



Exclusif Sondage IPSOS pour Matins Céréales : le petit déjeuner met les Français de bonne humeur !

44% des Français déclarent qu'un bon petit déjeuner joue un rôle primordial sur leur humeur matinale.

Matins Céréales, la collective des céréales pour le petit déjeuner, a mandaté le cabinet d'études Ipsos pour comprendre quels sont les rituels des Français au petit déjeuner. Cette étude révèle que pour **près de la moitié d'entre eux (44%) prendre un bon petit déjeuner les met de très bonne humeur le matin**. Malgré les récentes publications sur la baisse du petit déjeuner en France, les résultats de ce sondage IPSOS montrent que les Français considèrent toujours ce repas comme très important et ils se déclarent prêts à faire des efforts au quotidien pour préserver leur petit déjeuner !

Pour 77% des Français prendre un petit déjeuner chaque matin est idéal !



- ▶ Prendre un bon petit déjeuner chaque matin n'est pas toujours évident car le temps est souvent compté. Pourtant, **77 % des personnes interrogées déclarent que pouvoir prendre un petit déjeuner tous les matins serait l'idéal pour eux**.
- ▶ Ils sont également conscients que le petit déjeuner est un repas à part entière dont la composition est importante : **68% souhaiteraient pouvoir prendre un petit déjeuner « complet »** composé d'une boisson, d'un produit laitier, d'un produit céréalier et d'un fruit ou d'un jus de fruit.
- ▶ Les Français pensent que le petit déjeuner est également un moment de partage en famille : **93% des répondants aimeraient idéalement prendre leur petit déjeuner en famille à la maison**.

Plus d'un quart des Français se disent prêts à se lever plus tôt pour prendre un petit déjeuner :



- ▶ Les deux raisons principales qui poussent aujourd'hui les Français à sauter leur petit déjeuner sont le **manque de temps pour 42% des répondants et le manque d'appétit pour 39%**.
- ▶ Pour ne plus sauter le petit déjeuner et commencer la journée dans des conditions optimales, **26% des personnes interrogées déclarent être prêtes à faire sonner leur réveil un peu plus tôt**.
- ▶ Pour **20% des français, installer un « rituel » autour du petit déjeuner**, au même titre que le brossage de dents, leur paraît essentiel pour sauvegarder ce premier repas.

Qui est Matins Céréales ? Créé en septembre 2001, Matins Céréales est le service d'information du Syndicat français des céréales prêtes à consommer ou à préparer. Il a pour vocation d'être une véritable source d'information sur les céréales pour le petit déjeuner et d'être l'interlocuteur privilégié des médias.

Pour plus d'informations sur les céréales pour le petit-déjeuner : www.matinscereales.com
Retrouvez également Matins Céréales sur Twitter : <http://twitter.com/matinscereales>

Contacts Presse :

Marion Guincestre - mguincestre@gs-com.fr - 01 72 00 24 48 – 06 86 06 18 62
Aurélien Vincent - avincent@gs-com.fr - 01 72 00 24 42 – 06 86 06 16 09