fruits et légumes moches car ils ont le même goût que les autres et ils sont souvent moins achetés par les gens**

3 👍 1

Ajouter un commentaire

**Participant 2**

**Cuisiner au maximum les aliments dans leur entièreté**

2 👍 2

Participant 1 Donne pas envie / pas de connaissances si l'aliment est consommable ou non / goût

Participant 2 Google est ton ami

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Classer ses aliments dans le frigo**

1 👍 3

2

Participant 3 on ne va pas s'y astreindre au long terme

Participant 3 à la limite avoir en tête la date des DLC

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Connaître la différence entre DLC et DDM.**

2 👍 2

Participant 1 Pas clair et encore peu connu / possibilité de confondre

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Sentir le produit avant de le jeter**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 3**

**Sortir manger au resto tous les soirs et ne cuisiner que pour le midi**

0 👍 4

Participant 1 Gros budget

Ajouter un commentaire

**Participant 3**

**Avoir des poules à la maison, tous les restes sont mangés et les oeufs produits sont toujours meilleurs**

1 👍 3

Participant 3 ou dans le même genre il ont mis au point des composteurs d'intérieurs (genre étanches sans odeurs)

Ajouter un commentaire

**Participant 3**

**Faire une journée "cuisine intensive" et mettre dans des boîtes au frais**

1 👍 3

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Faire les courses de frais souvent et avoir du sec de secours non périssable**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 3**

**Faire des grosses quantités (Techniques des grand parents\*\*)**

2 👍 2

4

Participant 4 Faire de trop grosses quantité peut justement produire du gaspillage..

Participant 3 et puis il existe des personnes qui n'acceptent pas de manger 2 fois le même plat aussi

Participant 2 D'accord avec [redacted] faut être sûr de vouloir tout manger les prochains jours

Participant 1 lassitude du plat

Ajouter un commentaire

**Participant 4**

**Ré-utiliser les restes**

4 👍 0

Participant 3 La quiche aux restes !

Ajouter un commentaire

**Participant 2**

**Ne pas forcément jeter ce qui nous semblerait passé ou périmé alors que c'est encore bon (exemple : la banane un peu marron)**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Conserve à sortir uniquement en cas de besoin**

2 👍 2

Participant 3 #j'ai la fiemme #

Participant 1 Peut encourager le gaspillage car si pas envie de manger les restes => boîte de secours

Ajouter un commentaire

**Participant 3**

**Les séniors achètent au jour le jour**

0 👍 4

2

Participant 1 le pain par exemple

Participant 1 Avoir le temps d'aller au course tout les jours / bon pour les retraités

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Acheter les produits moins chers de dernière minute pour éviter aux magasins de jeter + To good to go**

3 👍 1

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Congeler les plats/les restes**

4 👍 0

Participant 1 Avoir un congélateur

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Recuisiner le produit différemment ou avoir des épices**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Eviter que les aliments ne pourrissent vite (exemple de la pomme à ne pas mettre à côté d'autres fruits)**

3 👍 1

2

Participant 1 Avoir un bon espace de stockage

Participant 4 Il faut connaître les "mauvaises associations"

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Avoir des recettes anti gaspi sous la main (exemple : pain perdu)**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Faire des sauces avec les vieux légumes ou des coulis, compotes ou jus avec les vieux fruits**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

**Participant 1**

**Préparer les aliments avant qu'ils ne se dégradent afin de gagner 3 jours**

4 👍 0

Ajouter un commentaire

## Annexe J : Grille d'analyse de l'intériorisation et la mise en pratique des recommandations

Nom de l'enquêté(e) : .....

	Recommandations	Intériorisée	Mise en pratique	Limites
Décision	Liste des courses			
	Vérification des stocks			
	Menu de la semaine			
Déplacement	Jouer sur la fréquence			
	Impact du mode de déplacement			
	Chaîne du froid			
Acte achat	Attention aux promotions			
	Attention aux écarts et craquages			
	Ne pas avoir le ventre vide			
	Achat de fruits et légumes non calibrés			
	Rayon antigaspi			
	Achat vrac et à la coupe			
	Acheter les justes quantités			
Stockage	Rangement par DLC			
	Congélation			
	Hygiène du réfrigérateur			
	Respect des zones de froid			
	Adapter le lieu de stockage au produit			
	Règle du 1er entré, 1er sorti			
	Boîtes fermées			
	Distinguer DLC et DDM			
	Noter la date après ouverture			
	Conseils de stockage			
Préparation culinaire	Préparer les justes quantités			
	Attention aux déchets de préparation			
	Cuisiner ce qui se périmé en premier			
	Cuisiner les restes			
	Faire confiance à ses sens			
	Conseils culinaires			
Repas	Attention aux restes			
	Se servir selon sa faim			
Gestion restes	Donner le surplus			
	Accommoder les restes			
	Bien les conserver			



