

Guide d'entretien

Bonjour, je suis [prénom], étudiant.e en agroalimentaire et dans le cadre d'un projet, mon groupe et moi sommes chargés de faire une étude sur les habitudes alimentaires des étudiants de la MEL. Nous aborderons quatre grands thèmes lors de cette entrevue et il n'y a pas de mauvaises réponses et aucun jugement ne sera fait donc sens toi libre de répondre comme tu veux et le plus exhaustivement possible. De plus chaque réponse restera anonyme. Afin de pouvoir retranscrire par la suite cette interview, serais-tu d'accord pour enregistrer notre échange ? On peut commencer ?

- **Faire inventaire du matériel de cuisine (voir document inventaire)**
- **Prendre en photo tous les rangements où il y a de l'alimentaire (placards, frigo, congélateur)**

Talon sociologique :

Pouvez-vous vous présenter brièvement ?

- Age :
- Formation actuelle et quelle année (bac + ?)
- Formation précédente :
- Genre : H F Autre
- Nationalité : Français Autre :
- Lieu d'habitation :
- Type de logement :
- Logement meublé non meublé
- Cuisine équipée : oui non *Ici on demande si la cuisine comprenait déjà le matériel ou si l'étudiant a dû l'acheter.*
- Boursier non boursier

Restauration foyer

- Est-ce que tu cuisines ? Pourquoi ?
- Aimes-tu cuisiner ? Est-ce que c'est une contrainte ou un plaisir ? Pourquoi ?
- Qu'est-ce que tu considères comme de la cuisine ?



Le fait d'avoir tous ces ustensiles/matériel de cuisine t'incite-t-il à cuisiner ? Le fait de manquer d'ustensiles/matériel de cuisiner t'empêche-t-il de cuisiner ?

La taille de ta cuisine est un point qui t'incite ou t'empêche de cuisiner ?

Qu'est-ce que tu cuisines ?

Est-ce que tu cuisines des féculents ? quoi ? quelle fréquence ? pourquoi ? (*Exemples : produits céréaliers, sarrasin, quinoa, sésame, riz, maïs, pomme de terre, patate douce, manioc, panais ...*)

Est-ce que tu cuisines des légumineuses ? quoi ? quelle fréquence ? pourquoi ? (*Exemples : haricots secs, fèves sèches, lupin, pois secs, pois chiches, lentilles ...*)

Est-ce que tu cuisines/manges des fruits/légumes ? quoi ? quelle fréquence ? pourquoi ?

Est-ce que tu cuisines de la viande/poisson/œufs ? quoi ? quelle fréquence ? pourquoi ?

Est-ce que tu cuisines des gâteaux, biscuits etc. produits sucrés ? quoi ? quelle fréquence ? pourquoi ?

Est-ce que tu décongèles des plats ? des plats que tu as cuisinés avant ou des plats tout préparés ?

Est-ce que tu congèles les plats que tu prépares pour en garder pour plus tard ?

Pourrais-tu me donner un exemple de plat que tu aimes cuisiner ?

Tu manges quoi le matin si tu manges ? Pourquoi oui/ non ? Est-ce que tu cuisines le matin ?

Est-ce que tu saurais me dire ce que tu as mangé ce midi (ou hier midi), si tu as mangé ?

Est-ce que tu saurais me dire ce que tu as mangé hier soir, si tu as mangé ?

Est-ce que tu prends un snack dans la journée ? Si oui, quoi et quand ? Est-ce que tu le cuisines ?

Quantité cuisinée, *batchcooking* : pour 1 ou plusieurs repas, 1 ou plusieurs personnes ?

Pour quel repas cuisines-tu ? (*Différents moments de la journée*)

Quand cuisines-tu ? (*Chaque repas, le soir, le week-end ...*)

Fréquence de cuisine ?



Lieux et critères d'achats :

- Où fais-tu tes courses ? et où d'un point de vue géographique (proximité ?) ? Pourquoi ?
- Est-ce que tu vas faire des courses au marché ? Pourquoi ? Où ?
- Est-ce que tu vas faire des courses directement chez le producteur ? Pourquoi ? Où ?
- Est-ce que tu vas faire des courses à la boulangerie ? Où ?
 - Chez le boucher et/ou poissonnier ? Où ?
 - A la fromagerie ? Où ?
 - Chez un traiteur ? Où ?
 - Dans une épicerie ou une épicerie fine ? Où ?Pourquoi ?
- Ta famille te donne-t-elle des courses (ou plats préparés) ?
- Est-ce que tu te rends dans des épiceries solidaires ? Où ?
- Est-ce que tu bénéficies d'aides alimentaires ? Quoi ?

- Fais-tu des courses en ligne ? Pourquoi ?
- Pourquoi est-ce que tu vas dans différents lieux pour faire tes courses ?

- Comment récupères-tu tes courses ? (en allant au supermarché, Drive, livraison à domicile, click and collect ...) pourquoi ?

- La fréquence à laquelle tu fais tes courses ? Déclencheur des courses ?
- Quelles sont les aliments indispensables pour toi ? (Ceux que tu vas rapidement racheter dès que tu n'en as plus)
- Fais-tu tes courses seul ou avec quelqu'un ?
- Fais-tu une liste de course au préalable ou achètes-tu spontanément ? et pourquoi ?
- Comment choisis-tu les produits que tu achètes ? Quels sont tes critères d'achat principaux ?



