

Camille.

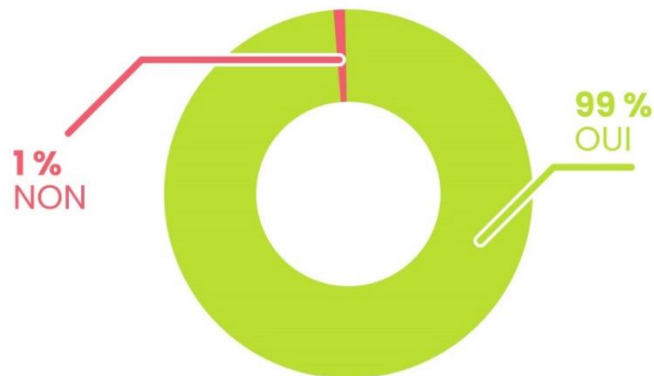
Camille À L'ÉCOUTE DES FAMILLES.

L'alimentation des enfants wallons de 3 à 18
ans

*Questionnaire envoyé le 14 septembre 2022.
3.939 familles ont répondu au sondage réalisé par Camille.
Les parents d'enfants de 3 à 18 ans ont été sondés.*

Camille.

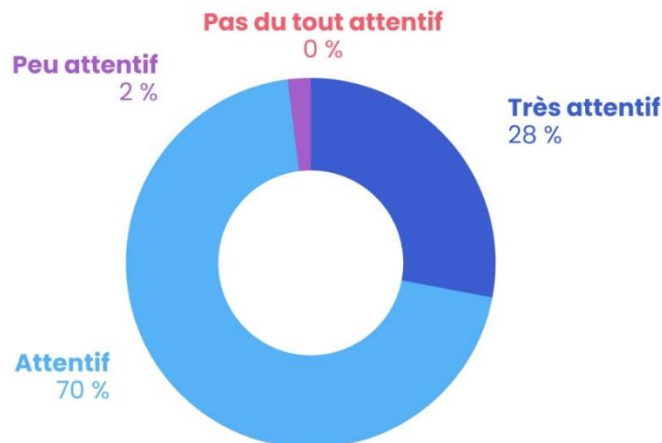
Etes-vous sensible à l'importance de l'alimentation dans la santé de vos enfants ?



Sans surprise, tous les parents disent être sensibles à l'importance de l'alimentation dans la santé de leurs enfants.

L'ensemble de l'enquête démontrera que la réponse est un peu plus nuancée que cela.

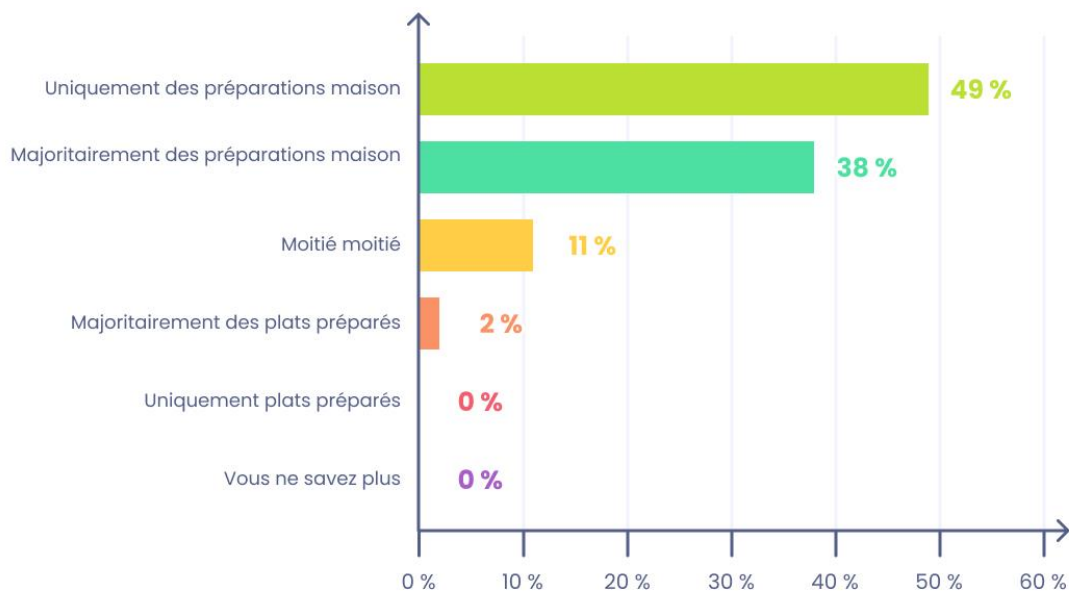
A quel point êtes-vous attentif à leur alimentation ?