## Annexe K : Grille d'analyse croisée de l'intériorisation et de la mise en pratique des recommandations

		INTERIORISATION																		MISE EN PRATIQUE																	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Construction de la décision	Liste des courses	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	(X)	X			X	X	(X)	(X)	X	(X)	(X)			X	X	X	X	
	Vérification des stocks	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	(X)	X	X	X	X	X	X	(X)	X	(X)	X	X	(X)	X	X	X	X	
	Menu de la semaine	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X							X	(X)					(X)	(X)	(X)	X		
Déplacement	Jouer sur la fréquence	X		X	X	X	X	X	X	X		X			X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X		X			X	X	X	X	X	
	Impact du mode de déplacement	X	X		X															X	X		X														
	Chaîne du froid	X	X	X		X	X				X				X	X	X	X	X	X	X	X		X	X				X			X	X	X	X	X	
Acte d'achat	Attention aux promotions	X	X		X	X	X	X			X	X			X	X	X			X	X		X	X	X	X		(X)	X		X		X	X			
	Attention aux écarts et craquages	X		X	X		X	X			X				X	X				X	X		X	X		X	(X)				X					X	
	Ne pas avoir le ventre vide	X			X					X													X					(X)									
	Achat de fruits et légumes non calibrés	X								X		X				X	X	X		X	X								X			X			X	X	
	Rayon antigaspi		X	X	X				X	X	X			X	X	X							X	X			X	X		X		X		X		X	X
	Achat vrac et à la coupe		X	X				X		X			X		X					X	X					X		X		X		X			X		X
	Acheter les justes quantités	X	X		X	X	X	X		X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X		X	X		X	(X)	X	X	X	X	X	X	X	X
Stockage	Rangement par DLC			X					X		X			X		X							X				X	X		X						X	
	Congélation		X	X				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X						X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Hygiène du réfrigérateur			X			X						X									X			(X)					X							
	Respect des zones de froid	X	X				X		X				X	X	X					X	X	X					(X)			X	X					X	
	Adapter le lieu de stockage au produit	X			X	X			X			X	X			X	X	X		X	X			X	X			X		X					X	X	
	Règle du 1er entré, 1er sorti	X		X		X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Boîtes fermées	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	(X)	X	X	X	X	X	X	X	X
	Distinction DLC et DDM	X		X	X	X		X			X		X	X	X		X	X		X	X		X	X	X	X		X		X		X		X		X	
	Noter la date après ouverture			X							X												(X)						X								
Conseils de stockage	X	X	X	X	X					X		X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X					X		X	X	X	X	X	X	X	
Préparation culinaire	Préparer les justes quantités	X	X	X	X	X	X	X		X	X			X	X			X	X			X		(X)	X	X		X	X		X					X	
	Attention aux déchets de préparation	X	X	X	X				X		X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			X		X		X	X	X	X	X	(X)	
	Cuisiner ce qui se périmé en premier	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Cuisiner les restes	X		X	X		X		X	X	X	X		X	X	X				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Faire confiance à ses sens	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Conseils culinaires	X	X	X	X	X				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Repas	Attention aux restes	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Se servir selon sa faim	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Gestion des restes	Donner le surplus	X	X	X	X	X			X		X		X	X		X				X	X	X	X	(X)	X			(X)		(X)		X	X		X		X
	Accommoder les restes	X		X	X		X		X	X	X	X		X	X	X				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Bien les conserver	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	(X)	X	X	X	X	X	X	X	(X)	X	X	X	X	X	X	X	X

