

Master Sciences sociales - Parcours Quantifier en sciences sociales
2024-2025

MÉMOIRE DE RECHERCHE DE M2

Nourrir son couple en télétravail

Entre reconfiguration et persistance des
inégalités domestiques de genre

Soutenu par

Nathan Grenier-Bellegarde

le 2 juillet 2025

Directrice

Marie Plessz

Jury

Séverine Gojard (CMH/INRAE)

Marianne Le Gagneur (CNAM/CEET)

Marie Plessz (CMH/INRAE)

Remerciements

Je tiens tout d'abord à remercier Marie Plessz qui m'a offert l'opportunité de travailler sur ce mémoire au détour d'une conversation lors d'une pause déjeuner du séminaire « Sociologie de l'alimentation et enjeux environnementaux ».

Je remercie également Séverine Gojard, Marianne Bléhaut et Mathilde Gressier qui ont co-cadré mes travaux de mémoire tout au long de l'année scolaire 2024-2025. Leurs nombreux conseils, idées et remarques ont grandement nourri ma réflexion et m'ont surtout beaucoup appris. Merci aussi au CREDOC qui a accepté de mettre à ma disposition la base de données dont l'analyse est au cœur de ce mémoire.

Un grand merci à l'équipe pédagogique et aux enseignant·es du master « Quantifier en Sciences Sociales » (ENS/EHESS). Tant l'environnement d'étude que les cours ont été pour moi très épanouissant.

Un immense merci finalement à Alice qui a été là jusqu'au bout pour m'encourager et me tirer vers le haut (et discuter ma problématique).

Sommaire

Remerciements _____	2
Sommaire _____	3
Introduction _____	4
La diffusion du télétravail à la faveur de la crise sanitaire et sa féminisation _____	4
Exploitation domestique et « paradoxe de la flexibilité » _____	5
Observer le lien entre travail domestique et télétravail au prisme des pratiques alimentaires _____	8
Renforcement de l'assignation des femmes ou « dé-genrison » de la cuisine ? _____	10
Etudier statistiquement les actif·ves en couple avec l'enquête CAF _____	12
1) Télétravail et investissement dans la préparation des repas _____	15
1.1) Télétravailleurs et télétravailleuses ne passent pas plus de temps à faire à manger _____	15
1.2) Les télétravailleuses préparent les repas moins fréquemment _____	16
1.3) La fréquence de préparation des conjoint·es des télétravailleur·euses diffère selon le genre _____	19
1.4) Une préparation des repas moins fréquente et plus équilibrée dans les couples des télétravailleur·euses _____	20
1.5) Les télétravailleur·euses préparent plus souvent les repas à plusieurs _____	24
2) Faire à manger et faire faire à manger _____	27
2.1) Comprendre pourquoi les télétravailleur·euses cuisinent moins souvent _____	27
2.2) Un plus grand recours à l'externalisation sous toutes ses formes _____	29
2.3) Appréhender l'ensemble de la production des repas _____	33
2.4) Externaliser, principal trait distinctif des télétravailleur·euses _____	35
2.5) Les télétravailleur·euses apprécient par ailleurs plus souvent cuisiner _____	38
3) Les contextes genrés de l'externalisation en télétravail _____	42
3.1) Chez les télétravailleurs, une externalisation qui décharge les conjointes _____	43
3.2) Chez les télétravailleuses, une externalisation indissociable d'un positionnement vis-à-vis de la cuisine _____	46
3.3) Un lien genré entre télétravail et pratiques d'externalisation _____	51
Conclusion _____	56
Bibliographie _____	60
Annexes _____	63
Liste des tableaux _____	85
Liste des figures _____	86

Introduction

La diffusion du télétravail à la faveur de la crise sanitaire et sa féminisation

La crise sanitaire liée au COVID et les mesures de confinement associées en 2020 et 2021 ont profondément modifié l'organisation de la vie des individus. Pour une grande partie des actifs et des actives, cela s'est traduit par un arrêt de leur travail ou bien un réaménagement de celui-ci¹. Parmi celles et ceux qui ont pu continuer d'exercer leur profession, certaines travailleuses ont eu recours au télétravail. L'Insee définit la pratique du télétravail comme « [la réalisation de tâches] qui auraient pu être exécutées sur le lieu habituel de travail, hors des locaux de son employeur, pendant ses horaires habituels de travail, en utilisant les technologies de l'information et de la communication (TIC) »². Ainsi, toutes les professions ne peuvent être exercées en télétravail. En outre, ce dernier est pratiqué surtout chez les cadres et professions intellectuelles supérieures dont le type de tâches, le degré d'autonomie dans la réalisation du travail mais aussi la position hiérarchique au sein des organisations sont plus favorables à l'adoption de cette pratique.

Comme le rappelle le sociologue du travail Michel Lallement, le télétravail n'est pas une nouveauté. Apparu en France dans les années 1980, il ne reçoit une définition officielle dans le code du travail qu'en 2012³. Ce mode d'organisation du travail reste cependant très minoritaire avant la crise sanitaire. Seuls 7 % des personnes salariées le pratique en 2017⁴. La pandémie et les confinements vont déclencher une diffusion rapide du télétravail : alors que seulement 9 % des actif·ves le pratiquaient en 2019, elles et ils sont 31 % en 2021 et la Dares⁵ estime cette proportion à plus de 40 % au cœur de la crise en 2020⁶. Aujourd'hui, malgré les discours sur la « fin du télétravail »⁷, sa pratique semble s'être pérennisée à la suite de la sortie de la pandémie. En effet, 26 % des salarié·es déclarent télétravailler au moins une fois par mois en 2023. Du

¹ LAMBERT Anne, CAYOUILLE-REMBLIÈRE Joanie, GUERAUT Élie, LE ROUX Guillaume, BONVALET Catherine, GIRARD Violaine et LANGLOIS Laetitia, 2020, « Le travail et ses aménagements : ce que la pandémie de covid-19 a changé pour les Français », *Population & Sociétés*, 2020, vol. 579, n° 7, p. 1-4.

² INSEE, 2025, *Définition - Télétravail*, <https://www.insee.fr/fr/metadonnees/definition/c2317>, 7 avril 2025, consulté le 20 juin 2025.

³ LALLEMENT Michel, 2020, « Coronavirus et télétravail: la crise comme amorce d'un nouveau rapport au monde professionnel? ». hal-02573852.

⁴ LANDOUR Julie, 2023, « 10. Quand les hommes télétravaillent : variations des arrangements domestiques en France, en Suède et en Suisse » dans *Le travail à distance*, Paris, La Découverte (coll. « Recherches/Fondation pour les sciences sociales »), p. 185-202.

⁵ Direction de l'Animation de la Recherche, des Études et des Statistiques, qui dépend du ministère du Travail.

⁶ BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, 2024, « Comment évolue la pratique du télétravail depuis la crise sanitaire ? », *Dares Analyses*, 2024, n° 64.

⁷ On fait référence ici à certaines annonces d'entreprises comme Amazon ou Ubisoft déclarant vouloir limiter le télétravail chez leurs salarié·es et aux commentaires qui ont pu les accompagner dans la presse.

côté des entreprises, après avoir connu un pic en 2021, le nombre d'accords d'entreprise signés par an sur le télétravail reste très largement supérieur à ce qu'il était avant la crise sanitaire⁸.

Le télétravail s'est diffusé en France et il s'est aussi féminisé. En 2023, 51 % des télétravailleurs sont des télétravailleuses alors que ce chiffre était seulement de 43 % en 2021⁹. Les télétravailleuses sont par ailleurs proportionnellement plus nombreuses que les télétravailleurs à déclarer souhaiter faire autant ou plus de télétravail. La Dares estime également que le vivier potentiel de télétravailleuses, c'est-à-dire les salarié·es qui ne télétravaillent pas mais dont le poste est théoriquement « télétravaillable », compte plus de femmes que d'hommes¹⁰. Le télétravail est donc potentiellement amené à se féminiser encore davantage. Pourtant, le « retour » du travail rémunéré au domicile présente des bénéfices ambivalents pour les femmes.

Exploitation domestique et « paradoxe de la flexibilité »

Le télétravail, en permettant d'effectuer son activité rémunérée depuis chez soi, est susceptible de brouiller la frontière qui sépare la sphère domestique de la sphère professionnelle¹¹. Autrement dit, en travaillant depuis chez elles, les personnes en télétravail peuvent théoriquement réorganiser leur journée en alternant tâches professionnelles et tâches domestiques ainsi que parentales. La présence au domicile mais aussi l'équipement utilisé en télétravail et la nature des tâches peuvent favoriser ce brouillage : Marianne Le Gagneur cite par exemple le cas d'une enquêtée en télétravail qui parvient à écouter une réunion à distance tout en effectuant du rangement¹². Par ailleurs, d'après les études menées par l'Association pour l'Emploi des Cadres (APEC)¹³, en 2022 59 % des télétravailleurs et télétravailleuses interrogés déclaraient s'occuper des tâches domestiques en télétravail et 78 % des parents indiquaient passer plus de temps avec leurs enfants¹⁴.

⁸ FAVARO Antonin et THIOUNN Conrad, 2025, « Les accords d'entreprise sur le télétravail : quels changements à la suite de la crise sanitaire? », *Dares Focus*, 2025, n° 15.

⁹ BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, 2024, « Comment évolue la pratique du télétravail depuis la crise sanitaire? » *op. cit.*

¹⁰ *Ibid.*

¹¹ SULLIVAN Cath et LEWIS Suzan, 2001, « Home-based Telework, Gender, and the Synchronization of Work and Family: Perspectives of Teleworkers and their Co-residents », *Gender, Work & Organization*, 2001, vol. 8, n° 2, p. 123-145.

¹² LE GAGNEUR Marianne, 2024, « Le télétravail facilite-t-il vraiment l'articulation des temps sociaux? », *Connaissance de l'emploi*, n° 197.

¹³ L'APEC est une association paritaire représentant les cadres salarié·s du secteur privé.

¹⁴ APEC, 2022, « Perception du télétravail par les cadres ». (coll. « Collection "Compétences" »).

En pratique cependant, la prise en charge du travail domestique en télétravail s'inscrit dans le contexte plus large de l'exploitation domestique des femmes par les hommes¹⁵. En France, en 2010, deux tiers des tâches domestiques sont effectuées par des femmes¹⁶. Ces inégalités subsistent aujourd'hui malgré des tendances à l'atténuation depuis plusieurs décennies. Ces dernières s'expliquent principalement par la croissance du taux d'activité des femmes depuis les années 1960 (passé de 41 % en 1962 à 84 % en 2008) ainsi que leur plus long maintien dans l'emploi¹⁷. La norme du *male breadwinner* qui faisait de l'homme le seul pourvoyeur de revenus du foyer a disparu de manière concomitante et les familles où s'observent une division stricte entre travail « productif » masculin et travail « reproductif » féminin sont devenues minoritaires¹⁸. La valeur symbolique de l'implication masculine dans le travail domestique s'est même accrue, comme en témoigne par exemple les discours autour des « nouveaux pères ». L'« *ethos* égalitaire » semble ainsi avoir pris la place de l'« exploitation domestique » dans l'échelle de valeurs des masculinités¹⁹.

Malgré tout, dans les faits, l'implication des hommes dans le travail domestique n'advient que de manière limitée. Ces derniers interviennent le plus souvent en tant que « seconds couteaux » de leurs conjointes²⁰. Leur implication est souvent conditionnée au type de tâches, selon que celles-ci sont plus ou moins féminisées²¹ et, quand ils sont pères, se concentre sur les activités ludiques ou liées à la sociabilité de leurs enfants²². Enfin, le « recrutement » dans le travail domestique peut même faire l'objet de stratégies de résistance de la part des hommes²³ et la

¹⁵ DELPHY Christine et LEONARD Diana, 1992, *Familiar exploitation: a new analysis of marriage in contemporary western societies*, Cambridge, Polity Press, 301 p.

¹⁶ BROUSSE Cécile, 2015, « Travail professionnel, tâches domestiques, temps « libre » : quelques déterminants sociaux de la vie quotidienne », *Economie et Statistique*, 2015, vol. 478, n° 1, p. 119-154.

¹⁷ MARUANI Margaret, 2017, *Travail et emploi des femmes*, 5e éd., Paris, la Découverte (coll. « Repères »).

¹⁸ CARTIER Marie, COLLET Anaïs, CZERNY Estelle, GILBERT Pierre, LECHIEN Marie-Hélène, MONCHATRE Sylvie et NOUS Camille, 2021, « Allez, les pères !: Les conditions de l'engagement des hommes dans le travail domestique et parental », *Travail, genre et sociétés*, 10 novembre 2021, vol. 46, n° 2, p. 33-53.

¹⁹ *Ibid.*

²⁰ BRUGEILLES Carole et SEBILLE Pascal, 2013, « Le partage des tâches parentales : les pères, acteurs secondaires », *Informations sociales*, 30 mai 2013, vol. 176, n° 2, p. 24-30.

²¹ ZARCA Bernard, 1990, « La division du travail domestique : poids du passé et tensions au sein du couple », *Economie et Statistique*, 1990, vol. 228, n° 1, p. 29-40.

²² BRUGEILLES Carole et SEBILLE Pascal « Le partage des tâches parentales : les pères, acteurs secondaires » *op. cit.* et aussi CARPENTIER-GOFFRE Laura, 2022, « L'art de ne pas balayer derrière sa porte : comprendre le répertoire d'inaction domestique des hommes grâce à Christine Delphy », *Nouvelles Questions Féministes*, 17 novembre 2022, vol. 41, n° 2, p. 154-158.

²³ *Ibid.* et CARTIER Marie et al. « Allez, les pères ! Les conditions de l'engagement des hommes dans le travail domestique et parental » *op.cit.*

division du travail domestique devenir plus inégalitaire à la suite de certains évènements biographiques tels que l'arrivée d'un enfant²⁴.

On comprend alors mieux l'ambivalence que revêt le télétravail pour les femmes. D'une part il fournit à l'ensemble des travailleur·euses, y compris les femmes, des « opportunités de flexibilité » pour organiser leur temps, par exemple en « économisant » le temps de trajet pour aller au travail²⁵. Mais d'autre part, ces gains temporels et organisationnels sont plus susceptibles d'être réinvestis par les télétravailleuses dans les tâches domestiques. C'est ce que la sociologue Heejung Chung appelle le « paradoxe de la flexibilité ». Le télétravail permet ainsi à celles qui le pratiquent de répondre à la double injonction qui pèse sur elles : s'investir dans une carrière professionnelle et s'acquitter du travail domestique dont une grande partie de la charge leur incombe le plus souvent²⁶. Les hommes, quant à eux, seraient plus enclin à mettre à profit la flexibilité temporelle permise par le télétravail pour s'investir dans leur travail rémunéré. Ce faisant, le télétravail renforcerait la division genrée entre travail « reproductif » et travail « productif ».

Plusieurs études empiriques menées avant et pendant la période du COVID-19 illustrent ce « paradoxe de la flexibilité ». Marianne Le Gagneur montre par exemple que chez ses enquêtées, des cadres du secteur bancaire, le travail domestique est intégré à l'organisation de la journée de travail quand elles télétravaillent. Le télétravail est alors vu comme une « opportunité domestique » leur permettant de réaliser un ensemble de tâches qui leurs seront assignées quoi qu'il arrive²⁷. Concernant l'investissement des hommes en télétravail, Julie Landour montre quant à elle qu'il reste le plus souvent celui d'un auxiliaire ou d'un « second couteau ». En effet, en étudiant des couples dont les hommes télétravaillent et les femmes sont actives mais ne télétravaillent pas, elle met en évidence le fait que ces dernières sont toujours à la manœuvre de l'organisation et de la réalisation des tâches domestiques²⁸.

²⁴ REGNIER-LOILIER Arnaud, 2009, « L'arrivée d'un enfant modifie-t-elle la répartition des tâches domestiques au sein du couple ? : », *Population & Sociétés*, 12 février 2009, N° 461, n° 10, p. 1-4.

²⁵ SULLIVAN Cath et LEWIS Suzan, 2001, « Home-based Telework, Gender, and the Synchronization of Work and Family: Perspectives of Teleworkers and their Co-residents » *op. cit.*

²⁶ CHUNG Heejung, 2022, *The flexibility paradox: why flexible working leads to (self-)exploitation*, Bristol, Policy Press, 270 p.

²⁷ LE GAGNEUR Marianne, 2024, « Le télétravail facilite-t-il vraiment l'articulation des temps sociaux? ». *op.cit.*

²⁸ LANDOUR Julie « 10. Quand les hommes télétravaillent : variations des arrangements domestiques en France, en Suède et en Suisse » *op.cit.*

Observer le lien entre travail domestique et télétravail au prisme des pratiques alimentaires

Le fait que le télétravail exacerbe la division genrée du travail domestique est donc bien documenté. Cependant, la grande majorité des travaux menés sur le sujet est basée sur des matériaux empiriques collectés avant ou pendant la crise sanitaire. Si les résultats plus récents de la Dares semblent confirmer que le télétravail ne réduit pas les inégalités domestiques²⁹, il semble toutefois intéressant de continuer à alimenter ces analyses en les réactualisant pour la période « post-Covid ».

D'une part, la crise sanitaire et les mesures de confinement ont constitué un contexte très particulier pour l'organisation domestique des foyers. Le temps de production domestique lors du premier confinement a par exemple augmenté pour l'ensemble de la population, pour les femmes mais aussi pour les hommes, et ce dans toutes les catégories sociales³⁰. La fermeture des écoles ainsi que l'impossibilité d'externaliser certains services comme la préparation des repas, pour soi ou pour ses enfants, ont ainsi provoqué une profonde réorganisation domestique des foyers. D'autre part, les réalités que recouvre le télétravail ont changé entre la période précédant la crise sanitaire et la période actuelle caractérisée par sa pérennisation. Auparavant minoritaire et mobilisé le plus souvent pour effectuer des heures supplémentaires chez soi³¹ puis passé par une phase de généralisation dans l'urgence durant la période de la pandémie, il s'est maintenant institutionnalisé³². De plus, bien que ce mode d'organisation du travail reste l'apanage des cadres³³, il s'est ouvert aux professions intermédiaires et aux employé·es parfois qualifié·es de « nouveaux télétravailleurs »³⁴. Ces dernier·es sont susceptibles d'être sujet·tes à des « régimes de télétravail » différents de ceux dont bénéficient généralement les cadres :

²⁹ BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, 2024, « Le télétravail améliore-t-il les conditions de travail et de vie des salariés ? », *Dares Analyses*, 2024, n° 65.

³⁰ PAILHE Ariane, SOLAZ Anne, WILNER Lionel et EPICOV Équipe, 2022, « Travail domestique et parental au fil des confinements en France : comment ont évolué les inégalités socio-économiques et de sexe ? / Housework and Parenting during the Lockdowns in France: How Have Socio-Economic and Gender Inequalities Changed ? », *Economie et Statistique*, 2022, vol. 536, n° 1, p. 3-25.

³¹ SCHÜTZ Gabrielle, 2024, « Un télétravail aux bénéfices inégaux: La construction organisationnelle de régimes de télétravail différenciés », *Sociologie*, 22 novembre 2024, vol. 15, n° 4, p. 407-425.

³² FAVARO Antonin et THIOUNN Conrad, « Les accords d'entreprise sur le télétravail : quels changements à la suite de la crise sanitaire? » *op. cit.*

³³ BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, 2024, « Comment évolue la pratique du télétravail depuis la crise sanitaire ? » *op. cit.*

³⁴ REBOUL Elena, PAILHE Ariane, COUNIL Émilie, et L'EQUIPE EPICOV, 2023, « Expérience et intensité du télétravail : quels liens avec le bien-être après une année de crise sanitaire en France? », *Population*, 2023, vol. 78, n° 3-4, p. 523-557.

moins d'autonomie dans l'organisation de leurs tâches ou encore plus de contrôle de leur travail³⁵.

On s'intéressera donc à la relation entre l'organisation du travail domestique – dans un contexte global revenu « à la normale » – et la pratique du télétravail – qui s'est diffusée, ouverte et aussi « routinisée » – en se concentrant sur répartition de la charge domestique entre les femmes et les hommes au sein des foyers. Pour ce faire, on portera l'attention sur les pratiques alimentaires des foyers. En effet, en plus de n'avoir pas été pris pour objet spécifique des précédentes études sur le télétravail, les tâches domestiques liées à l'alimentation constituent ce que Tristan Fournier et ses collègues qualifient de « noyau dur » du travail domestique³⁶. Elles renvoient à une série de pratiques allant de l'achat des aliments à leur consommation en passant par leur stockage et leur préparation³⁷. Dans la suite, on étudiera plus spécifiquement la préparation des repas qui constitue un pan du travail domestique pertinent pour étudier les configurations de ce dernier avec le télétravail. En effet, la préparation des repas est l'une des activités domestiques qui prend le plus de temps aux individus et qui en 2010 représente en moyenne près de 20 % du temps alloué quotidiennement aux activités domestiques³⁸. A la différence du ménage ou des courses, qui représentent en moyenne des durées équivalentes dans le « budget-temps » des Français-es, le travail de préparation des repas, ou son externalisation, a pour caractéristique de devoir être réalisé tous les jours au sein du foyer afin que ses membres puissent se nourrir. Il dépend donc fortement des ressources en temps et occupe une place centrale dans les modes d'organisation des foyers³⁹.

On a vu précédemment que le télétravail sous-tendait des questions de réorganisation temporelle voir de gain de temps. La centralité et la nécessité de la préparation des repas au quotidien rendent donc les activités qui y sont liées susceptibles d'être impactées par le télétravail. Mais faire à manger (ou faire faire à manger) constitue également un ensemble de pratiques traversé par des dynamiques de genre et de classe.

³⁵ SCHÜTZ Gabrielle, « Un télétravail aux bénéfices inégaux:La construction organisationnelle de régimes de télétravail différenciés » *op.cit.*

³⁶ FOURNIER Tristan, JARTY Julie, LAPEYRE Nathalie et TOURAILLE Priscille, 2015, « L'alimentation, arme du genre », *Journal des anthropologues. Association française des anthropologues*, 15 juin 2015, n° 140-141, p. 19-49.

³⁷ CARDON Philippe, DEPECKER Thomas et PLESSZ Marie, 2023, *Sociologie de l'alimentation*, 2e éd., Malakoff, Armand Colin (coll. « Collection U »).

³⁸ BROUSSE Cécile, « Travail professionnel, tâches domestiques, temps « libre » : quelques déterminants sociaux de la vie quotidienne » *op. cit.*

³⁹ SLUYS Colette, CHAUDRON Martine et ZAIDMAN Claude, 1997, « « Chérie, qu'est-ce qu'on mange ce soir ? » », *Ethnologie française*, 1997, vol. 27, n° 1, p. 87-95.

Renforcement de l'assignation des femmes ou « dé-génrisation » de la cuisine ?

A l'instar de la majorité des tâches domestiques, la préparation des repas est une activité qui est assignée socialement aux femmes⁴⁰. Ainsi, quelle que soit leur implication effective dans la production des repas, les femmes doivent composer avec la norme selon laquelle il leur incombe de s'occuper de l'alimentation du foyer⁴¹. De plus, au-delà de répondre à un simple besoin physiologique, « nourrir sa famille » est aussi un travail consistant à prendre soin des membres du foyer, de leur santé, et qui implique le plus souvent écoute et anticipation de leurs besoins⁴². En cela, la préparation des repas s'intègre dans le travail de *care* dont la réalisation est essentiellement prise en charge par les femmes. Toutefois, la cuisine fait également partie des tâches domestiques qui sont le plus souvent « partagées » par les individus en couple, par opposition à des tâches effectuées par un·e seul·e des conjoint·es uniquement⁴³. Par ailleurs, les femmes passent en moyenne moins de temps à cuisiner qu'auparavant du fait de leur engagement croissant sur le marché du travail⁴⁴. Du point de vue du temps passé à la cuisine, on assiste donc à un rééquilibrage entre femmes et hommes. Mais celui-ci advient sans que l'on constate par ailleurs une implication croissante des hommes au cours du temps⁴⁵. On observe toutefois une tendance à la « masculinisation » de la préparation des repas dans les classes dominantes. L'investissement masculin dans la cuisine trouve alors une valorisation dans son lien avec l'univers professionnel de la gastronomie ainsi que dans l'affirmation d'un *ethos* égalitaire⁴⁶. Cette implication des hommes peut même aller jusqu'à une « dé-génrisation » de la cuisine au sein du foyer, impliquant à la fois une contribution de l'homme aux travaux de préparation des repas mais aussi plus largement l'adhésion commune au sein du couple à un projet familial où la cuisine est une expérience agréable à partager⁴⁷. La préparation des repas est donc un terrain intéressant pour observer d'éventuelles reconfigurations de la division du travail domestique entre hommes et femmes chez les télétravailleur·euses.

⁴⁰ CARDON Philippe et al. *Sociologie de l'alimentation*, *op. cit.*

⁴¹ SLUYS Colette et al., « « Chérie, qu'est-ce qu'on mange ce soir ? » », *op. cit.*

⁴² DEVAULT Marjorie L., 1994, *Feeding the family: the social organization of caring as gendered work*, Paperback ed., Chicago, Ill., University of Chicago Press (coll. « Women in culture and society »), 270 p.

⁴³ ZARCA Bernard, « La division du travail domestique : poids du passé et tensions au sein du couple », *op. cit.*

⁴⁴ PLESSZ Marie et ÉTILÉ Fabrice, 2019, « Is Cooking Still a Part of Our Eating Practices? Analysing the Decline of a Practice with Time-Use Surveys », *Cultural Sociology*, 1 mars 2019, vol. 13, n° 1, p. 93-118.

⁴⁵ CARDON Philippe et al. *Sociologie de l'alimentation*, *op. cit.*

⁴⁶ FOUQUET Angèle, 2019, « Quand les hommes cuisinent au quotidien : Vers la « masculinisation » d'une pratique domestique », *Terrains & travaux*, 2019, vol. 35, n° 2, p. 161-182.

⁴⁷ AARSETH Helene et OLSEN Bente Marianne AND, 2008, « Food and masculinity in dual-career couples », *Journal of Gender Studies*, 1 décembre 2008, vol. 17, n° 4, p. 277-287.

L'alimentation des individus renvoie également à des différences de classes sociales⁴⁸. En effet, les pratiques qui lui sont associées font partie intégrante du « style de vie » des individus et sont liées, au même titre que d'autres pratiques culturelles, à des enjeux de distinction⁴⁹. Ceci vaut pour les types d'aliments consommés mais aussi, comme le souligne Bourdieu, pour leurs « modes de préparation ». Comme on vient de le voir, ces modes de préparation sont majoritairement assurés par les femmes. Ainsi, les différentes classes se distinguent par le degré d'investissement des femmes dans la préparation des repas, qui est lui-même associé à la place qu'elles occupent sur le marché du travail. Dans la typologie de Bourdieu, la prise en charge exclusive par les femmes de la préparation des repas au sein du foyer est caractéristique de l'économie domestique des classes populaires. Elle s'oppose en cela au recours à l'externalisation des classes moyennes et supérieures lié par ailleurs à un plus grand investissement des femmes dans le travail rémunéré⁵⁰. Toutefois, cette analyse peut être nuancée. La sociologue britannique Julie Parsons montre que le fait de préparer des plats soi-même (« *homecooked meal* ») est une pratique valorisée socialement, y compris dans les classes moyennes et supérieures. De plus, toutes les formes d'externalisation ne sont pas des marqueurs positifs de distinction : la consommation de fast-food ou celle de plats cuisinés du commerce est plutôt stigmatisante alors que la fréquentation des restaurants ou la consommation de plats à emporter « exotiques » reflètent un plus grand capital culturel⁵¹. On s'attend donc à ce que les pratiques alimentaires des télétravailleuses soit sujettes à des normes contradictoires, entre valorisation de la cuisine « faite maison » et distanciation par rapport au modèle domestique traditionnel.

