

EAT4CLIMATE WHO IS COOKING THE FOOD TRANSITION?

(François Jégou – version française à la suite)



"28 participants at our last workshop on sustainable food in Faaborg-Midtfyn, not a single man!" "It's the same in Mouans-Sartoux - almost only women come to our sustainable food workshops."

Among all the debates during the three days of the URBACT Cork summer university on identifying and engaging stakeholders, one question raised within the Eat4Climate transfer network deserves closer attention: do men participate equally with women in the food transition? Is the food transition gendered? What

1

are the implications for Eat4Climate's strategies to shift food practices in favour of the climate?



What emerges from a quick look at available sources on gender and changing food practices?

Looking at the question through the four critical entry points of the Sustainable Food Policy Compass (see picture above) developed by Eat4Climate (Less food waste, more organic food, low meat diet, less ultra-processed food), women generally appear more engaged than men in sustainable food practices - though this isn't uniform across all behaviours. The gap seems especially robust for reducing meat consumption, and to a lesser extent for organic products and food waste. For ultra-processed foods, the data show no systematic gender difference.

Above all, these findings raise an important paradox for the strategies to be implemented in Eat4Climate partner cities: women appear to drive the food transition more, but they already carry a disproportionate share of the domestic work that transition requires. Public policies that ask "households" to buy, cook, plan, avoid waste and prepare more raw ingredients risk placing an extra burden on women if they don't simultaneously seek to redistribute food-related work between women and men.

Do women participate more in the food transition?

2

A 2023 review of consumer attitudes and behaviours toward sustainable diets¹ concludes that women are generally more engaged with concerns about food sustainability and are more likely than men to translate those concerns into behaviour. They also more often link meat consumption to environmental and animal-welfare issues and are more receptive to information about the benefits and impacts of reducing meat intake.

The same review notes, however, that gender doesn't act in isolation: education level, income, age, cultural context and food environment also shape behaviour. These differences shouldn't be read as "natural" traits of women or men. Gendered food preferences are closely tied to social and cultural norms, and their effects vary by context.



Meat reduction: the gender gap is particularly robust

This is probably the area where gender differences are best established. Men eat more meat on average, are underrepresented among vegetarians and vegans, and less often express intent to cut back. A 2024 study specifically examining the links between masculinity, meat and vegetarianism² finds that meat consumption is strongly tied to certain traditional norms of masculinity.

The authors show that meat can function as a symbolic marker of masculinity: eating meat can be associated with being strong, virile, or fitting a certain idea of

being a "real man." This norm can act as a barrier to dietary change. But the association isn't fixed - some forms of contemporary masculinity instead value vegetarianism, self-discipline, health, environmental responsibility or cooking skills.

An Italian study, also from 2024³, surveying 400 consumers, looked specifically at what drives intention to reduce meat by gender. It found the underlying mechanisms differ: for men, time pressure and awareness of environmental and health consequences play a notable role; for women, the availability of protein alternatives and certain economic factors matter more.

This is a particularly useful finding for refining Eat4Climate partner cities' approaches: the same strategies can't simply be applied to everyone, since the barriers to change can differ by gender.

Organic products: slightly greater involvement among women

In the NutriNet-Santé cohort, which included 28,245 French adults, a 2014 survey⁴ found that women consumed on average a slightly higher share of organic products than men - 20% of their diet versus 18% for men. For vegetables, the share from organic farming was 31% for women versus 28% for men.

This doesn't mean all women eat more organic food than all men - this average difference, which has likely shifted since then, points for Eat4Climate to differences in health, environmental, family or food-responsibility concerns within the household.

Food waste: a much more ambiguous result

The picture is different for food waste. A 2018 systematic review of household food-waste practices⁵, drawing on around forty empirical studies, finds contradictory results regarding gender. Some studies find less waste among women; others find no gender effect at all; some even find more waste when women are responsible for shopping.

From Eat4Climate's perspective, it's worth noting that women are often more responsible for day-to-day household food management - and so are also more exposed to the problem of waste and to managing it. This points to an important

distinction: producing less waste versus being responsible for the work needed to avoid it. That distinction is essential for a gender-equality analysis.

