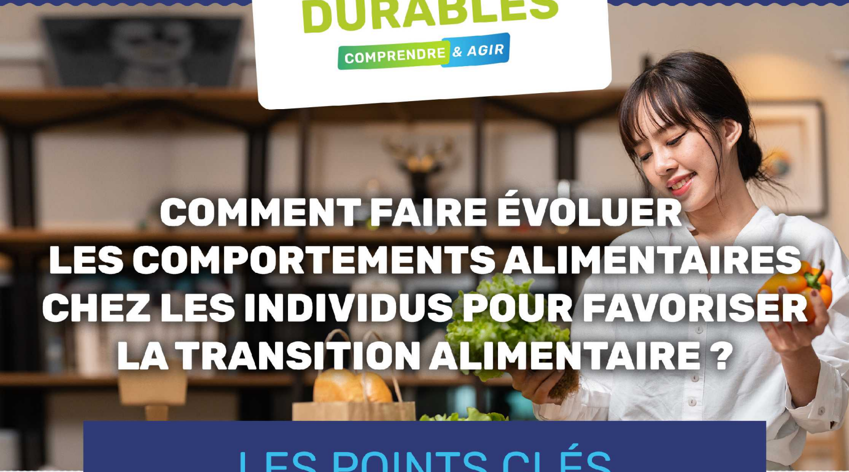
WEBINAIRE

ALIMENTATIONS
DURABLES
COMPRENDRE & AGIR

Juin 2023



COMMENT FAIRE ÉVOLUER LES COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES CHEZ LES INDIVIDUS POUR FAVORISER LA TRANSITION ALIMENTAIRE ?

LES POINTS CLÉS
À RETENIR

Dans le contexte actuel, où nous observons déjà des évolutions des habitudes alimentaires des Français, les **sciences comportementales** offrent des techniques efficaces pour faire évoluer les comportements vers plus de durabilité, avec comme principe clé :

Comprendre comment les comportements se structurent et ce qui les influence…

… pour agir de manière efficace & permettre leur modification durable

La restauration collective, pionnière dans la mise en place d'actions pour favoriser la **transition alimentaire**, a testé des solutions qui peuvent être utiles pour **accompagner les patients en consultation libérale**.

EN THÉORIE

LE POINT DE VUE DE…

Pascale Hébel

– Experte en consommations alimentaires, C-Ways

Quels facteurs de changement pour une alimentation durable ?

Un contexte propice à l'installation d'habitudes alimentaires plus saines et durables chez les Français *(préoccupations environnementales, inflation)*

Un lien renforcé entre alimentation et santé : recherche de produits moins transformés, riches en nutriments utiles à une bonne santé…

Des consommateurs exigeants : demande de plus de transparence & traçabilité, local & saison, labels de qualité, produits éco-responsables…

Des nouvelles formes de consommation : développement du snacking, rythme lié au télétravail, plus de fait-maison

Une augmentation de la végétalisation des assiettes, notamment chez les plus jeunes

LE POINT DE VUE DE...

Marie-Laure Mourre

– Experte en sciences comportementales
et co-fondatrice de l'Institut du Marketing Social

Comment favoriser la transition alimentaire en s'appuyant sur les sciences comportementales ?

Le principe du marketing social

Le **marketing social** est un outil issu des techniques de marketing qui a pour but d'**améliorer le bien-être des individus sans les culpabiliser**. Parmi les techniques utilisées, **le nudge** a montré son efficacité à mobiliser les croyances, attitudes et comportements des individus, notamment dans le cadre de **programmes de prévention d'institutions telles que l'OMS ou Santé Publique France**, sur les sujets divers : alimentation, activité physique, santé sexuelle, vaccination, conduites addictives...

Une méthodologie en 4 étapes

1. COMPRENDRE

LA RÉSISTANCE
Quels sont les freins ? (praticité, temps...)

LES BESOINS
Quelles sont les motivations et bénéfices tangibles ? (prix, goût...)

LES FACTEURS EXTERNES
Quels sont les facteurs avec une influence ? (famille, école, travail...)

➔ **Identifier ces différents éléments permet de segmenter la population pour plus d'efficacité du dispositif et d'identifier des leviers d'actions.**

2. AGIR

Définition d’un **dispositif d’actions** qui s’appuie sur les freins et les leviers identifiés, avec des outils associés, qui seront **pré-testés** auprès d’un **petit échantillon.**

3. DÉPLOYER

Mise en place du dispositif et de la **communication adaptée** auprès des **publics visés.**

4. OPTIMISER

Mesure de l’impact en recueillant les retours des personnes touchées pour **optimiser le dispositif** si nécessaire.

