
Table des annexes

Annexe 1 : Affiche de recherche de participants	2
Annexe 2 : Guide d'entretien	3
Annexe 3 : Liste des aliments.....	8
Annexe 4 : Résultats des entretiens.....	13



**RECHERCHE PARTICIPANT POUR
UNE ETUDE**

**J'AI BESOIN DE
VOUS**



Pourquoi ? Participer à un entretien

Quoi ? Sur vos habitudes de
consommation

Combien ? entre 45min et 1h

Où ? Sur le campus Alma
(Woluwé-saint-lambert)
ou à mon domicile
(Namur)

Qui ? Toute personne en charge des
courses de son ménage

Si vous êtes intéressé, vous pouvez prendre rendez vous avec moi
par mail, par téléphone ou directement en ligne via ce lien ou le QR
code

<https://doodle.com/bp/florencemathieu1/entretien>



0479/93.97.16



f.mathieu@student.uclouvain.be



GUIDE D'ENTRETIEN

Accueil de la personne participante

Éléments à aborder avant l'entretien :

- L'objectif de l'étude est de comprendre ce qui sous-tend les choix alimentaires et l'objectif de l'entretien est de recueillir votre vécu sur cette thématique
- Je vous rappelle qu'il n'y a pas de bons ou mauvais propos. Je ne suis pas là pour vous juger ou juger vos connaissances/expériences/compétences, mais bien pour entendre votre témoignage
- Voici le formulaire d'information et de consentement libre et éclairé que je vous invite à lire attentivement (obtention de la signature et du consentement verbal).
- Les données seront traitées de manière totalement anonyme.
- Si la personne souhaite recevoir une copie de cette étude, elle lui sera envoyée

Déroulement de l'entretien :

- Durant l'entretien, je soulèverai quelques interrogations issues de mon guide. Si celles-ci ne sont pas claires, n'hésitez pas à me le faire savoir afin que je tente de les clarifier.
 - L'entretien devrait durer environ .. minutes. Il sera enregistré afin que je puisse avoir accès à votre témoignage complet et précis qui sera retranscrit par la suite.
 - Votre témoignage est confidentiel, ce qui signifie que l'enregistrement sera détruit après son traitement
 - A tout moment, vous avez le droit de mettre fin à l'entretien
 - Avez-vous des questions ou des commentaires avant de débiter?
-
-

Thème 1 : les choix alimentaires

Objectif : Comprendre les habitudes et motivations derrière les choix alimentaires des participants.

Nous allons commencer par une mise en situation : vous entrez dans une grande surface pour y réaliser des achats alimentaires. Vous devez y choisir 3 types de produits : des biscuits, un jus de fruits et des yaourts.

1.1) Vous vous rendez tout d'abord dans le rayon de biscuits, voici 10 types différents de biscuits . Lequel choisiriez-vous ?

Laisser le répondant choisir son produit et éventuellement expliquer son choix spontanément, si pas :

- a. [Relance] : Pouvez-vous m'expliquer pourquoi et comment vous avez effectué votre choix parmi les autres produits ?
- b. [Relance] : Qu'est-ce qui a motivé votre choix ?

- c. [Relance] : Qu'est-ce qui vous a attiré le plus dans ce produit ? Qu'avez-vous regardé en premier ?
- d. [Relance] : Quand vous abordez l'emballage du produit, qu'est-ce qui vous attire le plus dedans ?
- e. [Relance] : Entre ce produit-ci et celui-ci (en proposant deux produits différents de celui choisi en prenant un produit avec Nutri-score ou un sans) lequel choisiriez-vous ? Et pourquoi ?

1.2) Ensuite, vous continuez vos courses avec l'achat de jus de fruits, parmi ces 10 produits lequel choisiriez-vous?

Laisser le répondant choisir son produit et éventuellement expliquer son choix spontanément, si pas :

- a. [Relance] : idem 1.1

1.3) Passons maintenant aux yaourts, voici 10 types différents de yaourt. Lequel choisiriez-vous ?

Laisser le répondant choisir son produit et éventuellement expliquer son choix spontanément, si pas :

- a. [Relance] : pouvez-vous m'expliquer comment vous avez effectué votre choix parmi les autres produits ?

→ Préférence pour les yaourts écrémés

- i. Et parmi l'ensemble des yaourt écrémés, qu'est ce qui a motivé votre choix ?

- b. [Relance] : idem 1.1

1.4) De manière générale, si vous devez effectuer un choix entre plusieurs produits que regardez-vous en premier dans le produit ?

1.5) Qu'est-ce qui influencent généralement vos choix alimentaires au quotidien?

- a. [Relance] : Pouvez-vous donner un exemple récent où un facteur particulier a influencé vos choix alimentaires?

Thème 2 : Culture nutritionnelle et culinaire

Objectif : Comprendre le lien entre les habitudes/connaissances culinaires/nutritionnelles des participants et leurs choix alimentaires.

2.1) Cuisinez-vous régulièrement?

- a. [Relance] : Y a-t-il des plats que vous préparez souvent?
- b. Savez-vous pourquoi vous le consommez régulièrement ?

2.2) Quels sont les produits qui ont une importance particulière pour vous ? Et/ou que vous consommez souvent ?

2.3) Quels sont les produits le plus consommés dans votre famille?

2.4) Avez-vous modifié certaines habitudes alimentaires héritées de votre famille d'origine? Pourriez-vous donner quelques exemples ?

2.5) Pouvez-vous décrire un repas typique que vous consommez au cours d'une journée?

Thème 3 : les choix alimentaires sains

Objectif : Explorer la perception et la pratique des participants en matière de choix alimentaires sains.

3.1) Pour votre santé, y a-t-il des aliments que vous vous refusez ou que vous vous imposez ?

3.2) Avez-vous déjà modifié vos habitudes alimentaires pour adopter un régime plus sain?

- a. [Relance] : Pourquoi ?
- b. [Relance] : Quelles ont été les principales difficultés rencontrées?
- c. [Relance] : Qu'est-ce qui vous a aidé ?

3.3) Comment définissez-vous un repas sain? Et un petit-déjeuner sain ?

3.4) Quels sont les critères ou indicateurs que vous considérez pour évaluer la santé d'un aliment?

3.5) Pouvez-vous citer des exemples concrets d'aliments que vous considérez comme sains dans votre alimentation régulière?

3.6) Parmi les choix que vous aviez fait précédemment, changeriez-vous de produit si je vous demandais de choisir le plus favorable pour votre santé ?

3.7) Pouvez-vous m'expliquer votre raisonnement ?

3.8) Quels sont les obstacles auxquels vous êtes confronté(e) lorsque vous essayez de maintenir une alimentation saine?

Thème 4 : le Nutri-Score

Objectif : Investiguer la connaissance, la perception et l'utilisation du Nutri-Score par les participants.

4.1) Je vous propose de revenir sur 2 produits proposés précédemment, pouvez-vous me dire si vous avez déjà vu cette étiquette (nutri-score)

4.2) Pourriez-vous me dire ce que vous comprenez à travers cette étiquette ?

4.3) Ce logo s'appelle le nutri-score. En avez-vous déjà entendu parler ? Si oui, où et par qui/quoi ?

4.4) Pourriez-vous me dire ce que vous en savez ?

a. [Relance] : si vous deviez le décrire en quelques mots, que diriez-vous ?

4.5) Comment avez-vous eu ces informations ?

4.6) Avez-vous déjà tenu compte du Nutri-Score dans certains choix d'aliments ?

b. [Relance] : dans quelle situation étiez-vous ?

c. [Relance] : pour quel aliment l'avez-vous utilisé ?

d. [Relance] : pourquoi n'avez pas réitéré l'utilisation après ?

e. [Relance] : Si non, utilisez d'autres informations ? D'autres outils pour vous informer sur la qualité nutritionnelle des produits ?

4.7) Est-ce que, selon vous, le nutri-score influence-t-il vos choix ? ou Utilisez-vous le Nutri-Score comme référence lors de vos achats alimentaires?

4.8) Quels sont les aspects du Nutri-Score que vous trouvez les plus utiles ou pertinents?

- a. [Relance] : Avez-vous des réserves ou des critiques concernant le Nutri-Score?
- b. [Relance] : Comment le Nutri-Score pourrait-il être amélioré pour mieux répondre à vos besoins en tant que consommateur?

4.9) Trouvez-vous que le Nutri-Score est un outil facile à comprendre et à utiliser?

4.10) Pensez-vous que le Nutri-Score devrait être obligatoire sur tous les produits alimentaires?

4.11) Dans quelle mesure pensez-vous que le Nutri-Score peut contribuer à une meilleure santé?

Annexe 3 : Liste des aliments

BOISSONS				
JUS	Jus d'orange delhaize (NS : A)	1,79€ /L		
	Jus tropical Innocent	3,29€ / L		
LAIT	Lait demi-écrémé Campina (NS : A)	1,75 /l		
	Lait demi-écrémé bio Delhaize (NS : A)	1,35/L		
	Boisson alpro soja (NS : A)	1,38 / L		
	Boisson d'avoine Oatly	3,09		
	Cecemel	1,25 / l		

SODA	Coca cola	1,78€/L	
	Coca-cola zero	1,83€	

PRODUITS LAITIER			
YAOURT	Yaourt aux fruits 0% Delhaize (NS : A)	2,09€	
	Activia framboise	3,15€	
	BONI Bio Yaourt entier nature (4x125g) (NS :A)	1,39€	
	PUR NATUR yaourt maigre nature bio verre (500g)	2,99€	
FROMAGE	Mozzarella Delhaize (NS : C)	1,09€	
	Mozzarella Galbani	1,39€	
	Fromage au fines herbes BONI	1,09€	
	Boursin échalotte et ciboulette (150g) (NS : D)	2,79€	

CEREALES PETIT-DEJEUNER				
CORN FLAKS	Spécial K chocolat 500g (NS : C)	5,27€		
	Spécial K original 750g	5,99€		
GRANOLA	Crunchy muesli au chocolat 740g (NS : C)	2,33€		
	Kellogg's Extra Céréales Chocolat noir 375 gr	3,69€		
MIEL	Honey rings Delhaize (750gr) (NS : A)	2,95€		
	Kelloggs Miel pops (400g)	3,89€		
CHOCOLAT	Choco cookies BONI (750g) (NS: C)	3,61€		
	ET Kellogs coco pops chocolat (420g)	3,95€		

PLAT PREPARE				
LASAGNE	Lasagne bolognaise Delhaize (NS : A)	2,59€	 	
	Come a casa lasagne bolognaise	4,25€		
PIZZA	Pizza polo Dr Oetker (NS : B)	2,99€	 	
	ET Pizza 4 fromage Dr Oetker (NS :C)	2,75€		
PATE	Macaroni jambon fromage Delhaize (NS : C)	5,99€	 	
	ET Macaroni jambon fromage Everyday	4,66€		
CHIPS	Lay's Sensations Chips Thai sweet chili 150 gr (NS:B)	1,85€	  	
	Lay's-Ringlings 125 gr(NS:D)	1,85€		
	Doritos sweet chilli pepper	1,69€		

COLLATION			
GAUFRE	Gaufre de liège suzy LOTUS (8x57g) ET	3,79€	
	Gaufre au sucre chocolat Delhaize (5x60g) (NS :E)	1,99€	
MUFFFIN	Muffin chocolat delhaize (NS :D)	1,89€	
	Muffin chocolat carrefour	1,89€	
BISCUIT CHOCOLAT	Biscuit Dinosaurus LOTUS	1,75€	
	Cookies chocolat Delhaize (NS :E)	1,15€	
BISCUIT PETIT-DEJEUNER	Belvita biscuit déjeuner chocolat	3,29 €	
	Biscuit petit déjeuner lait BONI (NS :D)	1,99€	
BISCUIT CEREALE	BONI barre céréales noisette (NS :A)	1,67 €	
	LU GRANY biscuit céréales	2,19€	

Unité d'analyse	Extraits d'entretien	Code de l'entretien
La compréhension et la signification du Nutri-Score	<i>Interviewer : Ok, et si je vous montre par exemple ce nutri-Score ci. Qu'est-ce que vous comprenez à travers le Nutri-Score qui est mis comme ça sur l'emballage ? Répondant : Ben que le produit est pas si mauvais que ça puisqu'il est en B et qu'il est vert, donc ça peut être bon pour la santé quoi. Qu'on peut, que c'est bon pour la santé. Que c'est dans, dans cette gamme de produits là c'est un produit bon pour la santé. Enfin ce n'est pas mauvais quoi en tout.</i>	E1-L254
	<i>Interviewer : Et comment est-ce que vous avez entendu parler du fait que le produit B est bon pour la santé ? Répondant : Alors je ne suis pas sûre que j'en ai entendu parler ou que je heu.. c'est juste que bon, faut avouer que c'est un peu évident</i>	E1-L259
	<i>il y a rien à faire, c'est le code de la route quoi. Vert c'est autorisé, c'est bon. Orange, ça devient indécis et rouge... donc déjà que la le code couleur est un peu évident, ça rejoint aussi les maisons passives quoi, le ABC c'est toujours dans le même, Voilà le code, le code ABC c'est toujours le A et le meilleur. C'est comme dans les machines à laver le AAAAA ++ voilà c'est toujours mieux. Donc c'est un un code facile a heu.. Il y a la couleur</i>	E1-L263
	<i>Et la mozzarella, je sais que c'est gras donc faut en manger pas beaucoup, qu'elle soit en C bah je le sais-je peux pas manger 10 boules de mozzarella</i>	E1-L287
	<i>Je trouve que le Nutri-Score c'est c'est un truc synthétique qui est intéressant pour les gens qui ne s'intéressent pas aux étiquettes. Enfin qui qui n'ont pas le temps, qui prennent pas le temps de lire</i>	E1-L309
	<i>c'est le fait que le Nutri-Score ne te dit pas si tu peux en manger beaucoup ou pas sur la journée, par exemple, ici c'est en B , beaucoup de gens peuvent croire qu'ils pourraient se nourrir qu'avec ça s'ils ne savent rien. Je suppose que ce B C'est bon</i>	E1-L332
	<i>Je comprends qu'il y a une échelle qui indique que c'est plutôt bon ou plutôt mauvais. Probablement.. du du meilleur A tout vert jusqu'au E tout rouge. Mais je sais pas ce que ça veut dire concrètement.</i>	E2-L140
	<i>Mais bon alors ici (Nutri-Score) j'imagine que c'est A tout vert, donc ça veut dire qu'il y a, il y a aucun excès par rapport à des normes, j'imagine ?</i>	E2-L159