Ultra-processed foods: no systematic gender difference

This finding shades our initial hypothesis. A systematic review covering 55 studies across 32 countries⁶, based on nationally representative samples, concludes that gender is generally not associated with ultra-processed food consumption.

Across the 22 European countries analysed, the gender difference was generally not significant. Where it existed, it was relatively small - in some countries men consumed more, in others women did. This is therefore an area where gender does not appear to be a major determinant of food practices for Eat4Climate to consider.



The food "gender gap" is also a "foodwork gap"

This is probably the most important dimension for guiding the design of food-transition policies in Eat4Climate partner cities.

The term "foodwork" covers all the work needed to feed a household: planning meals, deciding what to buy, shopping, preparing food, cooking, managing family members' preferences, storing food, dealing with leftovers, and so on.

The sociology of food shows this work remains heavily feminized. Priya Fielding-Singh, a sociologist at Stanford University, emphasizes that food decisions cannot be separated from the physical, cognitive and emotional labour that makes them possible⁷.

A particularly important international study published in 2025 analyses cooking practices across 135 countries, based on 638,192 people surveyed in the Gallup World Poll⁸. It finds that women cook at home 214% more often than men. The gender gaps persist across the different food systems studied. The authors themselves conclude that transforming food systems should include promoting gender equality in home meal preparation.

The foodwork literature thus cautions against treating dietary change as a simple matter of shifting individual preferences. Food behaviour is made possible by a domestic infrastructure of labour that is itself gendered.

What impact on gender equality?

For public policies within Eat4Climate, this points to a more nuanced question than simply how to get people to adopt more sustainable food practices. It also needs to ask: who does the work that makes these practices possible?

For example, a food-transition policy that encourages more fresh produce, more organic products, fewer ready meals, more legumes, less meat, more home cooking, better leftover management, more local and seasonal shopping, and so on, can indeed reduce the environmental impact of food. But it can also increase domestic food-related work when these tasks remain mainly carried out by women.

This is precisely why Fielding-Singh calls for moving beyond an approach centred solely on food choices, to also account for the labour that enables those choices, who performs it, and why it is distributed unequally.

An important implication for Eat4Climate

The literature supports a hypothesis particularly relevant to the network: the food transition is currently gendered. Women appear more engaged in several sustainable food behaviours, while men show notably stronger resistance to

reducing meat. But this asymmetry is inseparable from a gendered division of domestic food labour. Women are both more likely to drive certain dietary changes and more responsible for the work needed to implement them.

This means that prioritizing women because they are already more engaged may be effective in the short term, but risks reinforcing existing inequalities.

A more transformative approach would seek simultaneously to shift food behaviours, increase men's participation in the transition, and redistribute the foodwork this transition requires between women and men.

A policy can succeed in its food transition while failing on gender equality if it shifts more food-related work onto women. Conversely, an intervention that leads men to reduce their meat consumption while increasing their involvement in planning, shopping and cooking could produce a double benefit: environmental and equality related.



EAT4CLIMATE QUI CUISINE LA TRANSITION ?

(François Jégou – version française à la suite)



« 28 participantes au dernier atelier que nous avons organisé sur l'alimentation durable à Faaborg-Midtfyn, pas un homme ! » « c'est la même chose à Mouans-Sartoux, il n'y a quasiment que des femmes qui viennent à nos ateliers sur l'alimentation durable »

Parmi tous les débats de ces 3 journées d'université d'été URBACT à Cork consacrées à l'identification et l'engagement des parties prenantes, cette question soulevée au sein du réseau de transfert Eat4Climate mérite approfondissement : est-ce que les hommes participent à égalité avec les femmes à la transition alimentaire ? Est-ce que la transition alimentaire est genrée ? Quelles conséquences pour les stratégies de transformation des pratiques alimentaires en faveur du climat du réseau URBACT Eat4Climate ?

Qu'est ce qui semble se dégager d'une rapide exploration des sources disponibles en ligne sur le genre et le changement des pratiques alimentaires ?