EN PRATIQUE

LE POINT DE VUE DE...

Fabien Linger
– Diététicien-nutritionniste
& chef de projet Vivons En Forme

Exemple du programme Vivons En Forme

Un programme de prévention santé porté par l’association FLVS* et déployé depuis plus de 30 ans, **avec pour objectif de promouvoir les bons comportements alimentaires**

*Fédérons Les Villes Pour la Santé

262 communes engagées

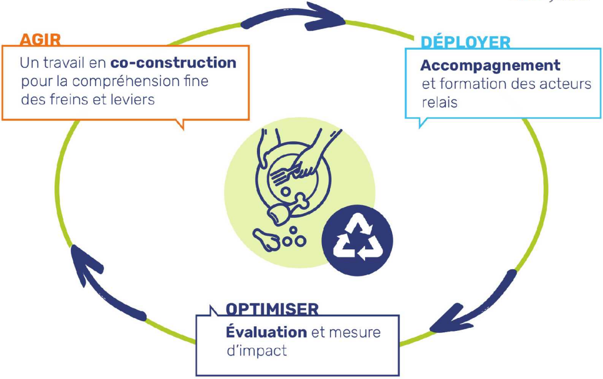
3 528 acteurs formés

238 985 enfants touchés

Le principe méthodologique

Sur un exemple de thématique traitée pour favoriser la transition alimentaire :

COMMENT LUTTER CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE en restauration collective ?



AGIR

Un travail en **co-construction** pour la compréhension fine des freins et leviers

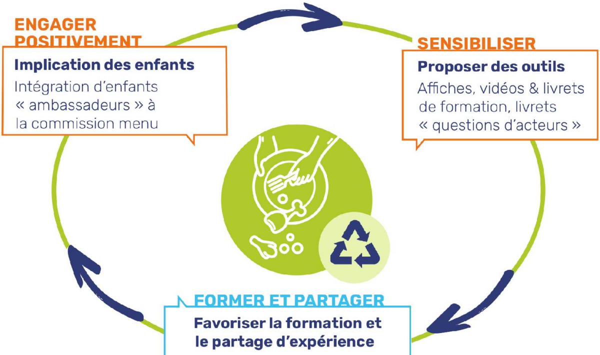
DÉPLOYER

Accompagnement et formation des acteurs relais

OPTIMISER

Évaluation et mesure d'impact

SUR LE TERRAIN



ENGAGER POSITIVEMENT

Implication des enfants

Intégration d'enfants « ambassadeurs » à la commission menu

SENSIBILISER

Proposer des outils

Affiches, vidéos & livrets de formation, livrets « questions d'acteurs »

FORMER ET PARTAGER

Favoriser la formation et le partage d'expérience

Formation du personnel de la restauration scolaire et légitimation de leur rôle auprès des enfants : présentation du plat, sensibilisation à la gestion de la taille des portions

LE POINT DE VUE DE…

Béatrice Buteau-Sauger

– Diététicienne-nutritionniste AFDN

LA RESTAURATION COLLECTIVE : une source d'inspiration pour favoriser la transition alimentaire

La transition alimentaire en restauration collective est encouragée par la loi EGALIM depuis 2018

LA LOI ÉGALIM

- **Lutte contre le gaspillage alimentaire**
- **Au moins 50% de produits durables et de qualité dont 20% bio à l'achat**
- **Information des usagers, une fois par an, de la présence des produits durables et de qualité**
- **Plan de diversification des sources de protéines végétales et mise en place d'un menu végétarien par semaine**

Rôle essentiel du diététicien dans la sensibilisation et formation des différents acteurs de la restauration aux enjeux de la transition alimentaire

Responsables des achats : nécessité de repenser les achats vers des produits locaux et de saison

Cuisiniers : plus de créativité dans les recettes végétales

Responsables de la restauration :
mis en place des animations pour
embarquer les convives autour
de l'alimentation durable

Agents de restauration :
les impliquer via des ateliers
montrant comment on peut
contribuer collectivement à une
restauration saine et durable

Nestlé Nutri Pro®

AFDN