Lorsqu'on leur demande à quel point ils sont attentifs, 28% disent l'être fortement et 2% reconnaissent être peu attentifs. La majorité se déclare simplement attentive.

Camille.

Quand votre enfant a été en âge de manger des aliments solides, avez-vous privilégié les préparations maison ou les petits pots/repas déjà préparés ?



L'alimentation des enfants en bas âge semble être particulièrement importante puisqu'un parent sur deux déclare n'avoir donné que des préparations maison à son enfant en bas âge et aucun petit pot ou plat préparé. 38% disent également que l'alimentation était majoritairement faite de préparations maison. Seuls 2% des parents disent avoir utilisé majoritairement des plats du commerce et 11% ont fait moitié moitié.

A la maison, vos enfants mangent-ils des repas équilibrés* ?

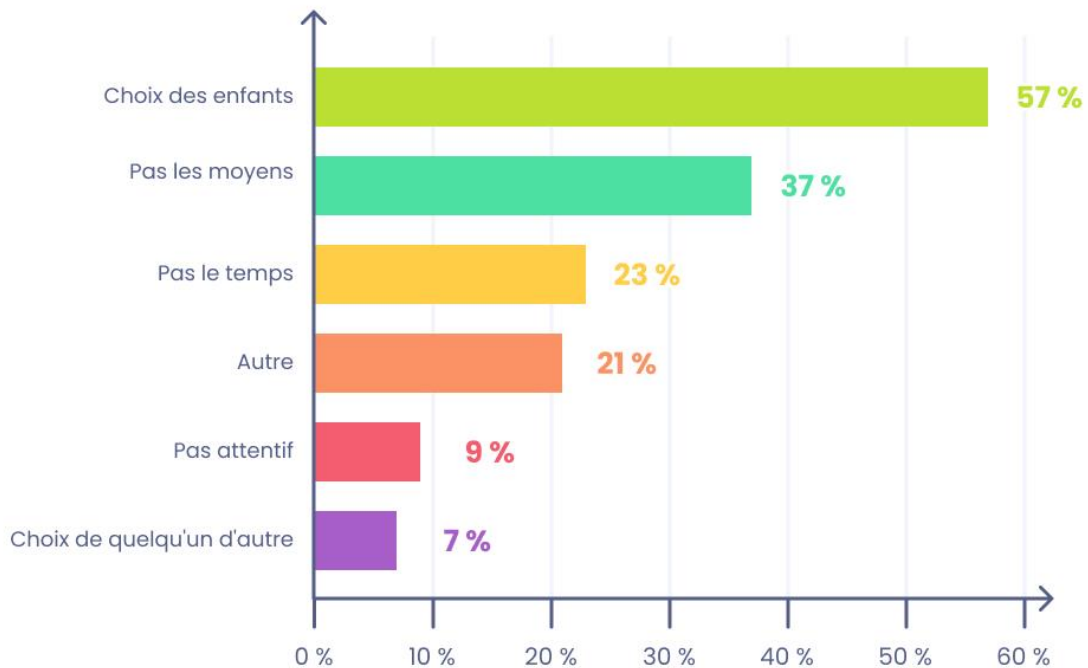
(*par repas équilibré, nous entendons un repas composé d'aliments de différentes familles, limité en sucre, sel et matières grasses et comprenant des fruits et/ou légumes)



92% des parents déclarent que les repas de leurs enfants à la maison sont équilibrés.

Camille.

Pourquoi vos enfants ne mangent-ils pas équilibré à la maison (plusieurs choix possibles) ?



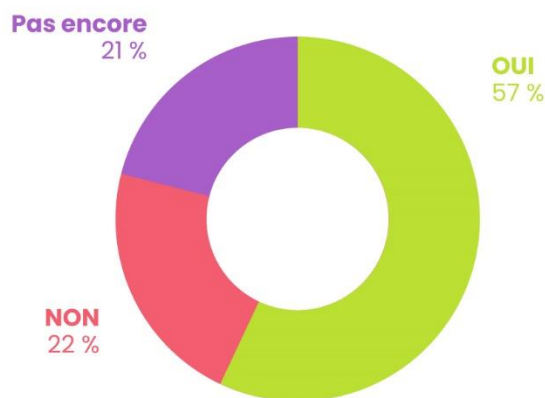
La raison principale évoquée par les parents pour expliquer le fait que les repas à la maison ne sont pas équilibrés est le choix des enfants. Beaucoup de parents nous expliquent qu'il est difficile pour eux de faire manger certains types d'aliments à leurs enfants et qu'ils préfèrent leur donner un repas qu'ils aiment plutôt que de gaspiller.

