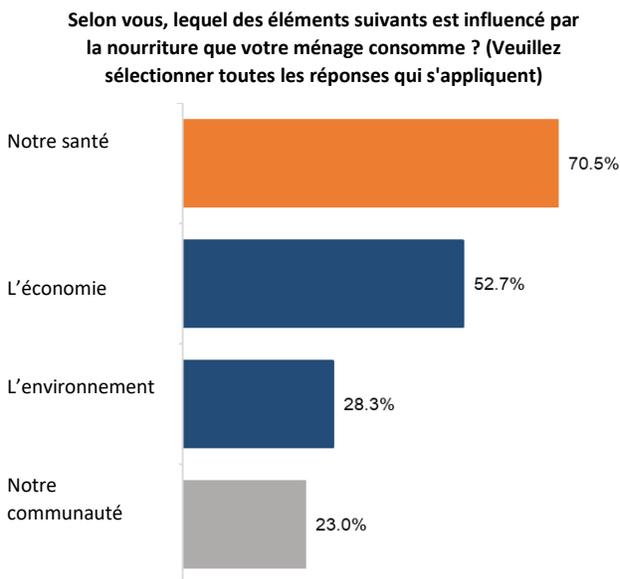


Un nouveau rapport suggère que 35,5 % des Canadiens ont appris au moins une recette depuis le début de la pandémie

HALIFAX, N.-É. (3 février 2021) - Le **laboratoire des sciences analytiques en agroalimentaire de l'Université Dalhousie**, en partenariat avec **Caddle**, publie un nouveau rapport sur la littératie alimentaire. L'objectif de cette enquête est de mesurer si les Canadiens possèdent une meilleure connaissance de l'alimentation qu'avant la pandémie. La littératie alimentaire consiste à comprendre l'impact de vos choix alimentaires sur votre santé, l'environnement et l'économie. Il s'agit essentiellement de la confiance dans les systèmes alimentaires et de l'étendue des connaissances que l'on peut avoir sur l'alimentation en général. La littératie alimentaire est un ensemble d'attributs interconnectés, classés par catégories de connaissances alimentaires et nutritionnelles, de compétences, d'efficacité /de confiance personnelle et de décisions alimentaires. Elle peut être mesurée de plusieurs façons. Ce rapport examine comment les habitudes alimentaires ont changé depuis le début de la pandémie.

Au total, 10 004 Canadiens ont été interrogés sur la littératie alimentaire en janvier 2021. Interrogés sur la façon dont les choix alimentaires peuvent influencer certains aspects de notre vie, 70,5 % des Canadiens croient que la santé arrive en priorité, puis l'économie à 52,7 %. L'environnement est troisième avec 28,3% et la communauté se range en dernier avec 23,0 %.



