

## INEGALITES SOCIALES ET ALIMENTATION

*Quels sont les besoins et les attentes en termes d'alimentation des personnes en situation d'insécurité alimentaire et comment les dispositifs d'aide alimentaire peuvent y répondre au mieux ?*

*Rapport final*

Décembre 2014

*Benjamin Badia, Florence Brunet, Audrey Carrera, Pauline Kertudo et Florence Tith  
Avec la collaboration de France Caillavet*

*Cette étude a été financée par le ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt (MAAF) et par FranceAgriMer. Ce rapport relève de la responsabilité de ses auteurs et de ne saurait en aucun cas constituer le point de vue du MAAF et de FranceAgriMer.*

**FORS - Recherche Sociale**  
69 rue Lafayette, 79009 PARIS

Tél : 33 (0) 1 48 24 79 00  
Fax : 33 (0) 1 48 24 79 01

e-mail : [fors@fors-rs.com](mailto:fors@fors-rs.com)  
[www.fors-rs.com](http://www.fors-rs.com)

## Résumé opérationnel

L'enquête menée avait pour objectifs d'analyser les besoins et les attentes en matière d'alimentation des ménages en insécurité alimentaire, qu'ils soient bénéficiaires de l'aide alimentaire ou non, afin d'identifier des pistes d'amélioration et d'ouvrir des perspectives pour les dispositifs d'aide alimentaire actuels.

Fondée sur une méthodologie d'enquête très qualitative, elle a été réalisée en trois temps : un premier temps destiné à cerner le champ de l'étude en réalisant un travail de cadrage théorique autour de la notion d'insécurité alimentaire, un état des lieux des dispositifs d'aide alimentaire existants et une capitalisation des connaissances sur le sujet ; un second temps d'enquête par le biais d'entretiens semi-directifs auprès d'acteurs locaux de l'aide alimentaire ou de services sociaux polyvalent, et de 85 ménages aux ressources modestes ; un troisième temps de réflexion autour des pistes d'amélioration possibles, nourri par la capitalisation d'expériences innovantes menées dans le champ de l'aide alimentaire.

L'enquête montre ainsi la réalité des contraintes vécues par les ménages rencontrés au regard de l'alimentation (insuffisance quantitative, monotonie alimentaire, pauvreté nutritionnelle, etc.), ainsi que les stratégies qu'ils mobilisent et les leviers qu'ils activent pour y faire face. Elle montre que la « tension » vécue par les ménages à l'égard leur situation alimentaire n'est pas systématiquement corrélée au degré d'insécurité alimentaire déclaré. Elle varie en fonction de plusieurs facteurs, parmi lesquels se distinguent notamment l'antériorité des difficultés économiques et sociales, la présence d'enfants au foyer, mais aussi la prégnance des normes alimentaires de référence. De même, le recours à l'aide alimentaire est plus ou moins bien vécu par les ménages interrogés : il peut être particulièrement douloureux pour les « nouveaux pauvres », car synonyme de déchéance sociale, et à l'inverse, mieux vécu par les ménages ancrés dans la précarité de longue date, possédant déjà une certaine maîtrise du fonctionnement et des acteurs de l'intervention sociale. Par ailleurs, le niveau d'acceptation du recours à l'aide alimentaire varie en fonction de la forme d'aide délivrée, les centres de distribution de denrées s'avérant particulièrement stigmatisés.

Quatre types de ménages correspondant à 4 modes de gestion différenciés de la contrainte alimentaire sont identifiés. Le premier type est celui des « autogestionnaires » (ou non requérants aux dispositifs d'aide alimentaire), des ménages ayant connu une baisse de ressources importante (liée à un accident de la vie, au passage à la retraite, etc.), qui ont essentiellement recours à la solidarité familiale et sociale et ne mobilisent pas l'aide alimentaire en raison d'une méconnaissance des dispositifs, mais aussi de représentations négatives à l'égard de ces derniers. Le second type est celui des « gestionnaires indirects », des travailleurs pauvres aux ressources instables qui mobilisent l'aide alimentaire de façon discontinue, comme variable d'ajustement budgétaire afin d'apurer une dette ou de faire face à une dépense imprévue. Le troisième type est celui des ménages « multiactivateurs », des ménages aux ressources peu élevées, ancrés durablement dans la précarité, qui combinent différents leviers et types d'aide alimentaire dans la durée. Enfin, le quatrième type est celui des « mono-gestionnaires », des ménages aux ressources très faibles voire inexistantes, qui conjuguent différentes difficultés (administratives, liées au logement, sociales...) et dont l'alimentation est quasiment entièrement dépendante de la seule aide alimentaire.

L'enquête indique que les attentes des ménages en insécurité alimentaire s'organisent autour de trois axes : la qualité des produits (c'est-à-dire frais, sains et goûteux), la diversité des denrées permettant une alimentation équilibrée et moins monotone, mais aussi l'accès à une certaine autonomie, qu'il s'agisse du choix des denrées ou, dans le cadre de l'aide alimentaire, dans leur rapport aux dispositifs et aux bénévoles. Au regard des attentes et des besoins exprimés par les ménages rencontrés, l'enquête permet d'identifier plusieurs pistes d'actions : faire connaître l'aide alimentaire et améliorer le repérage des ménages en insécurité alimentaire, afin de favoriser leur « raccrochage » aux dispositifs existants ; faire évoluer la place des usagers au sein des dispositifs d'aide alimentaire, en travaillant notamment à une évolution des représentations des travailleurs sociaux et bénévoles à l'égard des bénéficiaires ; améliorer l'accessibilité des dispositifs d'aide alimentaire, en travaillant aussi bien sur l'accessibilité physique et géographique que sur les horaires de distribution et les périodes d'ouverture des structures. Au-delà, l'enquête questionne plus largement le sens de l'aide alimentaire, son rôle et ses fonctions actuelles, et invite à renforcer son articulation avec des formes alternatives à l'aide alimentaire classique, pour répondre aux besoins de l'ensemble des ménages en insécurité alimentaire.

<b>Introduction</b> .....	<b>6</b>
1. Rappel du contexte et des objectifs de la mission.....	7
2. Rappel des différentes phases de la mission.....	8
3. Méthodologie.....	9
4. Plan du rapport.....	16
<b>PARTIE I - Cadrage théorique sur la notion d'insécurité alimentaire et capitalisation des connaissances existantes</b> .....	<b>19</b>
Chapitre 1 - Le concept d'insécurité alimentaire : définition et évolution.....	20
1.1 Une notion récente, construite en opposition à la notion de « sécurité alimentaire »	20
1.2 Le caractère multidimensionnel de l'insécurité alimentaire.....	21
1.3 Une définition à compléter.....	22
1.4 Une notion qui se précise sous l'influence des politiques publiques : l'exemple des Etats-Unis et de la France.....	23
1.5 Les facteurs de risque.....	26
1.6 L'insécurité alimentaire au quotidien.....	28
1.7 Eléments de réflexion sur les indicateurs de suivi des ménages en insécurité alimentaire.....	30
Chapitre II. L'aide alimentaire en France : organisation et fonctionnement.....	32
II.1 Les modalités de financement de l'aide alimentaire.....	32
II.2 Des sources d'approvisionnement diversifiées.....	34
II.3 La mise en œuvre de l'aide alimentaire résulte d'initiatives locales, multiples et multiformes.....	35
II.4 Les différentes modalités de distribution de l'aide alimentaire.....	39
II.5 L'aide alimentaire, « porte d'entrée » vers l'insertion sociale.....	40
II.6 L'apparition de formes alternatives à l'aide alimentaire « classique ».....	42
Chapitre III. Evolution du dispositif et réflexions actuelles sur l'aide alimentaire en France.....	44
III.1 De la qualité des aliments fournis aux modalités d'accueil des bénéficiaires : les évolutions de l'aide alimentaire.....	44
III.2 Des évolutions récentes dans l'encadrement réglementaire de l'aide alimentaire au niveau national et européen.....	46
Chapitre IV. Qui sont les bénéficiaires de l'aide alimentaire en France ?.....	49
IV.1 L'absence d'un profil sociodémographique « type ».....	49
IV.2 Des évolutions récentes des publics bénéficiaires.....	52
IV.3 Bénéficiaires de l'aide alimentaire et insécurité alimentaire.....	53
IV.4 Raisons, fréquence et ancienneté du recours à l'aide alimentaire.....	54
IV.5 Pratiques d'approvisionnement alimentaire et place de l'aide alimentaire dans l'organisation des usagers.....	55
IV.6 Santé et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire.....	56
IV.7 Perceptions et ressenti des bénéficiaires sur l'aide alimentaire.....	58
Chapitre V. Qui sont les non bénéficiaires de l'aide alimentaire ?.....	60
V.1 La méconnaissance de l'offre.....	60
V.2 L'absence d'offre ou d'offre adaptée.....	61
V.3 La difficulté d'accès.....	61
V.4 Le non-recours volontaire.....	61
V.5 Le non-repérage de potentiels bénéficiaires : les populations invisibles.....	64
<b>Partie II – Résultats de l'enquête qualitative auprès des ménages et des acteurs de l'aide alimentaire</b> .....	<b>65</b>
Chapitre I – Principes et pratiques alimentaires des ménages interrogés.....	66
I.1 Des discours qui se réfèrent largement aux normes du « modèle alimentaire français ».....	66
I.2 Des pratiques alimentaires influencées par différents facteurs.....	72

I.3 Des pratiques alimentaires contraintes .....	76
I.4 Des contraintes qui conduisent la plupart du temps à des situations d'insécurité alimentaire .....	80
Chapitre II – Les leviers de gestion de la contrainte alimentaire .....	86
II.1 Des modes d'approvisionnement spécifiques.....	86
II.2 Des modes de préparation des aliments qui s'adaptent aux circonstances .....	91
II.3 Des stratégies pour économiser sur l'ensemble des postes de dépense.....	93
Chapitre III – Le ressenti des ménages sur leur situation vis-à-vis de l'alimentation .....	95
III.1 Variabilité de la place de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes.....	95
III.2 Variabilité du rapport à l'aide alimentaire .....	105
Chapitre IV – Classification des modes de gestion de l'insécurité alimentaire par les ménages interrogés, adéquation des réponses apportées par l'aide alimentaire .....	112
IV.1 Type 1 : « L'autogestion » de l'insécurité alimentaire : une stratégie limitée à la rationalisation des dépenses et au recours à la solidarité familiale .....	112
IV.2 Type 2 : le recours à l'aide alimentaire comme levier de « gestion indirecte » du budget, pour des ménages aux ressources instables et peu élevées .....	119
IV.3 Type 3 : les « multi-activateurs », des ménages ancrés dans la précarité qui mobilisent simultanément et dans la durée différents dispositifs d'aide alimentaire.....	124
IV.4 Type 4 : les ménages qui n'ont d'autre levier à activer que le recours à l'aide alimentaire (« mono-gestionnaires ») .....	134
<b>Partie III – Pistes de réflexion et perspectives .....</b>	<b>140</b>
Chapitre I. Les attentes des ménages modestes à l'égard de l'alimentation et de l'aide alimentaire .....	141
I.1. Des attentes variables et des formes d'aide alimentaire plus ou moins adaptées selon les « types » de ménages .....	142
I.2. Des attentes transversales à l'ensemble des ménages rencontrés.....	143
I.3. L'émergence d'expériences innovantes en matière d'aide alimentaire, autour de la promotion des « circuits courts » et de la réciprocité du don.....	144
Chapitre II. Quels enjeux pour l'aide alimentaire ? Les pistes de réflexion soulevées par l'enquête .....	147
II.1. Faire connaître l'aide alimentaire et améliorer le repérage des ménages en insécurité alimentaire .....	147
II.2. Imaginer des solutions pour les ménages en insécurité alimentaire dont les disponibilités financières sont jugées trop élevées pour bénéficier de l'aide alimentaire .....	148
II.3 Améliorer l'accessibilité des structures d'aide alimentaire.....	149
II.4 Travailler à faire évoluer la place des usagers dans les dispositifs d'aide alimentaire .....	150
II.5 Redéfinir le rôle de l'aide alimentaire et sa fonction : quels publics et quels objectifs ?.....	151
II.6 Analyser l'efficacité socio-économique du dispositif d'aide alimentaire et l'articulation entre formes « classiques » et formes « innovantes » d'aide alimentaire .....	152
Chapitre III. Synthèse des pistes d'action .....	153
<b>Annexes .....</b>	<b>154</b>
1. Liste des acteurs institutionnels, experts et acteurs associatifs interviewés .....	155
2. Liste des sigles et abréviations utilisés.....	156
3. Bibliographie.....	157
4. Recueil d'expériences innovantes en lien avec les besoins et attentes des ménages enquêtés .....	160
5. Tableau des indicateurs de suivi de l'insécurité alimentaire.....	173
6. Guide d'entretien auprès des ménages.....	177

## Introduction

---

## 1. RAPPEL DU CONTEXTE ET DES OBJECTIFS DE LA MISSION

---

Dans un contexte général de précarisation croissante d'une part de plus en plus large de la population<sup>1</sup>, les associations et organismes distributeurs de l'aide alimentaire doivent faire face, non seulement à une augmentation continue de la demande, mais aussi à une diversification de leurs publics. Les bénéficiaires de l'aide alimentaire ne sont plus seulement des personnes en situation d'exclusion ou de grande précarité, mais également des ménages fragilisés par une baisse temporaire ou durable de leurs revenus, des personnes ayant connu une rupture familiale ou encore des migrants en situation administrative irrégulière ou transitoire.

Face à ces évolutions, et pour répondre aux demandes liées à la gestion du FEAD/CNES (suivi des produits, remontée de données concernant les bénéficiaires, etc.), les associations opératrices de l'aide alimentaire ont connu une professionnalisation rapide de leurs pratiques, conjuguée à la nécessité d'adapter leur organisation logistique aux nouveaux besoins, mais aussi de proposer, autour de l'aide alimentaire, un accompagnement social plus large des ménages, tant dans les domaines de la santé que de l'insertion.

Les opérateurs de l'aide alimentaire recensent, en 2013, 3,9 millions de bénéficiaires de l'aide alimentaire<sup>2</sup>. Cependant, tous les ménages contraints à des restrictions alimentaires du fait de leurs difficultés sociales et économiques ne recourent pas aux dispositifs d'aide alimentaire : leurs situations, leurs profils et leurs besoins demeurent donc « invisibles » aux yeux des institutions. L'étude Individuelle Nationale sur les Consommations Alimentaires 2005-2007 (INCA 2) estime à 12,2% la part de la population en situation « d'insécurité alimentaire » pour des raisons financières. Par ailleurs, les travaux réalisés par l'Observatoire National de la Pauvreté et de l'Exclusion Sociale soulignent que ce pourcentage de 12,2% « sous-estime la prévalence réelle des situations d'insécurité alimentaire en France »<sup>3</sup>.

Au-delà de l'estimation quantitative du nombre de ménages en situation d'insécurité alimentaire, rares sont les enquêtes et les travaux de recherche permettant de comprendre quels sont les profils types de ces ménages, leurs pratiques et leurs attentes. Si plusieurs études portent sur les pratiques alimentaires des français (INCA 1 et INCA 2), et plus précisément sur les bénéficiaires de l'aide alimentaire (ABENA 1 et ABENA 2), les pouvoirs publics disposent en effet de peu d'éléments qualitatifs quant aux ménages démunis en situation d'insécurité alimentaire.

Dans ce contexte, la Direction générale de l'alimentation du Ministère de l'agriculture et FranceAgriMer ont confié à notre cabinet une étude visant à renforcer la connaissance des

---

<sup>1</sup> Rappelons que la pauvreté concernait en 2012, selon les données de l'INSEE, 8,5 millions de personnes soit 13,9% de la population.

<sup>2</sup> Source : DGAL.

<sup>3</sup> Nicole Darmon, Aurélie Bocquier, Florent Vieux et France Caillavet, *L'insécurité alimentaire pour raisons financières en France*, ONPES, Les Travaux de l'Observatoire, 2009-2010.

besoins et des attentes des personnes démunies en situation d'insécurité alimentaire, qu'ils soient bénéficiaires de l'aide alimentaire ou non. L'étude réalisée combinait deux objectifs :

**a) Renforcer la connaissance des besoins et des attentes des personnes démunies en situation d'insécurité alimentaire, qu'ils soient bénéficiaires de l'aide alimentaire ou non.**

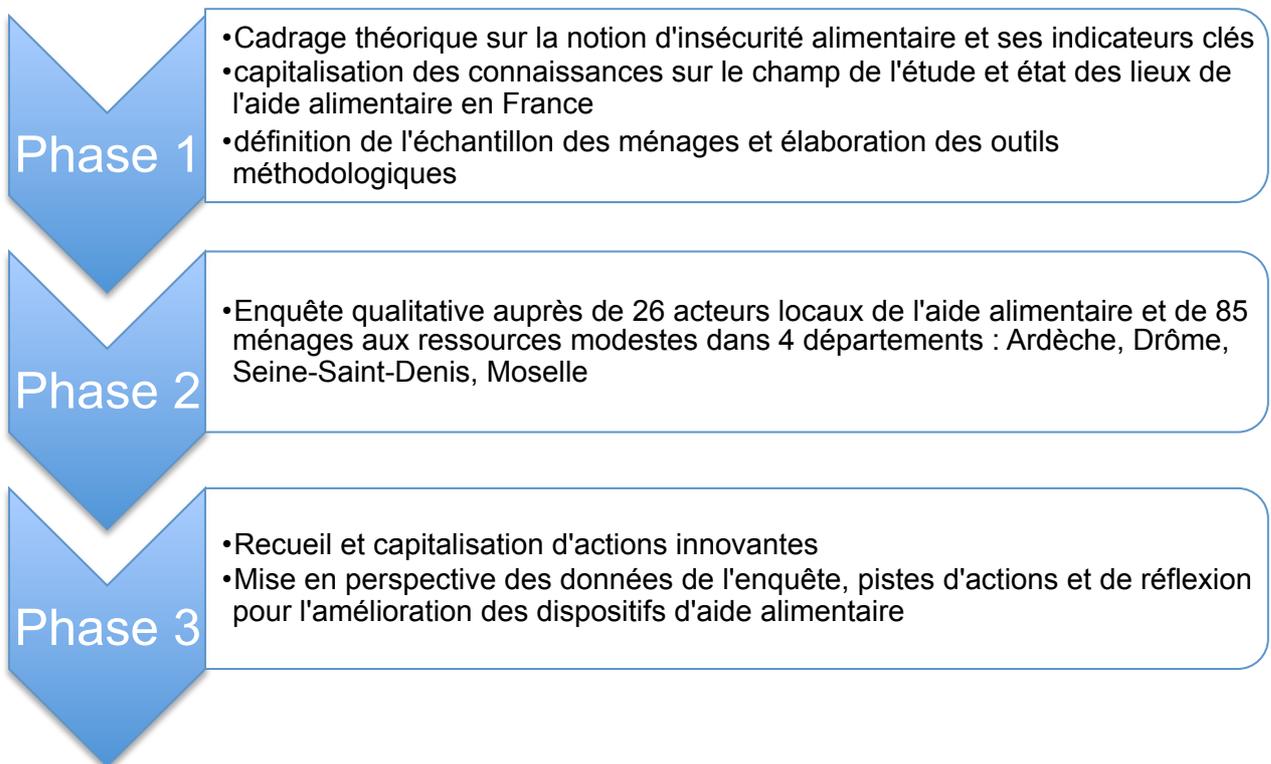
L'objectif de l'étude était ainsi d'améliorer la compréhension des profils et du vécu des ménages en situation d'insécurité alimentaire, d'analyser leurs pratiques en matière d'alimentation, les conséquences de ces pratiques sur leur vie quotidienne, leur santé, leur bien-être psychique, les motivations de leur recours ou de leur non recours aux dispositifs d'aide, mais aussi leurs attentes vis-à-vis de ces derniers, qu'il s'agisse des aliments proposés ou des modalités de distribution.

**b) Faire évoluer les dispositifs d'aide alimentaire afin que ces derniers s'adaptent au mieux aux besoins de l'ensemble des ménages en situation d'insécurité alimentaire.**

L'enquête avait pour objectif opérationnel d'identifier quelles sont les marges d'amélioration des dispositifs existants en matière d'aide alimentaire, afin d'améliorer leur efficacité et de limiter les phénomènes de non recours.

## 2. RAPPEL DES DIFFERENTES PHASES DE LA MISSION

---



#### **a) Réalisation de la phase de cadrage théorique et compilation des travaux menés sur la question de l'insécurité alimentaire et de l'aide alimentaire**

Les travaux d'enquête et les études réalisées sur la problématique de l'insécurité alimentaire et du recours à l'aide alimentaire sont extrêmement nombreuses et diversifiées : travaux de recherche, enquêtes qualitatives et quantitatives, bilans associatifs, documents de travail institutionnels, etc. L'objet de cette première phase n'était pas de produire une recension exhaustive de ces documents, mais plutôt de réaliser une synthèse problématisée des éléments de connaissance existants afin de mieux circonscrire le champ de notre étude et d'affiner les hypothèses de travail nécessaires à la réalisation de l'enquête qualitative auprès des ménages.

Pour réaliser cette phase, nous avons **compilé et analysé des sources documentaires de divers types** : études qualitatives, enquêtes statistiques, mais aussi rapports officiels, articles de presse ou encore rapports d'activités ou rapports d'évaluation des organismes associatifs.

Ce travail d'analyse bibliographique et documentaire a été complété par **une dizaine d'entretiens exploratoires<sup>4</sup>, réalisés en septembre-octobre 2013** avec :

- des experts et chercheurs de différentes disciplines ayant travaillé sur la question des pratiques alimentaires des personnes défavorisées
- des représentants des têtes de réseaux associatives impliquées dans la distribution de l'aide alimentaire
- des acteurs institutionnels et administrations impliqués dans la gestion et la mise en œuvre de l'aide alimentaire (Direction Générale de la Cohésion Sociale (DGCS), Ministère de la Santé...)

#### **b) Choix des départements d'enquête**

Le choix des 4 départements a été réalisé de façon à faire varier les types de territoire en fonction de différents critères : degré d'urbanisation, attractivité, dynamisme économique, les problématiques sociales rencontrées et les réponses apportées en matière d'aide alimentaire (densité du réseau d'associations, diversité des modes de distribution...).

En concertation avec le comité de pilotage de l'étude, le choix des territoires d'investigation s'est porté, au terme de la première phase, sur les départements suivants :

---

<sup>4</sup> Liste des acteurs rencontrés présentée en annexe.

- **La Seine-Saint-Denis (93)** : département urbain fortement peuplé (1,53 millions d'habitants en 2011) et participant au dynamisme économique et de l'attractivité de la métropole parisienne. Ses habitants connaissent pourtant une précarité économique et sociale importante. En 2011, le taux de chômage y était ainsi de 17,7% (contre 11,7% en Île-de-France). Par ailleurs, le département présente la particularité d'accueillir un nombre important d'immigrés, ces derniers représentant 18,7% de la population départementale (contre 11,9% à l'échelle régionale). Ce département présente donc l'intérêt de pouvoir étudier la situation des populations en précarité et des populations étrangères vis-à-vis des dispositifs d'aide alimentaire. Ces derniers apparaissent comme relativement diversifiés en Seine-Saint-Denis, bien que certains professionnels constatent un manque d'offre en matière de distribution de repas.
  
- **L'Ardèche (07) et la Drôme (26)** : territoires à dominante rurale, marqués par une faible densité de population (une ou deux villes pôles et des secteurs ruraux) et par la présence de secteurs montagneux, les départements de l'Ardèche et de la Drôme semblent particulièrement concernés par ces problématiques d'accessibilité. Les départements regroupent en tout près de 90 associations locales qui travaillent à la distribution de l'aide alimentaire en partenariat avec la banque alimentaire départementale. Cette dernière fait le constat d'une augmentation des bénéficiaires de 10% entre 2011 et 2012. En termes de problématiques sociales et démographiques, les acteurs locaux constatent un phénomène important de vieillissement de la population et un niveau important de précarité par rapport aux autres départements de la région<sup>5</sup>. Enfin, les départements de l'Ardèche et de la Drôme ont cela de particulier qu'ils bénéficient d'une production agricole locale importante.
  
- **La Moselle (57)** : le département de la Moselle, territoire touché par la désindustrialisation et le ralentissement économique, a connu une perte importante d'emplois industriels que le développement d'une économie fondée sur le tertiaire ne parvient pas à compenser. La Moselle est ainsi marquée par des inégalités importantes avec une certaine attractivité économique et résidentielle dans l'axe du sillon Lorrain (autour de Metz et à la frontière avec le Luxembourg) tandis que l'ancien sillon houiller et les secteurs ruraux qui l'entourent connaissent à la fois une perte d'emploi, une perte de population, le renforcement de la pauvreté notamment au sein de la population salariée et le vieillissement de la population<sup>6</sup>. Les dispositifs de distribution de l'aide alimentaire semblent essentiellement concentrés dans la partie mosellane du sillon Lorrain et dans l'ancien sillon houiller. Au total, une quarantaine d'associations se chargent de la distribution des denrées fournies par la Banque alimentaire. Ces structures constatent une demande croissante : le nombre de bénéficiaires est ainsi passé de 11 000 à 12 000 par mois entre 2010 et 2012.

---

<sup>5</sup> *Tableau de bord sur la santé de la Drôme et de l'Ardèche*, Observatoire Régional de la Santé Rhône-Alpes, mars 2012.

<sup>6</sup> *Pauvreté en Moselle : un habitant sur sept*, INSEE, n°236, octobre 2010.

### **c) Déroulement de l'enquête qualitative auprès des acteurs institutionnels et des ménages**

L'enquête qualitative a été réalisée entre **janvier et mai 2014**.

**Dans un premier temps, des entretiens ont été réalisés auprès de différents acteurs institutionnels et associatifs.** Au total, **26 entretiens d'acteurs ont été réalisés sur l'ensemble des sites.** Identifiés comme nos relais locaux, ces acteurs nous ont permis de repérer les ménages en situation d'insécurité alimentaire fréquentant leurs structures et d'entrer en contact avec ces derniers. Plusieurs types d'acteurs ont été mobilisés pour recueillir les contacts de ces ménages :

- Des responsables de structures associatives de distribution d'aide alimentaire (Secours Populaire, Restos du cœur...) ;
- Des responsables de Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS) ;
- Des responsables d'épiceries sociales et solidaires ;
- Des associations locales intervenant sur des champs périphériques à l'aide alimentaire (lutte contre l'exclusion...) ;
- Les services sociaux polyvalents des conseils généraux
- D'autres services spécialisés des conseils généraux : en Seine-Saint-Denis, des ménages ont pu être rencontrés via la circonscription des publics en errance du conseil général, accueillant des publics sans attaches administratives.

Par ailleurs, ces entretiens nous ont apporté un éclairage :

- Sur les pratiques des acteurs de l'aide alimentaire (en matière d'orientation des bénéficiaires vers les différents circuits d'aide alimentaire) ;
- L'organisation locale des circuits de distribution (points forts et points faibles de l'aide alimentaire dans le département) ;
- Les principales caractéristiques des publics en situation d'insécurité alimentaire (profils des bénéficiaires et non bénéficiaires de l'aide alimentaire, évolutions constatées, besoins et profils émergents) ;
- Les réflexions en cours sur les modes de distribution de l'aide alimentaire et leur adéquation aux besoins des publics accompagnés.

**Dans un deuxième temps, des entretiens ont été réalisés auprès de 85 ménages aux revenus modestes (situés aux alentours du SMIC), identifiés par nos relais locaux dans les 4 départements retenus pour l'enquête.**

**L'approche qualitative ne permet pas de prétendre à la « représentativité statistique » de l'échantillon des personnes interrogées.** Elle permet en revanche d'approfondir certaines thématiques ou problématiques qui ne sont pas disjointes des caractéristiques des ménages en situation d'insécurité alimentaire.

Les ménages ont été rencontrés **lors d'entretiens semi-directifs d'une durée de 1h à 1h30.** Ces derniers ont été contactés par téléphone (coordonnées transmises par l'un de nos relais locaux) afin de fixer un horaire et un lieu de rendez-vous ou sollicités directement sur le lieu de distribution de l'aide alimentaire. Les entretiens se sont majoritairement déroulés

sur les lieux de distribution de l'aide alimentaire (dans une salle spécifiquement mise à notre disposition) mais aussi au domicile de quelques ménages.

Un guide d'entretien a été conçu de façon à apprécier le degré d'insécurité alimentaire des ménages et recueillir des éléments concernant :

- Leurs pratiques et représentations liées à l'alimentation générale (rythme et importance des repas dans la vie de famille, modalités d'approvisionnement, principes et éducation en matière d'alimentation) ;
- La gestion de leur budget (difficultés à équilibrer le budget, économies sur les dépenses liées à l'alimentation) ;
- Les raisons du recours ou du non-recours à l'aide alimentaire (modalités de recours et représentations à l'égard de l'aide alimentaire, raisons du non-recours et représentations à l'égard de l'aide alimentaire...).

#### **La mesure du degré d'insécurité alimentaire lors des entretiens**

Dans la continuité des travaux engagés dans la première phase de la mission autour de la notion « d'insécurité alimentaire », de sa définition et de sa mesure, une question visant à apprécier le degré d'insécurité alimentaire des ménages a été intégrée au guide. Nous avons demandé aux ménages rencontrés de se positionner sur l'une des 4 modalités de réponses proposées dans le questionnaire de l'enquête INCA 2 :

*Parmi les quatre situations suivantes, quelle est celle qui correspond le mieux à la situation actuelle de votre foyer ?*

- 1. Vous pouvez manger tous les aliments que vous souhaitez ;*
- 2. Vous avez assez à manger mais pas tous les aliments que vous souhaiteriez ;*
- 3. Il vous arrive parfois de ne pas avoir assez à manger ;*
- 4. Il vous arrive souvent de ne pas avoir assez à manger.*

Cette question a permis le classement des ménages dans 4 catégories (de l'IA1 à l'IA4), correspondant à une gradation croissante dans l'intensité des difficultés et des contraintes ressenties par les ménages interrogés.

**Il est important de souligner que la mesure du degré d'insécurité alimentaire des ménages rencontrés est donc déclarative et se fonde sur l'appréciation de ces mêmes ménages.**

#### **d) La constitution de l'échantillon des ménages rencontrés**

A l'issue de la première phase de l'étude et de l'analyse du concept d'insécurité alimentaire à travers la littérature scientifique et des travaux d'experts, il a été convenu de ne pas considérer l'insécurité alimentaire comme un critère discriminant dans la sélection des ménages de notre échantillon, mais comme un objet d'analyse lors des entretiens. C'est

donc une approche large et ouverte qui a guidé la constitution de l'échantillon, les axes structurants retenus étant :

- **le fait d'être bénéficiaire ou non de l'aide alimentaire** (étant alors considérés comme des bénéficiaires les personnes qui ont recouru à un dispositif d'aide alimentaire dans la période des 12 mois précédent le moment de l'entretien) ;
- **le profil socioéconomique des ménages et leur niveau de ressources**, le principe étant de faire varier les situations familiales, l'âge, et de ne pas rencontrer uniquement des personnes en grande précarité mais également des ménages dont le niveau de ressources se situe légèrement au dessus des seuils permettant le déclenchement de certaines aides sociales ou l'accès à l'aide alimentaire (salariés dont les ressources sont légèrement supérieures au Salaire Minimum Interprofessionnel de Croissance (SMIC) par exemple).

L'objectif fixé était de rencontrer des ménages s'inscrivant dans les quatre catégories suivantes (pour chaque catégorie figure, dans le tableau, le nombre de personnes effectivement rencontrées), mais **sans objectif de représentativité statistique de l'échantillon**<sup>7</sup> :

	Se considérant en insécurité alimentaire (IA2 à IA4)	Ne se considérant pas en d'insécurité alimentaire (IA1) <sup>8</sup>
Bénéficiaires de l'aide alimentaire	60	10
Non bénéficiaires de l'aide alimentaire	8	7

Les contacts ont été plus difficiles à établir auprès de non bénéficiaires de l'aide alimentaire, qui se trouvent sous-représentés au sein de notre échantillon. Afin de rencontrer des ménages non bénéficiaires de l'aide alimentaire, nous avons sollicité dans les 4 départements des services sociaux polyvalents, Centres communaux ou intercommunaux d'action sociale (CCAS/CIAS) et associations intervenant sur des champs autres que l'aide alimentaire (lutte contre l'exclusion, accès au logement, etc.). Rares ont été les structures opposant un refus explicite à notre requête. Plus fréquemment, en revanche, les personnes qui nous ont été orientées par des services sociaux polyvalents et les associations généralistes nous ont affirmé, au cours des entretiens, solliciter une ou plusieurs formes

<sup>7</sup> Les effectifs enquêtés sont sans lien avec la proportion de ces 4 catégories de ménages au sein de la population nationale. Ainsi, si, parmi le nombre d'enquêtés, celui des « non bénéficiaires de l'aide alimentaire se considérant en insécurité alimentaire » est plus faible que celui des « bénéficiaires de l'aide alimentaire ne se considérant pas en insécurité alimentaire », cela ne renvoie en aucun cas à une moindre proportion des « non bénéficiaires en insécurité alimentaire » dans la population globale. Cela reflète simplement la plus grande difficulté à obtenir des contacts et à rencontrer, sur site, des ménages « non bénéficiaires se considérant en insécurité alimentaire ».

<sup>8</sup> Il convient de noter que **certains ménages ne se considèrent pas en situation d'insécurité alimentaire précisément grâce aux denrées / chèques / repas fournis par les structures pourvoyeuses d'aide alimentaire.**

d'aide alimentaire ou en avoir bénéficié dans le passé. La prise de contact par le biais de travailleurs sociaux, nous amenant à rencontrer des personnes déjà intégrées dans les circuits de l'action sociale, nous a ainsi conduit la plupart du temps vers **des ménages bénéficiaires non repérés comme tels lors de la constitution de l'échantillon**. C'est notamment le cas en Seine-Saint-Denis, où tous les ménages repérés comme non bénéficiaires par le biais des services sociaux polyvalents nous ont affirmé l'être, ou l'avoir été, au cours de l'année précédente.

Au-delà de ce constat, les entretiens menés nous ont amenés à **ré-envisager la notion de « bénéficiaire » ou de « non bénéficiaire » de l'aide alimentaire**, qui représentait initialement une ligne de partage structurante dans notre échantillon de départ. Or, **le recours ou le non recours au dispositif d'aide alimentaire ne départagent pas des types de publics aux profils clairement distincts** : à l'instar de l'insécurité alimentaire, le recours à l'aide alimentaire s'inscrit dans un processus dynamique qui peut être jalonné d'entrées et de sorties dans le dispositif. Nous y revenons plus en détails dans la deuxième partie de notre rapport (chapitre IV), lorsque sont analysés les éléments déclencheurs ou les freins au recours à l'aide alimentaire.

#### **e) Profils des ménages rencontrés**

Au total, **85 ménages ont été interrogés sur les territoires des 4 départements dont 70 bénéficiaires de l'aide alimentaire et 15 non-bénéficiaires<sup>9</sup>**.

---

<sup>9</sup> Parmi les ménages rencontrés, certains nous ont affirmé solliciter plusieurs dispositifs différents d'aide alimentaire (chèque alimentaire, paniers alimentaires, épicerie sociale et solidaire,). Les caractéristiques et pratiques de ces ménages « multi-activateurs » sont analysées dans la partie IV de ce rapport. **Par souci de lisibilité, les tableaux ci-dessous ne comptabilisent pas les recours pluriels à l'aide alimentaire. Pour chaque ménage bénéficiaire, seul est renseigné le dispositif d'aide alimentaire dans lequel il a été rencontré.**

Département	Statut	Composition familiale	Nombre de ménages interrogés	Sous-total	Cadre de distribution de l'aide alimentaire dans lequel le ménage a été interrogé	Nombre de ménages interrogés	Sous-total	TOTAL	
Seine-Saint-Denis (93)	Bénéficiaire	Personne seule sans enfant	5	25	Chèques alimentaires Paniers alimentaires Epicerie sociale et solidaire Repas chauds	2	25	25	
		Personne seule avec enfant(s)	10			8			
		Couple sans enfant	1			10			
		Couple avec enfant(s)	9			5			
	Non bénéficiaire	Personne seule sans enfant	0	0					
		Personne seule avec enfant(s)	0						
		Couple sans enfant	0						
		Couple avec enfant(s)	0						

Département	Statut	Composition familiale	Nombre de ménages interrogés	Sous-total	Cadre de distribution de l'aide alimentaire dans lequel le ménage a été interrogé	Nombre de ménages interrogés	Sous-total	TOTAL	
Moselle (57)	Bénéficiaire	Personne seule sans enfant	7	22	Chèques alimentaires Paniers alimentaires Epicerie sociale et solidaire Repas chauds	1	22	29	
		Personne seule avec enfant(s)	12			10			
		Couple sans enfant	1			7			
		Couple avec enfant(s)	2			4			
	Non bénéficiaire	Personne seule sans enfant	5	7					
		Personne seule avec enfant(s)	1						
		Couple sans enfant	1						
		Couple avec enfant(s)	0						

Département	Statut	Composition familiale	Nombre de ménages interrogés	Sous-total	Cadre de distribution de l'aide alimentaire dans lequel le ménage a été interrogé	Nombre de ménages interrogés	Sous-total	TOTAL	
Drôme (26) et Archèche (07)	Bénéficiaire	Personne seule sans enfant	4	23	Chèques alimentaire Paniers alimentaires Epicerie sociale et solidaire Repas chauds	2	23	31	
		Personne seule avec enfant(s)	9			21			
		Couple sans enfant	3			0			
		Couple avec enfant(s)	7			0			
	Non bénéficiaire	Personne seule sans enfant	3	8					
		Personne seule avec enfant(s)	3						
		Couple sans enfant	1						
		Couple avec enfant(s)	1						

L'échantillon de personnes rencontrées est constitué d'une très large majorité de femmes (71%). Soulignons que les **familles monoparentales** représentent **40%** de notre échantillon.