## Annexe L : Grille récapitulative des limites des recommandations énoncées par les enquêtés

		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Construction de la décision	Liste des courses	La liste et le menu peuvent représenter une contrainte du fait des envies changeantes Si les courses sont faites une fois le réfrigérateur vide il n'est pas forcément nécessaire de vérifier les stocks		Il peut être difficile de suivre un menu lorsqu'on a des envies changeantes	Le menu et la liste impliquent une certaine rigueur et peuvent être difficiles à gérer avec un emploi du temps changeants			Emploi du temps changeant et chargé professionnellement	La liste est parfois oubliée	
	Vérification des stocks									
	Menu de la semaine									
Déplacement	Jouer sur la fréquence									
	Impact du mode de déplacement									
	Chaîne du froid									
Acte d'achat	Attention aux promotions	Certains conseils ne correspondent pas aux habitudes des consommateurs	Le rayon dates courtes implique de se détacher de sa liste	Le conseil des justes quantités exclu les logiques de stocks	Le rayon dates courtes implique de se détacher de sa liste	Parfois les deux membres d'un même foyer vont avoir des logiques de fonctionnement ou une sensibilité différente	Les achats au rayon dates courtes impliquent potentiellement de s'écarter de la liste Peur du vrac pour des questions d'hygiène	Il n'est pas évident d'éviter les écarts si l'on a des enfants ou si l'on est sensible au packaging	Les achats au rayon dates courtes impliquent potentiellement de s'écarter de la liste Le conseil des justes quantités exclu les logiques de stocks	Les achats au rayon dates courtes impliquent potentiellement de s'écarter de la liste
	Attention aux écarts et craquages									
	Ne pas avoir le ventre vide									
	Achat de fruits et légumes non calibrés									
	Rayon antigaspi									
	Achat vrac et à la coupe									
Acheter les justes quantités										
Stockage	Rangement par DLC	Certains conseils ne correspondent pas aux habitudes des consommateurs	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement
	Congélation									
	Hygiène du réfrigérateur									
	Respect des zones de froid									
	Adapter le lieu de stockage au produit									
	Règle du 1er entré, 1er sorti									
	Boîtes fermées									
	Distinguer DLC et DDM									
	Noter la date après ouverture									
Conseils de stockage										
Préparation culinaire	Préparer les justes quantités	Certains conseils ne correspondent pas aux habitudes des consommateurs	Le fait de préparer les justes quantités ne prend pas en compte les logiques d'anticipation et la congélation	Le conseil concernant les sens ne prend pas en compte les potentielles situations de handicap	Le fait de cuisiner les justes quantités n'est parfois pas respectés				Le conseil des justes quantités exclu les logiques de stocks	
	Attention aux déchets de préparation									
	Cuisiner ce qui se périmé en premier									
	Cuisiner les restes									
	Faire confiance à ses sens									
	Conseils culinaires									
Repas	Attention aux restes									
	Se servir selon sa faim									
Gestion des restes	Donner le surplus					Le surplus va parfois seulement être donné aux enfants			Le fait de donner un reste rend mal à l'aise (en dehors de la pâtisserie)	
	Accommoder les restes									
	Bien les conserver									

		10	11	12	13	14	15	16	17	18
Construction de la décision	Liste des courses	Le menu de la semaine demande une certaine rigueur	La liste peut être faite mais ne pas être suivie ou être oubliée		Parfois le menu est remplacé par une liste de repas	Les conseils ne sont pas appliqués de la même façon selon le membre du foyer		Le fait de faire un menu peut dépendre du temps disponible	Certaines personnes gèrent leurs stocks de tête	
	Vérification des stocks									
	Menu de la semaine									
Déplacement	Jouer sur la fréquence									
	Impact du mode de déplacement									
	Chaîne du froid									
Acte d'achat	Attention aux promotions		Les consommateurs peuvent avoir conscience de l'importance d'acheter les justes quantités mais être des acheteurs compulsifs	Les rayons dates courtes et le vrac va dépendre de l'offre commerciale Le conseil des justes quantités exclu les logiques de stocks, mais les deux ne sont pas incompatibles	Le fait d'acheter des légumes non calibrés va dépendre de l'offre commerciale et ce n'est pas forcément possible en drive de choisir					
	Attention aux écarts et craquages									
	Ne pas avoir le ventre vide									
	Achat de fruits et légumes non calibrés									
	Rayon antigaspi									
	Achat vrac et à la coupe									
	Acheter les justes quantités									
Stockage	Rangement par DLC	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement	Le rangement par DLC n'est pas forcément nécessaire si le mangeur-consommateur garde les dates en tête ou les vérifie quotidiennement
	Congélation									
	Hygiène du réfrigérateur									
	Respect des zones de froid									
	Adapter le lieu de stockage au produit									
	Règle du 1er entré, 1er sorti									
	Boîtes fermées									
	Distinguer DLC et DDM									
	Noter la date après ouverture									
	Conseils de stockage									
Préparation culinaire	Préparer les justes quantités			Le conseil des justes quantités exclu les logiques de stocks Difficultés à gérer les bonnes portions					Le conseil des justes quantités exclu les logiques d'anticipation	
	Attention aux déchets de préparation									
	Cuisiner ce qui se périmé en premier									
	Cuisiner les restes									
	Faire confiance à ses sens									
	Conseils culinaires									
Repas	Attention aux restes									
	Se servir selon sa faim									
Gestion des restes	Donner le surplus	Selon les membres du foyer la conservation peut se faire de manière différente								
	Accommoder les restes									
	Bien les conserver									

## Annexe M : Itinéraires de consommation des différents enquêtés

### ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

#### Enquêté n° 1

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Calculer le nombre de repas avant les prochaines courses</li> <li>- Décision construite sur le lieu d'achat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À pied pendant 15/20 min</li> <li>- Courses hebdomadaires</li> <li>- Déplacement spécifique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seul</li> <li>- Mode de consommation minimaliste</li> <li>- Fruits et légumes, puis viande, puis sec</li> <li>- Les justes quantités ne sont pas incompatibles avec les promotions</li> <li>- Pas de logiques de stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consommation minimaliste donc pas besoin d'un rangement particulier</li> <li>- Réfrigérateur rangé par zones de froid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêté s'en charge seul</li> <li>- Attention portée aux justes quantités</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seul, à table, en prenant le temps et avec une activité annexe</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles autant prévues qu'imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Accommodés</li> <li>- Amenés chez ses parents en fin de semaine</li> </ul>

### ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

#### Enquêtée n° 2

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Décision construite sur le lieu d'achat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En voiture pendant 10/15 min</li> <li>- Toutes les 2/3 semaines</li> <li>- Déplacement spécifique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seule</li> <li>- En suivant sa liste et en construisant les repas au fur et à mesure</li> <li>- Ne fréquente pas les rayons promotions et dates courtes</li> <li>- Pas de logiques de stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une étagère pour chaque membre de la colocation</li> <li>- Réfrigérateur rangé par zones de froid</li> <li>- Congélation pour allonger la date des produits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêtée s'en charge seule</li> <li>- Selon les légumes qui vont se perdre</li> <li>- Logiques d'anticipation sur 2/3 repas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seule ou avec d'autres membres de la colocation</li> <li>- Sur la table de la cuisine, avec la télévision, en lisant ou en discutant</li> <li>- Des ruptures de routines hebdomadaires plutôt imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées ou des bols pas fermés</li> <li>- Mangés tels quels</li> <li>- Congelés</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 3

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Liste alimentée au fur et à mesure de la semaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 5 min</li> <li>- Courses bimensuelles + achats plus fréquents de fruits et légumes</li> <li>- Regroupe les déplacements</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En couple</li> <li>- Tri par prix au kilo sur site drive</li> <li>- Essentiellement dans le rayon promotions selon la liste</li> <li>- Les achats plaisirs dans l'onglet promotions</li> <li>- Fréquente les rayons promotions et dates courtes</li> <li>- Logiques de stocks sur le sec et les produits congelés (en couplant avec les promotions)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rangement dans la cuisine par catégories</li> <li>- Réfrigérateur rangé par DLC</li> <li>- Congélation pour allonger la date des produits occasionnellement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêtée s'en charge seule</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensemble, sur la table de la cuisine ou du salon</li> <li>- Des ruptures de routines hebdomadaires autant prévues qu'imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Mangés tels quels ou accommodés</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 4

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Décision construite sur le lieu d'achat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À pied ou à vélo</li> <li>- 1 à 2 fois par mois + petites courses d'appoint notamment pour le frais</li> <li>- Regroupe les déplacements ou déplacement spécifique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seul</li> <li>- Fréquente les rayons promotions et commande des paniers To Good To Go</li> <li>- Logiques de stocks sur le sec</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rangement dans la cuisine par catégories</li> <li>- Pas de rangement particulier dans le réfrigérateur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêté s'en charge seul</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seul, sur la table ou dans le lit, en regardant des écrans</li> <li>- Des ruptures de routines hebdomadaires plutôt imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Mangés tels quels ou accommodés</li> <li>- Donnés à des personnes qui ont faim ou des amis</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 5

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Décision construite sur le lieu d'achat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture ou à pied, environ 10 min</li> <li>- Plusieurs fois dans la semaine</li> <li>- Déplacements spécifiques</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seul ou à deux</li> <li>- Différents lieux</li> <li>- Attention au prix au kilo</li> <li>- Déplacements aléatoires dans le magasin</li> <li>- Logiques de stocks mais pas de surstocks comme dans le passé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rangement selon la place disponible</li> <li>- Premier entré, premier sorti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La femme de l'enquête s'en charge seule</li> <li>- Logiques d'anticipation pour les midis de la part de l'enquête</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensemble, sur le bar de la cuisine, avec la télévision</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles plutôt prévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des contenants fermés ou filmés</li> <li>- Mangés tels quels</li> <li>- Si c'est un tout petit reste il est jeté (surtout s'il s'agit de celui d'un invité)</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 6

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menu de la semaine</li> <li>- Liste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 10 min</li> <li>- 1 fois par semaine + petites courses d'appoint</li> <li>- Regroupe les déplacements</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suit la liste qui est faite en fonction des rayons</li> <li>- Ne fréquente pas les rayons promotions et dates courtes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rangement dans le cellier pour les stocks et les fruits et légumes, le reste dans la cuisine</li> <li>- Règle du premier entré, premier sorti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêtée s'en charge seule</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur la table de la cuisine</li> <li>- Heure fixe</li> <li>- Tous en même temps</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles et prévues à l'avance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Accommodés dans de nouvelles recettes pour ne pas les jeter</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 7