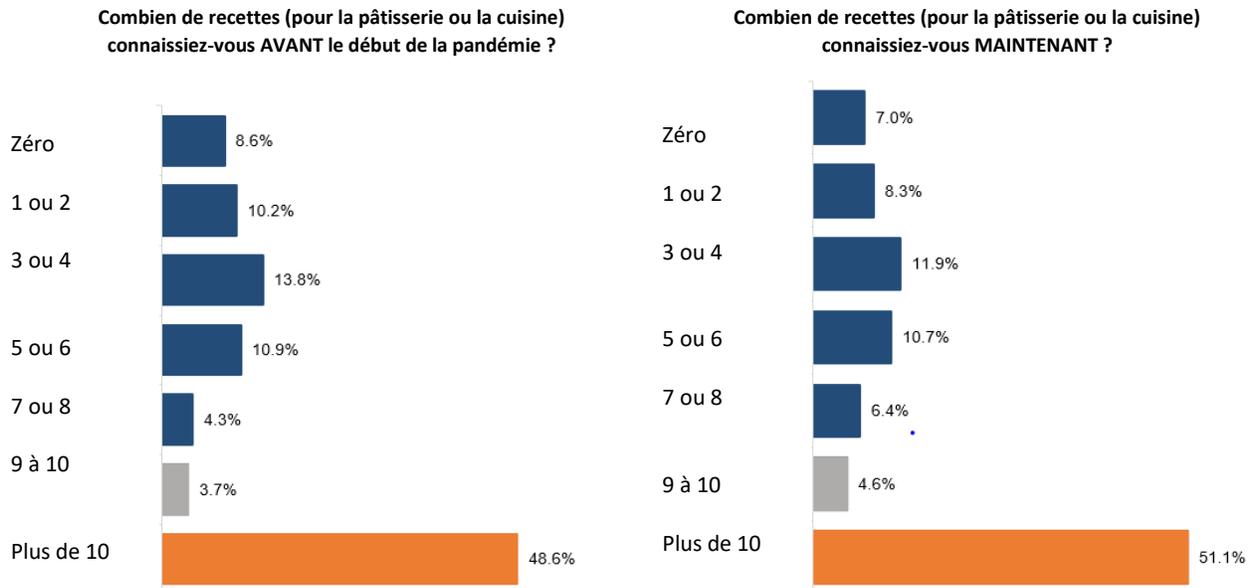
L'enquête suggère que 86,7 % des personnes interrogées ont entendu parler du concept de littératie alimentaire à un moment donné, mais seulement 39,5 % des personnes interrogées ont déclaré connaître le sujet suffisamment pour l'expliquer. En ce qui concerne l'enseignement de la littératie alimentaire dans les écoles, 91 % des Canadiens l'appuient, ce qui n'est pas très surprenant.

Nous avons également examiné la cuisine, qui constitue un élément important de la littératie alimentaire d'une personne. Au total, 24,3 % des Canadiens affirment avoir préparé tous les repas consommés depuis le

début de la pandémie. Au total, 55,9 % des Canadiens estiment avoir préparé la plupart des repas eux-mêmes. Alors que nous cuisinons de plus en plus, 35,5 % des Canadiens ont appris une nouvelle recette¹ depuis le début de la pandémie. Compte tenu du temps que de nombreux Canadiens ont passé à la maison, ce chiffre était plus bas que prévu. La province de Québec est l'endroit où la plupart des gens ont appris une nouvelle recette depuis le début de la pandémie. Dans cette province, 37,2 % ont

¹ Au moins 3 ingrédients, trois étapes, autodidacte ou dirigé.

appris une nouvelle recette depuis mars 2020. Les taux les plus bas ont été enregistrés au Manitoba et en Nouvelle-Écosse, où seulement 30,8 % ont appris une nouvelle recette.



Toutefois, lorsqu'on leur demande le nombre de recettes connues, les chiffres nous disent que les connaissances des Canadiens sur les nouvelles recettes n'ont guère changé depuis le début de la pandémie. Avant la pandémie, 8,6 % des Canadiens ne connaissaient pas une seule recette. Ce pourcentage est tombé à 7,0 % en janvier 2021. La plupart des Canadiens affirment maintenant connaître au moins 10 recettes. Avant la pandémie, 56,6 % des Canadiens connaissaient 7 recettes ou plus. Maintenant, 62,1 % des Canadiens connaissent 7 recettes ou plus, ce qui signifie que le nombre de Canadiens connaissant 7 recettes ou plus a augmenté de 9,7 %. D'après ces résultats, le Canadien moyen connaissait 6,2 recettes avant la pandémie. Ce ratio a légèrement augmenté à 6,7 recettes. Étant donné le nombre croissant de Canadiens à la maison, nous nous attendions à ce que ce ratio soit beaucoup plus élevé.