On a donc vu précédemment que le télétravail renforçait l'assignation des femmes au travail domestique et n'incitait pas par ailleurs les hommes à s'y investir davantage. Sur le terrain des pratiques alimentaires et notamment de la préparation des repas, le télétravail devrait donc favoriser les organisations domestiques « traditionnelles » où la femme fait la cuisine quotidiennement. Cependant, le télétravail est aussi majoritairement pratiqué par les catégories sociales qui sont à la fois les plus susceptibles de mettre à distance ce modèle de préparation des repas essentiellement féminine ainsi que d'être sujettes à des dynamiques de masculinisation voire de « dé-génrisation » de la cuisine. En effet, d'après les chiffres de la

⁴⁸ CARDON Philippe et al. *Sociologie de l'alimentation*, op. cit.

⁴⁹ BOURDIEU Pierre, 1979, *La distinction: critique sociale du jugement*, Paris, Éditions de Minuit (coll. « Le Sens commun »), 670 p.

⁵⁰ *Ibid.*

⁵¹ PARSONS Julie M., 2015, *Gender, class and food: families, bodies and health*, Basingstoke, Hampshire New York, NY, Palgrave Macmillan (coll. « Palgrave Macmillian studies in family and intimate life »), 195 p.

Dares, les télétravailleur·euses sont en grande partie des cadres mais aussi des jeunes et des diplômé·es d'un bac+5 ou plus⁵². On se pose alors la question suivante : Comment s'articule la tendance à la « dé-génératisation » de la cuisine avec l'assignation genrée aux tâches domestiques que semble impliquer le télétravail ?

Etudier statistiquement les actif·ves en couple avec l'enquête CAF

Pour répondre à cette question on mobilise l'enquête statistique « Comportements et attitudes alimentaires en France » (CAF) réalisée en 2023 par le Centre de Recherche pour l'Etude et l'Observation des Conditions de Vie (CREDOC)⁵³. L'enquête CAF est conduite régulièrement depuis 1988 et porte sur les pratiques et les représentations liées à l'alimentation. L'édition 2023 a été menée en ligne entre avril et mai auprès de 3 967 individus de 15 ans et plus. Parmi ces individus, un sous-groupe de 3 066 personnes « responsables des courses » répond à des questions supplémentaires relatives notamment aux pratiques de préparation des repas.

L'échantillon total et le sous-échantillon des responsables de courses sont redressés en utilisant la méthode du calage sur marge avec comme cible les marges de l'enquête Emploi 2019 de l'Insee pour sept caractéristiques socio-démographiques : le sexe, la tranche d'âge, la PCS, le niveau de diplôme, la ZEAT⁵⁴, la taille d'agglomération et le type de ménage. La particularité du sous-échantillon des responsables des courses est qu'il est redressé selon les caractéristiques socio-démographiques du responsable du foyer (et donc pas nécessairement de l'individu qui répond au questionnaire) et qu'il intègre dans les marges cibles la taille du foyer. Ainsi, le sous-échantillon des responsables de courses est représentatif des ménages Français.

Dans ce travail, on étudie une sous population des responsables des courses : les actifs et actives qui déclarent vivre en couple dans leur foyer. On s'intéresse uniquement aux couples hétérosexuels car on souhaite étudier la division du travail de production des repas entre hommes et femmes. Le questionnaire de l'enquête CAF permet d'avoir une idée de cette division en ce qui concerne la cuisine en demandant aux répondant·es d'indiquer la fréquence de préparation des repas du ou de la conjoint·e. On peut ainsi évaluer l'implication relative de

⁵² BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, 2024, « Comment évolue la pratique du télétravail depuis la crise sanitaire ? » *op. cit.*

⁵³ Le CREDOC est un organisme d'études et de recherche fondé en 1953 dont les travaux d'enquête et d'analyse portent principalement sur les modes de vie, opinions et aspirations des Français·es. Le CREDOC est une association à but non lucratif dont le financement repose essentiellement sur la réponse à des appels d'offre issus du secteur public, para-public ou privé.

⁵⁴ Zone d'étude et d'aménagement du territoire, découpant la France hexagonale en 8 zones.

chacun des membres du couple et savoir par exemple si le télétravail est lié à des configurations plus égalitaires (cf. chapitre 1). Plus généralement, on peut comparer les pratiques de répondant·es appartenant à des couples différents et se demander quelles sont les contributions différentielles entre hommes et femmes, télétravailleur·euses et non-télétravailleur·euses etc. à la production domestique des repas.

Le choix de restreindre l'étude aux seul·es actif·ves s'est fait après avoir d'abord pris en compte l'ensemble des répondant·es en couple c'est-à-dire en incluant aussi les inactif·ves. Initialement, l'une des hypothèses était que les inactif·ves, majoritairement des retraité·es mais aussi des personnes aux foyer, pouvaient présenter des points communs avec les télétravailleur·euses du fait d'une plus grande présence chez elleux. Les explorations statistiques ont donc été réalisées dans un premier temps en distinguant quatre catégories : les retraité·es, les autres inactif·ves (personnes au foyer, chômeur·euses, étudiant·es, etc.), les actif·ves ne pratiquant pas le télétravail et les actif·ves pratiquant le télétravail. Les retraité·es apparaissent dans les faits très différent·es de l'ensemble des actif·ves du point de vue des pratiques de préparation des repas et *a fortiori* des télétravailleur·euses. On retrouve ainsi souvent le motif suivant : une différence marquée entre retraité·es et actif·ves (les premier·es cuisinent plus souvent que les second·es par exemple), que l'on retrouve de manière beaucoup moins marquée entre les actif·ves non-télétravailleur·euses et les télétravailleur·euses (les premier·es cuisinent un peu plus souvent que les second·es). Les autres inactif·ves quant à elleux, ont des pratiques alimentaires plus proches des actif·ves non-télétravailleur·euses. On a donc choisi de se concentrer sur l'étude d'un sous-échantillon de 977 individus et sur la comparaison entre actif·ves non-télétravailleur·euses et actif·ves télétravailleur·euses (voir encadré 0.1 pour une description socio-démographique de la population retenue). Cette dernière a par ailleurs l'avantage de porter sur des individus qui ont en commun d'avoir un travail et des contraintes domestiques qui y sont liées.

Encadré 0.1 – Description de la population des télétravailleurs en couple

La pratique du télétravail est située socialement. Les télétravailleur·euses représentent 35 % de la population des actif·ves en couple. Dans notre échantillon, près de la moitié sont cadres (45 %) contre seulement 21 % chez l'ensemble des actif·ves en couple⁵⁵. Les « nouveaux·elles télétravailleur·euses » représentent 42 % du reste des

⁵⁵ Voir [annexe 0.1](#) pour les statistiques descriptives de la population des télétravailleurs.

télétravailleur·euses (22 % de professions intermédiaires et 20 % d'employé·es). 35 % des télétravailleur·euses en couple sont titulaires d'un diplôme de niveau supérieur ou égal à Bac+5 contre seulement 18 % dans l'ensemble du sous-échantillon étudié. Un tiers des télétravailleur·euses déclarent un revenu mensuel du ménage supérieur à 4 500€ alors que seulement un cinquième des actif·ves en couple est dans ce cas. A l'inverse, iels sont 19 % à avoir un revenu mensuel du foyer inférieur à 3 000€ contre 37 % dans l'ensemble. Les télétravailleur·euses sont donc plus doté·es que la moyenne en capitaux économiques et culturels et appartiennent en majorité aux classes supérieures. Iels vivent par ailleurs plus souvent en couple avec des cadres (36 % contre 21 % dans l'ensemble) et moins souvent avec des ouvrier·es (7 % contre 16 % dans l'ensemble). Les télétravailleur·euses sont également plus jeunes (69 % ont entre 25 et 44 ans contre 58 % dans l'ensemble) et vivent plus souvent dans l'agglomération parisienne (36 % y vivent contre 20 % pour l'ensemble des actif·ves) et moins fréquemment dans les communes rurales (17 % y résident contre 31 % pour l'ensemble des actif·ves).

Ce mémoire de recherche a donc pour objectif de contribuer aux travaux et connaissances déjà établis sur le lien entre le télétravail et les inégalités de genre dans la sphère domestique. Son originalité réside d'une part dans l'exploitation de données recueillies après la crise sanitaire, dans une période de pérennisation du télétravail, et d'autre part dans son exploration détaillée d'un sous-ensemble des tâches domestiques : la préparation des repas. Dans le premier chapitre, on s'intéresse à la préparation des repas chez les couples d'actif·ves afin de comprendre dans quelle mesure sa répartition est plus ou moins équilibrée chez les télétravailleur·euses. Ensuite, on élargi l'analyse à l'ensemble de la production des repas, que celle-ci soit effectuée chez soi ou externalisée, pour mieux cerner les particularités des télétravailleur·euses par rapport aux non-télétravailleur·euses. Enfin, on s'intéresse au sens différent que prend le télétravail pour les pratiques de préparation des repas selon que l'on est une femme ou un homme.

1) Télétravail et investissement dans la préparation des repas

Dans ce chapitre, on cherche à comparer l'investissement dans la préparation des repas entre télétravailleur·euses et non-télétravailleur·euses chez les actifs et actives en couple. On s'intéressera à deux aspects que peut revêtir cet investissement : le temps passé à faire à manger et la fréquence à laquelle sont préparés les repas. On se concentrera plus particulièrement sur ce deuxième aspect, qui se révèle plus distinctif dans la comparaison entre non-télétravailleur·euses et télétravailleur·euses, pour tenter de comprendre si ces dernier·es présentent une division du travail de production des repas plus ou moins égalitaire.

1.1) Télétravailleurs et télétravailleuses ne passent pas plus de temps à faire à manger

On se demande d'abord si les télétravailleur·euses passent plus de temps à cuisiner que les non-télétravailleur·euses. L'enquête CAF pose plusieurs questions qui permettent d'apprécier l'investissement temporel dans la préparation des repas « en général ». Ainsi par exemple les répondant·es doivent renseigner le temps que prend habituellement la préparation des repas du soir la semaine. En moyenne, les télétravailleur·euses déclarent passer environ 10 minutes de plus que les non-télétravailleur·euses à préparer les repas du soir. Cependant, cet écart de moyenne n'est pas significatif statistiquement ($p = 0,1$ quand on effectue un t-test). De plus, les distributions du temps passé à préparer les repas dans le foyer sont similaires pour les télétravailleur·euses et les non-télétravailleur·euses⁵⁶. Chez les personnes pratiquant le télétravail, on n'alloue donc pas plus de temps que chez les autres actif·ves à la préparation des repas du soir en semaine. Ce résultat est également vrai quand on compare les télétravailleurs et non-télétravailleurs d'un côté et télétravailleuses et non-télétravailleuses de l'autre. En effet, dans les deux cas la pratique du télétravail n'est pas liée à un temps de préparation significativement plus ou moins élevé.

La question précédemment étudiée renseigne sur le temps passé à faire manger le soir au sein du foyer. Cependant, on ne peut pas savoir si ce temps passé a été, dans sa totalité ou en partie, celui de la personne qui répond au questionnaire. Par exemple, un·e répondant·e en couple peut tout à fait déclarer que la préparation du dîner dure en général trois quarts d'heure mais n'y passer lui-même ou elle-même qu'un quart d'heure ou moins. Une autre question permet alors

⁵⁶ Voir [annexe 1.1](#).

d'apprécier si la personne qui répond passe elle-même du temps à cuisiner : « Vous arrive-t-il de faire des plats dont la préparation demande plus d'une heure ? (Sans compter la cuisson) ». Encore une fois, on n'observe pas de différence significative entre les proportions de télétravailleur·euses et de non-télétravailleur·euses répondant par l'affirmative à cette question. Ce résultat est toujours valable quand on distingue les femmes et les hommes.

Les actives et actifs en couple pratiquant le télétravail ne passent donc en moyenne pas plus de temps à préparer à manger que celles et ceux ne le pratiquant pas. De manière générale, les ressources temporelles dont les télétravailleurs et télétravailleuses bénéficient par rapport aux autres actif·ves ne semblent pas être investies dans le temps de préparation des repas.

1.2) *Les télétravailleuses préparent les repas moins fréquemment*

Une autre manière d'évaluer l'investissement dans la cuisine est de s'intéresser à la fréquence à laquelle sont préparés les repas dans le couple. On mobilise pour ce faire une question de l'enquête CAF qui demandait aux répondant·es de renseigner la fréquence à laquelle ils ou elles prépare les repas⁵⁷.

Tableau 1 – Télétravail et fréquence de préparation des repas par les répondant·es

	Pratique du télétravail			P-valeur
	Non	Oui	Total	
Fréquence de préparation des repas par les répondant·es				0,008
Maximum une fois par semaine	89 (15,7 %)	74 (17,0 %)	163 (16,2 %)	
2-3 fois par semaine	126 (19,5 %)	129 (29,1 %)	255 (22,8 %)	
Tous les jours ou presque	354 (64,8 %)	205 (53,9 %)	559 (61,0 %)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

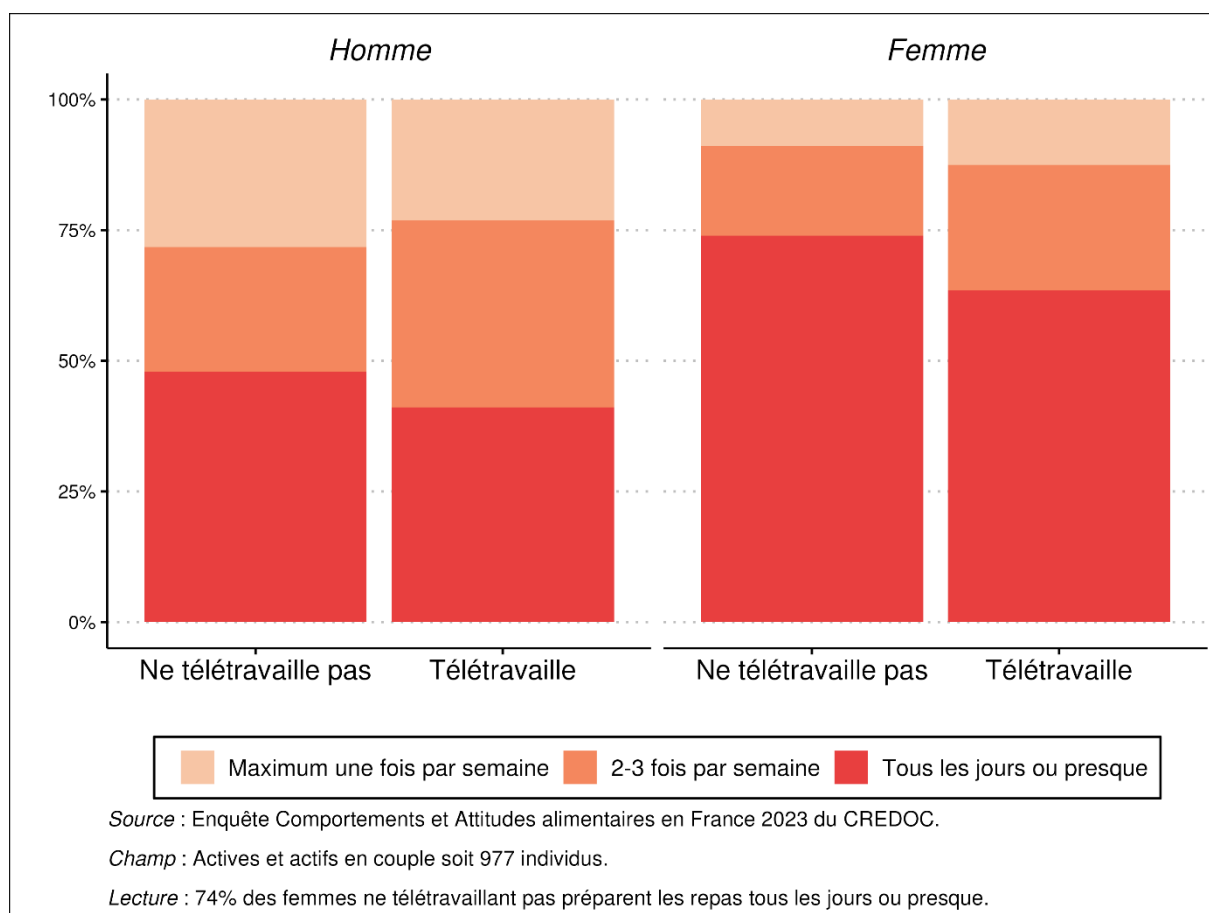
Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 53,9 % des télétravailleur·euses déclarent préparer les repas tous les jours ou presque contre 61 % dans l'ensemble des actif·ves en couple.

⁵⁷ L'intitulé de la question est « Tous les combien les repas sont-ils habituellement préparés ... » et se déclinait en trois sous-questions « Par vous-même ? », « Par votre conjoint ? » et « A plusieurs ». Pour chacune de ces questions, les répondant·es devaient renseigner un fréquencier comprenant les modalités suivantes : « Tous les jours ou presque » ; « 2-3 fois par semaine » ; « Une fois par semaine » ; « 2-3 fois par mois » ; « Une fois par mois » ; « Moins souvent » ; « Jamais ».

Il existe un lien statistiquement significatif entre la pratique du télétravail et la fréquence de préparation des repas par les répondant·es. Les actifs et actives qui pratiquent le télétravail sont moins nombreux·ses que les autres à préparer les repas « Tous les jours ou presque » et plus nombreux·ses à déclarer le faire « 2-3 fois par semaine ». Les télétravailleur·euses en couple font donc dans l'ensemble moins souvent à manger que les autres actif·ves. Qu'en est-il quand on distingue les femmes et les hommes ?

Figure 1 - Fréquence de préparation des repas selon le genre et la pratique du télétravail



Sur la Figure 1 ci-dessus, on observe que pour les hommes comme pour les femmes en couple, les personnes pratiquant le télétravail sont moins nombreuses à cuisiner tous les jours ou presque que celles ne pratiquant pas le télétravail. Cette différence de proportion est significative pour les femmes ($p < 0,05$) mais ne l'est en revanche pas pour les hommes ($p = 0,3$).

On aurait pu penser que chez les hommes, le télétravail, du fait d'une présence la journée au foyer plus grande que les autres actifs, soit lié à un investissement plus fréquent dans la préparation quotidienne des repas et représente une « condition sociale » de leur engagement

dans cette tâche domestique⁵⁸. En effet, le fait de se retrouver seul chez soi se révélait être un facteur d'engagement dans le travail domestique pour les pères en horaires décalés étudiés par Marie Cartier et al. Cependant, les horaires décalés et le télétravail – bien que pouvant mener tous deux à la présence au foyer de l'un des membres du couple sans que l'autre ne soit là – ne prennent pas le même sens pour l'organisation du travail domestique dans le couple. En effet, ils recourent des organisations du travail différentes associées à des classes sociales différentes : d'une part les classes populaires et moyennes avec des horaires atypiques qui sont le plus souvent subis ; de l'autre des classes supérieures disposant d'une certaine autonomie dans l'organisation de leur journée. Toutefois, les hommes qui télétravaillent sont significativement plus nombreux à déclarer préparer les repas deux ou trois par semaine que les autres hommes actifs ($p < 0,05$) et moins nombreux à déclarer préparer les repas « Maximum une fois par semaine ». Ce résultat suggère que les télétravailleurs en couple ont un engagement plus souvent occasionnel dans la préparation des repas. On peut interpréter cela comme l'adoption d'un rôle d'auxiliaire permis par une présence la journée dans le foyer quelques jours par semaine⁵⁹.

Les femmes en couple qui pratiquent le télétravail sont quant à elles moins souvent assignées à la préparation quotidienne des repas que les femmes qui ne font pas de télétravail. Ce résultat apparaît contradictoire avec la thèse du « *Gender Flexibility Paradox* »⁶⁰ selon laquelle les femmes utiliseraient le temps gagné en télétravail pour s'acquitter autant voire plus des tâches domestiques au sein du couple. Malgré tout, les télétravailleuses restent toujours significativement plus nombreuses que les télétravailleurs à préparer les repas quotidiennement. Ce résultat fait écho à ceux de la Dares portant sur le temps passé à effectuer des tâches domestiques en général : en France en 2023, les femmes en couple qui télétravaillent sont 60 % à effectuer plus de sept heures hebdomadaires de travail domestique alors que les hommes sont seulement 47 % dans ce cas⁶¹.

⁵⁸ CARTIER Marie et al. « Allez, les pères ! Les conditions de l'engagement des hommes dans le travail domestique et parental » *op.cit.*

⁵⁹ *Ibid.*

⁶⁰ CHUNG Heejung, *The flexibility paradox...*, *op. cit.*

⁶¹ BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, « Le télétravail améliore-t-il les conditions de travail et de vie des salariés ? », *op. cit*

1.3) *La fréquence de préparation des conjoint·es des télétravailleur·euses diffère selon le genre*

La pratique du télétravail a-t-elle un lien avec l'implication dans la cuisine des personnes qui vivent avec les télétravailleur·euses ? Le questionnaire de l'enquête CAF permettait aux répondant·es de renseigner la fréquence de préparation des repas de leurs conjoint·es.

Tableau 2 - Télétravail et fréquence de préparation du conjoint·e

	Pratique du télétravail			P- valeur
	Non	Oui	Total	
Fréquence de préparation des repas par les conjoint·es				0,10
Maximum une fois par semaine	257 (45,0 %)	196 (46,8 %)	453 (45,6 %)	
2-3 fois par semaine	162 (25,5 %)	128 (30,7 %)	290 (27,3 %)	
Tous les jours ou presque	150 (29,5 %)	84 (22,5 %)	234 (27,0 %)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

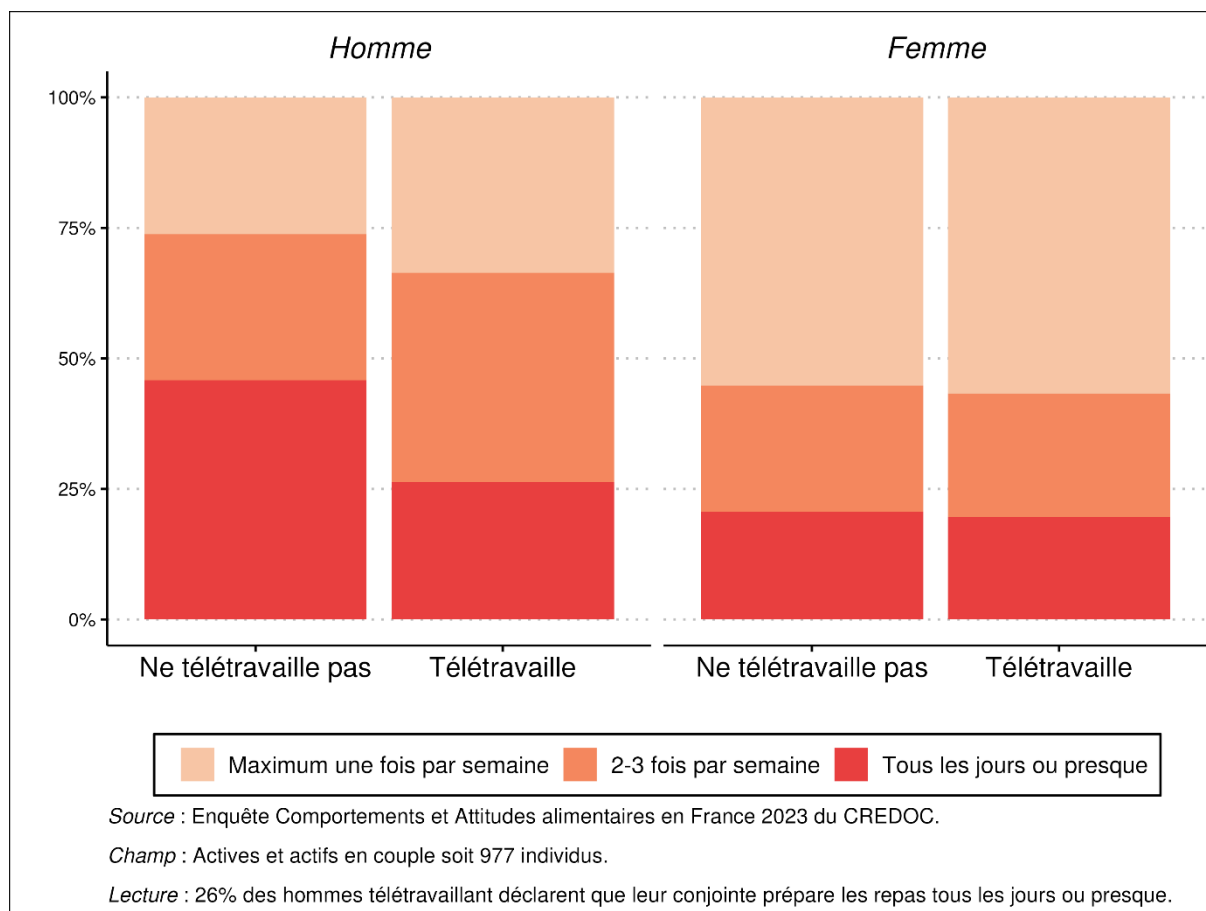
Lecture : 22,5 % des télétravailleur·euses déclarent que leur conjoint·e fait à manger tous les jours ou presque contre 27 % dans l'ensemble des actif·ves en couple.

Les conjoints et conjointes des télétravailleur·euses sont proportionnellement moins nombreux·ses que les conjoint·es des autres actif·ves à préparer à manger tous les jours ou presque, mais le lien observé n'est pas statistiquement significatif (voir Tableau 2). Comme précédemment, on distingue ensuite femmes et hommes pour savoir si cette absence de significativité de la relation entre télétravail et fréquence de préparation du ou de la conjoint·e est observable dans les deux cas.

Les femmes qui pratiquent le télétravail ont aussi souvent que les femmes qui ne le pratiquent pas un conjoint qui fait à manger tous les jours ou presque (voir Figure 2). Autrement dit, si les télétravailleuses sont moins nombreuses à préparer les repas quotidiennement, elles ne sont pas plus souvent en couple avec des hommes cuisinant tous les jours. Chez les hommes, les télétravailleurs déclarent significativement moins souvent que les non-télétravailleurs ($p < 0,01$)

que leur conjointe fait à manger tous les jours ou presque. Ils déclarent par ailleurs plus souvent que leur conjointe fait à manger deux ou trois fois par semaine.

