

Communiqué de presse
Bâle, le 27 juillet 2009

Les résultats du deuxième sondage Coop «Tendances alimentaires sous la loupe» viennent d'être publiés

Manger rapidement et sainement: est-ce vraiment possible?

Les résultats du deuxième sondage Coop «Tendances alimentaires sous la loupe» montrent que les Suisses privilégient les repas à la fois sains et rapides. 42% des personnes interrogées pensent toutefois que ces deux aspects sont difficilement conciliables. Pour la grande majorité, il est particulièrement important que les soupers pris à la maison soient rapides et bons pour la santé, le terme rapide se rapportant avant tout au temps de préparation et, dans une moindre mesure, au temps du repas proprement dit.

La série d'études «Tendances alimentaires sous la loupe» de Coop a pour objectif d'analyser les comportements alimentaires des Suisses. Les résultats du premier sondage, réalisé en février dernier, ont montré que 65% d'entre eux attachent une grande importance aux repas sains et rapides. Ce deuxième sondage vise à préciser ce qu'ils entendent par là.

La salade: le repas «sain et rapide» n° 1

Lorsqu'on demande aux Suisses ce qu'ils considèrent comme des repas rapides et sains, ils citent avant tout les salades, suivi des fruits et des légumes: des résultats pour le moins surprenants car, lors du premier sondage, de nombreuses personnes avaient déclaré ne pas avoir suffisamment de temps pour manger les 5 portions de fruits et légumes recommandées par jour. Les plats de viande et les grillades sont cités en quatrième position. Si 42% des sondés estiment qu'il est difficile de manger à la fois rapidement et sainement, 69% pensent que ce n'est pas impossible.

Préparation rapide: un critère essentiel

90% des personnes interrogées déclarent manger souvent voire toujours sainement. Les sondés ayant indiqué manger souvent ou toujours des plats pas vraiment sains (28%) sont principalement des hommes de moins de 50 ans. Les raisons invoquées pour la rapidité des repas (qu'ils soient sains ou non) sont avant tout le manque de temps pour la préparation et, dans une moindre mesure, le manque de temps pour manger.

Le souper: sain et vite prêt

Pour 76% des Suisses, un repas rapide et sain est un repas qui peut être préparé rapidement. Ils tiennent avant tout à ce que ceux pris à la maison allient ces deux aspects, en particulier le souper. Quasiment toutes les personnes interrogées prennent leur repas du soir chez eux en semaine; pour le repas de midi, ils ne sont que la moitié. L'étude confirme par ailleurs qu'environ un quart des Suisses ne prennent pas de petit-déjeuner.

Soutien technique de la Société Suisse de Nutrition SSN

Le sondage représentatif des comportements alimentaires de la population suisse sera

Vous retrouverez ce communiqué sur www.coop.ch/medias

Contacts

Susanne Sugimoto-Erdös, responsable des Relations avec les médias
Nicolas Schmied, porte-parole
Denise Stadler, porte-parole
Karl Weisskopf, porte-parole

Tél. +41 61 336 71 96
Tél. +41 61 336 71 39
Tél. +41 61 336 71 10
Tél. +41 61 336 71 07

désormais réalisé et publié trimestriellement. La SSN apporte son soutien scientifique au projet «Tendances alimentaires sous la loupe» et veille à ce qu'il soit conforme aux dernières découvertes en matière de nutrition.

Les résultats des différentes études sont publiés sur les sites www.coop.ch/esstrends et www.sge-ssn.ch/fr/service-aux-medias/communiqués-de-presse.html.

Vos interlocuteurs chez Coop

Susanne Sugimoto-Erdös, responsable des Relations avec les médias Tél. +41 61 336 71 96
Denise Stadler, porte-parole Tél. +41 61 336 71 10

Les contacts avec le Service spécialisé Diététique de Coop sont coordonnés par le Service médias.

Vos interlocuteurs à la Société Suisse de Nutrition SSN

Marion Wäfler, diététicienne diplômée ES, service médias Tél. +41 31 385 00 13
Viviane Bühr, nutritionniste MSc, relations publiques Tél. +41 31 385 00 13