32% des personnes rencontrées ont entre 26-40 ans et 49% entre 41-60 ans. En outre, les CCAS rencontrés ont joué un rôle important dans la mise en relation avec le public vieillissant : 14% de notre échantillon est ainsi constitué de personnes âgées de plus de 60 ans.

Répartition des ménages rencontrés par tranche d'âge		
< 25 ans	4	5%
26-40	27	32%
41-60	42	49%
> 60 ans	12	14%

L'échantillon de personnes rencontrées se distingue par une **surreprésentation de ménages sans emploi** (66% de l'échantillon). On notera cependant qu'environ 1 ménage sur 4 est en emploi.

Situation au regard de l'emploi des ménages rencontrés		
Sans emploi	56	66%
En emploi (CDD CDI intérim...)	20	23%
Retraités	9	11%

Corolaire de la situation des ménages au regard de l'emploi, **environ la moitié des personnes rencontrées sont bénéficiaires de minima sociaux** (Revenu de Solidarité Active (RSA), Allocation Adulte Handicapé (AAH), Allocation de Solidarité Spécifique (ASS), Allocation de Solidarité aux Personnes Agées (ASPA)...). Une partie de l'échantillon (16%) déclare également n'avoir aucune ressource. On retrouve dans cette situation des ménages sans-papiers ne pouvant prétendre à l'aide sociale et des personnes dans une période de latence avant l'ouverture de leurs droits administratifs.

## 4. PLAN DU RAPPORT

---

Ce rapport comprend 3 chapitres, correspondant aux trois volets de l'enquête :

- Partie 1 - cadrage théorique sur la notion d'insécurité alimentaire et capitalisation des connaissances existantes

Un premier temps (I) est consacré à **l'analyse du concept d'insécurité alimentaire et les différentes dimensions qu'il recouvre**. Revenant sur les conditions d'émergence de cette notion, nous exposons ensuite la façon dont elle a été appropriée comme outil de politiques publiques et déclinée dans le cadre de programmes de recherche anglo-saxons et français afin de mieux connaître les profils des populations en insécurité alimentaire.

Un second volet (II et III) présente **l'architecture et le fonctionnement de l'aide alimentaire en France**. Il revient sur les acteurs mobilisés, les sources de financements et d'approvisionnement, les modalités de distribution de cette aide et présente une analyse des principaux enjeux qui traversent ce champ et des réflexions actuelles sur son évolution, ses atouts et ses limites.

Un troisième volet (IV et V) s'intéresse aux **profils des ménages bénéficiaires de l'aide alimentaire**. Il en présente les caractéristiques et les problématiques et propose une première analyse des **profils des personnes en insécurité alimentaire qui ne mobilisent pas l'aide alimentaire**, en traçant des hypothèses quant aux raisons de leur non recours aux dispositifs existants.

- Partie 2 - résultats de l'enquête qualitative auprès des ménages et des acteurs de l'aide alimentaire

Un premier chapitre se penche **sur les pratiques alimentaires des ménages interrogés et les principes ou règles auxquels ils se réfèrent en matière d'alimentation** : elle analyse également quels sont les facteurs venant impacter ces pratiques, et identifie différentes **situations de contraintes au regard de l'alimentation**, mises en lien avec la mesure des degrés d'insécurité alimentaire (IA1, IA2, IA3...) déterminés lors des entretiens ;

Un second chapitre examine **les stratégies et les leviers activés par les ménages pour gérer ces situations de contrainte alimentaire**, qu'il s'agisse des modes d'approvisionnements, des modes de préparation des aliments, du recours au réseau d'entraide ou à l'aide alimentaire ;

Dans un troisième chapitre est analysé **le ressenti des ménages interrogés sur leur situation vis-à-vis de l'alimentation**. Elle se penche notamment sur les facteurs qui contribuent à rendre l'insécurité alimentaire plus ou moins difficile à vivre selon les ménages, et analyse également les déterminants de la variabilité des ménages dans leur rapport à l'aide alimentaire.

Enfin, un dernier chapitre propose une **classification des ménages en fonction de leurs modes de gestion de l'insécurité alimentaire**, en s'inscrivant dans l'analyse des trajectoires de vie, des points de décrochage et de basculement. Elle propose ainsi 4 types de ménages et analyse, pour chacun, la façon dont ils recourent (ou non) aux structures d'aide alimentaire, et dont cette dernière représente (ou non) une réponse adaptée à leurs attentes et à leur situation.

- Partie 3 – Pistes de réflexion et perspectives

Un premier chapitre (I) fait le **bilan de l'enquête qualitative** et pointe **les attentes** et les besoins des ménages modestes au regard de l'alimentation et de l'aide alimentaire, autour des dimensions liées à la diversité, à la qualité et à l'autonomie.

En guide de conclusion, un second chapitre expose les **pistes d'actions qui se dégagent de façon transversale de l'étude réalisée**, et ouvre la réflexion sur les enjeux qui se dessinent pour les dispositifs d'alimentaire. Ces pistes d'actions sont d'abord exposées en détail avant d'être présentées sous la forme d'un tableau de synthèse.

**PARTIE I - Cadrage théorique sur la notion d'insécurité  
alimentaire et capitalisation des connaissances  
existantes**

---

## I.1 Une notion récente, construite en opposition à la notion de « sécurité alimentaire »

La définition théorique de l'insécurité alimentaire trouve ses origines dans l'opposition à la notion de « sécurité alimentaire » apparue en 1974, lors du Sommet mondial de l'alimentation. Cette sécurité alimentaire définit ainsi :

*« La capacité de tout temps d'approvisionner le monde en produits de base, pour soutenir une croissance de la consommation alimentaire, tout en maîtrisant les fluctuations et les prix. » (Sommet mondial de l'alimentation, 1974)*

Il s'agit alors, dans un contexte de lutte contre les crises alimentaires qui frappent le monde, de définir le cadre de l'action de l'Organisation des Nations Unies pour l'Agriculture et l'Alimentation (FAO) en direction des pays du tiers monde.

D'abord centrée sur la problématique d'adéquation entre la production et les besoins quantitatifs à l'échelle d'un Etat ou d'une région, la notion de sécurité alimentaire **donne une place centrale à l'individu** à partir des années 80. En 1983, la FAO propose une définition qui introduit la notion de « personne » et en 1986, la Banque mondiale publie un rapport intitulé « Pauvreté et Faim » qui introduit un élément de définition lié à la qualité des aliments et à l'état de santé de l'individu.

Ces définitions internationales sont complétées par Kathy L. Radimer, qui propose en 1992 une définition du concept d'insécurité alimentaire dans le contexte Etats-Unien, à la suite d'une série d'entretiens auprès de femmes souffrant, ayant souffert ou ayant peur de souffrir de la faim. Cette définition apparaît bien plus qualitative, intégrant notamment la notion de « moyens socialement acceptables » permettant d'accéder aux aliments.

*« La disponibilité limitée ou incertaine d'aliments adéquats nutritionnellement et sûrs, ou une capacité limitée ou incertaine pour acquérir des aliments appropriés par des moyens socialement acceptables. » (Radimer et Al. Journal of Nutrition Education 24 :36s-45s, 1992.)*

Le Sommet mondial de l'alimentation de 1996 permet de préciser la notion de **sécurité alimentaire** et d'en proposer une définition internationale largement acceptée.

*« La sécurité alimentaire est assurée quand toutes les personnes, en tout temps, ont économiquement, socialement et physiquement accès à une alimentation suffisante, sûre et nutritive qui satisfait leurs besoins nutritionnels et leurs préférences alimentaires pour leur permettre de mener une vie active et saine. » (Sommet mondial de l'alimentation, 1996)*

C'est sur cette définition que le Conseil national de l'alimentation français (CNA) s'appuie afin de proposer un cadre théorique à la notion **d'insécurité alimentaire** en 2012.

« L'insécurité alimentaire est un indicateur subjectif qui correspond à une situation dans laquelle des personnes n'ont pas accès à une alimentation sûre et nutritive en quantité suffisante, qui satisfasse leurs besoins nutritionnels et leurs préférences alimentaires pour leur permettre de mener une vie active et saine. » (*Conseil national de l'alimentation ; avis n°72, en date du 22 mars 2012*)

## 1.2 Le caractère multidimensionnel de l'insécurité alimentaire

C'est sur cette dernière définition théorique que nous nous appuyons dans le cadre de l'étude. Il convient de souligner son caractère multidimensionnel qui renvoie à la fois à la disponibilité des denrées, à leur accessibilité, à la régularité de cet accès aux aliments, à leur qualité, à leur utilisation et à la question de préférences alimentaires.<sup>10</sup>

La question de la disponibilité renvoie à une **dimension quantitative** qui est aux fondements de la définition de sécurité alimentaire. Né dans un contexte de lutte contre la famine, le concept d'insécurité alimentaire peut ainsi renvoyer à la notion de faim. Le présupposé général a ainsi longtemps constitué à dire que la faim est uniquement causée par une pénurie alimentaire qui résulte d'une inadéquation quantitative de la production et des importations face aux besoins locaux. Ce présupposé tend à être largement battu en brèche à l'heure où la production mondiale de denrées n'a jamais été aussi importante et où le gaspillage dans les pays développés atteint un tiers de aliments produits. Ainsi, bien que les importations et la production nationale française représentent une quantité suffisante de nourriture pour nourrir la population du territoire, certaines personnes souffrent de ne pas manger à leur faim. Cette dimension quantitative doit être appréciée selon son caractère « subi ». En effet, les individus en situation d'astreinte alimentaire volontaire comme c'est le cas dans un régime ou un jeûne ne sont pas concernés.

La **notion d'accessibilité** des denrées alimentaire porte sur deux dimensions différentes : **l'accessibilité physique et économique**.

L'accessibilité physique concerne ainsi le niveau de proximité physique entre les populations et les denrées alimentaires et la capacité à se déplacer pour acquérir ces aliments.

La deuxième dimension concerne la capacité financière des ménages à acquérir ces denrées alimentaires. Elle a longtemps été centrale dans l'appréhension des problématiques d'insécurité alimentaire et constitue toujours un point de préoccupation centrale.

**La question de l'utilisation des denrées alimentaires** renvoie à la capacité logistique des individus à préparer des repas sûrs et nutritifs qui répondent à leurs besoins nutritionnels. Cette dimension concerne à la fois la sélection des produits, leurs qualités intrinsèques (sanitaire, nutritionnelle, organoleptique), leur conservation et leur préparation. Elle porte sur

---

<sup>10</sup> G-A. Simon, *Food Security: Definition, Four dimensions, History*, mars 2012.

le niveau d'hygiène (eau potable, propreté, respect de la chaîne du froid...) mais également sur les caractéristiques nutritionnelles des repas préparés.

La notion de **stabilité dans le temps** met en avant le fait que la sécurité alimentaire est une situation qui doit être installée dans le temps et que toute rupture de cette situation constitue l'entrée dans une période d'insécurité alimentaire qui peut être plus ou moins longue, plus ou moins récurrente. La sécurité alimentaire peut être remise en question de **manière chronique** et provoquer une insécurité alimentaire associée à des problèmes de **pauvreté permanente ou structurelle** et à de faibles revenus. Mais l'insécurité alimentaire peut également être **transitoire** quand elle est liée à des périodes particulièrement critiques résultant de catastrophe naturelle, d'une crise économique ou d'un conflit. L'insécurité alimentaire peut enfin être saisonnière si elle est liée au cycle des périodes de culture.

Enfin, la définition proposée intègre également la question des **préférences alimentaires**. Il y a ainsi insécurité alimentaire quand les produits alimentaires disponibles ne correspondent pas aux habitudes alimentaires et aux goûts des individus. Influencées par des facteurs sociaux, culturels, familiaux et religieux, les préférences alimentaires expliquent par exemple que certains aliments soient largement consommés par certains et considérés comme repoussants dans d'autres. Ainsi, le lait est rarement consommé en Chine, les musulmans et les juifs ne mangent pas de viande de porc et les hindous sont généralement végétariens et ne mangent pas de viande<sup>11</sup>.

### I.3 Une définition à compléter

La notion théorique d'insécurité alimentaire retenue par le CNA français ne couvre pas un certain nombre d'éléments de définition qu'il semble pourtant nécessaire de mentionner.

Tout d'abord, on ne retrouve pas dans cette définition la question de **l'acceptabilité sociale** proposée par Kathy L. Radimer<sup>12</sup>. Cette question recouvre différentes situations dans lesquelles la manière d'accéder aux aliments n'est pas considérée comme socialement acceptable par les individus. Cela peut notamment être le cas de certains bénéficiaires de l'aide alimentaire, de personnes pratiquant le glanage en fin de marché ou se procurant des aliments dans les poubelles de supermarchés ou encore celles s'étant procuré leur nourriture par le vol.

Par ailleurs, il convient de préciser que l'insécurité alimentaire peut être **collective ou individuelle**. Elle peut ainsi toucher tous les membres d'un ménage ou une seule personne. Il arrive ainsi régulièrement que dans certaines familles touchées, les parents se privent pour permettre à leurs enfants d'être préservés de l'insécurité alimentaire.

Enfin, la définition par la négative de l'insécurité alimentaire permet d'éviter un certain nombre de raccourcis source de malentendus largement répandus.

---

<sup>11</sup> M. C. Latham, *La nutrition dans les pays en développement*, FAO, janvier 2001, 520p.

<sup>12</sup> Radimer et Al. *Journal of Nutrition Education*, 24 :36s-45s, 1992.

- Ainsi, la notion d'insécurité alimentaire n'est pas superposable avec celle de « faim ». Si les individus qui souffrent de la faim peuvent être généralement considérés comme en situation d'insécurité alimentaire, **toutes les personnes en situation d'insécurité alimentaire ne souffrent pas de la faim.**
- La notion d'insécurité alimentaire n'est également pas superposable avec celle de pauvreté. Alors que le risque d'être en insécurité alimentaire augmente quand le revenu diminue, **la relation entre faiblesse des ressources et insécurité alimentaire n'est pas systématique.**

Ces différents éléments permettent de compléter et de préciser la définition théorique de l'insécurité alimentaire. Les différentes dimensions qui la composent offrent ainsi un large éventail de possibilité dans les types d'insécurité alimentaire rencontrés.

C'est en partie pour cette raison que l'insécurité alimentaire apparaît comme une notion subjective qui repose largement sur des indicateurs qualitatifs appréciés directement par les individus touchés. Nous verrons ainsi comment les pouvoirs publics ont cherché à mesurer l'insécurité alimentaire en réinterprétant sa définition théorique.

#### 1.4 Une notion qui se précise sous l'influence des politiques publiques : l'exemple des Etats-Unis et de la France

La notion d'insécurité alimentaire est largement sortie du champ théorique avec son appropriation immédiate par les pouvoirs publics. Elle est en effet dès sa naissance déclinée comme un indicateur permettant de mettre à jour des situations problématiques auxquelles les politiques publiques doivent répondre. Il convient donc de revenir sur l'influence des gouvernements comme des chercheurs sur l'évolution de cette notion théorique. L'exemple des Etats-Unis, précurseur dans la systématisation de la mesure de l'insécurité alimentaire, et de la France, premier pays européen à avoir mis en place une telle démarche, semble particulièrement intéressant.

La problématique de l'insécurité alimentaire dans les pays développés apparaît de manière aiguë au début des années 80 aux Etats-Unis, au lendemain de la crise économique. Les dispositifs d'aide alimentaire sont dépassés et les maires de plusieurs villes américaines alertent le gouvernement fédéral quant au nombre croissant de personnes souffrant de la faim dans les villes américaine. Le président Ronald Reagan rassemble en 1984 un groupe de travail sur la faim aux Etats-Unis qui fait le constat de l'absence d'indicateur permettant d'apprécier l'évolution de cette problématique à travers les années<sup>13</sup>.

Les premières études menées visant à permettre la mesure de la faim sont celles de Kathy L. Radimer à la fin des années 80 à partir d'une série d'entretiens qualitatifs avec 32 femmes souffrant, ayant souffert ou ayant été proches de souffrir de la faim. Ces premiers éléments qualitatifs ont ensuite été complétés par une enquête auprès de 199 femmes avec enfants.

---

<sup>13</sup> « Task Force on Food Assistance »

Bien que l'intention de l'étude soit au départ de travailler à une mesure de la faim, ces entretiens, par la multiplicité des situations qu'ils font apparaître, mettent en avant le caractère multidimensionnel de l'insécurité alimentaire et aboutissent à la formalisation d'un questionnaire permettant de détecter les ménages en situation d'insécurité alimentaire.

En 1990, le gouvernement américain met en place un programme de 10 ans (le National Nutrition Monitoring And Related Research Program) dont l'un des objectifs est de mettre en place des outils permettant de mesurer le niveau d'insécurité alimentaire aux Etats-Unis. C'est à la suite de la première conférence nationale sur la recherche et la mesure de la sécurité alimentaire en 1994, réunissant un large groupe d'agences fédérales, de chercheurs et d'organisations privées, que plusieurs questions supplémentaires liées à l'insécurité alimentaire sont ajoutées au questionnaire de recensement américain dans le cadre du Current Population Survey Food Security Supplement administré à plus de 45 000 ménages.

Ainsi administré annuellement depuis 1995, le U.S. Household Food Security Survey Module s'inspire largement des travaux réalisés par Kathy L. Radimer. Il repose sur **18 questions**<sup>14</sup> **qui portent essentiellement sur les aspects quantitatifs liés à l'alimentation** (« enough food », « more food »). On y trouve une question portant sur les aspects qualitatifs (« balanced meal »). Ce questionnaire présente cependant certaines limites : il ne prend en compte la notion d'accès à la nourriture qu'à travers les ressources financières (« enough money », « running out of money », « couldn't afford »). Par ailleurs, les problématiques liées à l'accès physique et l'acceptabilité sociale de cet accès ne sont pas évoquées. Enfin, une seule question introductive (optionnelle) comporte un item qui porte sur les préférences alimentaires.

Au final, ce questionnaire permet de déterminer si le ménage se trouve en situation :

- De sécurité alimentaire :

- « Importante » (*high food security*) : Aucune problématique repérée de restriction ou d'accès à la nourriture.
- « Marginale » (*marginal food security*) : Indication d'une anxiété quant au fait de manquer de nourriture. Aucun ou peu de changements dans la pratique alimentaire du fait de cette anxiété.

- D'insécurité alimentaire :

- « Faible niveau de sécurité alimentaire » (*low food security*) : Indication d'une diminution de qualité, variété ou de désirabilité des aliments qui composent le régime alimentaire. Aucune ou peu d'indications d'un niveau d'alimentation insuffisant (en quantité). Les derniers chiffres disponibles montrent que **8,8% des foyers américains sont dans cette situation**<sup>15</sup>.
- « Très faible niveau de sécurité alimentaire » (*very low food security*) : Indications d'habitudes alimentaires perturbées et d'un niveau d'alimentation insuffisant (en quantité). D'après la dernière enquête de recensement, **5,7% des foyers américains sont touchés**.

---

<sup>14</sup> Il s'agit de la version la plus complète, une version avec 10 questions (U.S. Adult Food Survey Module) et une avec 6 questions

<sup>15</sup> Current Population Survey Food Security Supplement, ERS, décembre 2012.

**En France**, c'est seulement au cours des **années 2000** que la question de l'insécurité alimentaire fait son apparition dans le débat public et qu'elle est intégrée à des enquêtes nationales.

L'étude **ABENA 2004-2005** puis **ABENA 2011-2012**<sup>16</sup>, portent sur les bénéficiaires de l'aide alimentaire et désignent les personnes déclarant avoir « souvent ou parfois pas assez à manger » comme étant en insécurité alimentaire<sup>17</sup>. Les chercheurs ayant travaillé sur les résultats de l'enquête relèvent l'existence d'une insécurité alimentaire qualitative<sup>18</sup> qui se différencie de cette insécurité alimentaire quantitative. La part des bénéficiaires de l'aide alimentaire en situation d'insécurité alimentaire **qualitative** est ainsi passée **de 46% en 2004-2005 à 43,7% en 2011-2012**. La part des bénéficiaires en situation d'insécurité alimentaire **quantitatif** est elle passée **de 49,6% en 2004-2005 à 30,7%**. Ces notions sont ici exclusives c'est à dire qu'un ménage ne peut pas être considéré à la fois comme étant en situation d'insécurité alimentaire qualitative et quantitative.

L'Etude **Inca 2 2006-2007** porte sur la consommation alimentaire des Français<sup>19</sup> et introduit plusieurs questions permettant de rendre compte de situation d'insécurité alimentaire : sur l'« inquiétude à l'idée de manquer d'aliments », le fait de n'avoir « souvent ou parfois pas assez à manger » ou « assez à manger mais pas toujours les aliments souhaités » pour des raisons financières ou non. Aux notions d'insécurité alimentaire **qualitative (16% de la population)** et **quantitative (0,9%)** s'ajoutent celles **d'inquiétude à l'idée de manquer d'aliments (7,3%)** et celle d'insécurité alimentaire pour **raisons financières (12,2%)**<sup>20</sup>.

L'étude nationale nutrition santé<sup>21</sup> (**ENNS 2006-2007**) intègre également une question sur les aspects **qualitatif (19,8% de la population)** et **quantitatif (1%)** de l'insécurité alimentaire mais également sur **l'inquiétude à l'idée de manquer d'aliments (8,2%)**.

Le **Baromètre santé nutrition (BSN) 2008**<sup>22</sup> distingue enfin insécurité alimentaire sur le plan **qualitatif (39,7% de l'échantillon)** et insécurité alimentaire sur le plan **quantitatif (2,5%)**.

Ces différentes enquêtes s'intéressent généralement à la problématique de l'insécurité

---

<sup>16</sup> La première enquête ABENA menée en 2004-2005 porte sur un échantillon de 1 164 personnes réparties dans quatre zones urbaines (Paris, Marseille, Grand-Dijon, Seine-Saint-Denis). L'enquête ABENA 2011-2012 porte sur un échantillon de 2 019 personnes réparties dans six zones urbaines (Paris, Marseille, Grand-Dijon, Seine-Saint-Denis, Val-de-Marne et Hauts-de-Seine).

<sup>17</sup> Réponse positive à la question « il vous arrive souvent/parfois de ne pas avoir assez à manger ? ».

<sup>18</sup> L'insécurité alimentaire qualitative se traduit par une réponse positive à la question « vous avez assez à manger mais pas toujours les aliments que vous souhaitez ? ».

<sup>19</sup> Données de consommation alimentaires sur 7 jours de 2 624 adultes et 1 455 enfants habitant en France métropolitaine recueillies grâce à un carnet de consommation rempli tous les jours par les participants.

<sup>20</sup> Ces notions ne sont pas exclusives, elles peuvent se recouper partiellement. Une personne peut ainsi se trouver à la fois en situation d'insécurité alimentaire quantitative et qualitative.

<sup>21</sup> Données portant sur la consommation alimentaire, l'activité physique et les marqueurs de l'état nutritionnel de 3 115 adultes et 1 675 enfants habitant en France métropolitaine grâce à une série d'entretiens et un bilan biologique.

<sup>22</sup> Enquête téléphonique auprès de 4 714 personnes âgées de 12 à 75 ans concernant leur alimentation et leur activité physique.

alimentaire à travers un nombre réduit de questions. Elles ne permettent notamment pas d'estimer de manière précise des degrés d'insécurité alimentaire comme cela est le cas aux Etats-Unis, au Canada ou en Australie<sup>23</sup>. En revanche, **le BSN 2008 et l'Étude Inca 2006-2007** permettent de mettre en évidence des **facteurs de risques** propres aux personnes en situation d'insécurité alimentaire mais également de mieux caractériser l'insécurité alimentaire et son impact sur les pratiques alimentaires.

## I.5 Les facteurs de risque

Le ministère de l'Agriculture américain a commandé deux études ayant pour objectif le suivi de cohorte de ménages<sup>24</sup>. Ces deux études montrent que le passage dans l'insécurité alimentaire est généralement temporaire. Dans le cas de l'étude *SPD (Survey of Program Dynamics)*, 16,9% des ménages se sont trouvés en situation d'insécurité alimentaire au moins un an durant les 5 années de l'étude. Parmi eux, 8,5% a été en situation d'insécurité alimentaire une année tandis que seul 1% l'a été durant les 5 années. Ces proportions sont similaires pour l'étude *ECLS (Early Childhood Longitudinal Study)*.

L'insécurité alimentaire constitue ainsi généralement une situation **temporaire**, et **rares sont les ménages à s'inscrire dans cette situation de manière permanente**. Cependant cela signifie que l'insécurité alimentaire est susceptible de toucher **un nombre important de ménages de manière ponctuelle**. L'étude *SPD* montre ainsi que la part des ménages ayant été touchés au moins une année par une situation d'insécurité alimentaire (16,9%) est 2,5 fois plus importante que la moyenne annuelle (6,7%).

Aux Etats-Unis, les résultats du U.S. Household Food Security Survey Module permettent de mettre en avant les types de ménages qui affichent un taux d'insécurité alimentaire supérieur à la moyenne nationale de 14,5%. On observe ainsi un risque plus important chez :

- Les personnes en situation de monoparentalité, femmes (35,4%) ou hommes (23,6%).
- Les ménages dont le niveau de revenu est inférieur à 1,85 fois le seuil de pauvreté soit environ 42 000 dollars par an<sup>25</sup> (34,3%).
- Les ménages identifiés comme hispaniques (23,3%), ou comme « noirs, non-hispaniques » (24,6%).
- Les ménages avec un enfant (20%) et plus particulièrement un enfant âgé de moins de six ans (20,5%).

---

<sup>23</sup> Pour davantage d'informations voir K.L Radimer, « Measurement of household food security in the USA and other industrialised countries » in *Public Health Nutrition*, décembre 2002, vol. 5, n°6A :p859-864.

<sup>24</sup> La *Survey of Program Dynamics (SPD)* étudie le niveau d'insécurité alimentaire des mêmes ménages pendant 5 années consécutives entre 1998 et 2002. Il porte sur un panel représentatif composé de 54 600 ménages vivant sur le sol américain entre mars 1992 et mars 1993. En 2008, 16 395 ménages ont été interrogés. La *Early Childhood Longitudinal Study (ECLS)* porte notamment sur le niveau d'insécurité alimentaire d'un panel représentatif de ménages avec enfants de 1998 à 2007 quand ces derniers avaient 5/6 ans, 8/9 ans et 13/14 ans. Les données dont nous disposons ne permettent pas d'apprécier le nombre d'enfants concernés.

<sup>25</sup> Environ 31 700 euros.

- Les ménages habitant dans les villes principales d'une métropole (16,9%) et en dehors d'une métropole (15,5%). En revanche, le fait d'habiter une métropole ou une ville secondaire de l'espace métropolitain n'est pas en soi un facteur de risque significatif.

Ces catégories sont également davantage touchées par les situations d'insécurité alimentaire **importante** (« *very low food security* ») qui concernent 5,7% des ménages américains. On retrouve également les **hommes seuls et les femmes seules** parmi les ménages davantage touchés par les situations d'insécurité alimentaire importante (respectivement touchés à 7,3% et 7,5%).

En France, le **Baromètre santé nutrition 2008** (BSN 2008) et l'étude **Inca 2 2006-2007** font apparaître plusieurs facteurs de risques communs.

Le **faible niveau de revenus et la dégradation de la situation financière** apparaissent ainsi comme des facteurs de risque importants. L'étude **Inca 2 2006-2007** montre ainsi que la part de personnes en insécurité alimentaire parmi les ménages à faible revenu (moins de 908 euros par mois pour un adulte seul) est **trois fois plus importante** que chez les personnes ayant des revenus supérieurs. Pourtant, le niveau de revenu n'explique par tout, ainsi **parmi les personnes en insécurité alimentaire, on trouve davantage d'individus déclarant connaître des difficultés financières que d'individus à bas revenu**. L'insécurité alimentaire serait également liée à des problèmes de gestion des charges et donc d'équilibre budgétaire et d'accidents de la vie mettant en péril l'équilibre économique des ménages.

La **situation familiale** apparaît également comme un facteur de risque pour les jeunes isolés. Ces derniers ont davantage de risques d'être en situation d'insécurité alimentaire que les ménages pauvres (Inca 2) et sont davantage touchés par l'insécurité alimentaire **quantitative** que la population globale (BSN 2008). Cette dernière étude souligne que le fait d'être une femme augmente également le risque d'appartenir à un foyer touché par l'insécurité alimentaire et l'étude Inca 2 apporte le même constat pour les jeunes femmes. Aucune des **études françaises nationale** ne trouve de lien significatif entre les situations de monoparentalité et l'insécurité alimentaire<sup>26</sup>. Ce lien est en revanche démontré **sur le territoire de l'Île-de-France**<sup>27</sup>.

Enfin, le **faible niveau de diplôme et la catégorie socio professionnelle** peu élevée apparaissent également comme des facteurs de risque.

Les facteurs de risque identifiés sont donc, d'après les différentes études menées en France

---

<sup>26</sup> D'après l'étude BSN 2008, en ce qui concerne la structure familiale, le fait d'appartenir à une famille « autres » c'est-à-dire le plus souvent une famille élargie augmente le risque d'appartenir à un foyer en situation d'insécurité alimentaire.

<sup>27</sup> J. Martin-Fernandez, F. Grillo, I. Parizot, F. Caillavet, P. Chauvi, « Prevalence and socioeconomic and geographical inequalities of household food insecurity in the Paris region, France, 2010 », *BMC Public Health*, vol. 13, n°1, 486, 2013.

et aux Etats-Unis : la situation familiale des individus (personnes isolées, familles avec enfants et monoparentalité pour les Etats-Unis), leur niveau d'étude, leur catégorie socio-professionnelle et leur situation financière (stabilité et niveau de revenu, difficultés financières).

## I.6 L'insécurité alimentaire au quotidien

De par son caractère multidimensionnel, la définition théorique de la notion d'insécurité alimentaire (cf : supra) recouvre des situations hétérogènes. Les enquêtes nationales réalisées aux Etats-Unis permettent de mieux caractériser les situations d'insécurité alimentaire à travers **l'analyse des pratiques alimentaires des personnes touchées**. On apprend ainsi qu'au sein de la population des personnes en situation d'insécurité alimentaire **importante** (« *very low food security* ») :

- 97% ont déjà été dans la situation de consommer toute la nourriture qu'ils avaient achetée sans avoir les moyens d'en acheter d'autre.
- 95% déclarent ne pas avoir les moyens de manger des repas équilibrés.
- 97% déclarent qu'un adulte du ménage a dû réduire sa portion alimentaire ou sauter un repas car ils n'avaient pas suffisamment d'argent pour s'acheter de la nourriture. 91% déclarent que cette situation s'est répétée 3 mois ou plus.
- 95% déclarent avoir mangé moins qu'ils ne le devraient car ils n'avaient pas suffisamment d'argent pour s'acheter de la nourriture.
- 65% déclarent avoir eu faim mais ne pas avoir mangé car ils ne pouvaient s'offrir suffisamment de nourriture.
- 48% déclarent avoir perdu du poids car ils n'avaient pas suffisamment d'argent pour s'acheter de la nourriture.
- 27% déclarent qu'un adulte n'a pas mangé un jour entier car ils n'avaient pas suffisamment d'argent pour s'acheter de la nourriture. 21% déclarent que cette situation s'est répétée 3 mois ou plus.

Par ailleurs, des études réalisées aux Etats-Unis au début des années 2000 et citées dans le cadre du rapport ABENA 2004-2005<sup>28</sup> mettent en évidence le fait qu'une « insécurité alimentaire modérée serait associée à une plus forte prévalence d'obésité, tandis qu'une insécurité alimentaire sévère serait associée à une plus forte prévalence de déficit pondéral ». Un tel diagnostic semble aller dans le sens des travaux réalisés par Basiotis également cités dans le rapport ABENA et qui montrent « qu'une **insécurité alimentaire modérée est associée à une diminution de la qualité alimentaire** (les apports énergétiques étant maintenus constants), alors que **les apports énergétiques sont diminués en quantité lorsque l'insécurité est importante** ».

Le BSN 2008 apporte des informations précises sur les modes de consommation des ménages en situation d'insécurité alimentaire. Il apparaît ainsi que ces ménages ont :

---

<sup>28</sup> C. Bellin-Lestienne, V. Deschamps, A. Noukpoapé, S. Hercberg, K. Castetbon. Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire - Étude Abena, 2004–2005. Institut de veille sanitaire, Université de Paris 13, Conservatoire national des arts et métiers. Saint-Maurice, 74 pages, 2007.

- Une alimentation globalement **moins diversifiée** que la population générale (consommation moins fréquente de fruits, de légumes et de poisson).
- Un **nombre plus faible de repas par jour** ainsi que de plats par repas.
- **Une consommation plus importante des boissons sucrées** chez les personnes en situation d'insécurité alimentaire **quantitative** (davantage que chez les personnes ayant un faible revenu). Mais également une plus faible consommation de légumes que la population ayant de faibles revenus alors que leur consommation de fruits est similaire.
- Une consommation de tabac plus importante.

Par ailleurs, il apparaît que les personnes en situation d'insécurité alimentaire ont une conscience aigüe du fait de ne pas répondre aux recommandations concernant la consommation de fruits et légumes. Ainsi seuls **35,9% pensent avoir une alimentation équilibrée** (contre 80% des personnes en situation de sécurité alimentaire).

Enfin, si les personnes en situation d'insécurité alimentaire affichent globalement des pratiques alimentaires proches de celles de la population plus large de personnes ayant un faible niveau de revenu, elles semblent toutefois avoir **recours plus fréquemment aux plats préparés et à la restauration rapide**.

Ces informations factuelles fondées sur des croisements statistiques permettent de dresser un premier tableau « objectif » des **facteurs de risques vis-à-vis de l'insécurité alimentaire**. Pour autant, une telle analyse fait également apparaître la nécessité de compléter ces informations par la réalisation d'**enquêtes qualitatives** permettant de mettre en lumière les dynamiques et les ruptures à l'œuvre dans les parcours de vie des personnes en situation d'insécurité alimentaire.

Il s'agirait notamment de **faire apparaître les facteurs explicatifs** à l'origine des précédentes constatations. A titre d'exemple, le fait que les ménages en situation d'insécurité alimentaire aient conscience d'avoir une alimentation déséquilibrée laisse penser que ce déséquilibre n'est pas dû à une méconnaissance des principes nutritionnels de base mais à un manque de moyens financiers ou de logistique permettant de préparer des repas équilibrés (moyen de conservation, cuisson etc.). Il semble également particulièrement intéressant de travailler sur **les caractéristiques propres aux personnes en situation d'insécurité alimentaire**, caractéristiques que l'on ne retrouve pas dans la population plus large des ménages pauvres.

## I.7 Eléments de réflexion sur les indicateurs de suivi des ménages en insécurité alimentaire

### a) Les indicateurs de suivi de l'insécurité alimentaire et leur utilisation dans les enquêtes

Lorsqu'il s'agit d'identifier le nombre de ménages en insécurité alimentaire, les indicateurs de repérage qui sont aujourd'hui utilisés en France sont issus du dispositif américain en 18 questions du Household Food Security Survey (HFSS).

Pour faciliter la lecture, nous présentons en annexe le tableau récapitulatif des indicateurs de suivi validés et reconnus au plan international, qui sont utilisés dans le cadre des enquêtes nationales existantes ou en cours de lancement.

Plusieurs enquêtes actuelles parviennent ainsi à estimer le nombre de personnes en situation d'insécurité alimentaire à un instant T et leur évolution dans le temps. C'est le cas :

- du programme pluridisciplinaire « **Santé, Inégalité et Ruptures Sociales** » (**SIRS**) portant sur une cohorte de 3000 franciliens, qui reprend 14 des 18 questions du questionnaire américain HFSS. Cette enquête est menée par une équipe pluridisciplinaire sous l'égide de l'**INSERM (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale)**.
- du **BSN 2008** qui reprend uniquement la question introductive du questionnaire américain et distingue insécurité alimentaire quantitative et qualitative. Le BSN est réalisé par l'Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (**INPES**), et porte sur un échantillon de 4714 personnes âgées de 12 à 75 ans.

Ces enquêtes n'utilisent cependant qu'une partie du questionnaire américain ou ne portent (pour l'enquête SIRS) que sur un panel géographique limité. En revanche, **une enquête en population générale sous l'égide de l'InVS (Institut de Veille Sanitaire), reprenant l'intégralité du questionnaire américain**, est en cours de réalisation. Il s'agit de l'enquête **Environnement, Santé, Biosurveillance Activité physique et Nutrition (ESTEBAN)**, dont les résultats seront disponibles en 2016, le recueil des données démarrant en 2014 pour une durée de 15 mois. Elle permettra d'évaluer la part de la population touchée par l'insécurité alimentaire de manière plus précise que les études précédemment citées. En revanche, nous ne disposons pas d'informations concernant le traitement de ces données : la distinction entre insécurité alimentaire qualitative et quantitative sera-t-elle maintenue ? Le traitement américain sera-t-il, au contraire, favorisé (« low food Security » et « very low food security » ?)