Figure 2 - Fréquence de préparation des repas du conjoint·e selon le genre et la pratique du télétravail



1.4) Une préparation des repas moins fréquente et plus équilibrée dans les couples des télétravailleur·euses

D'une part, les hommes qui pratiquent le télétravail ne sont pas plus nombreux à cuisiner quotidiennement et leurs conjointes sont moins souvent en charge de la préparation des repas tous les jours. De l'autre, les femmes télétravailleuses sont relativement moins assignées à la préparation quotidienne des repas et leurs conjoints ne s'impliquent pas plus que ceux des actives qui ne télétravaillent pas. Au vu de ces constats, on se demande si les télétravailleur·euses sont plus souvent dans des configurations « égalitaires » du point de vue de la préparation des repas. Autrement dit, on souhaite savoir si les personnes pratiquant le télétravail déclarent plus souvent que les autres préparer les repas à la même fréquence que leur conjoint. Pour ce faire, on compare pour chaque individu la fréquence à laquelle il ou elle prépare les repas et celle qu'il ou elle déclare pour son ou sa conjoint·e. A première vue, les

télétravailleur·euses sont 34 % à déclarer préparer les repas aussi fréquemment que leurs conjoint·es contre 30 % pour les non-télétravailleur·euses, mais cette différence n'est pas significative ($p = 0,2$).

Toutefois, on peut affiner l'analyse de l'équilibre des fréquences de préparation en le rapportant à la quantité de repas qui sont préparés par le couple. En effet, préparer les repas aussi fréquemment que son ou sa conjoint·e ne signifie pas la même chose selon que les repas sont préparés tous les jours au sein du foyer ou seulement certains jours. De même, on peut distinguer la situation où l'un·e des membres du couple fait à manger tous les jours ou presque et l'autre non, typique par exemple d'une situation d'assignation à la préparation des repas de l'un·e des conjoint·es, de situations où la différence d'implication au sein du couple est moins marquée. On obtient alors quatre cas de figures :

- Egalité des fréquences de préparation et aucun des membres du couple ne cuisinent tous les jours ;
- Egalité des fréquences de préparation et les deux membres du couple cuisinent tous les jours ;
- Inégalité des fréquences de préparation et aucun des membres du couple ne cuisinent tous les jours ;
- Inégalité des fréquences de préparation et l'un des deux membres du couple cuisinent tous les jours.

Tableau 3 – Télétravail et fréquences de préparation comparées au sein du couple

	Pratique du télétravail			P-valeur
	Non	Oui	Total	
Investissement du couple dans la préparation des repas				0,001
Egal – préparation non quotidienne	91 (13,9 %)	104 (23,5 %)	195 (17,2 %)	
Egal – préparation quotidienne	75 (16,0 %)	40 (10,9 %)	115 (14,2 %)	
Inégal – préparation non quotidienne	49 (7,8 %)	55 (11,1 %)	104 (9,0 %)	
Inégal – préparation quotidienne	354 (62,3 %)	209 (54,5 %)	563 (59,6 %)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 23,5 % des télétravailleur·euses préparent à manger aussi fréquemment que leur conjoint·e sans qu'aucun·e des conjoint·e ne cuisinent tous les jours ou presque. C'est le cas pour 27 % de l'ensemble des actives en couple.

La lecture du Tableau 3 indique dans un premier temps que les télétravailleur·euses sont proportionnellement plus nombreux·ses que les autres actif·ves à vivre dans un foyer où aucun·e des deux conjoint·es ne prépare à manger tous les jours (34 % contre 22 %). Les télétravailleur·euses sont par ailleurs plus nombreux·ses dans les situations « égalitaires » basées sur une préparation des repas au sein du couple qui n'est pas quotidienne, et moins nombreux·ses dans la configuration où les deux membres du couple préparent quotidiennement à manger. Si les télétravailleur·euses présentent des configurations plus égalitaires que les autres actif·ves, c'est donc uniquement dans le cas où les repas ne sont pas produits tous les jours au sein du foyer (par exemple grâce au recours à l'externalisation cf. chapitre 2).

Les télétravailleur·euses vivent également moins souvent dans un foyer où l'un·e des membres fait à manger tous les jours et l'autre non. Comment se manifeste ce lien quand on intègre le genre des répondant·es ? Pour réaliser cette analyse, on distingue pour les deux situations inégales précédemment étudiées, le cas où c'est le ou la répondant·e qui prépare plus souvent à manger du cas où c'est son ou sa conjoint·e. En faisant cela, on peut par exemple observer si les femmes en télétravail sont plus ou moins souvent dans des configurations « inégales » où se sont elles-mêmes qui préparent à manger plus que leur conjoint.

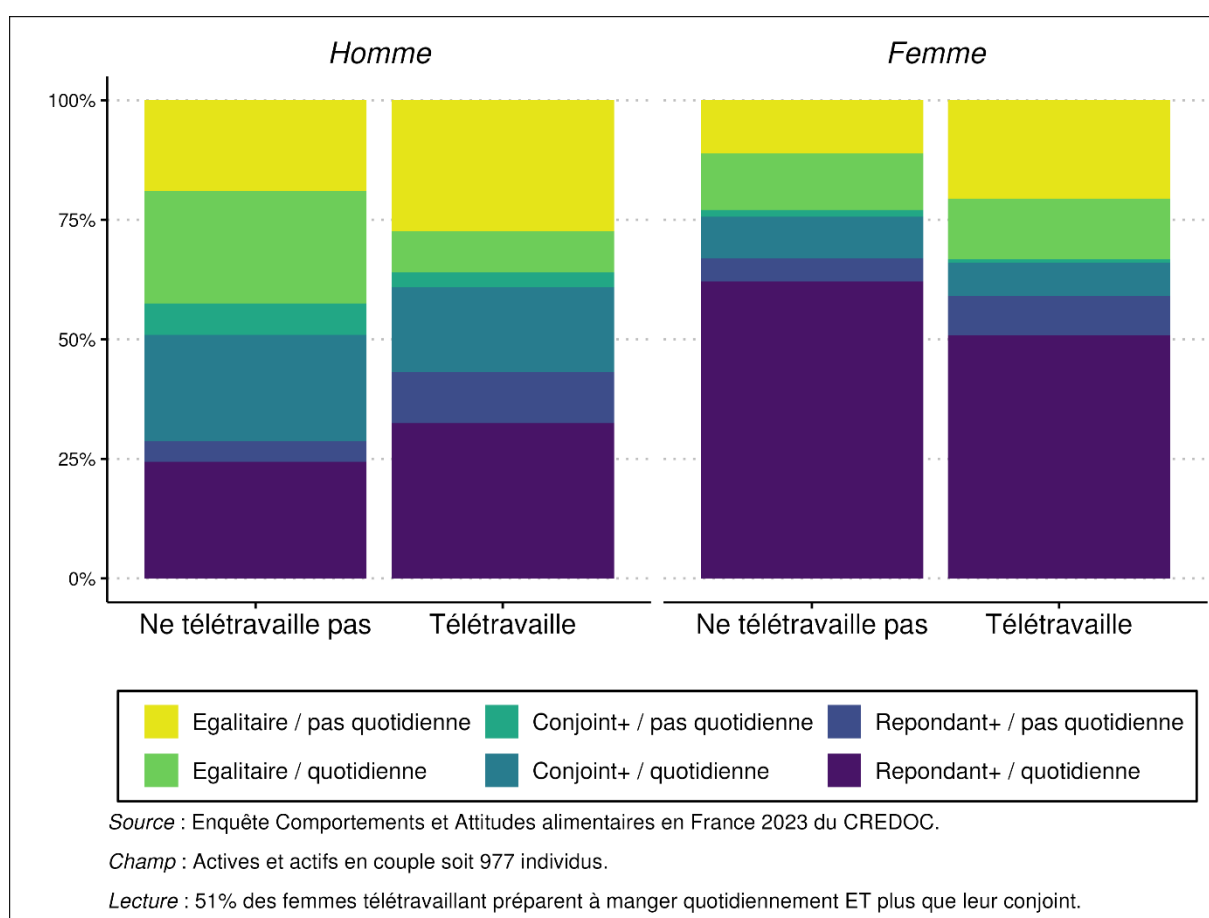
Ce faisant, la pratique du télétravail semble associée pour les hommes comme pour les femmes à des configurations « égalitaires » où aucun·e des conjoint·es ne fait à manger tous les jours (voir Figure 3). Les hommes qui ne télétravaillent pas sont en revanche beaucoup plus souvent que ceux qui télétravaillent dans une configuration « égalitaire » dans un foyer où les deux membres du couple préparent les repas tous les jours. Ces deux types de configuration égalitaires renvoient à des réalités sociales différentes. La première est en effet plus typique des cadres, qui composent la majorité des télétravailleurs, et la seconde des ouvriers qui représentent près de la moitié des non-télétravailleurs chez les hommes⁶². Distinguer les différents types de configurations égalitaires en fonction de la quantité totale de travail culinaire réalisée par les deux conjoint·es permet de comprendre pourquoi on retrouve aussi des configurations égalitaires chez les classes populaires alors même qu'elles sont censées adopter des organisations domestiques plus « traditionalistes » que les classes dominantes⁶³. En effet, les individus appartenant aux classes populaires disposent d'une part de moins de ressources

⁶² Chez les hommes, 33 % des cadres sont dans une configuration « Egalitaire – Préparation non quotidienne » contre 18 % chez les ouvriers et 22 % dans l'ensemble. Concernant la configuration « Egalitaire – quotidienne », seuls 8 % des cadres sont dans ce cas contre 30 % d'ouvriers et 18 % dans l'ensemble.

⁶³ CARTIER Marie et al. « Allez, les pères ! Les conditions de l'engagement des hommes dans le travail domestique et parental » *op.cit.*

financières pour externaliser la production des repas et doivent ainsi s’acquitter eux-mêmes ou elles-mêmes d’une plus grande charge de travail. D’autre part, iels sont plus souvent sujet·tes à des contraintes temporelles liées à leur activité professionnelle (par exemple les horaires décalés mentionnés plus haut). Dans la pratique donc, la réalisation d’un « idéal domestique » traditionnel n’est pas forcément atteinte⁶⁴ et les deux conjoint·es peuvent avoir à s’impliquer dans la préparation quotidienne des repas. A l’inverse, la réalisation d’un idéal « égalitaire » peut être plus aisée si une partie de la production des repas est externalisable et que l’articulation des temps professionnel et domestique est rendue plus flexible, par exemple grâce au télétravail.

Figure 3 – Equilibre dans la préparation des repas selon le genre et le télétravail



Les télétravailleurs sont par ailleurs proportionnellement plus nombreux que les non-télétravailleurs dans des configurations où ils préparent plus fréquemment à manger que leur conjointe et proportionnellement moins nombreux dans des configurations où leur conjointe préparent plus souvent à manger. Ainsi, ces derniers semblent plus souvent que les autres actifs avoir une organisation des repas « partagée » où la préparation n’est pas une tâche qui incombe

⁶⁴ CHUNG Heejung, *The flexibility paradox...*, op. cit.

seulement ou principalement aux femmes et plus souvent dans des configurations « égalitaires » où ils font autant voire plus souvent la cuisine.

Les télétravailleuses quant à elles, sont plus représentées que les autres femmes actives dans la configuration « Egalitaire – préparation non quotidienne » et sont également moins nombreuses à préparer les repas quotidiennement et plus fréquemment que leur conjoint. Toutefois, elles ne sont proportionnellement pas plus nombreuses que les non-télétravailleuses à déclarer des configurations où leur conjoint s’implique plus qu’elles. Les télétravailleuses sont donc dans des situations plus égalitaires que les non-télétravailleuses visiblement car elles préparent moins souvent à manger.

1.5) Les télétravailleur·euses préparent plus souvent les repas à plusieurs

On se penche à présent sur la préparation des repas à plusieurs afin de compléter le tableau de l’organisation de la production des repas chez les télétravailleur·euses en couple. Les télétravailleur·euses sont dans des configurations domestiques où la production des repas est plus partagée que chez les autres actif·ves. Est-ce que cela signifie qu’iels font plus à manger ensemble ?

De manière générale, les repas sont préparés plus fréquemment à plusieurs dans les foyers des télétravailleur·euses que chez les autres actif·ves (voir Tableau 4).

Tableau 4 – Télétravail et fréquence de préparation des repas à plusieurs

	Pratique du télétravail			p-valeur
	Non	Oui	Total	
Fréquence de préparation des repas à plusieurs				0,011
Une fois par semaine ou plus	202 (35,7%)	183 (44,9%)	385 (38,9%)	
Moins d'une fois par semaine	162 (28,6%)	131 (29,9%)	293 (29,0%)	
Jamais	205 (35,7%)	94 (25,2%)	299 (32,1%)	

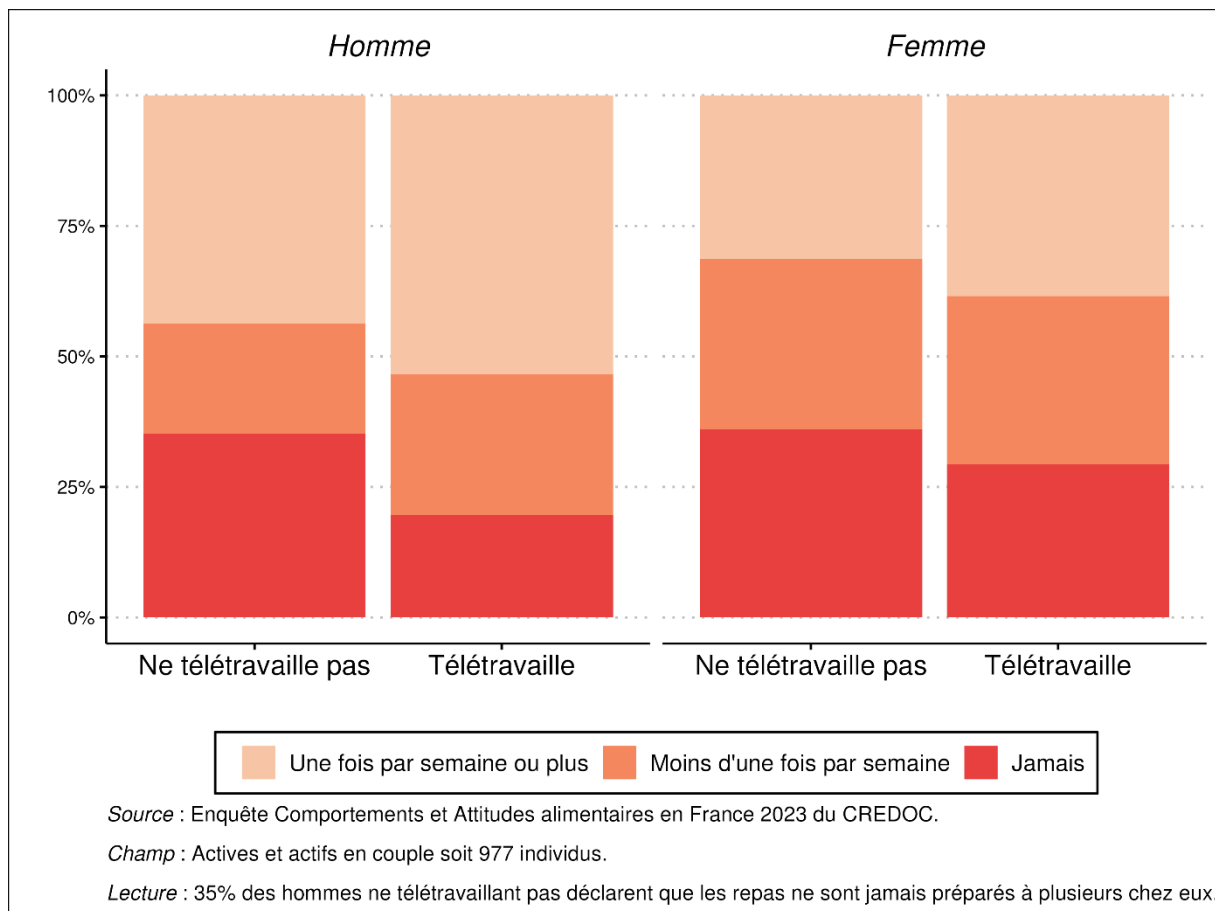
Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 35,7 % des non-télétravailleur·euses ne préparent jamais à manger à plusieurs. C’est le cas pour 32,1 % de l’ensemble des actif·ves en couple.

Les télétravailleurs déclarent significativement moins que les non-télétravailleurs ne jamais faire la cuisine à plusieurs ($p < 0,01$). Ce résultat peut s'interpréter comme une participation accrue des télétravailleurs comme auxiliaires dans la préparation des repas⁶⁵. Les distributions des réponses des télétravailleuses et des non-télétravailleuses varient en revanche très peu et on n'observe pas d'écart significatif, notamment pour les proportions de femmes déclarant faire à manger à plusieurs au moins une fois par semaine. Les femmes qui télétravaillent ne semblent donc pas recevoir significativement plus (ni moins) d'aide de la part de leur conjoint.

Figure 4 - Fréquence de préparation des repas à plusieurs selon le genre et la pratique du télétravail



Les télétravailleur·euses n'investissent donc pas plus de temps que les autres actif·ves dans la préparation des repas. Toutefois, iels se distinguent par une organisation domestique dans laquelle la répartition du travail de préparation des repas est moins féminine et plus égalitaire. Ce résultat est valable pour les télétravailleurs en comparaison des non-télétravailleurs, et dans

⁶⁵ CARTIER Marie et al. « Allez, les pères ! Les conditions de l'engagement des hommes dans le travail domestique et parental » *op.cit.*

une moindre mesure pour les télétravailleuses par rapport aux non-télétravailleuses. On peut ainsi nuancer l'affirmation selon laquelle « [le télétravail] n'induit généralement pas de transformation de l'organisation du travail domestique »⁶⁶. En outre, les télétravailleurs semblent intervenir plus souvent que les autres actifs en tant que « second couteaux » de leurs conjointes⁶⁷.

Cependant, cette organisation plus « égalitaire » des télétravailleur·euses semble en partie reposer sur le fait que ces derniers préparent moins souvent les repas que les autres actif·ves. En effet, 32 % des télétravailleur·euses déclarent simultanément que la préparation des repas n'est pas faite toutes les jours, ni par eux-mêmes, ni par leur conjoint·e, ni à plusieurs, contre 20 % pour le reste des actif·ves. Dans la suite, on se demande à quoi est liée cette moindre fréquence de préparation des repas à la maison chez les actif·ves télétravailleur·euses en couple.

⁶⁶ BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, « Le télétravail améliore-t-il les conditions de travail et de vie des salariés ? », *op. cit*

⁶⁷ BRUGELLES Carole et SEBILLE Pascal « Le partage des tâches parentales : les pères, acteurs secondaires » *op. cit.*

2) Faire à manger et faire faire à manger

On a vu précédemment qu'au-delà de se caractériser par une division du travail moins genrée que chez les autres actif·ves en couple, la préparation des repas chez les télétravailleur·euses semblait moins fréquente. Dans ce chapitre, on montre que cette moindre fréquence est liée à un plus grand recours à l'externalisation chez les personnes pratiquant le télétravail. On explore ensuite le lien qu'entretiennent ces pratiques d'externalisation avec la production des repas à la maison chez l'ensemble des actif·ves en couple afin de mieux cerner ce qui distingue les télétravailleur·euses.

2.1) *Comprendre pourquoi les télétravailleur·euses cuisinent moins souvent*

On a vu dans le chapitre précédent que dans les foyers de télétravailleur·euses la préparation des repas est effectuée moins fréquemment que chez les autres actif·ves. Cela peut signifier trois choses :

- i) Les télétravailleur·euses mangent moins souvent que les autres actif·ves.
- ii) Les télétravailleur·euses préparent plus souvent les repas pour plusieurs jours.
- iii) Les télétravailleur·euses externalisent plus souvent la production de leurs repas.

La première hypothèse n'est pas vérifiée dans nos données. Quand on s'intéresse au nombre de repas dans la semaine pour lesquels les individus déclarent ne pas manger, on n'observe pas de différence significative entre les télétravailleur·euses et les non-télétravailleur·euses⁶⁸.

La deuxième hypothèse renvoie à un ensemble de pratiques qui peuvent être plus ou moins planifiées. En effet, la préparation de repas qui seront mangés non seulement le jour J mais aussi sur les jours suivants peut relever aussi bien de la confection de plats en trop grande quantité de manière non-intentionnelle que de la pratique du *batch cooking* qui consiste à préparer en avance plusieurs repas pour la semaine afin de gagner du temps. Plusieurs questions permettent de comparer les habitudes des télétravailleur·euses en termes de stockage des aliments et des restes alimentaires.

Concernant la congélation de restes alimentaires, si cette pratique semble plus présente chez les télétravailleur·euses ce n'est pas de manière significative⁶⁹. De même, pour la préparation de

⁶⁸ On réalise un t-test pour comparer chez les télétravailleur·euses et les non-télétravailleur·euses le nombre moyen de repas « sautés ». Le résultat est $p = 0,16$

⁶⁹ Les résultats dans cette section proviennent de tableaux croisés présentés en [annexe 2.1](#).

conserves d'aliments ou la congélation de plats cuisinés maison, les télétravailleur·euses ne sont pas significativement plus représenté·es que les autres actif·ves. En général donc, les télétravailleur·euses n'organisent pas plus que les autres actif·ves la production des repas au sein de leur foyer pour cuisiner moins souvent. Reste donc la troisième hypothèse d'externalisation de la préparation des repas.

Encadré 2.1 – Définir l'externalisation de la préparation des repas

Au premier abord, l'externalisation recouvre un spectre de phénomènes assez large quand on parle de préparation des repas. En effet, cette dernière peut être partiellement externalisée quand elle implique la transformation de produits déjà « préparés » à l'extérieur du foyer. On peut par exemple considérer que la préparation d'un plat de pâtes sèches du commerce mélangées à un pot de sauce tomate industrielle que l'on a agrémentée soi-même avec de l'oignon et des carottes coupés en dés est un repas dont la préparation a été partiellement externalisée. La production des repas peut également être totalement externalisée. C'est notamment le cas quand les individus se rendent au restaurant où les plats sont servis sans nécessiter de transformation additionnelle avant d'être consommés. L'externalisation de la préparation des repas peut également être marchande, quand on achète le travail de préparation effectué en amont par d'autres personnes – que ce soit dans une usine ou dans les cuisines d'un restaurant – ou non marchande. Être invité à manger chez ses parents est par exemple une forme non marchande d'externalisation de la préparation des repas.

Dans ce mémoire, on traitera uniquement de l'externalisation marchande de la préparation des repas sous ses formes « totale » ou « quasi-totale ». On s'intéressera aux pratiques suivantes et à leurs fréquences chez les individus:

- Recourir à la livraison à domicile de repas tout prêts la semaine et le week-end.
- Déjeuner le midi sur place dans les restaurants « fast-food », les restaurants « classiques » ainsi qu'à la cantine ou au restaurant d'entreprise.
- Consommer des plats cuisinés du commerce (en conserve, surgelés, traiteur, etc.) ainsi que des plats de restauration rapide⁷⁰.

⁷⁰ Cet item du questionnaire est plus large que celui lié au déjeuner sur place en restauration rapide. Il englobe les plats consommés chez soi et comprends des plats qui ne sortent pas nécessairement des cuisines de la restauration rapide (par exemple les pizzas surgelés). Les exemples donnés dans le questionnaire étaient les suivants : « hamburgers, kebabs, sandwiches, pizzas, quiches, etc. »

Ces pratiques relèvent de ce qu'on a appelé l'externalisation totale car elles ne nécessitent pas ou très peu de travail de préparation additionnel pour les individus et qu'elles subviennent peu ou prou à elles seules aux besoins d'un repas entier. On s'attend donc à ce que ce soit surtout ce type d'externalisation qui soit lié à la moindre fréquence de préparation des repas au sein des foyers des individus⁷¹. De plus, on se restreint à l'externalisation marchande car on fait l'hypothèse que celle-ci constitue la majeure partie des pratiques d'externalisation « totale » des télétravailleur·euses. En effet, on a vu précédemment que les télétravailleur·euses appartenaient aux catégories supérieures et disposaient d'une meilleure situation financière que les autres actif·ves. On s'attend alors à ce que leur recours au marché soit quantitativement plus fréquent que chez ces dernier·es.

2.2) Un plus grand recours à l'externalisation sous toutes ses formes

L'externalisation de la préparation des repas peut prendre plusieurs formes (voir Encadré 2.1) et servir différents objectifs. Les individus peuvent en effet rechercher un gain de temps, une économie de travail ou encore la mobilisation de compétences culinaires ou d'équipements dont ils ou elles ne disposent pas pour la réalisation de certains types de plats qu'ils apprécient. Ainsi, l'externalisation de la préparation des repas renvoie inséparablement à des questions pratiques et à des questions de goûts en matière d'alimentation, elles-mêmes liées à la position sociale des individus⁷². D'une part, l'organisation du temps et de l'espace induite par le télétravail a des conséquences pratiques sur les travailleur·euses qui pourraient être liées à une préférence pour l'externalisation. De l'autre, les télétravailleur·euses sont en grande partie des cadres, diplômé·es, qui ont des ressources financières, et ces dotations en capitaux économiques et culturels pourraient être plus souvent associées à certains types d'externalisation plutôt que d'autres.

Quand on regarde les données de l'enquête CAF, les télétravailleur·euses ont effectivement plus souvent recours à l'externalisation de la préparation des repas que les autres actif·ves. Ce résultat s'avère vrai pour la quasi-totalité des formes d'externalisation étudiées. Les télétravailleur·euses sont proportionnellement plus nombreux·ses que les autres actif·ves à se

⁷¹ Cette hypothèse est par ailleurs étayée par le fait que les individus qui déclarent que les repas ne sont préparés tous les jours ni par eux, ni par leur conjoint·e, ni à plusieurs sont significativement sous-représenté·es dans les personnes déclarant ne jamais se faire livrer, ne jamais manger au restaurant « classique » ou ne jamais consommer de plats préparés du commerce (voir [annexe 2.2](#)).

⁷² BOURDIEU Pierre, *La distinction*, *op. cit.*

faire livrer souvent (9 % contre 2 %) ou « de temps en temps » (26 % contre 19 %) des repas tout prêts la semaine. On retrouve le même profil de résultat pour les livraisons de repas le week-end (voir Tableau 5).

Tableau 5 - Livraison à domicile et télétravail

	Pratique du télétravail			p-valeur
	Non	Oui	Total	
Livraison à domicile de repas tout prêts en semaine				<0,001
Souvent	16 (2,4 %)	46 (8,8 %)	62 (4,6 %)	
De temps en temps	109 (18,8 %)	110 (25,9 %)	219 (21,3 %)	
Rarement	131 (20,6 %)	120 (26,8 %)	251 (22,8 %)	
Jamais	313 (58,1 %)	132 (38,5 %)	445 (51,3 %)	
Livraison à domicile de repas tout prêts le WE				<0,001
Souvent	22 (3,9 %)	29 (6,7 %)	51 (4,9 %)	
De temps en temps	127 (21,7 %)	153 (33,2 %)	280 (25,7 %)	
Rarement	138 (20,6 %)	114 (26,8 %)	252 (22,8 %)	
Jamais	282 (53,7 %)	112 (33,3 %)	394 (46,6 %)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 58,1 % des télétravailleur-euses ne se font jamais de repas tout prêts la semaine contre 51,3 % dans l'ensemble des actif-ves en couple.