Il semble que les baby-boomers² soient la génération qui connaît le plus de recettes en moyenne. Le baby-boomer moyen connaît maintenant 7,6 recettes, contre 7,4 avant la pandémie. Cette augmentation est la plus faible de toutes les générations. Les Canadiens qui font partie du groupe Génération Z³ connaissent le moins de recettes. Avant la pandémie, un Canadien de la génération Z connaissait en moyenne 4,7 recettes contrairement à 5,6 recettes maintenant. La Génération X⁴ a suivi la moyenne canadienne en termes de nombre de recettes connues, avant la pandémie et maintenant. Il convient de noter que les millénariaux⁵ ont appris à cuisiner le plus pendant la pandémie. Avant la

² Né en 1946-1964.

³ Né en 1997-2005.

⁴ Né en 1965-1980.

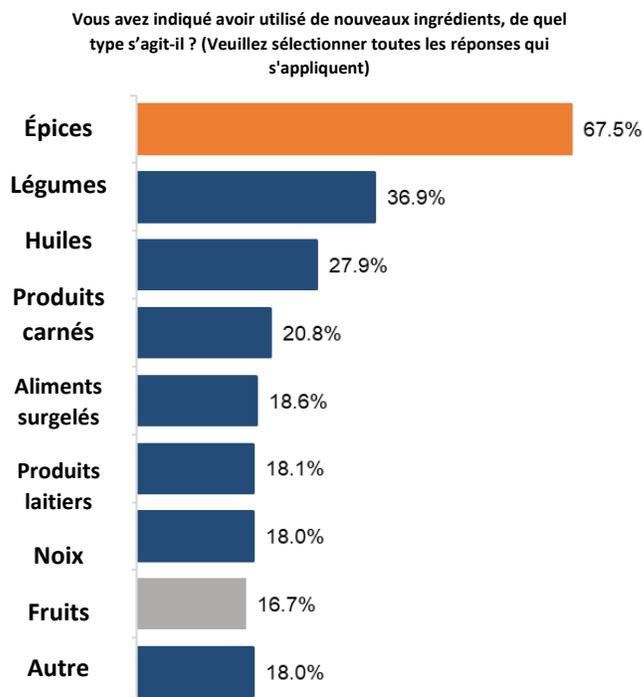
⁵ Né en 1981-1996.

pandémie, le millénarier moyen connaissait 4,9 recettes. Ce nombre est passé à 6,0, la plus forte augmentation de toutes les générations. Essentiellement, la pandémie a incité les jeunes générations à apprendre plus de recettes, plus que les générations plus âgées. La corrélation entre l'âge et le nombre de recettes connues reste forte.

Sans surprise, les salaires sont également un facteur déterminant dans la cuisine. Toutes les tranches de revenu ont été touchées par la pandémie et tous les groupes connaissent plus de recettes qu'avant la pandémie. Les Canadiens qui gagnent plus de 75 000 \$ par année ont tendance à connaître plus de recettes que les personnes à faible revenu. Les Canadiens dont le revenu annuel est inférieur connaissent maintenant 5,6 recettes en moyenne, contre 7,1 recettes pour les Canadiens gagnant plus.

Les gens ont tendance à s'enseigner de nouvelles recettes. Depuis le début de la pandémie, 38 % des Canadiens ont enseigné une nouvelle recette à quelqu'un avec qui ils vivent et 37 % des Canadiens ont conçu une nouvelle recette pour eux-mêmes.

Au total, 48 % des Canadiens ont utilisé un nouvel ingrédient qu'ils n'avaient jamais utilisé auparavant depuis le début de la pandémie. Les épices étaient le choix le plus populaire pour les nouveaux ingrédients parmi les Canadiens. Au total, 67,5 % des Canadiens ont essayé de nouvelles épices, suivies des légumes à 36,9 % et des huiles à 27,9 %.



De nombreux Canadiens semblent avoir encore de la difficulté avec la gestion des repas et du menu pour eux-mêmes et leur ménage. Seulement 37,5 % des Canadiens croient que leur capacité à gérer les repas tout au long de la journée s'est améliorée pendant la pandémie. Il en va de même pour les collations. Seulement 31,5 % des Canadiens croient que leur capacité à gérer leurs collations tout au long de la journée s'est améliorée pendant la pandémie.