Pour plus d'un tiers des parents, le budget est un frein à une alimentation équilibrée. Cela coûte trop cher pour eux de manger équilibré.

Et pour un parent sur 5, c'est le temps nécessaire pour préparer des repas sains qui les empêche de proposer une alimentation équilibrée à leurs enfants.

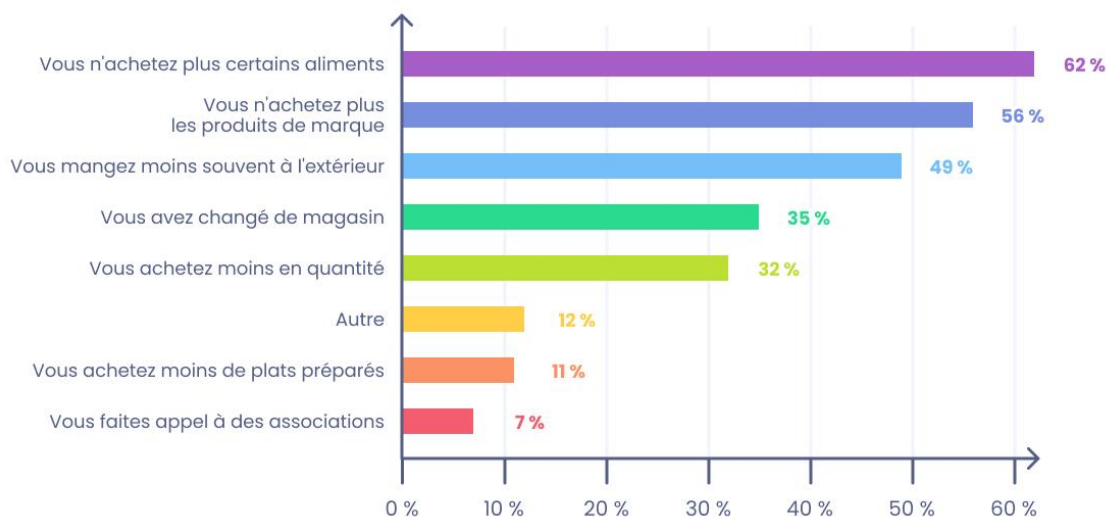
Camille.

Avez-vous dû changer vos habitudes d'achats alimentaires suite à l'augmentation des prix ?



Près de **6 parents sur 10 ont dû changer leurs habitudes** d'achats alimentaires suite à l'augmentation des prix et 21% envisagent devoir le faire. Seuls 22% peuvent toujours se permettre de consommer de la même manière qu'avant l'augmentation des prix.

Qu'avez-vous changé dans vos habitudes d'achats (plusieurs choix possibles) ?



Parmi ceux qui indiquent avoir changé leurs habitudes, le principal changement observé est la **suppression des aliments les plus chers** (viandes, poissons...) de l'alimentation pour 6 parents sur 10.

Plus d'un parent sur deux n'achète plus de marques non plus et privilégie les produits blancs ou les marques des distributeurs.

Plus d'1/3 des parents a changé de magasin pour ses achats et le même nombre achète moins en quantité et réduit donc les repas et la collation.

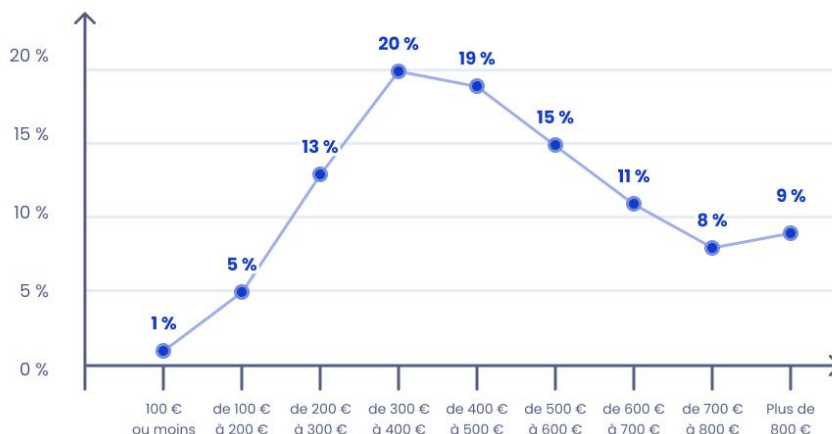
7% des répondants ont même dû faire appel à des associations (Restos du Cœur, banques alimentaires...).