Les télétravailleur-euses sont également plus nombreux-ses à manger au moins une fois par semaine dans des restaurants « classiques » (16 % contre 4 % chez les autres actif-ves) ou de type « fast-food » (11 % contre 4 %) mais aussi dans des cantines ou restaurants d'entreprise (25 % contre 15 %). Les télétravailleur-euses consomment également plus que les autres actif-ves des plats de restauration rapide de façon hebdomadaire (39 % contre 26 %).

Finalement, il n'y a pas de différence significative dans la consommation de plats cuisinés du commerce entre les télétravailleur·euses et les autres actif·ves (voir Tableau 6 et Tableau 7).

Tableau 6 - Fréquence des déjeuners le midi dans des lieux de restauration extérieurs et télétravail

	Pratique du télétravail			p-valeur
	Non	Oui	Total	
Restaurant classique				<0,001
Au moins une fois par semaine	30 (3,5%)	79 (15,8%)	109 (7,8%)	
Une à trois fois par mois	82 (13,1%)	124 (30,4%)	206 (19,1%)	
Moins souvent	220 (37,5%)	114 (29,7%)	334 (34,8%)	
Jamais	237 (46,0%)	91 (24,1%)	328 (38,4%)	
Cantine ou restaurant d'entreprise				<0,001
Au moins une fois par semaine	88 (14,9%)	110 (24,8%)	198 (18,3%)	
Une à trois fois par mois	27 (4,4%)	56 (10,1%)	83 (6,3%)	
Moins souvent	52 (9,1%)	59 (16,2%)	111 (11,6%)	
Jamais	402 (71,7%)	183 (48,8%)	585 (63,8%)	
Restauration rapide sur place				<0,001
Au moins une fois par semaine	28 (3,9%)	55 (10,6%)	83 (6,2%)	
Une à trois fois par mois	79 (10,9%)	113 (27,3%)	192 (16,6%)	
Moins souvent	182 (34,4%)	108 (29,2%)	290 (32,6%)	
Jamais	280 (50,8%)	132 (33,0%)	412 (44,6%)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 46 % des non-télétravailleur·euses ne déjeunent jamais le midi au restaurant « classique » contre 38,4 % dans l'ensemble des actif·ves en couple.

Tableau 7 - Fréquence de consommation de plats préparés et de fast-food et télétravail

	Pratique du télétravail			P-valeur
	Non	Oui	Total	
Fréquence de consommation de plats cuisinés du commerce				0,11
Jamais ou presque	243 (44,7%)	139 (37,3%)	382 (42,1%)	
Moins d'une fois par semaine	143 (23,1%)	88 (23,3%)	231 (23,1%)	
Une fois par semaine ou plus	183 (32,2%)	181 (39,4%)	364 (34,7%)	
Fréquence de consommation de plats de restauration rapide				<0,001
Jamais ou presque	166 (31,1%)	83 (22,5%)	249 (28,1%)	
Moins d'une fois par semaine	239 (43,3%)	154 (38,6%)	393 (41,7%)	
Une fois par semaine ou plus	164 (25,7%)	171 (38,9%)	335 (30,3%)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 32,2 % des non-télétravailleur-euses consomment des plats cuisinés du commerce une fois par semaine ou plus contre 34,7 % dans l'ensemble des actif-ves en couple.

Ces deux derniers résultats peuvent surprendre car ces formes d'externalisation se retrouvent par ailleurs plus souvent chez les ménages en difficultés financière et sont aussi possiblement affectés par des biais négatifs de désirabilité sociale⁷³. On aurait ainsi pu s'attendre à une relative sous-représentation des télétravailleur-euses dans ces modalités d'externalisation. Au contraire, ces résultats semblent confirmer la propension des télétravailleurs à externaliser la préparation des repas et ce, de manière relativement indifférenciée quant aux modalités d'externalisation. De plus, quand on distingue télétravailleurs, télétravailleuses et non-télétravailleur-euses comme on l'a fait dans le chapitre précédent, on note que pour les femmes comme pour les hommes, le télétravail est lié à un plus grand recours à l'ensemble des modalités

⁷³ Sur l'enquête CAF en particulier voir BLEHAUT Marianne, GRESSIER Mathilde et PAQUET Nolwenn, 2023, « La précarité alimentaire, en hausse, est liée à moins de diversité dans l'alimentation », *Cahier de recherche N°C357*, 2023.

d'externalisation qui viennent d'être analysées. A ce stade donc, le lien entre télétravail et externalisation n'apparaît pas différent selon le genre.

Jusqu'ici, on a vu que la préparation des repas était réalisée moins souvent dans les foyers des télétravailleur·euses en couple. On a montré par ailleurs que ces dernier·es externalisaient plus souvent que les autres actif·ves la préparation de leurs repas hors du foyer. Cela signifie-t-il pour autant que la préparation de plats « maison » fait l'objet d'un désintérêt de la part des télétravailleur·euses ? Pour répondre à cette question et étudier plus avant le rapport spécifique des télétravailleur·euses à la production des repas, il faut analyser ensemble les pratiques et opinions relatives à la préparation des repas au sein du foyer et les variables indicatrices du recours à l'externalisation.

2.3) *Appréhender l'ensemble de la production des repas*

Comment les télétravailleur·euses se différencient-ils des autres actif·ves du point de vue des pratiques de production des repas dans leur ensemble ? Afin de répondre à cette question, il faut analyser simultanément un ensemble de questions portant sur la préparation des repas au sein du foyer ainsi que sur son externalisation. Pour ce faire, on applique la méthode de l'analyse des correspondances multiples (ACM) pour construire un espace social de la production des repas (voir Encadré 2.2). L'analyse des dimensions de cet espace renseigne sur les principaux facteurs de différenciation entre les actif·ves en couple du point de vue de la production des repas. Elle permet également de situer les télétravailleur·euses par rapport aux autres actif·ves du point de vue de ces facteurs et de faire le lien avec leurs caractéristiques socio-démographiques.

Encadré 2.2 – Construire un espace social de la production des repas avec l'ACM

L'Analyse des Correspondances Multiples (ACM) est une méthode appartenant au champ de l'analyse géométrique des données. A partir d'un ensemble de variables dites « actives », l'ACM permet de construire un espace factoriel qui fait ressortir les principaux clivages qui existent entre les individus du point de vue de ces variables. Autrement dit, elle permet d'identifier quelles variables sont rarement prises ensemble par les répondant·es et aussi lesquelles sont le plus souvent prises ensemble. L'ACM hiérarchise également ces clivages : le premier axe de l'espace factoriel décrit une

opposition au sein des individus qui est plus différenciante que celle sous-tendue par le deuxième axe etc.

On construit ainsi un espace social de la production des repas avec quinze variables actives. Neuf variables portent sur la préparation des repas au sein du foyer. On mobilise ainsi la variable analysée dans le premier chapitre qui compare les fréquences de préparation des répondant·es tout en indiquant si au moins l'un·e des deux fait à manger quotidiennement. On tient également compte de la fréquence de préparation des repas à plusieurs. Les variables liées aux temps pris en général par la préparation des repas au sein du foyer la semaine et le week-end sont également placées en variables actives. Pour compléter la vision du temps qui peut être investi dans la préparation des repas, on mobilise une variable dichotomique qui indique s'il arrive au répondant·e « de faire des plats dont la préparation demande plus d'une heure (sans compter la cuisson) ». Congeler des produits que l'on vient de cuisiner est également considéré comme un indicateur de production des repas chez soi. Enfin, on prend en compte les opinions et perceptions suivantes, liées à la préparation des repas et codées chacune sur deux modalités : l'auto-perception du répondant comme bon cuisinier, le fait d'aimer cuisiner au quotidien ainsi que celui de vouloir passer le moins de temps possible à faire la cuisine. On fait l'hypothèse que ces déclarations reflètent l'attrait pour la préparation des repas et sont liées au moins en partie à des pratiques culinaires reposant sur un investissement, au moins ponctuel, dans la préparation de repas « faits maison ».

Les six autres variables actives sont liées aux pratiques d'externalisation de la préparation des repas. On retrouve les variables analysées dans la section précédente : le recours à la livraison de plats tout prêts, en semaine et le week-end ; la fréquence des déjeuners le midi respectivement au restaurant « classique » et au restaurant « fast-food ; la fréquence de consommation de plats cuisinés du commerce et de produits de restauration rapide.

L'analyse des résultats est effectuée sur les deux premiers axes qui expliquent 75 % de la variance totale du nuage quand on utilise le taux modifié de Benzécri. L'axe 3 et les suivants ne sont pas interprétés. D'une part, l'information expliquée en plus par la prise en compte de l'axe 3 est faible (seulement 6 % supplémentaire, voir diagramme d'inertie en [annexe 2.3](#)). D'autre part, cette même information est difficilement interprétable.

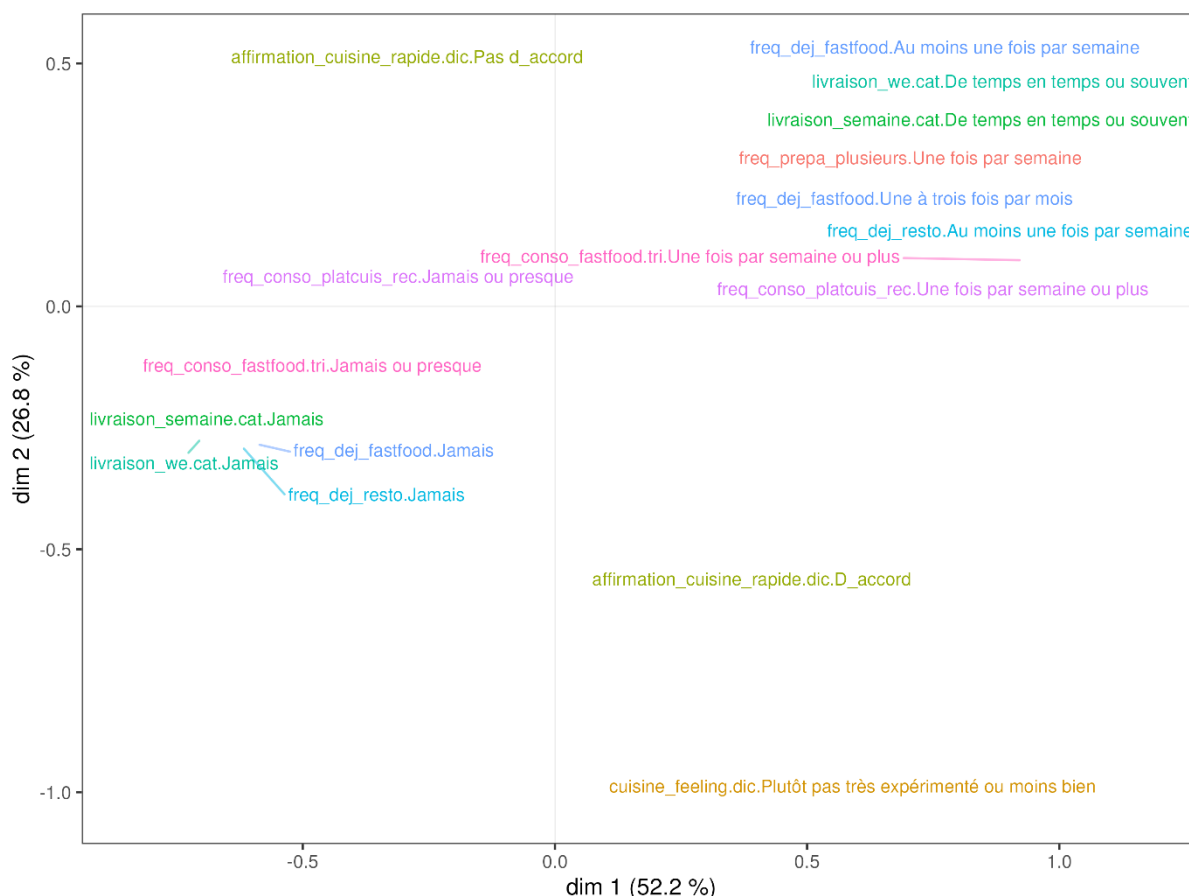
Pour analyser chacun des axes retenus, on utilise la méthode des contributions⁷⁴ : on regarde uniquement les modalités dont la contribution à l'axe est supérieure à la contribution moyenne, ici 1,6 %. Les contributions des variables actives et de leurs modalités aux deux premiers axes sont rapportées en [annexe 2.4](#). Pour enrichir l'interprétation des axes, on projette dans l'espace factoriel des variables dites supplémentaires ou illustratives. Ces variables n'ont pas participé à la construction de l'espace en tant que tel et leurs « positions » dans ce dernier sont calculées *après* la construction des différents axes. La corrélation des variables supplémentaires avec les différents axes est mesurée avec un coefficient (η^2).

2.4) Externaliser, principal trait distinctif des télétravailleur·euses

Le premier axe résume à lui seul plus de la moitié de l'information (52 %). Il oppose les individus qui ont recours de temps en temps ou souvent à la livraison de plats tout prêts la semaine ou le week-end à l'est, à celles et ceux qui n'y font jamais appel à l'ouest (voir Figure 5). Les répondant·es se différencient également le long de l'axe 1 selon leur consommation de fast-food, qu'il s'agisse de repas pris dans les établissements de restauration rapide ou de la consommation de ce type de produits en général. En effet, les individus situé·es à gauche de l'axe ont plus tendance à ne jamais manger ce type de plats alors que celles et ceux à droite sont plus nombreux·ses à en consommer plusieurs fois par mois. Le recours à la livraison à domicile ainsi que la consommation de nourriture « fast-food » contribuent à plus de 50 % de la construction du premier axe. Dans une moindre mesure, celui-ci oppose par ailleurs les individus qui déclarent manger au restaurant « classique » et celles et ceux qui déclarent consommer des plats cuisinés du commerce à l'est à celles et celles et ceux qui déclarent ne jamais avoir ce genre de pratique. Déclarer vouloir passer le moins de temps possible à faire la cuisine est associé positivement à l'axe 1, tout comme ne pas se percevoir expérimenté·e en matière de cuisine. Finalement, on retrouve à droite de l'axe 1 les répondant·es qui préparent à manger à plusieurs une fois par semaine.

⁷⁴ LEBARON Frédéric et LE ROUX Brigitte, 2015, *La méthodologie de Pierre Bourdieu en action: espace culturel, espace social et analyse des données*, Paris, Dunod.

Figure 5 - ACM plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 1



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

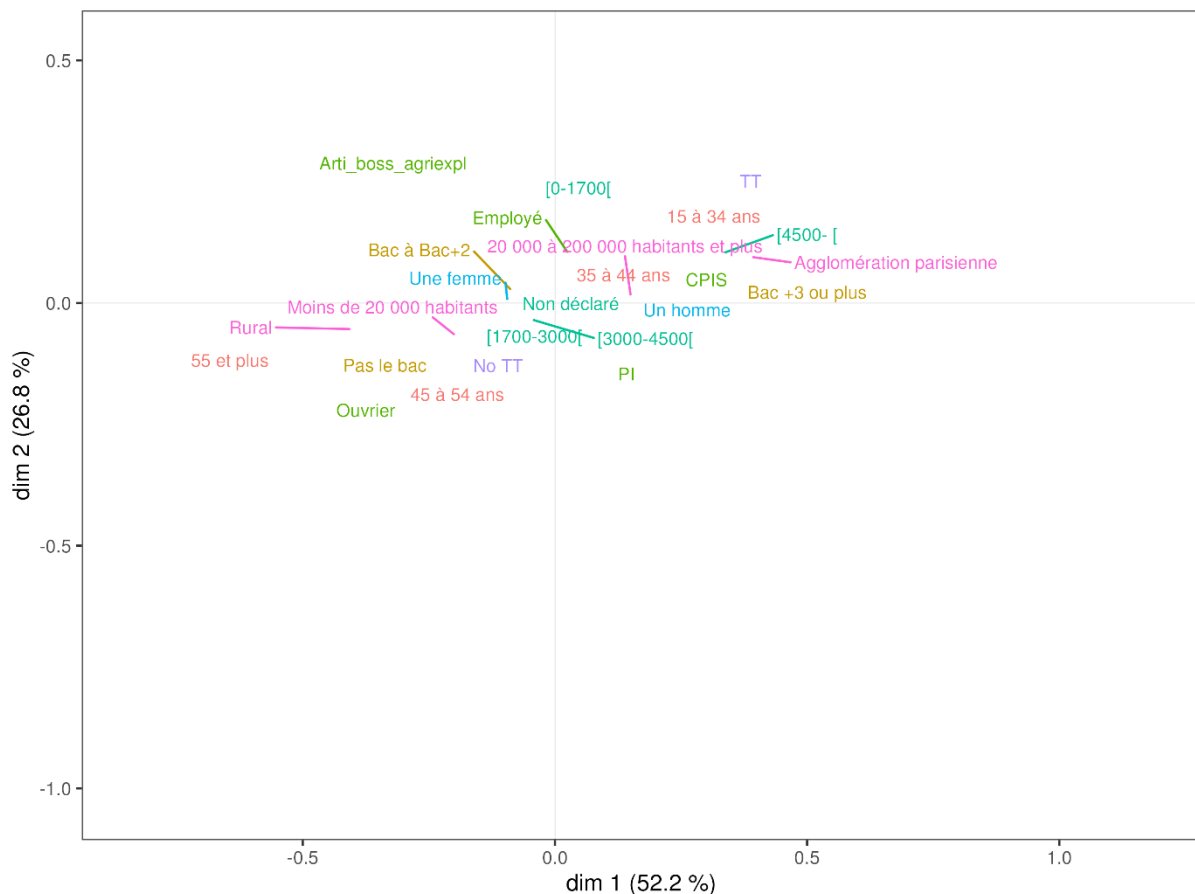
Lecture : Les individus qui n'ont jamais recours à la livraison de plats tout prêts la semaine s'opposent à gauche de l'axe aux répondant·es qui y ont recours de temps en temps ou souvent.

L'axe 1 peut donc être considéré comme l'axe de l'externalisation de la préparation des repas, qui oppose les répondant·es n'y ayant jamais recours à gauche à celles et ceux qui y ont recours à droite. La pratique du télétravail est corrélée à l'axe 1 ($\eta^2 = 6,3$). Les télétravailleur·euses se différencient donc des non-télétravailleur·euses par leur recours au marché pour la préparation de leurs repas, ce qui est cohérent avec ce qui a été montré dans la section précédente. Cependant, le télétravail n'est pas le seul facteur structurant pour l'axe 1 et il est nécessaire d'examiner d'autres variables illustratives pour affiner l'interprétation et mieux cerner le sens que prend cette opposition entre télétravailleur·euses et non-télétravailleur·euses.

Le premier axe est aussi corrélé au niveau de diplôme ($\eta^2 = 11,3$), les individus titulaires d'un bac+3 ou plus au pôle « externalisation » s'opposant aux répondant·es d'un niveau bac+2 ou moins et à celles et ceux n'ayant pas de diplôme au pôle « absence d'externalisation » (voir Figure 6). De même, les répondant·es cadres et dans une moindre mesure les professions

intermédiaires et les employé·es sont plus souvent situés à l'est de l'axe 1 tandis que les ouvrier·es, les agriculteur·trices exploitant·es et les artisan·es, commerçant·es et chef·fes d'entreprises de 10 salarié·es ou plus sont situés à l'ouest ($\eta^2 = 6,1$). Les répondant·es à droite de l'axe 1 sont aussi plus souvent en couple avec des cadres, et professions intermédiaires ($\eta^2 = 5,7$). Ainsi, l'axe 1 distingue les classes moyennes et supérieures diplômées, qui externalisent tout ou partie de la préparation de leurs repas aux classes moyennes et populaires peu diplômées pour qui la préparation de l'essentiel des repas se fait au sein du foyer. Ce résultat renvoie à ce que décrit Bourdieu sur le plus grand recours à l'externalisation des foyers de classes moyennes et supérieures par rapport aux classes populaires, les premières cherchant plus souvent à « gagner du temps » sur la préparation des repas afin entre autres de privilégier la transmission du capital culturel à leurs enfants⁷⁵.

Figure 6 - ACM plan 1-2 : projection des variables supplémentaires



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : Les répondant·es de 55 ans et plus s'opposent le long de l'axe 1 aux individus qui ont entre 15 et 34 ans.

⁷⁵ BOURDIEU Pierre, *La distinction*, op. cit.

L'axe 1 est également corrélé à la possession d'un capital économique. Les répondant·es qui déclarent un revenu mensuel net de leur ménage supérieur à 4 500 euros sont surreprésenté·es à l'est tandis que celles et ceux déclarant un revenu entre 1 700 et 3 000 euros sont surreprésenté·es à l'ouest ($\eta^2 = 2,9$). Les répondant·es situé·es au pôle de l'externalisation sont également proportionnellement plus nombreux·ses à déclarer ne pas s'imposer régulièrement des restrictions sur certains postes de leur budget ($\eta^2 = 4,7$) ni n'avoir changé leur quotidien face à l'augmentation des prix ($\eta^2 = 2,8$). Les actif·ves en couple qui disposent de plus de ressources économiques se distinguent donc dans l'espace de la production des repas par un recours plus fréquent à l'externalisation.

Les personnes vivant dans des communes de plus de 20 000 habitant·es ainsi que celles et ceux résidant dans l'agglomération parisienne sont également surreprésenté·es à l'est de l'axe 1 où ils s'opposent aux habitant·es des communes de moins de 20 000 personnes et à celles et ceux résidant dans les communes rurales ($\eta^2 = 8,8$). Cette opposition peut refléter en partie une différence d'offre : en effet, des solutions d'externalisation comme la livraison à domicile de repas tout prêts sont plus souvent présentes et de manière plus dense dans les grandes villes ou dans l'agglomération parisienne. L'âge est également corrélé à l'axe de l'externalisation ($\eta^2 = 8,5$) et les individus de 15 à 34 ans sont surreprésenté·es au pôle de l'externalisation. Ce résultat est cohérent avec le fait que la livraison à domicile, pratique la plus contributrice à l'axe 1, bénéficie d'un essor relativement récent et est médiée par les technologies numériques (application de livraison), facteurs qui favorisent tous deux son adoption par les plus jeunes⁷⁶.

Finalement, l'axe 1 oppose les hommes aux femmes ($\eta^2 = 1,5$), ces dernières étant plus souvent au pôle de l'absence d'externalisation. Le genre apparaît toutefois relativement moins corrélé à l'axe de l'externalisation que les variables socio-démographiques précédemment étudiées.

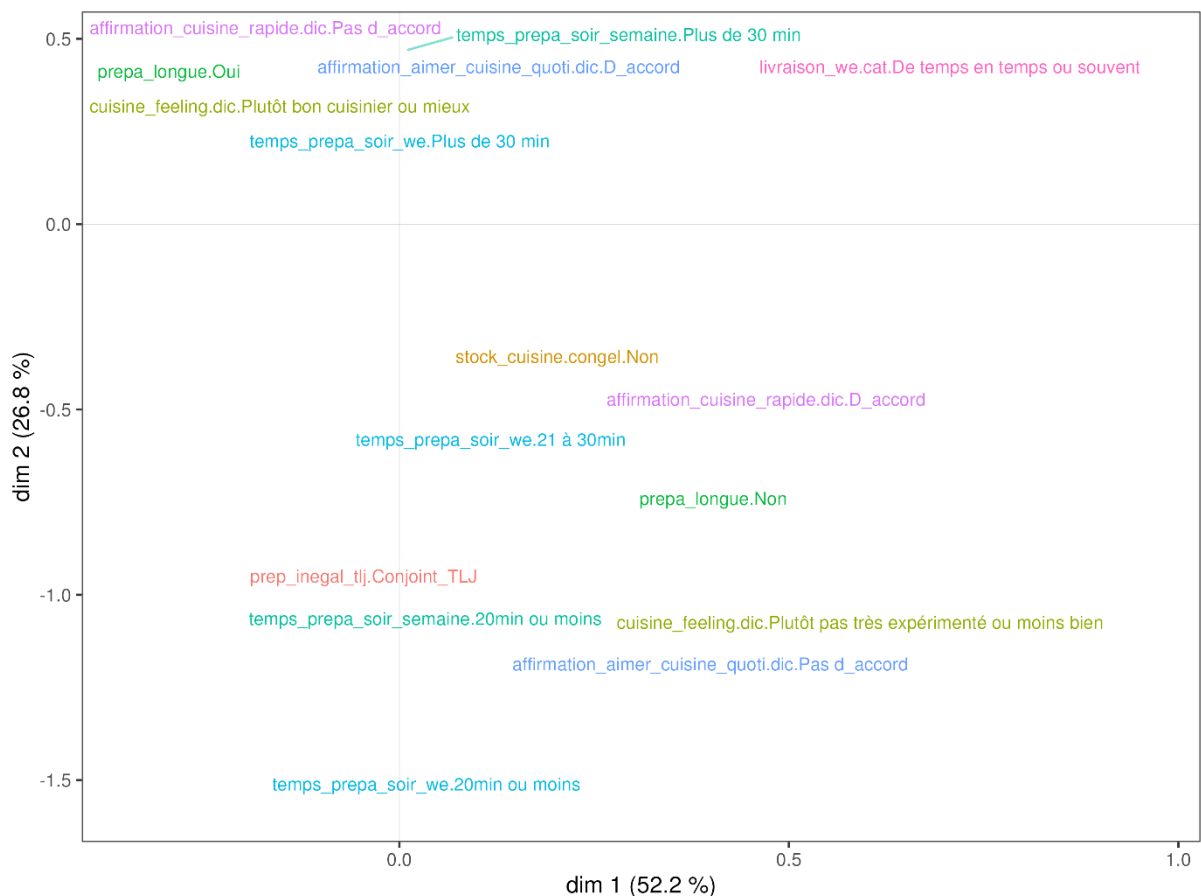
2.5) Les télétravailleur·euses apprécient par ailleurs plus souvent cuisiner

Le deuxième axe explique un quart de la variance du nuage. Il oppose au nord les répondant·es qui déclarent être plutôt d'accord ou d'accord avec l'affirmation « J'aime cuisiner au quotidien » et qui se perçoivent « Plutôt bon cuisinier » ou « Plutôt cordon bleu » à celles et ceux au sud qui déclarent être « Plutôt pas d'accord » et « Pas d'accord » avec l'affirmation précitée et se perçoivent comme « Plutôt pas très expérimenté » ou « Plutôt démuni » en matière

⁷⁶ Sur la croissance du marché de la livraison de repas en termes de consommation, on trouve surtout des études de marché (comme [celle-ci](#) ou [celle-là](#)).

de cuisine (voir Figure 7). L'axe 2 distingue également les individus à qui il arrive de faire des plats dont la préparation demande plus d'une heure en haut de celles et ceux qui déclarent que ce n'est pas le cas en bas. De manière cohérente, en ce qui concerne l'affirmation « Je veux passer le moins de temps possible à faire la cuisine », le deuxième axe distingue en haut les individus en accord de celles et ceux qui déclarent être en désaccord. Le temps de préparation des repas du soir distingue également les individus le long du deuxième axe. On retrouve au nord celles et ceux pour qui la préparation des repas du soir prend 30 minutes ou plus, que ce soit la semaine ou le week-end et celles et ceux pour qui cela prend 20 minutes ou moins au sud. En bas de l'axe 2 on retrouve également les répondant-es qui déclarent préparer les repas elles-mêmes ou eux-mêmes moins d'une fois par mois ou jamais et ceux dont la ou le conjoint-e fait à manger tous les jours ou presque. Finalement, on retrouve au nord de l'axe 2 les répondant-es qui déclarent se faire livrer de temps en temps ou souvent le week-end.

