

LE TITRE-RESTAURANT : LEVIER D'UNE MEILLEURE QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL, PROPICE AU MIEUX MANGER

UN AVANTAGE ÉCONOMIQUE ET SOCIAL PERÇU COMME INCONTOURNABLE

un avantage **social**

pour
94%
des salariés



un avantage **économique**

pour
92%
des salariés



UN LEVIER DE QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

pour **82%** des salariés,
le titre-restaurant constitue un
élément de **qualité de vie au travail**

pour **72%** d'entre eux,
il permet de se sentir **mieux**
au travail

pour
91%



il permet l'**égalité** de traitement
des salariés soutenant la **cohésion**
sociale

pour
82%



il favorise le sentiment de
reconnaissance et l'**engagement**
des salariés

pour
79%



des bénéficiaires, il
permet de **recharger**
les batteries et de
diminuer le stress

contre **70%**
des non
bénéficiaires

pour
74%



il améliore la **cohésion** par les repas
entre salariés

LA GARANTIE D'UNE PAUSE DE QUALITÉ, PROPICE AU MIEUX MANGER

Les bénéficiaires de titres-restaurant ont des repas :

Plus longs

+14%

pour les
bénéficiaires



Plus complets

18%

de formules
entrée + plat
+ fromage
ou dessert



contre **12%**
pour les non
bénéficiaires



Plus conviviaux

56%

des bénéficiaires
déjeuner avec
des collègues

contre **39%**
des non
bénéficiaires

Plus propices à la détente

77%

des bénéficiaires
se consacrent
totalement
à leur déjeuner

contre **56%**
des non
bénéficiaires

Des déjeuners plus réguliers : **2x moins** de sauts de repas chez les bénéficiaires

Sur le plan nutritionnel : **+ d'énergie* +5%**



+ de vitamines* A B3 B5 B6 C & D +10% à 30%

+ de minéraux* zinc phosphore iode +4% à 10%

* données de l'enquête alimentaire CCAF 2013+2016

DÉJEUNER AU RESTAURANT : LE CHOIX PRIVILÉGIÉ PAR LES BÉNÉFICIAIRES DE TITRES-RESTAURANT

75% des bénéficiaires interrogés utilisent leurs titres-restaurant pour régler
leur pause déjeuner

5 X plus de repas
pris en restaurant

2 X moins de déjeuners
chez soi

pour les bénéficiaires par rapport aux non bénéficiaires *

* en dehors d'une situation de télétravail



65% des salariés qui disposaient de titres-restaurant dans le passé et qui n'en
disposent plus aujourd'hui déclarent aller moins souvent au restaurant

57% des salariés qui ne disposent pas de titres-restaurant déclarent qu'ils
iraient davantage au restaurant s'ils en bénéficiaient

**Le titre-restaurant incarne le modèle alimentaire français,
qui associe nourriture et convivialité.**

Pour le compte de l'APETR - association loi 1901, enregistrée à la préfecture de police de Paris et
auprès de la HATVP

Avec la participation de : Edenred France, Groupe Up, Natixis Intertitres et Sodexo Pass France

Contact presse : Jörg MÜLLER - 01 40 77 85 32 - muller@credoc.fr

CRÉDOC 142 rue du Chevaleret, 75013 Paris www.credoc.fr

Pour en savoir plus : « Bénéficiaires de titres-restaurant : alimentation et qualité de vie au
travail »,

rendez-vous ici : www.credoc.fr/publications/titres-restaurant-alimentation-et-qualite-de-vie-au-travail-note-de-synthese-juliet-2021

Graphisme : Les Orpimentes design les-orpimentes.com