Camille.

Dans la catégorie "Autre", un nombre important de **parents disent se priver** au moment des repas pour laisser la priorité à son enfant.

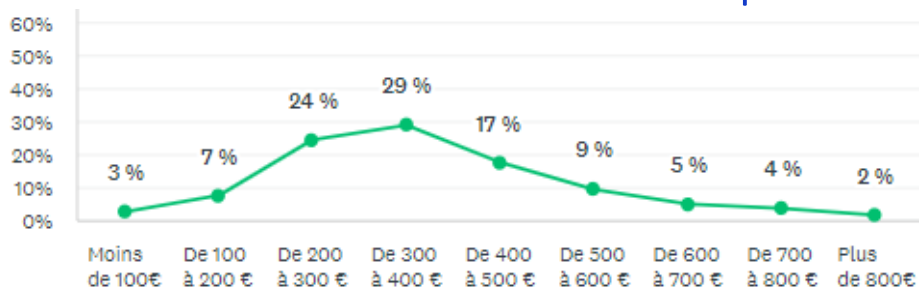
Actuellement, quel budget consacrez-vous à vos courses alimentaires* (hors sorties) par mois ?

**Cela regroupe toute votre alimentation (boissons, produits secs, produits frais, congelés...) mais pas les produits d'hygiène ou d'entretien de la maison*



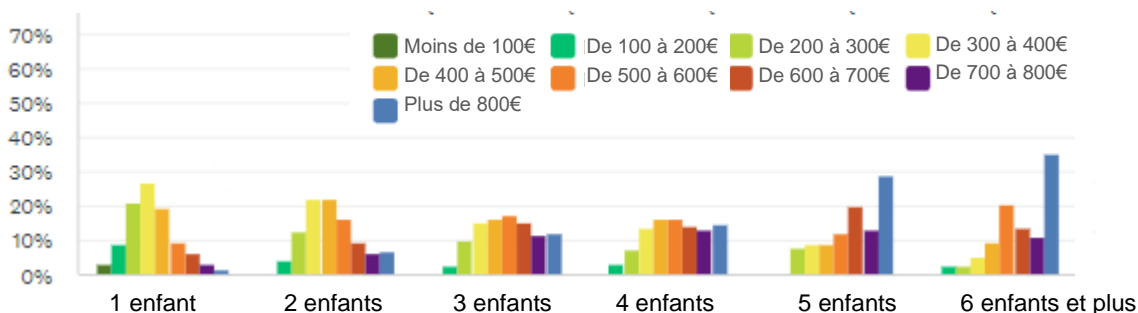
Le budget des courses alimentaires représente un montant conséquent dans le budget familial puisque 60% des familles dépassent les 400€ mensuels.

Montants des achats des familles monoparentales



Bien que les familles monoparentales aient un budget plus restreint, 66% des familles avec un seul revenu dépassent tout de même les 300€ de courses alimentaires par mois.

Montants des achats des familles selon la taille



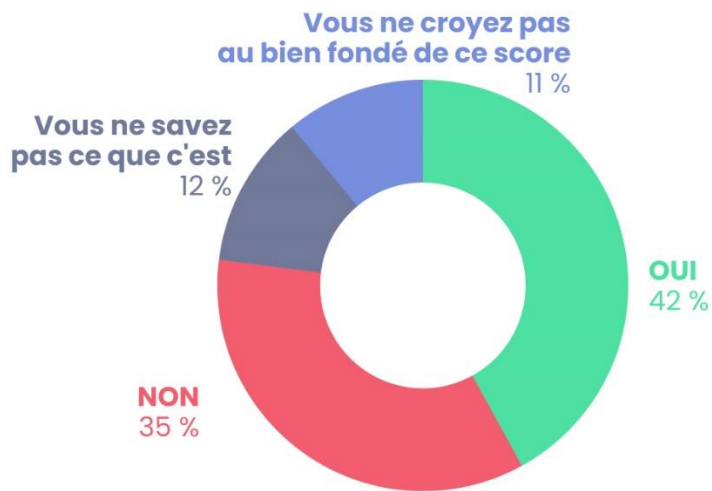
Sans surprise, le budget courses alimentaires varie selon la taille de la famille mais pas forcément de manière proportionnelle. La majorité des familles avec un seul enfant ont un

Camille.

budget compris entre 300 et 400€, pour deux enfants, c'est entre 300 et 500€, pour les familles avec 3 et 4 enfants, c'est de 500 à 600€ mais le budget moyen commence à augmenter. Et pour les familles de plus de 5 enfants, le budget courses alimentaires est majoritairement situé au-dessus des 800€.