Figure 7 - ACM plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 2



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : Au nord de l'axe 2, les répondant-es qui déclarent être d'accord avec la phrase « J'aime cuisiner au quotidien » se distinguent de celles et ceux qui déclarent qu'ils ne sont pas d'accord avec cette affirmation au sud.

L'axe 2 oppose donc les personnes qui ont des compétences et une appétence pour le fait de faire à manger au nord à celles et ceux qui s'en désintéressent et qui semblent en laisser la responsabilité à leur partenaire. La pratique du télétravail est corrélée à cet axe ($\eta^2 = 2,5$). En effet, les télétravailleur·euses sont surreprésenté·es au pôle de l'attrait pour la cuisine. C'est également le cas des cadres et des employé·es, qui s'opposent en cela aux ouvrier·es et dans une moindre mesure aux professions intermédiaires ($\eta^2 = 2$). Plus généralement, cet axe oppose les foyers de classe moyenne⁷⁷ et dans une moindre mesure les foyers de classes supérieures aux foyers de classes populaires situés en bas de l'axe ($\eta^2 = 1,7$).

Cet axe peut s'interpréter comme celui de la possession d'un « capital culinaire », distinctif socialement et associé à la valorisation et l'affirmation d'un investissement dans la préparation de repas maison que décrit Julie Parsons⁷⁸. La possession de ce capital ne semble pas être une caractéristique distinguant femmes et hommes. En effet, le genre est « orthogonal » à cet axe ($\eta^2 \approx 0$), les répondantes et les répondants étant représenté·es dans les mêmes proportions de part et d'autre de celui-ci. Bien que le « capital culinaire » dépasse les frontières du genre, il peut cependant renvoyer à des logiques différentes pour les hommes et les femmes. Les premiers peuvent affirmer une compétence culinaire renvoyant à l'univers de la cuisine professionnelle associé à une forte valeur sociale ou encore à une rhétorique de loisir et de réalisation de soi⁷⁹. Pour les secondes, l'investissement dans la préparation de repas « maison » est plus souvent liée à des logiques de *care* ou de santé qui peuvent revêtir la forme d'une pression à respecter certaines normes⁸⁰.

Les actif·ves en couple qui télétravaillent préparent moins souvent les repas chez elleux car iels ont plus souvent recours à l'externalisation marchande. Ce recours à l'externalisation est ce qui les distingue le plus des non-télétravailleur·euses du point de vue des moyens mis en œuvre pour produire leurs repas. Toutefois, on a également vu que le premier axe était très lié à des propriétés sociales qui sont aussi celles des télétravailleur·euses : le niveau de diplôme, l'âge,

⁷⁷ Le recodage de la classe du foyer est détaillé en [annexe 2.5](#) et inspiré de AMOSSE Thomas et CAYOUILLE-REMBLIÈRE Joanie, 2022, « A New Nomenclature for French Statistics: The Household PCS », *Economie et Statistique / Economics and Statistics*, 25 juillet 2022, n° 532-33, p. 135-153.

⁷⁸ PARSONS Julie M., *Gender, class and food*, *op. cit.*

⁷⁹ FOUQUET Angèle, « Quand les hommes cuisinent au quotidien : Vers la « masculinisation » d'une pratique domestique », *op. cit.*

⁸⁰ PARSONS Julie M., *Gender, class and food*, *op. cit.*

le fait d'habiter en ville, d'être cadre, etc (voir [encadré 0.1](#)). Le lien entre le télétravail et l'externalisation n'est-il alors qu'un reflet des propriétés sociales des télétravailleur·euses ? Une analyse « toutes choses égales par ailleurs » du positionnement des répondant·es sur l'axe des pratiques d'externalisation suggère que non : le télétravail est bien lié au fait de recourir plus souvent à l'externalisation de la préparation des repas quand on contrôle la taille de la ville de résidence, l'âge, le niveau de diplôme, la classe et le genre⁸¹. Ainsi, ce recours plus fréquent à des pratiques comme la livraison de repas tout prêts pourrait s'expliquer en partie par des propriétés du télétravail en lui-même, comme le fait de vouloir « remplacer » les repas produits à la cantine ou dans les commerces de proximité présents sur le lieu de travail ou une propension plus grande à commander en ligne pour gagner du temps pour d'autres activités.

De manière secondaire, les télétravailleur·euses se distinguent des autres actif·ves en couple par une appétence plus prononcée pour la cuisine et le temps passé à préparer à manger. Cette distinction semble recouper des différences de classes sans faire intervenir par ailleurs les clivages d'âge ou de lieu de résidence observés pour les pratiques d'externalisation. Le télétravail apparaît alors comme un facteur favorisant l'investissement dans la cuisine.

Ces tendances dégagées pour l'ensemble de la population des actif·ves en couple, on a une idée des différences entre télétravailleur·euses et non-télétravailleur·euses du point de vue de la production des repas. Toutefois, on se demande si ces différences prennent le même sens pour les hommes et pour les femmes. En effet, à la base du « *Gender Flexibility Paradox* » théorisé par Heejung Chung se trouve le fait qu'hommes et femmes sont sujet·tes à des contraintes et des normes différentes auxquelles le télétravail « permet » de répondre de manière différente⁸². Dans la suite, on cherche à savoir comment se décline le lien entre télétravail et pratiques de production des repas selon le genre.

⁸¹ Régression linéaire des coordonnées des individus sur l'axe 1 sur le télétravail et les caractéristiques socio-démographiques. Ces résultats ainsi que d'autres sur « l'effet télétravail » sur l'externalisation des repas sont présentés en [annexe 2.6](#).

⁸² CHUNG Heejung, *The flexibility paradox...*, *op. cit.*

3) Les contextes genrés de l'externalisation en télétravail

Dans le chapitre précédent, on a vu que la pratique du télétravail était corrélée à l'externalisation dans l'espace social de la production des repas et dans une moindre mesure à l'implication et au goût pour la cuisine « maison ». Dans ce chapitre, on se demande quelles sont les spécificités, pour les femmes par rapport aux hommes, du lien entre la pratique du télétravail et les pratiques de production des repas à la maison. Pour ce faire, on approfondit les résultats de l'ACM réalisée précédemment avec une autre méthode issue de l'analyse géométrique des données, l'analyse spécifique de classe (CSA), dont on explique et justifie l'intérêt dans l'encadré ci-dessous.

Encadré 3.1 – *Class Specific Analysis (CSA)*

On souhaite dans ce chapitre étudier les spécificités selon le genre du lien entre télétravail et pratiques de production des repas. Ces spécificités ne peuvent s'établir que par rapport à un lien plus général entre externalisation et télétravail que l'on a établi précédemment pour l'ensemble des actif·ves en couple et doivent pouvoir être comparables entre elles. On cherche par ailleurs à conserver une approche relationnelle afin de comprendre le sens que prennent les pratiques d'externalisation en lien avec les autres pratiques de production des repas et la manière dont elles sont structurées par le télétravail. On souhaite alors mobiliser une méthode issue de l'analyse géométrique des données. On a donc choisi d'avoir recours à l'analyse spécifique de classe ou *Class Specific Analysis (CSA)*. Cette méthode permet d'analyser les oppositions qui existent au sein de sous-groupes d'individus – dans notre cas les hommes et les femmes – tout en gardant des distances qui séparent ces individus au sein d'un espace de référence comprenant la population entière⁸³. Ici, l'espace de référence est celui des pratiques de production des repas qui a été construit dans la partie précédente. Concrètement, deux sous-espaces, avec leurs axes et les modalités qui y contribuent, sont construits en utilisant les coordonnées et les modalités des individus dans l'espace de référence. On calcule les angles que font les axes des CSA avec ceux de l'ACM pour évaluer la ressemblance entre les principes structurant des deux analyses spécifiques avec ceux de l'analyse initiale. L'analyse des deux sous-espaces se fait ensuite de la même manière que pour une ACM (projection des

⁸³ LEBARON Frédéric et LE ROUX Brigitte, *La méthodologie de Pierre Bourdieu en action: espace culturel, espace social et analyse des données*, op. cit.

variables dans un plan, opposition entre les catégories, analyse des contributions de certaines modalités aux axes et des corrélations avec les variables supplémentaires, etc.) et on compare les principes structurants de chaque sous-espace entre eux et avec ceux de l'espace de référence⁸⁴. Cette comparaison est statistiquement possible car les deux sous-espaces sont issus du même espace factoriel. C'est ce dernier point qui justifie l'intérêt de réaliser une CSA pour les hommes et une pour les femmes par rapport à la réalisation de deux ACM séparées, dont les espaces factoriels ne sont pas comparables entre eux.

3.1) Chez les télétravailleurs, une externalisation qui décharge les conjointes

L'axe 1 de la CSA réalisée sur les hommes est relativement aligné avec le premier axe de l'ACM principale⁸⁵ (12°) et explique 50 % de la variance du nuage des hommes. Il oppose également les hommes ayant recours à l'externalisation à droite à ceux n'y ayant jamais recours à gauche (voir Figure 8).

Les variables liées au recours à la livraison de plats tout prêts, que ce soit la semaine ou le week-end, figurent toujours parmi les plus contributives à la construction du premier axe⁸⁶. De même pour la consommation de « fast-food », sur place ou de manière générale, dont la contribution totale avoisine les 30 % comme dans l'ACM de référence. La fréquentation de restaurants « classiques » le midi est quant à elle plus distinctive chez les hommes que dans l'ensemble de la population des actifs en couple. Contrairement au premier axe de l'ACM de référence, les variables liées à l'auto-perception du talent culinaire ainsi que le fait vouloir passer le moins de temps possible à faire la cuisine ne contribuent pas plus que la moyenne à l'axe 1 de la CSA. En revanche, l'organisation de la préparation des repas dans le foyer différencie les hommes le long du premier axe de la CSA, ce qui n'est pas le cas dans l'ACM de référence. Ainsi, les répondants qui préparent plus fréquemment à manger que leur conjointe sans qu'aucun des conjoints ne préparent à manger quotidiennement s'opposent à droite aux répondants dont la conjointe fait à manger tous les jours ou presque. Les répondants qui préparent les repas à plusieurs une fois par semaine se situent également à droite de l'axe. Chez les hommes, l'axe

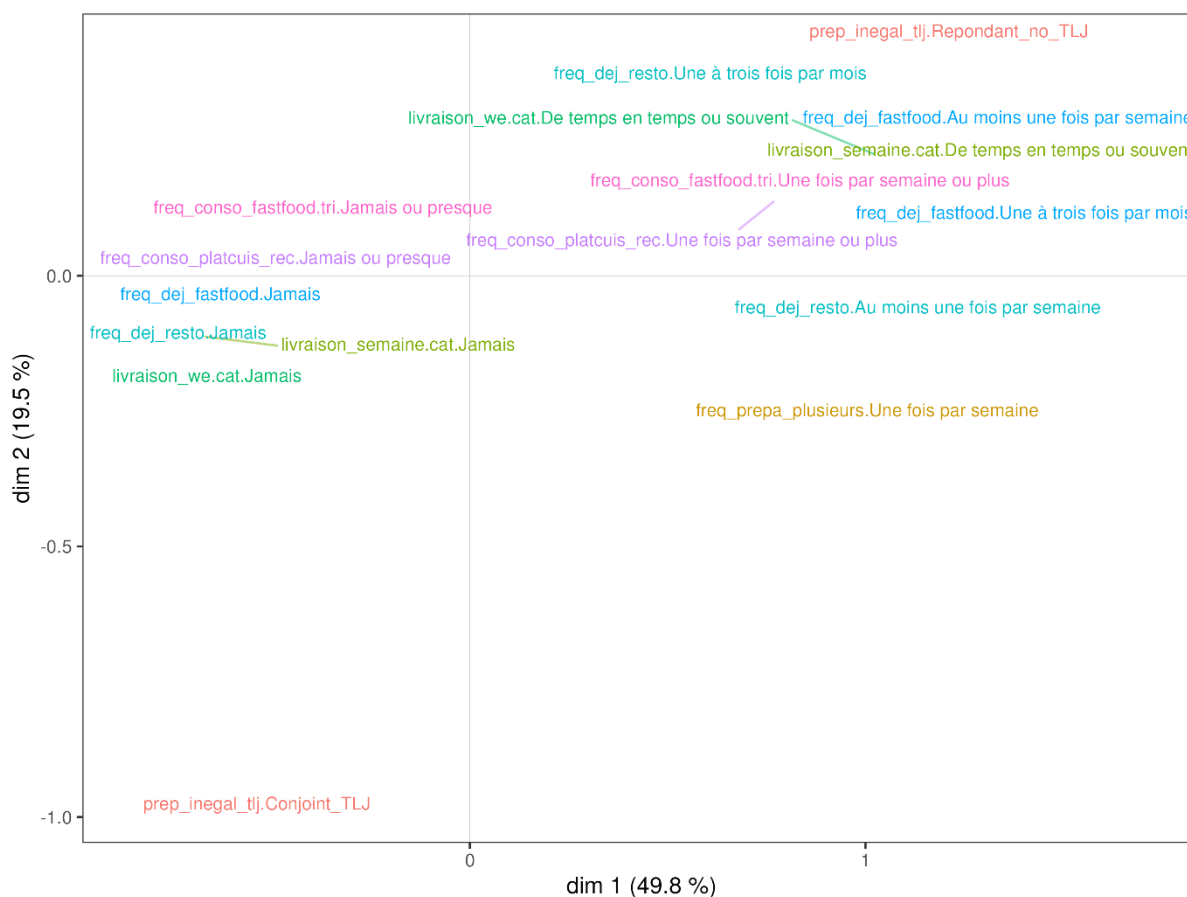
⁸⁴ HJELLBREKKE Johs et JARNESS Vegard, 2022, « Cultural divisions and time: Mapping diachronic homologies using class-specific MCA (CSA) », *Bulletin of Sociological Methodology/Bulletin de Méthodologie Sociologique*, 1 juillet 2022, vol. 155, n° 1, p. 136-158.

⁸⁵ Voir [annexe 3.1](#) pour les angles des CSA avec l'ACM principale.

⁸⁶ Voir [annexe 3.2](#) pour les contributions des variables actives aux axes.

de l'externalisation est donc aussi, dans une moindre mesure, l'axe de la moindre assignation de leur conjointe à la préparation quotidienne des repas.

Figure 8 – CSA sur les hommes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 1



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

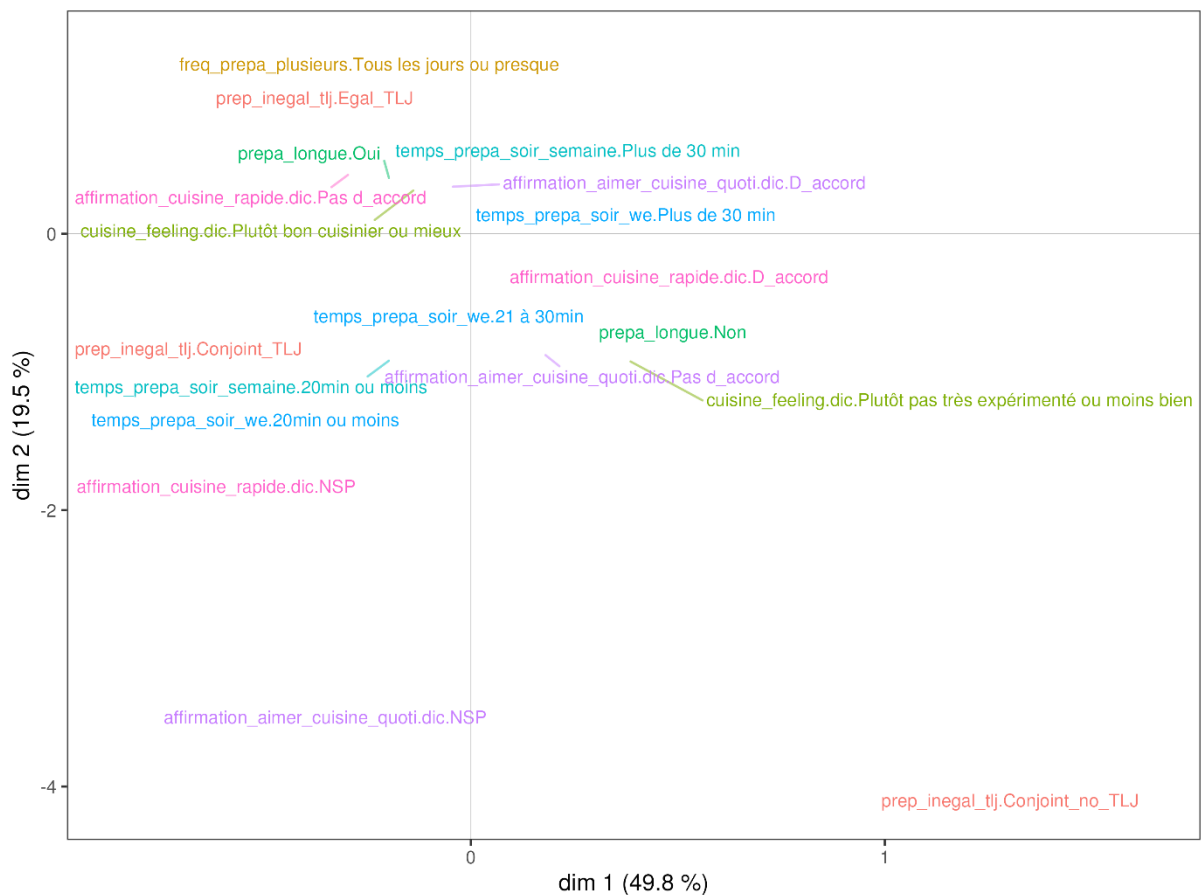
Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 399 actifs en couple pour le sous-nuage des hommes.

Lecture : A l'est de l'axe 1, les répondants qui déjeunent au fast-food au moins une fois par semaine s'opposent aux répondants qui n'y vont jamais à l'ouest.

Le deuxième axe de la CSA explique près d'un cinquième de la variance du nuage et fait un angle de 25° avec l'axe 2 de l'ACM (voir Figure 9). Il oppose en premier lieu les répondants qui déclarent qu'eux et leur conjointe cuisinent tous les deux quotidiennement au nord à ceux qui déclarent que leurs conjointes cuisinent plus fréquemment au sud. Du reste, on retrouve comme dans l'axe 2 de l'ACM de référence les variables liées au goût et à l'investissement dans la cuisine : en haut de l'axe 2 de la CSA, les répondants qui aiment cuisiner au quotidien, qui passent plus de 30 minutes à faire à manger la semaine et le week-end, qui déclarent faire des préparations de plus d'une heure ; au sud ceux qui n'aiment pas cuisiner au quotidien, qui

passent moins de 20 minutes à faire à manger la semaine ou le week-end et qui déclarent ne pas faire de préparation qui durent plus d'une heure. Cet axe oppose donc les hommes qui sont détachés de la cuisine et laissent leur conjointe faire à manger à des hommes dans des configurations qui peuvent se rapprocher de ce que Aarseth décrit comme participant à la « dé-généralisation » de la cuisine où la préparation des repas est un intérêt commun du couple⁸⁷.

Figure 9 - CSA sur les hommes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 2



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 399 actifs en couple pour le sous-nuage des hommes.

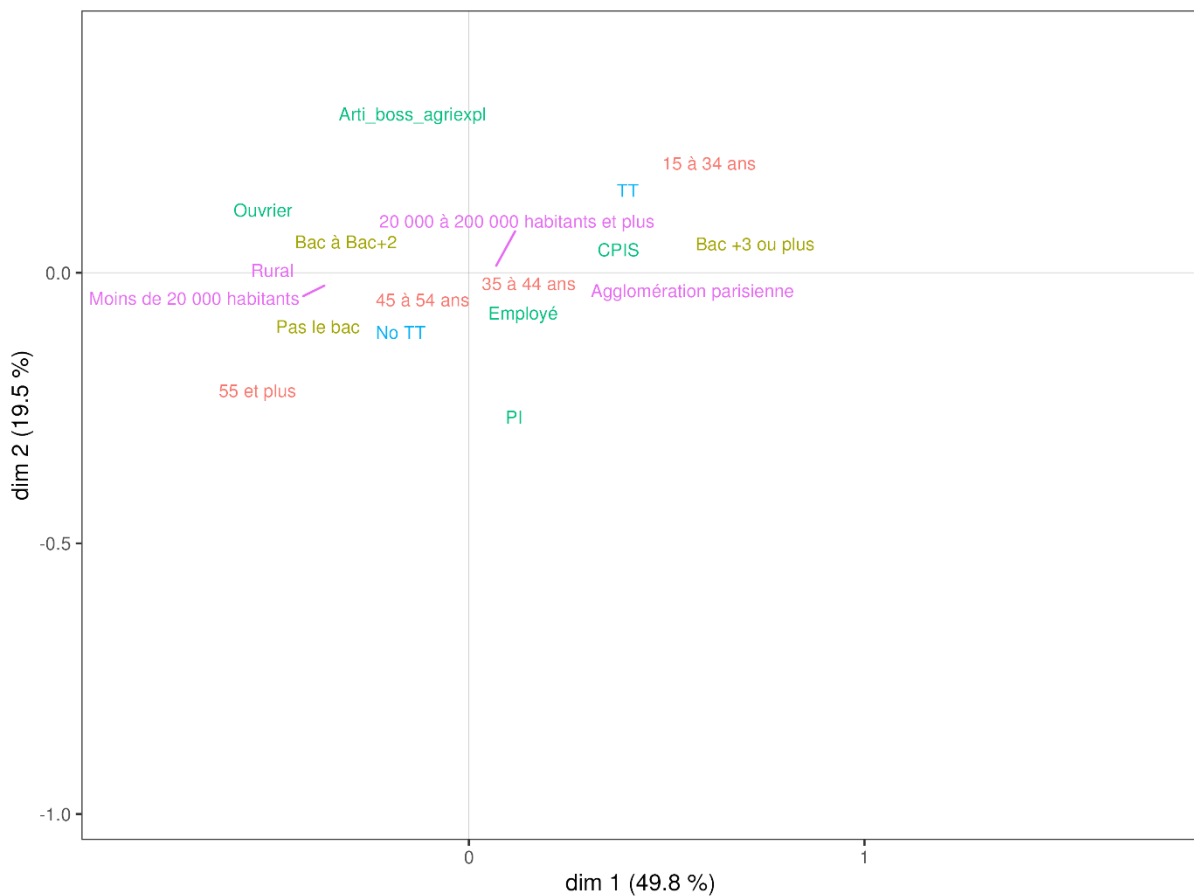
Lecture : Au nord de l'axe 2, les répondants à qui déclare aimer cuisiner quotidiennement s'oppose aux répondants qui déclarent que ce n'est pas le cas.

De la même manière dans l'ACM de référence, le niveau de diplôme ($\eta^2 = 19,5$), la catégorie d'âge ($\eta^2 = 12$) et la taille de la commune de résidence ($\eta^2 = 11,2$) apparaissent être les facteurs les plus structurants pour l'axe de l'externalisation et sont en même temps très peu corrélés à

⁸⁷ AARSETH Helene et OLSEN Bente Marianne AND, « Food and masculinity in dual-career couples », *op. cit.*

l'axe de l'appétence pour la cuisine (voir Figure 10). Les télétravailleurs se distinguent des non-télétravailleurs par leur recours à l'externalisation associé à une plus grande fréquence de préparation des repas que leur conjointe ($\eta^2 = 8$). Le long de l'axe 2 en revanche, le télétravail semble peu voire pas distinctif pour les hommes par rapport aux résultats de l'ACM de référence pour l'ensemble des répondant·es ($\eta^2 = 1$). Autrement dit, les télétravailleurs ne se trouvent pas plus que les non-télétravailleurs dans des configurations égalitaires où la cuisine est faite tous les jours et où l'on apprécie préparer à manger.

Figure 10 - CSA sur les hommes plan 1-2 : projection des variables supplémentaires



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 399 actifs en couple pour le sous-nuage des hommes.

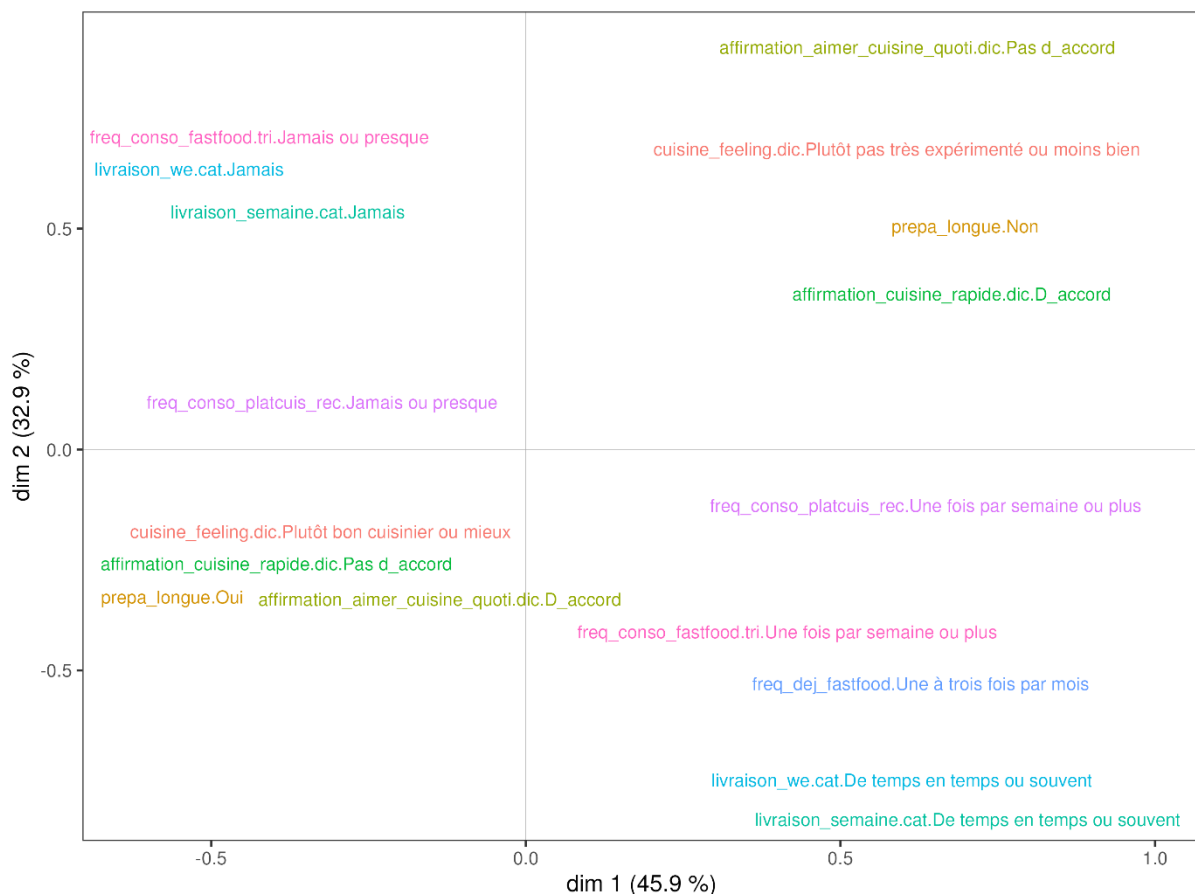
Lecture : Les habitants des communes rurales s'opposent à l'ouest aux habitants de l'agglomération parisienne.