	<i>bah c'est un bon produit</i>	E3-L229
	<i>j'imagine que s'il est D c'est qu'il est bourré de beaucoup plus de mauvais truc</i>	E3-L232
	<i>je sais pas exactement ce que ça veut dire, est-ce que on a un bon score parce qu'on a des bons trucs ou qu'on a un bon score parce qu'on a pas des trucs de mauvais ?</i>	E3-L234
	<i>j'imagine que c'est sûr tu fais par rapport au mauvais truc qui a limité dans notre alimentation j'imagine c'est ça qui est pris en compte</i>	E3-L243
	<i>non j'en ai jamais entendu parler mais j'imagine ça ça paraît logique ABCDE du vert au rouge ça paraît logique que ça paraît logique que ce soit ça</i>	E3-L255
	<i>il est déjà relativement facile à comprendre, après ça tombe je le comprends pas du tout bien</i>	E3-L313
	<i>Ben je comprends que donc le A c'est ce qui est le meilleur pour la santé bien évidemment.</i>	E4-L341
	<i>Le E c'est celui à manger.. la la plus petite quantité en fait, c'est surtout ça le A où on peut en manger en plus grande quantité.</i>	E4-L342
	<i>la partie que ça peut prendre dans ton alimentation. Le E, c'est que ça prenne la plus petite partie possible quoi</i>	E4-L344
	<i>Donc c'est un peu comme la pyramide alimentaire quoi, quelque part le A c'est la base, et le E c'est c'est la pointe de la pyramide</i>	E4-L346
	<i>Et puis des couleurs, des couleurs, le vert, le vert, c'est OK, feu vert, allons y, rouge, , feu rouge pas trop, la couleur, l'air de rien parle pour elle-même aussi hein donc. Donc voilà.</i>	E4-L354
	<i>je pense que c'est juste une simplification quoi. Quelque chose de plus parlant tout de suite à l'oeil avec les couleurs, ça parle plus tout de suite que des chiffre</i>	E4-L399
	<i>oui, je pense que c'est facile à comprendre. Le A c'est la meilleure pour la santé, et le E le moins bon</i>	E5-L262
	<i>ce que je comprends, c'est que abuser de ceci est nettement plus néfaste pour la santé et que d'abuser de cela.</i>	E5-L291
	<i>j'imagine que par rapport à une alimentation équilibrée, c'est à dire différents besoins journaliers dans différents différents pas différentes substances que.. voilà, certains vont être déséquilibrés ici par rapport à des à des choses dont on n'a pas énormément besoin au quotidien. Voilà, c'est c'est comme ça que je le vois</i>	E5-L295

	<i>Ben ça veut sûrement dire qu'il est plus gras ou plus sucré quoi qu'il est moins bon pour la santé dans tous les cas, , mais le E c'est souvent y a y a rien de bon dedans quoi</i>	E6-L361
	<i>Personne m'a expliqué. Ouais, je je l'ai deviné que le A c'était mieux que le E oui c'est ça.</i>	E6-L377
	<i>Et peut-être en effet qu'on soit plus informés sur la signification. En fait qu'est-ce que ça veut dire réellement ça ? Oui, ça m'intéresserait de savoir</i>	E6-L404
	<i>que les ingrédients sont meilleurs et que c'est moins calorique.</i>	E7-L224
	<i>Si c'est A bha, c'est au niveau de l'apport en énergie et en bons aliments. Ben c'est le maximum quoi. C'est que je comprends, c'est juste ? je sais pas, moi je comprends, voilà meilleur produit quoi, le meilleur produit c'est A.</i>	E7-L239
	<i>c'est comme les les produits de machines à laver, tout ça pour l'économie d'eau et tout ça, ils ont aussi des des, des, des scores A c'est rentré un peu maintenant dans les mentalités hein. Un score consommation ABCD</i>	E7-L281
	<i>En fait ça renvoie à plusieurs choses donc forcément c'est parlant pour les gens.</i>	E7-L285
	<i>pour moi ce n'est que les calories ingérées. Donc pour moi ce n'est que un truc pour tu vas, tu vas moins grossir avec ça qu'avec ça. Ça veut pas dire forcément que tout est bon pour la santé, mais c'est moins de calories ça que ça</i>	E8-L292
	<i>pour moi c'est est ce que l'aliment à quel point l'aliment est bon ou mauvais pour la santé quoi. NS A, c'est très bon. J'imagine que c'est ce qui est légumes. Concombres, pommes, j'imagine, ça doit être A ? Et encore y a du sucre dans les pommes. Et E, c'est tout ce qui est gras, la friture, les chips, ça, ça doit être des machins E très mauvais pour la santé quoi, qui sont pas conseillés</i>	E9-L219
	<i>qu'il est pas bon, qu'il est gras, il doit être gras, pas bon, mais pourquoi pas bon ? J'en sais rien. Puisque oui, il doit être gras, il doit être mauvais</i>	E9-L228

Unité d'analyse	Extraits d'entretien	Code de l'entretien
La connaissance du logo Nutri-Score	<i>De toute façon, je ne sais même pas comment il est construit en fait hein, donc peut être bien, si on me disait comment il est construit</i>	E1-L339
	<i>je ne sais même pas ce qui fait qu'on est en A ou en B hein en fait, entendons nous bien (rire). Donc je suppose que le A est meilleur que le B mais je ne sais pas ce qui fait la différence, est ce que.. est ce que c'est parce que moins de sel, moins de sucre, moins de quoi ? Je ne sais pas moi. Qu'est ce qui fait qu'on passe de B à A en fait ? Pourquoi celui-là était en D celui là est en B ça n'en sait rien ça en fait. C'est vrai que en fait, je ne sais rien... (rire</i>	E1-L340
	<i>Disons que moi ça me plairait que il soit, qu'ils aillent un peu plus dans le détail quoi c'est A mais pourquoi ? c'est E pourquoi ça ?</i>	E2-L163
	<i>Interviewer : Et est-ce que ça vous ai déjà arrivé de l'utiliser quand vous deviez choisir entre 2 produits ? Répondant : non, très rarement, je dirai. Non parce que je connais pas bien. je sais pas si.. je suis pas sûr, non. Disons, disons jamais. Voilà.</i>	E2-L182
	<i>CE qui me le ferait utiliser, c'est le, c'est qui est derrière cette initiative ? Et et surtout savoir que ce n'est pas une association de producteurs, enfin de fabricants de produits qui utilisent ça pour essayer de tout simplement pour vendre plus de produits et que c'est que c'est un organisme indépendant qui se soucie réellement de la qualité des aliments et de la santé des gens. Ça, ça, ça me motiverait beaucoup plus à l'utiliser.</i>	E2-L190
	<i>et puis savoir que c'est ce qu'il y a derrière derrière la scène, qu'est-ce qu'il y a derrière la scène ? Qu'est-ce qu'il y a derrière le nutri score c'est qui ? Est-ce que c'est un lobby ? De fabricants de produits ? Ou bien est-ce que c'est une association de médecins, une association de consommateurs, des spécialistes, des nutritionnistes, tout ça pour moi c'est hyper important de savoir. Qui est derrière l'initiative ?</i>	E2-L197
	<i>quand on y pense sur les légumes et sur les fruits y a pas de Nutri-Score hein... et Dieu sait que c'est quand même le le plus important, donc je je sais que c'est sur les produits préparés industrialisés</i>	E4-L328

	<i>je sais que le A, c'est là où il y a le moins de graisse et le moins de glucide et donc et le sel aussi, sinon ou ou alors ou c'est dans le changement de loi où ils veulent intégrer le sel. Je sais plus trop bien et donc. Donc voilà, je l'ai lu heu</i>	E4-L352
	<i>je pense que le Nutri-score c'est plus basé sur la composition en terme de sucre, de graisse, et cetera.</i>	E5-L217
	<i>i je pense que c'est important que que ce ce label représente vraiment bien quelque chose qui soit bien étudié de manière scientifique. Je sais pas comment ils le font</i>	E5-L255
	<i>il faut juste voir moi qu'il y a un background scientifique. Je je me demande comment ils les calculent et et quels sont les types d'informations qu'on va regrouper là-dedans parce que c'est c'est c'est tellement résumé</i>	E5-L262
	<i>j'en sais rien. Ça ça tient en compte les additifs, ça? Le Nutri-Score ?</i>	E6-L370
	<i>ce que j'ai cru comprendre, retenu de ce que j'ai entendu. Mais je n'ai pas été voir plus loin dans le l'analyse du... Bah. Qu'entend-on par Nutri-Score</i>	E7-L237
	<i>est ce que c'est pas obligatoire maintenant sur tous les produits ?</i>	E7-L292
	<i>c'est pas obligatoire ? hein tu vois.</i>	E8-L223
	<i>Après j'ai déjà entendu aussi qu'il y avait des nutri score B qui était mauvais mais que c'était juste parce que y avait des calculs de enfin, que c'était en fonction de de règles. Qu'on disait tel produit est NS B, tel produit est NS D alors que des fois le NS D Bah c'est un aliment qu'on a besoin pour la santé, que notre corps a quand même besoin et qu'un NS B il peut être plus mauvais. Enfin apparemment c'est... Je connais pas bien moi mais c'est je sais qu'il y a des NS D où notre corps on en a besoin et il faut manger des NS D quoi.</i>	E9-L264
	<i>je ne le savais même pas que, j'étais même pas au courant que y en avait pas sur tout je pensais que c'était une obligation</i>	E9-L286
	<i>Enfin moi, c'est quelque chose que j'ai, j'ai tellement attendu tout et son contraire sur le NS que j'en viens à douter de sa fiabilité</i>	E9-L290

Unité d'analyse	Extraits d'entretien	Code de l'entretien
La perception de l'efficacité et de la pertinence du Nutri-score	<i>j'ai pas besoin du Nutri-Score pour savoir que c'est pas... des chips c'est gras donc en fait quand j'ai des, les chips la je l'adore, je sais que c'est D enfin je veux dire je sais que c'est mauvais mais si j'en ai envie donc... Non, je ne l'utilise pas,</i>	E1-L278
	<i>Moi j'ai l'impression que le nutri score c'est quand on acheter des trucs faits. Ce qui déjà est pas mon cas beaucoup,</i>	E1-L284
	<i>Interviewer : dernière question, est ce que vous pensez que le Nutri-Score devrait être mis sur tous les emballages alimentaires ? Répondant : Ah Ben oui, parce que si on ne met pas sur tout, on sait rien faire parce que ce qui est intéressant c'est de comparer les produits de la même gamme ?</i>	E1-L352
	<i>pas nécessairement ce cet indicateur là, mais un indicateur. Une information qui qui qui qui indique clairement de quoi est composé un produit. Oui, de manière exhaustive et heu, le fait qu'il soit recommandé ou pas en fonction de l'impact sur la santé, ect, oui. Pour moi c'est c'est plus que nécessaire et donc qui soit rendu obligatoire oui ça ça me semblerait une bonne idée, oui.</i>	E2-L211
	<i>bon oui oui oui ça me semble quand même assez clair je pense qu'à mon avis a des gens ils doivent avoir du mal parce que il y a des trucs qui sont mauvais entre score des mauvais trucs qui sont en bon je crois que des fois il y a des gens ils doivent être un peu perdu mais</i>	E3-L291
	<i>si c'est pas surtout les aliments je vois pas l'utilité du truc quoi surtout pour les gens en plus ils comprennent pas ça ça veut dire</i>	E3-L326
	<i>Non je n'utilise pas le le les les signes maintenant ceux la ouais (le répandant montre le NS), ça je ne les utilise pas. Parce que pour moi ça ne m'apporte pas une information importante. Parce que quelque chose peut être peut être E parce que il a de la graisse comme les huiles, mais n'avoir pratiquement pas de sucres. Donc pour moi...</i>	E4-L167
	<i>qu'évidemment moi c'est à cause de mon mon diabète que ça m'a ca m'a jamais apporté aucune information parce que, parce que au niveau des glucides, moi ça ne me dit pas s'ils tiennent compte de la quantité de glucides dans le produit, ça me dit pas si je prends, la quelle quantité je peux en manger ou pas, c'est ça déjà ça, ça me dit pas. Parce que évidemment moi je dois regarder dans dans le tableau donc ca, ça ne m'apporte pas l'information, dont moi j'ai besoin.</i>	E4-L354

	<i>je je suis pas sûre que quelque part ça soit une échelle tellement parlante sur ce qui est bon pour la santé ou pas. Surtout qu'en plus y a pas que ça finalement qui compte, la variété. Comme je disais, la variété dans l'alimentation c'est quelque chose de de, de d'extrêmement important. On peut pas manger tous les jours la même chose</i>	E4-L373
	<i>ça je comprends l'intérêt pour ceux qui n'ont pas envie de lire les étiquettes. Je pense que peut-être que c'est utile</i>	E4-L378
	<i>c'est ça qui est impressionnant ça, qu'un truc si industriel que ça, parce que ça l'est hein, c'est à fond industriel hein, ça n'a rien de naturel hein, rien et et ça a du A. Toutes toutes les alternatives végétales, c'est du transformé mais c'est impressionnant et et on va me dire que c'est du A ? Mais non, c'est du transformé mais ça n'a, c'est tellement loin.</i>	E4-L414
	<i>Mais j'imagine que pour les gens qui souhaitent avoir une alimentation plus saine, c'est quelque chose quand même qui je pense que c'est important</i>	E5-L254
	<i>Je pense que ça a beaucoup de valeur je pense pour, en tout cas, pour les gens qui souhaitent faire une transition un peu ou qui veulent, qui veulent un peu améliorer le la qualité de leur alimentation.</i>	E5-L258
	<i>Et puis c'est ça permet aussi quelque part même aussi de rééquilibrer son alimentation dans son ensemble, même sans, sans avoir l'idée de comparer un aliment par rapport à un autre équivalent, mais plutôt de voir un peu dans tout ce qu'on mange. Bah quels sont les, quels sont les aliments heu.. je sais qu'il y a pas mal de choses qu'on prend nous qui sont plutôt dans le D, Voilà c'est des choses un peu plus grasses qu'on prend et il faut savoir qu'il faut pas en abuser</i>	E5-L280
	<i>Donc il faut voir comment les gens interprètent ça et je pense que c'est c'est utile</i>	E5-L279
	<i>. Moi je suis plutôt pour, je trouve que c'est une manière assez simple d'accéder à l'information</i>	E5-L285
	<i>Interviewer : Donc plutôt le nutri score que la déclaration nutritionnelle ? Répondant : Ah bha c'est beaucoup plus facile, ça va aller beaucoup plus vite.</i>	E6-L349
	<i>s'il y avait ce nutri-score sur tous les produits où je change régulièrement et j'hésite, Ben voilà, ce serait un facilitant</i>	E6-L412
	<i>Ouais ouais, moi je trouve, c'est vraiment chouette comme initiative.</i>	E6-L427
	<i>mais est-ce que c'est vraiment fiable hein, ces trucs-là ?</i>	E7-L214

	<i>Quel est l'intérêt de mettre des NS sur les chips, alors que c'est d'office que c'est plein de sel, c'est calorique</i>	E7-L290
	<i>conscientiser les gens et les jeunes et que c'est important de de savoir ce qu'on ingurgite parce que ça a l'impact sur ta santé, ton corps.</i>	E7-L305
	<i>La taille du caractère. Vraiment hein si tu mets en grand rouge que c'est très mauvais pour la santé il y a quand même des gens qui vont moins en acheter</i>	E8-L308
	<i>pour rappeler que c'est pas là par hasard et que et que c'est dans, pas dans l'intérêt du vendeur qu'il y a ce label là mais dans l'intérêt du consommateur</i>	E8-L339
	<i>Pour conscientiser. Mais pour conscientiser que que c'est, c'est, c'est c'est l'intérêt de personne d'autre que de de l'individu et de la société, et pas l'intérêt de dr oetcker</i>	E8-L356
	<i>ca va pousser le fabricant là à devenir D, bon c'est pas encore terrible mais, à devenir D parce que le consommateur est sensibilisé et donc il achète moins ça et plus ça</i>	E8-L358
	<i>, ça pousserait les les les à être à essayer de faire en sorte d'être A</i>	E8-L354

