



# TRANSITION VERS UNE ALIMENTATION DURABLE

+ MARKETING SOCIAL

## MAI LINH LE NGUYEN

est jeune chercheuse au sein du laboratoire ArguMANS de l'Université du Mans. Elle s'intéresse à l'alimentation durable, qui consiste à acheter et manger des aliments qui ne sont pas néfastes pour l'environnement. Plus précisément, Mai Linh étudie ces comportements au sein des familles. Elle veut, en effet, savoir pourquoi certaines familles ont une alimentation durable et d'autres non. Ensuite, elle aimerait trouver des solutions afin d'encourager les personnes à consommer des aliments plus respectueux de l'environnement.



« Venue du Vietnam, j'aime manger des fruits exotiques, mais ce n'est pas bon pour l'environnement car ils viennent de loin. J'essaie donc de manger moins de mangues ou d'ananas. Et j'aimerais persuader mon entourage de le faire aussi. C'est pourquoi je réalise cette recherche, je voudrais encourager plus de gens à adopter une alimentation durable ! »

Mai Linh Le Nguyen

Ce qu'on mange dans nos assiettes peut avoir des impacts négatifs sur l'environnement. Par exemple, lorsqu'on consomme des aliments qui viennent de loin ou qui sont emballés dans du plastique, cela génère de la pollution et des déchets. Une alimentation durable consiste à consommer des aliments qui ne sont pas néfastes pour l'environnement. Par exemple, on peut consommer plutôt des fruits et des légumes locaux et de saison, manger moins de viande au cours des repas, faire un compost, etc. Mai Linh aimerait trouver des solutions pour encourager la consommation alimentaire durable. Pour cela, elle veut comprendre ce qui nous guide vers ce mode de consommation.

Dans ses recherches, Mai Linh s'intéresse à ce que consomment les familles en France. Est-ce que les membres d'une même famille s'influencent les uns les autres

sur la façon dont ils mangent et choisissent leur nourriture ? Quels gestes écologiques font-ils au quotidien ? Comment les parents transmettent ces pratiques à leurs enfants, et à l'inverse, comment les enfants influencent leurs parents en terme d'alimentation durable ? Pour comprendre cela, Mai Linh réalise des entretiens avec des familles. Elle leur pose des questions sur leur quotidien. Elle échange avec des parents et des enfants sur leur façon de faire les courses et de cuisiner, sur leurs pratiques en lien avec l'alimentation durable mais aussi sur leur manière de communiquer entre eux.

Mai Linh espère que ses recherches contribueront à trouver des solutions pour guider les personnes vers des comportements plus respectueux de l'environnement et de l'écologie.

---

## LES OBJECTIFS

- + Comprendre pourquoi et comment les familles pratiquent une alimentation durable
- + Déterminer comment les parents et les enfants s'influencent les uns les autres sur l'alimentation
- + Proposer des solutions pour sensibiliser et guider les personnes vers une alimentation plus durable