

### ■ L'Institut For a Positive Food (IPF), qu'est-ce que c'est ?

C'est une association d'intérêt général proposant **une vision positive de l'alimentation** qui allie santé, plaisir, convivialité et responsabilité. Il s'agit d'une alimentation diversifiée et équilibrée, accessible au plus grand nombre. Cet institut a été créé en octobre 2020 par Savencia, groupe industriel agroalimentaire spécialisé dans l'univers fromager et laitier et dans les domaines de la charcuterie, des produits de la mer et du chocolat.

L'IPF s'appuie sur **un conseil scientifique pluridisciplinaire et de haut niveau**, présidé par Daniel Tomé, Professeur Honoraire en Nutrition Humaine, entouré d'experts.



**Pr Philippe LEGRAND**  
Directeur Laboratoire  
de Biochimie & Nutrition  
humaine, Agrocampus-  
Ouest, INSERM



**Dr Pascale HÉBEL**  
Directrice associée  
C-Ways



**Dr Jean-Louis PEYRAUD**  
Directeur Scientifique  
Adjoint Agriculture,  
INRAE



**Dr Yvette SOUSTRE**  
Directrice Nutrition du  
CNIEL



**Pr Daniel TOMÉ**  
Professeur Honoraire de  
Nutrition humaine



**Nicole Darmon**  
Directrice de Recherche à l'INRAE  
Spécialiste de la nutrition au  
sein de l'Unité pluridisciplinaire  
MOISA

### Des ambitions fortes :

- **Soutenir scientifiquement la vision positive et holistique de l'alimentation** en s'appuyant sur les principes directeurs de l'Organisation Mondiale de la Santé de « régimes alimentaires sains et durables ». Ils promeuvent toutes les dimensions de la santé et du bien-être ; ont un faible impact environnemental ; sont accessibles et abordables ; s'inscrivent dans la culture et les pratiques alimentaires locales.
- **Produire, diffuser et vulgariser des données scientifiques** en se focalisant sur l'importance d'allier plaisir et santé dans l'alimentation ; la nécessité de privilégier les produits alimentaires bruts, traditionnels et peu transformés ; le besoin d'intégrer les dimensions locales et culturelles de l'alimentation.
- **Favoriser l'échange entre les acteurs du secteur alimentaire** pour faciliter et stimuler l'élaboration et la réalisation d'actions spécifiques contribuant à l'adoption d'une telle alimentation.

### La charte Positive Food en faveur d'une alimentation saine et durable

Elaborée **par le conseil scientifique de l'IPF**, elle analyse les **axes majeurs de la transition alimentaire**. Elle définit également quelques principes pouvant orienter les **actions à mener** et autour desquelles les acteurs sont amenés à se fédérer.

**Découvrez la Charte [ici](#)** ou en **format vidéo [ici](#)**.





## INSTITUT FOR A POSITIVE FOOD

### Les actualités de l'IPF :

#### Prix Positive Food : bientôt l'annonce des lauréats

Pour la 3ème année consécutive, l'IPF lance le Prix Positive Food pour récompenser les projets et actions innovants dans le domaine de la transition alimentaire. Les lauréats seront annoncés le 18 décembre. À gagner : jusqu'à 2 prix de 20 000€.



#### Découvrez notre dernier article Avis d'experts !

Le Pr Philippe Legrand répond à deux questions sur le sujet "Les lipides ne doivent plus être diabolisés, ni chez l'adulte, ni chez l'enfant".

[Retrouvez l'article ici](#)



#### ALISA aux JFN 2023 !

Notre programme ALISA (Alimentation Saine durable et Accessible) sera présenté aux Journées Francophones de Nutrition 2023, le 6 décembre prochain au Palais des congrès du Parc Chanot à Marseille.



#### Notre site internet fait peau neuve !

Retrouvez-y toutes nos actualités, nos articles et contenus pédagogiques, et nos actions terrain.