Unité d'analyse	Extraits d'entretien	Code de l'entretien
Les suggestion d' amélioration du Nutri-Score	<i>il pourrait mettre sur la boîte un gradant ici, ce serait simple, c'est en vert les produits les moins sucrés, les moins salés, les moins tout de la même gamme. Tu vois mettre qu'est ce qui fait qu'on passe sur la même gamme de E à D, il faudrait mettre ici sur le côté une sorte de légende qui fait que A il est marqué : On tient compte de ça ca ca pour faire le taux de sucre, le taux de graisse, le taux de.. Qu'est ce qui fait ? Tu vois, on pourrait expliquer le nutri score sur l'emballage</i>	E1-L346
	<i>Mais alors, yucca ? Oui, ça dit probablement parce que, quand c'est négatif, ils disent pourquoi par exemple, c'est négatif parce qu'il y a trop de sel, c'est négatif parce qu'il y a trop de sucre par rapport à une norme, probablement une norme, que je connais pas</i>	E2-L155
	<i>peut-être qu'on pourrait imaginer plus simple. Alors se limiter à 3 valeurs par exemple. À recommander, enfin oui, à recommander vert, à exclure rouge et entre les 2, jaunes. Je me, je me pose la question de savoir si plus c'est nécessaire</i>	E2-L168
	<i>Et puis alors heu, surtout quand c'est négatif, savoir pourquoi ? parce qu'il y a trop de sel, parce qu'il y a trop de sucre, pas assez équilibrée, enfin la raison pour laquelle c'est négatif.</i>	E2-L170
	<i>Ce qui me, ce qui me le ferait beaucoup plus utiliser, c'est pas tellement la manière dont il est présenté, c'est plutôt une, beaucoup plus d'informations sur le Nutri-score et l'importance que ça a</i>	E2-L188
	<i>Ensuite si ils mettent, si ils font l'étiquetage là-dessus, mais qu'ils en mettent sur tout alors, mais aussi sur les fruits, sur les légumes.</i>	E4-L368
	<i>soit il est mit sur tout, soit il est mis sur rien. Sur tout ce qui est alimentaire. Nous ne faisons pas les choses à moitié, autant, faut être cohérent, faut être cohérent, faut que ce soit sur tout. Les céréales sont tous les les produits, même sur le lait. Allons-y, mettons-le.</i>	E4-L406
	<i>par exemple de mettre ici une petite recette qui est en rapport avec tous les Nutri-Score AAA. T'associe, tu peux associer ça avec un yogourt. Un truc, me faire une mini recette score régime. Une mini recette derrière hyper facile avec des produits où c'est Nutri-Score A qui est très ou des produits... Oui c'est ça où la valeur calorique est faible, un mini menu oui, Ah oui, je vais aller chercher ce produit là là et j'aurai mon petit plat</i>	E7-L271
	<i>Vous trouvez qu'on en entend pas beaucoup parler, c'est ça ? Répondant : Pas assez. Oui, pas assez, plus grand et imposé.</i>	E8-L345
		E8-L366

Unité d'analyse	Extraits d'entretien	Code de l'entretien
L'utilisation du Nutri-Score	<i>je devrais l'utiliser s'il mettait plus les ingrédients derrière et le tableau nutritionnel</i>	E1-L308
	<i>j'ai pas besoin du Nutri-Score pour savoir que c'est pas... des chips c'est gras donc en fait quand j'ai des, les chips la je l'adore, je sais que c'est D enfin je veux dire je sais que c'est mauvais mais si j'en ai envie donc... Non, je ne l'utilise pas,</i>	E1-L278
	<i>que je n'achète quasiment jamais que des produits non transformés parce que j'aime bien les faire moi-même par exemple mon yaourt, je le fais moi même. Mes biscuits ou quoi, c'est rare. J'achète. J'achète du chocolat noir si j'ai envie d'un gâteau, je le fais moi même donc, j'ai moins besoin du nutri score.</i>	E1-L281
	<i>le Nutri-Score ? C'est assez nouveau pour moi, je je dois dire, je n'utilise pas, je sais que ça existe, mais je je n'exploite pas parce que je connais pas assez.</i>	E2-L135
	<i>Interviewer : Et est-ce que ça vous ai déjà arrivé de l'utiliser quand vous deviez choisir entre 2 produits ? Répondant : non, très rarement, je dirai. Non parce que je connais pas bien. je sais pas si.. je suis pas sûr, non. Disons, disons jamais. Voilà.</i>	E2-L182
	<i>ça peut m'arriver si j'hésite entre deux trucs</i>	E3-L265
	<i>pourquoi est-ce que je l'ai déjà utilisé? la les salades la tartinade je regarde des fois s'il y a une,... les tartinade</i>	E3-L276
	<i>il y a des trucs je les prends juste parce que j'ai envie de les prendre pour me faire plaisir là je vais pas regarder nutri-score</i>	E3-L282
	<i>Je j'y fais, j'y fais pas attention franchement parce que moi ça m'aide pas. Je trouve que ça m'apporte aucune information importante. Je sais lire une étiquette, je.. donc non, ça ça m'aide pas.</i>	E4-L331
	<i>Non je n'utilise pas le le les les signes maintenant ceux la ouais (le répandant montre le NS), ça je ne les utilise pas. Parce que pour moi ça ne m'apporte pas une information importante. Parce que quelque chose peut être peut être E parce que il a de la graisse comme les huiles, mais n'avoir pratiquement pas de sucres. Donc pour moi...</i>	E4-L167

L'utilisation du Nutri-Score	<i>Je sais que effectivement, s'il y a pas une question à se poser à un moment donné que je voulais vraiment changer quelque chose par quelque chose où il y a un aspect santé, c'est quelque chose qui pourrait être vraiment utile je pense</i>	E5-L238
	<i>j'essaierai de me renseigner un peu plus, de savoir comment c'est, c'est c'est calculé avant de l'utiliser</i>	E5-L334
	<i>Oui je je dois dire que j'y fais pas super attention</i>	E5-L237
	<i>Je pense que ça, voilà, bah vu la manière dont nous on fonctionne avec un truc assez répétitif, on n'y prête pas énormément attention</i>	E5-L253
	<i>je pense quelque part l'envie d'encore prendre plus soin de sa santé que ce qu'on le fait maintenant,</i>	E5-L305
	<i>Pour les chips par exemple, je fais gaffe au score, c'est une crasse, je le sais et donc je vais prendre les chips les moins dégueux</i>	E6-L342
	<i>Interviewer : Ouais et mise à part les crasse, vous disiez les chips, Bah voilà, si je dois faire un choix, j'y fais quand même attention. Il y a d'autres produits où vous êtes susceptible de l'utiliser ? Répondant : le nutri-Score ? Interviewer : oui Répondant : Ben non, y a que les trucs transformés hein</i>	E6-L388
	<i>Non c'est plus ouais les les les trucs transformés où je fais gaffe.</i>	E6-L394
	<i>j'essaye maintenant de garder aussi la valeur nutritionnelle là, là c'est A c'est bon, là je sais bien que c'est déjà beaucoup plus, là c'est E, c'est pas bon du tout</i>	E7-L54
	<i>Je regarde, Nutri-Score voilà ça je trouvais plus de mots. Le nutri score fromage blanc, ben nature c'est light</i>	E7-L57
	<i>oui des fois, oui. Des fois ça m'arrive, mais c'est trop compliqué, donc c'est bien les nutri-scores en fait</i>	E7-L213
	<i>Pas systématiquement, mais je regarde, ouais.</i>	E7-L243
	<i>Si je suis en phase de régime « Ah non, ça va pas du tout » oui, en fonction de tes moments, de ce que tu traverse dans la vie, des moments de vie. Des prises de conscience, avant je regardais jamais ça, mais là je me dis aller. Voilà prise de conscience du moment</i>	E7-L246
	<i>est-ce que y a des aliments pour lesquels vous avez l'impression que vous regardez plus le Nutri-score que d'autres ingrédients ? Répondant : ouais, plutôt pour des produits pas bon dans le sens prise de poids et sucre quoi. Oui c'est ça OK. Interviewer : Plutôt les aliments du coup que vous associez au fait de la prise de poids ? Répondant : c'est ça.</i>	E7-L257

	<i>Mais pour les chips, je sais bien que d'office c'est calorique donc je m'en fous du nutri-score je regarde en fonction de mes goûts.</i>	E7-L297
	<i>je sais qu'il y a mais que je ne regarde pas ça, ici, je devrais plus faire attention, par exemple, je n'y fais absolument pas attention</i>	E8-L99
	<i>je peux y repenser quand je me retrouve face à un dilemme. Ah ouais bah tiens ouais non.. Imaginons, j'invente le cas de figure, « Ah bah oui oui non on m'a redemandé d'acheter même une petite collation pour la semaine ou machin brole » je vais me retrouver là et oui alors je vais regarder quoi si je parviens pas à trancher spontanément.</i>	E8-L282
	<i>donc je comme je sais que j'aime, je vais pas regarder puisque sinon ça va me culpabiliser</i>	E8-L335
	<i>mais c'est pas assez ancré à mon avis, ni chez moi, ni chez, ni chez beaucoup de gens.</i>	E8-L341
	<i>je vais pas acheté tout, si tout mon sachet de courses y a des NS D ou E j'achèterai pas tout</i>	E9-L233
	<i>donc je fais pas attention dans le sens où je sais déjà de base que ce que j'achète c'est c'est pas mauvais quoi. Et alors, je sais que j'ai des craquages... Ouais j'ai des craquages mais je le sais, j'ai pas besoin de regarder le NS, quand j'achète un paquet de chips, il doit être D ou machin.</i>	E9-L242
	<i>Ben en fait, c'est vraiment quelque chose que je ne regarde jamais.. Je vais être satisfait et me dit Ah c'est bien, je mange un NS B</i>	E9-L247
	<i>Si tu me dis regarde-les, deux l'équivalent, y a un NS D, une NS B..je Vais prendre le B</i>	E9-L256
	<i>Bah que je me dise moi-même, je vais commencer à faire attention. Ben je vais aller faire mes courses, je vais commencer à faire attention au NS.</i>	E9-L260

Thèmes	Unité d'analyse	Extrait entretien	Code de l'entretien
Les variables individuelles	Le statut financier	<i>À l'époque de ma vie où je suis maintenant, je regarde un peu plus au prix quand même</i>	E2-L57
		<i>mais ils sont fort chers, donc sur un budget de ménages pour 3 personnes</i>	E4-L102
		<i>il y a des céréales, ça change des biscuits, c'est quelque chose de différent mais. Mais heu c'est quand même pas donné non plus</i>	E4-L125
		<i>j'ai pas trop regardé les prix parce que c'est vrai que on a la chance de d'être assez aisé en termes financiers</i>	E5-L70
		<i>Le poisson, c'est ce qu'on mange le moins parce que c'est cher</i>	E6-L178
		<i>JE suis toute seule , Ça allège mon vachement mon budget</i>	E7-L5
		<i>je regarde le prix. Je regarde le prix dans les magasins. Ouais je garde le prix</i>	E7-L86
		<i>Donc si y a toujours le facteur portefeuille hein. Comme tout le monde hein. Ben oui, y a le côté financier, c'est tout le monde hein ça ? Ouais, c'est c'est aussi un facteur qui influence tes choix</i>	E7-L105
		<i>Mais je pense quand on vivait ensemble, on était moins attentives a ca, Ben, j'étais plus attentive à mon budget quoi</i>	E7-L155
		<i>la je suis incapable de dire ce que coute 1l de lait, enfin je sais bien que c'est pas 5€. Mais... Avant, j'aurais su le dire à quelques cents très parce que je regardais, maintenant je fais plus attention donc</i>	E8-L87
		<i>je vais chercher la viande plus plus haut en en qualité et en prix quoi.</i>	E8-L156
		<i>Bah le prix. Non, je sais pas. Bah par exemple, je sais déjà à l'avance ce que je veux. Si je veux des miel Pops, je vais regarder, puis je vais comparer les prix. Et si je vois que les kellogg sont 1 euros plus cher, Ben je prendrai les Kellogg's</i>	E9-L83
	Les connaissances	<i>Avant, je faisais des tartines le 12h00, donc depuis quelques années j'essaie de me faire des plats de légumes aussi pour le 12h00</i>	E1-L185
		<i>plus de vitamines, plus de légumes quoi</i>	E1-L192

	<i>j'essaie d'arrêter le fromage parce qu'avec la ménopause ça me provoque du cholestérol.</i>	E1-L205
	<i>c'est bourré de fruits secs et ça il en faut par jour</i>	E1-L239
	<i>Et la mozzarella, je sais que c'est gras donc faut en manger pas beaucoup, qu'elle soit en C bah je le sais-je peux pas manger 10 boules de mozzarella c'est ma journée donc</i>	E1-L287
	<i>Ah Ben moi j'étudie toujours les ingrédients. Moi je lis toujours. Quand j'ai envie vraiment de m'intéresser, je lis les ingrédients</i>	E1-L292
	<i>j'ai du mal à parce que je ne comprends pas toujours bien. Voilà matière grasse 11% est ce que c'est beaucoup ? Est ce que c'est peu</i>	E1-L299
	<i>Ce qui m'a fait arrêter les céréales, les céréales, là. C'est lors d'une formation en cuisine diététique, non en cuisine végétarienne. J'ai appris en fait que c'était quasiment que du sucre et de la farine très très fine</i>	E1-L317
	<i>Et donc quand je vois les huiles végétales qui sont mauvaises ou quand je vois qu'il y a trop de sucre en premier ou que la farine de blé n'est pas complète, enfin je regarde des trucs comme ça quoi</i>	E1-L294
	<i>la viande à mauvaise réputation. Enfin, mauvaise réputation, c'est pas une question de réputation, donc le c'est, c'est clair que la viande c'est pas trop bon, en particulier la viande rouge. Et donc c'est une raison pour laquelle j'en mange pas.</i>	E2-L84
	<i>je mange moins de pâtisserie. J'essaie de manger moins de pâtisserie parce que c'est pas bon, sur la santé</i>	E2-L92
	<i>les indications des spécialistes, donc des médecins, des nutritionnistes</i>	E2-L110
	<i>On sait aujourd'hui que manger de la viande rouge de bœuf et puis de la viande de porc, on sait que c'est clairement euh, qu'il il vaut mieux éviter d'en manger trop quoi, donc il vaut mieux en manger un tout petit peu.</i>	E2-L111
	<i>je regarderai le contenu calorique, je regarderai le contenu en sel, le contenu en sucre. Tout ça est à à minimiser, hein</i>	E2-L118