Parmi les critères suivants, lesquels sont les plus importants pour toi lorsque tu achètes :

- Label
- Origine
- Bio
- Nutri-score
- Etiquette nutritionnelle
- Marque
- Facilité de préparation
- Prix
- Ecologie/durabilité
- Emballage/packaging
- Vrac
- Promotion
- Rapport qualité/prix
- Rapport quantité/prix

Lorsque tu te rends dans ton lieu d'achat, fais-tu attention aux nouveautés ? Est-ce que tu achètes des nouveautés ? Quoi ? Pourquoi ? Dans quel rayon/ catégories d'aliments ?

Est-ce que tu as un régime alimentaire spécifique ? (Quelles en sont les limites ? par exemple pour un végétarien : poisson ? gélatine de porc dans les bonbons ... ?)

Restauration hors foyer :

Est-ce que tu vas au RU (restaurant universitaire) ? fréquence, pourquoi, plusieurs fois par jour/ quand ?

T'arrive-t-il d'aller au restaurant ? A quelle fréquence ? Quel type de restaurant ? Où ? Avec qui ?

T'arrive-t-il de sortir dans des fast-foods ? A quelle fréquence ? Quel type de fast-food ? Où ? Avec qui ?

T'arrive-t-il de sortir dans des bars ? A quelle fréquence ? Où ? Avec qui ?

Sortir dans un bar exerce-t-il une influence sur ton alimentation ? (Rentrer tard, rater l'heure du repas, grignotage, consommation d'alcool)

Est-ce que tu te fais livrer des repas par des plateformes comme Deliveroo/Uber eats/Just eat etc. Pourquoi ? Quoi ? A quelle fréquence ?

Est-ce que tu te fais livrer des repas directement par les restaurants ? Pourquoi ? Quoi ?
Fréquence ?

Est-ce que tu récupères des Click and collect dans les restaurants ? Pourquoi ? Quoi ?
Fréquence ?

Combien penses-tu dépenser en moyenne pour tes sorties (restaurants, bars) ?

Budget :

Combien dépenses-tu pour ton alimentation ?

As-tu pris en compte dans ta réponse précédente les bars, restaurants, RU, livraisons ?

Te fixes-tu un budget pour l'alimentation ? Est-ce que tu le respectes ?

D'où vient ton budget pour l'alimentation ?

- **Lieu d'habitation des parents**
- **Profession des parents**

Est-ce que tes parents te donnent de l'argent ?

As-tu un job ou un job étudiant ?

Est-ce que tu utilises tes économies personnelles ?

Bénéficie-tu d'aides sociales ?

Éducation alimentaire :

⚠ Respecter l'ordre

Pour toi, qu'est-ce que l'éducation alimentaire ?

Ton parcours d'études t'a-t-il aidé dans ton éducation alimentaire ?

Comment as-tu appris à cuisiner ?

Pour toi c'est quoi bien manger ?

Est-ce que tu utilises des applications, sites, vidéos pour t'aider à en savoir plus sur l'alimentation ?

Est-ce que le slogan « Manger bouger » te parle ? Qu'est-ce que ça t'évoque ?



Est-ce que tu connais le slogan « pas manger trop gras, trop sucré, trop salé », est-ce que tu l'appliques ?

Est-ce que tu connais le slogan « 5 fruits et légumes/j », est-ce que tu l'appliques ?

Qu'est-ce que tu bois en général/ **au quotidien** ? (Eau, jus, sodas, boissons chaudes, boissons alcoolisées) ? Pourquoi ?

As-tu été sensibilisé sur le gaspillage alimentaire ? Comment ? Quand ?

Est-ce que tu récupères des paniers antigaspi (type too good to go) ?

As-tu été sensibilisé sur le tri des déchets alimentaires (produit, packaging ...) ? Comment ? Quand ?

Pour toi, quel lien fais-tu, si tu en fais un, entre l'alimentation et le développement durable/l'écologie/la durabilité ?

Qu'est-ce que tu penses des régimes minceur ?

As-tu été sensibilisé aux problématiques d'obésité/surpoids ? Penses-tu que cela soit un problème de santé majeur en France ou non ?

Sur quel sujet (parmi les suivants) en relation avec l'éducation alimentaire tu aurais aimé être plus informé et par quel moyen ?

- Tri des déchets,
- Gaspillage alimentaire,
- Fait maison/ cuisiner
- Régimes spécifiques (*végétarien, végétalien, pesco-végétarien, crudivore, paléo ...*)
- Nutrition
- Écologie (pesticide, pollution, préservation des ressources et de la biodiversité)
- Bio
- Saisonnalité
- Localité
- Équitable (commerce équitable, respect des droits de l'homme)
- Autres sujets

Sur quel sujet es-tu déjà bien informé ? (**Idées si la personne ne dit rien : Ultra-transformé, nutrition, fait maison, bio ...**)

Est-ce que ce que tu entends/lis dans les médias ou l'influence des amis et de la famille conduit des changements alimentaires chez toi ?

Est-ce que ça t'a fait arrêter de manger certains produits (QUOI) ? Est-ce que ça t'a fait commencer à manger d'autres produits (QUOI) ?

Pour toi qu'est-ce qu'un produit alimentaire innovant ? Pourrais-tu me donner un exemple ?

Y-a-t'il un produit qui n'existe pas encore mais que tu aimerais pouvoir acheter ?