Nous avons également examiné les sources d'information en nous penchant sur deux déterminants, la confiance et l'influence. Les sources d'information en ligne constituent la

source d'information la plus fiable pour les Canadiens en matière de nutrition. Les médecins arrivent en deuxième position avec 39,3 %, suivis des amis ou des membres de la famille avec 28,6 %.

Les résultats sont quelque peu similaires sur l'influence des décisions alimentaires. Le premier choix des Canadiens portait sur les recherches sur Internet, suivies par les amis et la famille. Fait intéressant, les

professionnels de la santé comme les nutritionnistes et les diététistes se sont classés 7^e et le Guide alimentaire canadien n'est que 8^e au total. L'enquête a également examiné le jardinage, qui est un autre aspect de la littératie alimentaire. Les Canadiens profitent clairement de leur temps à la maison pour s'intégrer verticalement et produire plus de nourriture à la maison. Au total, 51 % des Canadiens affirment avoir cultivé des fruits ou des légumes à la maison en 2020, et 58 % des Canadiens ont l'intention de faire de même en 2021, et 16 % ne sont pas sûrs à ce moment-ci.

À quelles sources faites-vous confiance pour répondre à vos questions sur la nutrition? (Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent)



Quelles sources d'information ont influencé vos décisions alimentaires depuis le début de la pandémie ? (Veuillez sélectionner toutes les réponses qui s'appliquent)



GÉNÉRATIONS

NOMBRE MOYEN DE RECETTES CONNUES

NOMBRE MOYEN DE RECETTES CONNUES

AVANT COVID-19

MAINTENANT

GÉNÉRATIONS	AVANT COVID-19	MAINTENANT
GÉNÉRATION Z	4.7	5.6 (+0.9)
MILLENNAUX	4.9	6.0 (+1.1)
GÉNÉRATION X	6.2	6.7 (+0.5)
BOOMERS	7.4	7.6 (+0.2)
CANADA	6.2	6.7 (+0.5)

PROVINCES	NOMBRE MOYEN DE RECETTES CONNUES	
	AVANT COVID-19	MAINTENANT
ALBERTA	6.4	7.0 (+0.6)
MANITOBA	7.4	7.7 (+0.3)
TERRE-NEUVE ET LABRADOR	6.5	7.1 (+0.6)
NOUVELLE-ÉCOSSE	7.7	7.5 (-0.2)
ONTARIO	6.0	6.5 (+0.5)
QUÉBEC	6.1	6.6 (+0.5)
COLOMBIE-BRITANIQUE	5.7	6.3 (+0.6)
NOUVEAU BRUNSWICK	6.5	7.3 (+0.8)
ÎLES DU PRINCE ÉDOUARD	5.7	5.8 (+0.1)
SASKATCHEWAN	7.3	7.5 (+0.2)
CANADA	6.2	6.7 (+0.5)

Fin du rapport.

Pour consulter le rapport entier, rendez-vous sur: <https://www.dal.ca/sites/agri-food.html>

Contacts

Sylvain Charlebois, Directeur, Laboratoire des sciences analytiques en agroalimentaire, Université Dalhousie
sylvain.charlebois@dal.ca

Janet Music, Coordonnatrice en recherche, Laboratoire des sciences analytiques en agroalimentaire, Université Dalhousie
janet.music@dal.ca

Shannon Faires, Chercheure associée, Laboratoire des sciences analytiques en agroalimentaire, Université Dalhousie
shannon.faires@dal.ca

Méthodologie: Un sondage représentatif auprès de 10 004 Canadiens a été réalisé en partenariat avec Caddle en janvier 2021.

Marge d'erreur: +/- 1,3 %, 19 fois sur 20. Tout écart entre les totaux est dû à l'arrondissement.

Certificat de déontologie de recherche : No. 2020-5215.

Divuligation: Le financement de cette enquête provient de la compagnie **Caddle** et de l'**Université Dalhousie**.