	Les connaissances	<i>Par contre j'utilise une application, parfois ça m'arrive d'utiliser une application sur smartphone qui s'appelle yuka et qui permet de, sur base d'un scan du produit, permet d'accéder à une série d'informations sur le produit. Je l'ai utilisé pour à vrai dire très rarement, mais ce serait, je crois, que ce serait bien de l'utiliser beaucoup plus. À mon avis,</i>	E2-L144
		<i>transformation mais je veux dire tous les aliments qui sont aller comme on dit la ultra-transformés par principe je me dis que c'est d'office mauvais pour la santé</i>	E3-L178
		<i>Mais là c'est des fruits frais. Je suis sur que c'est pas que du concentré au niveau nutritionnel c'est pas intéressant quoi</i>	E4-L37
		<i>Je trouve que le lait c'est pas problématique tant qu'on en boit pas des litres chaque jour, je j'ai jamais trop compris ce cette phobie du lait aujourd'hui Alors qu'en fait le lait c'est pas un problème tant que t'en boit pas 3 l par jour bien évidemment.</i>	E4-L81
		<i>parce que toutes les alternatives végétales sont extrêmement transformées, c'est des produits transformés à fond et qu'on essaie de d'emballer pour que ça ressemble à un à un steak de viande</i>	E4-L142
		<i>Ben les les informations nutritionnelles. Je lis toute la ce tableau. Ouais Ah je je je suis une liseuse d'étiquettes, tout le temps hein, tout le temps, j'ai, il a bien fallu, hein ?</i>	E4-L242
		<i>Ouais, mais j'ai appris beaucoup à cuisiner finalement, le diabète m'a obligé à cuisiner beaucoup plus et à à faire beaucoup moins appel à à des produits industriels et finis et déjà tout préparé.</i>	E4-L248
		<i>quand je suis devenue diabétique, j'ai reçu un régime alimentaire hein de de la part de la convention diabète</i>	E4-L259
		<i>Interviewer : en premier lieu alors, ce qui vous a aidé, c'est la Convention diabète qui a d'abord expliqué ? Répondant : ouais, exactement. Comment me nourrir, comment m'alimenter</i>	E4-L293
		<i>. Vraiment à chercher pleins de recettes, beaucoup, beaucoup, beaucoup d'alternatives aussi, plus plus light, allégées en matière grasse</i>	E4-L426

	<i>JE pense la sensibilisation aussi aux pesticides. Enfin tous ces différents additifs qui sont aussi qui sont aussi bah utilisés dans le cadre des filières non bio. En fait.</i>	E5-L102
	<i>maintenant j'utilise uniquement de l'huile d'olive, même pour cuire en fait. Ouais donc ça c'est un truc. Donc des des acides gras saturés, les insaturés</i>	E5-L141
	<i>pour la santé, ne fu ce que pour améliorer le transit intestinal pour les fibres et tout ça, oui. Pour ça, ouais.</i>	E5-L199
	<i>Interviewer : Donc vous pour évaluer enfin, le les critères que vous considérez, en tout cas pour évaluer si un aliment est bon ou pas pour la santé, c'est essentiellement donc la liste des ingrédients, c'est ça ? Répondant : oui, ou le fait que certains aspects qui sont un peu, heu je dirais associé à la santé. Le fait que ce soit bio, le fait que ce soit avec des céréales complètes</i>	E5-L220
	<i>En écoutant un peu au niveau des des débats qui se font au niveau de Européens, et cetera, je sais que notamment certains pays qui y sont farouchement opposés.</i>	E5-L266
	<i>j'ai un background scientifique, je sais que c'est qu'il faut juste faire attention à ce genre de choses et à l'utiliser</i>	E5-L332
	<i>Parce que c'est ma nutritionniste qui m'a conseillé de prendre des entiers.</i>	E6-L73
	<i>je regarde jamais les détails nutritionnels en fait</i>	E6-L106
	<i>Moi pour les omega 3, je vais prendre des avocats toute l'année</i>	E6-L135
	<i>c'est nutritionniste ayurvédique donc elle m'a appris des des combinaisons. Ou quand je mange des protéines animales, c'est toujours avec des pommes de terre pour mieux les assimiler. pas mettre de produits laitiers quand je mange des protéines animales. Voilà, et donc j'achète très peu de crème fraîche du coup</i>	E6-L192
	<i>Donc avant on mangeait, avant la nutritionniste, on mangeait beaucoup plus de pâtes avec plein de sauce qu'on faisait nous même quand même, mais quand même avec beaucoup de sauce, on utilisait beaucoup plus de concentré de tomates aussi ou des tomates concassées là. Tout ça, c'est fini, je n'en consomme presque plus ce genre de choses.</i>	E6-L206

	Les connaissances	<i>quand il y en a un de nous qui a mal à l'estomac, ou quand on est dans des grosses émotions, quand on vit des choses difficiles, Ben j'évite les fruits frais, on les fait en compote parce que c'est plus digeste et donc ça agresse moins l'estomac.</i>	E6-L238
		<i>en fait je vais chez elle depuis peut être 10 ans et ça a tout changé dans ma manière de manger et du coup ça a tout changé pour ma famille en fait</i>	E6-L254
		<i>J'avais lu beaucoup de de bouquins sur le côlon, sur la digestion, et cetera.</i>	E6-L285
		<i>Alors du coup je me suis intéressée. Et puis Ben la nutritionniste a fait le reste en fait. Et ça, ça a changé toutes mes habitudes</i>	E6-L288
		<i>je vieillis et que ce que tu es ingurgite, bah ça a un impact sur ta santé. Et que j'ai pris conscience de ça. Le fait de vieillir, on prend conscience de ça que ce que tu manges ça impact.</i>	E7-L159
		<i>tu vois les étiquettes, on comprend pas bien moi je comprends jamais rien</i>	E7-L201
		<i>donc pour évaluer si un aliment est meilleur qu'un autre, vous regardez plutôt au niveau de la composition des ingrédients, ce qu'il y a dedans ? Répondant : C'est ça</i>	E7-L205
		<i>Même pas les kilos joules on regarde pas, ça présente rien. Moi ça me parle pas kilos joule, ça m'a jamais parlé</i>	E7-L313
		<i>toute notre enfance, on nous a dit que boire du lait, c'était le meilleur médicament du monde, hein. Boire du lait et buvez du lait, c'est c'est c'est c'est super bon pour la santé. Buvez un jus d'orange pressé le matin, c'est super bon pour la santé. Je crois savoir maintenant tout ça est de la connerie</i>	E8-L112
		<i>je connais quand meme muesli je sais que c'est moins catastrophique que sans lire spécialement dans dans la la recette ou la notice. Que ça quoi ou que le paquet de bonbons</i>	E8-L244
		<i>On m'a toujours dit qu'il fallait pas regarder les calories mais le sucre, donc moi je regarde le sucre</i>	E9-L160
		<i>Bah en fait j'y connais pas grand chose. C'est vrai que c'est un truc où je me suis jamais renseigné de ce qui est bon pas bon. J'en sais trop rien</i>	E9-L164

		<i>5 céréales complètes ici, ça, ça me j'aime bien</i>	E9-L169
		<i>parce ce que là on en parle et je me dis si je dois faire attention, mais fondamentalement, je sais que je suis quelqu'un qui mange assez sainement</i>	E9-L240
	L'interet pour la santé et la nutrition	<i>Ca (gaufre), j'en prenais avant, j'en prends plus parce que maintenant je fais attention au sucre.</i>	E1-L73
		<i>Il y a des moments où je regarde par exemple à l'arrière, Voilà, ça m'arrive par exemple, quand j'ai envie de m'offrir un bonbon, alors c'est vrai que pour pour me décider, je regarde le moins de calories qu'il y a ou le moins de sucre</i>	E1-L132
		<i>Interviewer : Qu'est ce qui a motivé du coup de passer d'avant de manger des tartines à 12h00 à maintenant des légumes ? Répondant : santé, pour ma santé.</i>	E1-L190
		<i>j'essaie d'arrêter le fromage parce qu'avec la ménopause ça me provoque du cholestérol.</i>	E1-L205
		<i>depuis que je dois faire attention aux protéines, depuis, je regarde des protéines, en général je regarde oui maintenant que je dis, mais par exemple, j'achète des crackers, j'achète beaucoup de cracker. J'adore ça. Eh Ben chez Colruyt, il y a plein de sorts de cracker. Je vais regarder toutes les étiquettes et prendre le cracker qui a le plus de protéines</i>	E1-L303
		<i>moi je fais attention à à ma santé donc heu Voilà, enfin je suppose que c'est dû au fait que mes parents sont morts jeunes. Je me dis, si on prend pas soin de sa santé, on meurt. C'est tout simple. Donc moi ça a toujours été quand même quelque chose d'important.</i>	E1-L313
		<i>Oui, oui, oui, oui, oui, je manges beaucoup moins de viande et beaucoup plus de légumes. Et plus de poissons.</i>	E2-L76
		<i>Y a à un moment donné j'avais pris assez bien de kilos, il y a 20 ans d'ici, donc j'ai j'ai voulu faire régime et donc je l'ai fait en mangeant beaucoup plus de légumes à la cantine, là où je travaillais et ça et ça a eu un impact assez enfin assez irréversible sur ma façon de manger. Je mange beaucoup plus de légumes et de facto moins de viande</i>	E2-L80
		<i>j'essaye de bien de faire attention à pas non plus me prendre des gros goûter ultra calorique quoi</i>	E3-L67

		<i>Évidemment, faut préciser aussi que je suis diabétique, donc ce genre de chose que tout ça, moi j'évite, je ne n'achète plus tout ça. Avant, avant j'en mangeais mais maintenant j'en achète plus. J'en mange plus</i>	E4-L41
		<i>moi je vérifie toujours la quantité de glucides là-dedans parce que parfois il y en a qui ont vraiment beaucoup, trop. Donc quand le le le taux de glucides est fort bas, moi j'en mange aussi. Mais au-delà de 6 G de glucides je pense ouais ça c'est exagéré</i>	E4-L84
		<i>Oui alors oui, il y a beaucoup de choses que oui j'ai, il y a beaucoup de choses que j'ai du modifier</i>	E4-L184
		<i>mais j'ai appris beaucoup à cuisiner finalement, le diabète m'a obligé à cuisiner beaucoup plus et à faire beaucoup moins appel à des produits industriels et finis et déjà tout préparé.</i>	E4-L242
		<i>il y a 10 ans, ce qu'on achetait c'est peut-être de 20% de bio, maintenant, on a fait peut-être 80% de bio... de santé, de santé plus pour des raisons de santé</i>	E5-L105
		<i>maintenant, systématiquement au petit déjeuner, un peu n'importe quand, je fais des je coupe des pommes, des poires</i>	E5-L150
	L'intérêt pour la santé et la nutrition	<i>maintenant j'utilise uniquement de l'huile d'olive, même pour cuire en fait. Ouais donc ça c'est un truc. Donc des des acides gras saturés, les insaturés</i>	E5-L141
		<i>pour la santé, ne fut-ce que pour améliorer le transit intestinal pour les fibres et tout ça, oui. Pour ça, ouais.</i>	E5-L199
		<i>Et puis, quand on commence à prendre de l'âge, on commence à prendre un peu plus aussi conscience de certaines choses. Voilà les prises de sang les cholestérols enfin</i>	E5-L388
		<i>je pense que c'est ce qui fait qu'on prend conscience par rapport à la qualité de la nourriture. Je pense que voilà c'est peut-être le fait d'avoir des de connaître des personnes qui ont eu des graves problèmes de santé qui sont plus liées par la carte maladie cardiovasculaire ou autre.</i>	E5-L392
		<i>Pour les biscuits ça change tout le temps, mais ce qui reste dans mes choix, ce qui va orienter, c'est essayer de prendre les trucs les moins sucrés là où il y a le plus de fruits secs</i>	E6-L79

	<i>Et vu que les enfants en prennent régulièrement pour aller à l'école aussi prennent pas que des fruits malheureusement. Ben du coup les biscuits j'essaie de faire gaffe, quoi.</i>	E6-L118
	<i>je fais attention mais genre les avocats je suis tellement contente qu'elle adore que pour sa santé je lui en achète quand même toute l'année</i>	E6-L138
	<i>Donc avant on mangeait, avant la nutritionniste, on mangeait beaucoup plus de pâtes avec plein de sauce qu'on faisait nous même quand même, mais quand même avec beaucoup de sauce, on utilisait beaucoup plus de concentré de tomates aussi ou des tomates concassées là. Tout ça, c'est fini, je n'en consomme presque plus ce genre de choses.</i>	E6-L206
	<i>Ben parce que ma maman étant décédée d'un cancer du côlon. je voulais être préventive au niveau de ma santé intestinal . Et donc je suis allée la voir pour voir s'il y avait des choses que je devais éviter pour éviter d'avoir un côlon enflammé ou des polypes</i>	E6-L225
	<i>quand il y en a un de nous qui a mal à l'estomac, ou quand on est dans des grosses émotions, quand on vit des choses difficiles, Ben j'évite les fruits frais, on les fait en compote parce que c'est plus digeste et donc ça agresse moins l'estomac.</i>	E6-L238
	<i>par exemple, s'ils me disent qu'ils ont à mal à l'estomac, ben j'arrête l'ail et j'arrête les oignons, je diminue les échalotes, j'adapte en fonction de si ils ont un peu, s'ils sentent que leur estomac est un peu surchargé, quoi.</i>	E6-L244
	<i>J'avais la volonté, hein. Donc c'est de par la maladie de ma maman, c'est clair que c'est quelque chose qui m'a très vite éveillé. Oui j'ai j'ai vu des trucs, enfin tu sais une poche, enfin des souffrances quand même terribles et donc donc ça m'a marqué. Alors du coup je me suis intéressée.</i>	E6-L284
	<i>Je fais super attention à ma ligne.</i>	E7-L20
	<i>Les étiquettes sont trompeuses. Il faut bien regarder les étiquettes derrière</i>	E7-L32
	<i>je mets toujours des fibres en avant. En fait, quand y a des fibres, là aussi fruit secs, fibre, le transit et pour la santé</i>	E7-L53
	<i>c'est reconstitué, c'est plein de d'additifs, c'est pas bon pour la santé, donc j'évite de prendre ça</i>	E7-L61