3.2) Chez les télétravailleuses, une externalisation indissociable d'un positionnement vis-à-vis de la cuisine

Les axes du sous-espace des femmes sont moins « alignés » que précédemment avec les axes de l'ACM de référence. L'axe 1 représente 46 % de l'inertie du nuage et fait un angle de 29° avec le premier axe de l'ACM (voir Figure 11). Il oppose à droite les répondantes qui se

déclarent peu expérimentées dans la construction des repas, qui veulent passer le moins de temps à faire la cuisine et qui n'aiment pas cuisiner au quotidien à l'est, à celles qui affirment le contraire des positions précitées à l'ouest. Les répondantes qui déclarent ne pas faire de préparation qui durent plus d'une heure se situent à l'est du premier axe de la CSA tandis que celle à qui cela arrive se situent à l'ouest. Cet axe distingue également celles qui ont recours à l'externalisation sous forme de consommation de nourriture de type « fast-food », de plats cuisinés du commerce et de livraison de plats tout prêts à droite de celles qui n'ont jamais recours à ces formes d'externalisation à gauche.

Figure 11 - CSA sur les femmes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 1



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 578 actives en couple pour le sous-nuage des femmes.

Lecture : A gauche de l'axe 1, les répondantes qui déclarent ne jamais utiliser de plats cuisinés du commerce s'oppose à celles qui déclarent en consommer une fois par semaine ou plus à droite.

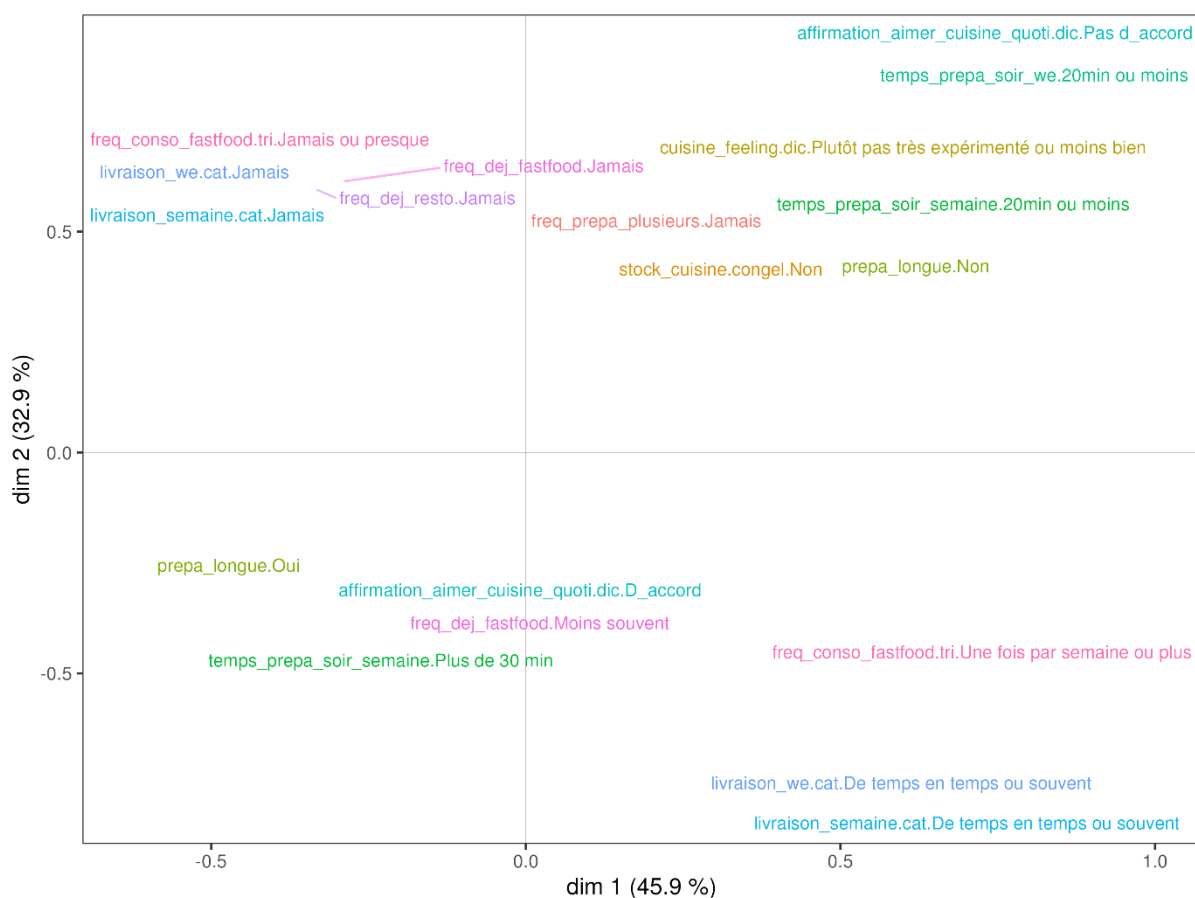
Les variables liées à l'appétence pour la cuisine jouent un rôle plus prépondérant dans la construction de l'axe 1 de la CSA que dans l'axe 1 de l'ACM de référence. Par ailleurs, toujours

à la différence de l'ACM principale, la contribution des modes d'externalisation impliquant de manger à l'extérieur (en restauration rapide ou « classique ») contribuent peu ou moins que la moyenne. On peut donc interpréter cet axe comme opposant à l'est des répondantes qui ont une pratique de l'externalisation « pragmatique » associée à un désintérêt pour la cuisine, et à l'ouest des répondantes pleinement investies dans la préparation de plats « maison » et qui n'ont pas recours à l'externalisation. Cette distinction évoque certains profils de la typologie de femmes établie par Colette Sluys et ses collègues vis-à-vis de l'organisation domestique des repas. Les répondantes à droite de l'axe peuvent être rapprochées des « objectrices » décrites par Sluys qui présentent un désintérêt pour la cuisine, utilisent beaucoup de plats préparés et ne tirent pas de fierté de la gestion du quotidien⁸⁸. Les répondantes à gauche de l'axe 1 de la CSA ressemblent plus aux « guerrières » de cette même typologie, qui sont fières de leur savoir-faire, pour qui « faire la cuisine quotidiennement est un plaisir, une distraction [...] une activité morale » et qui utilisent très peu de plats cuisinés (*Ibid*). Cet axe peut donc s'interpréter comme celui de l'engagement des femmes dans la cuisine.

L'axe de 2 de la CSA sur les femmes explique 33 % de la variance du nuage et fait un angle de 32° avec le deuxième axe de l'ACM de référence (voir Figure 12). Les variables liées à la livraison de plats tout prêts contribuent à près d'un tiers de la construction de cette axe : au sud, les répondantes qui déclarent y avoir recours de temps en temps ou souvent la semaine ou le week-end s'opposent à celles qui n'y ont jamais recours au nord. On retrouve également en bas les répondantes qui déclarent aimer cuisiner au quotidien, qui s'opposent à celles pour qui ce n'est pas le cas en haut. La non-consommation de fast-food distingue également les répondantes au nord de l'axe 2 par rapport à celles qui en consomment au sud, tout comme le fait de ne pas préparer des plats pendant plus d'une heure. Finalement, on retrouve en haut du deuxième axe de la CSA les répondantes qui ne déjeunent jamais le midi au restaurant « classique », qui se déclarent peu expérimentées en cuisine, qui ne congèlent jamais des produits qu'elles viennent de cuisiner, qui ne préparent jamais les repas à plusieurs et qui passent 20 minutes ou moins à faire à manger les soirs de week-end.

⁸⁸ SLUYS Colette et al., « « Chérie, qu'est-ce qu'on mange ce soir ? » », *op. cit.*

Figure 12 - CSA sur les femmes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 2



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

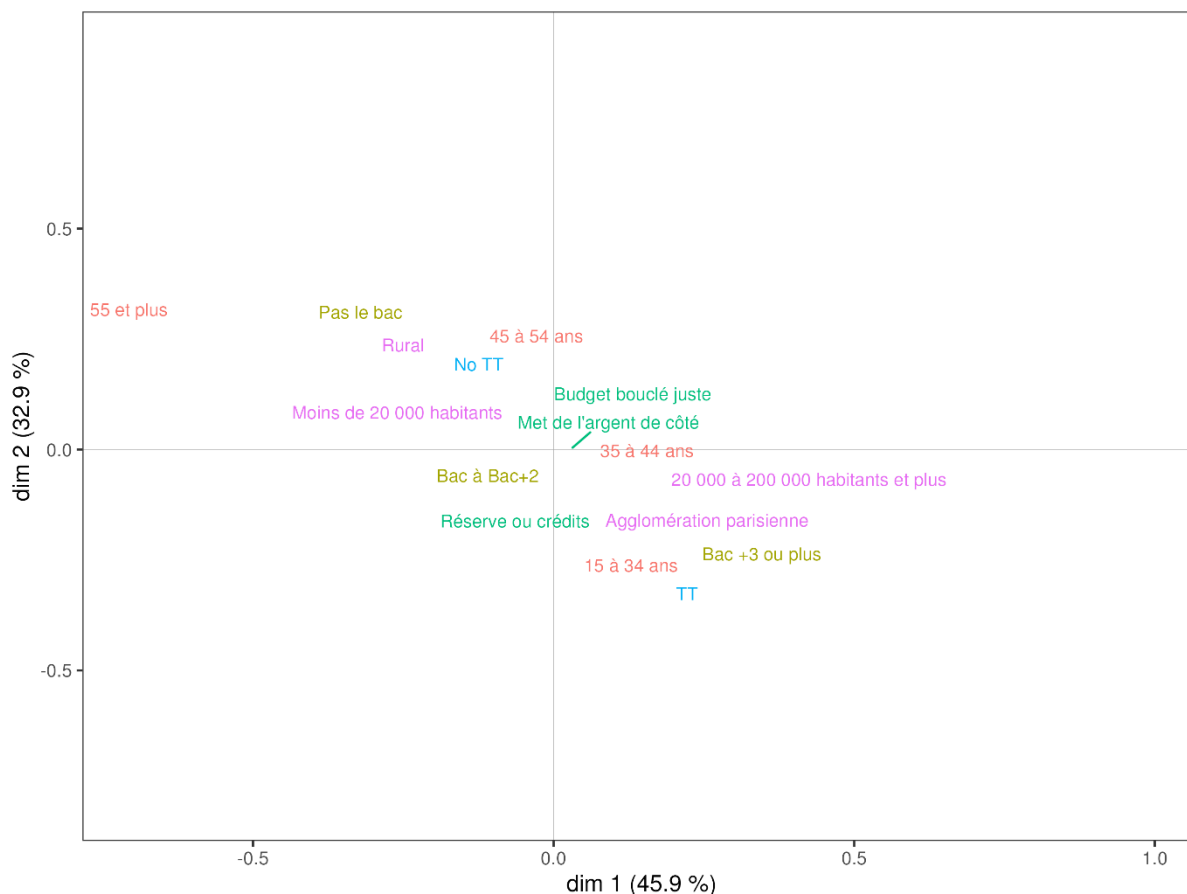
Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 578 actives en couple pour le sous-nuage des femmes.

Lecture : En haut de l'axe 2, les répondantes qui n'aiment pas cuisiner au quotidien s'opposent à celles qui déclarent aimer cuisiner au quotidien en bas.

L'axe 2, comme le premier axe de la CSA, mêle donc des variables liées à l'externalisation de la préparation des repas à des variables liées au goût et à l'investissement pour la cuisine. Il diffère en cela également de l'axe 2 de l'ACM qui était construit quasi-exclusivement avec des variables liées à l'appétence pour la préparation des repas. Ce deuxième axe oppose au nord les répondantes qui n'ont pas recours aux différentes formes d'externalisation (mis à part les plats cuisinés) et qui n'aiment pas cuisiner au quotidien, aux répondantes qui ont recours à la livraison de plats tout prêts et consomment des produits de restauration rapide tout en appréciant cuisiner au quotidien et passer du temps à faire à manger. L'axe 2 de la CSA peut donc

s'interpréter comme la distinction entre une « sobriété » alimentaire au nord et un « omnivorisme » culinaire⁸⁹ au sud alliant préparation « maison » et externalisation.

Figure 13 - CSA sur les femmes plan 1-2 : projection des variables supplémentaires



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 578 actives en couple pour le sous-nuage des femmes.

Lecture : En haut de l'axe 2, les répondantes qui n'ont pas le baccalauréat s'opposent aux répondantes qui ont un diplôme de niveau Bac+3 ou plus au sud.

La catégorie d'âge, la taille de la commune de résidence ainsi que le niveau de diplôme sont corrélés au premier axe mais aussi, dans une moindre mesure au deuxième axe de la CSA. Ainsi, les jeunes, les citadines et les plus diplômées restent associées aux pratiques d'externalisation (voir Figure 13). Les variables indicatrices du capital économique jouent un rôle plus clair que dans l'ACM de référence dans la structuration de l'axe 2. Ce dernier oppose au pôle de la sobriété les répondantes qui déclarent « vivre un peu sur [leur] réserve » ou avoir « pris un (ou plusieurs) crédits pour arriver à boucler [leur] budget » à celles qui arrivent à

⁸⁹ PETERSON Richard A. et KERN Roger M., 1996, « Changing Highbrow Taste: From Snob to Omnivore », *American Sociological Review*, 1996, vol. 61, n° 5, p. 900-907.

« boucler juste [leur] budget avec [leur] revenus » au pôle de l’omnivorisme culinaire. On retrouve également au nord les répondantes qui déclarent être obligées de s’imposer des restrictions sur leur budget dédié à l’alimentation à celles pour qui ce n’est pas le cas au sud. La pratique du télétravail est quant à elle corrélée aux deux premiers axes de la CSA. Toutefois alors que dans l’espace de référence le télétravail était plus distinctif sur le premier axe que sur le deuxième, c’est l’inverse dans la CSA sur les femmes. Le télétravail est donc plus lié à l’axe de l’externalisation « omnivore » qu’à celui de l’externalisation pragmatique.

3.3) *Un lien genré entre télétravail et pratiques d’externalisation*

L’intérêt de réaliser ces deux CSA est de pouvoir les comparer. A cette fin, on résume dans le Tableau 8 ci-dessous les principaux résultats établis jusqu’ici :

Tableau 8 - Résumé de l’analyse des CSA

Axe	ACM	CSA Hommes	CSA Femmes
1	<p><u>Principe d’opposition</u> :</p> <p>Externalisation <i>versus</i> production exclusivement chez soi</p> <p><u>Corrélation télétravail</u> :</p> <p>Oui ($\eta^2 = 6,3$)</p>	<p><u>Principe d’opposition</u> :</p> <p>Externalisation « égalitaire » <i>versus</i> production exclusivement chez soi « inégalitaire »</p> <p><u>Corrélation télétravail</u> :</p> <p>Oui ($\eta^2 = 8$)</p>	<p><u>Principe d’opposition</u> :</p> <p>Externalisation « objectrice » <i>versus</i> production exclusivement chez soi « guerrière »</p> <p><u>Corrélation télétravail</u> :</p> <p>Faible ($\eta^2 = 1,6$)</p>
2	<p><u>Principe d’opposition</u> :</p> <p>Goût et investissement dans la cuisine <i>versus</i> désintérêt</p> <p><u>Corrélation télétravail</u> :</p> <p>Faible ($\eta^2 = 2,5$)</p>	<p><u>Principe d’opposition</u> :</p> <p>Goût et investissement dans la cuisine « de-genrés » <i>versus</i> désintérêt « genré »</p> <p><u>Corrélation télétravail</u> :</p> <p>Faible ($\eta^2 = 1$)</p>	<p><u>Principe d’opposition</u> :</p> <p>« Omnivorisme » ou « hédonisme » culinaire <i>versus</i> sobriété alimentaire</p> <p><u>Corrélation télétravail</u> :</p> <p>Oui ($\eta^2 = 5,6$)</p>

On remarque tout d’abord que les principes d’opposition dans les pratiques de production des repas des femmes diffèrent de ceux des hommes en ce qu’ils impliquent toujours un positionnement vis-à-vis de la cuisine (aimer ou ne pas aimer, y accorder du temps ou ne pas y accorder du temps). Autrement dit, si certaines femmes se distinguent par leur pratiques d’externalisation, « pragmatique » ou « omnivore », elles se différencient aussi par les

affirmations et justifications autour de l'investissement dans la cuisine qui « accompagne » cette externalisation. Chez les hommes, on se distingue principalement par un recours plus ou moins grand à l'externalisation et *indépendamment* ainsi que dans une moindre mesure par l'affirmation d'une appétence ou d'un désintérêt pour le fait de cuisiner. Les femmes sont donc sujettes à la pression de réaliser des plats « faits maison » et l'externalisation doit donc être justifiée, ce qui n'est pas le cas pour les hommes⁹⁰.

Chez les hommes, l'équilibre dans la préparation des repas entre le répondant et sa conjointe contribue à la construction des axes ce qui n'est pas le cas dans le sous-espace des femmes. Les hommes se distinguent donc entre eux par l'organisation domestique qu'ils ont avec leur conjointe, ce qui est beaucoup moins le cas pour les femmes chez qui, pour rappel, domine la configuration où elles font la cuisine quotidiennement et plus que leur conjoint (cf. chapitre 1 Figure 3). Ainsi, chez les hommes, le recours à l'externalisation va de pair avec une moindre assignation des conjointes à la cuisine quotidienne, ce qu'on n'observe pas distinctement chez les femmes.

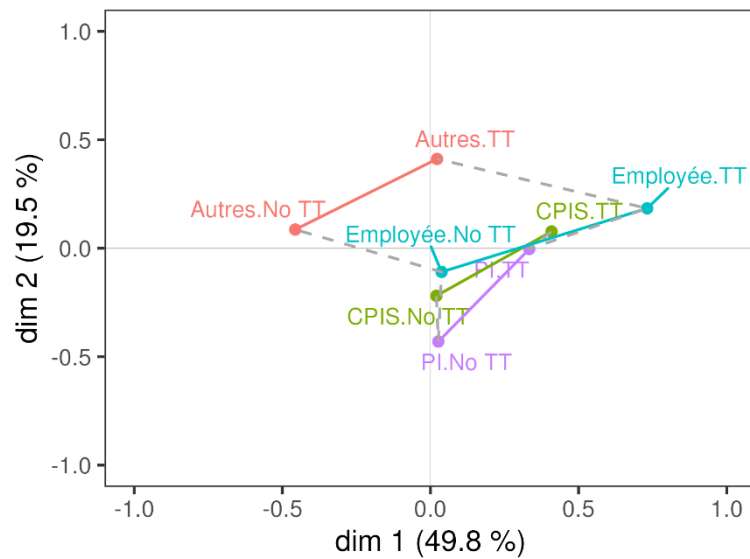
On constate enfin que le lien entre pratique du télétravail, externalisation et préparation des repas à la maison varie selon le genre. Chez les hommes, les télétravailleurs se distinguent des non-télétravailleurs par une pratique de l'externalisation qui ne s'accompagne pas nécessairement de justification mais qui est toutefois légitimée par une implication non-quotidienne des femmes dans la cuisine, signe d'une organisation domestique qui se veut « non-traditionaliste ». Les télétravailleuses quant à elles se différencient à première vue des non-télétravailleuses par un « omnivorisme » culinaire qui allie pratique de livraison à emporter et investissement dans la préparation des repas. Cette dernière interprétation peut toutefois être affinée en incluant le rôle de la classe sociale à nos analyses.

En effet, quand on projette dans les plans 1-2 des deux CSA l'interaction entre la PCS⁹¹ et le télétravail, on remarque que si « l'effet » du télétravail semble univoque selon la classe pour les hommes, ce n'est pas le cas pour les femmes (voir Figure 14 et Figure 15).

⁹⁰ PARSONS Julie M., *Gender, class and food, op. cit.*

⁹¹ La PCS est ici codée sur 4 modalités : Cadre, employé·es et professions intermédiaires, qui sont les PCS qui télétravaillent le plus, et « Autres » qui réunit les ouvrier·es, agriculteur·trices exploitant·es et artisan·es, commerçant·es et chef·fes d'entreprise de plus de 10 salarié·es.

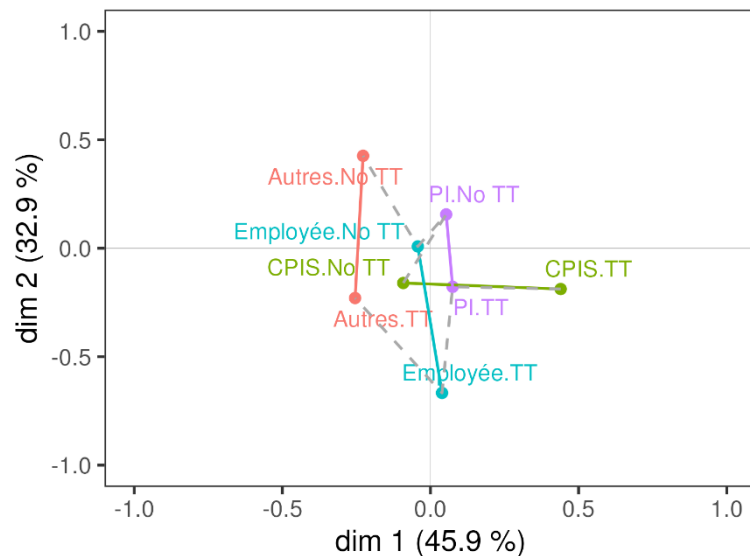
Figure 14 - CSA sur les hommes plan 1-2 : Projection de l'interaction entre PCS et télétravail



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 399 actifs en couple pour le sous-nuage des hommes.

Figure 15 - CSA sur les femmes plan 1-2 : Projection de l'interaction entre PCS et télétravail



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus pour la construction du nuage de référence. 578 actives en couple pour le sous-nuage des femmes.

En effet, chez les hommes, pour les cadres, les employés et dans une moindre mesure pour les professions intermédiaires, le fait de télétravailler est associé à des « déplacements » dans le plan 1-2 qui ont à peu près la même direction (nord-est). Chez les femmes en revanche, si la pratique du télétravail est associée à un déplacement vers le sud du quadrant chez les employées et les professions intermédiaires, il est associé à un déplacement quasiment orthogonal vers l'est

pour les cadres. Autrement dit, il semble y avoir une interaction entre le télétravail et la classe chez les femmes mais pas chez les hommes. La pratique du télétravail en étant employée est donc plutôt associée à l'externalisation « omnivore » tandis que sa pratique chez les cadres est plutôt associée à l'externalisation « pragmatique ».

Cette différence selon la classe peut s'interpréter comme une différence de capacité à mettre à distance la norme de préparation des repas « *homemade* » chez les femmes. Chez les cadres en télétravail, par rapport aux employées, la possession d'autres ressources sociales comme la position hiérarchique dans les organisations ou les plus hauts niveaux de diplôme rendent probablement plus aisé l'affichage d'une distance par rapport à la norme de la femme qui cuisine pour sa famille. Du côté des employées, et dans une moindre mesure des professions intermédiaires qui télétravaillent, l'affirmation d'un style d'alimentation qui intègre l'externalisation et l'importance des préparations « fait-maison » permet d'une part de ne pas déroger à la norme de la cuisine féminine et d'autre part de se distinguer de fractions de classes populaires non-télétravailleuses.

Ce résultat pour les cadres peut apparaître en partie contradictoire, notamment avec les travaux de Julie Landour et Marianne Le Gagneur qui étudient plus spécifiquement cette catégorie sociale et montre l'assignation des femmes au travail domestique liée au télétravail⁹². En réalité, si les cadres télétravailleuses parviennent à se détacher symboliquement de la cuisine et ont plus souvent recours à des pratiques d'externalisation qui leur font probablement « gagner du temps », elles ne sont pas non plus significativement « désassignées » de la préparation quotidienne des repas, qui n'apparaît pas dans les facteurs les plus différenciant de la CSA sur les femmes. De plus, on peut supposer que le « régime de télétravail »⁹³ des cadres, moins contraignant que celui des employées, leur permet de réinvestir plus facilement ce temps gagné dans diverses activités... incluant la réalisation d'autres tâches domestiques. C'est d'ailleurs ce que suggère les données de l'enquête CAF quand on s'intéresse plus particulièrement à la population des télétravailleuses. Au sein de celle-ci, les cadres sont 73 % à déclarer passer plus de temps aux tâches domestiques en télétravail contre 41 % chez les employées.

⁹² LANDOUR Julie « 10. Quand les hommes télétravaillent : variations des arrangements domestiques en France, en Suède et en Suisse » *op.cit.* et LE GAGNEUR Marianne, « Le télétravail facilite-t-il vraiment l'articulation des temps sociaux? », *op. cit.*

⁹³ SCHÜTZ Gabrielle, « Un télétravail aux bénéfices inégaux:La construction organisationnelle de régimes de télétravail différenciés » *op.cit.*

En étudiant les spécificités selon le genre des différences entre télétravailleur·euses par rapport aux non-télétravailleur·euses, on a montré que le lien entre le télétravail et les pratiques d'externalisation mis en évidence dans le chapitre précédent pouvait revêtir un sens différent pour les hommes et pour les femmes. Pour les premiers, le télétravail est lié à une externalisation plus fréquente de la préparation des repas dont la spécificité est qu'elle est associée à une moindre assignation de leurs conjointes à la préparation quotidienne des repas. Pour les secondes, le télétravail est aussi lié à l'externalisation qui est cette fois-ci souvent associée à un positionnement par rapport à la norme de la femme qui cuisine des plats faits maison pour son foyer. Les femmes cadres externalisent plus souvent de manière « pragmatique » afin de subvenir à leurs besoins alimentaires et ceux du foyer tout en libérant du temps pour d'autres activités. Les femmes employées et dans une moindre mesure les professions intermédiaires externalisent une partie de la préparation de leurs repas tout en continuant de valoriser la confection de plats faits maison. Qu'en conclure alors sur l'influence du télétravail sur le tracé des frontières de genre en matière de préparation des repas ?

Conclusion

L'exploitation de la vague 2023 de l'enquête « Comportements et attitudes alimentaires en France » (CAF) du CREDOC a permis de montrer qu'il existait bien un lien entre la pratique du télétravail et les habitudes alimentaires en termes de préparation des repas chez les actif·ves en couple. Qu'en conclure quant à l'articulation du télétravail avec la tendance à la « dégenrisation » de la cuisine ?