Les experts rencontrés soulignent donc l'existence en France, à l'heure actuelle, d'un certain nombre d'outils de suivi et de mesure de l'insécurité alimentaire. Les indicateurs de suivi de l'insécurité alimentaire (cf. annexe) sont ainsi devenus des indicateurs de référence, utilisés aussi bien en Europe qu'aux Etats-Unis et au Canada. Pour autant, quelques améliorations

pourraient être envisagées, consistant par exemple à ajouter des questions portant sur des facettes de l'insécurité alimentaire qui apparaissent dans sa définition théorique mais qui ne sont pas prises en compte dans ce questionnaire. Les thématiques de **l'accessibilité physique** à l'alimentation et **l'acceptabilité sociale** des moyens mobilisés pour se procurer la nourriture pourraient ainsi être intégrées aux enquêtes mentionnées plus haut.

#### **b) Les limites des outils de mesure quantitatifs du phénomène et l'intérêt d'une approche qualitative**

Enfin, il est à noter que les dispositifs de mesure de l'insécurité alimentaire se heurtent à certains obstacles généraux, liés à des questions d'ordre pratique et à la difficulté d'appréhender par les chiffres un phénomène par nature très dynamique et multidimensionnel :

- La connaissance précise, à un instant T, du nombre de ménages en insécurité alimentaire en France, et surtout leur répartition géographique sur le territoire, se heurte à des difficultés pratiques puisqu'elle signifierait, par exemple, d'intégrer aux enquêtes de recensement l'ensemble du questionnaire américain HFSS.
- On peut également s'interroger sur l'instauration d'un dispositif de suivi d'un « panel de population en insécurité alimentaire » puisque, par définition, l'insécurité alimentaire est fluctuante et que de mêmes individus peuvent être, sur une période de temps donnée, en sécurité puis en insécurité alimentaire.

Enfin, les éléments recueillis lors de cette enquête exploratoire montrent que si l'on peut appréhender un certain nombre de « facteurs de risques » vis-à-vis de l'insécurité alimentaire, ces facteurs de risques sont descriptifs mais peu explicatifs. En effet, ils apportent finalement **peu d'éléments de compréhension des dynamiques de production de l'insécurité alimentaire** et soulignent tout l'intérêt d'une analyse qualitative des processus à l'œuvre. Pour les experts rencontrés, **l'enjeu est donc moins de construire de nouveaux indicateurs de suivi des populations en insécurité alimentaire que de recueillir des éléments d'informations plus détaillés et analytiques sur les ménages en insécurité alimentaire qui ne recourent pas à l'aide alimentaire.**

Tant au niveau de son architecture organisationnelle que de ses modalités de financements, d'approvisionnement et de distribution, l'aide alimentaire en France se caractérise par la complexité de ses circuits, par la multiplicité et l'hétérogénéité des acteurs qui participent à sa mise en œuvre et par la diversité des pratiques qu'elle recouvre.

Le pilotage et le financement de l'aide alimentaire ont connu, au moment où se déroulait cette étude, d'importantes évolutions. Fin 2013, le **Fonds Européens d'Aide aux plus Démunis (FEAD)** et les **Crédits Nationaux destinés aux Epicerie Sociales (CNES)** se sont substitués au **Programme Européen d'Aide aux plus Démunis (PEAD)** et au **Programme National d'Aide alimentaire (PNAA)**. Le FEAD comprend une part de financements européens de 500 millions d'euros, complétés d'un cofinancement obligatoire de l'Etat se montant à 88 millions pour la France. Le CNES constitue un nouveau fonds de 7,8 millions d'euros destiné à compenser, pour les épicerie sociales et solidaires, la perte des approvisionnements de l'Union européenne, dans la mesure où l'obligation de gratuité des denrées établie par le FEAD est incompatible avec le fonctionnement des épicerie sociales et solidaires (dont les usagers doivent contribuer financièrement à l'achat des produits).

Nous reviendrons en détail sur ces évolutions dans le chapitre III.2. Dans les chapitres qui suivent, nous conserverons néanmoins la mention du PEAD et du PNAA lorsque sont évoquées des données chiffrées antérieures à la mise en œuvre du FEAD et du CNES.

### II.1 Les modalités de financement de l'aide alimentaire

Bien que relevant d'une pratique historiquement très ancienne, l'aide alimentaire ne disposait pas en France, avant 2010, de cadre légal et juridique. Depuis 2010, elle est inscrite dans le Code rural et dans le Code de l'action sociale et des familles<sup>29</sup>, et définie comme « *ayant pour objet la fourniture de denrées alimentaires aux personnes les plus démunies. Cette aide est apportée tant par l'Union européenne que par l'État ou toute autre personne morale* ».

L'organisation de l'aide alimentaire en France est actuellement sous le copilotage conjoint du Ministère chargé des affaires sociales et du Ministère chargé de l'agriculture. FranceAgrimer, établissement public, intervient dans la passation des marchés publics et le contrôle des structures associatives lié notamment à la gestion et la réalisation des programmes européens et nationaux<sup>30</sup>.

---

<sup>29</sup> Loi n°2010-874 de modernisation de l'agriculture et de la pêche du 27 juillet 2010.

Les sources de financements publiques et privées de l'aide alimentaire en France sont diversifiées. Elles combinent en effet plusieurs sources de financements qui se déclinent à différentes échelles (nationale et locale), et conjuguent des aides financières en euros et des aides en nature (dont la valorisation financière ne peut être chiffrée qu'en tonnages). Dans son rapport de 2009, la Cour des Comptes parvenait toutefois à estimer à 560 millions d'euros le montant total de l'aide alimentaire en France pour l'année 2008, hors valorisation financière du temps de travail des personnels et des bénévoles<sup>31</sup>.

Au niveau public, trois niveaux de financement de l'aide alimentaire existaient au 31 décembre 2013 :

- le **PEAD** : mis en place en 1987, le PEAD repose depuis ses origines sur le troc de matières premières issues des stocks d'intervention de la Politique Agricole Commune contre des denrées alimentaires élaborées via des appels d'offres communautaires auprès des professionnels de l'agroalimentaire. Le PEAD disposait en 2013 d'une enveloppe annuelle d'environ **500 millions d'euros dont 70 millions d'euros** pour la France.
- En 2004, pour faire face à la diminution des stocks d'intervention européens et à l'absence de certains produits (viandes, poissons, fruits et légumes) la France a mis en place le **PNAA**, destiné à acheter des denrées complémentaires à celles fournies par le PEAD. L'Etat a soutenu jusqu'en 2013 le PNAA à hauteur de **7 à 10 millions d'euros environ par an**<sup>32</sup>.
- **l'aide de proximité des communes, puis celle des départements et des régions**, qui représentent historiquement un soutien important. L'échelon municipal dispose ainsi d'une compétence facultative en matière d'aide alimentaire. Selon le rapport de la Cour des Comptes, la contribution financière des municipalités s'élevait à **160 millions d'euros en 2008**.

En matière de financements publics, signalons en outre les financements alloués par les services centraux et déconcentrés des ministères de l'agriculture et de la cohésion sociale.

A ces financements publics s'ajoutent différentes sources de financements privées. En effet, selon le rapport de la Cour des Comptes, les initiatives privées représenteraient la moitié des produits distribués, pour un montant total qui avoisinerait les **328 millions d'euros** (en 2008). Ce montant recouvre :

- **Les dons en nature des entreprises et des particuliers**. Ils peuvent s'opérer via des partenariats locaux entre associations et producteurs, industries agroalimentaires ou enseignes de distribution. Ils s'opèrent également de façon

---

<sup>31</sup> Source : *Rapport de la Cour des Comptes sur les circuits et mécanismes financiers concourant à l'aide alimentaire en France*, septembre 2009.

<sup>32</sup> Au total, le financement public de l'aide alimentaire en France (PNAA et PEAD) représentait un montant global de 82 millions d'euros en 2013.

ponctuelle dans le cadre des collectes nationales ou locales auprès du public ;

- **Les contributions financières des particuliers et le mécénat d'entreprise :** les associations peuvent percevoir des legs et des dons, dont une partie peuvent être destinés à l'achat de denrées pour l'aide alimentaire. En fonction des associations, ces dons représentent une part très variable dans le financement de l'activité de distribution de l'aide alimentaire : particulièrement importante pour les Restos du Cœur (60%), leur part est marginale dans l'activité de la Fédération Française des Banques Alimentaires (FFBA).

Le rapport de la Cour des Comptes intègre par ailleurs, comme une deuxième forme d'intervention publique dans le champ de l'aide alimentaire, l'avantage fiscal auquel ouvrent droit les dons en espèces des particuliers et les dons en espèces et en nature des entreprises. Le montant des dépenses fiscales aurait ainsi représenté, en 2008, près de 51 millions d'euros.

## II.2 Des sources d'approvisionnement diversifiées

A l'image des circuits de financement, les sources d'approvisionnement de l'aide alimentaire composent un système combinant plusieurs sources et faisant intervenir de multiples acteurs. De manière très synthétique, les denrées alimentaires pouvaient provenir au 31 décembre 2013 de diverses sources :

- **Les denrées alimentaires obtenues via le PEAD et le PNAA** par le biais de procédures d'appels d'offres réalisées pour le compte de l'État par FranceAgriMer, à destination des associations agréées par le gouvernement.
- **Les dons de denrées :** des enseignes de grande distribution participent directement à l'approvisionnement via les dons de produits frais et de produits proches de la date limite de consommation ; les industries agro-alimentaires fournissent également certains types de produits qui ne peuvent être vendus (produits avec défauts d'emballage ou d'étiquetage), ainsi que les agriculteurs, etc.
- **La récupération et la valorisation de produits bruts invendus** (produits de la pêche et fruits et légumes). Par exemple, l'association des Paniers de la mer récupère une partie des invendus de poissons sous criées, qu'elle transforme dans des chantiers d'insertion puis les distribue aux associations qui les redistribuent sous forme surgelée ou fraîche. De même, l'association Imagine 84 qui gère les Jardins de la Méditerranée dans le Vaucluse récupère, auprès de producteurs locaux, les fruits et légumes invendus car hors calibre ou déclassés, qu'elle trie et conditionne au sein de chantiers d'insertion afin de les livrer aux associations distribuant l'aide alimentaire. Le même travail est réalisé par l'Association Nationale des Epiceries sociales auprès des marchés d'intérêt national de Rungis, Perpignan, Marseille et Lomme à partir des invendus des grossistes.

- Les denrées obtenues lors de **collectes nationales** auprès des particuliers : plusieurs opérations de collecte auprès du grand public sont par exemple organisées chaque année par les associations tant nationales que locales au sein des commerces et des enseignes de distribution.
- Les **jardins à vocation d'insertion sociale et professionnelle** (ex. Jardins de Cocagne, Jardins des restos du Cœur) dont une partie des récoltes est destinée à l'aide alimentaire.

### ***Répartition des différentes sources d'approvisionnement***<sup>33</sup>

Pour les Banques alimentaires (données consolidées 2013) :

- UE / Etat : 31,3%
- Dons des acteurs économiques : 55,5 %
- Collectes auprès des particuliers : 13,2%

Pour les restaurants du cœur (exercice 2012-2013)

- PEAD/PNAA : 31,4%
- Achats sur fonds propres : 44,5%
- Dons des acteurs économiques : 17,5%
- Collecte auprès des particuliers : 6,7%

Pour le Secours populaire français (données 2010 issues du CNA avis N° 72)

- PEAD / PNAA : 55%
- Collecte auprès des particuliers : 37%
- Achats : 8%

Pour la Croix Rouge Française (données 2010 issues du CNA avis N° 72)

- PEAD/ PNAA (en direct et via les banques alimentaires) : 30%
- Achats sur fonds propres : 35%
- Collecte auprès des particuliers, distributeurs, industrielles : 35%

Par ailleurs, certaines structures d'aide alimentaire achètent directement, sur leurs fonds propres ou via des subventions, des produits dans le commerce pour compléter les denrées obtenues par ces différentes sources d'approvisionnement.

## **II.3 La mise en œuvre de l'aide alimentaire résulte d'initiatives locales, multiples et multiformes**

L'aide alimentaire aux plus démunis s'est constituée au fil du temps sous l'impulsion d'acteurs divers : l'Eglise, les sociétés philanthropiques puis les associations et les communes, via leurs CCAS, se sont ainsi progressivement investies dans ce champ. Cette

---

<sup>33</sup> Source : rapports d'activité des structures.

histoire particulière marque encore aujourd'hui l'aide alimentaire en France, dont la mise en œuvre repose majoritairement sur le secteur associatif.

Quatre grands réseaux associatifs français font ainsi figures de « piliers » de l'aide alimentaire en France : la FFBA, la Croix Rouge, les Restaurants du Cœur et le Secours Populaire Français.

**Ces associations fonctionnent généralement de façon très décentralisée** : si une union ou une fédération nationale assume une fonction de soutien et d'animation de réseau, les actions proprement dites sont gérées et déclinées au niveau régional, départemental et local par des instances intermédiaires. Les deux exemples qui suivent illustrent cette décentralisation.

#### **Les Restos du cœur**

Les actions des Restos en matière d'aide alimentaire ou d'aide à l'hébergement sont coordonnées et gérées par 118 associations départementales, au sein desquelles officient 67600 bénévoles. Ces associations départementales sont juridiquement autonomes, liées à l'association nationale par un contrat d'agrément qui définit leurs obligations. Chaque association départementale gère plusieurs centres d'activités dont les centres de distribution de l'aide alimentaire. Au total, le réseau des Restos du Cœur regroupe ainsi 2090 centres d'activités.

#### **Le Secours Populaire Français**

Les actions de solidarité du Secours Populaire sont mises en œuvre par son réseau de fédérations départementales (98) et de comités locaux (663) qui constituent en quelque sorte la « cheville ouvrière » du mouvement et supervisent les 80 000 bénévoles. Chaque comité local, qui intervient généralement à l'échelle d'une ville ou d'un canton, est une association ayant une entité juridique propre. Il s'assure de la mise en œuvre des actions de solidarité dans le cadre des statuts du Secours Populaire et est également responsable du financement de ces actions. L'association nationale est chargée d'animer la vie du réseau, de capitaliser et de valoriser les actions menées sur le terrain en terme de communication, mais aussi de proposer un soutien technique aux fédérations. Cette organisation implique une certaine indépendance des structures locales, une grande souplesse de fonctionnement, et encourage les prises d'initiatives des bénévoles. Les instances collectives, locales et nationales (comités nationaux et départementaux, congrès, etc.), participent à la vie du mouvement et permettent la mise en débat de ses orientations.

**L'action de ces associations repose par ailleurs essentiellement sur le bénévolat** : si le nombre de salariés est plus ou moins conséquent en fonction des réseaux, les bénévoles représentent un levier majeur d'intervention. Ainsi, la Cour des Comptes évaluait à **546 millions d'euros la valorisation financière du temps de travail des quelques 120 000 bénévoles** impliqués dans l'aide alimentaire au sein des différents réseaux. Soulignons que cette mobilisation du bénévolat procure aux associations une large assise médiatique et un poids stratégique majeur à l'égard des institutions, leur garantissant une certaine indépendance et une forte autonomie dans le choix des interventions qu'elles souhaitent déployer.

Dans ce paysage associatif, la **FFBA** se distingue dans la mesure où elle ne distribue pas directement les denrées aux bénéficiaires : son rôle consiste à collecter, gérer et mettre à disposition les denrées alimentaires. Les 79 banques alimentaires réparties sur le territoire établissent ainsi des conventions de partenariat avec des associations distributrices ou des CCAS souhaitant bénéficier de l'approvisionnement en denrées. Ainsi, l'aide alimentaire peut-elle être apportée localement par **de multiples associations ayant signé une convention avec la banque alimentaire**, qui ne sont pas nécessairement affiliées aux principaux réseaux.

En dehors des 4 principaux réseaux, d'autres acteurs participent à la mise en œuvre de l'aide alimentaire. Ainsi, **l'ANDES** (Association Nationale de Développement des Epiceries Solidaires) qui regroupe un réseau de plus de **210 épiceries solidaires** adhérentes dont 35% sont portées par les CCAS. Cette association s'est fixée pour mission « *d'accompagner les structures souhaitant créer une épicerie sociale ou solidaire, d'animer et de professionnaliser les épiceries solidaires adhérentes au réseau et de trouver des solutions d'approvisionnement innovantes en produits de qualité* ». Citons également des associations spécialisées dans la récupération de produits invendus qui se sont développées localement mais qui livrent des denrées sur une grande partie du territoire français, comme **Imagine 84**, dans le Vaucluse, ou encore les **Paniers de la Mer**, dont l'activité est réalisée sur le littoral.

Outre les réseaux associatifs, l'aide alimentaire se trouve aussi localement **mise en œuvre par les municipalités, au titre de l'aide sociale facultative, via les CCAS et CIAS (Centres Intercommunaux d'Action Sociale)**. Selon une enquête réalisée en 2011 par l'UNCCAS (Union Nationale des Centres Communaux d'Action Sociale), près de 2 600 CCAS ou CIAS mènent une action dans ce domaine. Chaque commune est libre de décider des formes d'aide alimentaire qu'elle souhaite mettre en place et des conditions d'octroi de cette offre. A minima, l'aide prendra la forme d'un soutien financier (chèques d'accompagnement personnalisé, aide à la restauration scolaire), de distribution de bons ou de paniers alimentaires mais pourra aussi se concrétiser par la gestion d'un restaurant solidaire ou d'une épicerie sociale. Mais à l'instar des associations, les pratiques développées par les municipalités sont très diverses, et dépendent des initiatives et des volontés locales.

## Zoom sur l'intervention des CCAS / CIAS en matière d'aide alimentaire<sup>34</sup>

Les CCAS/CIAS combinent pour la plupart l'octroi d'aides alimentaires directes et le soutien d'un autre acteur de l'aide alimentaire présent sur le territoire (généralement une association caritative). 7% d'entre eux, le plus souvent localisés dans les grandes villes, gèrent une structure de distribution de denrées, le plus souvent une épicerie sociale.

Modalités d'intervention	Part de CCAS / CIAS concernés
Octroi d'aides directes + soutien à un autre acteur	60%
Octroi d'aides directes seules	24%
Octroi d'aides directes + gestion de structures + soutien à un autre acteur	7%

L'aide alimentaire **ne résulte donc pas d'une action publique conçue et structurée au plan national**, qui se déclinerait ensuite localement selon des modes d'intervention standardisés et des conditions d'attribution homogènes. **Plutôt qu'un « dispositif », l'aide alimentaire en France s'apparente à une « constellation »** regroupant différents types d'intervenants qui coexistent sur les territoires, **sans toujours une réelle articulation ou coordination de leurs interventions**. Si les acteurs locaux sont souvent liés entre eux par des circuits d'approvisionnement, de financements ou d'orientation des bénéficiaires, nous n'avons pas repéré, au cours de cette phase exploratoire, de réflexion inter-partenaire à l'échelle locale visant, à partir d'une analyse partagée des besoins, à mettre en cohérence les actions développées.

L'organisation de l'aide alimentaire en France génère enfin certains paradoxes : reposant sur des initiatives locales, souple et variée dans ses modalités de mise en œuvre, l'aide alimentaire peut en théorie s'inscrire au plus près des besoins d'un territoire. Dans les faits, cette adaptabilité de l'aide alimentaire au contexte local se trouve contrainte par plusieurs facteurs, qui ont trait aux volontarismes politiques locaux, aux acteurs en présence et aux moyens dont ils disposent.

**La répartition géographique** de l'aide alimentaire sur le territoire français se trouve **moins liée à l'ampleur des besoins existants qu'à la présence d'acteurs locaux susceptibles de la porter et de la distribuer**. La densité et l'ancienneté du tissu associatif, le dynamisme des acteurs locaux expliquent ainsi certaines disparités régionales, soulignées par le rapport de la Cour des Comptes. Ce dernier, rapportant la quantité de denrées publiques distribuées au nombre de personnes vivant sous le seuil de pauvreté, établit ainsi un palmarès des régions de France plus ou moins bien « loties » en matière d'aide alimentaire. Si le volume moyen de denrées distribué par personne vivant sous le seuil de pauvreté est, en 2009, de 9,3 kg au plan national, certaines régions comme l'Alsace et l'Île-de-France se situent en

---

<sup>34</sup> Source : « Les modalités d'implication des CCAS / CIAS en matière d'aide alimentaire », Enquêtes et observations sociales, UNCCAS, octobre 2011.

dessous de cette moyenne (7,3 et 7,6) alors que d'autres se situent nettement au dessus comme le Nord-Pas de Calais (14,5), la Franche-Comté (12) et la Basse Normandie (11,4).

Ce sont aussi les modes de distribution de l'aide alimentaire qui ne sont pas forcément adaptés aux besoins des potentiels bénéficiaires, mais dépendent plutôt des moyens matériels en place (locaux disponibles, moyens humains nécessaires, qualifications des intervenants). Ainsi, la mise en œuvre de l'aide alimentaire semble plutôt **reposer sur une logique d'offre que sur une logique de réponse structurée à des besoins précisément identifiés.**

#### II.4 Les différentes modalités de distribution de l'aide alimentaire.

Déclinée au niveau local par des structures associatives ou municipales très autonomes, mise en œuvre par des bénévoles, l'aide alimentaire revêt différentes formes dans le but de répondre à des besoins différents en fonction du degré d'autonomie des bénéficiaires.

Une partie de l'aide alimentaire s'effectue sous la forme **d'aides financières** ou sous forme **de « bons »** permettant d'acheter certaines denrées ou d'avoir accès à certains dispositifs (restaurants sociaux). Cette catégorie regroupe par exemple les bons d'achat d'urgence qui peuvent être émis ponctuellement par des associations en coopération avec de grandes enseignes locales et qui peuvent être dédiés à une famille d'aliments (viandes, légumes, etc.). Cette forme d'aide regroupe également les aides financières à la restauration scolaire, et les bons alimentaires permettant l'achat de produits alimentaires dans des magasins partenaires. On peut également situer dans cette catégorie les Chèques d'accompagnement personnalisés (CAP) fournis par les CCAS/CIAS qui permettent l'achat de produits alimentaires mais aussi de produits d'hygiène, de vêtements, de titres de transports, voire de biens et services culturels.

L'aide alimentaire peut également **s'opérer en nature, via la distribution de denrées**. Le panier ou colis d'urgence contenant des denrées brutes ou élaborées que le ménage cuisine chez lui est l'une des formes les plus répandues. Le colis d'urgence préparé à l'avance a pour objectif de répondre à un besoin immédiat et sa remise est inconditionnelle. Le panier, lui, est le plus souvent constitué par le bénéficiaire avec un choix plus ou moins large, avec ou sans l'aide de bénévoles.

L'aide alimentaire peut également s'effectuer via la distribution de denrées prêtes à être consommées, de repas chauds ou de sandwichs. Ces repas peuvent être servis soit dans des centres fixes (centres d'accueil, restaurants sociaux), soit dans des centres mobiles (camionnettes itinérantes) .Ils sont le plus souvent destinés à des personnes sans abri ou isolées (zones rurales).

Enfin, d'autres formes d'aide alimentaire sont apparues à la fin des années 1990, avec la création des premières **épiceries sociales ou solidaires**<sup>35</sup>. Ces épiceries, fixes ou mobiles, ont pour objectif d'apporter, dans des espaces aménagés comme des commerces et permettant la liberté de choix, une aide alimentaire à un public en précarité connaissant des difficultés budgétaires moyennant une participation financière minimale.

**Zoom sur les modalités de distribution de l'aide alimentaire au sein des « libres services de la solidarité » du Secours Populaire<sup>36</sup>**

Les « libres-services de la solidarité », ouverts une ou deux fois par mois, s'apparentent pour certains à des boutiques où les bénéficiaires peuvent choisir entre divers produits selon un système de points attribués en fonction de leur situation familiale. Tous les libres-services ne fonctionnent cependant pas de cette manière. Dans certains cas, les personnes bénéficient simplement d'une carte (ou « passeport ») leur donnant accès au libre-service, où ils sont orientés vers des stands tenus par des bénévoles qui leur proposent de choisir entre plusieurs produits de la même catégorie (le riz ou les pâtes, la viande ou le poisson, etc.).

Les modalités de distribution de l'aide alimentaire varient selon les moyens des organismes et leur philosophie d'intervention : les Restaurants du Cœur par exemple, distribuent gratuitement les denrées. A l'inverse, en raison des difficultés logistiques liées à la distribution d'aides en nature (stockage, réfrigération...), l'aide alimentaire proposée par les CCAS repose largement sur la distribution de bons alimentaires, de CAP et de bons pour la restauration scolaire.

En général, les grands réseaux associatifs conjuguent différentes modalités de distribution de l'aide alimentaire. Les Restaurants du Cœur déclinent ainsi l'aide alimentaire sous forme de « libre-services » distribuant des produits à préparer chez soi, de « camions » postés en des lieux de passage qui proposent des repas chauds ou des sandwiches aux personnes n'ayant pas la possibilité de faire la cuisine, et enfin de « maraudes » dont le principe est d'aller à la rencontre des personnes à la rue afin de leur proposer de l'aide, des aliments et et des vêtements chauds.

## II.5 L'aide alimentaire, « porte d'entrée » vers l'insertion sociale

L'aide alimentaire est souvent présentée comme le support d'une action plus globale en direction des ménages en matière d'insertion sociale. Aussi les associations et les acteurs institutionnels rencontrés insistent-ils souvent sur le caractère très singulier de l'alimentation : certes, l'acte de se nourrir répond en premier lieu à un besoin physiologique, mais sa fonction sociale et symbolique est beaucoup plus large. L'alimentation est ainsi le vecteur de relations sociales pour des personnes particulièrement isolées ; elle permet aussi

---

<sup>35</sup> Une épicerie sociale relève d'une communauté de communes ou d'une municipalité et est essentiellement financée par un CCAS ou un CIAS. Une épicerie solidaire procède d'un regroupement d'individualités et d'associations et bénéficie de financements croisés.

<sup>36</sup> Rapport d'évaluation de la convention nationale DGAS –Secours Populaire, 2005.

aux associations d'établir un premier contact avec des personnes désocialisées et en errance.

Ainsi, les actions en matière d'aide alimentaire sont conçues comme génératrices d'inclusion sociale : « *l'aide alimentaire n'est qu'un prétexte à partir duquel on va parler d'éducation, de santé, de culture, de droits* », estime un acteur institutionnel rencontré. Dans son guide intitulé « L'aide alimentaire des CCAS/CIAS en pratique », l'UNCCAS souligne que l'aide alimentaire « *apparaît à la fois comme un levier traditionnel d'intervention mais aussi comme une réelle source d'innovation dans le domaine de la lutte contre l'exclusion. (...) Elle peut être un outil complémentaire aux multiples actions menées par le service public de proximité en matière de nutrition et d'hygiène alimentaire, d'éducation budgétaire ou de développement durable* ».

La distribution de l'aide alimentaire s'intègre donc le plus souvent dans une **approche globale de l'insertion**. En fonction des profils des personnes accueillies, l'intervention sociale des organismes va viser :

- Soit à **enclencher un accompagnement social des bénéficiaires dans la durée**. Lorsque sont décelées, lors de l'accueil et de la distribution de l'aide alimentaire, des difficultés spécifiques sociales ou sanitaires (problèmes liés à l'alcool, violences conjugales, problèmes de logement...) les bénévoles réorientent les personnes accueillies vers des partenaires associatifs ou vers les travailleurs sociaux de secteur ;
- Soit à **utiliser l'alimentation comme support pour travailler des dimensions connexes** : l'hygiène alimentaire et la santé peuvent ainsi être abordées via des ateliers cuisines ou des actions de prévention conduites en partenariat avec des professionnels de santé ; des actions individuelles ou collectives peuvent être réalisées en matière d'aide à la gestion budgétaire, etc. La participation à ce type d'action repose le plus souvent sur la libre-adhésion des bénéficiaires, mais certaines épiceries sociales prévoient un engagement de ces derniers à suivre un accompagnement à la gestion budgétaire.
- Soit à **utiliser la distribution d'aide alimentaire comme passerelle vers d'autres actions** portées par l'association en matière d'accès aux droits (permanences d'écrivain public), d'accès aux loisirs et à la culture, voire d'insertion professionnelle ou d'hébergement. Sur ce plan, les initiatives sont foisonnantes : ateliers d'écritures, d'alphabétisation, accompagnement scolaire, sorties culturelles ou départs en vacances, chantiers d'insertion, etc.

Il est difficile d'établir avec précision la liste des actions engagées en matière d'insertion sociale autour de l'aide alimentaire, car les organismes font preuve dans ce domaine d'une grande inventivité et d'une grande diversité. La capacité de telle ou telle association à créer et porter ces actions semble largement conditionnée par la présence sur place d'intervenants, bénévoles ou salariés, aux compétences ou aux ressources *ad hoc* qui développent des projets, impulsent des initiatives.

Les associations ont progressivement développé et renforcé leurs actions sur ce plan, se dotant de leurs propres outils, créant par exemple des **chantiers d'insertion** ou des **structures d'hébergement**. Ces actions signifient cependant, pour les associations qui les mettent en œuvre, de **s'éloigner d'un modèle reposant uniquement sur le bénévolat pour se professionnaliser**. Leur diffusion sur le territoire n'est donc pas homogène car leur création requiert la présence de travailleurs sociaux qualifiés et de salariés, et parce qu'elles représentent une lourde charge en terme de gestion.

#### **Zoom sur les actions développées par les Restaurants du Cœur dans le champ de l'emploi et de l'hébergement**

Les Restaurants du Cœur gèrent aujourd'hui 99 ateliers et chantiers d'insertion (dont 46 jardins), qui emploient environ 1500 personnes en contrats aidés.

Dans le champ de l'hébergement et du logement, les Restaurants du Cœur ont créé 5 Centres d'Hébergement d'Urgence (CHU), 2 centres de stabilisation, 1 Centre d'Hébergement et de Réinsertion Sociale (CHRS) et un « lieu à vivre ». Au total, l'association gère 225 lits d'accueil d'urgence. Elle gère également 5 résidences sociales et 3 hôtels sociaux qui proposent un hébergement temporaire de quelques mois à 2 ans. Elle s'est par ailleurs engagée dans l'intermédiation locative, c'est-à-dire dans la sous-location (en bail associatif ou bail glissant) ou la gestion via l'Aide au Logement Temporaire (ALT) de 534 appartements.

## II.6 L'apparition de formes alternatives à l'aide alimentaire « classique »

Autour de l'aide alimentaire « classique » ont vu le jour, ces dernières années, des formes que l'on pourrait qualifier d'alternatives aux aides traditionnelles portés par les réseaux associatifs. Ces dispositifs alternatifs peuvent ainsi proposer une alimentation qui se différencie des modes d'alimentation dominants, à partir de produits issus de l'agriculture biologique ou raisonnée. Si nous ne disposons pas de données exhaustives quant au nombre de dispositifs de ce type existant sur le territoire, des enquêtes ou éclairages locaux apportent quelques éléments d'information qualitatifs quant aux types de structures concernées. Ainsi, l'étude réalisée en Languedoc-Roussillon par le réseau Voisins et Citoyens en Méditerranée (VCM)<sup>37</sup> distingue plusieurs types différents d'aides alimentaires alternatives ou « *complémentaires aux aides alimentaires classiques* » :

- **Les « tables ouvertes »**

Les tables ouvertes sont des restaurants associatifs à vocation solidaire, généralement ouverts 4 à 5 jours par semaine, qui proposent des repas complets. Ces tables ouvertes peuvent être « mixtes » c'est-à-dire ouvertes à tous et proposant des tarifs différenciés en fonction des ressources. Leur finalité est la promotion d'une alimentation saine, l'échange et la création de lien social.

---

<sup>37</sup> « Volontés et pratiques des initiatives alternatives à l'aide alimentaire », étude réalisée au sein du réseau Voisins et Citoyens en Méditerranée, Languedoc-Roussillon, 2012.

- **Les repas partagés**

On distingue les repas partagés formels (qui s'apparentent à des ateliers cuisine) et informels. L'approvisionnement se fait soit sous forme d'achats par un des participants avec partage des frais selon un tarif défini à l'avance, soit par l'apport par les participants de nourriture préparée ou à préparer, selon leurs moyens. La finalité est la création de lien social, le partage de savoir-faire.

- **Les jardins collectifs**

Il s'agit de jardins d'insertion ou de jardins individuels groupés : ils proposent, dans le premier cas, la mise en commun et le partage de la production du jardin entre les usagers. Dans le second cas, le jardin est partagé en parcelles individuelles. Dans les deux cas, une partie de la production est consacrée à des repas partagés. Les objectifs sont la sensibilisation à une agriculture durable, la création de lien social, l'échange de savoir-faire.

- **Les épiceries coopératives**

Ces épiceries sont ouvertes à tous, et les tarifs sont appliqués en fonction des ressources des clients. Elles proposent des activités annexes : débats, rencontres, dégustations, ateliers cuisines, concerts... L'objectif est de créer une activité économique viable incluant solidarité et coopération autour d'un circuit court de commercialisation des produits agricoles et d'un lieu d'échange et de partage.

### III.1 De la qualité des aliments fournis aux modalités d'accueil des bénéficiaires : les évolutions de l'aide alimentaire

Au fil du temps, et plus particulièrement au cours des dix dernières années, le système de l'aide alimentaire a évolué, tant dans sa forme que dans son contenu. Sous l'effet d'une réflexion croisée entre les pilotes institutionnels du dispositif et les associations impliquées dans sa mise en œuvre, des efforts ont plus particulièrement visé à **renforcer la qualité** de l'offre en matière d'aide alimentaire, à la fois par **une amélioration de son contenu mais aussi par une amélioration de ses modalités de distribution**, dans un souci de respect et de « non stigmatisation » des usagers.

Des réflexions ont ainsi émergé quant à la qualité des produits alimentaires proposés dans le cadre de l'aide alimentaire européenne. Depuis 2007, un travail conséquent a été conduit afin d'améliorer la qualité gustative et nutritionnelle des aliments jusqu'alors fournis. Cela s'est traduit par une exigence accrue à l'égard des fournisseurs de denrées alimentaires, par l'introduction de « fiches nutritionnelles » établissant des critères de qualité plus stricts au sein des cahiers des charges adressés par l'Etat aux industries agroalimentaires, mais également par la mise en place d'une procédure de tests gustatifs sur les produits.

Au sein des réseaux associatifs, des réflexions ont également été conduites sur les modalités de distribution de l'aide alimentaire afin de lutter contre les effets potentiellement stigmatisants et dévalorisants du recours à l'aide alimentaire. Ainsi, **les associations ont progressivement fait évoluer leurs pratiques**, s'efforçant d'instaurer une relation d'égal à égal avec les bénéficiaires<sup>38</sup>.

Au Secours Populaire, des actions sont ainsi menées depuis plusieurs années autour de la notion de « qualité de l'accueil ». Les comités locaux du SPF ont travaillé à la mise en œuvre d'un premier accueil associant convivialité et confidentialité : la plupart des comités accueillent les personnes de manière chaleureuse et informelle, autour d'un café, et proposent un premier entretien dans un lieu discret à l'écart des autres personnes.

La façon dont on délivre les aides alimentaires et vestimentaires a aussi évolué dans le sens d'une **meilleure prise en compte de l'autonomie des personnes et d'un plus grand respect des individus**. Pour certaines associations, cela s'est traduit par la mise en place d'une participation financière, d'une part, et par l'instauration d'une forme de choix dans les produits proposés, d'autre part. Certains réseaux associatifs estiment en effet qu'une

---

<sup>38</sup> Soulignons qu'aux Restos du Cœur, selon ce principe de non différenciation hiérarchique entre celui qui donne et celui qui reçoit, on préfère parler de « personne accueillie » que de « bénéficiaires »

participation financière symbolique (établie d'avance ou à discrétion du bénéficiaire) est de nature à préserver la dignité des personnes accueillies et à instaurer une relation de partenariat et non d'assistanat. De même, le remplacement des paniers tout prêts par le système des libres-services s'est inscrit dans la volonté de rétablir, chez les bénéficiaires, le sentiment d'être un consommateur « comme les autres », et donc une meilleure estime de soi.

En diversifiant les modes de distribution de l'aide alimentaire, les organismes se sont également efforcés de s'adapter aux besoins et aux profils des publics accueillis. Des réflexions ont ainsi été menées quant aux vertus et inconvénients des différents types d'aide alimentaire, en particulier sur deux aspects : la complexité de leur mise en œuvre (en termes d'ingénierie humaine et de coûts), et leur degré « d'acceptabilité sociale ». Les aides financières sont ainsi jugées peu stigmatisantes, mais elles présentent l'inconvénient d'être non fléchées et de ce fait, peuvent être utilisées à des fins non alimentaires. Les paniers ou les bons alimentaires, en revanche, sont nécessairement consacrés à l'alimentation mais suscitent un « affichage social » du bénéficiaire qui peut être mal vécu car dévalorisant. Quant aux épiceries sociales, si elles permettent d'éviter l'un ou l'autre de ces écueils, elles sont cependant difficiles à porter du fait des coûts humains et logistiques qu'elles impliquent...