		<i>Le plus brut possible, voilà.. Et puis je fais, attention. Quand tu vieillis, tu fais encore plus attention à ton alimentation.</i>	E7-L115
		<i>Mais enfin faire attention à donc je fais plus attention. Je fais plus gaffe qu'avant quoi</i>	E7-L121
		<i>je prendre des vitamines, je prends du Collagène, des compléments alimentaires, enfin des oui pour booster mon système immunitaire</i>	E7-L131
		<i>Et comme je fais attention à mon poids parce que quand tu vieillis, même si tu manges, tu prends quand même de la masse</i>	E7-L174
		<i>Donc je prends parfois des produits diététiques, entre guillemets, hein. C'est pour ça que j'ai dit que je fais attention à l'alimentation, c'est aussi par rapport à mon poids pour gérer mon poids</i>	E7-L176
		<i>Je me fous de ma santé en fait.</i>	E8-L228
		<i>plus pour mes filles. je faisais alors plus attention quand je devais acheter l'heure 10h ou truc.</i>	E8-L231
		<i>Ben, j'ai pour, quand je me sens, par exemple quand l'été arrive, je préfère, je mange beaucoup plus de légumes Parce que j'ai envie de maigrir.</i>	E9-L182
	L'identité culturelle	<i>Oui, évidemment le problème c'est qu'avec Delhaize, là ça devient compliqué parce que je n'irai pas chez Delhaize je boycott</i>	E1-L42
		<i>Mais au premier abord, c'est toujours le quel que soit la marque, je m'en fous, c'est plutôt bio.</i>	E1-L55
		<i>est-ce vous cuisinez beaucoup ? Répondant : ouais, ouais assez bien, Depuis longtemps, oui.</i>	E1-L61
		<i>alors les yaourts je l'ai pris, mais je le prends pas parce que j'en fais moi-même</i>	E1-L63
		<i>c'est que Danone le patron de Danone me débecte, donc je suis désolé c'est encore des raisons politiques (rire).</i>	E1-L64

		<i>Interviewer : Y a des plats typiques que vous avez l'habitude de cuisiner souvent ? Répondant : Oui, oui, des soupes. Des soupes de gratin au chicon, des tranches de, des tranches d'aubergines, des tranches aubergines à parmigiana. Des tartare de saumon, du poisson, je mange beaucoup de poisson cru... heu, des légumes, beaucoup de légumes. Des chicons. De la salade.. hum, de la salade liégeoise en hiver, du chou.</i>	E1-L65
		<i>moi il y a des il y a des marques que je ne prends pas parce que je sais que derrière c'est associé à des gens qui font des pratiques commerciales qui me débectent donc Delhaize, c'est fini. Danone, c'est fini. Je n'achète plus jamais ces marques là.</i>	E1-L126
		<i>aussi est ce que le conditionnement me convient en terme de quantité parce que je suis seule maintenant si y avait 5 enfants, moi je dis ça j'achèterai ça mais moi je suis toute seule donc je je vais aussi prendre des des tailles enfin oui, le conditionnement a quand même de l'importance</i>	E1-L153
		<i>On cuisine tous les jours</i>	E1-L159
		<i>Alors j'ai commencé il y a une dizaine d'années à faire des jeûnes</i>	E1-L199
		<i>j'aime bien les faire moi-même par exemple mon yaourt, je le fais moi même. Mes biscuits ou quoi, c'est rare. J'achète. J'achète du chocolat noir si j'ai envie d'un gâteau, je le fais moi même donc</i>	E1-L282
		<i>oui, oui. Je suis influencé parce que j'ai mangé petit de la soupe, beaucoup de légumes.</i>	E2-L71
		<i>Oui, oui, oui, oui, oui, je manges beaucoup moins de viande et beaucoup plus de légumes. Et plus de poissons.</i>	E2-L76
		<i>Y a à un moment donné j'avais pris assez bien de kilos, il y a 20 ans d'ici, donc j'ai j'ai voulu faire régime et donc je l'ai fait en mangeant beaucoup plus de légumes à la cantine, là où je travaillais et ça et ça a eu un impact assez enfin assez irréversible sur ma façon de manger. Je mange beaucoup plus de légumes et de facto moins de viande</i>	E2-L80
		<i>Interviewer : donc vous avez dit que les céréales vous n'en manger pas... Répondant : non non non non en fait non j'ai toujours été habituée à jamais.. Quand on était petit on avait pas ca en fait</i>	E3-L43

		<i>Ouais ouais quand j'étais petite on a jamais eu de céréales, ma mère était très parano sur le sucre donc j'ai jamais été habituée à manger tout ça.. céréales crunchy tous les trucs là j'ai jamais non</i>	E3-L111
		<i>non c'est vrai que maman elle faisait une obsession avec le sucre donc on n'a jamais eu tout ce qui était serial des jus de fruits ou des boissons soda</i>	E3-L118
		<i>bon c'est pas toujours moi je vis avec mon compagnon donc j'ai des horaires assez particulier ou des fois je reprends les horaires ou deux fois je rentre et j'ai pas le temps pas le temps de cuisiner quand je rentre tard c'est mon compagnon qui fait à manger mais ce soit lui sans moi donc oui on cuisine on cuisine</i>	E3-L130
		<i>Alors les jus de fruits je n'en achète plus avant j'en achetais parce que Liam mon fils aîné en buvait tous les jours mais maintenant j'ai un presse fruit donc je préfère le le comment, les fruits frais quoi.</i>	E4-L33
		<i>Que j'ai toujours eu ? manger des fruits. J'ai toujours mangé des fruits tous les jours, depuis toute petite.</i>	E4-L208
	L'identité culturelle	<i>dont j'ai hérité, c'est comment ? les plats.. Les plats enfin simples, c'est à dire viande, légumes, féculent.</i>	E4-L221
		<i>Ouais, mais j'ai appris beaucoup à cuisiner finalement, le diabète m'a obligé à cuisiner beaucoup plus et à à faire beaucoup moins appel à à des produits industriels et finis et déjà tout préparé.</i>	E4-L242
		<i>j'ai déjà fait mes yaourts moi-même, je j'ai déjà fait des fromages moi-même je j'ai fait plein de trucs, j'ai encore fait du boursin, il y avait pas longtemps, il y a 2 3 jours avec avec du lait et puis je le fais moi même</i>	E4-L441
		<i>comme c'est moi qui le fais régulièrement, j'ai que je m'occupe aussi souvent de la cuisine</i>	E5-L28
		<i>Préparer plutôt nous même à partir du frais.</i>	E5-L87
		<i>Voilà, il y a cette satisfaction de se dire qu'on fait à la fois du bien à sa santé et à l'économie locale et à différentes choses</i>	E5-L113
		<i>Ben le vrac, comme c'est dans une chaîne qui fait que du bio en fait, on prend, on n'a pas cette distinction entre bio et non bio. En fait, on fait confiance quelque part à la, à la chaîne</i>	E5-L123

		<i>maintenant, systématiquement au petit déjeuner, un peu n'importe quand, je je fais des je coupe des pommes, des poires</i>	E5-L150
		<i>on est toujours assez viande quand même dans la famille, donc si c'est quelque chose, il y a mes 2 grands qui commencent à être un peu plus sensibilisés au fait de manger végétarien mais ça a pas encore donné lieu à des changements vraiment concrets dans la famille</i>	E5-L155
		<i>Quand on fait de la viande, c'est beaucoup plus souvent du poulet par exemple, on fait du poisson une ou 2 fois par semaine. Mais c'est vrai que ça, on en fait moins en fait, quand quand j'étais jeune, on mangeait beaucoup plus de bœuf, que le bœuf et porc</i>	E5-L166
		<i>ça nous arrivait je pense moi quand j'étais jeune de manger avec très peu de légumes ou j'ai peut-être une petite salade de de laitue ou quoi. Alors que maintenant on fait plus le gros la gros grosse poêle de de courgette alors les courgettes</i>	E5-L187
		<i>Ouais ouais oui du mode de production et et et aussi par rapport à ce qui se passe au niveau au niveau des agriculteurs, je pense que les personnes qui font le choix du bio, bah ils méritent que voilà, on sait que c'est plus cher mais ils méritent aussi. Et les labels bio c'est aussi pareil. Je pense que c'est, c'est super important que ce soit ce soit bien, bien encadré et je suis pas toujours convaincu que c'est le cas, je voilà.</i>	E5-L316
		<i>où j'aime mieux me balader et donc là je vais à la ferme ici à Malonne, je vais chez Georges chercher mes légumes, mais là c'est le truc d'une balade</i>	E6-L22
		<i>Et est-ce que vous vous cuisinez régulièrement ? Répondant : Ouais, les jours, tous les jours, tous les jours</i>	E6-L159
		<i>. On change parfois on met pas d'haricots rouges, on met des pois chiches, parfois on met pas de haché de poulet, on met du haché de bœuf, on on change, parfois on prend des wraps complet, parfois je prends des wraps à la betterave, je change souvent.</i>	E6-L169
		<i>Et c'est majoritairement du poulet, nous, on mange au moins 2 3 fois par semaine du poulet. Du haché, c'est plutôt une fois par semaine maximum. On mange jamais de bœuf.</i>	E6-L175
		<i>Le poisson, c'est ce qu'on mange le moins parce que c'est cher et que c'est parce que je cuisine le mieux</i>	E6-L178

	L'identité culturelle	<i>Et pas de viande rouge, pas de gibier, tous ces trucs là on mange pas non plus, non. on mange pas tout ça</i>	E6-L183
		<i>Moins de friture quand même aussi, on a pas de friteuse</i>	E6-L212
		<i>Chez moi, c'était une famille bidoche, hein. On bouffait des pâtes tous les jours, des frites minimum une fois par semaine, énormément de viande. Beaucoup de sauce. Très gras, plein de fromage. On n'était pas habitué aux fruits. Les légumes, y en avait toujours un peu, mais c'était pas le plat principal. Le lait on en consommait n'importe quand, n'importe comment, et on faisait pas attention non plus à comment on consommait le lait.</i>	E6-L250
		<i>Je fais des gâteaux, je fais des, mais alors j'essaye aussi de mettre des fruits secs, j'essaye de mettre des bons trucs dedans et heu</i>	E6-L261
		<i>oui, oui, si, si c'était dur. Parce que la nourriture c'est c'est pas que manger et on transmet de l'affectivité, on transmet...</i>	E6-L269
		<i>Après ma mère elle m'a transmis mon père aussi, l'envie de cuisiner et de faire de bonnes choses qui sont bonnes et qu'on partage</i>	E6-L270
		<i>nous on consomme jamais d'alcool, c'est hyper rare</i>	E6-L274
		<i>dès que j'ai commencé à mieux manger, j'ai plus envie de fumer, j'ai plus envie de boire de l'alcool. Ça a tout changé à ce niveau-là aussi</i>	E6-L275
		<i>Si j'achète par exemple des tomates en plein hiver, je vais plutôt prendre celle d'Espagne que de Costa Rica quoi à choisir. Et je vais pas prendre les les les Belges qui ont été chauffés dans une serre hyper chaude non plus quoi</i>	E6-L316
		<i>Bah. Je cuisine oui. J'essaie de cuisiner manière saine le soir, même si je suis toute seule maintenant. Mais j'ai pas envie de me prendre des trucs préparer. Non, je prends le temps de cuisiner.</i>	E7-L67
		<i>Ben j'essaie de faire attention, de savoir par exemple les fruits d'où ça vient à l'origine, hein ? Ça a évidemment des fruits proche de la Belgique locaux</i>	E7-L73
		<i>Mais je n'ai pas encore fait cette démarche là d'aller dans les magasins en vrac et heu, j'aimerais bien peut-être arriver à ça, quoi, faire des trucs en vrac</i>	E7-L95

	<i>je prendre des vitamines, je prends du Collagène, des compléments alimentaires, enfin des oui pour booster mon système immunitaire</i>	E7-L128
	<i>Quand j'étais plus jeune, on faisait pas attention à tout ça. Mais non on sait pas tout ça. Et même mes filles je me rappelle quand j'étais maman. J'ai jamais fait attention bah a manger beaucoup de fruits, fin elles mangeaient équilibré, mais c'était moins focus sur la nourriture que maintenant.</i>	E7-L140
	<i>Oui et que et que mes filles elle le font, ma plus jeune elle est fort attentive aussi à ce qu'elle mange. La plus grande ben quand elle a pris du poids, maintenant elle est elle se rend compte aussi de sa mauvaise, donc elle s'alimente beaucoup mieux qu'avant</i>	E7-L149
	<i>voilà mon objectif, c'est de réduire un maximum le sucre en fait dans l'alimentation.</i>	E7-L183
	<i>des poudres pour compenser, un peu comme quand t'as envie un peu de sucré. Là j'ai mangé un fruit et mon petit poudre. Mais bon il y a surement il y a plein de sucre aussi là-dedans à mon avis j'ai pas regardé en profondeur</i>	E7-L193
	<i>Moi j'achetais, je regardais jamais ce qu'il y avait dedans. donc c'est des habitude qui ont été prises au fur et à mesure.</i>	E7-L233
	<i>pour éviter le gaspillage que je fais encore parfois un peu trop à mon goût, mais jEe fais mes courses tous les jours quasiment en fait pour le jour</i>	E8-L3
	<i>je suis drogué au sucre moi</i>	E8-L33
	<i>Je bois le lait à la bouteille, moi. Je me bois énormément de lait voilà.</i>	E8-L57
	<i>Moi spontanément quand je fais du jus d'orange je le fais avec des jus d'orange fraîches et et je fais un jus d'orange pressé, pas spécialement meilleur que ça hein. Et au petit déjeuner ce qu'il faut pas faire</i>	E8-L64
	<i>un autre critère auquel je pourrais être sensible, c'est le drapeau belge. Ben que ce soit belge, je préfère faire fonctionner l'économie belge</i>	E8-L101

	<i>toute notre enfance, on nous a dit que boire du lait, c'était le meilleur médicament du monde, hein. Boire du lait et buvez du lait, c'est c'est c'est c'est super bon pour la santé. Buvez un jus d'orange pressé le matin, c'est super bon pour la santé. Je crois savoir maintenant tout ça est de la connerie</i>	E8-L112
	<i>Je n'aime pas cuisiner. Je cuisine parce qu'il faut manger. Je suis pas un amateur de dire « oh vivement samedi, je me fais un restaurant étoilé », je m'en fous</i>	E8-L128
	<i>un restaurant c'est partager un moment avec quelqu'un, donc je me fous de ce qu'il y a dans mon assiette en fait, c'est le moment partagé qui compte pour moi</i>	E8-L130
	<i>La cuisine tous les jours, je sais faire, mais je vais certainement 3 fois par semaine au restaurant.</i>	E8-L133
	<i>j'ai principalement cuisiné ce que mes filles aimaient bien</i>	E8-L138
	<i>Alors est ce que je reproduis, moi, je suis le contexte familial je suis le plus jeune. Enfin, le fait d'être plus jeune ne change rien, mais d'une famille très nombreuse. Donc le le, le coût par repas était fondamental et donc moi j'ai mangé, quelque chose que je ne mange plus jamais, des des côtelettes, des côtelettes de porc, c'était une viande pas chère</i>	E8-L149
	<i>On avait, on avait de la viande tous les jours</i>	E8-L162
	<i>des œufs, je mange des œufs. Je mange certainement 10 ou 12 œufs par semaine.</i>	E8-L164
	<i>On était fort lait. Ma maman faisait beaucoup de pâtisserie avec avec du lait</i>	E8-L169
	<i>Parmentier, du Hachis Parmentier pas cher, il y a des légumes, il y a de la viande, il y a des féculents, donc ça se fait en hiver seulement, mais régulièrement enfin, 2 fois par mois quoi un truc du style. Bah c'est pas compliqué hein. Ouais. Quand je te dis que c'était du basic et du du plat de tous les jours</i>	E8-L177
	<i>Mais c'est certain que moi la la viande fait partie d'un repas, même s'il y a des jours où j'ai pas de viande. mais si j'ai pas de viande, je me fais 4 œufs quoi.</i>	E8-L198
	<i>je ne déjeune pas, donc ça, ça m'arrive que le dimanche. Je m'autorise parfois de déjeuner le dimanche</i>	E8-L250