En s'intéressant à la fréquence de préparation des repas au sein du couple, on a vu que les télétravailleurs comme les télétravailleuses étaient moins souvent que les autres actif·ves dans des configurations où les femmes sont chargées de la cuisine quotidienne. En effet, chez les télétravailleurs, les conjointes font moins souvent la cuisine tous les jours. Les télétravailleuses quant à elle font moins fréquemment la cuisine quotidiennement que les non-télétravailleuses. Ainsi, les hommes n'étant dans les deux cas pas plus ni moins impliqués dans la préparation journalière, les inégalités de genre en matière de production des repas sont moins marquées chez les télétravailleur·euses. Ce résultat s'inscrit en partie dans la thèse du « *Flexibility paradox* » de Chung⁹⁴, qui affirme qu'en télétravail les hommes ne s'investissent pas significativement plus dans les tâches domestiques. Les télétravailleurs semblent s'impliquer plus souvent comme auxiliaires⁹⁵ occasionnels de leurs conjointes, mais cette aide « d'appoint » semble peu susceptible d'infléchir l'organisation domestique à elle seule⁹⁶. En revanche, le fait que les télétravailleuses soient moins souvent assignées à la cuisine quotidienne apparaît *a priori* contradictoire avec la thèse de Chung et ce qui a pu être montré par d'autres travaux portant sur les femmes en télétravail⁹⁷. A ce stade, on peut penser que si le télétravail ne contribue pas à une plus grande implication des hommes, il semble au moins favoriser la « désassignation » des femmes de la préparation quotidienne des repas.

On a remarqué ensuite que cette moindre intensité des inégalités de genre en cuisine était associée au fait que la préparation des repas était réalisée moins souvent dans les foyers des télétravailleur·euses que chez les non-télétravailleur·euses. Télétravailleurs et télétravailleuses

⁹⁴ CHUNG Heejung, *The flexibility paradox...*, *op. cit.*

⁹⁵ CARTIER Marie et al. « Allez, les pères ! Les conditions de l'engagement des hommes dans le travail domestique et parental » *op.cit.*

⁹⁶ LANDOUR Julie « 10. Quand les hommes télétravaillent : variations des arrangements domestiques en France, en Suède et en Suisse » *op.cit.* et LE GAGNEUR Marianne, « Le télétravail facilite-t-il vraiment l'articulation des temps sociaux? », *op. cit.*

⁹⁷ LE GAGNEUR Marianne, 2024, « Le télétravail facilite-t-il vraiment l'articulation des temps sociaux? ». *op.cit.*

ont en effet plus souvent recours à l'externalisation marchande de la production des repas, quelle que soit sa forme. Quand on analyse ensemble les pratiques de préparation chez soi et celles qui sont externalisées, on remarque que les télétravailleur·euses se distinguent principalement des non-télétravailleur·euses par le fait de recourir au marché pour obtenir leurs repas et secondairement par une plus grande appétence pour la cuisine. Cette tendance à l'externalisation semble en outre ne pas être le simple reflet des propriétés sociales des télétravailleur·euses. L'atténuation des inégalités de genre vis-à-vis du travail alimentaire semble donc intervenir non pas tant *via* une implication significativement plus importante des hommes que via le recours aux services d'autres travailleur·euses. Comme le souligne Marie Mathieu et al, l'allègement de la charge de travail alimentaire des femmes se fait ainsi en renforçant d'autres rapports sociaux de domination, par exemple de classe et de « race » avec le recours à la livraison à domicile⁹⁸.

Le télétravail est donc associé à une moindre assignation des femmes à la cuisine quotidienne qui semble en grande partie due à l'externalisation de la production des repas. Toutefois, cette pratique ne semble pas répondre aux mêmes contraintes chez les hommes que chez les femmes. Pour les premiers, le télétravail est lié à l'externalisation chez toutes les classes sociales. Celle-ci est ici liée à une moindre assignation des conjointes à la préparation quotidienne des repas. En revanche, les télétravailleurs ne semblent pas beaucoup plus attirés par la cuisine que les non-télétravailleurs. Les hommes ne semblent donc pas se saisir du télétravail pour développer un rapport intéressé aux pratiques culinaires, associé à une valorisation masculine de la cuisine typique d'une « dé-genrification »⁹⁹ de celle-ci.

Chez les femmes, l'externalisation est de manière générale plus souvent associée à un positionnement vis-à-vis de la cuisine, ce qui n'est pas le cas chez les hommes. Les cadres télétravailleuses vont plus souvent recourir à une externalisation « pragmatique » associée à un désintérêt pour la cuisine. Les employées quant à elles, allient externalisation et affirmation d'un intérêt pour la cuisine qui se traduit par exemple par la préparation de plats faits maison qui demandent du temps. Ces différences peuvent refléter des « régimes de télétravail »¹⁰⁰ différents, les cadres ayant par exemple plus d'autonomie dans leur travail et profitant du temps chez elles pour « optimiser » la réalisation d'autres tâches, notamment domestiques¹⁰¹. Elles

⁹⁸ MATHIEU Marie, JARTY Julie, GOJARD Séverine et LAMAMRA Nadia, 2023, « Le travail alimentaire : perpétuel enjeu de lutte entre classes de sexe », *Nouvelles Questions Féministes*, 18 décembre 2023, vol. 42, n° 2, p. 4-10.

⁹⁹ AARSETH Helene et OLSEN Bente Marianne AND, « Food and masculinity in dual-career couples », *op. cit.*

¹⁰⁰ SCHÜTZ Gabrielle, « Un télétravail aux bénéfices inégaux:La construction organisationnelle de régimes de télétravail différenciés » *op.cit.*

¹⁰¹ LE GAGNEUR Marianne, 2024, « Le télétravail facilite-t-il vraiment l'articulation des temps sociaux? ». *op.cit.*

renvoient également à une inégale capacité selon la classe à subvertir la pression qui pèse sur les femmes vis-à-vis de la préparation de plats faits maison pour leurs familles¹⁰².

Du point de vue des pratiques de préparation des repas, tout se passe donc comme si le télétravail favorisait un mode de production des repas, l'externalisation, qui autorisait un relâchement de la pression sur les femmes tout en ne remettant pas en question les normes genrées d'assignation des femmes à la cuisine. Le télétravail s'inscrit donc dans l'allègement des inégalités de genre dans le travail alimentaire sans représenter une opportunité de « dégenrison » de celui-ci. En cela, les résultats de ce mémoire s'inscrivent dans la lignée des précédents travaux sur les inégalités domestiques et le télétravail.

Il convient toutefois de discuter certaines limites ainsi que la portée des analyses réalisées dans ce mémoire. Pour ce qui est du matériau exploité, l'analyse a été menée sur un échantillon de répondant·es dits « responsable des courses » et on peut penser que les hommes ainsi sélectionnés sont moins représentatifs des hommes en général pour ce qui est de l'implication dans la préparation des repas. En effet, on a peut-être analysé les pratiques d'homme plus impliqué que la moyenne dans les tâches domestiques. Cependant, on sait que les courses sont l'une des tâches domestiques à laquelle participent le plus les hommes¹⁰³. Il est donc probable que ceux dont on a étudié les réponses au questionnaire ne soient pas en majorité « atypiques ». De plus, on peut supposer que l'extension de notre analyse à des hommes non responsables des courses ait tendance à consolider plutôt qu'à aller à l'encontre des résultats présentés ici.

Il y a également une limite à étudier l'implication domestique de deux conjoint·es à travers les yeux d'un·e seul·e. Sur un échantillon représentatif de couple, on devrait par exemple avoir X % de femmes en couple qui déclarent faire à manger quotidiennement et 100 – X % d'hommes en couple qui déclarent que leur conjointe fait à manger quotidiennement. Ce n'est pas le cas dans l'enquête CAF et on peut soupçonner des biais de déclaration genrés dont on ne peut que supposer le sens. Les nombreuses études sur l'implication des hommes dans les tâches domestiques et culinaires peuvent toutefois laisser penser que ces derniers ont tendance à minimiser la différence d'implication entre eux et leurs conjointes et ce, en leur faveur. Si c'est le cas, le sens des résultats présentés ici ne serait pas remis en question, mais plutôt confirmé.

¹⁰² PARSONS Julie M., *Gender, class and food*, op. cit.

¹⁰³ GOJARD Séverine et HEBEL Pascale, 2010, « Consommations et pratiques alimentaires » dans *Les comportements alimentaires. Quels en sont les déterminants ? Quelles actions pour quels effets ? Expertise scientifique collective*, INRAE., s.l., p. 9-24.

Sur le plan méthodologique, on peut tout d'abord questionner le choix d'exclure les couples homosexuels de l'échantillon étudié. Ici, il a été fait car ces derniers représentaient un nombre trop faible pour être comparés statistiquement aux couples hétérosexuels. Toutefois, la comparaison de l'influence du télétravail sur le travail culinaire entre couples hétérosexuels et homosexuels permettrait d'enrichir les résultats présentés ici. En effet, on sait que les couples homosexuels ont une répartition des tâches qui a tendance à être plus égalitaire¹⁰⁴ et on pourrait par exemple se demander si le télétravail y est autant lié à l'externalisation que dans les couples hétérosexuels.

Finalement, on peut reprocher aux analyses menées dans ce mémoire d'être essentiellement descriptives. En effet, les méthodes employées ont consisté principalement à présenter l'information contenue dans des tableaux impliquant deux, trois, ou plus de variables avec l'analyse géométrique de données. On peut donc chercher à étendre les conclusions descriptives ainsi obtenues¹⁰⁵. Pour ce faire, on peut par exemple utiliser les outils d'inférence statistique dédiés à l'ACM comme le test d'homogénéité qui permet de calculer la significativité de la différence de position des modalités le long des axes, ou recourir à des modèles de régression. Néanmoins, l'usage de l'analyse géométrique des données a permis d'une part d'analyser les pratiques alimentaires en tenant en compte du lien qu'elles entretiennent entre elles, et d'autre part d'étudier le télétravail en relation avec les autres variables socio-démographiques qui le déterminent. Cela a notamment permis de mieux cerner le sens différent que peut prendre l'externalisation pour les hommes et les femmes, ce que l'on n'aurait pas pu saisir avec une démarche « unidimensionnelle » telle que la régression linéaire. Les résultats présentés ici peuvent également servir à de futurs travaux qualitatifs, comme de l'observation ou des entretiens, afin par exemple d'approfondir la question du rapport à l'externalisation en télétravail.

¹⁰⁴ Pour une comparaison entre couples hétéroparentaux et homoparentaux : STAMBOLIS-RUHSTORFER Michael et GROSS Martine, 2021, « Qui lave le linge sale de la famille ? : Les couples hétéroparentaux et homoparentaux face au travail domestique », *Travail, genre et sociétés*, 10 novembre 2021, vol. 46, n° 2, p. 75-95.

¹⁰⁵ LEBARON Frédéric et LE ROUX Brigitte, *La méthodologie de Pierre Bourdieu en action: espace culturel, espace social et analyse des données*, op. cit.

Bibliographie

- AARSETH Helene et OLSEN Bente Marianne AND, 2008, « Food and masculinity in dual-career couples », *Journal of Gender Studies*, 1 décembre 2008, vol. 17, n° 4, p. 277-287.
- AMOSSE Thomas et CAYOUILLE-REMBLIÈRE Joanie, 2022, « A New Nomenclature for French Statistics: The Household PCS », *Economie et Statistique / Economics and Statistics*, 25 juillet 2022, n° 532-33, p. 135-153.
- APEC, 2022, « Perception du télétravail par les cadres », 2022, (coll. « Collection “Compétences” »).
- BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, 2024a, « Comment évolue la pratique du télétravail depuis la crise sanitaire ? », *Dares Analyses*, 2024, n° 64.
- BEATRIZ Mikael et ERB Louis-Alexandre, 2024b, « Le télétravail améliore-t-il les conditions de travail et de vie des salariés ? », *Dares Analyses*, 2024, n° 65.
- BLEHAUT Marianne, GRESSIER Mathilde et PAQUET Nolwenn, 2023, « La précarité alimentaire, en hausse, est liée à moins de diversité dans l'alimentation », *Cahier de recherche N°C357*, 2023.
- BOURDIEU Pierre, 1979, *La distinction: critique sociale du jugement*, Paris, Éditions de Minuit (coll. « Le Sens commun »), 670 p.
- BROUSSE Cécile, 2015, « Travail professionnel, tâches domestiques, temps « libre » : quelques déterminants sociaux de la vie quotidienne », *Economie et Statistique*, 2015, vol. 478, n° 1, p. 119-154.
- BRUGEILLES Carole et SEBILLE Pascal, 2013, « Le partage des tâches parentales : les pères, acteurs secondaires », *Informations sociales*, 30 mai 2013, vol. 176, n° 2, p. 24-30.
- CARDON Philippe, DEPECKER Thomas et PLESSZ Marie, 2023, *Sociologie de l'alimentation*, 2e éd., Malakoff, Armand Colin (coll. « Collection U »).
- CARPENTIER-GOFFRE Laura, 2022, « L'art de ne pas balayer derrière sa porte : comprendre le répertoire d'inaction domestique des hommes grâce à Christine Delphy », *Nouvelles Questions Féministes*, 17 novembre 2022, vol. 41, n° 2, p. 154-158.
- CARTIER Marie, COLLET Anaïs, CZERNY Estelle, GILBERT Pierre, LECHIEN Marie-Hélène, MONCHATRE Sylvie et NOUS Camille, 2021, « Allez, les pères !: Les conditions de l'engagement des hommes dans le travail domestique et parental », *Travail, genre et sociétés*, 10 novembre 2021, vol. 46, n° 2, p. 33-53.
- CHUNG Heejung, 2022, *The flexibility paradox: why flexible working leads to (self-)exploitation*, Bristol, Policy Press, 270 p.
- DELPHY Christine et LEONARD Diana, 1992, *Familiar exploitation: a new analysis of marriage in contemporary western societies*, Cambridge, Polity Press, 301 p.
- DEVAULT Marjorie L., 1994, *Feeding the family: the social organization of caring as gendered work*, Paperback ed., Chicago, Ill., University of Chicago Press (coll. « Women in culture and society »), 270 p.
- FAVARO Antonin et THIOUNN Conrad, 2025, « Les accords d'entreprise sur le télétravail : quels changements à la suite de la crise sanitaire? », *Dares Focus*, 2025, n° 15.
- FOUQUET Angèle, 2019, « Quand les hommes cuisinent au quotidien : Vers la « masculinisation » d'une pratique domestique », *Terrains & travaux*, 2019, vol. 35, n° 2, p. 161-182.

FOURNIER Tristan, JARTY Julie, LAPEYRE Nathalie et TOURAILLE Priscille, 2015, « L'alimentation, arme du genre », *Journal des anthropologues. Association française des anthropologues*, 15 juin 2015, n° 140-141, p. 19-49.

GOJARD Séverine et HEBEL Pascale, 2010, « Consommations et pratiques alimentaires » dans *Les comportements alimentaires. Quels en sont les déterminants ? Quelles actions pour quels effets ? Expertise scientifique collective*, INRAE., s.l., p. 9-24.

HJELLBREKKE Johs et JARNESS Vegard, 2022, « Cultural divisions and time: Mapping diachronic homologies using class-specific MCA (CSA) », *Bulletin of Sociological Methodology/Bulletin de Méthodologie Sociologique*, 1 juillet 2022, vol. 155, n° 1, p. 136-158.

INSEE, 2025, *Définition - Télétravail*, <https://www.insee.fr/fr/metadonnees/definition/c2317> , 7 avril 2025, consulté le 20 juin 2025.

LALLEMENT Michel, 2020, « Coronavirus et télétravail: la crise comme amorce d'un nouveau rapport au monde professionnel? », 2020.

LAMBERT Anne, CAYOUILLE-REMBLIÈRE Joanie, GUERAUT Élie, LE ROUX Guillaume, BONVALET Catherine, GIRARD Violaine et LANGLOIS Laetitia, 2020, « Le travail et ses aménagements : ce que la pandémie de covid-19 a changé pour les Français », *Population & Sociétés*, 2020, vol. 579, n° 7, p. 1-4.

LANDOUR Julie, 2023, « 10. Quand les hommes télétravaillent : variations des arrangements domestiques en France, en Suède et en Suisse » dans *Le travail à distance*, Paris, La Découverte (coll. « Recherches/Fondation pour les sciences sociales »), p. 185-202.

LE GAGNEUR Marianne, 2024, « Le télétravail facilite-t-il vraiment l'articulation des temps sociaux? », *Connaissance de l'emploi*, 2024, n° 197.

LEBARON Frédéric et LE ROUX Brigitte, 2015, *La méthodologie de Pierre Bourdieu en action: espace culturel, espace social et analyse des données*, Paris, Dunod.

MARUANI Margaret, 2017, *Travail et emploi des femmes*, 5e éd., Paris, la Découverte (coll. « Repères »).

MATHIEU Marie, JARTY Julie, GOJARD Séverine et LAMAMRA Nadia, 2023, « Le travail alimentaire : perpétuel enjeu de lutte entre classes de sexe », *Nouvelles Questions Féministes*, 18 décembre 2023, vol. 42, n° 2, p. 4-10.

PAILHE Ariane, SOLAZ Anne, WILNER Lionel et EPICOV Équipe, 2022, « Travail domestique et parental au fil des confinements en France : comment ont évolué les inégalités socio-économiques et de sexe ?/ Housework and Parenting during the Lockdowns in France: How Have Socio-Economic and Gender Inequalities Changed ? », *Economie et Statistique*, 2022, vol. 536, n° 1, p. 3-25.

PARSONS Julie M., 2015, *Gender, class and food: families, bodies and health*, Basingstoke, Hampshire New York, NY, Palgrave Macmillan (coll. « Palgrave Macmillian studies in family and intimate life »), 195 p.

PETERSON Richard A. et KERN Roger M., 1996, « Changing Highbrow Taste: From Snob to Omnivore », *American Sociological Review*, 1996, vol. 61, n° 5, p. 900-907.

PLESSZ Marie et ÉTILÉ Fabrice, 2019, « Is Cooking Still a Part of Our Eating Practices? Analysing the Decline of a Practice with Time-Use Surveys », *Cultural Sociology*, 1 mars 2019, vol. 13, n° 1, p. 93-118.

REBOUL Elena, PAILHE Ariane, COUNIL Émilie, et L'EQUIPE EPICOV, 2023, « Expérience et intensité du télétravail : quels liens avec le bien-être après une année de crise sanitaire en France? », *Population*, 2023, vol. 78, n° 3-4, p. 523-557.

REGNIER-LOILIER Arnaud, 2009, « L'arrivée d'un enfant modifie-t-elle la répartition des tâches domestiques au sein du couple? », *Population & Sociétés*, 12 février 2009, N° 461, n° 10, p. 1-4.

SCHÜTZ Gabrielle, 2024, « Un télétravail aux bénéfices inégaux:La construction organisationnelle de régimes de télétravail différenciés », *Sociologie*, 22 novembre 2024, vol. 15, n° 4, p. 407-425.

SLUYS Colette, CHAUDRON Martine et ZAIDMAN Claude, 1997, « « Chérie, qu'est-ce qu'on mange ce soir? » », *Ethnologie française*, 1997, vol. 27, n° 1, p. 87-95.

STAMBOLIS-RUHSTORFER Michael et GROSS Martine, 2021, « Qui lave le linge sale de la famille?:Les couples hétéroparentaux et homoparentaux face au travail domestique », *Travail, genre et sociétés*, 10 novembre 2021, vol. 46, n° 2, p. 75-95.

SULLIVAN Cath et LEWIS Suzan, 2001, « Home-based Telework, Gender, and the Synchronization of Work and Family: Perspectives of Teleworkers and their Co-residents », *Gender, Work & Organization*, 2001, vol. 8, n° 2, p. 123-145.

ZARCA Bernard, 1990, « La division du travail domestique : poids du passé et tensions au sein du couple », *Economie et Statistique*, 1990, vol. 228, n° 1, p. 29-40.

Annexes

Annexe 0.1 – Caractéristiques socio-démographiques des actif·ves en couple et de la sous-population des télétravailleur·euses ➡

Tableau 9 - Caractéristiques socio-démographiques des télétravailleur·euses chez les actif·ves en couple – partie 1

	Pratique du télétravail			p-value
	Non	Oui	Total	
PCS du répondant·e				<0,001
Agriculteur·trice exploitant·e	6 (1,4%)	1 (0,3%)	7 (1,0%)	
Artisan·e, commerçant·e, chef·fe d'entreprise de 10 salarié·es ou plus	28 (5,4%)	25 (8,7%)	53 (6,6%)	
Employé·e	227 (32,3%)	98 (20,3%)	325 (28,1%)	
Ouvrier·e (qualifié·e ou non qualifié·e)	127 (32,4%)	12 (3,5%)	139 (22,4%)	
Profession intermédiaire : technicien·nes, contremaître, agent·es de maîtrise (y compris « assimilé·es cadres »)	120 (19,6%)	93 (21,9%)	213 (20,4%)	
Cadre, profession libérale, profession intellectuelle supérieure	61 (9,0%)	179 (45,3%)	240 (21,6%)	
PCS conjoint·e				<0,001
Agriculteur·trice exploitant·e	10 (2,7%)	1 (0,3%)	11 (1,9%)	
Artisan·e, commerçant·e, chef·fe d'entreprise de 10 salarié·es ou plus	29 (8,1%)	17 (5,6%)	46 (7,2%)	
Employé·e	184 (28,8%)	101 (20,4%)	285 (25,9%)	
Ouvrier·e (qualifié·e ou non qualifié·e)	82 (20,4%)	14 (6,8%)	96 (15,7%)	
Profession intermédiaire : technicien·nes, contremaître, agent·es de maîtrise (y compris « assimilées cadres »)	78 (12,1%)	74 (21,0%)	152 (15,2%)	
Cadre, profession libérale, profession intellectuelle supérieure	76 (12,6%)	138 (36,5%)	214 (20,8%)	
Ne travaille pas	93 (15,4%)	42 (9,5%)	135 (13,3%)	
Inconnu	15	12	27	

	Pratique du télétravail			p-value
	Non	Oui	Total	
Niveau de diplôme du répondant·e				<0,001
Pas de diplôme ou inférieur au baccalauréat	185 (38,7%)	43 (13,6%)	228 (30,0%)	
Baccalauréat ou niveau baccalauréat	133 (23,1%)	47 (13,3%)	180 (19,7%)	
Bac+2 et Bac+3	163 (26,2%)	139 (30,9%)	302 (27,8%)	
Bac+4 et plus	88 (12,0%)	179 (42,2%)	267 (22,5%)	

Tableau 10 - Caractéristiques socio-démographiques des télétravailleur·euses chez les actif·ves en couple – partie 2

	Pratique du télétravail			P-value
	Non	Oui	Total	
Revenu mensuel net du foyer				<0,001
[0-1700[36 (6,9%)	24 (4,5%)	60 (6,1%)	
[1700-3000[145 (28,7%)	54 (14,4%)	199 (23,7%)	
[3000-4500[193 (33,5%)	121 (32,5%)	314 (33,1%)	
[4500- [86 (11,3%)	143 (33,3%)	229 (19,0%)	
Non déclaré	109 (19,6%)	66 (15,2%)	175 (18,1%)	
Situation financière du foyer				<0,001
Vous avez pris un (ou plusieurs) crédits pour arriver à boucler votre budget	34 (7,0%)	33 (8,8%)	67 (7,6%)	
Vous vivez un peu sur vos réserves	109 (19,4%)	69 (14,2%)	178 (17,6%)	
Vous bouclez juste votre budget avec vos revenus	211 (40,0%)	95 (23,8%)	306 (34,4%)	
Vous arrivez à mettre un peu d'argent de côté	194 (30,3%)	176 (43,8%)	370 (35,0%)	
Vous arrivez à mettre beaucoup d'argent de côté	21 (3,3%)	35 (9,4%)	56 (5,4%)	

Tableau 11 - Caractéristiques socio-démographiques des télétravailleur·euses chez les actif·ves en couple – partie 3

	Pratique du télétravail			p-value
	Non	Oui	Total	
Catégorie d'âge				0,013
15 à 17 ans	3 (0,9%)	0 (0,0%)	3 (0,6%)	
18 à 24 ans	16 (3,3%)	8 (3,0%)	24 (3,2%)	
25 à 34 ans	136 (26,4%)	132 (33,2%)	268 (28,8%)	
35 à 44 ans	156 (25,8%)	155 (35,7%)	311 (29,2%)	
45 à 54 ans	178 (30,5%)	79 (20,7%)	257 (27,1%)	
55 à 64 ans	69 (11,5%)	30 (6,9%)	99 (9,9%)	
65 ans et plus	11 (1,6%)	4 (0,6%)	15 (1,3%)	
Taille de l'unité urbaine				<0,001
Commune rurale	143 (31,0%)	46 (16,7%)	189 (26,1%)	
Moins de 20 000 habitant·es	105 (18,8%)	40 (11,7%)	145 (16,3%)	
20 000 à 200 000 habitant·es et plus	181 (37,2%)	93 (35,1%)	274 (36,5%)	
Agglomération parisienne	140 (12,9%)	229 (36,5%)	369 (21,1%)	

Annexe 1.1 – Distributions du temps passer à faire à manger le soir dans les foyers des télétravailleur·euses et non-télétravailleur·euses ➡

On expose ici les statistiques liées à la question suivante :

« Chez vous, combien de temps dure la préparation d'un repas du soir en général (sans invité) ? »

Les résultats des tableaux ci-dessous sont exprimés en heures (ex : 0,5 heures = 30 minutes).

Tableau 12 - Distributions pour les télétravailleur·euses et non-télétravailleur·euses du temps de préparation des repas du soir en semaine

	Télétravailleur·euses	Non-télétravailleur·euses
1 ^{er} décile	0,33	0,33
1 ^{er} quartile	0,5	0,5
Médiane	0,5	0,5
3 ^e quartile	0,83	1
9 ^e décile	1,25	1

Différence de moyenne télétravail – non-télétravail = 0,15 (p = 0,1)

Tableau 13 - Distributions pour les télétravailleur·euses et non-télétravailleur·euses du temps de préparation des repas du soir le week-end

	Télétravailleur·euses	Non-télétravailleur·euses
1 ^{er} décile	0,5	0,5
1 ^{er} quartile	0,75	0,5
Médiane	1	1
3 ^e quartile	1,5	1,5
9 ^e décile	2	2

Différence de moyenne télétravail – non-télétravail = 0,11 (p = 0,14)

Annexe 2.1 – Habitudes concernant le stockage et les restes alimentaires selon le télétravail ➡

Tableau 14 - Télétravail et habitudes de stockage alimentaire

	Pratique du télétravail			P-value
	Non	Oui	Total	
Congeler des restes				0,14
Oui	398 (67,8 %)	296 (73,1 %)	694 (69,7 %)	
Non	171 (32,2 %)	112 (26,9 %)	283 (30,3 %)	
Acheter en grande quantité puis congeler ou préparer des conserves d'aliments				0,2
Oui	369 (67,2 %)	255 (62,1 %)	624 (65,5 %)	
Non	200 (32,8 %)	153 (37,9 %)	353 (34,5 %)	
Congeler des produits que vous venez de cuisiner				0,2
Oui	396 (67,4 %)	290 (71,9 %)	686 (69,0 %)	
Non	173 (32,6 %)	118 (28,1 %)	291 (31,0 %)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 73,1 % des télétravailleur-euses déclarent qu'ils leur arrivent de congeler des restes contre 69,7 % dans l'ensemble des actives en couple.