**Réflexions sur les avantages et les inconvénients des différents modes de distribution de l'aide alimentaire au sein des CCAS / CIAS <sup>40</sup>**

<i>Type d'aide</i>	<i>Avantages</i>	<i>Inconvénients</i>
<b>Bons alimentaires</b>	Permettent de connaître la destination de l'aide Utile aux personnes qui ne peuvent pas cuisiner	Marqueur social (visibles à la caisse) Doivent rester ponctuels et minoritaires
<b>Aides financières</b>	Important pour les petites dépenses, ou en fin de mois pour les bénéficiaires du RSA Permettent d'être « comme tout le monde »	Somme non fléchée
<b>CAP</b>	Sont moins visibles que les bons alimentaires car ils ressemblent aux tickets restaurants Permettent de connaître la destination de l'aide Intéressants en cas d'urgence et pour les personnes qui travaillent et ne peuvent pas aller à l'épicerie sociale	Tous les établissements ne les acceptent pas Délais d'utilisation des chèques (avant le 31/12)
<b>Paniers alimentaires</b>	Coûtent moins cher au CCAS que les aides financières car ils émanent en partie de la mise à	Composition du panier parfois peu équilibrée, malgré les efforts réalisés. Image d'une action sociale ancienne

<sup>40</sup> Réflexions issues d'un groupe de travail CCAS/CIAS/DGCS conduit en 2010.

	disposition de denrées par les banques alimentaire	Stigmatisation par le lieu et les produits donnés
<b>Epicerie sociale et solidaire</b>	Choix possible des aliments et produits consommés Possibilité d'un accompagnement des bénéficiaires sur le budget, l'équilibre alimentaire	Nécessité de professionnalisation des bénévoles Problèmes liés aux moyens humains / logistiques Problèmes liés à l'approvisionnement Coûts financiers plus lourds à porter pour le CCAS
<b>Restaurant social</b>	Apportent un repas équilibré ( <i>selon les CCAS du groupe de travail organisé par l'UNCCAS</i> ) Favorisent le lien, les rencontres	Ne sont pas ouverts 7 jours sur 7 Restent un « marqueur social »

Enfin, et comme nous l'avons évoqué plus haut les organismes de l'aide alimentaire ont progressivement **renforcé la dimension sociale de leurs interventions** en faveur des plus démunis, s'outillant progressivement jusqu'à devenir opérateurs de dispositifs d'insertion dans **une approche intégrée** faisant de l'alimentation le support d'un accompagnement plus global.

### III.2 Des évolutions récentes dans l'encadrement réglementaire de l'aide alimentaire au niveau national et européen

Au 1er janvier 2014, l'aide alimentaire au niveau européen a connu une évolution majeure : l'aide alimentaire ne fait plus partie de la PAC mais intègre le dispositif des fonds structurels, via le **FEAD (Fonds Européen d'Aide aux plus Démunis)**. A la différence du PEAD, le fonds proposé va au-delà de la distribution de l'aide alimentaire et constitue un instrument global de lutte contre la pauvreté incluant la distribution de biens matériels et la mise en œuvre de mesures d'accompagnement visant la réinsertion sociale. En France, le choix a été fait d'affecter l'intégralité du FEAD à l'aide alimentaire.

Au niveau français, la gestion de l'ensemble du dispositif est assurée par le Ministère des affaires sociales, de la Santé et des Droits des femmes. Le règlement FEAD du 11 mars 2014 établit un programme de 3,8 milliards d'euros courants (3,4 milliards d'euros constants) pour la période 2014-2020, soit le montant nécessaire pour maintenir le niveau de subvention actuel. La France est le premier Etat membre dont le programme opérationnel du FEAD est adopté. Pour la période 2014-2020, le montant alloué à la France est de 500 millions d'euros courants (443 millions d'euros constants). Ce montant sera complété par une enveloppe de 88 millions d'euros provenant de ressources nationales.

## a) Des interrogations sur la diminution de certaines sources d'approvisionnement

Certaines associations mentionnent une diversification des sources d'approvisionnement, voire une diminution de certaines de ces sources depuis 2011, ce qui entraîne des conséquences concrètes sur leur activité (au plan du démarchage, de la logistique...). Cette diminution est, par exemple, lisible dans l'évolution des apports en tonnage à la FFBA.

*Evolution des apports en tonnage à la FFBA entre 2006 et 2012*

	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012
<b>ÉTAT</b>	3 797	2 711	2 716	3 661	5 523	6 035	1 892
<b>U.E</b>	20 249	17 024	27 268	31 080	32 986	44 403	22 087
<b>INDUS &amp; PRODUC</b>	19 258	19 420	15 800	16 686	15 520	17 340	18 772
<b>DISTRIBUTION</b>	18 184	19 924	22 093	24 560	27 499	28 274	31 743
<b>COLLECTE &amp; DIVERS</b>	13 329	13 841	15 499	16 688	17 252	17 856	13 069
<b>TOTAL</b>	<b>74 817</b>	<b>72 920</b>	<b>83 376</b>	<b>92 675</b>	<b>98 780</b>	<b>113 908</b>	<b>87 563</b>
<b>ÉVOLUTION</b>	2,46%	-2,60%	14,34%	11,15%	6,59%	15,31%	-23,13%

Source : FFBA

Or, la diminution de certaines sources d'approvisionnements survient dans un contexte de crise économique et d'augmentation continue du nombre de bénéficiaires de l'aide alimentaire (cf. infra partie suivante). Dès lors, l'aide alimentaire en France se trouve soumise à de fortes tensions et ce, d'autant plus que cette « massification » des besoins concerne non seulement l'alimentation, mais également d'autres besoins essentiels : le maintien dans le logement, par exemple, mais aussi le règlement des factures d'énergie.

**Ces constats amènent ainsi certains acteurs de l'aide alimentaire à réinterroger leur inscription dans ce champ**, à l'image des CCAS/CIAS qui soulignent « *l'effet ciseau* » auxquels ils sont confrontés, face au « *double mouvement de hausse du volume des demandes, d'une part, et de stagnation, voire de baisse, des budgets pouvant y être consacrés, d'autre part* ». Aussi, l'UNCCAS préconise-t-il « *d'optimiser les partenariats avec les autres acteurs de l'aide alimentaire, en particulier les associations caritatives et les épiceries solidaires* » et d'envisager une « *réorientation des demandes d'aide alimentaire vers les associations de façon à ce que les CCAS/CIAS puissent recentrer leur budget sur d'autres domaines comme les aides aux impayés d'énergie, par exemple* »<sup>41</sup>. Les résultats du baromètre 2014 de l'UNCCAS confirment la tendance au désengagement des CCAS en matière d'aide alimentaire : alors que 78% des CCAS répondants définissait l'aide alimentaire comme une priorité du précédent mandat, seulement 39% la considère comme une priorité du mandat actuel<sup>42</sup>.

<sup>41</sup> « Les modalités d'implication des CCAS/CIAS en matière d'aide alimentaire », *Enquêtes et observations de l'UNCCAS*, N°2, octobre 2011.

<sup>42</sup> « Baromètre de l'action sociale locale », UNCCAS, octobre 2014.

## **b) Un dispositif amené à se clarifier**

La reconnaissance juridique de l'aide alimentaire en 2010 a engagé un **processus de clarification de sa mise en œuvre**, visant à améliorer la qualité du service rendu aux bénéficiaires de cette aide, à avoir une meilleure connaissance tant quantitative que qualitative des besoins des usagers et de l'organisation de cette aide (acteurs, denrées, logistique) ainsi qu'à ouvrir l'accès aux crédits européens et nationaux à d'autres associations sur la base d'un système de désignation plus lisible et transparent. Selon le décret n°2012-63 du 19 janvier 2012, seules les **personnes morales de droit privé habilitées** et les personnes morales de droit public peuvent recevoir des contributions publiques (en nature ou en euros) destinées à la mise en œuvre de l'aide alimentaire (stockage, transport de denrées et distribution).

C'est dans ce cadre que se mettent en place :

**a) un système d'habilitation** pour les personnes morales de droit privé qui souhaitent recevoir des contributions publiques destinées à la mise en œuvre de l'aide alimentaire. Concrètement, l'habilitation des associations s'opère à deux niveaux : au niveau ministériel pour les structures nationales, et au niveau régional (via les préfets) pour les structures locales.

Les premières habilitations nationales ont été accordées en mars 2013. Quatorze associations ont ainsi été habilitées pour trois ans : le Secours populaire français, les Restaurants du cœur, la Croix-Rouge française, la FFBA, l'ANDES, la Fédération de l'entraide protestante, la Fédération nationale des paniers de la mer, la Fondation de l'Armée du Salut, Imagine 84, le Réseau Cocagne, Revivre dans le monde, la Société de Saint-Vincent-de-Paul, la Fédération des Associations de Solidarité avec les Travailleurs(euses) Immigrés(es) et le Secours Catholique. Les habilitations régionales seront mises en place à partir de 2014.

**b) un appel à candidature** spécifique ouvert exclusivement aux personnes morales de droit privé habilitées au niveau national ou, pour les départements d'Outre Mer par le Préfet de région, et aux personnes morales de droit public pour bénéficier directement des denrées alimentaires obtenues au moyen des crédits européens et/ou nationaux.

En mars 2013, un appel à candidature national était lancé auprès des associations habilitées au niveau national ou des personnes morales de droit public souhaitant bénéficier des denrées obtenues au moyen des crédits européens et/ou nationaux. Selon un arrêté du 5 juillet (J.O. du 11-07-13), sept associations ont été retenues : l'ANDES, la Croix-Rouge française, la FFBA, la Fédération nationale des Paniers de la mer, Imagine 84, Les Restaurants du Cœur et le Secours populaire français.

**c) une transmission de données chiffrées** devant être renseignées par les personnes morales de droit privé habilitées tant nationalement qu'au niveau régional. Ces éléments permettront d'adapter l'offre en denrées alimentaires aux besoins des usagers.

## CHAPITRE IV. QUI SONT LES BÉNÉFICIAIRES DE L'AIDE ALIMENTAIRE EN FRANCE ?

---

Comptabilisés à partir des données fournies par les quatre associations nationales « tête de réseau » bénéficiant des denrées du PEAD et du PNAA, les bénéficiaires de l'aide alimentaire étaient environ 3,9 millions en 2013, soit 39% de plus qu'en 2008.

Nombre de bénéficiaires du PEAD (en millions) <sup>43</sup>	
2008	2,8
2009	3,3
2010	3,5
2011	3,6
2012	3,7
2013	3,9

Ces données restent partielles, car elles n'intègrent pas les bénéficiaires ayant recours à l'aide alimentaire par le biais d'autres associations caritatives nationales ou locales, hors têtes de réseau. Ces données sont cependant corroborées par d'autres opérateurs de l'aide alimentaire, qui relèvent également une augmentation des demandes d'aide : ainsi, les deux tiers des CCAS ayant répondu à l'enquête nationale de l'UNCCAS en 2011 déclaraient avoir observé une augmentation des volumes de demandeurs au cours des deux dernières années précédentes, et ce, dans des proportions similaires quel que soit le type d'aide concerné.

Signalons en outre que ces chiffres seraient loin de recouvrir l'ensemble de la population souffrant d'insécurité alimentaire, qui, rappelons-le, ne se réduit pas aux seuls utilisateurs de l'aide alimentaire. D'après le CNA, indépendamment des réserves méthodologiques et bien que le lien entre pauvreté et insécurité alimentaire ne soit pas systématique<sup>44</sup>, si l'on considère que 8 millions de personnes vivent en-dessous du seuil de pauvreté, près de 4 millions de personnes « pauvres » n'auraient pas recours aujourd'hui à cette aide alimentaire.

### IV.1 L'absence d'un profil sociodémographique « type »

Les études ABENA 1 et 2, conduites par l'INVS, ont montré que les parcours d'inscription dans les circuits de l'aide alimentaire sont extrêmement différents et variés. **Il n'existe donc pas de profil « type » de bénéficiaires de l'aide alimentaire** : on constate au contraire une hétérogénéité des trajectoires et des profils des bénéficiaires, tant au niveau de l'âge, que de

---

<sup>43</sup> Source : DGAL.

<sup>44</sup> Il s'agit d'extrapolation statistique, aucune étude ne permettant aujourd'hui de mesurer la prévalence de l'insécurité alimentaire au sein de la population française.

la situation familiale, professionnelle, de logement, ou encore du rapport aux soins. La figure du requérant peut ainsi aller de l'étudiant sans ressources au ménage sans-papiers... en passant par l'allocataire de minima social (RSA, API, AAH...), mise en avant comme figure « cardinale » de ce type d'aide.

L'absence d'un profil « type » de bénéficiaires de l'aide alimentaire est à mettre notamment en lien avec l'hétérogénéité des situations des personnes pauvres, la diversité des formes de l'aide alimentaire (les différentes formes existantes ne s'adressant pas au même public) et avec la diversité des pratiques locales concernant l'application des directives nationales.

Tout d'abord, les possibilités d'action des structures concernées ne sont pas identiques. Elles sont extrêmement dépendantes de leur taille et capacité d'accueil, ainsi que de leurs stocks disponibles. Mais elles varient aussi selon d'autres paramètres : influence locale de la structure, liens avec les entreprises de l'agro-alimentaire et de la distribution; niveau de formation et de volontarisme, disponibilité des bénévoles...

Les structures pourvoyeuses d'aide alimentaire n'ont, ensuite, pas nécessairement défini les mêmes critères pour l'accès à l'aide alimentaire qu'elles proposent. De manière générale, l'entrée d'un demandeur dans le circuit de l'aide alimentaire est subordonnée au fait qu'il dispose d'un « reste à vivre » inférieur à un seuil donné. Cependant, le mode de calcul de ce reste à vivre n'est pas homogène. Il peut ainsi, selon les réseaux associatifs, intégrer ou non les dépenses liées aux impôts sur le revenu, au téléphone (fixe ou mobile) et à Internet, aux transports, aux frais de scolarité... Le calcul du reste à vivre change donc en fonction des réseaux associatifs. Mais il peut aussi varier d'un territoire à l'autre, au sein d'un même réseau associatif. A la Croix Rouge par exemple, chaque unité locale a intégré dans son logiciel de gestion (le logiciel Aïda, qui calcule la durée d'ouverture des droits et la fréquence autorisée de passage des bénéficiaires) les éléments qu'elle souhaitait voir pris en compte dans le calcul du reste à vivre.

En outre, afin de conserver une forme de souplesse dans leurs interventions, certains opérateurs n'utilisent pas systématiquement le reste à vivre comme barème d'aide. Le Secours populaire français applique ainsi le conditionnement au reste à vivre à l'attribution des produits issus du FEAD et du CNES, mais pas aux produits collectés et aux achats (50% des approvisionnements). De son côté, l'association des Restaurants du Cœur laisse à chaque centre de distribution la possibilité d'adapter l'aide et l'accompagnement fournis aux difficultés rencontrées par les publics, au-delà de l'application *stricto sensu* du barème, conçu sur la base du reste à vivre. Sachant que les personnes les plus en rupture et les plus éloignées des dispositifs d'aide peuvent bénéficier dans la rue d'une aide inconditionnelle, immédiate et gratuite<sup>46</sup>.

Enfin, l'accès à l'aide alimentaire varie en fonction du type d'aide alimentaire concernée (distribution de repas, colis, paniers, bons d'accès à une épicerie sociale...) sachant que tous les types d'aides ne sont pas représentés sur l'ensemble du territoire. Alors que l'accès

---

<sup>46</sup> « Aide alimentaire et accès à l'alimentation des populations démunies en France », avis n°72, adopté le 22 mars 2012, Conseil National de l'Alimentation.

aux colis ou aux repas d'urgence s'effectue librement, sans demande de justification au requérant, l'inscription dans une distribution de paniers peut requérir le montage d'un dossier. On peut donc supposer que les repas vont toucher des publics tenant les institutions à distance, sans domicile... alors que les paniers vont davantage concerner des publics en lien avec un intervenant social pouvant les aider dans leurs démarches administratives.

**Pour autant, quelques éléments sociodémographiques fournis par l'enquête ABENA 2 permettent malgré tout de caractériser à grands traits les bénéficiaires de l'aide alimentaire**, en comparaison de la population générale adulte. Globalement il s'agit de personnes :

- **d'âge intermédiaire** : on compte 5,4% de moins de 25 ans dans la population des bénéficiaires de l'aide alimentaire (contre 11,1% en population générale), et 7,7% de 65 ans ou plus (contre 22,2% en population générale) ;
- dont **la situation socioéconomique est très précaire** : la grande majorité (75,5%) des usagers de l'aide alimentaire vit dans un foyer où aucune personne n'a d'activité rémunérée. Plus d'une personne sur deux déclare comme principale source de revenu du foyer des allocations (RSA ou autres allocations)<sup>47</sup> ;
- dont **le niveau de formation est faible** : 43,9% des usagers des structures d'aide n'ont aucun diplôme ou ont un certificat d'études primaires (contre 26,8% en population générale) ;
- avec des **difficultés d'insertion professionnelle**<sup>48</sup> : 41,4% de la population des bénéficiaires est au chômage (contre 9,3% en population générale au 1<sup>er</sup> trimestre 2011) ;
- **vulnérables en termes d'accès aux soins** : 10,1% des usagers des structures d'aide alimentaire déclarent ne bénéficier d'aucune couverture maladie au moment de l'enquête, et 14,4% ont une couverture maladie sans assurance complémentaire. En outre, les situations de renoncement à des soins médicaux pour raisons financières sont fréquentes (un quart des usagers), pourcentage supérieur à ce qui est observé en population générale (15,1% dans L'Enquête santé et protection sociale 2010).

---

<sup>47</sup> Part de la population des 25-64 ans allocataires du RSA en 2010 (France métropolitaine) : 5,6%.

<sup>48</sup> L'insertion professionnelle représente un filet de sécurité sur le plan alimentaire puisqu'elle offre souvent la possibilité d'accéder à des repas en restauration collective, à des prix compétitifs.

## IV.2 Des évolutions récentes des publics bénéficiaires

De manière générale, les études réalisées sur les bénéficiaires de l'aide alimentaire font état d'une évolution de leur profil au cours de ces dernières années, à deux niveaux.

On note d'abord **une fragilisation des personnes accueillies, en lien avec l'évolution globale des formes familiales** (hausse du nombre de ruptures et séparations, multiplication des périodes « de transition » entre vie conjugale et célibat...). Dans l'enquête CSA pour les Banques Alimentaires (Baromètre 2010 des Banques Alimentaires), il apparaît clairement que **la rupture familiale** est source de précarisation, 18 % des personnes accueillies par les partenaires associatifs des Banques Alimentaires mettant en avant la séparation pour expliquer les difficultés rencontrées. Parmi les bénéficiaires de l'aide alimentaire ayant un emploi, la séparation / le divorce est citée comme la première cause d'aggravation des difficultés financières (29%)<sup>49</sup>. Les baromètres biannuels de la FFBA indiquent de leur côté que la proportion des **personnes seules avec enfants** ayant eu recours à l'aide alimentaire est passée de 25% à 53% entre 2006 et 2010. De leur côté, les bénéficiaires séparés, divorcés, veufs ou célibataires représentent aujourd'hui près des  $\frac{3}{4}$  des personnes accueillies, contre 47% il y a 5 ans.

On observe ensuite **un élargissement des publics de l'aide alimentaire**. Sont désormais concernés des profils apparaissant *a priori* comme moins fragilisés, n'ayant jusqu'alors pas besoin de recourir à cette forme d'aide. Selon l'enquête de l'UNCCAS 2011, environ 2/3 des CCAS déclarent observer une évolution du profil des demandeurs des différentes aides alimentaires<sup>50</sup>. Est plus précisément constatée une hausse de deux grandes catégories de publics : **les personnes en situation d'emploi et les retraités**.

L'étude réalisée en 2012 par l'Ipsos pour le compte des Banques Alimentaires<sup>51</sup> confirme cette tendance. Elle montre en effet que l'aide alimentaire concerne « *de moins en moins de grands exclus mais désormais aussi des personnes insérées socialement* »<sup>52</sup> : 85 % des bénéficiaires ont un logement fixe et 21 % un emploi stable. Comparativement aux publics « traditionnels », ces nouveaux bénéficiaires sont aussi plus jeunes, ont eu une scolarité plus longue et sont des personnes plus demandeuses d'aide, plus optimistes.

**« Les nouveaux bénéficiaires de l'aide alimentaire »,  
conclusions du rapport IPSOS / FFBA, 31 octobre 2012**

Comparativement à l'ensemble des bénéficiaires, les « nouveaux » publics de l'aide alimentaire, aidés depuis moins d'un an, présentent les caractéristiques suivantes :

<sup>49</sup> Dossier de presse CSA 2010, Banques Alimentaires.

<sup>50</sup> « L'aide alimentaire des CCAS / CIAS en pratique », UNCCAS, octobre 2011.

<sup>51</sup> « Eude nationale sur le profil des bénéficiaires d'une aide alimentaire auprès des CCAS et partenaires – Rapport d'analyses du volet quantitatif 'Bénéficiaires' », IPSOS / FFBA, 31 octobre 2012.

<sup>52</sup> Idem.

- ils sont plus jeunes (80% ont moins de 50 ans, contre 58% des personnes aidées depuis plus de 2 ans) ;
- ils sont plus nombreux à avoir un ou plusieurs enfants en bas âge à leur charge (42%, contre 18% des bénéficiaires aidés depuis plus de 2 ans) ;
- ils ont bénéficié d'une scolarité plus longue (63% ont un niveau supérieur à la 3<sup>ème</sup> ou équivalent, vs 46%)
- un événement particulier a déclenché leurs difficultés financières (93% vs 82%)
- ils n'ont pas eu recours plusieurs fois à l'aide alimentaire par le passé (70% vs 55%)
- ils ressentent davantage le besoin d'être accompagnés en dehors de l'aide alimentaire (68% vs 57%)
- et sont enfin plus optimistes sur leur avenir proche (73% ressentent que leur situation ira mieux, vs 42%).

### IV.3 Bénéficiaires de l'aide alimentaire et insécurité alimentaire

Il est important de noter que **tous les bénéficiaires de l'aide alimentaire ne sont pas en situation d'insécurité alimentaire**. Sur la base de l'étude ABENA 2<sup>53</sup>, on peut estimer que 25,6% des bénéficiaires de l'aide alimentaire ne sont ni en situation d'insécurité alimentaire quantitative, ni en situation d'insécurité alimentaire qualitative.

Les structures d'aide alimentaire et experts de la thématique apportent des précisions sur ces publics, en identifiant deux catégories de bénéficiaires qui ne seraient pas *a priori* concernées par l'insécurité alimentaire : les personnes isolées (souvent retraitées) souhaitant recréer du lien social ; les personnes dont les contraintes de vie pèsent principalement sur d'autres champs que l'alimentation, et qui vont mobiliser l'aide alimentaire pour dégager les ressources financières nécessaires au paiement de charges liées au logement ou à l'énergie...

*« Quelques personnes viennent et ne sont pas en insécurité alimentaire, elles sont là plus pour le lien social. C'est le moment de la semaine où elles sortent de chez elles et parlent avec d'autres. Il s'agit de personnes isolées. Généralement, elles prennent une boîte et partent directement »* (réseau associatif)

*« Les personnes âgées par exemple... elles vont dans des lieux de distribution aussi pour des raisons de contact social et de rupture de l'isolement. C'est un sous-groupe qui a recours à l'aide alimentaire pour d'autres raisons que l'alimentation »* (expert)

*« Il y a des personnes pour qui l'alimentation ne représente pas un problème en soi mais qui ont des problèmes de logement, de dettes, de charges familiales. Ils ont une démarche d'aide alimentaire mais ne déclarent pas avoir de problèmes d'insécurité alimentaire »* (expert)

---

<sup>53</sup> Et en considérant que les enquêtés concernés sont soit en insécurité alimentaire quantitative, soit en insécurité alimentaire qualitative, sans pouvoir appartenir aux deux groupes simultanément.

*« On remarque des phénomènes de vases communicants. Il y a des personnes qui ont un problème pour payer leurs factures d'énergie, mais qui ne peuvent pas mobiliser le FSL parce qu'ils ne rentrent pas dans les critères d'attribution, ou parce que l'enveloppe est épuisée, et qui du coup demandent une aide alimentaire en nature. Cela leur permet de conserver de l'argent pour payer leurs factures. » (UNCCAS)*

Par-delà ces publics, il existe un phénomène de **compensation de l'insécurité alimentaire par l'aide alimentaire**. Ce phénomène de compensation, relevé lors de l'enquête qualitative, amène une partie des bénéficiaires à ne pas se déclarer en situation d'insécurité alimentaire lors des enquêtes, précisément parce que les structures d'aide :

- leur ont permis de ne pas basculer dans une situation d'insécurité alimentaire ;
- leur ont permis de sortir d'une situation d'insécurité alimentaire, en leur permettant d'avoir à manger en quantité suffisante ou d'avoir accès à certaines denrées qu'ils n'auraient pas pu acquérir autrement.

**Ce phénomène de compensation est particulièrement important** car il nous incite à nuancer la donnée issue d'ABENA 2, selon laquelle 25,6% des bénéficiaires de l'aide alimentaire ne seraient ni en situation d'insécurité alimentaire quantitative, ni en situation d'insécurité alimentaire qualitative.

#### IV.4 Raisons, fréquence et ancienneté du recours à l'aide alimentaire

En lien avec la diversité des profils des bénéficiaires, on **constate une variabilité des raisons du recours à l'aide alimentaire**. Les baromètres FFBA mettent en effet en exergue que les bénéficiaires peuvent être poussés à se tourner vers l'aide alimentaire du fait :

- de la précarité de leurs conditions d'emploi ou leur absence d'emploi,
- d'un déséquilibre financier lié aux dépenses de loyer, d'eau et d'énergie,
- de l'absence de conditions de logement adéquates : impossibilité de prendre son repas sur le lieu d'habitation (hôtel), absence de lieux de stockage pour les aliments (réfrigérateur, congélateur) ou d'équipements pour cuisiner (four, plaques chauffantes)...
- d'un accident de la vie (licenciement, maladie, rupture familiale, décès d'un proche).

**Une part importante des usagers mange un nombre restreint de fois au cours d'une journée** : 39,5% déclarent moins de trois prises alimentaires la veille de l'enquête. Un tiers des usagers des structures dites « Denrées » (proposant des denrées à emporter) et la moitié des usagers des structures « Repas » (offrant des repas à consommer sur place) ne déclarent aucune prise alimentaire le matin. Le repas du soir est, pour sa part, le plus fréquemment déclaré comme pris.

**Pour la plupart, le recours à l'aide alimentaire s'inscrit sur plusieurs années**. L'enquête ABENA 2011-2012 met en évidence qu'un bénéficiaire sur deux a recours à l'aide alimentaire depuis plus de deux ans. Ceci représente une proportion plus élevée qu'en 2004-2005 (34,5%), soulignant la persistance des difficultés auxquelles sont confrontées ces

populations vulnérables.

**Le recours à l'aide alimentaire n'est en revanche pas continu.** Pour les structures « Denrées », l'absence de recours régulier au cours des douze derniers mois est liée à la fermeture des structures à certaines périodes de l'année. Concernant les structures « Repas », la principale raison avancée par les usagers est l'absence de besoin régulier, indiquant l'existence de publics aux besoins ponctuels.

#### IV.5 Pratiques d'approvisionnement alimentaire et place de l'aide alimentaire dans l'organisation des usagers

De façon générale, l'enquête ABENA 2 fournit des indications sur les pratiques d'approvisionnement des usagers. Elle indique que **peu d'usagers pratiquent la fréquentation cumulée des structures « Denrées » et « Repas »**. Plus de 80% des usagers de l'aide alimentaire ont ainsi fréquenté exclusivement des structures « Denrées » au cours des douze derniers mois, 14,6% uniquement des structures distribuant des repas, et seulement 4,5% ont eu recours aux deux types de structures.

De surcroît, **la plupart des usagers fréquentent une seule structure**. Les bénéficiaires des structures « Denrées » sont en particulier « mono-usagers » : 79% d'entre eux le sont, contre 43,2% des usagers des structures « Repas ».

**L'aide alimentaire représente la source principale d'approvisionnement pour de nombreux types d'aliments.** Plus de la moitié des bénéficiaires de structures distribuant des denrées à emporter déclarent avoir exclusivement recours à l'aide alimentaire pour se procurer des produits non périssables (pâtes, riz, farine, etc.), des conserves, ou du lait UHT. Cette proportion a doublé depuis 2004-2005.

Une faible proportion d'usagers déclare avoir recours aux fins de marché ou aux poubelles (8,4% des usagers des structures « Repas » et 2,4% des usagers des structures « Denrées »). Les personnes concernées récupèrent principalement des fruits et légumes (91% des personnes ayant ce type de recours), mais aussi du fromage (16%), du pain (15%), de la viande ou de la charcuterie (14%).

De manière plus spécifique et malgré l'absence de « profil type » chez les bénéficiaires de l'aide alimentaire, les entretiens qualitatifs conduits lors de l'enquête ABENA 2004-2005 ont permis de dégager **trois grandes catégories empiriques de bénéficiaires, au regard de la place occupée par l'aide alimentaire dans leur organisation alimentaire**<sup>54</sup> :

- **les personnes dépendantes de l'aide alimentaire** : la dépendance « exclusive » à l'aide alimentaire concerne les bénéficiaires qui n'ont pas la possibilité de travailler légalement, en d'autres termes les personnes aux trajectoires migrantes, les

---

<sup>54</sup> C. César, « Etude Abena 2004-2005. Comportements alimentaires et situation de pauvreté. Aspects socio-anthropologiques de l'alimentation des personnes recourant à l'aide alimentaire en France », Institut de veille sanitaire / Université de Paris-13 / Conservatoire national des arts et métiers, 2007.

demandeurs d'asile ou les sans papiers. Il s'agit donc « d'irréguliers » ou « d'invisibles » (du point de vue administratif) qui se trouvent dans une situation de misère. Les difficultés alimentaires se trouvent renforcées pour les personnes de cette catégorie qui sont logées à l'hôtel, ces dernières ayant interdiction de cuisiner dans les chambres.

- **les personnes pour lesquelles l'aide alimentaire représente une « assistance »** : il s'agit de foyers aux stratégies migratoires anciennes pour qui l'aide alimentaire constitue la composante prépondérante de l'organisation alimentaire – tant en valeur qu'en volume – mais qui maintiennent des achats alimentaires réguliers en parallèle, dans des grandes surfaces ou marchés (à des heures où les marchandises sont bradées). La position de ces personnes face à l'intervention sociale institutionnelle (emblématiquement incarnée par la figure de l'assistante sociale) n'est pas univoque : certains n'en attendent plus rien et peuvent manifester de l'indifférence voire de l'agressivité ; d'autres s'inscrivent dans postures d'accompagnement plus ou moins désabusées.
- **les personnes pour lesquelles l'aide alimentaire constitue un soutien** : il s'agit des publics pour lesquels le degré de dépendance à l'aide alimentaire est le moins fort. Celle-ci représente en fait un complément permettant de réaliser des économies et d'orienter ses dépenses vers d'autres postes que celui de l'alimentation. Ces personnes se caractérisent par la diversification de leurs sources d'approvisionnement : au-delà des magasins et marchés classiques, elles peuvent solliciter le groupe de parenté et/ou capter de la nourriture sur leur lieu de travail. L'équation de leur organisation alimentaire peut donc se résumer ainsi : aide alimentaire + autoproduction familiale et/ou professionnelle + achat en magasin. Au sein de cette catégorie, on trouve par exemple des travailleurs à temps partiel dans la restauration ou des caissières de la grande distribution, qui ont la possibilité, via leur travail, de bénéficier de repas ou de prélèvements de nourriture « en nature ».

#### IV.6 Santé et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire

L'enquête ABENA 2 indique que **les indicateurs de santé et de l'état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire restent préoccupants**, avec des prévalences particulièrement élevées de pathologies liées à la nutrition : obésité, hypertension artérielle, diabète, déficits vitaminiques...

L'étude révèle notamment une **prévalence de l'obésité** de l'ordre de 28,8% chez les usagers de l'aide alimentaire, ce qui représente une augmentation par rapport aux résultats d'ABENA 1 (2004-2005), et ce y compris après prise en compte des évolutions sociodémographiques. C'est chez les femmes que la situation se révèle la plus préoccupante : 35,1 % d'entre elles sont obèses (soit le double de ce qui est observé en population générale), et 36,3 % en surpoids. Les enquêtes qualitatives de l'étude ABENA 1 (analyse socio-anthropologique) mettent en exergue des prises de poids rapides et

conséquentes, en particulier chez les femmes, qui accentuent fatigue et isolement, créant ou renforçant des situations de souffrances psychiques.

Cette prévalence de l'obésité n'est pas due à une méconnaissance des valeurs nutritionnelles des aliments par les bénéficiaires. **Elle est à mettre en lien avec le système de contraintes fort dans lequel se trouvent ces derniers.** Système qui les oblige à la fois à :

- **« sous-consommer »** : les bénéficiaires allouent une somme mensuelle à l'alimentation inférieure au seuil théorique strictement minimal pour respecter l'ensemble des recommandations nutritionnelles (soit 105 à 120€/mois). Compte tenu de l'architecture des budgets (poids du loyer) des ménages de l'enquête ABENA, les sommes allouées chaque jour à l'alimentation sont inférieures à celles nécessaires pour respecter les Apports Nutritionnels Conseillés (soit 3,50€/jour)<sup>55</sup>.
- **optimiser leur investissement financier dans des aliments roboratifs**, aptes à chasser la sensation de faim : les bénéficiaires orientent rationnellement leurs achats vers des produits nourrissants au détriment d'aliments certes plus sains mais peu énergétiques (fruits et légumes). Ce faisant, ils privilégient des aliments **caloriques et faibles en micronutriments indispensables à l'équilibre biológico-nutritionnel**. Seuls 6,5% des usagers déclarent consommer des fruits et légumes cinq fois par jour ou plus.

En outre, **l'aide alimentaire n'est pas forcément adaptée aux besoins nutritionnels des bénéficiaires.** En effet, alors que le recours des ménages à cette aide relève fréquemment de la dépendance totale ou de l'assistance (en lien avec de faibles ressources), le système est, pour sa part, davantage organisé dans une perspective de soutien – soutien qui interviendrait en complément d'autres sources d'approvisionnement. Ainsi, l'aide alimentaire n'est pas conçue pour permettre l'approvisionnement alimentaire complet et dans la durée d'une famille. Pour preuve, le niveau d'un panier moyen en apports énergétiques est estimé à 800kcal/jour/personne<sup>56</sup>, alors que les dépenses énergétiques par jour sont de l'ordre de 2 400 -2 500 kcal/jour/personne, soit 3 fois supérieures.

Au-delà de l'obésité, la **prévalence de l'hypertension artérielle est également élevée** : 48,5% chez les hommes et 39,3% chez les femmes (contre 34% chez les hommes et 28% chez les femmes, étude ENNS 2006-2007<sup>57</sup>). L'augmentation par rapport à la précédente étude est surtout significative pour les hommes. La prévalence du diabète est, elle aussi, plus élevée qu'en population générale, notamment chez les femmes (8,9 %, contre 3,3% en population générale féminine, selon l'ENNS).

---

<sup>55</sup> N. Darmon, « Manger équilibré malgré la précarité. Soins », in *Supplément spécial Diabète*, n°744, Avril 2010, S10-S12.

<sup>56</sup> C. Belin, A.-G. Dauphin, K. Castetbon, N. Darmon, *Enquête auprès des associations d'aide alimentaire*, Ministère de la Santé, Paris, 2005.

<sup>57</sup> Etude nationale nutrition santé.

Quelques améliorations sont néanmoins notables **entre les deux enquêtes ABENA 1 et 2**. Si les consommations alimentaires des bénéficiaires de l'aide alimentaire demeurent actuellement éloignées des recommandations nutritionnelles, l'évolution depuis 2004-2005 va dans le sens d'une **légère amélioration pour les fruits et légumes et les produits laitiers**. En outre, certains indicateurs biologiques de l'état nutritionnel ont évolué favorablement, comme l'anémie par carence en fer et les déficits sévères en vitamine D.

Les enquêtes qualitatives d'ABENA soulignent **le rôle joué par le réseau familial et social des ménages ayant recours à l'aide alimentaire, notamment sur le plan de la santé**. En effet, les foyers les moins soutenus sont également ceux qui, disposant des ressources les plus faibles et les moins diversifiées, se retrouvent confrontés à la multiplication des problèmes de santé.

#### IV.7 Perceptions et ressenti des bénéficiaires sur l'aide alimentaire

L'enquête qualitative de 2006 réalisée par LH2 pour le compte de l'INPES<sup>58</sup> auprès de bénévoles et bénéficiaires de structures distribuant des paniers et d'épiceries sociales avait mis en évidence une relative satisfaction des bénéficiaires de l'aide alimentaire. Dans la majorité des cas, l'espace dédié et son organisation étaient décrits comme chaleureux et confortables. Les bénéficiaires, y compris les plus fuyants, mettaient en avant une humanisation du lieu, source de revalorisation de soi, de bien-être psychique et psychologique, et d'atténuation des tensions. Enfin, ils faisaient globalement part de leur reconnaissance envers les bénévoles, évoquant leur disponibilité et leur dévouement.