	L'identité culturelle	<i>En France, mon papa aller chercher des croissants et les les pistolets. On avait droit à une viennoiserie ou sinon c'était des pistolets. On avait droit à une viennoiserie chaque dimanche. Donc ça rappelle le dimanche. Je m'autorise à moi ma petite tranche rassis, grillée de pain avec mon Nutella.</i>	E8-L251
		<i>Je ne conçois pas des vacances sans petit déjeuner, ça fait partie de mon rituel vacances, mais je ne déjeune que en en vacances ou parfois le dimanche. Parce que là c'est, j'ai mon j'ai mon petit rituel hein donc des œufs, tranche de lard, une petite tartine, un café. Un petit truc à tremper dans mon café quand même, pain un chocolat si y a un pain au chocolat. Ou une tartine de confiture, Des fruits, Un jus d'orange terminé. Que en vacances.</i>	E8-L257
		<i>Oui, je cuisine. Bah à partir du moment où je ne suis pas chez un parent ou chez des amis, je cuisine tous les jours.</i>	E9-L94
		<i>Bah, des plats plus faciles à préparer pour gagner du temps. Du genre une salade liégeoise. Des tomates farcies. Des cannellonis, de la Bolo, j'en fais beaucoup</i>	E9-L101
		<i>Moi j'ai gardé ses habitudes là, typiquement les tomates farcies, je sais que c'est un truc qu'elle faisait la veille et comme ça quand elle rentrait avec quand même les tomates farcies au four, Bah moi ça j'ai gardé l'habitude.</i>	E9-L110
		<i>Tu t'inspires de livres alors ? Répondant : Ouais, beaucoup, voir exclusivement Interviewer : Et ça, c'est quelque chose que chez toi, vous faisiez aussi. Répondant : Ouais Ah ouais ma mère elle a un tas de livre de cuisine</i>	E9-L122
		<i>Moi, je déjeune plus alors que moi quand j'étais chez parents, je déjeunais toujours. Mais là c'est, je crois que c'est plus une question de flemme le matin de me prendre mon bol, je suis fatigué, je doit aller travailler, de prendre mon bol, de prendre le lait, les Kellogg's, prendre le le temps de m'asseoir, de manger, parce que maintenant je me lève 15minutes, je vais faire ça, ca me fait gagner 15 min de sommeil</i>	E9-L132
		<i>parce ce que là on en parle et je me dis si je dois faire attention, mais fondamentalement, je sais que je suis quelqu'un qui mange assez sainement</i>	E9-L240
		<i>dans un plat, c'est un légume, un féculent et de la protéine, donc un poisson et de viande. Ah bah ça c'est un truc que j'ai énormément gardé</i>	E9-L144

Les preferences personnelles	<i>y a des moments où on a ENvie de certaines choses, donc là on va faire des courses avec une idée précise de ce qu'on veut</i>	E1-L18
	<i>parce que j'ai chaque fois des produits que j'aime bien dans chaque magasin.</i>	e1-l26
	<i>je l'utiliser dans plein de trucs, dans des sauces et dans donc je voilà, je le prends parce que je l'aime bien le boursin.</i>	E1-L83
	<i>Donc faut savoir que moi les goudas les salades de thon je prends chez mon boucher hein, c'est bien meilleur. Et quel que soit le prix</i>	E1-L98
	<i>Et puis une envie de manger plus de légumes. En fait j'avais envie aussi</i>	E1-L193
	<i>Mais le le point clé c'est que ce genre de produit, je ne vais l'acheter que pour me faire plaisir. Donc quand on achète quelque chose pour se faire plaisir, on regarde pas au contenu, on regarde au plaisir. Enfin, au plaisir attendu enfin au plaisir perçu, on fait pas attention aux détails.</i>	E2-L130
	<i>Interviewer : OK. Donc est ce que du coup, ça j'ai bien compris les chips pas forcément ceux-là, donc des chips de manière générale, peu importe le chips ? Répondant : non, le le goût, c'est plutôt sel de base</i>	E2-L30
	<i>Les enfants de temps en temps on a 2 enfants qui aiment bien un petit biscuit au chocolat donc et ça c'est je dirais ça correspond pas vraiment au côté bio. C'est vraiment voilà ce qu'il aime bien.</i>	E5-L76
	<i>en général en fait c'est plutôt au goût de ces produits là parce que heu. Bah les le le produit blanc de chez delhaize par exemple j'ai déjà essayé, je trouve qu'ils sont pas très très très bon</i>	E5-L92
	<i>Les chips en général j'aime pas les vraies marques qu'on connaît bien parce que souvent c'est trop salé ou trop épicé</i>	E6-L48
	<i>Donc il y a des produits que j'aime pas dans le magasin où je vais principalement et donc j'en fais d'autres</i>	E6-L9
	<i>Et j'essaye toujours que soit le moins sucré, le moins salé possible au niveau du gout.</i>	E6-L108
	<i>j'ai envie d'un petit peu de chocolat le soir quand t'as souper un petit biscuit au chocolat,</i>	E7-L44
	<i>Avec un yaourt en particulier ? Répondant : Alors ça va plutôt être fruité</i>	E8-L71

		<i>et le prix en me disant 4€ ça doit être de la merde</i>	E8-L95
		<i>vu que c'est un produit déjà qui est pas sain, bas de gamme, je me dis flûte. Je pourrais prendre la marque distributeur parce que le produit est déjà pas bon en lui même.</i>	E9-L69
	La contrainte de temps	<i>il y a une contrainte temps qui joue beaucoup, donc on essaie, j'essaie de enfin de pas aller trop trop souvent faire les courses.</i>	E5-L5
		<i>En fait, on a pas énormément de temps à consacrer à, aux courses et à la cuisine en général et donc ben on n'est pas très créatif dans peut être pas de nouvelles recettes,</i>	E5-L40
		<i>les producteurs locaux, honnêtement c'est jamais en hiver, c'est plutôt en au printemps ou en été où là j'ai plus de temps</i>	E6-L21
		<i>Parce que faire les courses c'est pas non plus le truc que j'adore hein moi donc donc évidemment moi ça je trouve ça génial. Et alors s'il est marqué bio, s'il est marqué, équitable, je reconnais les les logos, c'est bon, ça va vite</i>	E6-L350
		<i>Je suis plus relax parce que j'ai pas toute une famille à nourrir. Aussi. Voilà, je prends le temps de cuisiner des produits sains.</i>	E7-L69
		<i>Le plus brut possible, voilà. Parce que j'ai plus de temps aussi. Et puis je fais, attention. Quand tu vieillis, tu fais encore plus attention à ton alimentation. Et puis j'ai plus d'espace dans ma tête pour y consacrer du temps</i>	E7-L115
		<i>Mais quand tu as plus de temps, de temps libre, d'espace pour penser à ta façon de manger, manger en plein de conscience comme on dit, le truc.</i>	E7-L119
		<i>ah oui, c'est clairement pour le temps.</i>	E9-L29
		<i>Moi, je déjeune plus alors que moi quand j'étais chez parents, je déjeunais toujours. Mais là c'est, je crois que c'est plus une question de flemme le matin de me prendre mon bol, je suis fatigué, je doit aller travailler, de prendre mon bol, de prendre le lait, les Kellogg's, prendre le le temps de m'asseoir, de manger, parce que maintenant je me lève 15minutes, je vais faire ça, ça me fait gagner 15 min de sommeil</i>	E9-L132

Thèmes	Unité d'analyse	Extrait entretien	Code de l'entretien
Variables hypothétiques	Les motivations	<i>Donc en général, je regarde s'il y a du bio, donc la priorité pour moi c'est bio et s'il est maigre. Et donc si l'est bio et maigre, je prends le moins cher en fait.</i>	E1-L51
		<i>Je vais d'abord toujours privilégier le bio en fait hein, s'il y a du bio, je vais prioriser le bio sauf si il est beaucoup plus cher et je peux pas me l'offrir quoi.</i>	E1-L53
		<i>pourquoi j'ai pris celui-là plutôt que celui-là, c'est que Danone le patron de Danone me débecte, donc je suis désolé c'est encore des raisons politiques (rire).</i>	E1-L64
		<i>Alors ça (le répondant montre les chips), parce que j'aime bien Lays rings, c'est des chips que j'adore plus que les autres</i>	E1-L72
		<i>je l'utiliser dans plein de trucs, dans des sauces et dans donc je voilà, je le prends parce que je l'aime bien le boursin.</i>	E1-L83
		<i>Donc faut savoir que moi les goudas les salades de thon je prends chez mon boucher hein, c'est bien meilleur. Et quel que soit le prix</i>	E1-L98
		<i>ça dépend ce que j'en fais. C'est pour faire des tartines, je prendrai le bio Delhaize, si c'est pour faire des croque-monsieur, peut-être que je partirai sur le parce que je m'en fous le produit blanc ça a moins de goût</i>	E1-L116
		<i>il y a des gens qui ne choisissent pas certaines marques parce que pour eux c'est des entreprises néfastes. Et donc moi il y a des il y a des marques que je ne prends pas parce que je sais que derrière c'est associé à des gens qui font des pratiques commerciales qui me débectent</i>	E1-L126
		<i>Il y a des moments où je regarde par exemple à l'arrière, Voilà, ça m'arrive par exemple, quand j'ai envie de m'offrir un bonbon, alors c'est vrai que pour pour me décider, je regarde le moins de calories qu'il y a ou le moins de sucre</i>	E1-L132
		<i>Ce que je regarde le plus, c'est vrai, c'est la composition de l'huile, est-ce que c'est de la bonne huile ? Est-ce que la farine est complète ou bon ?</i>	E1-L235
		<i>il faut savoir que je n'achète quasiment jamais que des produits non transformés</i>	E1-L281

	<i>Le lait alors je vais plutôt prendre bio. Et la mozzarella, s'il y avait bio, je crois que j'en achèterai plus souvent mais. Mais bon, a priori il y en a pas donc. Donc déjà de manière générale, j'essaie, j'essaie d'acheter bio.</i>	E2-L51
	<i>À l'époque de ma vie où je suis maintenant, je regarde un peu plus au prix quand même</i>	E2-L57
	<i>je regarderai le contenu calorique, je regarderai le contenu en sel, le contenu en sucre</i>	E2-L118
	<i>ici c'est plutôt ça par exemple entre les deux yaourts 0 %</i>	E3-L30
	<i>même si clairement va pas se mentir la mozzarella light c'est un peu dégueu mais mais voilà ça c'est il y a des produits comme ça ou des produits que je veux prendre en light, comme la mayonnaise mayonnaise light</i>	E3-L37
	<i>non j'ai carrément pris les mon cher</i>	E3-L48
	<i>franchement moi quand le goût est pareil je prends le moins cher je m'en fous que ce soit de Bonni ou une vraie marque</i>	E3-L54
	<i>a part certains produits du coup je prends d'office du light certains produits c'est parce que je les adore quoi genre les chips</i>	E3-L58
	<i>parce que moi il des salades des fois on est sur 4 € le pot il y a des trucs j'avoue je regarde un peu moins cher</i>	E3-L78
	<i>je regarde clairement le prix voir s'il y a une grosse différence de prix ou pas s'il y a une grosse différence entre les deux je prends le moins cher, s'il y a pas une grosse différence entre les deux et que je les connais et je sais pas je vais prendre celui qui a meilleur gout</i>	E3-L91
	<i>Alors au niveau plats préparés, lasagnes, tout ça moi j'achète pas. Évidemment, faut préciser aussi que je suis diabétique, donc ce genre de chose que tout ça, moi j'évite, je ne n'achète plus tout ça.</i>	E4-L41
	<i>alors pour Tess bah ce sera des chocapic. Ça, c'est sûr. Pour Liam sera plutôt du style granola, des choses comme ça.</i>	E4-L64
	<i>moi je vérifie toujours la quantité de glucides là-dedans parce que parfois il y en a qui ont vraiment beaucoup, trop. Donc quand le le le taux de glucides est fort bas, moi j'en mange aussi. Mais au-delà de 6 G de glucides je pense oula ca c'est exagéré</i>	E4-L69

Les motivations	<i>En fonction de ses goûts à lui, et du prix le prix évidemment</i>	E4-L100
	<i>Au niveau du prix et au niveau de la diversité quoi</i>	E4-L104
	<i>Enfin pour moi la la juste proportion entre le prix, ce que ça m'apporte d'un point de vue nutritionnel, le l'effet rassasiant du repas</i>	E4-L136
	<i>je regarde s'il y a une alternative peut être moins sucrée. Souvent c'est avec des édulcorants</i>	E4-L148
	<i>je regarde quand même les matières grasses voir c'est pas trop gras</i>	E4-L160
	<i>essayer de manger le plus de saison possible</i>	E4-L234
	<i>Ah oui oui, le moins transformé possible, le mieux c'est hein.</i>	E4-L433
	<i>le degré de transformation des choses c'est vraiment quelque chose d'important pour moi</i>	E4-L451
	<i>on complémente ça par en fait une une chaîne de de produits bio en fait, pour principalement les fruits et légumes mais aussi produits laitiers</i>	E5-L9
	<i>et puis bon 2 enfants enfin ils aiment bien certaines choses aussi donc on voilà</i>	E5-L39
	<i>mais sinon c'est plutôt en fonction des goûts des enfants et les nôtres et puis ce qu'on est habitué</i>	E5-L45
	<i>je dirais en fait je prends les céréales plutôt en vrac.</i>	E5-L63
	<i>en général en fait c'est plutôt au goût de ces produits là parce que heu. Bah les le le produit blanc de chez delhaize par exemple j'ai déjà essayé, je trouve qu'ils sont pas très très très bon</i>	E5-L92
	<i>Il y a des produits, c'est plutôt par rapport à ce qu'on aime. Et puis des produits c'est plus par rapport au fait que ce soit bio</i>	E5-L94
	<i>Ou alors s'il y a des au niveau des fruits regarder quand même au niveau provenance que se soit pas trop trop loin en terme de transport et tout ça pour au niveau écologique</i>	E5-L95
	<i>que j'aime bien le bio, Ben voilà, ça me permet de pas, que ce soit pas trop excessif et en même temps d'avoir des produits qui me conviennent</i>	E6-L11
	<i>ma fille elle aime bien donc j'en prends un petit, mais pas beaucoup</i>	E6-L34
	<i>Les chips, j'en prends chaque fois, , j'adore les chips</i>	E6-L35