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vérification des stocks</li> <li>- Menu de la semaine pas systématique</li> <li>- Liste</li> <li>- Décision collective</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 20 min</li> <li>- Bimensuel + petites courses d'appoint</li> <li>- En rentrant du travail pour courses</li> <li>- En rentrant du travail pour courses d'appoint et déplacement spécifique pour grosses courses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux</li> <li>- Seule ou accompagnée de sa plus jeune fille</li> <li>- Commence par le rayon promotions</li> <li>- Sensible au packaging</li> <li>- Pas de grosses logiques de stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rangement dans la cuisine par catégories</li> <li>- Sec transvasé dans des bocaux ou gouters portionnés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêtée s'en charge seule</li> <li>- Logiques d'anticipation pour quand elle travaille tard</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur le bar de la cuisine, ensemble, avec la télévision sans son</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles</li> <li>- Temporalités tendues du fait de l'activité professionnelle de l'enquêtée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Si il reste des portion ils sont rangés dans des boîtes fermées</li> <li>- Si il reste moins d'une portion ils sont jetés</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 8

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Liste</li> <li>- Menu au jour le jour pour acheter le frais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 5 min</li> <li>- 1 fois par mois + petites courses d'appoint et produits frais plusieurs fois par semaine</li> <li>- Déplacement spécifique pour les courses mensuelles</li> <li>- En allant sur son lieu de travail pour les petites courses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux autour de chez elle et commande pour du surgelé</li> <li>- Rayons dans l'ordre du magasin</li> <li>- Ne fréquente pas le rayon promotions</li> <li>- Fréquente le rayon dates courtes pour les produits présents sur sa liste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stock de frais et de surgelé dans le garage, et le reste dans la cuisine</li> <li>- Règle du premier entré, premier sorti</li> <li>- Rangement par catégories et par dates</li> <li>- Portionne fruits et légumes dès leur achat et congèle si besoin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêtée s'en charge seule mais la décision se fait de manière collective</li> <li>- Logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur la table de la salle à manger</li> <li>- Tous en même temps le midi, variable le soir</li> <li>- Pas d'activités annexes le midi et TV parfois le soir</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles et plutôt imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Restes mangés tels quels</li> <li>- Donnés aux animaux en dernier recours</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquêté n° 9

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pas de vérification systématique des stocks</li> <li>- Décision entre le domicile et le magasin</li> <li>- Selon les envies</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 15/20 min</li> <li>- 2 fois par semaine</li> <li>- En rentrant du travail ou déplacement spécifique le week-end</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux avec une offre similaire</li> <li>- Seul ou en couple</li> <li>- Déplacement différent selon qu'il soit seul ou en couple</li> <li>- Ne fréquente pas le rayon promotions</li> <li>- Fréquente le rayon dates courtes hors liste</li> <li>- Pas de logiques de stocks mais des gros contenants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine</li> <li>- Frigo rangé par praticité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une seule des deux personnes mais davantage l'enquêté</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À table, ensemble, sans activités annexes</li> <li>- Des ruptures de routines hebdomadaires et plutôt imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Restes mangés tels quels ou accommodés</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquêté n° 10

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Liste au domicile + décision construite au magasin</li> <li>- Le levier économique va jouer sur la décision</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 3 min</li> <li>- 1 fois par semaine + petites courses d'appoint</li> <li>- Déplacement spécifique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En couple</li> <li>- Pas de circuits spécifiques dans le magasin</li> <li>- Fréquente les rayons promotions et dates courtes (notamment pour les paniers de légumes)</li> <li>- Logiques de stocks (couplées à des promotions)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine</li> <li>- Frigo rangé par DLC</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuisinent autant l'un que l'autre</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À table ou sur le canapé, ensemble, avec la télévision parfois</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles et plutôt imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestion différente selon le membre du foyer qui s'en charge</li> <li>- Restes mangés tels quels</li> </ul>



## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 11

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pas de vérification systématique des stocks, ni de liste</li> <li>- Selon les envies</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 25 min</li> <li>- Fréquence très variable</li> <li>- En rentrant du travail ou en rentabilisant un autre trajet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux</li> <li>- Généralement seule</li> <li>- Flâne entre les rayons, donc déplacements désordonnés</li> <li>- Ne fréquente pas le rayon promotions</li> <li>- Pas de logiques de stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Placard en dehors de la cuisine + frigo</li> <li>- Rangement par catégories</li> <li>- Congélation pour allonger les dates</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elle s'en charge seule</li> <li>- Beaucoup de conseils culinaires pour pas que les aliments se perdent</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À table, ensemble, sans activités annexes</li> <li>- Des ruptures de routines hebdomadaires et plutôt imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Restes accommodés ou donnés au chien</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 12