L'enquête ABENA 2 confirme ce sentiment global de satisfaction. Néanmoins, elle pointe un certain nombre d'**attentes d'amélioration chez les usagers en termes de** :

- **continuité d'ouverture des structures** : près de 9 usagers des structures d'aide alimentaire sur 10 déclarent que les heures d'ouverture des structures qu'ils fréquentent sont suffisamment étendues. Cependant, 63,5% des usagers des structures « Denrées » font état d'une discontinuité d'ouverture des structures fréquentées sur l'année. Parmi eux, 81,1% estiment qu'un changement serait important sur ce plan.
- **place laissée aux usagers dans le fonctionnement des structures** : plus de 7 usagers sur 10 déclarent qu'il n'est pas possible de contribuer aux activités de fonctionnement des structures fréquentées, et 2 sur 3 le déplorent, souhaitant s'impliquer davantage ;
- **diversité et de choix dans les aliments distribués** : 3 usagers sur 10 font part d'une insuffisante diversité des aliments proposés, et parmi eux, 90% souhaiteraient voir une évolution des pratiques en la matière. L'insuffisante diversité entraîne une non consommation des aliments proposés, voire un arrêt du recours. Certaines

---

<sup>58</sup> « Enquête qualitative sur les bénévoles et les bénéficiaires de l'aide alimentaire », Avril 2006, INPES.

personnes déclarent en effet avoir arrêté de fréquenter les structures « denrées » du fait de la non diversité des aliments et du non renouvellement du type de paniers proposés. L'enquête de l'INPES indiquait à cet égard que lorsque le contenu des paniers est imposé, celui-ci est souvent gâché. Le principe du libre choix est fortement valorisé par les usagers, le produit « élu » devenant un élément structurant du repas à venir et participant au plaisir de s'alimenter.

Concernant la non consommation des aliments proposés, l'enquête ABENA 2 apporte des éclairages intéressants. Les résultats mettent en évidence qu'1 usager sur 5 ne consomme pas certains aliments (en particulier les légumes, les viandes, les poissons) pour des raisons de goûts ou d'habitudes alimentaires. 15,5% des bénéficiaires avancent pour leur part des raisons liées à leurs traditions (les éléments concernés étant alors essentiellement ceux à base de porc ou non hallal).

- **accompagnement prodigué en complément de l'aide alimentaire.** Pour les bénéficiaires, l'aide alimentaire ne doit pas se réduire à une offre d'aliments, mais doit également comprendre des conseils et actions pédagogiques. Ainsi, 58% des usagers des structures « Denrées » ne bénéficiant pas de conseils ou guides le regrettent, et estiment qu'un changement serait important à ce sujet.

Par ailleurs, l'aide alimentaire est aussi conçue par les usagers comme une opportunité de rompre l'isolement dans lequel ils se trouvent plongés, et par là même de restaurer une image de soi généralement dégradée. C'est notamment le cas des personnes âgées isolées, pour qui l'entrée dans le circuit d'aide répond parfois plus à un besoin de dialogue avec l'extérieur qu'à une nécessité alimentaire.

Les autres enquêtes réalisées convergent sur ce point. Celle de l'INPES indiquait déjà que les bénéficiaires déploraient la rareté et la brièveté des échanges avec les bénévoles, dues à l'importance (par ailleurs croissante en période de crise économique et sociale) du nombre d'usagers. De son côté, l'étude menée d'octobre 2012 à mars 2013 par un cabinet conseil au sein de la Croix Rouge a pointé comme axe de progrès de l'accompagnement de ses bénéficiaires le développement d'une approche plus qualitative que quantitative, qui impliquerait de « *recevoir moins de bénéficiaires mais de leur accorder plus de temps et les accompagner le temps nécessaire selon les profils* »<sup>59</sup>.

---

<sup>59</sup> « Evolution de l'aide alimentaire : quels services, quelle organisation pour mieux répondre aux besoins des bénéficiaires dans un contexte de baisse des aides européennes ? », étude menée par le cabinet de conseil Abria.

## CHAPITRE V. QUI SONT LES NON BÉNÉFICIAIRES DE L'AIDE ALIMENTAIRE ?

---

Si les études ABENA fournissent quelques éléments de connaissance sur les bénéficiaires de l'aide alimentaire, aucune donnée n'est en revanche disponible sur les non-bénéficiaires de l'aide alimentaire, ici définis comme des personnes en insécurité alimentaire qui ne recourent pas aux circuits classiques d'aide. Bien qu'elles accueillent un nombre de plus en plus important de personnes, les structures d'aide alimentaire ne rencontrent pas la totalité des personnes en situation d'insécurité alimentaire<sup>60</sup>.

Les études menées sur le non-recours au droit, et notamment les récentes recherches sur le non-recours au RSA<sup>61</sup>, mettent en évidence qu'une grande diversité de facteurs, tant objectifs que subjectifs, entrent en compte dans le comportement de (non) recours des bénéficiaires potentiels.

### V.1 La méconnaissance de l'offre

Pour avoir recours à un dispositif d'aide – quel qu'il soit – le public cible doit tout d'abord prendre connaissance de son existence. **Or, certaines personnes méconnaissent l'existence, dans leur commune, des différentes formes d'aide alimentaire et leurs conditions d'accès.**

Sur ce point, des relations conflictuelles avec des organismes de l'intervention sociale peuvent constituer un frein à la recherche d'informations sur les structures locales proposant une aide alimentaire. Les potentiels ayants-droits ayant globalement le sentiment que le recours aux aides demande généralement de « *fournir des quantités de justificatifs pour in fine n'avoir droit à rien* »<sup>62</sup>.

D'autres personnes **ont des représentations erronées de cette aide**, qui est assimilée à une aide d'urgence, réservée aux personnes les plus démunies, en très grande précarité. De fait, elles ont tendance à considérer que cette aide ne leur est pas destinée, et n'imaginent pas pouvoir la solliciter. Dans ce cas, la **méconnaissance** ne porte pas sur le dispositif en lui-même mais sur **une potentielle éligibilité** à celui-ci. Les personnes concernées s'autocensurent ou sous-estiment leur chance d'obtenir l'aide. Elles s'abstiennent donc de toute demande, par non identification au public cible.

---

<sup>60</sup> S.I. Kirkpatrick, V. Tarasuk, « Food insecurity and participation in community food programs among low-income Toronto families », *Can J Public Health*, 2009 Mar-Apr, 100(2), 135-9.

<sup>61</sup> « Le non-recours au RSA activité : Etude exploratoire en Gironde », in *Dossier d'étude CNAF* n°164, juin 2013 ; N. Duvoux, « Le RSA et le non-recours », in *La vie des idées*, 1<sup>er</sup> juin 2010 ; Rapport intermédiaire 2010, Comité d'évaluation du RSA.

<sup>62</sup> « Les glaneurs alimentaires. Rapport d'étude qualitative », remis à la DIISES pour le Haut Commissariat aux Solidarités Actives contre la Pauvreté le 9 janvier 2009.

## V.2 L'absence d'offre ou d'offre adaptée

Les non-requérants peuvent également se trouver face à un défaut d'offre à proximité de leur lieu de vie. La répartition des structures d'aide alimentaire sur le territoire national n'est en effet pas homogène, et le **maillage reste par endroits insuffisant**. Une étude menée en juin 2011 en région Languedoc-Roussillon<sup>63</sup> fait par exemple apparaître une concentration des structures recensées sur le littoral et la plaine, et une rareté de l'offre d'aide dans les zones présentant un nombre peu élevé d'habitants et se trouvant à distance des centres urbains.

Au-delà du manque d'offre, se pose aussi la question de l'adaptation de sa forme aux besoins des publics. Les structures essaient généralement de proposer un éventail varié de réponses, qui tiennent compte de la diversité des publics et de leurs attentes. La Croix Rouge a ainsi développé plusieurs modalités d'aide alimentaire : maraudes, centres de distribution, épiceries sociales, chèques d'accompagnement personnalisé. Néanmoins, le « Pôle Aide Alimentaire » de l'association indique qu'en pratique, l'orientation des publics vers la structure adaptée n'est pas systématique, **toutes les formes de réponses n'étant pas partout disponibles**. Ainsi, certaines personnes ayant besoin d'une aide temporaire pour 6 mois peuvent finalement se retrouver en centres de distribution du fait de l'absence d'épiceries sociales aux alentours de leur lieu de vie. De même, certaines personnes autonomes pour faire leurs courses peuvent ne pas se voir proposer de « chèques d'accompagnement personnalisé », faute d'existence de cette modalité d'accompagnement sur leur territoire. Cette inadéquation de l'offre aux besoins peut expliquer une partie des non-recours à l'aide alimentaire.

## V.3 La difficulté d'accès

Lorsque les personnes sont informées de l'existence de l'aide alimentaire et éligibles à celle-ci, **les raisons de leur non-demande peuvent alors s'expliquer par des difficultés d'accès**. Deux cas de figures peuvent plus spécifiquement se présenter :

- Les structures d'aide sont géographiquement trop éloignées du lieu de résidence de la personne qui souhaiterait y avoir recours ;
- Le potentiel bénéficiaire rencontre des difficultés de mobilité qui l'empêche d'accéder à l'offre disponible : absence de permis de conduite ou de véhicule personnel, absence de transports en commun reliant son domicile à la structure d'aide, freins psychologiques à la mobilité.

## V.4 Le non-recours volontaire

Prendre connaissance de l'existence d'une offre et y avoir accès n'est pas suffisant pour y recourir. Encore faut-il pouvoir être en mesure d'accepter de s'identifier comme un bénéficiaire potentiel.

---

<sup>63</sup> Paturol D., Le Bihan G., « Panorama des structures d'aide alimentaire en Languedoc-Roussillon », IREPS/ORS/INRA, juin 2011.

Les études menées sur le non-recours au RSA montrent bien que certains individus préfèrent s'auto-exclure de l'offre et ne pas demander la prestation, le prix à payer étant trop stigmatisant : « *Bien que la personne puisse se sentir éligible au RSA activité (sentiment de justiciabilité), il existe, pour Pierre Mazet, une forme de violence symbolique à demander cette allocation. La situation de 'quémandeur de droits' peut se révéler délicate en termes de représentation de soi* »<sup>64</sup>.

Le même phénomène est observable concernant l'aide alimentaire. Plusieurs études sociologiques ont en effet mis en évidence que le recours à cette aide suppose d'avoir « avalé sa honte » et d'abdiquer, d'une certaine façon, son autonomie. Beaucoup d'ayant droits potentiels ne recourent pas à l'aide alimentaire pour éviter de se retrouver dans une situation de « *don sans contrepartie* »<sup>65</sup>, jugée humiliante. Ces publics se tournent alors vers des solutions alternatives (autoproduction familiale et/ou professionnelle, récupération de la nourriture à la fin des marchés, dans les poubelles des commerçants ou dans les containers des supermarchés, etc.). Certains types de glaneurs sont notamment concernés et s'inscrivent dans **cette logique de distanciation vis-à-vis de l'offre existante** :

- les jeunes en cours d'autonomisation, issus de classes moyennes ou supérieures, qui vivent le glanage comme un moyen transitoire de gérer un budget serré. Ces glaneurs ont développé des stratégies adaptatives (glanage, vie en colocation ou « petits boulots ») leur permettant d'assumer leur faible niveau économique sans pour autant se vivre comme pauvres et/ou sans être obligés de travailler plus que des petits boulots ponctuels. Pour eux, le recours à l'aide alimentaire n'est pas une solution envisageable. Il est même exclu. Conçue comme l'apanage des plus démunis (les familles en difficultés, les chômeurs de longue durée, les surendettés), l'aide alimentaire leur paraît en effet en complet décalage avec leur situation sociale et leur trajectoire de vie. Y recourir serait le signe d'un échec, d'un déclassement social.
- les retraités (surtout des femmes) avec de faibles ressources (du niveau des minima sociaux) qui ont honte de manquer. Ces glaneurs vivent le glanage de manière honteuse et se caractérisent par un fort déni quant au rythme, à la régularité du glanage, ainsi qu'aux quantités glanées. Pour eux, le recours à l'aide alimentaire est impensable, puisque ce serait reconnaître un besoin qu'ils tentent à tout prix de dissimuler<sup>66</sup>.

On peut faire l'hypothèse que les personnes confrontées à une situation temporaire d'insécurité alimentaire sont aussi dans cette logique de mise à distance. Un réseau associatif explique ainsi que certaines personnes s'inscrivent à l'aide alimentaire, mais

---

<sup>64</sup> « Le non-recours au RSA activité : étude exploratoire en Gironde », in *Dossier d'étude CNAF* n°164, juin 2013.

<sup>65</sup> A.-E. Delavigne, K. Montagne, « De la honte d'avoir faim dans un pays riche », in *Anthropology of food*, n°6, septembre 2008.

<sup>66</sup> « Les glaneurs alimentaires. Rapport d'étude qualitative », Remis à la DIISES pour le Haut Commissariat aux Solidarités Actives contre la Pauvreté le 9 janvier 2009.

ensuite ne viennent pas fréquenter les permanences sauf à y être contraints, lorsque tous les autres recours possibles ont été épuisés.

Le non-recours volontaire à l'aide alimentaire peut ainsi être mis en lien avec la crainte de la stigmatisation, et le refus de se voir assimiler aux publics de l'aide sociale. Mais il peut aussi s'expliquer par ce que Philippe Warin nomme « **la non-adhésion aux principes de l'offre** », c'est-à-dire l'absence de consentement à la philosophie générale et aux procédures d'accès à l'offre.

Ainsi, malgré les efforts mis en œuvre par les associations pour rééquilibrer la relation avec le bénéficiaire et limiter son caractère asymétrique, certains non-requérants jugent inacceptables les conditions d'accès à l'alimentation dans le cadre de l'aide alimentaire<sup>67</sup>, comme le soulignent certains experts rencontrés. « *De manière générale, il y a des bénéficiaires qui n'y vont plus pour des questions de dignité. Parce qu'il y a un assujettissement par rapport aux bénévoles. Les bénéficiaires se trouvent parfois infantilisés, y compris dans les épiceries sociales. On leur donne des mini-caddies, pour faire des mini-courses... avec des gens qui prennent des notes à côté d'eux !* ». La volonté d'une partie des bénéficiaires de voir évoluer les pratiques actuelles vers la livraison à domicile peut d'ailleurs être interprétée comme une difficulté à accepter les principes régissant aujourd'hui l'offre : selon les résultats d'ABENA 2, 1 usager sur 4 des structures « Denrées » estime qu'un changement permettant d'avoir une livraison à domicile serait important.

Pour d'autres publics, **l'aide alimentaire, telle qu'elle est actuellement pensée et organisée, n'est pas une solution satisfaisante dans la mesure où elle laisse peu d'autonomie dans le choix des denrées consommées**. Ces publics préfèrent donc se tourner vers une aide monétaire qui va venir accroître le poste « alimentation » de leur budget, plutôt que vers la distribution d'aliments ou repas qui, de fait, impose la consommation de tel ou tel aliment. C'est par exemple le cas des populations jeunes qui préfèrent, entre autre, recourir aux Fonds d'Aide aux Jeunes (FAJ) : en 2011, les FAJ ont été sollicités la moitié du temps pour répondre à des besoins alimentaires<sup>68</sup>.

Cette question du non-recours volontaire est essentielle car elle interroge la pertinence de l'offre elle-même, au-delà des questions relatives à sa répartition géographique sur le territoire et au degré de communication et d'information des publics. Les travaux sur le non-recours révèlent en effet qu'il y a « **un enjeu à considérer cette non-demande non seulement comme une défection – un exit – mais comme une expression critique de la manière dont l'offre publique s'adresse à ses destinataires, leur assigne des rôles ou les définit dans l'ensemble des rapports sociaux ; enjeu, autrement dit, à considérer cette expression comme une voix, qui n'est pas entendue, une demande sociale qui n'est pas audible** »<sup>69</sup>.

---

<sup>67</sup> Pour rappel, la dimension de l'acceptabilité fait partie intégrante de la définition de l'insécurité alimentaire.

<sup>68</sup> Source : « Les aides financières individuelles attribuées au titre des Fonds d'Aide aux Jeunes en 2011 », Erudes et résultats N° 830, DREES, février 2013.

<sup>69</sup> « Le non-recours au RSA activité : Etude exploratoire en Gironde », *op. cit.*

## V.5 Le non-repérage de potentiels bénéficiaires : les populations invisibles

Une partie du non-recours à l'aide alimentaire peut enfin s'expliquer par l'invisibilité de certains publics qui pourraient en bénéficier. Un certain nombre de bénéficiaires potentiels sont en effet **non requérants car non repérés par les travailleurs sociaux susceptibles de les orienter vers les services adéquats** (CCAS/CIAS, Conseil Général...). Il s'agit de publics « invisibles » pour l'action publique, qui, de manière générale, s'inscrivent dans le non recours au droit. C'est notamment le cas de personnes âgées en milieu rural : « *qui vivent dans le dénuement, alors qu'elles auraient pu faire valoir des droits sociaux (Assedic, allocations, retraite, etc.). C'est une forme de clochardisation à domicile, une précarité derrière quatre murs, très difficile à appréhender* »<sup>70</sup>. Nombre de cas de grande pauvreté de personnes très âgées ne sont ainsi jamais « découverts ». Par ailleurs, certains publics peuvent être repérés par les travailleurs sociaux sans que leurs besoins alimentaires ne soient identifiés.

On peut faire l'hypothèse que plusieurs autres publics sont aussi concernés : les étudiants, ou intellectuels précaires (diplômés de haut niveau aux statuts instables et faibles revenus), par exemple. L'enquête USEM (Union nationale des Sociétés Etudiantes Mutualistes régionales) menée en 2009 révèle qu'un étudiant sur cinq ne prend que deux repas par jour, et indique par ailleurs que 14% des étudiants (soit près de 315 000) ne mangent ni fruits ni légumes au quotidien. Ces étudiants, qui ne correspondent pas aux publics traditionnels de l'intervention sociale, peuvent également passer « à travers les mailles de l'action publique » et ne pas être repérés comme en difficultés du point de vue de l'accès à l'alimentation.

---

<sup>70</sup> « Réinsertion en campagne », in *Actualités Sociales Hebdomadaires*, n°2675 du 24/09/2010.

## Partie II – Résultats de l'enquête qualitative auprès des ménages et des acteurs de l'aide alimentaire

---

Avant de s'intéresser aux contraintes auxquelles se trouvent confrontés les ménages et individus enquêtés sur le plan alimentaire, il convient de faire le point sur les règles et principes qui guident leurs pratiques, ou tout au moins qui influencent leurs représentations vis-à-vis de l'alimentation et du rôle de celle-ci.

### I.1 Des discours qui se réfèrent largement aux normes du « modèle alimentaire français »

**Les personnes rencontrées dans le cadre de notre enquête de terrain sur 4 départements font largement référence, dans leurs discours, aux normes constitutives de ce que l'on nomme le « modèle alimentaire français ».** Ce modèle renvoie à un ensemble de connaissances et de techniques transmises de génération en génération, porteur de symboles et de valeurs collectives<sup>71</sup>. En effet, au-delà de l'acte fonctionnel, manger représente un plaisir qui obéit à certaines règles imposées par la société. Ces règles informelles déterminent la diversité des aliments (en termes d'aliments comestibles ou non, de types de plats et boissons consommés, etc.) mais également la commensalité (le fait de manger ensemble), les lieux et les horaires des repas, etc.

En comparaison avec d'autres traditions culinaires, le modèle alimentaire français se distingue, selon les sociologues de l'alimentation, par son niveau de sophistication. Il repose principalement sur trois critères que sont : le primat du goût, des pratiques sociales de convivialité, et enfin des règles conditionnant la prise alimentaire. Aujourd'hui, les tendances fortes du modèle français se rassemblent autour de six points centraux<sup>72</sup>:

- La prise de trois repas principaux par jour, à plusieurs et autour d'une table, à des heures relativement fixes et communes à tous ;
- Un temps de préparation et une durée des repas élevés ;
- La structuration du repas autour d'au moins 3 composantes, prises dans un certain ordre ;
- Une grande importance accordée au goût des aliments ;
- La prégnance de la diversité alimentaire ;
- L'intervention de savoir-faire transmis par l'expérience.

**Les discours des ménages et individus rencontrés se rattachent en de nombreux points au modèle alimentaire français mis en avant par la sociologie de l'alimentation.** En cela, les enquêtés de notre échantillon ne se démarquent pas des ménages français dans leur ensemble.

---

<sup>71</sup> Poulain J.-P., *Manger aujourd'hui, attitudes, normes et pratiques*, Edition Privat, Paris, 2002.

<sup>72</sup> Mathé T., Tavoualris G., Pilotin T., « La gastronomie s'inscrit dans la continuité du modèle alimentaire français », in *Cahier de recherche du CRÉDOC*, n° 267, 2009.

### a) Le repas partagé, moment de convivialité

**Le caractère convivial du repas partagé est ainsi une norme de référence fréquemment mise en avant par les ménages.** Se retrouver à plusieurs autour d'une table constitue un moment festif et chaleureux, qu'il s'agisse de recevoir chez soi des proches (voisin, ami, famille, etc.) ou d'accepter une invitation. A travers l'alimentation s'entremêlent lien social et rapports affectifs :

*«Je fais beaucoup à manger, car j'ai souvent du monde à la maison : mon ami, la personne dont je m'occupe, chez qui je fais le ménage, un voisin qui vient de temps en temps faire du bricolage et que j'invite à manger. C'est important ces moments de convivialité. Si j'étais seule ça serait un œuf au plat, un fromage et une salade... je mangerais mal.»* (Bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, retraitée et emploi de service à temps partiel, IA2<sup>73</sup>, association de distribution, 07)

Si la figure de l'invitation autour du « repas traditionnel » demeure ancrée dans les esprits, des formes de réception plus légères et moins conventionnelles se développent également autour de l'apéro ou du plateau-repas.

*«J'aimais bien recevoir dans mon appartement. Comme je n'avais pas de grands moyens, je ne faisais pas de grands repas, mais j'aimais bien préparer des petites choses à grignoter. C'était une alternative pour continuer à recevoir sans trop dépenser. Et je demandais à mes amis de ramener un peu aussi, on partageait les frais et on passait un bon moment.»* (Non-bénéficiaire, homme, 36 ans, célibataire, 1 enfant non à charge, RSA, IA3, 57)

Quoi qu'il en soit, la qualité du repas est souvent associée au fait ou non de le partager. Manger seul n'est pas valorisé et n'entre pas dans la définition de ce qu'est un « vrai repas »<sup>74</sup>.

*« Je ne fais pas trop la cuisine. Si j'étais à deux, ce serait un plaisir, mais toute seule ce n'est pas évident de se faire à manger... Quand on est seule on n'est pas très motivée. (...) Le soir, c'est une petite soupe et c'est tout »* (Non-bénéficiaire, femme, 49 ans, célibataire sans enfants, sans emploi, pension d'invalidité, IA1, 57)

### b) Le repas familial, rituel de cohésion pour les familles

**Pour les familles, le repas représente un véritable rituel de cohésion, permettant de se retrouver entre soi.** Il s'agit d'un temps quotidien de partage entre parents et enfants, ayant tout d'abord vocation à faire le bilan de la journée écoulée. Le repas est ainsi l'occasion de discuter des événements de la journée, des problèmes rencontrés par chacun.

---

<sup>73</sup> Concernant le codage des degrés d'insécurité alimentaire, consulter l'introduction et le chapitre I.4 de cette partie.

<sup>74</sup> Latreille M, Ouellette F.-R., « Le repas familial. Recension d'écrits », INRS, Centre – Urbanisation Culture Société, Institut national de la recherche scientifique, Montréal, décembre 2008.

*« Je privilégie le repas du soir, pour pouvoir manger avec mon fils et que l'on passe un bon moment tous les deux à nous raconter nos histoires. »* (Femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, association de distribution, 93)

Mais il permet aussi de raconter et transmettre des histoires familiales. C'est principalement pendant le repas que se constituent l'identité et le sentiment d'appartenance familiale :

*« Heureusement que l'on mange ensemble avec les enfants et leur mère, c'est très important pour nous, ça soude. Si il n'y avait pas ces moments, je ne vois quand l'on aurait l'occasion de se retrouver tous ensemble. »* (Bénéficiaire, homme, 40 ans, en couple, 2 enfants, sans papier, sans ressource, hébergé en CHU, IA2, 93)

Du fait des contraintes des ménages (horaires de travail, distance entre lieu de travail et domicile, etc.) cependant, les repas familiaux ne sont pas forcément quotidiens, et peuvent être relativement espacés. C'est, à titre d'exemple, le cas pour cette famille, qui, compte tenu du rythme de vie de ses membres, ne peut se retrouver à table que le week-end.

*« Dans la semaine, le soir, les enfants mangent ensemble et moi j'attends que mon mari rentre pour manger avec lui. Parce que souvent, il donne un coup de main sur les chantiers, mais il est payé au black. Le week-end, les repas sont plus agréables. Je cuisine pour que la famille soit réunie autour d'un bon plat, c'est un moment de détente, de partage, on se raconte nos histoires, nos semaines. »* (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, IA2, épicerie sociale, 93)

Là encore, les ménages de notre échantillon se rapprochent de l'ensemble des autres ménages contemporains, confrontés à la difficulté de maintenir des temps de qualité au sein de la cellule familiale (repas, sociabilité familiale, loisirs collectifs, etc.). La désynchronisation des temps sociaux, à l'œuvre depuis plusieurs décennies, a des répercussions importantes à tous les niveaux d'organisation de la société, et tout particulièrement au sein de la cellule familiale<sup>75</sup>.

**Le repas familial représente enfin l'occasion de transmettre des valeurs autres qu'alimentaires.** Les parents rencontrés utilisent ce temps pour inculquer à leur(s) enfant(s) la discipline et la maîtrise de soi, lui/leur faire apprendre les règles de savoir-vivre et de vie en société. Le repas est ainsi perçu comme un outil éminemment éducatif :

*« On mange 3 repas par jours, toujours à table ensemble le matin et le soir, c'est important pour l'éducation. Le midi mon fils est à la cantine car je travaille »* (Bénéficiaire, femme, 41 ans, séparée, 1 enfant, contrat temps partiel, IA2, association de distribution, 07)

*« Le repas c'est important, c'est le moment de la journée où on se retrouve et on parle de la journée, de l'école. Manger avec les enfants ça permet de les cadrer, de les éduquer... »* (Bénéficiaire, femme, 39 ans, en couple, 2 enfants, CDI de 10h/semaine, conjoint en attente de régularisation depuis 2009, IA3, association de distribution, 26)

---

<sup>75</sup> David O., « Vie familiale, vie professionnelle : une articulation sous tension », in *Espace populations sociétés*, 2007/2-3 | 2007, 191-202.

### c) Le plaisir alimentaire

**La notion de plaisir liée à l'alimentation est également une norme importante à laquelle les ménages rencontrés se réfèrent souvent.** Si le « plaisir alimentaire », et plus globalement, la sociologie du plaisir, sont des notions et objets d'études émergents<sup>76</sup>, les chercheurs s'accordent néanmoins à considérer l'hédonisme à l'alimentation comme un élément structurant du modèle alimentaire français.

Pour les ménages rencontrés, le « plaisir de manger » est en effet important, et se traduit de différentes manières. Il peut être synonyme de plaisir gustatif, à travers l'utilisation d'épices ou l'agrément de plats « selon son goût » :

*« Même si je prends du cassoulet [en boîte], je le reprends à la maison, je mets de l'ail, du persil... On mange beaucoup avec des condiments comme les clous de girofle, pour donner du goût »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

Mais il résulte aussi du caractère convivial des repas, déjà évoqué :

*« Ce que j'aime bien faire, même si c'est très rare, c'est préparer un bon plat et recevoir. J'aime beaucoup quand je vois que les personnes qui m'entourent passent un bon moment et aiment ce qu'il y a dans les assiettes. Tout ça se mélange, ça me fait plaisir de manger des choses bonnes, et avec les gens que j'aime »* (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, IA2, épicerie sociale, 93)

Plus marginalement, la notion de plaisir peut être rapportée aux « arts de la table », c'est-à-dire à la présentation d'une table soignée :

*« Ce que j'aime bien, c'est me faire une jolie table. Je mets mes belles assiettes, une jolie nappe, un verre agréable. Et puis ce qu'il y a dans l'assiette! Un bon petit plat pas trop cher. »* (Non-bénéficiaire, femme 67 ans, veuve, 2 enfants, retraité, IA 2, 57)

Pour les familles, la notion de plaisir est aussi liée aux attentes des enfants, souvent à la recherche d'un repas au caractère « exceptionnel », c'est-à-dire se déroulant en dehors du cadre habituel du foyer familial. Le plaisir peut alors être trouvé dans la restauration rapide, abordable et plébiscitée par les enfants et/ou adolescents.

*« En général, c'est pour faire plaisir aux enfants et l'on va aux restaurants kebab manger un grec ou au Mac Do »* (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA2, épicerie sociale, 93)

*« On ne mange pas trop à l'extérieur. Des fois, on va au Mac Do pour faire plaisir aux enfants. »* (Bénéficiaire, femme, 43 ans, en couple, 3 enfants à charge, travaille à temps partiel, IA2, association de distribution, 26)

*« Je ne vais jamais au restaurant, seulement au McDo pour mon fils, pas plus de 3 fois par an »* (Bénéficiaire, femme, 41 ans, séparée, 1 enfant, contrat temps partiel, degré IA2, CCAS et association de distribution, 07)

---

<sup>76</sup> Dictionnaire des cultures alimentaires, Jean-Pierre Poulain. « La sociologie du plaisir est encore en devenir même si les signes d'une transformation du statut de cette thématiques sont repérables. »

#### **d) La structuration de la journée autour de trois principaux repas, pris à horaire fixe**

Les discours des personnes rencontrées font largement écho à une autre norme du modèle alimentaire français, renvoyant à la **synchronisation très stable des prises alimentaires**. Les entretiens montrent bien que la journée s'organise ou serait censée s'organiser autour de 3 repas principaux : le petit-déjeuner, le déjeuner et le dîner, consommés à des horaires fixes. Il s'agit là d'un élément structurant au quotidien, souvent rattaché à des enjeux de santé et de bien-être :

*« Il faudrait manger trop fois par jour. Un petit déjeuner copieux, un déjeuner qui permet de tenir le restant de la journée, et puis le soir quelque chose de plus léger. Je connais les règles pour être en bonne santé, mais ça n'est pas toujours facile de les tenir »* (Non-bénéficiaire, femme, 72 ans, veuve, retraitée, IA3, 57)

Même lorsque ce principe n'est pas appliqué, il reste une référence à l'aune de laquelle les ménages évaluent et jugent leurs pratiques alimentaires :

*« On ne peut pas se permettre de faire 3 repas par jour. Pour économiser, on ne peut pas se permettre de faire n'importe quoi. On prend 2 repas : le petit-déjeuner et un repas, soit le midi, soit le soir »* (Homme, bénéficiaire, 77 ans, en couple, retraité, IA2, distribution de paniers, 93)

Pour les familles avec enfants, le goûter, au travers d'une collation sucrée consommée à la sortie des écoles, vient s'ajouter aux 3 repas traditionnels :

*« On fait 4 repas par jour, les enfants et moi. Le matin je mange des céréales avec les enfants. À midi un plat tous ensemble à table, toujours avec de la viande. Ensuite on prend le goûter quand ils rentrent de l'école puis un dîner le soir tous ensemble à table à 19h30, plus léger, une soupe ou une pizza maison. »* (Bénéficiaire, femme, 44 ans, célibataire, 3 filles, Allocation de solidarité spécifique – ASS, IA3, association de distribution, 26)

#### **e) La composition du repas autour de 3 éléments : entrée, plat, dessert**

**La composition des repas, structurée autour de trois éléments pris dans l'ordre (entrée, plat, dessert) représente également un principe normatif auquel les ménages ont pu faire référence.**

*« L'idéal, c'est de manger une petite entrée avec des crudités pour avoir des légumes frais. Après un plat, avec un viande ou un poisson et des féculents, et enfin pour finir une petite touche de sucrée. Ça peut être un fruit ou un laitage, ou un gâteau. Ça c'est l'idéal, après on fait comme on peut »* (Non-bénéficiaire, femme 67 ans, veuve, 2 enfants non à charge, retraitée, IA 2, 57)

Le plus souvent, cette composition des repas est présentée comme un idéal loin d'être atteint, mais vers lequel il s'agit de tendre :

*« Je fais entrée, plat de résistance, petit dessert (fruit ou yaourt) deux fois par mois. Quand je fais les courses ici [à l'épicerie sociale], après, on peut bien vivre pendant quelques jours »*

(bénéficiaire, femme, 47 ans, divorcée, 2 enfants à charge, à mi-temps, degré IA2, épicerie sociale, 93)

**f) « Manger équilibré », l'intégration de normes récentes véhiculées par les messages de santé publique**

Comme nous avons pu le voir, l'alimentation est ainsi une pratique éminemment socialisée, propice à une normativité sociale auxquels les ménages enquêtés – quelles que soient leurs contraintes et difficultés budgétaires – n'échappent pas.

Si les ménages rencontrés sont imprégnés du modèle alimentaire français, ils sont aussi marqués par d'autres normes plus récentes, issues, entre autres, de la santé publique et de l'industrie agroalimentaire. Ces « recommandations alimentaires (...) impliquent des conduites rationnelles orientées vers une fin (améliorer ou maintenir un état de santé) »<sup>77</sup>. De nombreuses études ayant démontré l'impact de l'alimentation sur la santé (l'obésité, les maladies cardiovasculaires, l'ostéoporose, etc.), le rapport alimentation/santé est devenu un sujet de préoccupation des pouvoirs publics, qui tentent désormais de limiter les comportements à risques au travers d'actions de sensibilisation (presse, télévision, campagne d'action sociale). Ces actions ont généralement pour objectif de diffuser de la connaissance nutritionnelle dans une perspective de prévention, hors du cadre médecin-malade.

Les discours des enquêtés sont fortement teintés de ces principes à respecter pour être en « bonne santé » : nécessité de diversification des aliments, limitation de la consommation de sucre et de sel, attention à un apport suffisant en protéines et fer, etc. Pour les ménages rencontrés, « manger équilibré » nécessite en premier lieu d'avoir accès à une nourriture diversifiée et riche en vitamines :

*« Avant, quand j'avais mes enfants, je mangeais équilibré, ça a toujours été important : un féculent, un légume, une viande ou un poisson »* (Bénéficiaire-bénévole, femme, 74 ans, en couple, mère de 4 enfants indépendants, retraitée, IA3, distribution alimentaire associative, 26)

*« Il faut manger un peu de tout, il faut manger équilibré. Il faut être vigilant à manger de la viande pour avoir des apports en fer et protéines. C'est très important ! Il faut aussi faire très attention aux vitamines, les fruits et les légumes, si on en manque on peut être malade. Il faut, ça on le sait ! »* (Non bénéficiaire, femme 67 ans, veuve, 2 enfants, retraitée, 1 100 euros mensuels, IA 2, 57)

Mais cela suppose également une attention à la qualité des produits achetés via une sélection au regard de leur composition.

*« C'est important que ma fille mange équilibré. Je suis aide-soignante, je connais, et puis je cuisine tout le temps alors je fais attention. Je regarde l'emballage et je prends les choses les moins grasses et les moins chimiques »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, 1 enfant à charge, RSA, IA2, CCAS et association de distribution, 07)

---

<sup>77</sup> « Les normes sociales et l'alimentation. Analyse des écrits scientifiques », Institut National de Santé Publique du Québec, Direction du développement des individus et des communautés, Mai 2012, p. 7.

Une attention particulière est enfin accordée à la consommation d'aliments sucrés ou trop salés, comme l'illustrent emblématiquement les propos de ces femmes :

*« Les jus de fruits industriels, le dentiste m'a dit qu'ils étaient trop sucrés du coup je fais des jus moi-même »* (Bénéficiaire, femme, 43 ans, en couple, mère de trois enfants à charge, travaille à temps partiel, IA2, distribution alimentaire associative, 26)

*« Je mange surtout des légumes. Mon fils c'est plus difficile, il aime peu de chose. Il était assez gros petit alors je dois faire attention, par exemple à ne pas trop saler les plats »* (Bénéficiaire, femme, 32 ans, célibataire, un fils de 5 ans, CDD de moins de 20h, IA2, association de distribution, 26)

### **g) La fonction maternelle liée à l'alimentation**

Enfin, **les ménages rencontrés, lorsqu'ils ont des enfants, se trouvent confrontés à d'autres normes, relatives à la parentalité et à leur rôle parental.** Plusieurs fonctions sont en effet attendues d'eux en tant que parents, dont en premier lieu le nourrissage, qui consiste à nourrir, élever, et protéger ses enfants. Ces injonctions se trouvent d'ailleurs inscrites dans la loi, au travers de l'obligation alimentaire des parents à l'égard de leur(s) enfant(s).

Socialement, **le rôle nourricier est surtout attribué à la mère**, comme le montrent les débats relatifs à l'allaitement. Les propos de nos enquêtées traduisent bien l'importance et la signification de cette tâche qui leur incombe : pour elles, le fondement de la compétence parentale est d'être en capacité d'alimenter son enfant, à la fois quantitativement et qualitativement.