Camille.

Etes-vous attentif au Nutriscore des aliments ?

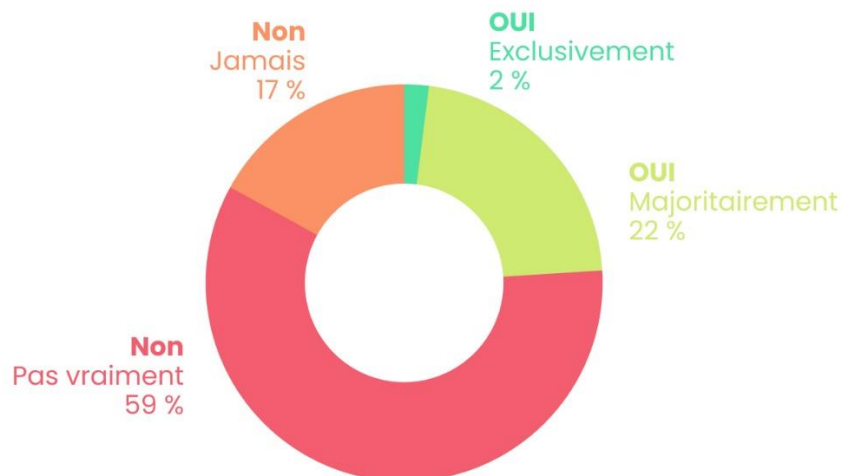


4 parents sur 10 prennent en compte le Nutriscore des aliments pour l'alimentation de leurs enfants.

12% des parents ne savent pas ce qu'est le Nutriscore.

11% ne croient pas au concept du Nutriscore.

Privilégiez-vous le Bio dans vos achats alimentaires ?

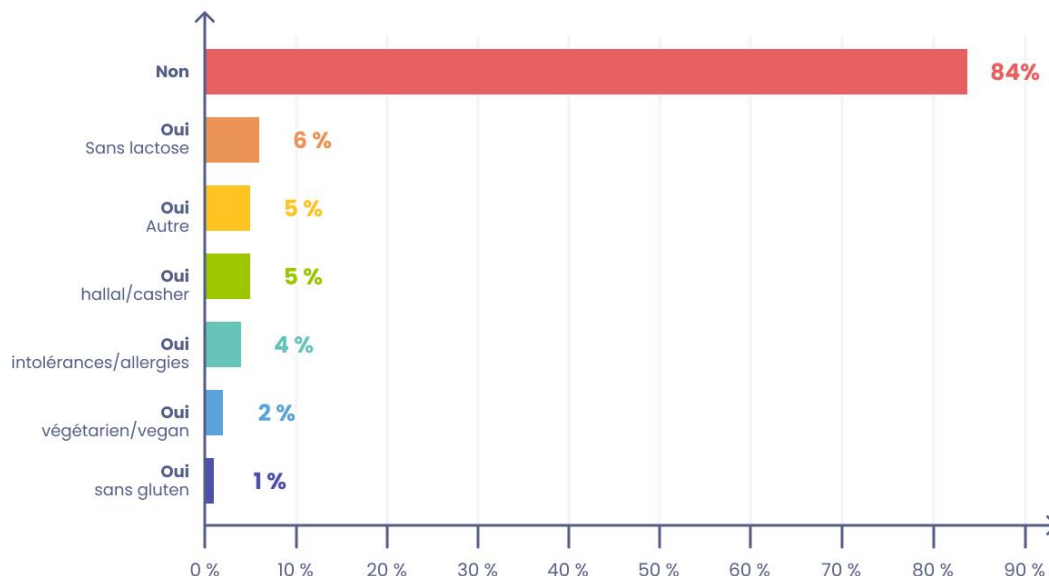


76% des parents n'achètent pas de Bio.

Seulement 2% des familles consomment exclusivement du bio et 22% en consomment majoritairement mais pas exclusivement.