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vérification des stocks</li> <li>- Décision une fois au magasin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 10/15 min</li> <li>- 2/3 fois par mois + petites courses d'appoint</li> <li>- Déplacement spécifique pour les grosses courses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Carrefour (physique et drive), supérette et commande pour du surgelé</li> <li>- L'enquêté accompagne sa compagne une fois sur deux</li> <li>- Rayons dans l'ordre du magasin</li> <li>- Ne fréquente pas le rayon dates courtes</li> <li>- Logiques de stocks (couplées aux promotions)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout rangé par catégories dans la cuisine mais le stock rangé dans un placard séparé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La compagne de l'enquêté s'occupe de préparer le repas mais la décision se prend ensemble</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Devant leurs ordinateurs ou la télévision</li> <li>- Ensemble</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles et plutôt prévues à l'avance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Restes mangés tels quels</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 13

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vérification des stocks</li> <li>- Liste mentale des repas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Voiture pendant 20 min</li> <li>- Courses hebdomadaires</li> <li>- En rentrant du travail</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un seul lieu d'achat (drive)</li> <li>- Sur l'application en ligne : produits habituels, puis promotions et dates courtes, et enfin achats plaisirs</li> <li>- Fréquente rayons promotions et dates courtes</li> <li>- Pas de logiques de stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine</li> <li>- Ce qui est entamé rangé devant dans les placards</li> <li>- Dans le réfrigérateur rangement par zones de froid et DLC</li> <li>- Congélation pour allonger les dates</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il s'en charge seul</li> <li>- Les quantités sont pesées</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À table, ensemble, avec la télévision et en discutant</li> <li>- À heure fixe</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles et plutôt imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Restes accommodés et mangés tels quels</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 14

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans l'improvisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À pied pendant 10/15 min</li> <li>- Plusieurs fois par semaine</li> <li>- Déplacement spécifique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux d'achat</li> <li>- Seul ou en couple</li> <li>- Pas de logiques de stocks mais privilégie les gros contenants pour produire moins de déchets</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine</li> <li>- Dans le réfrigérateur rangement par zones de froid et en séparant le salé et le sucré</li> <li>- Congélation de fruits et légumes pour les conserver plus longtemps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le compagnon de l'enquêtee s'en charge seul</li> <li>- Pas de logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur le canapé, ensemble, en regardant des écrans et en discutant</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles autant prévues qu'imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Mangés tels quels ou accommodés parfois</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 15

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vérification des stocks</li> <li>- Menus</li> <li>- Différentes manières de procéder selon qui s'en charge dans le foyer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À pied</li> <li>- Courses hebdomadaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux d'achat</li> <li>- En couple ou son mari seul</li> <li>- Rayon après rayon en suivant la liste</li> <li>- Logiques de stocks sur le sec</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine et le cellier</li> <li>- Congélation pour conserver les aliments plus longtemps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plutôt le mari de l'enquêtee qui s'en charge seul</li> <li>- Logiques d'anticipation uniquement sur les repas du bébé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur la table de la cuisine, ensemble, sans activités annexes</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées ou des casseroles</li> <li>- Mangés tels quels ou accommodés</li> <li>- Parfois donnés au chat</li> <li>- Les restes du bébé sont jetés</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 16

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menu</li> <li>- Liste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En voiture</li> <li>- Courses hebdomadaires + petites courses d'appoint pour les produits périssables</li> <li>- En rentrant du travail ou avec un déplacement spécifique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux d'achat</li> <li>- Une seule des deux personnes</li> <li>- Logiques de stocks (couplées aux promotions)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine</li> <li>- Du stock est rangé dans la cave</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La femme de l'enquêtee s'en charge seule</li> <li>- Logiques d'anticipation pour des questions de temps avec les enfants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur la table de la cuisine, ensemble</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles plutôt prévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Mangés tels quels</li> <li>- Congelés</li> <li>- Les restes des assiettes sont parfois jetés pour des raisons de temps</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 17

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listes par magasin fréquenté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En voiture</li> <li>- Courses hebdomadaires + petites courses d'appoint pour les produits périssables</li> <li>- Déplacement spécifique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux d'achat</li> <li>- Une seule des deux personnes</li> <li>- Pas de grosses logiques de stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine</li> <li>- Du stock est rangé dans le garage</li> <li>- Le sec est transvasé dans des bouteilles en plastique</li> <li>- Congélation pour conserver plus longtemps des produits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'enquêtée s'en charge seule</li> <li>- Logiques d'anticipation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur la table de la cuisine, ensemble</li> <li>- Des ruptures de routines mensuelles et prévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes fermées</li> <li>- Mangés tels quels</li> </ul>