*« La cuisine, c'est mon domaine, c'est moi qui pense les repas et qui maîtrise leur préparation. Mon mari et mes enfants m'aident, évidemment, mais c'est mon rôle de mère qu'il y ait à manger dans le frigo et de leur préparer des bons repas qui soient aussi bons pour leur santé. »* (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

## **I.2 Des pratiques alimentaires influencées par différents facteurs**

**Si les ménages et individus enquêtés se réfèrent, dans leurs discours, au modèle alimentaire français, qui reste prégnant dans leurs représentations, ils ne suivent pas nécessairement l'ensemble des « principes » de ce modèle.** Au quotidien, un ensemble de facteurs vont en effet influencer leurs pratiques alimentaires, qui ont trait à leurs caractéristiques démographiques, à leur habitus alimentaire, ou encore à leur origine culturelle. Ces facteurs vont tantôt rapprocher les ménages enquêtés du modèle alimentaire français, tantôt les en éloigner.

### **a) L'âge et la composition familiale**

**L'âge et la composition familiale apparaissent comme un facteur influençant les pratiques alimentaires.** Le caractère convivial des repas est un élément auquel accordent surtout de l'importance les ménages avec enfants. **Avec l'avancée en âge, ou dans des**

**situations d'isolement familial (personnes isolées), l'alimentation perd sa fonction socialisante** et se nourrir devient avant tout la réponse à un besoin vital. **Ce qui amoindrit de facto la recherche du « plaisir alimentaire »...**

*« Je ne cuisine pas trop pour moi. Par contre quand mon petit-fils est là, je fais plus à manger. Je fais des menus et je vais faire les courses pour nous »* (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, retraitée, IA3, association, 07)

*« Moi il m'arrive de sauter des repas, par exemple à midi ou le soir, quand mon fils n'est pas là »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, séparée, un enfant de 18 ans, RSA, IA1, 26)

*« Quand on est seule on n'est pas très motivée. Par exemple, je ne vais pas me faire un gâteau ! »* (Non-bénéficiaire, femme, 49 ans, célibataire sans enfants, sans emploi, pension d'invalidité, IA1, 57)

*« Je n'ai jamais aimé la cuisine, mais maintenant que je suis toute seule, c'est encore pire. Je ne cuisine plus. Je n'ai plus envie »* (Bénéficiaire, Femme, 57 ans, en couple, sans enfant à charge, RSA, locataire parc social, degré IA4, association de distribution, 57)

**... mais joue aussi dans le sens d'un régime alimentaire moins varié :**

*« Le matin je prends un thé avec deux pains suédois et un peu de beurre. A midi je n'ai pas de menu précis, aujourd'hui c'était de la jardinière décongelé et une orange. Le soir du lait ou un yaourt pour prendre mes médicaments. Comme je suis seule en général je mange devant ma télé. »* (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, retraitée, IA3, CCAS, 07)

**L'âge peut également jouer en matière de rythme et structuration des repas.** Selon l'enquête INCA 2<sup>78</sup>, le public des moins de 35 ans saute généralement le petit-déjeuner et consomme, plus que ses aînés, des aliments transformés, ou qui demandent peu de temps de préparation. Ils ont également plus recours à la livraison de plats à domicile et au plateau-repas. Les individus de moins de 35 ans interrogés lors de notre enquête de terrain (bien que peu représentés au sein notre échantillon) semblent bien s'inscrire dans ce schéma.

## **b) L'héritage alimentaire familial**

**Les habitudes alimentaires à l'âge adulte sont également déterminées par la pratique alimentaire de la famille d'origine**, les comportements alimentaires se mettant en place au cours de la petite enfance. En contrôlant la nourriture offerte et en donnant la « tonalité » de l'ambiance au moment des repas, les parents influencent nécessairement les comportements de leurs enfants.

Pour certains individus enquêtés, l'héritage alimentaire familial joue dans le sens d'un fort attachement à la norme de convivialité. Soulignons néanmoins que cela n'est pas systématique. Lorsque la convivialité n'a pas été expérimentée dans l'enfance, par des repas familiaux partagés, elle n'est logiquement pas recherchée à l'âge adulte :

---

<sup>78</sup> INCA 2 (enquête individuelle nationale des consommations alimentaires de l'AFSSA, 2006-2007)

*« J'aime bien cuisiner, agrémenter les choses, faire des bons plats. Et puis dans ma famille, avec mes parents, le repas c'était quelque chose d'important, de manger tous ensemble »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, séparée, un enfant de 18 ans, RSA, IA1, 26)

*« Je n'ai jamais fait de repas en famille, je suis parti de chez moi très jeune à cause des violences de mes parents »* (Bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, IA4, association de distribution, 26)

Pour une partie des enquêtés – dépositaires de techniques culinaires et recettes familiales, l'héritage familial va dans le sens de la recherche du goût et des saveurs :

*« J'adore cuisiner, faire des bons petits plats. C'est ma mère qui nous a appris à mes sœurs et moi. Après pour l'aider, j'ai pris la relève à la maison. Des que j'ai eu 15 ans, je connaissais beaucoup de plats à préparer. Aujourd'hui, j'aime toujours préparer à manger, voir mon fils content qui me dit 'c'est bon maman' »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, association de distribution, 93)

Pour quelques-uns enfin, la tradition familiale a développé des habitudes en faveur d'une alimentation saine et équilibrée :

*« Mes parents m'ont appris à équilibrer mes menus, depuis tout petit. Ma mère était allée à l'école ménagère à l'époque ! »* (Bénéficiaire, homme, 55 ans, célibataire sans enfants à charge, salarié en CDI, IA2, épicerie sociale, 57)

### **c) L'origine culturelle**

**Les pratiques alimentaires de la famille d'origine sont elles-mêmes fonction de l'origine géographique de celle-ci, l'alimentation étant aussi le moyen d'affirmer une certaine identité régionale voire culturelle.**

**Pour une partie de notre échantillon, le parcours migratoire influence considérablement le rapport à l'alimentation**, les individus conservant un attachement fort aux traditions culinaires de leur pays d'origine :

*« Depuis petite, je cuisine avec ma maman. J'ai appris tôt. Je fais des recettes polonaises : raviolis polonais, chou polonais... On en fait souvent »* (Bénéficiaire, femme, 38 ans, veuve, 4 enfants à charge dont 3 neveux, à mi-temps, IA2, épicerie sociale, 93)

Les pratiques alimentaires des individus ou ménages concernés mêlent traditions familiales à l'œuvre dans leur pays et habitudes de leur pays d'accueil. Les enquêtés adoptent généralement une alimentation assez similaire à celle de société française, en y intégrant, plus ou moins régulièrement, des plats typiques en lien avec leur tradition culturelle :

*« J'aime bien cuisiner des plats de chez moi, des tajines (...) des choses marocaines, épicées »* (Bénéficiaire, femme, 26 ans, séparée, 2 enfant dont 1 placé, sans ressources, à l'hôtel, IA2, centre d'accueil distribuant des repas chauds, 93)

*« Nous, on mange beaucoup épicé et assaisonné. Je suis habituée à manger avec des épices. J'aime bien cuisiner africain. Les légumes que je fais, c'est les légumes de chez moi »* (Bénéficiaire, femme, 29 ans, célibataire géographique, 2 enfants, à l'hôtel, bénéficiaire du RSA, IA3, centre d'accueil distribuant des repas chauds, 93)

Ces comportements nécessitent alors des adaptations et la capacité de s'approvisionner en denrées traditionnelles du pays d'origine, ce qui peut engendrer des frustrations lorsque ces aliments sont difficilement accessibles aux ménages.

*« J'aurais envie de manger des trucs un peu solides comme du manioc, du makabo, de l'igname, de la banane plantain, pour essayer de varier par rapport à la farine et au blé. J'y suis habitué, je connais mieux »* (Bénéficiaire, homme, 28 ans, célibataire, sans ressources, à l'hôtel, IA2, centre d'accueil distribuant des repas chauds, 93)

## I.3 Des pratiques alimentaires contraintes

Au-delà des caractéristiques sociodémographiques et de l'héritage culturel et/ou familial, les pratiques alimentaires quotidiennes sont **aussi largement fonction d'un ensemble de contraintes pesant sur les ménages, et qui, dans le contexte de précarité inhérent à notre démarche d'enquête, sont relativement fortes et nombreuses**. Le plus souvent, les ménages rencontrés ne peuvent pas épouser les règles et principes auxquels ils font référence et vers lesquels ils aimeraient tendre, en raison de freins divers : financiers, résidentiels, sanitaires, etc.

### a) Les freins financiers

L'échantillon des personnes rencontrées regroupe un large panel de situations, avec des ménages :

- sans ressources financières (ex : sans papier, individus connaissant une période de latence avant une ouverture de droits) ;
- disposant de « petits » revenus ;
- jusqu'alors stables mais récemment confrontés à des difficultés financières suite à une dégradation de leur situation (accident de vie).

De manière générale, quelle que soit la situation, la faiblesse des moyens financiers ou l'absence de marges de manœuvre sur le plan budgétaire conduit à des restrictions au niveau de l'alimentation.

**Une partie des individus interrogés explique ainsi avoir dû, faute de moyens financiers, réduire le nombre de repas consommés quotidiennement.** Il peut s'agir d'une stratégie ponctuelle mise en œuvre durant une période spécifique de fortes tensions budgétaires.

*« Normalement, c'est 3 repas par jour. Quand c'est la galère, je saute le repas du midi car de toutes façons, j'ai plein de choses à faire donc ça passe vite. »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, un enfant à charge, RSA, IA2, association, 07)

Mais il peut aussi s'agir d'une méthode régulière, lorsqu'existe une inadéquation structurelle entre les revenus de la personne et ses dépenses. La baisse quantitative du nombre de repas consommés devient alors une soupape d'ajustement.

*« Je ne déjeune pas. Je commence à manger vers 14h, du pain et du pâté, un verre d'eau. C'est sommaire, et je mets plus de pain que de pâté évidemment. Et puis le soir, un gros plat de pâtes ou de riz. Mais je ne mange pas tous les jours. »* (Bénéficiaire, Femme, 57 ans, en couple, sans enfant à charge, RSA, locataire parc social, IA4, association de distribution, 57)

*« Je mange une fois par jour, le soir. Si je mange le midi ensuite j'ai à nouveau faim le soir ... Le dimanche, il m'arrive souvent de ne pas manger, je dors ou je m'occupe pour ne pas avoir faim. Je préfère me priver le dimanche qu'en semaine. C'est comme ça depuis que je ne touche plus le chômage »* (Bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, IA4, association de distribution, 26)

**Parfois, la stratégie développée ne consiste pas en la diminution du nombre de repas mais dans la réduction des portions consommées au sein du foyer, par exemple via le partage d'un même assiette par plusieurs membres de la famille :**

*« Mon mari et moi, on mange les restes des enfants, et on rajoute quelques trucs pour compléter l'assiette. On passe les enfants en priorité et dès qu'ils sont rassasiés, on mange les restes. »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, en couple, 3 enfants à charge, sans emploi, AAH, IA3, centre de distribution alimentaire, 57).

**Les contraintes budgétaires peuvent enfin influencer sur la capacité des ménages à « choisir » les aliments consommés, en les poussant à se diriger prioritairement vers des aliments roboratifs** permettant à la fois de diminuer la sensation de faim et de satisfaire les principaux besoins énergétiques. Cet arbitrage est généralement présenté par les ménages comme un choix fait par défaut ; *« on fait avec ce que l'on a »*.

*« On ne choisit pas. On fait très peu de courses, finalement, (...) .On achète ce qu'il manque, des produits qui remplissent bien le ventre, pour pas qu'on ait faim, comme du riz, des pâtes, des pommes des terres. »* (Femme, 45 ans, en couple, 3 enfants, sans ressource, sans papier, locataire parc privé, degré 1A4, association, 57)

*« Je mange ce que j'ai. Des pâtes, des pâtes et des pâtes. Des pâtes à toutes les sauces. Si par chance j'ai un dessert c'est absolument génial. Vraiment je mange de tout, je ne regarde pas si c'est équilibré ou non. Il faut que ça bourre (fromage râpé, crème, pâtes). (...) Sinon, je bois du café. Ça cale, j'en prends toutes les deux heures pour tenir jusqu'au repas du soir. »* (Bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, IA4, association de distribution, 26)

La restriction des choix alimentaires peut se traduire, dans les cas extrêmes, par l'exclusion complète de certains types d'aliments, en général la viande, le poisson, les fruits, décrits comme trop onéreux :

*« Je n'achète pas tellement de viande, pourtant j'aime ça, mais c'est très cher. Le poisson, je n'en achète pas mais je n'aime pas ça, ça me pose moins de problème de ne pas en avoir. Après, j'aimerais bien acheter des choses de meilleure qualité, mais ce n'est pas possible avec mes revenus. »* (Homme, 41 ans, célibataire, 1 enfant garde ponctuelle, alterne chômage et intérim, locataire parc social, IA2, association de distribution, 57)

**Ces restrictions, qui limitent considérablement l'accès des ménages aux aliments de leur choix (ceux qu'ils apprécient, qu'ils ont depuis toujours l'habitude de manger, ou dont ils ont besoin par rapport à leur état de santé), impactent directement leur rapport à l'alimentation.** C'est ainsi que certains enquêtés ont perdu tout plaisir à cuisiner, à partager un repas à plusieurs, voire à simplement s'alimenter :

*« Avant, j'aimais bien faire les magasins en réfléchissant à ce que je pourrais cuisiner le soir. Mais depuis un certain temps, je n'ai pas ouvert un livre de cuisine : on est obligé de faire avec ce qu'on a (...) Quand on n'a pas de sous, on mange parce qu'on a faim, pas pour se faire plaisir »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, un enfant à charge, RSA, IA2, 07)

*« J'ai perdu le goût... presque le dégoût »* (Bénéficiaire, homme, 41 ans, célibataire, 1 enfant garde ponctuelle, alterne chômage et Intérim, IA2, association de distribution, 57)

## **b) Les contraintes liées aux modalités d'hébergement ou de logement**

**Au-delà de l'aspect financier, les conditions de logement ou d'hébergement peuvent fortement contraindre les pratiques alimentaires des ménages.** Pour les familles hébergées à l'hôtel, l'absence de matériel pour cuisiner et/ou pour stocker les aliments complexifie grandement la confection et la prise des repas.

*« J'habite à l'hôtel avec mon fils. Pour faire la cuisine, ce n'est vraiment pas pratique. Dans la cuisine commune, il y a un tout petit réfrigérateur, deux petites plaques et un micro-onde, mais ça ne marche pas très bien et les gens volent, alors je ne les utilise pas. En plus, en général, c'est très sale. Moi, même si c'est interdit, j'ai dans ma chambre, une plaque, et un four-micro-onde, je prépare comme cela. Le problème est pour stocker les aliments au frais, en hiver ça va mais l'été, c'est compliqué. Et puis, les odeurs aussi, parce que l'on cuisine dans la pièce où l'on mange, où l'on dort... où l'on fait tout. » (Femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)*

Et elle débouche souvent sur une monotonie alimentaire (le type d'aliments pouvant être consommés étant de fait très restreint) ou le recours aux fast-foods.

*« J'ai mangé dehors le mois dernier juste parce que je ne peux pas cuisiner à l'hôtel. On va au Mac Do, au grec... au moins cher, on prend des menus à 5€. Si j'arrive à l'hôtel et que la cuisine est blindée, je ne vais pas attendre 21h. Pour les enfants, ça n'est pas possible. J'achète donc un truc vite fait pour qu'ils mangent, et qu'ils puissent dormir » (Bénéficiaire, femme, 29 ans, célibataire géographique, 2 enfants, à l'hôtel, bénéficiaire du RSA, IA3, centre d'accueil distribuant des repas chauds, 93)*

Ce phénomène s'observe aussi pour les hébergés chez des tiers, qui ne sont pas toujours autorisés à rester dans le logement en absence de son occupant en titre et de disposer de l'espace pour leurs occupations personnelles (lessive, cuisine, repos...) :

*« Je ne mange jamais chez la personne chez qui j'habite. Il ne veut pas que j'utilise la cuisine » (Bénéficiaire, homme, 32 ans, célibataire, sans papiers, hébergé chez un tiers, IA4, centre d'accueil distribuant des repas chauds, 93)*

Pour d'autres ménages résidant en structure d'hébergement, les conditions de prise des repas sont telles (avec des inconnus, dans une salle bruyante) qu'elles empêchent de faire jouer au repas son rôle éducatif et de cohésion familiale :

*« Le foyer, ça nous contraint de manger dans une cantine avec toutes les autres familles. C'est bruyant, ça ressemble à une cantine avec des grandes tables, ce n'est pas l'intimité que l'on voudrait. Des fois, on mange dans la chambre, pour être au calme. » (Bénéficiaire, homme, 40 ans, en couple, 2 enfants, sans papier, sans ressource, hébergé en CHU, IA2, 93)*

## **c) Les contraintes inhérentes à la situation professionnelle**

**Les contraintes s'exerçant sur les ménages rencontrés en matière alimentaire peuvent être aussi liées à leurs conditions d'emploi, souvent précaires.** En raison d'horaires décalés ou de cumul d'emplois, certains enquêtés sont dans l'obligation de manquer une partie des moments familiaux organisés autour du repas ou de « sauter » régulièrement des repas.

« C'est important de manger avec mon fils. En général, c'est le soir mais avec mon travail ça m'arrive souvent de rater ce moment. » (Bénéficiaire, femme, 59 ans, séparée, un enfant à charge, deux emplois à temps partiel, degré IA3, bons alimentaires du CCAS, 07)

#### **d) Les contraintes d'ordre sanitaire**

**Les problèmes de santé sont également un facteur contribuant à contraindre les ménages rencontrés vis-à-vis de leurs pratiques alimentaires.** D'autant plus qu'on observe, chez les ménages de notre échantillon (à l'aune de ce qu'on observe chez les ménages précaires en général<sup>79</sup>), une surreprésentation des problèmes de santé, troubles et maladies.

Une partie non négligeable d'enquêtés, souffrant de diabète, d'hypertension ou de problèmes cardiaques, sont obligés de suivre un régime alimentaire réduisant fortement leurs marges de manœuvre alimentaires :

« Je fais 3 repas par jour, j'ai du diabète et une maladie à la thyroïde, il faut que je mange correctement. Je suis les recommandations du diététicien » (Bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, pas d'enfant à charge, retraitée et emploi de service à temps partiel, IA2, association et bons, 07)

« Je fais de l'hypertension alors il me faut des aliments sans sel » (Non-bénéficiaire, couple sans enfant à charge, femme de 55 ans, sans emploi et homme de 61 ans, arrêt maladie depuis 2012, IA2, 26)

**Plus nombreux encore sont les enquêtés exprimant une souffrance psychique** au travers l'utilisation des termes et expressions « dépression », « déprime », « pas le moral », etc. Qu'il s'agisse d'une maladie diagnostiquée ou non, cet état impacte directement le rapport entretenu avec l'alimentation. L'anesthésie de la sensation de faim, présentée comme corolaire de cet état, débouche sur une baisse significative du rythme et de la fréquence des repas :

« A une époque j'étais vraiment déprimée, je ne mangeais pas trop, j'étais sous antidépresseurs à cause la séparation. Je suis descendue à 41 kilos au lieu de 50 actuellement. Ma fille de 8 ans est suivie à l'hôpital pour dépression, celle de 13 ans à un début d'anorexie » (Bénéficiaire, femme, 44 ans, célibataire, 3 enfants, ASS, IA3, association de distribution, 26)

« Je saute des repas, souvent ! Je ne ressens plus la faim, je n'ai plus envie. Les problèmes, psychologiquement, c'est compliqué » (Bénéficiaire, Femme, 35 ans, veuve, 2 enfants, RSA, locataire parc social, IA3, association de distribution, 57)

---

<sup>79</sup> Cf. Emmanuelle Cambois, *Les personnes en situation sociale difficile et leur santé*, Les travaux de l'observatoire, DREES, 2003-2004.

## I.4 Des contraintes qui conduisent la plupart du temps à des situations d'insécurité alimentaire

Les situations des ménages et individus rencontrés se caractérisent, pour une très grande part, par des contraintes variées au regard l'alimentation qui, le plus souvent, se cumulent. Mais ces situations ne sont pas homogènes. On **observe en quelque sorte un phénomène de graduation de la contrainte alimentaire, sur un continuum allant de la contrainte la plus « faible » à la contrainte la plus « forte »**. Ces degrés de contrainte font écho, pour une part, aux degrés d'insécurité alimentaire mis en avant dans le chapitre 1, renvoyant à l'étude Individuelle Nationale sur les Consommations Alimentaires (INCA2 2006-2007). Celle-ci avait en effet introduit plusieurs questions permettant distinguer les situations selon leur niveau d'insécurité alimentaire<sup>81</sup> ; « *inquiétude à l'idée de manquer d'aliments* », le fait de n'avoir « *souvent ou parfois pas assez à manger* » ou « *assez à manger mais pas toujours les aliments souhaités pour des raisons financières ou non* ».

A travers les entretiens menés lors de nos enquêtes sur sites, les individus et ménages rencontrés ont pu témoigner de leur expérience, de leurs pratiques et contraintes alimentaires. Une question a notamment visé à les faire se positionner sur l'une des quatre modalités de réponse proposées dans l'étude INCA 2 (cf. encadré ci-dessous).

### **Appréciation du degré d'insécurité alimentaire par les personnes enquêtées (au cours des 12 derniers mois)**

Parmi les quatre situations suivantes, quelle est celle qui correspond le mieux à la situation actuelle de votre foyer ?

1. Vous pouvez manger tous les aliments que vous souhaitez ;
2. Vous avez assez à manger mais pas tous les aliments que vous souhaiteriez ;
3. Il vous arrive parfois de ne pas avoir assez à manger ;
4. Il vous arrive souvent de ne pas avoir assez à manger.

**Le positionnement des ménages selon l'estimation de leur contrainte alimentaire a permis d'établir une première graduation des situations vécues** ; ont été classées parmi les « *personnes en situation d'insécurité alimentaire* » les enquêtés ayant choisi les modalités de réponses 2 (insécurité alimentaire ou IA2), 3 (IA3), 4 (IA4). Pour ces personnes, on constate une difficulté alimentaire proportionnelle au niveau de contraintes rencontrées (la difficulté alimentaire et donc le degré de contrainte le plus fort correspondant à l'IA4).

---

<sup>81</sup> Il convient de rappeler que la définition de l'insécurité alimentaire sur laquelle s'appuie le Conseil national de l'alimentation français depuis 2012 comprend un caractère multidimensionnel. Effectivement, la définition renvoie à la fois à la disponibilité des denrées, à leur accessibilité, à la régularité de cet accès aux aliments, à leur qualité, à leur utilisation et à la question de préférences alimentaires ; « *L'insécurité alimentaire est un indicateur subjectif qui correspond à une situation dans laquelle des personnes n'ont pas accès à une alimentation sûre et nutritive en quantité suffisante, qui satisfasse leurs besoins nutritionnels et leurs préférences alimentaires pour leur permettre de mener une vie active et saine.* » (Conseil national de l'alimentation ; avis n°72, en date du 22 mars 2012)

Parmi notre échantillon de ménages, l'ensemble des situations vis-à-vis de la contrainte alimentaire (de l'absence de contrainte à la contrainte la plus forte) est représenté. Il est à noter qu'environ la moitié de notre échantillon se positionne en IA2, c'est-à-dire qu'ils estiment avoir « *assez à manger mais pas tous les aliments qu'ils souhaiteraient* ».

Répartition des ménages par catégorie d'insécurité alimentaire		
	Nombre	%
IA1	17	19%
IA2	41	49%
IA3	16	19%
IA4	11	13%

**Les situations décrites ci-dessous viennent illustrer cette graduation :**

➤ **IA 1 : Une absence de tensions et de contraintes dans le rapport à l'alimentation**

Les ménages en IA1, c'est-à-dire qui ne sont pas en insécurité alimentaire, se caractérisent par l'absence de contraintes et de tensions dans leur rapport à l'alimentation ; ils estiment ainsi « *avoir accès à tous les aliments qu'ils souhaitent* ».

**Exemple de situation d'une femme qui n'est pas en insécurité alimentaire (IA1)**

Madame B, 49 ans, est divorcée et n'a pas d'enfants à charge. Sans emploi et invalide à 80%, elle perçoit une pension d'invalidité dont elle ne connaît par le montant exact, car elle ne gère pas elle-même directement son budget, administré par un service de curatelle. Mme B vit dans un logement social.

Le service de curatelle lui octroie 70 euros par semaine pour ses dépenses alimentaires. Mme B fait ses courses 2 à 3 fois par semaine dans les commerces du quartier, notamment Carrefour. Elle est attentive au prix des produits, mais également « *à ce qu'ils mettent dedans, car ils rajoutent parfois du sucre* » et qu'elle surveille son poids. En fonction de ses envies, elle alterne produits de marque et produits discounts. Mme B vit seule et cuisine relativement peu. Ses repas sont généralement simples : des couscous « *accommodés à ma façon* », des lentilles et légumes secs, et fréquemment des soupes. Diabétique, Mme B se limite cependant sur les produits sucrés, le fromage et les desserts. Mais elle s'accorde quand même quelques plaisirs : « *personnellement, si je dois manger un ou deux chocolats, je les mange, hein ! On ne sait pas combien de temps on va vivre !* »

Même si Mme B estime que « 70 euros par semaine, cela fait un peu juste », elle « fait avec » et affirme être en mesure d'acheter le type et la quantité de produits alimentaires qu'elle souhaite acheter. Dans le passé, Mme B a été bénévole aux restos du cœur. Elle en garde un souvenir très positif : « au moins quand j'étais là-bas, je servais à quelque chose ! J'étais fière ». Arrivée depuis 2 ans à Florange, Mme B s'est rapprochée du CCAS, non pas pour bénéficier d'une aide, mais pour rompre sa solitude et participer aux activités proposées autour de la vie quotidienne. Elle souhaite ainsi participer aux ateliers de l'épicerie sociale « pour apprendre des choses », rencontrer du monde, éventuellement proposer ses services pour animer certains ateliers.

➤ **IA2 : Une insécurité alimentaire née de contraintes affectant la possibilité de choisir ses aliments**

**Les ménages en IA2 se caractérisent par la présence de contraintes qui réduisent parfois la possibilité de « choisir » leurs aliments; ils estiment ainsi « avoir assez à manger mais pas tous les aliments qu'ils souhaiteraient ».**

**Exemple de situation d'IA2**

Mme X., 34 ans, élève seule sa fille de 3 ans et occupe un logement social à Aubervilliers, via le 1% logement. Auparavant employée comme assistante de gestion, Mme X a perdu son emploi il y a 3 ans. Elle est actuellement en recherche d'emploi, et perçoit l'ASS, soit une somme d'environ 477 euros mensuels. Le passage des indemnités chômage à l'ASS a occasionné une chute de ses revenus d'environ 2/3, ce qui a complexifié la gestion de son budget, désormais très tendu : Mme X s'acquitte d'un loyer mensuel de 100 euros, et de factures d'énergie d'environ 100 euros mensuels. Elle consacre environ 200 euros par mois environ pour les dépenses alimentaires et les dépenses vestimentaires.

La chute de ses revenus à impacté Mme X dans ses pratiques alimentaires. Si elle affirme : « on arrive à manger », elle ne mange plus à l'extérieur et se restreint dans la nature des produits qu'elle consomme « j'achète de la viande et du poisson une fois de temps en temps, et surtout des choses pas chères comme des steacks hachés, on mange beaucoup d'œufs, je limite au maximum les plats préparés, et je fais plus de choses moi-même qu'avant » et achète fréquemment les produits à date limite qui sont bradés dans les supermarchés, notamment les produits laitiers. Elle dispose dans son logement de tout le matériel nécessaire pour faire la cuisine, préparer et stocker les aliments.

S'il lui arrive ponctuellement de se priver, et de sauter un repas, elle s'efforce néanmoins de faire en sorte que sa fille ne pâtisse pas de sa situation financière et préserve au maximum ses habitudes alimentaires, s'efforçant de lui cuisiner des repas équilibrés avec des moyens restreints : « ça m'est arrivé de sauter un repas mais ça va, ce n'est pas catastrophique. Moi, mais ma fille, jamais : dans mon budget alimentation, il y a tout ce qu'il faut pour elle ».

➤ **IA3 : Une insécurité alimentaire née de contraintes réduisant ponctuellement l'accès à certains aliments**

**Les ménages en IA3 se caractérisent par la présence de plusieurs contraintes qui réduisent parfois leur accès à des denrées alimentaires ; ils estiment ainsi « ne pas avoir parfois assez à manger ».**

**Exemple de situation d'une femme en IA3**

Madame K., 29 ans, vit dans le 93 avec ses 2 enfants (5 ans et 1 an). Son conjoint résidant actuellement en Afrique, elle se trouve dans une situation de « monoparentalité géographique ». Sans diplôme ni formation, Madame K. a travaillé de manière ponctuelle en tant qu'assistante de vie auprès de personnes âgées. Après avoir exercé deux mois dans le 78, d'octobre à novembre 2013, elle a finalement décidé d'arrêter : son salaire de 450€ lui permettait à peine de couvrir les frais de garde pour ses enfants et ses frais de transport pour aller travailler. En outre, ses 2 heures de déplacement quotidiens entre le 93 et le 78 lui laissaient peu de temps pour s'occuper de ses enfants.

Depuis, Madame K. est sans activité professionnelle. Bénéficiaire du RSA socle (393€/mois), elle rencontre d'importantes difficultés budgétaires et ne parvient plus à faire face aux frais courants. Sa situation est d'autant plus problématique qu'elle a accumulé de nombreuses dettes : impayés de loyer (7 000€ pour 13 mois d'impayés), factures non réglées (500€ entre le téléphone et la cantine pour les enfants)... A cela s'ajoute un problème de règlement de charges locatives, pour lesquelles son propriétaire (parc privé) lui réclame une somme d'argent très importante qu'elle conteste et n'est pas en mesure de rembourser : « 2 200€ pour l'année pour l'eau et les charges, alors que je suis seule sans mon mari, et que je prends une seule douche par jour !! ».

Dans ce contexte, Madame K. a fait appel au 115, via son assistante sociale. Depuis 1 mois, elle est hébergée dans différents hôtels du 93 avec ses deux enfants. Compte tenu de ses très faibles ressources, Madame K. affirme acheter des produits discounts à la Date Limite d'Utilisation optimale (DLUO) souvent dépassée<sup>82</sup>. Elle explique souvent sauter des repas pour que ses enfants puissent manger. Elle se prive surtout le midi, « sa part » lui permettant de nourrir ses enfants le soir. En fin de mois, lorsque les ressources sont épuisées, elle « se débrouille pour faire traîner les enfants au lit : cela permet de faire uniquement un repas le midi, vers 12h/13h, et de sauter le petit-déjeuner ».

Madame K. rencontre d'importantes difficultés pour cuisiner à l'hôtel, les plaques à disposition étant à la fois collectives et en mauvais état. Ce qui l'amène parfois à acheter uniquement des yaourts pour les repas de ses enfants. De temps à autre, lorsque la file d'attente pour l'utilisation de la cuisine à l'hôtel est trop longue, Madame K. emmène ses enfants « manger au MacDo ou au grec ». Cela lui revient plus cher (5€ par enfant), mais lui permet de respecter les horaires de sommeil de ses enfants : « Si j'arrive à l'hôtel et que la cuisine est blindée, je ne vais pas attendre 21h. Pour les

---

<sup>82</sup> Deux types de date peuvent figurer sur les emballages alimentaires. La Date Limite de Consommation (DLC) indique une limite impérative pour les denrées microbiologiquement très périssables pouvant présenter un danger immédiat pour la santé humaine si ils sont consommés après la date dépassée. La date limite d'utilisation optimale indique une date après laquelle la denrée peut avoir perdu tout ou une partie de ses qualités spécifiques sans pour autant constituer un danger pour le consommateur. Ces différences, peu connues des ménages rencontrés, ont parfois induit des confusions dans leur discours, certaines personnes affirmant ainsi acheter en grande surface « des produits périmés », vraisemblablement des produits à DLUO dépassée.

*enfants, ça n'est pas possible. J'achète donc un truc vite fait pour qu'ils mangent, et qu'ils puissent dormir ».*

Madame K. explique ne pas pouvoir compter sur un réseau familial ou plus largement social pour lui venir en aide : « *quand on n'a pas d'argent, on n'a pas d'amis, pas de connaissances. Les gens nous fuient. Si on avait des amis, on ne se retrouverait pas à l'hôtel ».*

➤ **IA4 : une insécurité alimentaire issue de contraintes bloquant durablement l'accès à tout ou partie des denrées alimentaires**

**Les ménages en IA4 se caractérisent par un cumul de contraintes qui limitent considérablement leur accès à des denrées alimentaires ; ils déclarent ainsi « ne pas avoir souvent assez à manger ».**

**Exemple de situation d'une femme en IA4**

Madame M., 29 ans, vit seule avec son fils de 3 ans et est hébergée dans un hôtel du 93 depuis 2 ans. Arrivée il y a peu du Cameroun, Mme M. est sans-papiers. Par ailleurs, son fils n'a pas la nationalité française.

Cette situation administrative entraîne l'impossibilité d'accéder à un emploi légal et ainsi qu'aux aides sociales mensuelles de droit commun. Ainsi, Mme M. est actuellement dépourvue de ressources et dispose uniquement d'aides ponctuelles du Conseil Général mobilisées au titre de la protection de l'enfance ; « *Je n'ai rien, je vis avec 0 euro par mois. Il y a seulement les assistantes sociales du conseil général qui m'aident. Grâce à elles, j'ai des bons pour payer la cantine de mon fils, ça m'assure qu'il ait un repas chaud par jour. »*

En conséquence, l'aide alimentaire constitue la seule source d'approvisionnement de Mme. M. pour s'alimenter. Il convient, en outre, de préciser que n'étant pas domiciliée, Mme. M. n'a pas accès à l'épicerie sociale de sa commune mais uniquement aux paniers distribués par les Restaurants du cœur : « *Je vais deux fois par semaine aux restaurants du cœur, le mardi et le jeudi. C'est vraiment très restreint, comme produits, il n'y a pas assez évidemment, et le problème c'est que je n'ai pas du tout de revenu pour compléter. Je suis obligée de faire avec. »*. Ainsi, Mme M. explique sauter très régulièrement des repas, n'avoir pas accès à un plusieurs types d'aliments (viande, poisson, fruits, etc.), et s'accommoder de petites portions. Pour elle, sa priorité est de nourrir son jeune fils ; « *On a très peu à manger. Ce qu'il y a, je préfère le garder pour mon fils. Moi je mange une fois par jour la plupart du temps. »*

Mme. M, faute de moyens financiers, est très fortement contrainte dans ses déplacements quotidiens et privilégie les déplacements pédestres aux transports en commun pour limiter ses frais. De ce fait, elle n'est pas en capacité de mobiliser une association d'aide alimentaire qui distribue des repas chauds aux personnes non-domiciliées ; « *J'aimerais bien aller à la Marmite, mais je veux pas frauder et payer une amende, et je n'ai pas assez d'argent pour payer des tickets de bus ou de métro. Alors je n'y vais pas, c'est dommage. »*

Les modalités d'hébergement de Mme M. renforcent ses contraintes vis à vis de l'alimentation. Il s'agit cette fois de contraintes logistiques qui sont liées à l'absence d'équipement pour cuisiner et pour stocker les denrées ; « *Je suis obligée de cuisiner au micro-onde. Ce n'est pas évident et puis surtout le problème, c'est pour stocker, on perd des choses alors que l'on a rien. C'est un comble.* »

En outre, Madame M. explique ne pas pouvoir compter sur un réseau familial ou plus largement social pour lui venir en aide : « *ma famille est au pays, je ne connais pas grand monde ici.*

## CHAPITRE II – LES LEVIERS DE GESTION DE LA CONTRAINTE ALIMENTAIRE

---

Les individus et ménages interrogés sont donc soumis à des pratiques contraintes en matière d'alimentation, qui débouchent souvent sur une situation d'insécurité alimentaire. Pour faire face à leurs difficultés, ils développent des stratégies et mobilisent différents leviers en matière :

- D'approvisionnement alimentaire ;
- De préparation et stockage de l'alimentation ;
- De gestion des postes de dépense hors alimentation (entretien et hygiène, énergie, transports, etc.).

### II.1 Des modes d'approvisionnement spécifiques

Qu'ils soient ou non bénéficiaires de l'aide alimentaire, les enquêtés diversifient leurs sources d'approvisionnement, afin d'accroître la quantité de nourriture dont ils disposent et/ou de varier leurs repas.