Annexe 2.2 – Externalisation et fréquence de préparation des repas

Tableau 15 - Pratiques d'externalisation et préparation quotidienne des repas

	Préparation des repas tous les jours			p-valeur
	Oui	Non	Total	
Livraison à domicile de repas tout prêts en semaine				<0,001
Souvent	30 (4,0%)	32 (6,6%)	62 (4,6%)	
De temps en temps	121 (16,6%)	98 (35,2%)	219 (21,3%)	
Rarement	175 (21,7%)	76 (25,8%)	251 (22,8%)	
Jamais	362 (57,6%)	83 (32,5%)	445 (51,3%)	
Livraison à domicile de repas tout prêts le WE				<0,001
Souvent	31 (4,6%)	20 (5,8%)	51 (4,9%)	
De temps en temps	170 (22,5%)	110 (35,3%)	280 (25,7%)	
Rarement	169 (21,5%)	83 (26,6%)	252 (22,8%)	
Jamais	318 (51,4%)	76 (32,4%)	394 (46,6%)	
Fréquence de consommation de plats cuisinés du commerce				<0,001
Jamais ou presque	307 (46,6%)	75 (29,0%)	382 (42,1%)	
Moins d'une fois par semaine	163 (22,3%)	68 (25,7%)	231 (23,1%)	
Une fois par semaine ou plus	218 (31,1%)	146 (45,3%)	364 (34,7%)	

Restaurant classique				<0,001
Au moins une fois par semaine	68 (6,8%)	41 (10,6%)	109 (7,8%)	
Une à trois fois par mois	119 (16,1%)	87 (28,0%)	206 (19,1%)	
Moins souvent	242 (35,1%)	92 (33,6%)	334 (34,8%)	
Jamais	259 (41,9%)	69 (27,8%)	328 (38,4%)	

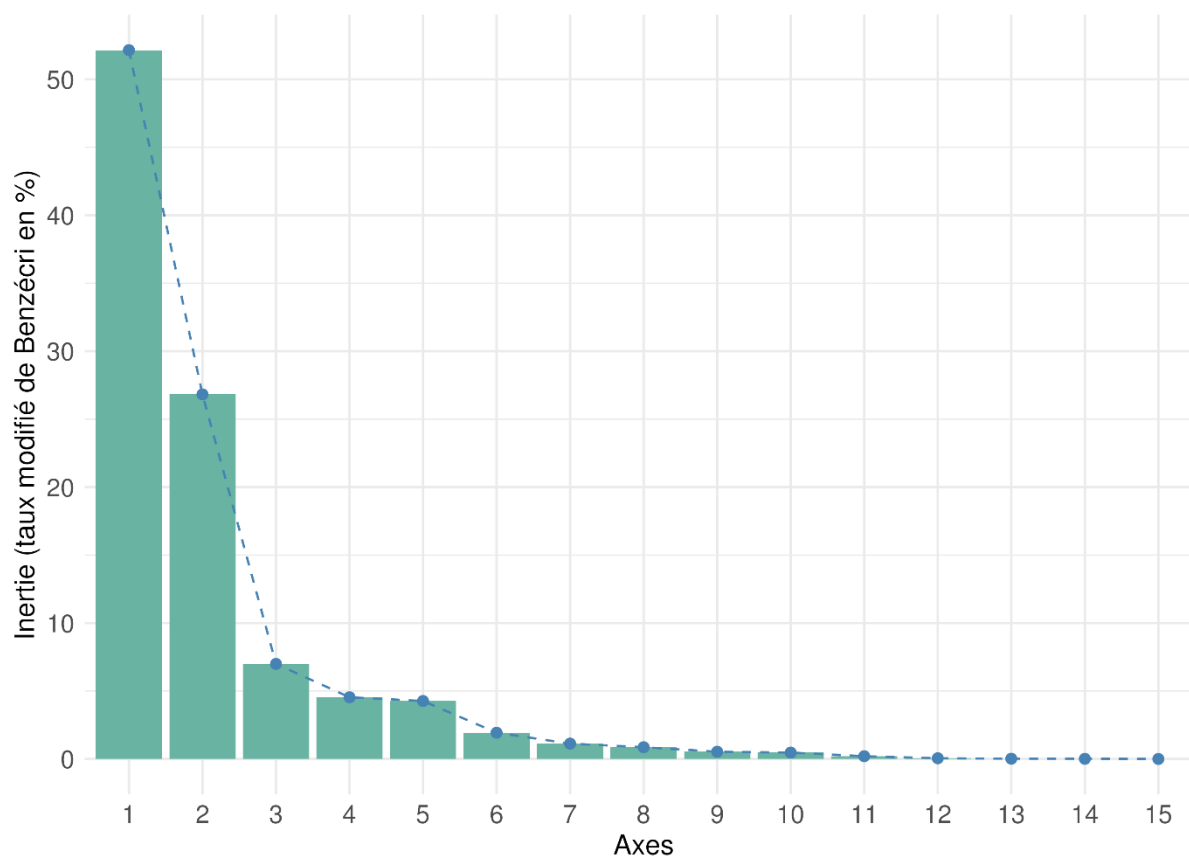
Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 27,8 % des répondant-es qui déclarent qu'ils ne préparent pas les repas à plusieurs quotidiennement et que ce n'est par ailleurs le cas ni pour elleux ni pour leur conjoint-e indiquent ne jamais manger au restaurant classique contre 38,4 % dans l'ensemble.

Annexe 2.3 – Diagramme d’inertie expliquée par les axes de l’ACM

Figure 16 – Diagramme d’inertie de l’ACM



Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : Le troisième axe de l’ACM a une inertie de moins de 10 % (taux modifié de Benzécri).

Annexe 2.4 – Contribution des variables actives et de leurs modalités aux deux premiers axes de l'ACM

Tableau 16 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 1 de l'ACM

Nom dans l'ACM	Nom détaillé	Modalité	Cos2	Contribution (gauche)	Contribution (droite)	Contribution totale	Contribution cumulée
livraison_semaine.cat	Livraison de repas tout prêts en semaine	De temps en temps ou souvent	0,45		10,2	16,6	16,6
		Jamais	0,44	6,4			
livraison_we.cat	Livraison de repas tout prêts le WE	De temps en temps ou souvent	0,41		8,6	15,5	32,1
		Jamais	0,43	6,9			
freq_conso_fastfood.tri	Fréquence de consommation de plats de restauration rapide	Une fois par semaine ou plus	0,37		7,9	13,8	45,9
		Jamais ou presque	0,27	6,0			
freq_dej_fastfood	Fréquence de déjeuner le midi en restauration rapide sur place	Une à trois fois par mois	0,22		5,5	12,8	58,7
		Jamais	0,28	4,7			
		Au moins une fois par semaine	0,09		2,6		
freq_conso_platcuis_rec	Fréquence de consommation de plats cuisinés du commerce	Une fois par semaine ou plus	0,26		5,2	9,6	68,3
		Jamais ou presque	0,25	4,5			
freq_dej_resto	Fréquence de déjeuner le midi au restaurant classique	Jamais	0,24	4,5		7,7	76,0
		Au moins une fois par semaine	0,12		3,2		
affirmation_cuisine_rapide.dic	Je veux passer le moins de temps possible à faire la cuisine	D'accord	0,14		2,5	4,4	80,4
		Pas d'accord	0,14	1,9			
cuisine_feeling.dic	Auto-perception du talent culinaire	Plutôt pas très expérimenté ou moins bien	0,10		2,3	2,3	82,8
freq_prepa_plusieurs	Fréquence de préparation des repas à plusieurs	Une fois par semaine	0,08		2,2	2,2	85,0

Tableau 17 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 2 de l'ACM

Nom dans l'ACM	Nom détaillé	Modalité	Cos2	Contribution (en bas)	Contribution (en haut)	Contribution totale	Contribution cumulée
affirmation_aimer_cuisine_quoti.dic	J'aime cuisiner au quotidien	Pas d'accord	0,41	11,7		15,8	15,8
		D'accord	0,44		4,2		
cuisine_feeling.dic	Auto-perception du talent culinaire	Plutôt pas très expérimenté ou moins bien	0,37	10,4		14,1	29,9
		Plutôt bon cuisinier ou mieux	0,37		3,7		
prepa_longue	Faire des préparations qui durent plus d'une heure	Non	0,32	7,2		12,0	41,9
		Oui	0,32		4,7		
temps_prepa_soir_we	Temps que dure la préparation d'un repas du soir en général le WE	20min ou moins	0,18	6,2		10,8	52,6
		21 à 30min	0,08	2,4			
		Plus de 30 min	0,25		2,1		
temps_prepa_soir_semaine	Temps que dure la préparation d'un repas du soir en général la semaine	20min ou moins	0,21	6,7		10,2	62,8
		Plus de 30 min	0,16		3,5		
affirmation_cuisine_rapide.dic	Je veux passer le moins de temps possible à faire la cuisine	Pas d'accord	0,27		4,6	9,1	71,9
		D'accord	0,21	4,5			
prep_inegal_tlj	Equilibre de préparation des repas dans le couple	Conjoint_TLJ (Conjoint + / préparation tous les jours)	0,15	4,9		4,9	76,7
livraison_we.cat	Livraison de repas tout prêts le WE	De temps en temps ou souvent	0,08		2,1	2,1	78,8
stock_cuisine.congel	Congeler des produits qu'on vient de cuisiner	Non	0,08	2,0		2,0	80,8

Annexe 2.5 – Recodage de la classe sociale du foyer

Tableau 18 - Recodage de la classe sociale du foyer en trois positions

	Agriculteur exploitant	Artisan, commerçant, chef d'entreprise de plus de 10 personnes	Ouvrier	Employée	Profession intermédiaires	Cadre et professions intellectuelles supérieures	Ne travaille pas
Agriculteur exploitant	II	II	II	II	II	II	II
Artisan, commerçant, chef d'entreprise de plus de 10 personnes	II	II	II	II	II	II	II
Ouvrier	II	II	III	III	III	II	III
Employée	II	II	III	III	III	II	III
Profession intermédiaires	II	II	III	III	II	I	III
Cadre et professions intellectuelles supérieures	II	II	II	II	I	I	II

Le recodage est inspiré de l'article Thomas Amossé et Joanie Cayouette-Remblière dans l'article « Une nouvelle nomenclature, la PCS Ménage » paru en 2022 dans la revue *Economie et Statistique*¹⁰⁶.

En ligne la PCS du ou de la répondant-e et en colonne et la PCS de son ou sa conjoint-e en colonne.

I : foyer de classe supérieur

II : foyer de classe moyenne

III : foyer de classe populaire

¹⁰⁶ AMOSSE Thomas et CAYOUILLE-REMBLIÈRE Joanie, 2022, « A New Nomenclature for French Statistics: The Household PCS », *Economie et Statistique / Economics and Statistics*, 25 juillet 2022, no 532 33, p. 135 153.

Annexe 2.6 – Etablir « l'effet net » du télétravail sur l'externalisation de la production des repas ➡

Pour évaluer « l'effet net » du télétravail sur l'externalisation de la production des repas, on peut effectuer une régression linéaire des coordonnées des individus sur le premier axe factoriel de l'ACM réalisée dans le deuxième chapitre sur leurs caractéristiques socio-démographiques. En effet, on peut assimiler l'axe 1 de l'ACM à une échelle de l'externalisation : à mesure qu'on le parcourt de gauche à droite, on passe de l'absence d'externalisation à l'externalisation fréquente en passant par l'externalisation modérée.

On constate que, même après avoir contrôlé pour les caractéristiques qui apparaissent très structurante pour l'axe 1 de l'ACM, le télétravail a toujours un effet significatif positif sur le score à l'échelle d'externalisation (voir Tableau 19).

Tableau 19 - Régression des coordonnées sur l'axe 1 de l'ACM sur le télétravail et les caractéristiques socio-démographiques

	Variable dépendante :		
	coordonnée sur l'axe de l'externalisation		
	Beta	95% IC	p-valeur
Pratique du télétravail			
Non	—	—	
Oui	0,21	0,05 – 0,37	0,012
Genre			
Femme	—	—	
Homme	0,32	0,18 – 0,47	<0,001
PCS			
CPIS	—	—	
PI	0,03	-0,17 – 0,24	0,8
Employée	0,18	-0,02 – 0,38	0,082
Autres	-0,10	-0,33 – 0,13	0,4
Taille de l'unité urbaine			
Rural	—	—	
Moins de 20 000 habitants	0,21	-0,02 – 0,44	0,071
20 000 à 200 000 habitants et plus	0,41	0,24 – 0,59	<0,001
Agglomération parisienne	0,53	0,34 – 0,72	<0,001
Catégorie d'âge			
15 à 34 ans	—	—	
35 à 44 ans	-0,18	-0,36 – 0,00	0,048
45 à 54 ans	-0,40	-0,59 – -0,20	<0,001
55 et plus	-0,77	-0,99 – -0,55	<0,001
Niveau de diplôme			
Pas le bac	—	—	
Bac à Bac+2	0,03	-0,15 – 0,21	0,7
Bac +3 ou plus	0,34	0,12 – 0,56	0,002

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : Pratiquer le télétravail est associé à une augmentation de 0,21 points sur l'échelle de l'externalisation, toutes choses égales par ailleurs.

Une autre manière d’aborder « l’effet télétravail » sur l’externalisation est d’étudier comment celle-ci varie entre la semaine, période durant laquelle est pratiqué le télétravail, et le week-end. On cherche à répondre à la question « Est-ce que par rapport aux autres actif-ves, les télétravailleur-euses sont plus proportionnellement nombreux-ses à se faire livrer plus souvent la semaine que le week-end ? ». Autrement dit, on compare les variations intra-individuelles des pratiques d’externalisation (ici entre la semaine et le week-end) selon que les individus pratiquent ou non le télétravail.

On compare ainsi le recours à la livraison à domicile de repas tout prêts entre la semaine et le week-end. On constate que les télétravailleur-euses sont proportionnellement plus nombreux-ses à se faire livrer plus souvent la semaine que le week-end (voir Tableau 20). Quand on contrôle pour la classe, le genre, l’âge et la taille de l’unité urbaine, on constate que le télétravail est toujours positivement et significativement lié au fait de se faire livrer plus souvent la semaine que le week-end¹⁰⁷.

Tableau 20 – Différence semaine-week-end dans le recours à la livraison à domicile et télétravail

	Pratique du télétravail			P-valeur
	No TT	TT	Total	
Comparaison du recours à la livraison entre la semaine et le WE				<0,001
Plus souvent la semaine	87 (13,7%)	115 (26,1%)	202 (18,0%)	
Plus souvent le week-end	45 (7,0%)	30 (9,0%)	75 (7,7%)	
Jamais ou autant la semaine que le week-end	437 (79,4%)	263 (64,9%)	700 (74,3%)	

Source : Enquête Comportements et Attitudes en France 2023 du CREDOC.

Champ : Actives et actifs en couple soit 977 individus.

Lecture : 26,1 % des télétravailleur-euses se font livrer plus fréquemment la semaine que le week-end contre 18 % dans l’ensemble des actif-ves en couple.

¹⁰⁷ Résultat d’une régression logistique dichotomique non reproduit ici.

Annexe 3.1 – Angles entre les axes des CSA et les axes de l'ACM principale ➡

Tableau 21 – Angles (en degrés) entre les axes de l'ACM et de la CSA pour les hommes

		ACM		
		Axe 1	Axe 2	Axe 3
CSA	Axe 1	12	75	77
	Axe 2	85	25	79
	Axe 3	84	75	59

Lecture : L'axe 1 de la CSA sur les hommes fait 12 degrés avec l'axe 1 de l'ACM principale.

Tableau 22 - Angles (en degrés) entre les axes de l'ACM et de la CSA pour les femmes

		ACM		
		Axe 1	Axe 2	Axe 3
CSA	Axe 1	29	63	88
	Axe 2	59	32	83
	Axe 3	78	76	39

Lecture : L'axe 2 de la CSA sur les femmes fait 32 degrés avec l'axe 1 de l'ACM principale.

Annexe 3.2 – Contribution des variables actives et de leurs modalités aux deux premiers axes des CSA ➡

Tableau 23 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 1 de la CSA sur les hommes

Nom dans la CSA	Nom détaillé	Modalité	Cos2	Contribution (gauche)	Contribution (droite)	Contribution totale	Contribution cumulée
livraison_semaine.cat	Livraison de repas tout prêts en semaine	De temps en temps ou souvent	0,57		11,1	16,8	16,8
		Jamais	0,48	5,7			
freq_dej_fastfood	Fréquence de déjeuner le midi en restauration rapide sur place	Une à trois fois par mois	0,28		6,7	16,4	33,3
		Jamais	0,39	5,2			
		Au moins une fois par semaine	0,15		4,5		
livraison_we.cat	Livraison de repas tout prêts le WE	De temps en temps ou souvent	0,45		7,9	13,9	47,1
		Jamais	0,46	6,0			
freq_dej_resto	Fréquence de déjeuner le midi au restaurant classique	Au moins une fois par semaine	0,16		5,0	11,9	59,0
		Jamais	0,32	4,8			
		Une à trois fois par mois	0,10		2,1		
freq_conso_fastfood.tri	Fréquence de consommation de plats de restauration rapide	Une fois par semaine ou plus	0,34		6,5	11,2	70,2
		Jamais ou presque	0,28	4,7			
freq_conso_platcuis_rec	Fréquence de consommation de plats cuisinés du commerce	Une fois par semaine ou plus	0,30		5,1	8,2	78,4
		Jamais ou presque	0,24	3,1			
prep_inegal_tlj	Equilibre de préparation des repas dans le couple	Conjoint_TLJ (Conjoint + / préparation tous les jours)	0,07	2,3		4,3	82,7
		Repondant_no_TLJ (Repondant + / préparation non quotidienne)	0,08		2,0		
freq_prepa_plusieurs	Fréquence de préparation des repas à plusieurs	Une fois par semaine	0,14		3,6	3,6	86,3

Tableau 24 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 2 de la CSA sur les hommes

Nom dans la CSA	Nom détaillé	Modalité	Cos2	Contribution (en bas)	Contribution (en haut)	Contribution totale	Contribution cumulée
prep_inegal_tlj	Equilibre de préparation des repas dans le couple	Conjoint_no_TLJ (Conjoint + / préparation non quotidienne)	0,26	15,7		25,8	25,8
		Egal_TLJ (Egalité / préparation tous les jours)	0,17		5,9		
		Conjoint_TLJ (Conjoint + / préparation tous les jours)	0,10	4,2			
affirmation_aimer_cuisine_quoti.dic	J'aime cuisiner au quotidien	Pas d'accord	0,26	6,1		14,6	40,4
		NSP	0,11	5,6			
		D'accord	0,37		2,9		
temps_prepa_soir_we	Temps que dure la préparation d'un repas du soir en général le WE	20min ou moins	0,16	5,1		10,4	50,8
		21 à 30min	0,10	3,1			
		Plus de 30 min	0,27		2,2		
cuisine_feeling.dic	Auto-perception du talent culinaire	Plutôt pas très expérimenté ou moins bien	0,30	7,5		10,1	60,9
		Plutôt bon cuisinier ou mieux	0,30		2,6		
affirmation_cuisine_rapide.dic	Je veux passer le moins de temps possible à faire la cuisine	Pas d'accord	0,24		3,6	9,2	70,0
		D'accord	0,16	3,1			
		NSP	0,07	2,5			
prepa_longue	Faire des préparations qui durent plus d'une heure	Non	0,23	4,7		7,9	77,9
		Oui	0,23		3,1		
temps_prepa_soir_semaine	Temps que dure la préparation d'un repas du soir en général la semaine	20min ou moins	0,16	4,8		7,8	85,7
		Plus de 30 min	0,16		3,0		
freq_prepa_plusieurs	Fréquence de préparation des repas à plusieurs	Tous les jours ou presque	0,17		6,4	6,4	92,1

Tableau 25 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 1 de la CSA sur les femmes

Nom dans la CSA	Nom détaillé	Modalité	Cos2	Contribution (gauche)	Contribution (droite)	Contribution totale	Contribution cumulée
cuisine_feeling.dic	Auto-perception du talent culinaire	Plutôt pas très expérimenté ou moins bien	0,34		8,55	11,57	11,57
		Plutôt bon cuisinier ou mieux	0,34	3,02			
affirmation_cuisine_rapide.dic	Je veux passer le moins de temps possible à faire la cuisine	D'accord	0,30		5,76	11,03	22,59
		Pas d'accord	0,35	5,27			
affirmation_aimer_cuisine_quoti.dic	J'aime cuisiner au quotidien	Pas d'accord	0,27		7,16	9,59	32,18
		D'accord	0,28	2,44			
freq_conso_fastfood.tri	freq_conso_fastfood.tri	Une fois par semaine ou plus	0,28		5,88	9,52	41,7
		Jamais ou presque	0,15	3,64			
prepa_longue	Faire des préparations qui durent plus d'une heure	Non	0,29		5,73	9,49	51,2
		Oui	0,29	3,76			
freq_conso_platcuis_rec	freq_conso_platcuis_rec	Jamais ou presque	0,27	5,37		9,48	60,67
		Une fois par semaine ou plus	0,20		4,11		
livraison_we.cat	Livraison de repas tout prêts le WE	De temps en temps ou souvent	0,18		4,13	7,83	68,5
		Jamais	0,21	3,7			
livraison_semaine.cat	Livraison de repas tout prêts en semaine	De temps en temps ou souvent	0,20		4,74	7,7	76,21
		Jamais	0,18	2,97			
freq_dej_fastfood	Fréquence de déjeuner le midi en restauration rapide sur place	Une à trois fois par mois	0,10		2,45	2,45	78,66

Tableau 26 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 2 de la CSA sur les femmes

Nom dans la CSA	Nom détaillé	Modalité	Cos2	Contribution (en bas)	Contribution (en haut)	Contribution totale	Contribution cumulée
livraison_we.cat	Livraison de repas tout prêts le WE	De temps en temps ou souvent	0,28	7,2		13,2	13,2
		Jamais	0,30		6,0		
livraison_semaine.cat	Livraison de repas tout prêts en semaine	Jamais	0,35		6,3	12,5	25,7
		De temps en temps ou souvent	0,24	6,2			
affirmation_aimer_cuisine_quoti.dic	J'aime cuisiner au quotidien	Pas d'accord	0,24		7,2	9,8	35,4
		D'accord	0,26	2,5			
freq_dej_fastfood	Fréquence de déjeuner le midi en restauration rapide sur place	Jamais	0,30		6,2	8,5	43,9
		Moins souvent	0,09	2,3			
freq_conso_fastfood.tri	Fréquence de consommation de plats de restauration rapide	Jamais ou presque	0,17		4,5	6,5	50,4
		Une fois par semaine ou plus	0,08	1,9			
temps_prepa_soir_semaine	Temps que dure la préparation d'un repas du soir en général la semaine	Plus de 30 min	0,14	3,0		5,2	55,6
		20min ou moins	0,08		2,3		
prepa_longue	Faire des préparations qui durent plus d'une heure	Non	0,14		3,1	5,1	60,7
		Oui	0,14	2,0			
freq_dej_resto	Fréquence de déjeuner le midi au restaurant classique	Jamais	0,22		5,1	5,1	65,8
cuisine_feeling.dic	Auto-perception du talent culinaire	Plutôt pas très expérimenté ou moins bien	0,16		4,4	4,4	70,2

stock_cuisine.congel	Congeler des produits qu'on vient de cuisiner	Non	0,10	2,4	2,4	72,6
freq_prepa_plusieurs	Fréquence de préparation des repas à plusieurs	Jamais	0,08	2,3	2,3	74,9
temps_prepa_soir_we	Temps que dure la préparation d'un repas du soir en général le WE	20min ou moins	0,06	2,0	2,0	76,9

Liste des tableaux

Tableau 1 – Télétravail et fréquence de préparation des repas par les répondant-es	16
Tableau 2 - Télétravail et fréquence de préparation du conjoint-e	19
Tableau 3 – Télétravail et fréquences de préparation comparées au sein du couple	21
Tableau 4 – Télétravail et fréquence de préparation des repas à plusieurs	24
Tableau 5 - Livraison à domicile et télétravail	30
Tableau 6 - Fréquence des déjeuners le midi dans des lieux de restauration extérieurs et télétravail	31
Tableau 7 - Fréquence de consommation de plats préparés et de fast-food et télétravail	32
Tableau 8 - Résumé de l'analyse des CSA	51
Tableau 9 - Caractéristiques socio-démographiques des télétravailleur-euses chez les actif-ves en couple – partie 1	64
Tableau 10 - Caractéristiques socio-démographiques des télétravailleur-euses chez les actif-ves en couple – partie 2	66
Tableau 11 - Caractéristiques socio-démographiques des télétravailleur-euses chez les actif-ves en couple – partie 3	67
Tableau 12 - Distributions pour les télétravailleur-euses et non-télétravailleur-euses du temps de préparation des repas du soir en semaine	68
Tableau 13 - Distributions pour les télétravailleur-euses et non-télétravailleur-euses du temps de préparation des repas du soir le week-end	68
Tableau 14 - Télétravail et habitudes de stockage alimentaire	69
Tableau 15 - Pratiques d'externalisation et préparation quotidienne des repas	70
Tableau 16 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 1 de l'ACM	73
Tableau 17 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 2 de l'ACM	74
Tableau 18 - Recodage de la classe sociale du foyer en trois positions	75
Tableau 19 - Régression des coordonnées sur l'axe 1 de l'ACM sur le télétravail et les caractéristiques socio-démographiques	77
Tableau 20 – Différence semaine-week-end dans le recours à la livraison à domicile et télétravail	78
Tableau 21 – Angles (en degrés) entre les axes de l'ACM et de la CSA pour les hommes	79
Tableau 22 - Angles (en degrés) entre les axes de l'ACM et de la CSA pour les femmes	79
Tableau 23 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 1 de la CSA sur les hommes	80
Tableau 24 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 2 de la CSA sur les hommes	81
Tableau 25 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 1 de la CSA sur les femmes	82
Tableau 26 - Tableau des contributions (en %) des modalités retenues pour l'interprétation de l'axe 2 de la CSA sur les femmes	83

Liste des figures

<i>Figure 1 - Fréquence de préparation des repas selon le genre et la pratique du télétravail</i>	17
<i>Figure 2 - Fréquence de préparation des repas du conjoint-e selon le genre et la pratique du télétravail</i>	20
<i>Figure 3 – Equilibre dans la préparation des repas selon le genre et le télétravail</i>	23
<i>Figure 4 - Fréquence de préparation des repas à plusieurs selon le genre et la pratique du télétravail</i>	25
<i>Figure 5 - ACM plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 1</i>	36
<i>Figure 6 - ACM plan 1-2 : projection des variables supplémentaires</i>	37
<i>Figure 7 - ACM plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 2</i>	39
<i>Figure 8 – CSA sur les hommes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 1</i>	44
<i>Figure 9 - CSA sur les hommes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 2</i>	45
<i>Figure 10 - CSA sur les hommes plan 1-2 : projection des variables supplémentaires</i>	46
<i>Figure 11 - CSA sur les femmes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 1</i>	47
<i>Figure 12 - CSA sur les femmes plan 1-2 : variables actives contribuant plus que la moyenne à l'axe 2</i>	49
<i>Figure 13 - CSA sur les femmes plan 1-2 : projection des variables supplémentaires</i>	50
<i>Figure 14 - CSA sur les hommes plan 1-2 : Projection de l'interaction entre PCS et télétravail</i>	53
<i>Figure 15 - CSA sur les femmes plan 1-2 : Projection de l'interaction entre PCS et télétravail</i>	53
<i>Figure 16 – Diagramme d'inertie de l'ACM</i>	72