## ITINÉRAIRE DE CONSOMMATION

### Enquête n° 18

CONSTRUCTION DE LA DÉCISION	DÉPLACEMENT	ACTE D'ACHAT	STOCKAGE	PRÉPARATION CULINAIRE	REPAS	GESTION DES RESTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menu</li> <li>- Liste partielle au fil de la semaine</li> <li>- Vérification des stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À pied ou à vélo, 15/20 min</li> <li>- Courses hebdomadaires</li> <li>- En rentrant du travail</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Différents lieux d'achat</li> <li>- Une seule des deux personnes</li> <li>- Onglet promotions (drive) puis en suivant le menu et pour finir les achats plaisirs</li> <li>- Fréquente les rayons promotions et dates courtes</li> <li>- Logiques de stocks</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout ranger par catégories dans la cuisine</li> <li>- Du stock est rangé dans le couloir et la cave</li> <li>- Le réfrigérateur est rangé par DLC</li> <li>- Congélation pour conserver plus longtemps des produits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Généralement la compagne de l'enquêté avec l'aide de ce dernier</li> <li>- Logiques d'anticipation couplées avec de la congélation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur la table du salon ou dans le canapé, ensemble, en regardant des écrans</li> <li>- Des ruptures de routines hebdomadaires autant prévues qu'imprévues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans des boîtes, casseroles ou contenants fermés</li> <li>- Mangés tels quels ou accommodés</li> </ul>

# Table des matières

<b>Remerciements .....</b>	<b>6</b>
<b>Introduction .....</b>	<b>8</b>
<b>Préambule.....</b>	<b>11</b>
1. D'une étude de cas à un mémoire dédié au gaspillage alimentaire .....	11
2. De la peur du risque à la perception du mangeable .....	14
3. Des bifurcations biographiques à une prise en compte globale des déterminants de l'action .....	17
<b>Chapitre 1 : La question du gaspillage alimentaire.....</b>	<b>20</b>
1. Discussion autour de la notion de gaspillage alimentaire.....	20
2. Ce qu'il faut savoir sur le gaspillage alimentaire.....	25
2.1. Les enjeux du gaspillage alimentaire.....	25
2.2. Du gaspillage de la fourche à la fourchette.....	30
2.3. Vers une alimentation durable.....	33
3. Retour sur la « <i>société du déchet</i> » .....	36
3.1. La tendance zéro déchet .....	36
3.2. La « <i>société du déchet</i> » .....	38
3.3. Le pourri et la subjectivité du goût.....	41
<b>Chapitre 2 : Les enjeux de l'alimentation contemporaine pour les mangeurs-consommateurs .....</b>	<b>44</b>
1. Une société en mutation .....	45
2. Les concepts clés pour saisir la « <i>modernité alimentaire</i> ».....	47
2.1. De l'anomie à l'autonomisation du mangeur.....	47
2.2. Une alimentation déstructurée .....	52
3. L'alimentation contemporaine en pratiques.....	55
3.1. Le budget consacré à l'alimentation .....	55
3.2. L'industrie agro-alimentaire .....	56
3.3. Une cacophonie créée par des choix multiples.....	58
3.4. La restauration hors-foyer et les repas partagés .....	60
3.5. La compression des temps quotidiens .....	63
<b>Chapitre 3 : Les déterminants du comportement du mangeur-consommateur .....</b>	<b>66</b>
1. Une approche différenciée de la notion de socialisation.....	66

1.1. La socialisation primaire et secondaire .....	67
1.2. Socialisation et reproduction sociale .....	70
1.3. Socialisation et changement .....	73
1.4. Différents types de rationalités .....	75
2. D'autres déterminants de l'action .....	77
2.1. Les ressources temporelles .....	77
2.2. Les ressources économiques .....	80
2.3. Les ressources matérielles.....	81
3. La théorie des installations de Saadi Lahlou .....	82
<b>Chapitre 4 : L'appareil de réflexion .....</b>	<b>86</b>
1. La problématisation.....	86
2. Nos hypothèses .....	88
2.1. Hypothèse 1 : Les recommandations sont intériorisées par le biais de la socialisation primaire, ce qui est source de reproduction sociale .....	89
2.2. Hypothèse 2 : La réception de messages visant à sensibiliser les mangeurs-consommateurs va venir compléter les acquis sociaux en matière de réduction du gaspillage alimentaire.....	90
2.3. Hypothèse 3 : Les recommandations intériorisées par les mangeurs-consommateurs ne sont pas de facto extériorisées au travers de leurs pratiques ....	91
2.4. Hypothèse 4 : Les recommandations pour réduire le gaspillage alimentaire sont trop générales pour modifier en profondeur les pratiques des mangeurs-consommateurs.....	92
3. Parenthèse sur la théorie des pratiques .....	93
<b>Chapitre 5 : La mise en place d'une méthodologie.....</b>	<b>95</b>
1. La méthodologie exploratoire .....	95
1.1. Les entretiens d'experts .....	96
1.2. Le recensement des recommandations .....	98
1.3. Le focus group en ligne.....	99
2. La méthodologie probatoire.....	102
2.1. Le choix de l'entretien semi-directif situé.....	102
2.2. Le panel d'enquêtés .....	105
2.3. Présentation de la grille d'entretien et des outils de passation .....	109
<b>Chapitre 6 : Analyse des résultats et préconisations.....</b>	<b>120</b>