#### a) Le recours au discount alimentaire

La quasi-totalité des ménages interrogés opèrent un classement des enseignes en fonction du niveau des prix pratiqués, des types de produits proposés, et de l'éloignement géographique du magasin par rapport à leur domicile. Les enseignes de hard discount alimentaire (Lidl, Aldi, Netto...) apparaissent toujours en tête du classement réalisé, **le prix des produits restant le critère absolu pour décider des achats**. Les produits de premier prix sont privilégiés, tandis que les marques se trouvent sacrifiées :

*« Les courses, c'est dans les magasins les moins chers avec les produits les moins chers. »* (Bénéficiaire, Femme, 35 ans, veuve, 2 enfants, RSA, locataire parc social, IA3, association de distribution, 57)

*« Je fais des courses à Norma et Simply, je prends systématiquement les choses les moins chères. J'y vais une fois par semaine, je prévois pour la semaine : des boîtes, des pâtes, des barquettes de salades préparées »* (Ancien bénéficiaire, homme, 43 ans, célibataire, sans enfant, pension d'invalidité, IA3, repas chauds, 57)

*« Il me faut environ 80€ par mois pour l'alimentation. Je vais toujours dans les supermarchés les moins chers comme Aldi ou Lidl. J'essaie de faire les courses 1 fois par semaine et de ne pas dépasser mon budget »* (Homme, 41 ans, célibataire, 1 enfant garde ponctuelle, alterne chômage et Intérim, locataire parc social, IA2, association de distribution, 57)

*« On regarde les étiquettes et on achète ce qu'il y a de moins cher, toujours la même chose : pâtes et riz... à 1€ le paquet, on prend la marque du supermarché »* (Bénéficiaire, femme, 38 ans, veuve, 4 enfants à charge dont 3 neveux, à mi-temps, IA2, épicerie sociale, 93)

Le plus souvent, les ménages procèdent à des comparaisons entre différents discounters pour trouver les aliments au meilleur prix :

*« Les courses c'est à LIDL, j'ai fait un comparatif des tickets avec ALDI. Pour le même panier d'environ 120 euros, c'est presque 40 euros moins cher. Après, Leclerc ou Auchan, ce n'est*

*même pas la peine d'y penser »* (Bénéficiaire, femme, 39 ans, couple, deux enfants de 4 et 8 ans, CDI de 10h/semaine, conjoint en attente de régularisation depuis 2009, IA3, 26)

Parfois, ils mobilisent plusieurs hard discounts, et font des achats morcelés après avoir repéré quel hard discount était le plus avantageux par rapport à tel ou tel type de denrées.

*« Au marché j'achète la viande, les légumes... A Leader Price je prends l'eau, les lingettes, la farine. J'achète les couches chez Lidl ou Leader Price »* (Bénéficiaire, femme, 29 ans, en couple, 2 enfants à charge, en emploi à temps partiel, IA2, épicerie sociale, 93)

Dans quelques cas, le choix du discount se fait aussi en fonction de l'éventail des produits proposés. Mais il se fait alors paradoxalement au profit du supermarché offrant le moins de choix, pour ainsi réduire les tentations et éviter toute dépense superflue :

*« Pour les courses, je vais au moins cher, au Leader Price, qui est moins cher que Aldi ou Lidl. Et c'est surtout à proximité, à 200 mètres. Je prends du bas de gamme, du premier prix, les pouces, les top budgets... je ne peux pas, autrement. Je prends café, huile, farine, pommes de terre, couscous, riz... des produits d'entretien, et des produits pour se laver (...) Je ne veux pas aller dans les magasins comme Cora car c'est trop de tentations, il y a de l'électroménager, des vêtements... On y va pour une chose et on revient avec plein de trucs »* (Bénéficiaire, homme, 58 ans, célibataire, père de 3 enfants, au chômage, IA2, repas chauds, 57)

Ainsi, faire ses courses s'apparente à une quête, celle de la plus petite dépense possible. Les ménages « traquent » les « bonnes affaires » : les promotions spéciales ou encore les produits bradés car proches de la date limite de consommation.

*« Je change souvent de magasin parce que je fais les courses en fonction des promotions que je trouve dans ma boîte à lettres, je cours après les promotions, surtout pour la viande »* (Bénéficiaire, femme, 41 ans, séparée, 1 enfant, contrat temps partiel, degré IA2, distribution de paniers, 07)

*« Quand je fais les courses, j'achète les produits les moins chers, je prends les produits Top budget et encore, quand j'arrive à la caisse, je pleure (...) J'essaie de faire des économies en achetant des promos, je cherche les bonnes affaires dans le magasin, je reste des heures dans les rayons pour trouver les bonnes affaires ».* (Bénéficiaire, femme, 49 ans, célibataire, mère de 4 enfants dont 2 à charge en garde alternée, en recherche d'emploi, IA1, association de distribution, 26)

*« Quand je fais les courses, je fais attention aux dates et aux prix. Je prends les produits qui arrivent à la date limite car ils sont à -50% »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, enceinte et 1 enfant à charge, au chômage, IA3, association de distribution, 26)

## **b) Inscrire ses enfants à la cantine**

Pour les parents interrogés, l'inscription des enfants à la cantine est quasi-systématique. Ce levier permet de lever ou atténuer la crainte de ne pas pouvoir nourrir leurs enfants en quantité suffisante, ou de ne pas être en mesure de leur offrir une alimentation équilibrée. L'inscription à la cantine constitue une garantie : le ou les enfants mangera/mangeront un repas complet et équilibré, au moins une fois dans la journée, et 4 ou 5 fois par semaine.

*« Les enfants mangent à la cantine à midi. C'est important pour eux car ils mangent bio, frais et équilibré »* (bénéficiaire, femme, 39 ans, couple, deux enfants de 4 et 8 ans, CDI de 10h/semaine, conjoint en attente de régularisation depuis 2009, IA3, 26)

« Mon fils mange au restaurant universitaire trois midis par semaine. C'est bien pour se faire des amis et quand on n'avait pas l'aide alimentaire, ça lui faisait au moins un repas complet assuré. » (Bénéficiaire, femme, 47 ans, séparée, 1 enfant de 18 ans, RSA, IA1, 26)

Les frais de restauration scolaire pèsent cependant dans le budget des ménages. Certains sollicitent donc des aides auprès des travailleurs sociaux pour pouvoir payer les frais de cantine. Dans tous les cas, ce poste de dépense n'est pas remis en cause :

« Mon fils mange à la cantine. Ça m'assure qu'il mange un repas chaud par jour. Parfois, je fais une demande à l'assistante sociale pour qu'elle me verse une aide pour payer la cantine. Tous les trois mois, c'est accordé en général » (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant de 10 ans, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

« Mes deux plus jeunes enfants, qui sont au lycée et au collège mangent à la cantine. Ça me rassure, j'ai l'assurance qu'ils mangent un repas chaud et équilibré par jour. Par contre, c'est un sacré budget, ça me coûte 180€ par trimestre » (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

### **c) Le recours au réseau d'entraide (proches, familles)**

**Au-delà des discounteurs et de la cantine, les ménages ont recours à des filières plus informelles d'approvisionnement**, au premier rang desquelles figurent les réseaux de solidarité amicale et surtout familiale.

Le recours au réseau d'entraide familial ou amical constitue un mode d'approvisionnement spécifique pour une partie des ménages interrogés. Ainsi, certains reçoivent l'aide de proches qui les approvisionnent régulièrement ou les « dépannent » plus ponctuellement :

« J'ai beaucoup d'amis qui me dépannent en nourriture, qui font des achats pour moi, qui me donnent des plats préparés » (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, sans enfants, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

« On fait de grosses courses une fois par mois et puis on complète avec un passage à la boucherie Halal. Mon frère me donne 3 ou 4 kilos de viande de temps en temps » (bénéficiaire, femme, 39 ans, couple, deux enfants de 4 et 8 ans, CDI de 10h/semaine, conjoint en attente de régularisation depuis 2009, IA3, 26)

« Quand je ne peux plus aller faire les courses, comme en ce moment, c'est ma mère qui va les faire. C'est un mois qui est particulièrement dur car j'ai dû payer ma mutuelle pour 3 mois (150 €) et des lunettes (60€) » (Ancien bénéficiaire, homme, 43 ans, célibataire, sans enfant, pension d'invalidité, IA3, repas chauds, 57)

Parfois, les dons de nourriture, de la part de proches possédant un potager, permettent un approvisionnement précieux en fruits et légumes. Si elles s'expriment également en Seine-Saint-Denis, ces solidarités semblent plus fréquentes dans les territoires qui bénéficient d'une urbanisation moins dense. La probabilité d'avoir un proche travaillant dans le monde agricole ou bénéficiant d'un jardin y est plus forte. Au-delà des économies réalisées, les ménages valorisent ce mode d'approvisionnement grâce auquel ils consomment des « produits frais » dont ils connaissent la provenance :

« Parfois les grand parents de mon fils nous donnent des œufs, de la charcuterie et des légumes car ils savent que j'aime ça. Ils sont paysans. » (Bénéficiaire, femme, 32 ans, célibataire, un fils de 5 ans, CDD de moins de 20h, A2, association de distribution, 26)

« J'ai une tante qui habite au Bourget et qui a un petit jardin. Elle a fait un potager et il y a des fruits et des légumes qu'elle me donne. L'été surtout, je ramène des cerises, des carottes, des fraises, des oignons. C'est bien pratique, ça m'évite d'acheter, je fais des petites économies, mais surtout, je sais d'où ça vient, où ça a poussé. » (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, association de distribution, 93)

« J'ai de la chance pour les légumes et les fruits, mes parents habitent dans un petit village à coté de Metz et ils ont un potager. Ils m'en donnent très souvent, environ une ou deux fois par mois. Cela me permet de faire des économies, et puis surtout, je mange des légumes frais » (Homme, 41 ans, célibataire, 1 enfant garde ponctuelle, alterne chômage et Intérim, environ 600 euros de ressource, locataire parc social, degré IA2, association de distribution, 57)

Enfin, à la marge, certains individus développent des stratégies d'approvisionnement « indirectes » en se rendant chez leurs amis aux heures de repas, en espérant être invités à dîner :

« Je vais chez des amis... j'ai honte... je vais chez des amis à des heures stratégiques quand je n'ai plus rien. Vers 5h30-6h, je débarque pour prendre des nouvelles, soi disant parce que je passais dans le quartier » (Bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, IA4, association, 26)

#### **d) Les fins de marché et poubelles**

Une partie (non majoritaire) des individus interrogés se rend à la fin du marché lorsque les légumes invendus ou abîmés sont bradés, voire donnés gratuitement. Cette stratégie est présentée comme doublement avantageuse, permettant de réaliser des économies et de manger des produits de meilleure qualité qu'en hard discount :

« Les courses on s'organise avec mon mari. Des fois c'est lui, des fois c'est moi. On va dans les magasins les moins chers, comme Lidl ou au Franprix, à coté de la maison. Pour les légumes, je vais toutes les semaines au marché, c'est des produits frais avec des vitamines. Alors par contre, je vais à la fin, il y a moins de choix, les fruits sont moins beaux, mais pas moins bons, et c'est beaucoup moins cher, parfois gratuit ! Et évidemment, je viens à l'épicerie sociale aussi, ça aide beaucoup pour les produits de base (farine, etc.) » (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA2, épicerie sociale, 93)

« On va faire les course au discount (Netto, Aldi, LIDL) deux fois par mois. On ne va jamais à la boucherie et on achète des fruits et légumes au marché, on récupère pour moins cher des cageots que les vendeurs considèrent comme un peu abimés » (Non bénéficiaire, couple sans enfant à charge, femme de 55 ans, sans emploi et homme de 61 ans, arrêt maladie depuis 2012, IA2, 26)

Quelques ménages travaillant dans le secteur de la restauration récupèrent les restes de nourriture en fin de service :

« Par la cantine où je travaille, je peux avoir des légumes à des prix réduits. Parfois, je récupère aussi les restes à la fin du service, c'est du bio cuisiné maison » (Bénéficiaire, femme, célibataire, 1 fils de 5 ans, CDD de moins de 20h, IA2, association de distribution, 26)

De rares enquêtés déclarent enfin « faire les poubelles » :

« De temps en temps je fais les poubelles (...) les gens jettent beaucoup, ça me révolte. Et je suis dans le besoin. » (Bénéficiaire, Femme, 35 ans, veuve, 2 enfants, RSA, locataire parc social, IA3, association de distribution, 57)

### **e) Le recours à l'aide alimentaire**

**Les ménages rencontrés ont aussi, en très grande majorité, recours aux services de l'aide alimentaire**, affichant des modes de fonctionnement variés en termes de « recrutement », de conditions de distribution, et de produits servis<sup>83</sup>. Dans le cadre de notre panel d'enquêtés, cette aide alimentaire prend le plus souvent la forme de paniers de denrées. Signalons que les ménages rencontrés ne font pas généralement pas la différence, dans leurs discours, entre les appellations officielles « paniers » et « colis », cette dernière appellation étant réservée aux colis d'urgence, et peuvent utiliser indifféremment les deux mots pour qualifier les paniers.

« Dans le colis, il y a du pain, parfois des fruits frais, du poisson pané surgelé, de l'huile et du beurre en début de mois, parfois des côtelettes surgelées, de la compote souvent » (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, retraitée, IA3, association de distribution, 07)

Mais elle peut prendre la forme d'aides en espèces ou de dons :

« Les bons m'ont permis de m'acheter de la viande, des produits laitiers, des gâteaux, du pain, de la lessive... Finalement, ce que j'achète d'habitude. Le dernier bon j'ai quand même dû rajouter 30 euros pour m'acheter des produits ménagers car j'en avais plus. » (Bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, pas d'enfant à charge, retraitée et emploi de service à temps partiel, IA2, association de distribution, 07)

Ou encore de repas chauds ou sandwiches fournis par des centres de distribution :

« Ici, je mange pour 40€ le mois, matin, midi et soir. Ça fait 10 ans que je viens » (Bénéficiaire homme, 58 ans, célibataire, père de 3 enfants, au chômage, IA2, repas chauds, 57)

Enfin, les épiceries sociales ou solidaires proposent des produits alimentaires (mais également quelques produits d'hygiène et d'entretien) à moindre coût :

« Avant c'était plus compliqué. Mais maintenant que je viens ici, j'ai toujours du riz et des pâtes à volonté » (Bénéficiaire, femme, 38 ans, veuve, 4 enfants à charge dont 3 neveux, à mi-temps, IA2, épicerie sociale, 93)

Certains des ménages rencontrés ont recours à plusieurs formes d'aide alimentaire :

« Je vais à l'épicerie sociale et aussi aux Restos du cœur quand ils acceptent. Ça fait plusieurs années que j'y vais, peut-être 3 ou 4 ans » (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA2, épicerie sociale, 93)

---

<sup>83</sup> Caillavet F., Darmon N., Lhuissier A., Régner F. « L'alimentation des populations défavorisées en France. Synthèse des travaux dans les domaines économique, sociologique et nutritionnel », in *Les Travaux de l'Observatoire*, ONPES, 2005-2006, p. 294.

## II.2 Des modes de préparation des aliments qui s'adaptent aux circonstances

Si les ménages interrogés ont recours à différentes sources d'approvisionnement, ils adaptent également leurs modes de préparation des repas. Ainsi, le stockage et la congélation apparaissent comme des pratiques répandues parmi les ménages interrogés. Par ailleurs, les contraintes qui pèsent sur les ménages rencontrés poussent aussi au développement de nouvelles façons de cuisiner.

### a) Le stockage de grande quantité et la congélation

De nombreux ménages déclarent réaliser des achats en grande quantité, à la fois pour réaliser des économies d'échelle mais aussi pour faire face à une éventuelle pénurie (anticipation du manque) :

*« J'ai des boîtes de conserve, des haricots verts, 6 boîtes de café soluble, des flageolets, de la macédoine, du riz, des pâtes chez moi. Je fais des réserves !! Je peux encore manger pendant 1 mois si jamais je deviens grabataire. Je mets de côté ce que je gagne au loto de l'association, ce que j'ai par les associations, ce que me donnent des connaissances... »*  
(Bénéficiaire, homme, 58 ans, célibataire, père de 3 enfants, au chômage, IA2, repas chauds, 57)

Certains ménages adoptent de leur côté une stratégie de préparation de plats en grande quantité. La possession d'un congélateur constitue alors un véritable atout puisqu'elle permet de stocker sur du long terme. Le recours à la congélation est à la fois perçu comme un moyen de réaliser des économies et comme un mode de gestion raisonné de sa consommation (seule une portion est décongelée, empêchant toute possibilité de se resservir) :

*« Je n'ai jamais peur de ne pas avoir à manger dans le placard parce que j'ai des réserves dans mon congélateur, 7 tiroirs »* (Bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, pas d'enfant à charge, retraitée et emploi de service à temps partiel, degré IA2, association de distribution, 07)

*« Je m'organise tout le temps pour faire des gros plats. Ca veut dire un repas pour trois qui peut durer 3 ou 4 jours. Une espèce de grosse marmite. Alors évidemment, on ne mange pas ce plat les 4 repas qui suivent, parce que les enfants et moi, nous en aurions marre. Mais je congèle le plat et je le sers à nouveau la semaine prochaine. Cette organisation me permet de dégager du temps pour moi, pour ma formation, mais c'est aussi un moyen de faire des économies, j'en suis convaincue. J'économise à la fois du temps et de l'argent. »*  
(Bénéficiaire, femme, 36 ans, séparée, 2 enfants, RSA, locataire parc social, IA3, distribution alimentaire associative, 57)

Une partie des enquêtés mobilise les deux techniques (achat et préparation en grande quantité puis congélation) :

*« J'achète à prix cassé et puis je prépare et je congèle pour la plupart. Je fais des réserves, je sais comment cuisiner pour plus tard. »* (Bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, pas d'enfant à charge, retraitée et emploi de service à temps partiel, IA2, association de distribution, 07)

## **b) Inventer des modes de cuisiner, faire soi-même**

**Afin de réaliser des économies, certains ménages font évoluer leurs pratiques alimentaires en faveur du « fait maison ».**

*« Les trois quarts du temps c'est moi qui fais les pizzas, sinon c'est 8-10€ »* (Bénéficiaire, femme, 49 ans, en couple, 3 enfants dont 1 à charge, cherche un emploi à mi-temps + pension d'invalidité conjoint, IA2, association de distribution, 26)

*« Je n'achète jamais des choses que je peux faire moi-même, comme les gâteaux. Et tant pis, si les enfants réclament des Kinders comme leurs petits copains à l'école »* (Bénéficiaire, Femme, 35 ans, veuve, 2 enfants, RSA, locataire parc social, IA3, association de distribution, 57)

*« Je préfère cuisiner moi-même pour mes enfants. Ils sont habitués en plus. Et ça revient moins cher de cuisiner que d'acheter des sandwiches pour 5. Je ne fais pas de plats tout prêts. Je cuisine des pâtes, de la soupe, des cuisses de poulet, des œufs, des pizzas que je fais moi-même... »* (Bénéficiaire, femme, 36 ans, en couple, 3 enfants, travaille 6h/semaine, IA2, épicerie solidaire, 93)

Ils développent ainsi parfois des compétences qu'ils ne mobilisaient pas ou peu jusqu'à présent :

*« Au départ, j'aime pas trop faire la cuisine, mais là je suis obligée de la faire ! »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, sans enfants, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

*« Je fais tout moi-même, le pain, les gâteaux, tout ! Ça coûte moins cher, et puis je sais ce qu'il y a dedans. »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

A défaut de pouvoir diversifier les aliments dont ils disposent, une partie des ménages interrogés tente d'introduire de la variété dans son alimentation quotidienne via l'intégration d'aliments de substitution aux recettes existantes (remplacement d'un ingrédient par un autre moins coûteux) ou le changement régulier de l'accompagnement du plat réalisé :

*« La plupart du temps, je prépare des pâtes. C'est bon, rapide, et pas cher. Je ne suis pas un très bon cuisinier, mais avec le temps j'ai appris quelques recettes, je mets des petites choses supplémentaires pour changer un peu. Par exemple, une sauce. »* (Homme, 41 ans, célibataire, 1 enfant garde ponctuelle, alterne chômage et Intérim, locataire parc social, IA2, association de distribution, 57)

Lorsqu'ils disposent de plats tout prêts, les ménages n'hésitent pas à les re-cuisiner pour les adapter à leurs goûts :

*« On aime bien préparer nous-mêmes à manger. Les haricots en boîte je mets du piment, les conserves, quand j'en prends, je les re-cuisine. Mais ici, ils pensent que les gens mariés ou les familles nombreuses sont les seuls à faire la cuisine, ils pensent que quand on est seul, on ne cuisine pas. Ils ne donnent pas d'huile par exemple. »* (Bénéficiaire, homme, 41 ans, célibataire, sans papiers, sans emploi et sans ressources, hébergé, IA3, centre de distribution alimentaire, 57)

*« Je cuisine pour les enfants. Je ne fais pas des choses toutes prêtes, pas de repas rapides. Même si je prends du cassoulet [à l'épicerie solidaire], je le reprends à la maison, je mets de*

*l'ail, du persil... On mange beaucoup avec des condiments comme les clous de girofle, pour donner du goût » (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)*

## II.3 Des stratégies pour économiser sur l'ensemble des postes de dépense

S'inscrivant dans une dynamique d'économie généralisée, les ménages interrogés mettent au point des stratégies de réduction de leurs dépenses pour l'ensemble de leurs postes de dépense, ce qui implique, au-delà de la seule alimentation, l'habillement, le transport, etc. Ils mobilisent sur ces postes des stratégies similaires à celles développées pour atténuer la contrainte alimentaire (achat de produits « premiers prix » dans des lieux spécifiques, dons de proches), et abandonnent d'anciennes pratiques jugées trop coûteuses (en termes de mobilité ou de consommation d'énergie).

### a) Des économies sur les produits d'hygiène et d'entretien

De nombreux ménages déclarent réaliser des économies sur les produits d'entretien et d'hygiène. Quelques individus substituent un produit à un autre moins cher...

*« Pour faire quelques économies, je me lave avec des savonnettes, c'est moins cher que les gels douche. Quand on fait un loto ici, on peut gagner 5 repas ou avoir un lot de produits, alors je joue, je ne dis pas non !!! » (Bénéficiaire homme, 58 ans, célibataire, père de 3 enfants, au chômage, IA2, repas chauds, 57)*

D'autres sacrifient la qualité en achetant systématiquement des produits « bas de gamme » :

*« Pour tout ce qui est produits d'entretien, vitre, sol, WC, PQ... j'achète du bas de gamme. Les enfants râlent car j'achète des produits de douche pour eux à 50 centimes. La lessive Leader Price est à 1,70€. Mais ça lave, hein !! » (Bénéficiaire homme, 58 ans, célibataire, père de 3 enfants, au chômage, IA2, repas chauds, 57)*

Enfin, l'achat en quantité est, comme pour l'alimentation, un moyen de réduire les coûts :

*« Je vais au Leclerc pour les produits ménagers, car c'est moins cher. Parfois en plus ils font des lots, et j'achète en quantité » (Bénéficiaire-bénévole, homme, 65 ans, célibataire, retraité, IA2, repas chauds, 57)*

### b) Les fins de série, les soldes, les vêtements d'occasion

Les économies en matière d'habillement reviennent régulièrement dans le discours des ménages. Afin de bénéficier de prix bas, ils réalisent leurs achats lors de périodes spécifiques comme les soldes ou acquièrent des vêtements d'occasion dans des brocantes ou lieux spécialisés dans la vente de produits d'occasion :

*« Je prends les chaussures les moins chères, à 20 euros, les vêtements chez Kiabi quand il y a des soldes, des vestes à 25/30€ en fin de série. Je suis bien organisé. J'achète aussi mes habits sur le marché » (Bénéficiaire-bénévole, homme, 65 ans, célibataire, retraité, IA2, repas chauds, 57)*

« *Ma sœur m'achète les habits pour les enfants, et des baskets... tout d'occasion. Sinon, j'achète leurs vêtements dans les brocantes ou vide-greniers...* » (Bénéficiaire femme, 42 ans, célibataire, 2 enfants dont 1 à charge, bénéficiaire du RSA IA1, épicerie solidaire, 93)

« *Je vais acheter mes vêtements au Secours catholique pour 50 centimes pièces. Par contre les vêtements pour mon fils ça coûte cher, il faut faire comme les autres* » (Bénéficiaire, femme, 41 ans, séparée, 1 enfant, contrat temps partiel, IA2, CCAS et association nationale distribuant des colis, 07)

### **c) La réduction des dépenses de transports et d'énergie**

Parmi les ménages rencontrés, certains déclarent ne pas posséder d'abonnement aux transports en commun qu'ils jugent trop coûteux et adaptent leurs déplacements en conséquence...

« *Je n'ose pas trop prendre les transports en commun, je n'ai pas l'argent pour payer et j'ai très peur des contrôleurs. Alors je me débrouille pour tout faire à pied* » (Bénéficiaire, Femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

« *Par contre, parfois, on ne paye pas la carte Navigo et les enfants passent comme ça* » (Bénéficiaire, femme, 38 ans, veuve, 4 enfants à charge dont 3 neveux, à mi-temps, IA2, épicerie sociale, 93)

... d'autres changent de véhicule et en acquièrent un moins onéreux (en termes d'essence, d'assurance) :

« *On a vendu la voiture car on ne pouvait plus payer l'assurance et on en a racheté une plus ancienne* » (Bénéficiaire, femme, 43 ans, en couple, mère de trois enfants à charge, temps partiel, IA2, association de distribution, 26)

Enfin, pour réduire leurs consommations et dépenses en énergie, certains individus investissent dans des équipements moins énergivores :

« *J'ai changé les plaques car elles consommaient beaucoup d'électricité, c'était une sorte de réchaud pas économe. Donc j'ai acheté une plaque moderne dans un truc genre cash express, pour réduire ma consommation d'énergie* » (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

### III.1 Variabilité de la place de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes

Si les individus et ménages interrogés ont tous des pratiques alimentaires contraintes, ils ne vivent pas leur situation de façon homogène, et n'ont pas le même ressenti vis-à-vis de leur expérience. Pour une partie d'entre eux, l'alimentation représente un souci majeur au quotidien, et est à l'origine de fortes inquiétudes, d'angoisses. Pour d'autres, en dépit des difficultés rencontrées sur le plan alimentaire, l'alimentation ne représente pas une préoccupation centrale.

Un certain nombre de facteurs viennent influencer sur la place de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes des individus et ménages, certains tendant à rendre cette place centrale, d'autres contribuant au contraire à la reléguer à un plan plus secondaire.

#### **a) Les facteurs qui contribuent à faire de l'alimentation une préoccupation centrale**

Parmi les facteurs contribuant à faire de l'alimentation une préoccupation centrale pour les ménages, vient en premier lieu **le manque quantitatif de nourriture**. Une partie des individus interrogés dans le cadre de notre enquête, généralement sans aucune ressource, se trouvent confrontés à une situation de sous-alimentation telle qu'ils en subissent au quotidien les effets, à la fois au plan physique (faiblesse, fatigue, etc.) mais aussi mental (angoisse de ne pas manger ou de ne pas manger assez). Soulignons que cette situation peut se retrouver y compris chez des individus bénéficiant de l'aide alimentaire, mais pour lesquels les dispositifs (qui ne constituent pas un appoint) ne parviennent pas à combler le besoin alimentaire.

Dans ce contexte de manque, la tension ressentie atteint son paroxysme, puisque l'accès à une ration alimentaire quantitativement suffisante devient, chaque jour, une question de survie :

*« Je ne mange pas assez, je le sais, le médecin et ma santé me le disent. Je fais de l'anémie, et puis des fois des vertiges. J'ai très peur aussi, tout le temps, même lorsque l'on vient d'aller chercher le colis au restaurant du cœur, j'ai déjà peur de manquer. On vit tellement au jour le jour. » (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)*

**La présence d'enfants** constitue également un facteur très important dans la façon d'appréhender sa situation vis-à-vis de l'alimentation. Plus précisément, elle se traduit souvent par un vécu plus négatif et complexe de cette dernière, les difficultés alimentaires venant directement impacter voire remettre en cause l'identité parentale.

Traditionnellement, la fonction nourricière est mise en avant comme le socle de la fonction de parent ; elle est présentée et perçue comme constitutive du rôle parental, en particulier maternel. Dans les milieux précarisés, cette fonction revêt une importance tout à fait spécifique et prend une dimension singulière. « *Affaire d'honneur* », elle représente un élément tout particulièrement fort de « *valorisation parentale* », contribuant : « *à la polarisation de l'attention collective sur un souci primordial : que les enfants aient à manger* »<sup>84</sup>. Dans ce cadre, l'impossibilité de fournir à ses enfants une alimentation suffisante et/ou de qualité est vécu, notamment par les mères, comme une véritable remise en cause de soi en tant que parent : « *Une femme, surtout si elle ne travaille pas, a pour activité principale l'alimentation. Mais toutes les étapes – les courses, la cuisine, la consommation des repas – sont soumises à sa situation de précarité. Et si elle a des difficultés à nourrir sa famille, c'est son image de bonne mère qui est en échec* »<sup>85</sup>.

Au sein de notre échantillon, les mères expriment en effet une très forte culpabilité, et estiment ne pas être des mères « suffisamment bonnes ». Elles ont non seulement le sentiment de ne pas remplir leur rôle maternel comme elles le devraient (comme les autres le font, ou plutôt comme elles imaginent que les autres le font)...

*« Des grands adolescents, mes enfants, ils sont très gentils et franchement pas si difficiles que ça. J'aimerais leur offrir plus, pouvoir préparer des bons petits plats avec des aliments qu'ils aiment, comme de la bonne viande, du bon fromage. Mais c'est toujours des sous-marques, je vais toujours au moins cher, je ne peux pas faire autrement. Ils ne me disent rien parce qu'ils sont gentils, mais j'aimerais mieux être comme les autres mamans. »*  
(Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

... mais elles ont aussi la sensation d'hypothéquer la santé de leurs enfants :

*« Mon fils, il est en bonne santé, mais j'ai peur. Des fois il me dit 'maman j'ai faim'. Ça me fait de la peine. J'ai très peur de mal m'en occuper parce que je n'ai pas assez d'argent et qu'il va lui manquer des choses vitales pour grandir. »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

La culpabilité ressentie est génératrice d'angoisses, et peut même conduire certaines femmes à redouter le placement de leur(s) enfant(s) par des travailleurs sociaux :

*« J'ai très peur que l'on m'enlève mon fils parce que je n'ai pas de quoi m'en occuper. »*  
(Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

**Les problèmes de santé sont également un facteur contribuant à la centralité de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes des ménages.** En effet, le fait d'être soumis à un régime alimentaire particulier lié à une problématique de santé

---

<sup>84</sup> Schwartz O., 1990, *Le monde privé des ouvriers*, Paris, PUF, p.144.

<sup>85</sup> Masullo A., « Représentation et stratégie alimentaire des personnes en situation de précarité », Communication, donnée lors de la conférence du Fonds Français Alimentation & Santé du 14 février 2012. Ancien membre de l'équipe de recherche sur les Inégalités Sociales (ERIS) du Centre Maurice Halbwachs, Anna Masullo est aussi affiliée au département Alimentation et Sciences Sociales (ALISS) de l'Institut National de Recherche Agronomique (INRA).

(problèmes cardiaques, diabète, etc.) contraint de fait à une veille quotidienne et continue sur les denrées alimentaires consommées. L'accès à l'alimentation, déjà difficile compte tenu des difficultés économiques et financières, se voit encore complexifier par des problèmes sanitaires qui exigent de privilégier un certain type ou une certaine qualité d'aliments tandis qu'ils interdisent la consommation d'autres denrées. Dans ce contexte, la pression alimentaire est d'autant plus forte qu'il faut faire face à des contraintes irréconciliables (impératifs budgétaires versus sanitaires) :

*« Je devrais normalement manger des produits biologiques par rapport à mes problèmes de santé. Mais, de toutes façons, je ne le fais pas toujours car c'est cher. Je dois suivre un régime sec à base de viande blanche, viande grillée, salades, crudités, yaourts naturels... mais ça coûte beaucoup plus cher »* (Bénéficiaire-bénévole, homme, 65 ans, célibataire, retraité, IA2, repas chauds, 57)

*« A l'hôpital, après mon embolie et à cause de mon diabète, ils m'ont expliqué les repas types que je dois manger : des féculents et des légumes. J'arrive à peu près pour les féculents avec les pommes de terre et le riz. Mais les légumes, je n'ai que les boîtes... »* (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, retraitée, IA3, Restos du Coeur, 07)

La situation est notamment difficile pour les personnes âgées qui doivent, avec l'avancée en âge, faire face à l'arrivée de pathologies, ou, en tous cas, adopter des comportements (notamment des attitudes alimentaires) adaptés qui permettent de les prévenir :

*« On a quand même assez à manger mais vu notre âge c'est important de bien manger et on ne peut pas manger que des pâtes. Il faudrait que l'on puisse manger comme les diététiciens nous ont dit. »* (Non-bénéficiaire, couple sans enfant à charge, femme de 55 ans, sans emploi et homme de 61 ans, en arrêt maladie depuis 2012, IA2, 26)

**La prégnance du modèle alimentaire français** (les normes alimentaires) est enfin un facteur important qui joue dans la place occupée par l'alimentation dans les préoccupations des individus. Au sein de notre échantillon, on constate en effet que plus l'attachement aux normes alimentaires est fort, plus la situation vis-à-vis de l'alimentation est difficile à vivre et à accepter. Plus particulièrement, l'impossibilité d'avoir accès à des aliments réputés « bons pour la santé » (fruits et légumes, produits allégés, produits biologiques, etc.) est source de tensions pour les ménages ayant une bonne connaissance de l'information nutritionnelle, et portant une grande attention à son application :

*« Je voudrais éviter les aliments aux pesticides et aux hormones, mais malheureusement ce n'est pas toujours possible, et ça m'angoisse énormément. Pour m'aider, il me faudrait un robot, je me suis renseignée ça coute environ 1 500€. Comme cela, je n'achèterais que des matières premières que je transformerais moi-même. »* (Non bénéficiaire, femme 67 ans, veuve, 2 enfants, retraité, 1 100 euros mensuels, IA 2)

*« J'achète les produits les moins chers, pareil pour les fruits et légumes. C'est une obligation, je ne peux pas me permettre de mettre davantage d'argent dedans. Les enfants mangent toujours des produits de moindre qualité, des sortes d'ersatz. On ne sait pas vraiment s'ils ont les mêmes qualités nutritives, ce sont des choses que l'on découvrira dans 20 ou 30 ans.»* (Bénéficiaire, femme, 36 ans, séparée, 2 enfants, RSA, locataire parc social, IA3, distribution alimentaire associative, 57)

Cette asymétrie des pratiques alimentaires avec les normes est aussi soulignée par certains enquêtés concernant les règles de convivialité et la structuration des repas autour de trois

plats principaux. Sur le premier point, le discours des enquêtés montre qu'en se dégradant, l'alimentation perd sa dimension de socialisation pour devenir un facteur d'isolement. Les repas peinent à rester un moment convivial et d'échanges. Au sein de la sphère familiale, la prise des repas se fait de plus en plus de manière dissociée, les restrictions financières rendant difficile la commensalité (manger ensemble la même chose) :

*« Je me débrouille pour que mon fils mange tous les jours et 3 fois par jour ! Pour moi c'est plus compliqué, je ne mange pas tous les jours, des fois je ne mange pas pendant 2 ou 3 jours. Lorsque je mange, je privilégie le repas du soir, pour pouvoir manger avec mon fils et que l'on passe un bon moment tous les deux à nous raconter nos histoires. »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

En dehors de la cellule familiale restreinte, les invitations d'amis ou connaissances se trouvent extrêmement limitées du fait des difficultés financières exigeant des restrictions alimentaires :

*« Je vais manger chez des amis mais maintenant j'invite moins car j'ai moins d'argent »* (Bénéficiaire, femme, 32 ans, célibataire, 1 fils, CDD de moins de 20h, IA2, association de distribution, 26)

Cette asymétrie normes / pratiques pèse d'autant plus chez les individus issus des classes populaires, traditionnellement attachées à la consommation et aux formes de prodigalité<sup>86</sup> :

*« Cuisiner n'est plus un plaisir (...) Je ne peux plus inviter de gens à dîner, même pas mon fils, sinon je ne finirais pas le mois »* (Bénéficiaire-bénévole, femme, 74 ans, en couple, mère de 4 enfants indépendants, retraitée, IA3, association de distribution, 26)

*« Lorsque l'on a le nez dans la misère, ce n'est pas compliqué, il n'y a pas beaucoup d'amis. Certains amis sont partis parce que lorsqu'on a rien à offrir, il n'y a pas d'intérêt à rester, pour les autres, ce ne sont pas des intéressés, mais à la longue, je me suis isolée. Il y a un peu de honte d'être dans le besoin, on ne peut pas recevoir. Alors, les bons amis ils continuent à nous inviter, mais à un moment on est tristes de ne pas pouvoir rendre l'invitation »* (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

Moins fréquemment, c'est l'écart aux recommandations alimentaires en termes de structuration des repas qui ressort comme source d'inquiétudes :

*« On n'a pas une bonne alimentation du coup, ça n'est pas varié. On ne mange pas assez de légumes, on ne fait pas de repas avec entrée et dessert. »* (bénéficiaire, femme, 29 ans, célibataire géographique, 2 enfants, à l'hôtel, bénéficiaire du RSA, IA3, repas chauds, 93)

*« Ma mère m'a donné des principes importants, par exemple de faire trois repas par jours. Mais maintenant, ma situation a changé, mon rythme alimentaire a changé »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, sans enfants, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

Ainsi, des **contraintes s'exercent qui font pression sur les individus**, en les empêchant d'agir selon leurs représentations et leurs désirs. Ces contraintes semblent peser de manière

---

<sup>86</sup> Hoggart R., 1970 [éd. originale 1957], *La Culture du pauvre, étude sur le style de vie des classes populaires en Angleterre*, Paris, Éd. de Minuit ; Pétonnet C., 1985 [1<sup>ère</sup> édition 1979], *On est tous dans le brouillard. Ethnologie des banlieues*, Paris, Galilée.

inégale en fonction des individus. **Elles se révèlent en effet avec d'autant plus d'acuité pour les ménages qui se sont vus récemment fragilisés et ont basculé dans la précarité** en raison des crises, de l'extension du « désavantage social »<sup>87</sup>, ou encore d'un accident de la vie (divorce, séparation, veuvage, licenciement, survenue d'une maladie...). Cette rupture dans un parcours jusqu'alors stable (voire ascendant) exige un réajustement des pratiques de consommation, notamment alimentaires, qui ne va pas de soi, et peut-être perçu de manière très brutale par l'ensemble des membres du foyer.