[Retrouvez le site ici](#)

### Synthèse de la table ronde du 10 octobre 2023 organisée par l'IPF :

#### « COMMENT LE CONSOMMATEUR ET LES ACTEURS DE L'ALIMENTATION S'ADAPTENT À LA HAUSSE DU COÛT DE L'ALIMENTATION ? »

##### Animée par :



##### Marilyne Genevriér

Animatrice de la table ronde  
Fondatrice "Elle Tonic Circus", animatrice, journaliste,  
membre du Mouvement Impact France

##### Autour de la table :



##### Pascale Hébel

Directrice associée C-Ways et membre du conseil scientifique de l'Institut PF



##### Nicole Darmon

Directrice de Recherche à l'Institut National de Recherche pour l'Agriculture, l'Alimentation et l'Environnement (INRAE). Spécialiste de la nutrition au sein de l'Unité pluridisciplinaire MOISA et membre du conseil scientifique de l'Institut PF



##### Marc Jonglez

Bénévole chez Familles Rurales



##### Gaëlle Le Floch

Directrice Strategic Insight chez Kantar Worldpanel France

Découvrez les messages  
clés du webinaire



# Messages clés de la table ronde

## 1. Constats sur l'inflation alimentaire

- **Une situation inédite sur les marchés de la grande consommation**
  - Inflation globale en septembre 2023 : +5% (1)
  - L'alimentation est un des postes les plus contributeurs (avec celui de l'énergie) :
    - +15 % sur le prix des produits alimentaires en 2023 (2)
    - +21% sur 2 ans
  - versus +4 ou 5% maximum durant la crise de 2008
- **Une inflation plus contenue sur le "panier sain" (3). L'Observatoire des Prix** créé par l'association **Familles Rurales** constate une inflation annuelle de + 8,3% (4) en 2022 lorsqu'on privilégie les produits sains pour la santé alors qu'elle est de 12% sur l'ensemble des produits alimentaires sur la même période d'après l'INSEE.
- **Une inflation conjoncturelle** (guerre en Ukraine, reprise économique très rapide post-Covid) **mais aussi structurelle** (impact durable du dérèglement climatique sur les récoltes, coût de la transition énergétique, volonté de souveraineté alimentaire, etc.). Du fait du caractère structurel de cette inflation, **la hausse du coût de l'alimentation risque de s'installer.**
- L'inflation touche tout le monde et les personnes socialement et économiquement fragilisées le sont davantage : familles monoparentales, populations âgées en zone rurale, jeunes et étudiants.

## 2. Quels arbitrages s'opèrent dans les paniers d'achat ?

L'alimentation, qui a toujours été une variable d'ajustement pour les populations de faible statut socio-économique, l'est aujourd'hui pour une part croissante de la population. Plusieurs leviers sont activés par les ménages pour maîtriser le budget alimentation (5) :

- **Acheter et consommer moins en quantité** (70 % des arbitrages consommateurs) (6)
  - Ils consomment moins d'entrées, moins de fromage et se concentrent sur le plat principal
  - Ils privilégient les préparations froides pour éviter d'utiliser l'électricité ou le gaz
  - Ils sautent certains repas
- **Acheter moins cher** (30% des arbitrages consommateurs) (6)
  - Choix des enseignes les mieux-disantes et marques distributeurs au détriment des marques nationales
  - Baisse des consommations de viandes et poissons en faveur de protéines moins coûteuses comme les œufs
- **Gaspiller moins**
  - En plus de ces arbitrages, 80% des Français déclarent moins gaspiller (5)

## 3. Quels impacts de l'inflation sur la qualité des régimes alimentaires ?

- **L'inflation impacte de manière négative la qualité des régimes alimentaires :**
  - L'inflation entraîne un comportement bien connu au sein des populations de faible statut socio-économique : une baisse des quantités totales consommées (principalement due à une baisse des fruits et légumes), des régimes de moins en moins diversifiés et l'augmentation de la consommation d'aliments sources de calories peu chères (comme les féculents).
- **Pourquoi est-il plus difficile de bien manger dans un contexte d'inflation ?**
  - Le prix n'est pas corrélé à la qualité nutritionnelle de l'aliment (une marque nationale ne présente pas nécessairement un meilleur profil nutritionnel qu'une marque premier prix). Néanmoins, en ce qui concerne le choix des catégories

de produits, **la structure des prix alimentaires n'est pas spontanément favorable à l'équilibre alimentaire.** À calories égales, les aliments sources de nutriments "protecteurs" (fruits et légumes, poissons et viande) sont plus chers. Exemple : Une calorie de tomate coûte 15 fois plus cher en moyenne qu'une calorie de chips (déjà 10 fois plus chère avant l'inflation)