1. Le recensement des recommandations visant à réduire le gaspillage au domicile..	121
2. L'intériorisation des recommandations par le biais de divers prescripteurs.....	125
2.1. Le rôle de la famille dans l'intériorisation des recommandations.....	125
2.2. La réception de messages visant à sensibiliser au thème du gaspillage alimentaire .....	130
3. La mise en pratique des recommandations par les mangeurs-consommateurs.....	134
4. Les limites des recommandations.....	140
4.1. Des facteurs de gaspillage alimentaire.....	140
4.2. Des limites aux recommandations tout au long de l'itinéraire de consommation .....	141
4.3. Des itinéraires de consommation diversifiés.....	147
5. Les limites et perspectives de notre étude.....	149
5.1. Les limites de notre étude.....	149
5.2. Les perspectives de notre étude.....	152
<b>Conclusion.....</b>	<b>155</b>
<b>Bibliographie.....</b>	<b>157</b>
<b>Table des figures.....</b>	<b>163</b>
<b>Table des tableaux.....</b>	<b>163</b>
<b>Table des annexes.....</b>	<b>164</b>
Annexe A : Grilles d'analyse individuelles pour les entretiens probatoires.....	164
Enquête n° 1.....	165
Enquête n° 2.....	173
Enquête n° 3.....	178
Enquête n° 4.....	184
Enquête n° 5.....	189
Enquête n° 6.....	195
Enquête n° 7.....	202
Enquête n° 8.....	209
Enquête n° 9.....	215
Enquête n° 10.....	224
Enquête n° 11.....	230
Enquête n° 12.....	237

Enquêté n° 13 .....	243
Enquêtée n° 14 .....	252
Enquêtée n° 15 .....	258
Enquêté n° 16 .....	265
Enquêtée n° 17 .....	270
Enquêté n° 18 .....	274
Annexe B : Retranscription entretien d'expert 1 .....	281
Annexe C : Grille pour entretiens experts .....	288
Annexe D : Composition détaillée de notre échantillon .....	289
Annexe E : Retranscription entretien d'expert 2.....	290
Annexe F : Notice d'information et consentement éclairé.....	299
Annexe G : Grille d'entretien probatoire .....	300
Annexe H : Tableau croisé des recommandations et des acteurs communicants.....	310
Annexe I : Visuel final du Padlet créé lors du <i>focus group</i> .....	311
Annexe J : Grille d'analyse de l'intériorisation et la mise en pratique des recommandations.....	312
Annexe K : Grille d'analyse croisée de l'intériorisation et de la mise en pratique des recommandations.....	313
Annexe L : Grille récapitulative des limites des recommandations énoncées par les enquêtés.....	314
Annexe M : Itinéraires de consommation des différents enquêtés.....	316
<b>Table des matières .....</b>	<b>325</b>



## ***Résumé***

Un tiers de la production alimentaire mondiale est gaspillé chaque année, voici le chiffre le plus communément utilisé pour traiter de la thématique du gaspillage alimentaire. Depuis quelques années, ce thème s'impose comme un problème public ayant sa place dans l'agenda politique et faisant l'objet d'une mobilisation croissante. Les acteurs s'emparant de ce thème sont en effet nombreux. De l'action publique au monde associatif, en passant par les municipalités ou les entreprises privées, chacun y va de sa recommandation pour réduire le gaspillage à tous les niveaux. Bien qu'il s'agisse d'un phénomène systémique reliant les différents maillons de la chaîne alimentaire, nous allons au sein de ce mémoire entrer dans le thème par le biais des pratiques individuelles des mangeurs-consommateurs. Au travers d'une étude compréhensive, nous allons essayer de comprendre si les recommandations en matière de réduction du gaspillage alimentaire sont intériorisées et mises en pratiques par ces derniers, et quelles sont les limites de celles-ci.

**Mots-clés :** gaspillage alimentaire – mangeur-consommateur – recommandations – intériorisation – mise en pratique

## ***Abstract***

One third of the world food production is being wasted every year. This statement is the most popular when dealing with the theme of food waste. For several years, this topic has been brought to a public problem which has now its place on the political agenda. Also, it is triggering a growing mobilisation. Indeed, the stakeholders which consider diving into this problem are numerous. From public action to the associative world, through municipalities or private companies, each make recommendations to reduce waste at every level. Even though food waste is a systemic phenomenon which links the different stages of the food chain, we will discuss, through this paper, about this topic with a closer look on the individual practices of eaters-consumers. Through a comprehensive study, we will try to understand if the recommendations related to the reduction of food waste are being internalised and put into practice by the latter, and what are the limits.

**Keywords :** food waste – eater-consumer – recommendations – internalization – put into practice