



# L'ALIMENTATION DES SENIORS

**Santé** Naturel **LIBERTÉ**  
 Sans conservateurs **Simple** **Gourmand**  
**PLAISIR** Slowfood 5FruitsLégumes Coût  
 Traditions **ALIMENTATION** PAPILLES  
**GOÛT** CuisineDuMonde **Changement**  
 Express **LOCAL** Artisan Fait maison  
**RECETTES**



## SIMPLICITÉ, RAPIDITÉ & PRATICITÉ

« Moi, c'est plat préparé, morceau de fromage et fruit, mon mot d'ordre c'est rapide ! »

## LE PLAISIR AVANT TOUT !

« Je ne mange que ce que j'aime, c'est un des derniers plaisirs qu'il me reste ! »

## DE NOUVELLES SPÉCIFICITÉS

« Je ne peux plus manger certains aliments, j'y suis devenue intolérante... »

## TRANSPARENCE & QUALITÉ

« Je déteste les plats préparés ! Nous c'est uniquement le marché et les artisans locaux ! »

## UNE CONFRONTATION À LA SOLITUDE

« Je déteste manger seule donc je mange avec mon programme radio à chaque repas... »

## UNE SENSIBILITÉ AUX NOUVEAUX MODES D'ALIMENTATION

« Deliveroo ou autre Uber, c'est très pratique ! Cela reste exceptionnel car c'est cher »

**431**  
€

alloués au budget alimentation des personnes âgées de 60 ans et plus

SOURCES : SONDAGE OPINION WAY/SOFINCO, 2017

**2**  
nd

poste de consommation des personnes âgées de 55 ans et plus

SOURCES : SYNTHÈSE INFOGRAPHIQUE VITAGORA, 2015

**+**  
**2H30**

par jour dédiées aux repas et à leur préparation pour les personnes âgées de 60 ans et plus en France

SOURCES : STATISTIQUES INSEE PREMIÈRE, 2012

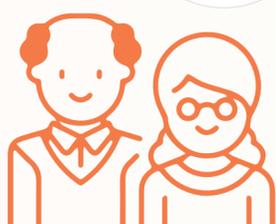
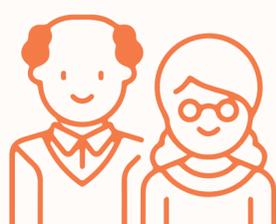
**40**  
%

c'est le pourcentage de personnes âgées de 55-75 ans qui se déclarent être en surpoids

SOURCES : BAROMÈTRE SANTÉ INPES, 2014

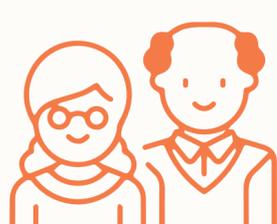
« Cela coûte de plus en plus cher de bien manger et se faire plaisir, le portefeuille parle aussi ! »

Claudie, 68 ans



« Jamais de plat préparé mais pas de grandes recettes non plus, simple, pratique, rapide et que j'aime. »

Mireille, 73 ans



« Je scanne tout pour savoir si c'est un bon produit, j'ai le « Réflexe Yuka »

Eliane, 69 ans

## LES SOLUTIONS PERTINENTES DE L'ÉCOSYSTÈME SUR CE THÈME



## ALLER PLUS LOIN AVEC LE PRIF



Sources : Open Lab réalisés pour Alim 50+, Fleury Michon, Casino et Elior en 2019 et 2020. 38 séniors entre 60 et 87 ans.