- **Une transition alimentaire mise en suspens**
  - Fin du mois versus fin du monde ? Les Français sont moins préoccupés par les problématiques environnementales du fait de l'inflation. On observe une baisse de consommation sur tous les marchés de la transition alimentaire (notamment le bio).

## 4. Quelles solutions pour bien manger malgré le contexte d'inflation ?

- **La végétalisation de l'alimentation (si elle est bien conduite) est un moyen de concilier alimentation saine, durable et abordable**
  - Il n'est ni nécessaire, ni souhaitable de supprimer des catégories entières d'aliments. Mais des arbitrages peuvent être effectués :
    - Privilégier les produits animaux les moins chers et les moins impactants sur l'environnement : les œufs et les produits laitiers
    - Augmenter la consommation de fruits et légumes en allouant une partie du budget alimentaire actuellement dédié à l'achat de viande (en moyenne 20 à 25% (7)) aux fruits et légumes
    - Diversifier les produits végétaux : légumineuses et produits céréaliers complets
- **Exemple du programme **Opticourses®** développé par l'INRAE**
  - Opticourses® est un programme de promotion de la santé basé sur des ateliers collectifs, qui vise à armer les personnes en situation de précarité alimentaire pour qu'elles puissent avoir des approvisionnements alimentaires équilibrés sans dépenser plus.
- **Exemples d'actions de l'association **Familles Rurales** (120 000 familles adhérentes réparties dans 1850 associations sur toute la France)**
  - Volet 1 : éducation du consommateur : jeux de société, ateliers cuisine ...
  - Volet 2 : Médiatisation des résultats de leur Observatoire des prix
  - Volet 3 : Représentation de Familles rurales dans de nombreuses instances notamment traitant de l'alimentation et de la santé.

**Dans ce contexte d'inflation record qui touche de plein fouet le secteur alimentaire, les Français sont contraints d'adapter leurs comportements alimentaires en consommant moins et moins cher. Les produits plus chers, comme les produits de marque ou bios sont moins consommés. Des solutions sont possibles pour bien manger avec un petit budget. Bien qu'insuffisantes, la sensibilisation et l'éducation alimentaire restent des enjeux majeurs .**

(1) Estimation septembre 2023 INSEE

(2) CIRCANA Inflation CAD Juillet 2023 vs 1 an - : concept HM, concept SM, EDMP FR, proxi, drive GS

(3) « Panier sain », au sens du respect des préconisations du PNNS

(4) Observatoire des prix créé par Familles rurales : instrument de mesure de coût d'une alimentation saine pour une famille de 4 personnes (2 adultes, 1 adolescent et 1 enfant). Résultats issus du relevé des prix sur quatre périodes, février, avril, juin et octobre 2022 dans 134 magasins par une équipe de 98 « veilleurs consommation » sur 37 départements et 85 produits sélectionnés de façon à répondre aux recommandations du PNNS.

(5) Perspectives de Kantar Worldpanel sur la période Cumul courant à fin août 2023

(6) Répartition des arbitrages observés sur les PGC FLS sur le S1 2023 Shopper coping strategy

(7) INSEE dernière Enquête budget des familles 2017



dossier de presse

**INSTITUT**

**FOR A  
POSITIVE  
FOOD**

**Nos experts se tiennent à votre disposition pour répondre à vos questions ou apporter un éclairage à vos articles.**

**Contact :**

[contact@institutforapositivefood.org](mailto:contact@institutforapositivefood.org)

Pour ne rien manquer de nos actualités, suivez-nous sur :

 **For A Positive Food**

 **@In\_PositiveFood**

 **Institut for A Positive Food**