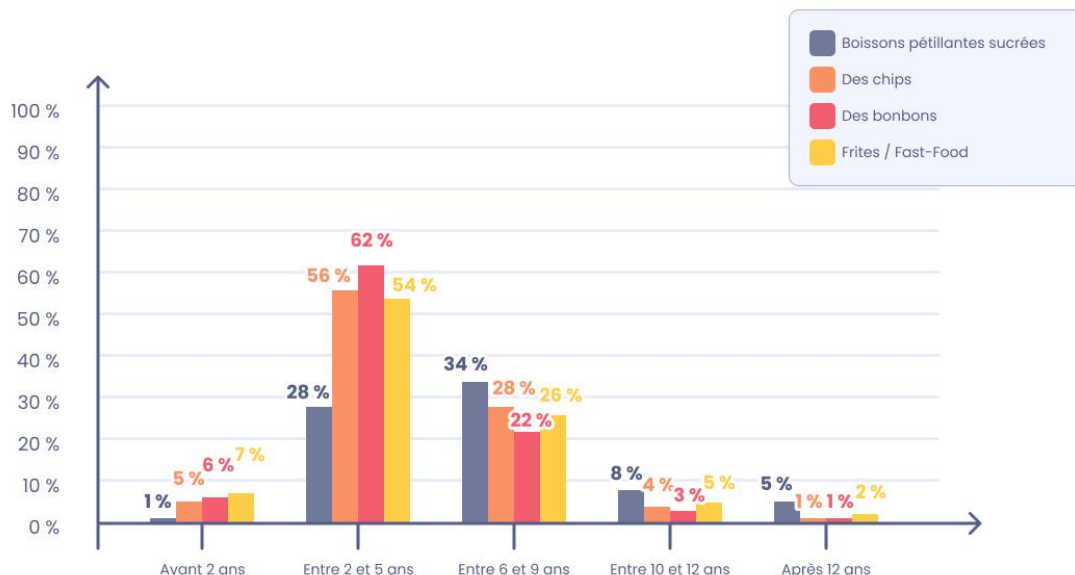
Camille.

Vos enfants ont-ils un régime alimentaire spécifique (plusieurs réponses possibles) ?



16% des enfants de 3 à 18 ans ont un régime alimentaire spécifique, qu'il soit lié à des allergies ou à des convictions. **Un enfant sur six doit donc être attentif à ce qu'il consomme.**

A partir de quel âge avez-vous autorisé votre/vos enfant(s) à consommer :

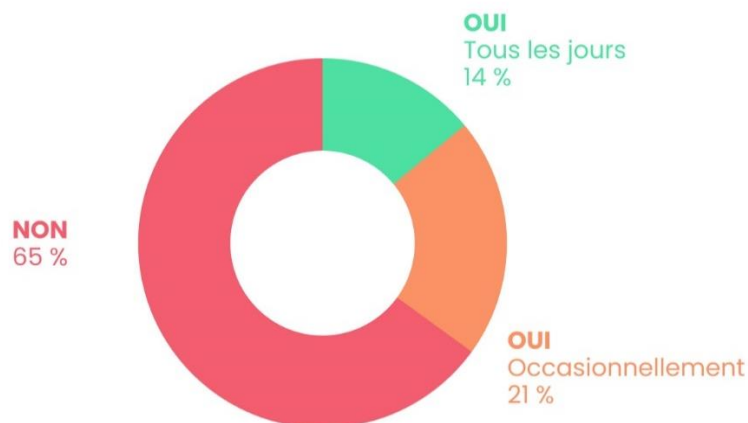


Parmi les aliments moins sains pour la santé, ce sont les sodas/boissons pétillantes sucrées qui sont les plus limitées par les parents.

Alors que 68% des enfants ont pu manger des bonbons avant leurs 5 ans, 61% ont pu manger des frites/fast food et des chips, seulement 29% ont pu boire des boissons pétillantes sucrées. A 12 ans, 94% des enfants ont déjà consommé de la nourriture de fast food, des bonbons et des chips, seulement 76% des enfants ont été autorisé à consommer des boissons sucrées.

Camille.