		<i>ça les chips, je fais ça et heu, oui crases pour crasse c'est mon seul critère en fait, c'est que ce soit pas trop goutu en fait</i>	E6-L51
		<i>Enfin voilà, je fais en fonction des goûts de la famille en fait</i>	E6-L53
		<i>souvent je prends du yaourt grec parce que c'est ce que je préfère</i>	E6-L61
		<i>les autres je prends des entiers toujours entiers. Et avec des fruits.</i>	E6-L62
		<i>j'essaie de changer de marque, je prends pas toujours les mêmes en fait.</i>	E6-L63
		<i>Pour les biscuit ça change tout le temps, mais ce qui reste dans mes choix, ce qui va orienter, c'est essayer de prendre les trucs les moins sucrés là où il y a le plus de fruits secs</i>	E6-L79
		<i>j'y vais au goût, on essaie de plusieurs trucs et puis en fonction de mes goûts on choisit ce qui nous parle le plus.</i>	E6-L106
		<i>Et j'essaye toujours que soit le moins sucré, le moins salé possible au niveau du gout.</i>	E6-L108
		<i>le bio en général c'est important, les trucs de base j'essaye que ce soit toujours bio</i>	E6-L125
		<i>le moins transformé possible</i>	E6-L127
		<i>j'essaie de faire gaffe au niveau des saisons, mais il y a quand même des incontournables. Moi pour les omega 3, je vais prendre des avocats toute l'année, même si je sais écologiquement c'est pas top</i>	E6-L135
		<i>Le poisson, c'est ce qu'on mange le moins parce que c'est cher</i>	E6-L178
		<i>Alors le premier truc, c'est le goût, il faut que ça me plaise, c'est le truc incontournable. Le 2e truc idéalement bio ou équitable. Ça c'est le 2e point, le 3e le prix et 4e, pas trop sucré, pas trop salé, avec des fibres</i>	E6-L311
		<i>la fraîcheur et ce qui est saison pour les fruits et légumes, là c'est vrai que c'est fraîcheur et de saison</i>	E6-L315
		<i>Parce que c'est moins calorique et c'est meilleur pour la santé. Parce que en fait, dans les, dans les produits des des des Corn Flakes, on voit la quantité de sucre qu'il y a... c'est c'est pas du tout diet,</i>	E7-L32
		<i>OK, est-ce que vous pouvez m'expliquer comment vous avez fait pour choisir entre tous les biscuits ?Répondant : Céréales complètes</i>	E7-L40

	Les motivations	<i>je mets toujours des fibres en avant. En fait, quand y a des fibres, là aussi fruit secs, fibre, le transit et pour la santé</i>	E7-L53
		<i>j'essaye maintenant de garder aussi la valeur nutritionnelle là, là c'est A c'est bon, là je sais bien que c'est déjà beaucoup plus, là c'est E, c'est pas bon du tout</i>	E7-L54
		<i>Je regarde, Nutri-Score voilà ça je trouvais plus de mots. Le nutri score fromage blanc, ben nature c'est light</i>	E7-L57
		<i>Alors le lasagne, vraiment ça c'est en dernier recours parce que c'est plein de.. c'est reconstitué, c'est plein de d'additifs, c'est pas bon pour la santé, donc j'évite de prendre ça. Maintenant ce genre de chose, c'est vraiment au dépannage ça</i>	E7-L60
		<i>j'essaie de faire attention, de savoir par exemple les fruits d'où ça vient à l'origine</i>	E7-L73
		<i>la valeur comment les vitamines, par exemple les fruits, des pamplemousses ou des oranges pour aussi pour la santé, côté santé,</i>	E7-L74
		<i>je regarde le prix. Je regarde le prix dans les magasins. Ouais je garde le prix</i>	E7-L86
		<i>Ou alors j'ai goûté une marque qui m'a plu et donc je reprends la même marque sans forcément peut être essayer autre chose</i>	E7-L98
		<i>c'est un critère aussi de diminuer le sucre, je regarde dans les aliments minimums de sucre dans les aliments</i>	E7--L188
		<i>je regarde aussi les produits, s'il y a des produits, les additifs, là .. des conservateurs. Je regarde aussi si c'est un maximum sans conservateurs. Par exemple Je préfère prendre alors un produit macaroni d'un traiteur, parce que je sais que ce sera préparé du jour et consommable dans les 3 jours Max Quoi</i>	E7-L215
		<i>En fait, les produits les plus bruts quoi, ouais, les moins transformés possible ça c'est un critère aussi</i>	E7-L220
		<i>ça j'ai jamais acheté mais c'est le genre de truc si je vois la boîte.. maintenant que je la vois, je me dis Oh ouais genre j'aimerais bien essayer une fois. Voilà donc voilà mais tout ce qui est sucré, oui</i>	E8-L37
		<i>demi écrémé. Et je prends pas ça parce que comme je le bois à la bouteille, je prends les belles bouteilles</i>	E8-L77

		<i>je ne sélectionne jamais sur le prix</i>	E8-L86
		<i>je pense que c'est un critère inconscient mais que le packaging a de l'importance.</i>	E8-L93
		<i>et le prix en me disant 4€ ça doit être de la merde</i>	E8-L95
		<i>je vais chercher la viande plus haut en en qualité et en prix quoi bien.</i>	E8-L156
		<i>Je fais pas attention, je vais pas acheter bio.</i>	E8-L210
		<i>Fruits et légumes, même chose quand j'achète en en vrac. Je vais prendre ce dont j'ai envie, mais je, le qualitatif,</i>	E8-L212
		<i>le pot de Nutella que j'achetais, que j'achète encore. Plaisir un petit, ça m'arrive une fois.</i>	E8-L246
		<i>Oui que je connais je je suis plutôt fidèle donc je vais pas aller tester beaucoup de choses que je connais pas et donc je vais aller spécifiquement là-dessus.</i>	E8-L108
		<i>Bah les kellogg's, forcément j'en ai. Les pizzas, j'aime pas ça. Si allez pour mes midis, je peux encore dire je prends une lasagne de temps en temps. Mais le reste, non.</i>	E9-L32
		<i>mais c'est des goûts moins prononcés. Et moi ça pour moi, j'ai déjà fait le test.</i>	E9-L52
		<i>Pareil, ceux-là je les ai déjà pris, mais c'est des trésors sous marque, mais ça le gout, c'est moins bon que les vrais trésors. Alors c'est le double, voir le truc du prix des trésors, mais pour moi le goût est un incomparable.</i>	E9-L65
		<i>Bah le prix. Non, je sais pas. Bah par exemple, je sais déjà à l'avance ce que je veux. Si je veux des miel Pops, je vais regarder, puis je vais comparer les prix. Et si je vois que les kellogg sont 1 euros plus cher, Ben je prendrai les Kellogg's</i>	E9-L83
		<i>Ouais, y a quand même une jauge à partir de laquelle où la marque n'aura plus autant d'impact si le prix est super élevé ? Répondant : Ouais voilà, si par exemple c'est vrai que des trésors, je disais, j'ai pris ceux de marque distributeur parce la différence est quand même énorme</i>	E9-L88
	La prédisposition	<i>Et donc dans ce cas-là, quand je m'achète des trucs, de toute façon mauvais pour la santé, je préfère m'acheter des bonnes marques que je sais qui est bonne, donc là j'aurais pris Lotus voilà</i>	E1-L76
		<i>J'aime bien Lays rings</i>	E1-L72

		<i>J'adore la marque BOURSIN</i>	E1-L82
		<i>Alors ca j'ai peur les mozzarella bon marché oufff.. donc heu.. je prendrai pas le everyday, y a des trucs que je prendrai en everyday que je par exemple le Boni Là ça je trouve ca je trouve ça bon, mais la mozzarella je trouve que voilà c'est un truc que je ne prendrai pas nécessairement,</i>	E1-L85
		<i>moi il y a des il y a des marques que je ne prends pas parce que je sais que derrière c'est associé à des gens qui font des pratiques commerciales qui me débectent donc Delhaize, c'est fini. Danone, c'est fini. Je n'achète plus jamais ces marques là.</i>	E1-L126
		<i>Interviewer : ok, Donc un chips au sel et par exemple, quand vous êtes dans le magasin et que vous voyez plusieurs chips au sel, il y a une marque favorite ? Répondant : Oui, oui, oui, oui, j'ai déjà oublié mais c'est comment ? Lucien Lucien.</i>	E2-L33
		<i>Et donc je j'envisage de plus en plus de regarder les les les produits blancs donc les les marques du magasin, du style Everyday ou Boni chez Colruyt ou d'autres l'équivalent chez chez d'autres magasin le delhaize</i>	E2-L58
		<i>Parce que acheter tout un grand plat de macaroni, comme ça tu dis oui c'est bien, OK, avant j'en mangeais hein, avant mon diabète j'en mangeais, mais que quand tu regardes OK, donc je vais pouvoir en manger, « ça » oui bon, on va laisser tomber l'idée hein</i>	E4-L145
		<i>en général en fait c'est plutôt au goût de ces produits là parce que heu. Bah les le le produit blanc de chez delhaize par exemple j'ai déjà essayé, je trouve qu'ils sont pas très très très bon</i>	E5-L92
		<i>je vais à l'Intermarché pour le café, parce que j'aime pas le café chez lidl, qu'est-ce qu'il y a d'autre? De la confiture, Ben c'est aussi à l'intermarché, parce qu'il y a une marque que j'adore. Donc en général Intermarché.. delhaize, parfois aussi pour certains produits plus spécifiques. Et Lidl, les grosses courses.</i>	E6-L14
		<i>Si j'ai le choix je prendrai des marques plutôt blanches. Interviewer : par rapport au prix ? Répondant : au prix. Et puis même le goût je trouve que parfois ça vaut pas le prix que ça coûte ouais, ouais</i>	E6-L89
		<i>Et ça moi je suis pas forcément intéressée par des faux sucres, j'aime autant moins sucré que des faux sucres</i>	E6-L104

		Ou alors j'ai goûté une marque qui m'a plu et donc je reprends la même marque sans forcément peut être essayer autre chose	E7-L98
		<i>Alors soit je me suis regardé une petite recette et je sais qu'il me faut un truc Soit c'est a l'inspiration de de de déambuler dans les rayons quoi</i>	E8-L8
		<i>un autre critère auquel je pourrais être sensible, c'est le drapeau belge. Ben que ce soit belge, je préfère faire fonctionner l'économie belge</i>	E8-L101
		<i>Je me dis que la marque par rapport à une sous marque peut avoir son importance dans les ingrédients</i>	E8-L217
		<i>je peux déjà dire ce qui m'influence très fort c'est la marque hein. Moi c'est.. la marque m'influence très fort</i>	E9-L27
		<i>Interviewer : OK. Du coup tu disais la marque ça t'influence entre innocent et Delhaize, c'est sur Innocent. C'est quoi dans la marque qui va t'influencer ? Répondant : le Prestige.</i>	E9-L35
		<i>se sera meilleur et pour la qualité des produits aussi, je me dis Innocent doit surement être de meilleure qualité que le jus d'orange Delhaize</i>	E9-L43
		<i>je me dis si c'est ce prix-là aussi peu cher c'est quand même qu'ils ont pas du c'est peut-être les les oranges de fond de paner ou les fonds de cuve.</i>	E9-L44
		<i>vu que c'est un produit déjà qui est pas sain, bas de gamme, je me dis flûte. Je pourrais prendre la marque distributeur parce que le produit est déjà pas bon en lui meme.</i>	E9-L69

Thèmes	Unité d'analyse	Extrait entretien	Code de l'entretien
Les variables exogènes	Le packaging du produit	<i>le paquet de frangipane est beaucoup plus grand. Et donc si j'achète ça, je vais manger tout ça. Donc je vais aussi raisonner en me disant, je préfère la frangipane, mais je vais pas l'acheter parce que sinon je vais trop manger</i>	E1-L150
		<i>Ben je prends parfois des choses en plus qui m'inspire</i>	E6-L6
		<i>j'essaye maintenant de garder aussi la valeur nutritionnelle là, là c'est A c'est bon, là je sais bien que c'est déjà beaucoup plus, là c'est E, c'est pas bon du tout</i>	E7-L54
		<i>On dit que par exemple que chez Aldi, il y a des produits, bah il change juste le packaging qui est c'est les mêmes produits que dans les autres magasins donc oui.</i>	E7-L87
		<i>je garde aussi au packaging, le recyclage des aliments parce que certains, peut être je me dis que le stade suivant c'est d'aller dans les justement dans les magasins en vrac.</i>	E7-L166
		<i>ca j'ai jamais acheté mais c'est le genre de truc si je vois la boîte.. maintenant que je la vois, je me dis Oh ouais genre j'aimerais bien essayer une fois. Voilà donc voilà mais tout ce qui est sucré, oui</i>	E8-L37
		<i>je pense que c'est un critère inconscient mais que le packaging a de l'importance.</i>	E8-L93
		<i>il y a du vert donc peut être un petit peu quand même plus écolo</i>	E8-L218
		<i>La photo elle est pas belle, ça donne pas envie en fait le packaging. Ouais voilà c'est ça ce packaging là vraiment me donne pas envie quoi. C'est des vieux biscuits ça a pas l'air bon.</i>	E9-L170
		<i>j'ai ce petit paquet de biscuits en face de moi. Bah je suis de bonne humeur. Voilà. Ce jaune, là ca me fait penser au soleil, la gaieté</i>	E9-L173
	Les médias d'information	<i>Par contre j'utilise une application, parfois ça m'arrive d'utiliser une application sur smartphone qui s'appelle yuka et qui permet de, sur base d'un scan du produit, permet d'accéder à une série d'informations sur le produit. Je l'ai utilisé pour à vrai dire très rarement, mais ce serait, je crois, que ce serait bien de l'utiliser beaucoup plus. À mon avis,</i>	E2-L144

		<i>tout ce que tu vois dans l'actualité, quand c'est pas l'eau c'est le poulet, quand c'est pas le poulet c'est les fruits, tous les produits qu'on met sur les dans les champs de culture. Enfin donc c'est l'actualité aussi, l'influence des médias</i>	E7-L161
		<i>toute notre enfance, on nous a dit que boire du lait, c'était le meilleur médicament du monde, hein. Boire du lait et buvez du lait, c'est c'est c'est c'est super bon pour la santé. Buvez un jus d'orange pressé le matin, c'est super bon pour la santé. Je crois savoir maintenant tout ça est de la connerie</i>	E8-L112