Si l'on regarde la question à travers les 4 points d'entrée critiques du Sustainable Food Policy Compass (voir photo ci-dessous) développé par Eat4Climate, les femmes apparaissent généralement plus engagées que les hommes dans les pratiques alimentaires durables, mais ce n'est pas vrai de manière uniforme pour tous les comportements. L'écart semble particulièrement robuste pour la réduction de la viande et, dans une moindre mesure, pour les produits bio et le gaspillage alimentaire. Pour les produits ultra-transformés, les données ne montrent pas de différence femmes-hommes systématique.



Et surtout, ces questions soulèvent un paradoxe important pour les stratégies à mettre en œuvre dans les villes partenaires du réseau URBACT Eat4Climate :

Les femmes semblent davantage porter la transition alimentaire, mais elles portent déjà une part disproportionnée du travail domestique nécessaire à cette transition. Des politiques publiques qui demandent « aux ménages » de mieux acheter, cuisiner, planifier, éviter le gaspillage et préparer davantage de produits bruts risque donc de faire reposer une charge supplémentaire sur les femmes si elle ne cherche pas simultanément à redistribuer le *foodwork* entre femmes et hommes.

Les femmes participent-elles davantage à la transition alimentaire ?

Une revue des attitudes et comportements des consommateurs réalisée vis-à-vis des régimes alimentaires durables datée de 2023¹ conclut que les femmes sont généralement davantage engagées dans les préoccupations liées à la durabilité alimentaire et sont plus susceptibles que les hommes de traduire ces préoccupations en comportements. Elles associent également davantage la consommation de viande aux enjeux environnementaux et au bien-être animal et se montrent plus ouvertes aux informations concernant les bénéfices et les impacts d'une réduction de la viande.

La même revue souligne toutefois que le genre n'agit pas isolément : niveau d'éducation, revenu, âge, contexte culturel et environnement alimentaire influencent également les comportements. Il faut donc éviter d'interpréter ces différences comme des caractéristiques « naturelles » des femmes et des hommes. Les préférences alimentaires genrées sont étroitement liées aux normes sociales et culturelles, et que leurs effets varient selon les contextes.



Réduction de la viande : le « gender gap » est particulièrement robuste

C'est probablement le domaine où les différences femmes-hommes sont les mieux établies.

Les hommes consomment en moyenne davantage de viande, sont moins représentés parmi les végétariens et végétariens et manifestent moins souvent l'intention de réduire leur consommation. Une étude de 2024 consacrée spécifiquement aux relations entre masculinité, viande et végétarisme² conclut que la consommation de viande est fortement associée à certaines normes traditionnelles de masculinité.

Les auteurs montrent notamment que la viande peut fonctionner comme un marqueur symbolique de masculinité : manger de la viande peut être associé à l'idée d'être fort, viril ou conforme à une certaine conception du « vrai homme ». Cette norme peut constituer une barrière au changement alimentaire.

Mais cette association n'est pas figée. Certaines formes de masculinité contemporaine peuvent au contraire valoriser le végétarisme, la maîtrise de soi, la santé, la responsabilité environnementale ou les compétences culinaires.

Une étude italienne également de 2024³ portant sur 400 consommateurs a précisément étudié les déterminants de l'intention de réduire la viande selon le genre. Elle montre que les mécanismes ne sont pas les mêmes chez les hommes et les femmes : chez les hommes, la pression temporelle et la connaissance des conséquences environnementales et sanitaires jouent notamment un rôle ; chez les femmes, la disponibilité d'alternatives protéiques et certains facteurs économiques sont davantage déterminants.

Ce résultat est particulièrement intéressant pour affiner les approches des villes partenaire dans Eat4Climate : il ne suffit donc pas d'appliquer les mêmes stratégies à tout le monde. Les barrières au changement peuvent être différentes selon le genre.

Les produits biologiques : une implication féminine légèrement supérieure

Dans la cohorte suivie par l'étude NutriNet-Santé⁴, qui comprenait 28 245 adultes français, un questionnaire en 2014 établissait que les femmes consommaient en moyenne une proportion légèrement plus importante de produits biologiques que les hommes : 20 % de leur alimentation contre 18 % chez les hommes. Pour les légumes, la proportion provenant de l'agriculture biologique était de 31 % chez les femmes contre 28 % chez les hommes.