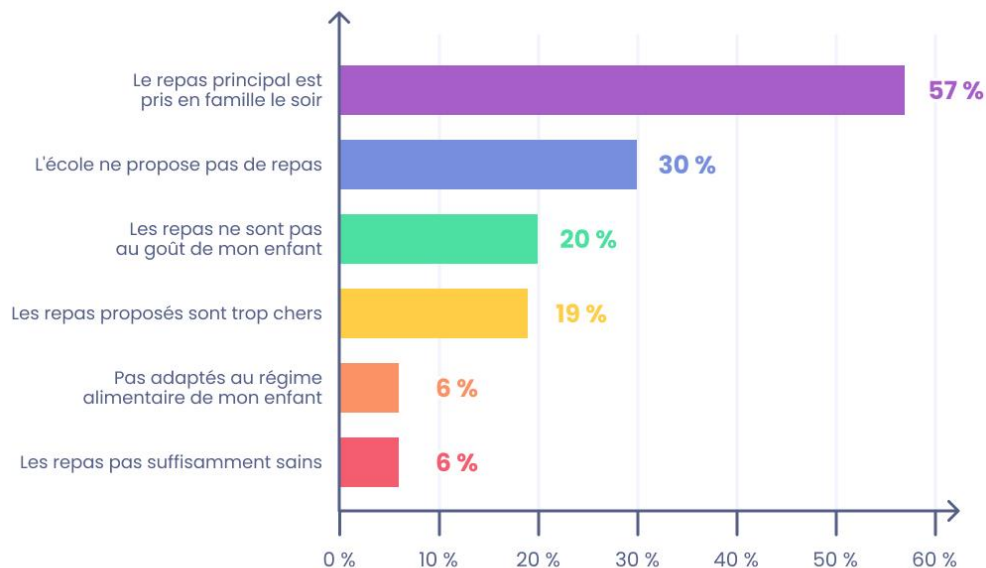
Vos enfants mangent-ils un repas proposé par l'école le midi ?



65% des enfants ne mangent jamais de repas proposé par l'école et 14% prennent le repas de l'école tous les midis.

21% mangent occasionnellement à l'école, à la carte, selon ce qui est proposé.

Pourquoi vos enfants ne mangent-ils pas les repas de l'école le midi (plusieurs réponses possibles) ?



Pour 1/3 des répondants, l'école ne propose pas de repas.

Pour les autres, c'est le fait que le repas principal soit pris en famille le soir et qu'ils ne veulent pas faire deux repas complets qui explique le fait que les enfants ne mangent pas le repas de l'école.

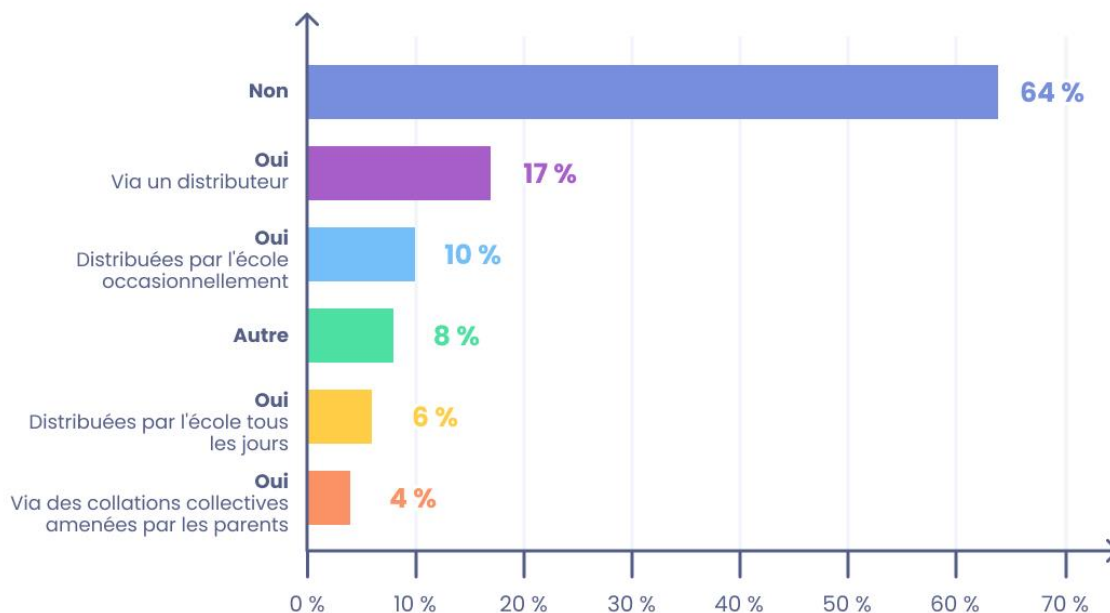
Le fait que les repas ne soient pas au goût de l'enfant est un frein pour un enfant sur cinq.

L'aspect budgétaire rentre aussi en compte pour un enfant sur cinq.

Seulement 6% des répondants n'inscrivent pas leurs enfants aux repas de l'école parce qu'ils ne les trouvent pas assez sains.

Camille.