Thèmes	Unité d'analyse	Extrait entretien	Code de l'entretien
L'attitude d'achat	Le comportement et les habitudes d'achat	<i>je commande un panier de légumes chez e-fams que je reçois tous les mercredis et je planifie un peu mes repas en fonction de ce qu'il y a, ce qui arrive dans mon panier de légumes</i>	E1-L3
		<i>il y a des produits que j'achète en fonction de mon humeur, de mes envies</i>	E1-L5
		<i>prends toujours le même pain. Heu... il y a des choses de base que j'achète tout le temps. Des pois chiches</i>	E1-L6
		<i>je passe dans les magasins régulièrement, que ce soit Lidl ou Colruyt et je prends toujours les mêmes produits en stock</i>	E1-L8
		<i>alors je vais régulièrement dans les magasins, notamment Paysans Artisans, qui est une coopérative je fais mon complément on va dire, dans une coopérative locale où je vais à ce moment-là beaucoup plus tous les 2 3 jours chercher ce qu'il me faut heu et je vais chez le boucher ici en bas dans ma rue, chercher la viande et les charcuteries, enfin le fromage. Donc je fais plusieurs magasins.</i>	E1-L9
		<i>privilégiant quand même, c'est pas une majorité de la charge, je dirais que la moitié de la charge, comment dire en produits locaux et l'autre moitié grand magasin quoi Colruyt et Lidl.</i>	E1-L14
		<i>donc je fais en fonction aussi de mes envies évidemment.</i>	E1-L15
		<i>Interviewer : donc si je comprends bien c'est plus souvent des courses avec une liste déjà établie c'est ça ? Répondant : Ah oui. Toujours oui, oui</i>	E1-L21
		<i>je sais que chez Colruyt je prends d'office mes pois chiches, mes fruits secs, donc je refais des stocks</i>	E1-L25
		<i>Alors le truc qui est un peu répétitif aussi, c'est que j'achète toutes les semaines quand même du filet de poulet, donc on mange au moins du filet de poulet une fois par semaine, je mange des œufs, ça c'est habituel 2 fois sur la semaine 2 œufs</i>	E1-L173
		<i>l y a plein de sorts de cracker. Je vais regarder toutes les étiquettes et prendre le cracker qui a le plus de protéines</i>	E1-L303
		<i>avant de partir faire mes courses heu, je fais plutôt des listes</i>	E2-L3
		<i>il y a des produits que j'achète régulièrement, du style des oignons, de l'ail, du lait, de l'eau</i>	E2-L4

		<i>Des plats préparés, jamais</i>	E2-L24
		<i>ça dépend des fois et des fois où chercher à l'avance à ce que je veux manger. donc là je vais faire mes courses et je vais chercher donc j'ai besoin pour pour faire ma recette et des fois bah moi des fois j'ai pas d'idée donc je vais au magasin je vois ce que je vois s'il y a un truc qui me donne envie et j'achète en fonction de ça quoi</i>	E3-L3
		<i>même si je prévois à l'avance c'est jamais vraiment à l'avance enfin quand je dis à l'avance c'est le soir même quoi juste avant d'aller faire les courses je réfléchis à ce que je vais manger avant d'aller dans le magasin pas à l'avance je fais pas mes courses pour la semaine</i>	E3-L8
		<i>Ben en général je regarde toujours les promotions, je prends les folders des magasins, je vois ce qui est en promotion, je fonctionne surtout au niveau des légumes et à partir de là, Ben je prépare mes enfin je j'établis un menu pour la semaine.</i>	E4-L3
		<i>J'établis toujours un menu pour la semaine, savoir quel jour je vais faire quoi en fait heu, Comment ? Je trouve ça plus simple parce que je n'aime pas devoir réfléchir chaque jour. « Qu'est-ce que je vais faire ? », ça m'énerve donc je préfère y penser une fois pour la semaine, je fais mes menus pour toute la semaine, je fais mes courses en fonction de ça</i>	E4-L6
		<i>je fais mes menus pour toute la semaine, je fais mes courses en fonction de ça</i>	E4-L8
		<i>j'en fais 2 3, pour les promotions et et de certains produits que je trouve pas parce que comme je vais d'abord toujours chez le Lidl, il y a beaucoup de choses que je ne trouve pas. Donc je complète avec carrefour ou delhaize.</i>	E4-L21
		<i>tout organiser justement, mes menus à la semaine à l'avance, c'est pour me faciliter la vie</i>	E4-L200
		<i>je vais à 2 endroits différents. Je vais à la grande surface classique delhaize on complémente ça par en fait une une chaîne de de produits bio en fait</i>	E5-L6
		<i>ça s'appelle the Barn bio, c'est une chaîne qui est principalement sur Bruxelles mais qui en fait, enfin fait des des collaborations avec avec des des producteurs locaux</i>	E5-L11
		<i>généralement très souvent répétitives, un peu les mêmes choses pour pas trop se casser la tête.</i>	E5-L16
		<i>Voilà alors aussi bien moi que ma femme, on travaille, on est salarié et donc ça nous arrive aussi de manger sur le temps de 12h00 et de prendre un truc en dehors</i>	E5-L21

	Le comportement et les habitudes d'achat	Maintenant, comme c'est moi qui le fais régulièrement, j'ai que je m'occupe aussi souvent de la cuisine donc je j'ai une plus ou moins idée des stocks. Et donc j'ai pas trop besoin de liste	E5-L28
		en fait quand on a un peu l'habitude de sa grande surface, on sait où sont les choses et on fait des rayons un peu dans l'ordre	E5-L32
		je demande un peu à la famille les envies, ce qu'ils ont envie de manger et puis du coup je fais une liste avec les différentes choses que chacun dit.	E6-L3
		Et puis, et une fois que j'ai cette liste, je rajoute les incontournables sur ma liste donc genre le lait, le yaourt, les fruits, les légumes en général	E6-L5
		en général je vais faire les courses une fois par semaine	E6-L7
		il arrive que j'aille dans plusieurs magasins parce que je trouve pas tout dans le même magasin.	E6-L8
		Lidl parce que je trouve que là il y a, il y a un bon rapport qualité prix	E6-L10
		alors en plus Ben soit je vais chercher des légumes quand c'est le printemps chez le maraîcher local ici	E6-L12
		les producteurs locaux, honnêtement c'est jamais en hiver, c'est plutôt en au printemps ou en été où là j'ai plus de temps	E6-L21
		ça, j'en prends toujours des yaourts. Je prends toujours, du lait, j'en prends toujours	E6-L30
		le moins transformé possible ! Donc ces trucs là, ça c'est vraiment pas dans mes habitudes	E6-L127
		j'achète très peu de produits transformés voir.. les yaourts on peut dire que c'est transformé mais sinon Ben même les gouter on essaie de faire nous même donc ouais, les biscuits, j'achète quand même toujours des biscuits, les chips aussi	E6-L144
		j'achète pas des purées toutes faites, j'achète pas des jus. Non non, quand on reçoit, j'achète des jus, pour les invités, oui. Mais les salades de crabe, tout ça, non. Du jambon, du fromage pour leurs tartines. Et encore	E6-L147
		Mais bon, j'ai un tout petit congèle de toute façon donc je prends de temps en temps un paquet de croquettes de pommes de terre.	E6-L156
		j'achète quasi jamais de trucs préparés, même chez le boulanger	E6-L265

		la fraîcheur et ce qui est saison pour les fruits et légumes, là c'est vrai que c'est fraîcheur et de saison. Si j'achète par exemple des tomates en plein hiver, je vais plutôt prendre celle d'Espagne que de Costa Rica quoi à choisir. Et je vais pas prendre les les les Belges qui ont été chauffés dans une serre hyper chaude non plus quoi	E6-L315
		<i>je fais mes mes grosses courses de d'aliments de base tous les 15 jours, je dirais</i>	E7-L3
		<i>je suis toute seule donc c'est ça simplifie les choses. Donc je fais beaucoup moins de courses qu'avant</i>	E7-L4
		<i>quand je veux des petites choses plus fraîches, Ben je dirais que c'est. Tous les 7, entre 7 et 10 jours</i>	E7-L6
		<i>vous faites des listes à l'avance pour faire les courses ? Répondant : non, jamais. Tout est dans mon petit cerveau</i>	E7-L14
		<i>Le plus brut possible, voilà.</i>	E7-L115
		<i>j'achète jamais de boissons sucrées. Moi c'est toujours de l'eau pétillante ou de l'eau plate. J'ai sodastream jamais de boissons sucrées</i>	E7-L170
		<i>Donc je prends parfois des produits diététiques, entre guillemets, hein. C'est pour ça que j'ai dit que je fais attention à l'alimentation, c'est aussi par rapport à mon poids pour gérer mon poids</i>	E7-L176
		<i>je regarde aussi les produits, s'il y a des produits, les additifs, là .. des conservateurs. Je regarde aussi si c'est un maximum sans conservateurs. Par exemple Je préfère prendre alors un produit macaroni d'un traiteur, parce que je sais que ce sera préparé du jour et consommable dans les 3 jours Max Quoi</i>	E7-L215
		<i>Je vais toujours aller vers les mêmes produits hein, du poulet, des tomates, mozzarella. J'ai toujours un peu dans le même même schéma de produit quoi</i>	E7-L259
		<i>je fais mes courses tous les jours quasiment en fait pour le jour</i>	E8-L3
		<i>Alors soit je me suis regardé une petite recette et je sais qu'il me faut un truc Soit c'est a l'inspiration de de de déambuler dans les rayons quoi</i>	E8-L8

	Le comportement et les habitudes d'achat	<i>Mais je vais donc plutôt faire mes courses dans des petits delhaize par exemple ou des petits spar ou des petits matchs. Enfin tu vois des trucs plus locaux qui sont des mini grandes surfaces</i>	E8-L12
		<i>Et une fois toutes les 5 semaines je vais au colruyt. Chercher alors ce qui me dicte plus, on parle que de l'alimentaire alors ? Parce qu'alors je vais au colruyt, j'achète mon café par exemple, mon café en grain, je le prends là. Mais sinon c'est plutôt pour les tout ce qui est sanitaire et machin, machin les trucs</i>	E8-L14
		<i>Et puis je fais tous les rayons et je me laisse tenter sur la moitié de choses que j'avais pas prévu d'acheter</i>	E8-L17
		<i>J'Al toujours bien une ou 2 pizzas pour si jamais je suis pas là, je rentre plus tard que ma fille peut faire parce que elle elle rentre</i>	E8-L22
		<i>ca c'est une catastrophe, donc j'achète pas (les cookies). J'achète pas parce que sinon je les mange</i>	E8-L32
		<i>Je réfléchis à quand est-ce que je suis là la semaine. Et je me prévois des repas. Par exemple, je sais que je suis là lundi, mardi, mercredi, Ben je vais choisir mon repas à l'avance. Puis je vais faire via mon application Delhaize mes courses sur l'application</i>	E9-L3
		<i>Ah donc toi ton l'application Delhaize, ca te sert de liste de course ? Répondant : C'est ca</i>	E9-L8
		<i>tu fais toujours des courses avec une liste de courses que t'as faite à l'avance ? Répondant : systématiquement, pour être sûr de rien oublier</i>	E9-L16
		<i>ça n'arrive jamais que je vais au delhaize et que je ne sache pas ce que je vais acheter parce que ça m'énerve de chercher dans le magasin.</i>	E9-L20
		<i>Bah le prix. Non, je sais pas. Bah par exemple, je sais déjà à l'avance ce que je veux. Si je veux des miel Pops, je vais regarder, puis je vais comparer les prix. Et si je vois que les kellogg sont 1 euros plus cher, Ben je prendrai les Kellogg's</i>	E9-L83
	La modification	<i>Avant, je faisais des tartines le 12h00, donc depuis quelques années j'essaie de me faire des plats de légumes aussi pour le 12h00</i>	E1-L185
		<i>Je ne bois plus de coca, ni aucune boisson soda. ouais donc plus aucun soda</i>	E1-L200

	du comportement d'achat	<i>je mange plus de saumon, plus de poissons gras qu'avant</i>	E1-L202
		<i>Ben j'arrêtais d'en acheter a mes enfants par exemple, on en a plus à la maison pour des questions de santé. Parce que c'est que du sucre le matin, donc. Pas du tout bon. Toutes les céréales, toutes les céréales, de grands magasins et de Nestlé machin</i>	E1-L320
		<i>Alors les jus de fruits je n'en achète plus avant j'en achetais parce que Liam mon fils aîné en buvait tous les jours mais maintenant j'ai un presse fruit donc je préfère le le comment, les fruits frais quoi.</i>	E4-L33
		<i>je suis diabétique, donc ce genre de chose que tout ça, moi j'évite, je ne n'achète plus tout ça. Avant, avant j'en mangeais mais maintenant j'en achète plus. J'en mange plus</i>	E4-L42
		<i>tout ce qui est plats préparés, donc ça je n'en ai plus acheté</i>	E4-L185
		<i>Ben j'ai commencé à cuisiner beaucoup plus qu'avant parce que comme j'achetais plus de plat préparé, plus rien de fait industriel, Ben j'ai beaucoup plus cuisiné</i>	E4-L189
		<i>Ouais, mais j'ai appris beaucoup à cuisiner finalement, le diabète m'a obligé à cuisiner beaucoup plus et à à faire beaucoup moins appel à à des produits industriels et finis et déjà tout préparé.</i>	E4-L242
		<i>il y a 10 ans, ce qu'on achetait c'est peut-être de 20% de bio, maintenant, on a fait peut-être 80% de bio. Je pense la sensibilisation aussi aux pesticides. Enfin tous ces différents additifs qui sont aussi qui sont aussi bah utilisés dans le cadre des filières non bio. En fait.</i>	E5-L99
		<i>Oui et en fait je dois dire petit à petit, on rajoute des petites choses en vrac.</i>	E5-L116
		<i>maintenant j'utilise uniquement de l'huile d'olive, même pour cuire en fait. Ouais donc ça c'est un truc. Donc des des acides gras saturés, les insaturés</i>	E5-L141
		<i>C'est vrai qu'on fait aussi une chose qui a changé aussi. Bah maintenant que j'y pense c'est que je fais quasiment plus jamais de bœuf</i>	E5-L165
		<i>Donc avant on mangeait, avant la nutritionniste, on mangeait beaucoup plus de pâtes avec plein de sauce qu'on faisait nous même quand même, mais quand même avec beaucoup de sauce, on utilisait beaucoup plus de concentré de tomates aussi ou des tomates concassées là. Tout ça, c'est fini, je n'en consomme presque plus ce genre de choses.</i>	E6-L206

	La modification du comportement d'achat	<i>Moins de friture quand même aussi, on a pas de friteuse</i>	E6-L212
		<i>Et donc elle m'a déjà conseillé d'arrêter tout ce qui était 4 pattes ou d'en consommer le moins possible, donc le porc, le bœuf le moins possible parce que c'est beaucoup, beaucoup de déchets. d'avoir, d'avoir un transit beaucoup plus régulier et fluide, donc beaucoup plus de fibres, beaucoup plus de céréales complètes. Et beaucoup plus de légumes cuits, donc soupe pratiquement tous les jours chez nous, ouais</i>	E6-L228
		<i>Mais je n'ai pas encore fait cette démarche là d'aller dans les magasins en vrac et heu, j'aimerais bien peut-être arriver à ça, quoi, faire des trucs en vrac</i>	E7-L95
		<i>Moi mes filles. Voilà par exemple, on prenait les boissons sucrées dégueulasses de chez Aldi orange là, on faisait moins attention au sucre</i>	E7-L144
		<i>J'essaie de ne pas acheter parce que si j'ai chez moi, je mange (les chips),</i>	E8-L28
		<i>Ben, j'ai pour, quand je me sens, par exemple quand l'été arrive, je préfère, je mange beaucoup plus de légumes Parce que j'ai envie de maigrir.</i>	E9-L182
		<i>Puisque oui, il doit être gras, il doit être mauvais. J'en achèterai plus.</i>	E9-L229