Ce résultat ne signifie évidemment pas que toutes les femmes consomment davantage bio que tous les hommes. Cette différence moyenne de comportement, qui a probablement évolué depuis, indique pour Eat4Climate des différences de préoccupations sanitaires, environnementales, familiales ou de responsabilité alimentaire au sein du ménage.

Le gaspillage alimentaire : un résultat beaucoup plus ambigu

La situation est différente pour le gaspillage alimentaire. Une revue systématique des pratiques de gaspillage alimentaire au niveau des ménages croisant une quarantaine d'étude empirique datant de 2018⁵ constate que les résultats concernant le genre sont contradictoires. Certaines études constatent moins de gaspillage chez les femmes ; d'autres ne constatent aucun effet du genre ; certaines trouvent même davantage de gaspillage lorsque les femmes sont responsables des courses.

Du point de vue de Eat4Climate, il est intéressant de pointer que les femmes sont souvent davantage responsables de la gestion quotidienne des aliments du ménage. Elles sont donc également davantage confrontées au problème du gaspillage et à sa gestion. Cela nous conduit à une distinction importante entre : produire moins de gaspillage et être responsable du travail nécessaire pour éviter le gaspillage. Cette distinction est essentielle pour une analyse en termes d'égalité femmes-hommes.

Produits ultra-transformés : pas de différence femmes-hommes systématique

C'est probablement le résultat qui nuance le plus notre hypothèse initiale. Une revue systématique portant sur 55 études dans 32 pays, à partir d'échantillons représentatifs au niveau national⁶, conclut que le genre n'est généralement pas associé à la consommation de produits ultra-transformés.

Dans les 22 pays européens analysés, la différence femmes-hommes n'était généralement pas significative. Lorsqu'elle existait, elle était relativement faible : dans certains pays les hommes consommaient davantage, dans d'autres les femmes. C'est donc un domaine dans lequel il ne semble pas pertinent pour Eat4Climate de considérer le genre comme un déterminant majeur des pratiques alimentaires.



Le « gender gap » alimentaire est aussi un « foodwork gap »

C'est probablement la dimension la plus importante pour guider le design des politiques de transition alimentaire pour les villes partenaires de Eat4Climate.

Le terme « foodwork » désigne l'ensemble du travail nécessaire pour nourrir le ménage : planifier les repas, décider quoi acheter, faire les courses, préparer les aliments, cuisiner, gérer les préférences des membres de la famille, conserver les aliments, gérer les restes, etc.

La sociologie de l'alimentation montre que ce travail reste fortement féminisé. Priya Fielding-Singh, sociologue à l'université de Stanford insiste notamment sur le fait que les décisions alimentaires ne peuvent pas être séparées du travail physique, cognitif et émotionnel qui permet de les réaliser⁷.

Une étude internationale particulièrement importante publiée en 2025⁸ analyse les pratiques de cuisine dans 135 pays, à partir de 638 192 personnes interrogées dans le Gallup World Poll. Elle constate que, après ajustement pour les autres variables, les femmes cuisinent à domicile 214 % plus fréquemment que les hommes. Les écarts femmes-hommes persistent dans les différents types de systèmes alimentaires étudiés. Les auteurs concluent eux-mêmes que les transformations des systèmes alimentaires devraient intégrer la promotion de l'égalité femmes-hommes dans la préparation des repas domestiques.

La littérature sur le *foodwork* invite donc à ne pas considérer le changement alimentaire comme une simple modification des préférences individuelles. Le comportement alimentaire est rendu possible par une infrastructure domestique de travail qui est elle-même genrée.

Quel impact sur l'égalité femmes-hommes ?

Pour les politiques publiques mises en œuvre au sein de Eat4Climate, cela conduit à une question plus fine que s'interroger sur comment faire adopter des pratiques alimentaires plus durables ? Il faudrait aussi se poser la question : **qui réalise le travail nécessaire pour rendre ces pratiques possibles ?**

Par exemple, si une politique de transition alimentaire encourage : davantage de produits frais, de produits bio, moins de plats préparés, davantage de légumineuses, moins de viande, davantage de cuisine maison, une meilleure gestion des restes, des achats plus locaux et saisonniers, etc. elle peut effectivement réduire l'impact environnemental de l'alimentation.