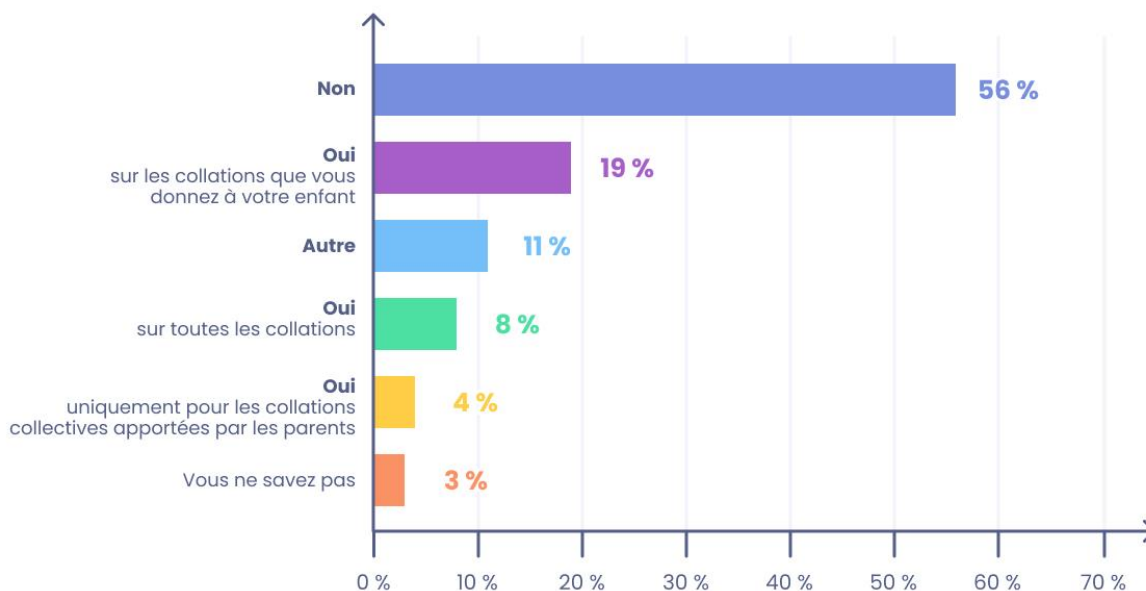
L'école met-elle à disposition des collations (plusieurs réponses possibles) ?



Pour 64% des répondants, aucune collation n'est disponible à l'école, même pas via un distributeur.

6% ont des collations distribuées tous les jours par l'école et 4% seulement organisent des collations collectives amenées par les parents.

L'école impose-t-elle des règles aux parents en matière de collations ?



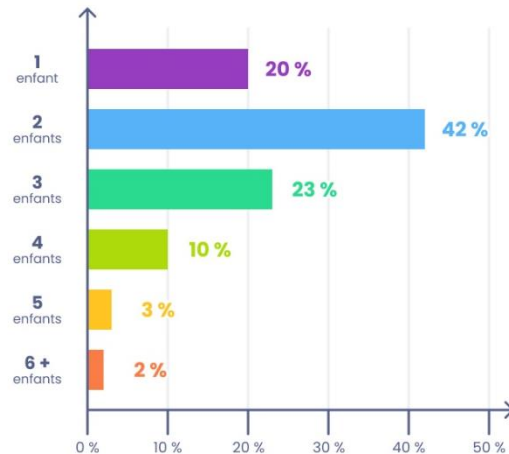
56% des familles n'ont pas de règles imposées aux enfants sur leurs collations.

Cependant, **pour un enfant sur cinq, l'école impose des règles sur les collations que les parents donnent** à leurs enfants.

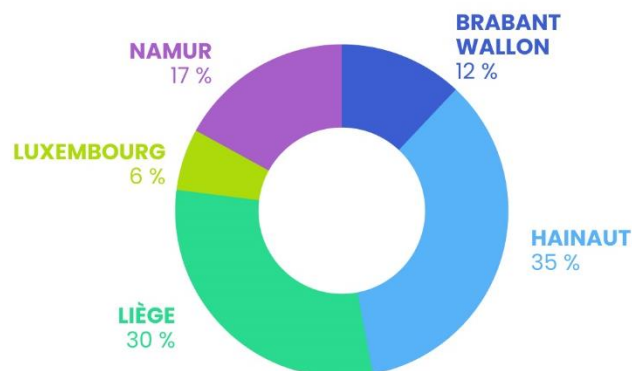
Camille.

Profil des répondants

Nombre d'enfants



Province



Statut professionnel