Mais elle peut aussi augmenter le travail domestique alimentaire, si ces tâches restent principalement effectuées par les femmes.

C'est précisément pourquoi Fielding-Singh appelle à dépasser une approche centrée uniquement sur les choix alimentaires pour prendre en compte le travail qui permet ces choix, la personne qui l'effectue et les raisons pour lesquelles il est distribué de manière inégale.

Une implication importante pour Eat4Climate

La littérature permet de formuler une hypothèse particulièrement pertinente pour le réseau : la transition alimentaire est actuellement genrée : les femmes semblent davantage engagées dans plusieurs comportements alimentaires durables, tandis que les hommes présentent notamment une plus forte résistance à la réduction de la viande. **Mais cette asymétrie est indissociable d'une division genrée du travail alimentaire domestique.** Les femmes sont à la fois davantage susceptibles de porter certains changements alimentaires et davantage responsables du travail nécessaire à leur mise en œuvre.

Cela signifie que cibler prioritairement les femmes parce qu'elles sont déjà plus engagées peut être efficace à court terme, mais risque de renforcer les inégalités existantes.

Une approche plus transformative consisterait à chercher simultanément à faire évoluer les comportements alimentaires mais aussi à augmenter la participation des hommes à la transition, et à **redistribuer entre femmes et hommes le foodwork** nécessaire à cette transition.

Une politique peut réussir sa transition alimentaire tout en échouant sur l'égalité femmes-hommes si elle transfère davantage de travail alimentaire vers les femmes.

Inversement, une intervention qui conduit les hommes à réduire leur consommation de viande tout en augmentant leur participation à la planification, aux courses et à la cuisine pourrait produire un double bénéfice : environnemental et égalitaire.



Bibliography / Bibliographie

1 - Harrington, J. M., et al. (2023), *Consumer attitudes and behaviors toward more sustainable diets: a scoping review*, *Nutrition Reviews*, 81(12), 1665–1679. DOI: 10.1093/nutrit/nuad033. Article complet – Oxford Academic

2 - Velzeboer, R., Li, E., Gao, N., & Sharp, P. (2024), *Masculinity, Meat, and Vegism: A Scoping Review**, *American Journal of Men's Health*, 18(2). DOI: 10.1177/15579883241247173. Article complet – PubMed Central

3 - Fantechi, T., Contini, C., & Casini, L. (2024), *The Meaty Gender Gap: Understanding Gender-Based Differences in Intention to Reduce Red Meat Consumption*, *Food Quality and Preference*, 113, 105078. DOI: 10.1016/j.foodqual.2023.105078. Article – ScienceDirect

4 - Baudry, J., Méjean, C., Allès, B., Péneau, S., Touvier, M., Hercberg, S., Lairon, D., Galan, P., & Kesse-Guyot, E. (2015), *Contribution of Organic Food to the Diet in a Large Sample of French Adults (the NutriNet-Santé Cohort Study)*, *Nutrients*, 7(10), 8615–8632. DOI: 10.3390/nu7105417. Article complet – PubMed Central

5 - Schanes, K., Dobernig, K., & Gözet, B. (2018), *Food waste matters – A systematic review of household food waste practices and their policy implications*, *Journal of Cleaner Production*, 182, 978–991. DOI: 10.1016/j.jclepro.2018.02.030. Article – ScienceDirect

6 - Dicken, S. J., Qamar, S., Batterham, R. L., Brown, A., & Yates, T. (2024), *Who consumes ultra-processed food? A systematic review of sociodemographic determinants of ultra-processed food consumption from nationally representative samples*, *Nutrition Research Reviews*, 37(2), 416–456. DOI: 10.1017/S0954422423000240. Article complet – Cambridge University Press

7 - Fielding-Singh, P. (2023), *Unequal foodwork: Situating the sociology of feeding within diet and nutrition disparities*, *Sociology Compass*, 17(2). DOI: 10.1111/soc4.13067. Article – Wiley Online Library

8 - Carducci, B., Fanzo, J., & Wolfson, J. A. (2025), *Household cooking and eating practices across food system typologies in 135 countries from 2018 to 2022*, *Health Promotion International*, 40(2), daaf029. DOI: 10.1093/heapro/daaf029. Article complet – Oxford Academic