*« J'ai dû changer de vie du tout au tout, j'ai quitté la maison qu'on avait en location pour un petit appartement, je ne fais plus de sorties culturelles parce que je n'ai plus les moyens. Et surtout, l'alimentation, je n'arrive plus à manger les mêmes aliments. Le budget restant ne me permet plus de faire attention à mon alimentation comme je l'entends. Je n'arrive plus à manger équilibré et sain »* (Non-bénéficiaire, femme 67 ans, veuve, 2 enfants, retraité, 1 100€ mensuels, IA2, 57)

*« Avant, ça n'était pas comme ça... On mangeait bien et on n'hésitait pas à acheter des choses »* (Bénéficiaire, femme, 36 ans, en couple, 3 enfants, travaille 6h/semaine, IA2, épicerie solidaire, 93)

*« Quand on a dû passer de la marque à la sous-marque, ma fille ne voulait pas en manger »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, 1 enfant à charge, RSA, IA2, association de distribution, 07)

Dans certains cas, on observe même une forme de résistance au changement. *« Bien qu'aspirées par la précarité, certains enquêtés ont ainsi la volonté de maintenir ou défendent sur le plan symbolique leur ancien mode de consommation, attaché à leur milieu d'origine »*<sup>88</sup> :

*« Lorsque mes enfants étaient petits, nous n'allions jamais dans le supermarché, on allait chez les maraîchers, dans les fermes du coin. C'est un héritage qui m'a été transmis par mes parents, ils faisaient comme déjà comme cela, et j'y suis très attachée ! (...) Aujourd'hui, j'ai de faibles revenus, comment faire ? Je fais en sorte de maintenir une alimentation saine, je préfère manger moins, mais de la qualité »* (Non-bénéficiaire, femme 67 ans, veuve, 2 enfants, retraité, 1 100€ mensuels, IA2, 57)

### **b) Les facteurs qui amoindrissent la place de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes**

Pour une partie des enquêtés, l'alimentation ne prend pas autant de place dans les préoccupations quotidiennes. Elle est même reléguée au second plan, derrière d'autres difficultés immédiates jugées plus importantes. **Le plus souvent, l'absence de logement (hébergement chez un tiers, errance...) se présente comme un facteur d'insécurité et d'instabilité si fort qu'il vient presque évincer les difficultés liées à l'alimentation**, alors jugées plus secondaires.

---

<sup>87</sup> Schwartz O., 2009, « Vivons-nous encore dans une société de classes ? Trois remarques sur la société française contemporaine », La Vie des idées, 22 septembre 2009. Le « désavantage social » caractérise la vulnérabilité accrue à laquelle sont exposés de plus en plus de groupes sociaux, et en particulier les salariés d'exécution du secteur privé, du fait de la progression du chômage et de la précarité de l'emploi. O. Schwartz évoque ainsi « l'ampleur qu'a atteint, dans notre société, ce que l'on peut appeler le phénomène du désavantage social, le phénomène que représente l'existence de 'groupes désavantagés' ».

<sup>88</sup> Dupuy A., « L'alimentation des personnes en situation de 'pauvreté installée' ou de 'nouvelle précarité' », in *Lettre scientifique du Fonds Français Alimentation & Santé* n°4, Février 2012.

*« J'ai deux priorités : dormir et travailler. Le reste, c'est secondaire. Tu as beau manger, si tu ne dors pas, ça ne sert à rien !! Je ne m'inquiète pas pour ce qui concerne le manger. Si je ne mange pas, c'est un sous-problème »* (Bénéficiaire, homme, 28 ans, célibataire, sans ressources, à l'hôtel, IA2, repas chauds, 93)

Dans ces situations, le vécu de la situation vis-à-vis de l'alimentation est en effet teinté d'un certain relativisme, et ce même en cas de très fortes restrictions alimentaires :

*« Le plus difficile en ce moment c'est le logement. Je suis hébergé chez un ami depuis 2 mois, et je vais devoir partir, je ne sais même pas où aller. Pour l'alimentation, ça va, j'essaie de tenir le coup. Je peux passer toute une journée sans manger, je reste toujours dur, comme un roc. Ce dont j'ai vraiment besoin, c'est de trouver un endroit où rester, dormir, et mettre mes vêtements »* (Bénéficiaire, homme, 32 ans, célibataire, sans papiers, hébergé chez un tiers, IA4, repas chauds, 93)

Du point de vue des enquêtés concernés par l'absence de logement, l'alimentation se présente comme « secondaire » dans la mesure où ce n'est pas par elle que passera la résolution de leurs difficultés, sur le fond :

*« Je m'inquiète de ce que je vais faire pour travailler. Si je travaille, je ne mangerai pas ce qu'on m'oblige à manger, je mangerai ce que je désire. Il m'arrive aussi de m'inquiéter de manquer d'argent pour recharger mon téléphone ou prendre les transports. C'est essentiel : aller plus loin, bouger, aller voir ailleurs, ne pas être coincé... »* (Bénéficiaire, homme, 28 ans, célibataire, sans ressources, à l'hôtel, IA2, repas chauds, 93)

De la même façon, **l'endettement apparaît comme un facteur susceptible d'amoindrir la place de l'alimentation dans les préoccupations des ménages**. Dans les cas où les dettes grèvent le budget familial, l'économie domestique est surtout orientée vers le passé<sup>89</sup> : il s'agit d'abord et avant tout de rembourser ses dettes et crédits. Les enquêtés se trouvent dans la hantise permanente d'« éponger » leur dette ; ils sont très soucieux d'éviter que celle-ci n'augmente d'un mois sur l'autre et ne les place dans une situation inextricable :

*« Le loyer est débité le 1<sup>er</sup>, l'électricité et le chauffage le 5 du mois. Le loyer et les charges coûtent cher !! L'OPAC m'a imputé en plus une dette de 6 500€, avec un rappel de 80€ tous les mois (...) Et je mets 60€ de côté par mois en cas de tuile, sur mon livret épargne. L'alimentation passe après. J'estime que si vous ne payez pas votre loyer, c'est un engrenage. J'ai fait l'expérience une fois, j'ai compris ma douleur. Je me suis retrouvé expulsé par mon proprio, j'ai connu la rue »* (Bénéficiaire-bénévole, homme, 65 ans, célibataire, retraité, IA2, repas chauds, 57)

**La fréquence de l'accès à l'aide alimentaire joue également sur le ressenti des individus vis-à-vis de leur situation alimentaire**. L'accès régulier à un ou plusieurs dispositifs d'aide alimentaire constitue en effet un filet de sécurité permettant de se rassurer, et de vivre plus sereinement sa situation :

*« En quantité, j'estime avoir assez. J'ai toujours quelque chose à manger. Je tiens le mois avec ce que j'achète ici et il m'en reste »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

---

<sup>89</sup> Wresinski J., 1987, « Grande pauvreté et précarité économique et sociale », Rapport présenté au nom du Conseil économique et social.

L'incertitude, la peur du manque se trouvent ainsi apaisées voire neutralisées par la présence de l'aide alimentaire :

*« Je n'ai pas peur de manquer, je sais qu'à la Croix Rouge il y aura toujours assez à manger. Mais il y a des choses que j'aimerais manger comme de bons plats fait maison »* (Bénéficiaire, homme, 45 ans, célibataire, sans enfant, RSA, IA2, association de distribution, 26)

*« Ça m'arrive parfois d'avoir des craintes de manquer d'argent mais pas de ne plus avoir à manger car il y a les Restos du cœur et l'assistante sociale »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, enceinte et 1 enfant à charge, au chômage, IA3, association de distribution, 26)

**Mais le degré d'angoisse dans lequel se trouvent les individus concernant leur situation alimentaire varie également en fonction de leur trajectoire.** Il paraît moins fort pour les personnes qui se trouvent dans une situation de pauvreté dite « installée », c'est-à-dire qui sont inscrites depuis plusieurs années dans un parcours précaire. Ces personnes ont non seulement une certaine habitude des restrictions, mais elles sont aussi davantage familiarisées avec les dispositifs d'aide : sachant qui solliciter et comment se repérer dans les arcanes de l'action sociale, elles sont moins sujettes à l'inquiétude et aux angoisses, notamment sur le plan alimentaire. Dans certains cas, il existe même une sorte de « tradition familiale » du recours à l'aide, qui se présente comme un facteur de « normalisation » de la situation alimentaire vécue :

*« Mon père a déjà été à l'aide alimentaire pendant un ou deux ans, au moment de son passage à la retraite. Ma sœur est allée l'épicerie sociale et puis aux Restos du cœur »* (Bénéficiaire, femme, 39 ans, couple, deux enfants, CDI de 10h/semaine, en attente de régularisation depuis 2009, IA3, association de distribution, 26)

**En outre, ces personnes installées dans la pauvreté sont déjà « socialisées » à la gestion du budget et possèdent un habitus de logique comptable<sup>90</sup>** qui leur permet de mieux organiser et anticiper le manque, donc de mieux le vivre. Certains enquêtés (la plupart du temps des femmes) ont notamment développé de véritables compétences voire un « savoir-faire » dans la gestion d'un budget alimentaire serré, et parviennent, en véritable funambules, à concilier leur souci d'économies avec leur envie de faire plaisir à leurs enfants.

*« J'adore cuisiner, faire des bons petits plats (...) Dès que j'ai eu 15 ans, je connaissais beaucoup de plats à préparer. Aujourd'hui, j'aime toujours préparer à manger, voir mon fils content qui me dit 'c'est bon maman'. Ce n'est pas simple de faire de bonnes choses à l'hôtel, avec juste un micro-onde et une plaque. Mais ça va, on se débrouille. »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

Les mères tirent parfois une certaine fierté de parvenir à relever ce défi. Dans le discours de quelques femmes, on note même un retournement argumentaire consistant à faire de leur situation contrainte (obligation de se restreindre et/ou de manger peu varié) un atout ou, du moins, une expérience qui n'est pas uniquement négative. Elles avancent ainsi que leur expérience leur offre finalement la possibilité d'adopter un mode d'alimentation « simple » et

---

<sup>90</sup> Dupuy A., « L'alimentation des personnes en situation de 'pauvreté installée' ou de 'nouvelle précarité' », in *Lettre scientifique du Fonds Français Alimentation & Santé* n°4, Février 2012.

« sans fioriture »<sup>91</sup>, en contrepoint d'une société de consommation poussant aux dépenses superflues :

*« Quand on veut bien manger pour pas cher, on peut trouver malgré tout. On s'en rend compte quand on traverse des périodes comme ça ! On a moyen de bien manger pour pas cher. Avant quand je travaillais, j'allais à la pizzeria, au mac do... Alors qu'on peut très bien mieux gérer son budget alimentaire »* (Bénéficiaire, femme, 34 ans, seule avec un enfant à charge, en recherche d'emploi, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

Face aux contraintes qui pèsent sur eux, les ménages connaissant une pauvreté « structurelle » ont développé des automatismes et des stratégies (en termes de gestion budgétaire mais aussi de stockage, de préparation des aliments) qui semblent désormais « aller de soi ». C'est notamment le cas de cet homme de 58 ans, sans emploi depuis 5 ans, qui a connu une période à la rue :

*« J'ai des boîtes de conserve, des haricots verts, 6 boîtes de café soluble, des flageolets, de la macédoine, du riz, des pâtes chez moi. Je fais des réserves !! Je peux encore manger pendant 1 mois si jamais je deviens grabataire. Je mets de côté ce que je gagne au loto de l'association, ce que j'ai par les associations, ce que me donnent des connaissances... »* (Bénéficiaire, homme, 58 ans, célibataire, père de 3 enfants, au chômage, IA2, repas chauds, 57)

Ou de cette femme sans-papiers de 54 ans, sans ressources, qui, depuis 3 ans, passe d'hébergement chez des tiers en hôtels (via le 115) avec son mari et ses 2 enfants :

*« Je fais mes courses à Aldi car c'est moins cher. Je fais le tour du supermarché, je cherche les choses les moins chères et mangeables. A force, je connais. Je prends du lait, des pommes de terres à 3 euros les 5 kilos, et du pain que je congèle. Une fois par semaine, on prend un paquet de gâteaux qu'on se partage. Je ne vais jamais au marché car c'est trop cher. Je ne donne pas d'argent à mon fils aîné si je ne sais pas dans quoi ça va aller ou que ça n'est pas utile. S'il va chez le coiffeur, je lui dis bien de se faire couper les cheveux au maximum, pour ne pas qu'il ait à y retourner le mois suivant. Je ne lui donne aucun argent de poche »* (Bénéficiaire, femme, 54 ans, en couple, 2 enfants dont 1 à charge, sans ressources, sans papiers, à l'hôtel, IA2, repas chauds, 93)

Ainsi pour ces ménages, il n'y a pas cette sensation de « rupture brutale » ressentie par les « nouveaux pauvres » (pauvreté « conjoncturelle »). D'autant plus **que l'expérience de la précarité les a généralement amenés à un remodelage implicite des normes alimentaires de référence**. Les ménages dans une situation de pauvreté installée ont au fil du temps pris un certain recul, de la distance avec les messages de prévention nutritionnelle... voire ont renoncé à avoir une alimentation conforme aux normes en vigueur :

*« Manger équilibré ? On n'a pas de quoi manger, alors on ne réfléchit pas à manger équilibré. C'est des préoccupations secondaires, de manger équilibré lorsque l'on a même pas de quoi manger »* (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

Ils vivent donc plus sereinement l'écart de leurs pratiques avec les recommandations alimentaires :

---

<sup>91</sup> Dupuy A. *Op.cit.*

« Je ne fais pas attention à manger équilibré, ça ne m'importe pas, je me sens bien comme ça » (Ancien bénéficiaire, homme, 43 ans, célibataire, sans enfant, pension d'invalidité, IA3, repas chauds, 57)

### **c) L'absence de superposition systématique entre niveau de « tension vécue » et degré d'insécurité alimentaire**

La comparaison des discours des enquêtés avec leur degré d'insécurité alimentaire fait apparaître que **les individus qui semblent les plus « en tension » dans leur quotidien vis-à-vis de l'alimentation ne sont pas nécessairement ceux pour lesquels la situation d'insécurité alimentaire est « objectivement » la plus forte.**

Ainsi, ces enquêtés se trouvant en situation d'insécurité alimentaire de niveau 2 (c'est-à-dire ayant « assez à manger mais pas tous les aliments qu'elle souhaite ») sont particulièrement angoissés par rapport à leur situation alimentaire. Leurs propos mettent en exergue la très forte pression ressentie :

*« Ma vie a complètement changé en 1 an. J'ai eu des problèmes cardiaques qui m'ont amené à faire une pause niveau boulot, puis mon mari est décédé. Lorsque j'ai fait en sorte de reprendre le travail, mes associés m'ont évincée de ma boîte de formation médicale. Je n'avais plus de travail, mais comme j'avais l'âge je suis partie à la retraite sans avoir l'intégralité de mes années de cotisation. En conséquence, je n'ai pas beaucoup de revenus. D'un niveau de vie aisé, je me suis retrouvée pauvre. On pourrait dire que vivre avec 1 000€ lorsque l'on est seule, c'est suffisant. Mais en réalité, ma fille fait ses études à Paris et je dois l'aider à payer son loyer. J'ai dû changer de vie du tout au tout (...) Je n'arrive plus à manger les mêmes aliments. Le budget restant ne me permet plus de faire attention à mon alimentation comme je l'entends. Je n'arrive plus à manger équilibré et sain (...) J'ai un sentiment d'injustice, de révolte, et de dévalorisation. Tout se mélange. Le regard des autres sur moi et l'évolution dramatique de ma situation est très difficile à supporter. Lorsque l'on est pauvre, on est exclu de fait (...) Je me sens très dévalorisée, c'est ce que la société me renvoie, il y a peu de place pour moi »* (Non-bénéficiaire, femme, 67 ans, veuve, 2 enfants, retraitée, IA2, 57)

*« Je sais que ça n'est pas sain comme nourriture. Je suis certain que l'on va avoir des conséquences sur notre santé plus tard. C'est des aliments qui n'ont aucune valeur alimentaire. Nos organismes s'affaiblissent. Je ne me sens pas bien après avoir mangé. Nous ne mangeons que lorsque nous sentons que le corps n'en peut plus »* (Bénéficiaire, homme, 40 ans, en couple, 2 enfants, sans papiers, sans ressources, en Centre d'hébergement d'urgence, repas chauds et paniers alimentaires, IA2, 93)

Ils traduisent un ressenti beaucoup plus difficile que les propos d'autres ménages, en insécurité alimentaire de même niveau :

*« Là, je suis tellement dans mes démarches et mes recherches d'emploi, gérer les impôts que ma mère n'a pas pu régler, la taxe d'habitation de 1000 euros, etc., je ne pense pas trop à l'alimentation. Et puis ça va, je me débrouille, je ne m'inquiète pas. Je ne suis pas angoissée car je suis bien entourée, c'est l'avantage. J'ai beaucoup d'amis qui me dépannent en nourriture, qui font des achats pour moi, qui me donnent des plats préparés. Mais de mon côté j'aide aussi une voisine âgée qui en a besoin, je lui fais ses courses... c'est un système d'entraide réciproque. Et j'espère bien retrouver du travail et revenir à un "rythme" normal, on va dire »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, sans enfants, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

Ces exemples montrent aussi qu'une expérience d'IA2 peut-être nettement plus mal vécue qu'une situation d'insécurité alimentaire plus élevée, de niveau 3 ou 4 (« il arrive parfois ou souvent de ne pas avoir assez à manger ») :

*« Ces derniers mois suite à mon accident, on a manqué de nourriture parfois, ça devrait aller mieux d'ici un mois. Je n'ai pas vraiment sauté de repas mais disons que mon fils fait un vrai dîner, et moi je me contente de moins. Je privilégie la viande pour le gamin, moi souvent je n'en ai pas. Ça ne me gêne pas, je me contente d'œufs, de salade »* (Bénéficiaire, femme, 59 ans, séparée, 1 enfant à charge, deux emplois à temps partiel, IA3, bons alimentaires du CCAS, 07)

*« Je ne suis pas franchement angoissée. Même quand je n'ai qu'1€, je vais au marché, ça me permet de m'évader, comme aujourd'hui, où j'y ai acheté des clémentines. On peut très bien sortir du marché avec des fruits et un vêtement pour 50 centimes. Globalement, ça va, on n'est pas à plaindre, il y a des situations bien pires que la nôtre »* (bénéficiaire, femme, 29 ans, célibataire géographique, 2 enfants, à l'hôtel, bénéficiaire du RSA, IA3, repas chauds, 93)

*« Je n'ai pas forcément assez à manger non, je ne mange pas assez et le médecin me l'a dit. C'est la vie, surtout quand on n'a pas les papiers. Je me dis que c'est comme ça, que ça ira mieux et qu'il ne faut pas s'en faire »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

**Le manque qualitatif et quantitatif ne préjuge donc pas du ressenti des ménages quant à leur situation alimentaire.** Ce dernier est aussi fonction de toute une série d'autres facteurs, qu'il convient de prendre en compte : la présence (ou l'absence) d'enfants, de dettes, de pathologies, le niveau de référence aux normes du « modèle alimentaire français », la (mé)connaissance de l'information nutritionnelle, la (dis)continuité du parcours social et professionnel, la fréquence de l'accès aux dispositifs de l'aide alimentaire...

## III.2 Variabilité du rapport à l'aide alimentaire

### a) Des liens entre place de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes et rapport à l'aide alimentaire ?

De même que la place de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes varie en fonction des ménages, le rapport aux dispositifs d'aide alimentaire n'est pas homogène pour tous les enquêtés. Des liens existent d'ailleurs entre la place « mentale » de l'alimentation au quotidien et l'appréhension du recours à l'aide alimentaire : plus l'alimentation apparaît comme une préoccupation prégnante pour les individus, plus l'acceptation du recours à l'aide alimentaire semble difficile pour eux. **La charge mentale que représente la problématique alimentaire constitue, presque paradoxalement, un frein important au recours.**

Pour les ménages concernés, l'alimentation est devenue une préoccupation si centrale qu'elle incarne et cristallise des espoirs et angoisses bien au-delà du strict plan alimentaire. **De fait, la demande d'aide devient symboliquement et psychologiquement lourde de significations : elle est interprétée comme le signe ou la marque d'une entrée dans l'exclusion, et non perçue comme une aide potentielle vers un parcours d'insertion.** C'est le cas par exemple pour cette femme rencontrant de lourds problèmes de santé l'obligeant à un régime alimentaire spécifique :

*« Cet hiver, c'est la première fois que j'y vais. Quand je suis venue la première fois, j'ai pleuré. Ça me gênait d'avoir à faire ça après avoir travaillé tant d'années. C'était comme de la mendicité, pour moi l'aide alimentaire c'était pour les SDF »* (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, retraitée, IA3, association de distribution, 07)

Ou encore pour cette femme qui n'arrive pas à accepter le décalage entre ses pratiques alimentaires et les recommandations nutritionnelles, et se sent dépourvue de toute marge de manœuvre vis-à-vis de son alimentation :

*« Pour moi l'alimentation est une philosophie. Quelque part, on est ce qu'il y a dans son assiette (...) L'idée d'accepter d'aller à l'aide alimentaire est très difficile psychologiquement et intellectuellement »* (Non bénéficiaire, femme 67 ans, veuve, 2 enfants, retraité, 1 100€ mensuels, IA2, 57)

Néanmoins, ce constat ne peut pas être systématisé. **Il n'existe pas toujours de concordance entre place de l'alimentation et rapport à l'aide alimentaire.** La place de l'alimentation dans les préoccupations quotidiennes peut très bien s'avérer forte et le rapport à l'aide peu problématique. Et inversement.

**Ainsi, par exemple, il y a discordance pour les individus concernés par un manque quantitatif de nourriture. Pour eux, l'acceptation du recours à l'aide alimentaire est peu problématique,** les dispositifs étant perçus comme une réponse incontournable à un besoin physiologique, dans une perspective de survie :

*« J'ai connu les Restos à travers des amis qui venaient déjà ici. J'étais heureux la première fois ici, parce qu'on pouvait enfin avoir quelque chose à manger ! J'ai du riz, du café de la confiture, des boîtes de conserve.... On habite chez une amie qui nous prête sa cuisine et on fait notre propre*

*cuisine africaine. On n'a rien, pas d'argent, rien... »* (Bénéficiaire, homme, 41 ans, célibataire, sans papiers, sans emploi et sans ressources, hébergé, IA3, centre de distribution alimentaire, 57)

*« On n'a pas le choix, on ne se pose pas plus de questions que cela »* (Bénéficiaire, Femme, 45 ans, en couple, 3 enfants, sans ressource, sans papier, locataire parc privé, IA4, association de distribution, 57)

*« Ça me sauve. Sinon je ne sais pas comment je pourrais faire »* (Bénéficiaire, Femme, 57 ans, en couple, sans enfant à charge, RSA, locataire parc social, IA4, association de distribution, 57)

Dans ce contexte, le recours à l'aide alimentaire se présente comme l'activation légitime d'un droit :

*« La plupart des personnes en rupture alimentaire acceptent de se tourner vers les associations. C'est un droit, elles savent qu'il y a un système de solidarité et elles l'utilisent sans problème »* (travailleur social de Conseil Général)

**La discordance est aussi constatée pour certains ménages avec enfants.** La présence d'enfants, qui fait souvent de l'alimentation une préoccupation centrale pour les ménages, joue un rôle ambigu dans le recours à l'aide. D'un côté, la volonté de préserver le plus possible ses enfants des effets de la pauvreté conduit le plus souvent à « passer le pas » de l'entrée dans les dispositifs :

*« Ça me gêne de venir ici mais j'en ai besoin. J'ai trois enfants donc je n'ai pas le choix »* (Bénéficiaire femme, 37 ans, en couple, 3 enfants à charge, mère au foyer, IA3, association de distribution, 26)

*« Avoir des enfants ça permet de passer le pas. On a le devoir de nourrir ses enfants alors que quand on est seul, on prend plus sur soi, on laisse plus courir les choses »* (entretien collectif avec des femmes anciennement bénéficiaires de l'aide alimentaire, association de bénéficiaires du RSA, 07)

De l'autre en revanche, le regard des enfants (souvent prescripteurs des achats dans les supermarchés) ou la peur du regard porté par ces derniers sur les dispositifs d'aide alimentaire contribue à faire du recours une expérience particulièrement difficile :

*« Le garçon, qui est au collège, me dit « Je n'aimerais pas que les gens me voient manger comme ça' »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

*« J'ai mis du temps à dire à la plus petite de mes filles que j'allais aux Restos. La plus grande je lui ai pas dit, j'ai peur qu'elle me blâme »* (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, retraitée, IA3, association de distribution, 07)

## **b) Une acceptation inégale du recours selon les parcours antérieurs**

**L'élément qui occupe une place prépondérante dans la plus ou moins grande acceptation du recours aux dispositifs d'aide alimentaire est en fait le parcours antérieur des individus.** Là encore en effet, une ligne de démarcation très claire s'établit entre les individus connaissant une situation de précarité installée et les « nouveaux pauvres », les premiers ayant un rapport à l'aide alimentaire qui semble moins douloureux que les seconds.

Les personnes qui ont une histoire longue de la pauvreté (pauvreté « structurelle ») sont généralement déjà inscrites dans divers circuits ou réseaux d'aide. Ils possèdent une connaissance voire une certaine « maîtrise » du fonctionnement (principes, critères d'éligibilité, etc.), et des acteurs (travailleurs sociaux et bénévoles) de l'intervention sociale, qui leur permet de « dédramatiser », ou en tous cas de relativiser leur situation.

*« Ça ne me gêne pas de venir ici, et je continuerai aussi longtemps qu'il le faudra. Je n'ai pas de travail, je suis dans la galère »* (Bénéficiaire, femme, 54 ans, en couple, 2 enfants dont 1 à charge, sans ressources, sans papiers, à l'hôtel, IA2, repas chauds, 93)

La familiarité avec les dispositifs d'aide est d'autant plus forte lorsque le réseau social ou familial, lui-même en difficultés socioéconomiques, y a / a eu recours :

*« Les Restos, ma fille y va aussi »* (Bénéficiaire, femme, 57 ans, en couple, sans enfant à charge, RSA, locataire parc social, IA4, association de distribution, 57)

*« J'ai même une amie qui va dans une épicerie sociale et solidaire »* (Bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, IA4, association de distribution, 26)

L'absence de familiarité avec l'univers de l'action sociale représente au contraire, pour les « nouveaux pauvres », un obstacle dans l'acceptation du recours à l'aide alimentaire. Se rendre dans les associations est pour eux une démarche extrêmement angoissante ; cela revient à se plonger dans un univers à la fois :

- inconnu, dans lequel ils sont dépourvus de repères,

*« Je n'aurais jamais pensé que je pouvais avoir droit à l'aide alimentaire, je ne savais même pas ce que c'était un CCAS, je ne connaissais pas mes droits »* (Bénéficiaire, femme, 59 ans, séparée, un enfant à charge, deux emplois à temps partiel, IA3, bons alimentaires du CCAS, 07)

- entouré de représentations négatives, voire stigmatisé (y compris par eux-mêmes).

*« Aller aux restaurants du cœur, c'est très dur et j'en ai honte. Ma situation est devenue tellement compliquée que je ne peux plus y échapper, je suis obligée. Pour moi, les Restaurants du cœur, c'est vraiment pour les personnes dans la misère, je ne pensais pas tomber aussi bas. »* (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA2, épicerie sociale, 93)

**Au-delà, les « nouveaux pauvres » n'ont pas parfois pas complètement intégré la récente dégradation de leur situation :**

*« Le plus difficile c'est le premier pas, il faut admettre sa précarité alors qu'on a pu vivre normalement à une époque »* (Non-bénéficiaire, association de bénéficiaires du RSA, 07)

*« Dans un cahier, j'ai noté tous les gens qui m'ont donné un coup de main pour plus tard leur rendre la pareille. Mais je n'ai pas trop assimilée le fait d'être moi dans une situation compliquée »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

Plus exactement, **ils lisent leur situation comme un passage temporaire**, transitoire dans la pauvreté, duquel ils estiment pouvoir sortir à court terme, soit en « se serrant la ceinture » soit en s'appuyant momentanément sur leur réseau social :

*« On n'est pas complètement pauvres, on est en difficulté pour un moment, et par rapport à un certain statut social qu'on avait avant »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

Ce qui explique la mise à distance de l'aide, voire le non-recours :

*« Souvent, les gens qui traversent des difficultés momentanées mais réelles vont avoir plus de mal à aller vers l'aide. Elles viennent éventuellement nous voir pour solliciter un soutien financier. Mais elle s'appuient sur leurs ressources - les amis, la famille, le voisinage - pour ce qui est de l'alimentation »* (travailleur social, Conseil Général)

Enfin, **le coût social et symbolique du recours à l'aide alimentaire est beaucoup plus fort pour les personnes en situation de pauvreté « conjoncturelle »**, qui ont le sentiment d'un véritable déclassement, d'une disqualification sociale :

*« Par rapport à mon statut social, je suis en dessous, je n'ai pas d'emploi, je suis complètement inexistante »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

*« Je ne l'ai pas très bien pris de venir à l'épicerie, je ne le vis pas très bien, même encore maintenant... Quand on est habituée à avoir ses vacances, son train de vie... Quand on a fait des études, et qu'on s'est toujours battue pour avoir du travail... »* (Bénéficiaire, femme, 34 ans, seule avec un enfant à charge, en recherche d'emploi, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

Les « nouveaux pauvres » ne se reconnaissent pas dans les structures d'aide alimentaire, et ce d'autant moins qu'ils ont été, parfois pendant de nombreuses années, de « l'autre côté » de l'aide sociale : du côté des bénévoles, de ceux qui donnent de leur temps et de leur énergie pour venir en aide aux plus démunis. Ce retournement de situation, ce passage « d'acteur » à « bénéficiaire » de l'aide est perçu comme une « chute » dans l'échelle sociale, difficile à accepter :

*« Avant je travaillais dans la restauration, je donnais aux Restos, j'ai même été bénévole aux Alcooliques Anonymes, dans une association pour Femmes battues et au Secours populaire »* (Bénéficiaire, femme, 59 ans, séparée, un enfant à charge, deux emplois à temps partiel, IA3, bons alimentaires du CCAS, 07)

Pour ces publics, habitués à subvenir eux-mêmes à leurs propres besoins, **la perte d'autonomie générée par l'inscription dans les dispositifs constitue une véritable épreuve**, « en raison de la dégradation morale que représente (...) l'obligation de recourir à l'appui de ses semblables et des services d'action sociale pour obtenir de quoi vivre dans des conditions décentes »<sup>92</sup>. Elle est interprétée comme le signe d'une entrée dans l'assistance voire dans « l'assistanat ». Les « nouveaux pauvres » éprouvent en effet des difficultés à se départir des représentations négatives et des étiquettes associées aux dispositifs de l'aide alimentaire :

---

<sup>92</sup> Paugam S., 2000, *La Disqualification sociale : essai sur la nouvelle pauvreté*, Paris, Presses Universitaires de France.

« Cet hiver c'est la première fois que j'y vais. Avant je n'aurais jamais osé demander. Ca me gênait d'avoir à faire ça après avoir travaillé tant d'années. C'était comme de la mendicité, pour moi l'aide alimentaire c'était pour les SDF » (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, retraitée, IA3, association, 07)

« Là, je suis tombée dans un fossé. La mendicité ne m'intéresse pas, ma dignité doit être gardée » (Bénéficiaire, femme, 47 ans, célibataire, 1 nièce et 1 neveu à charge, sans papiers, IA2, épicerie solidaire, 93)

« Les Restos, j'en avais entendu parler avant, je me disais que c'était très bien mais je ne pensais pas un jour y venir ! Jamais ! J'avais une bonne situation avant, j'étais mariée, je travaillais... la première fois que je suis venue, j'ai eu mal au ventre, je me suis dit 'ça y est, je suis en train de quémander' » (Bénéficiaire, femme, 54 ans, célibataire, sans emploi, RSA, IA1, centre de distribution alimentaire, 57)

Pour certains, l'idée de la dépendance est tellement insupportable qu'elle conduit à un recours volontairement irrégulier à l'aide alimentaire :

« Il y a des jours où je ne viens pas, car ça m'énerve de venir manger ici comme un mendiant. Même à l'autre association, parfois, je dis que je n'ai pas faim, car je me rends compte que j'y suis juste pour manger, comme un animal qu'on nourrit. J'ai faim, mais je préfère ne pas manger » (bénéficiaire, homme, 28 ans, célibataire, sans ressources, à l'hôtel, IA2, repas chauds, 93)

D'autres, qui parviennent à franchir le pas, ressentent de la honte, vis-à-vis de leur réseau social, qui lui n'a pas connu de déclassement...

« Seule ma meilleure amie sait, je ne l'ai dit à personne d'autre. J'ai peur d'être jugée, qu'ils disent que j'en profite alors que l'année dernière je faisais sans et que tout allait bien, qu'ils me reprochent de prendre la place de quelqu'un de pauvre alors que je travaille » (bénéficiaire, femme, 32 ans, célibataire, 1 fils, CDD de moins de 20h, IA2, association de distribution, 26)

« Ni mes amis ni ma famille ne savent que je vais à l'aide alimentaire. Je n'ai pas envie d'avoir droit à des réflexions, que les gens s'apitoient sur mon sort » (bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, pas d'enfant à charge, retraitée et emploi de service à temps partiel, IA2, association et bons, 07)

... mais également vis-à-vis des dispositifs, dont ils ont le sentiment de profiter et envers lesquels ils gardent un sentiment de redevabilité :

« Pour moi avant l'aide alimentaire c'était pour les gens pauvres, je n'imaginai pas que ça puisse être pour moi car j'ai toujours fait attention à mes dépenses. Tous les samedis quand je viens, je suis gênée car ce sont eux qui me permettent de manger chaque jour, alors que j'ai travaillé toute ma vie, je pensais qu'à la retraite je pourrais voyager... » (Bénéficiaire, femme, 64 ans, célibataire, petit-fils à charge tous les mercredi et le week-end, retraitée, IA2, association de distribution, 26)

« C'est dur de faire la queue aux Resto du cœur, il y a beaucoup de misère, des gens plus malheureux que nous... Quand je serai à la retraite j'irai aider, faire du bénévolat » (Bénéficiaire, femme, 59 ans, séparée, un enfant à charge, deux emplois à temps partiel, IA3, bons alimentaires du CCAS, 07)

La plupart ont la sensation de prendre la place de potentiels bénéficiaires plus en détresse :

« J'ai en tête l'exemple d'un veilleur de nuit, un travailleur pauvre. Il se prive quand son micro-onde est en panne. Il dit toujours 'il y a plus pauvre que moi' » (association proposant de l'aide alimentaire – niveau local)

Cette honte est d'autant plus intense que les « nouveaux pauvres » tendent à renvoyer les difficultés qu'ils rencontrent à une responsabilité personnelle, faisant de leur précarisation la résultante d'un échec individuel. Chez la plupart, on constate ainsi un phénomène de locus of control<sup>93</sup> interne (croyance que sa performance ou son sort dépend surtout de soi-même). Alors que l'on observe un phénomène de locus of control plutôt externe (croyance que sa performance ou son sort sont surtout déterminés par des facteurs extérieurs à soi, hors de son influence) chez les personnes inscrites dans un parcours de pauvreté :

« Je n'ai pas honte de venir ici. Je me dis que si j'en suis là, ce n'est pas de ma faute mais de la faute de l'Etat (...) Je pense qu'il y a beaucoup de personnes qui n'osent pas aller aux Restos du coeur. Les retraités par exemple, ils ont travaillé toute leur vie. Ils ont honte d'y aller » (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, enceinte et 1 enfant à charge, au chômage, IA3, association de distribution, 26)

Cette forme de honte sociale est également **plus marquée dans les communes de taille modeste, notamment en milieu rural, où les dispositifs d'aide alimentaire sont plus facilement identifiés**. Dans ces territoires, certaines personnes évoquent le risque d'être aperçu entrant ou sortant des structures :

« L'association est en plein centre ville, je connais des gens ici et au départ j'avais peur qu'on me voit rentrer le samedi matin au moment de la distribution. » (Bénéficiaire, femme, 64 ans, célibataire, petit-fils à charge tous les mercredi et le week-end, retraitée, IA2, association de distribution, 26)

Enfin, le risque de rencontrer des connaissances au sein des bénéficiaires ou des bénévoles est plus souvent évoqué dans ces territoires et peut même constituer un motif de non-recours.

« Ici tout le monde se connaît, ce n'est pas une grande ville. Quand les gens vont à l'aide alimentaire, ils peuvent croiser des voisins ou les parents d'autres enfants de l'école. Ça peut faire peur, les gens n'ont pas toujours envie que ce genre de choses se sachent. » (Association de bénéficiaires du RSA, 07)

### **c) Une acceptation inégale de l'aide alimentaire en fonction de ses formes**

**Dernier élément impactant le niveau d'acceptation de l'aide alimentaire : la forme de l'aide délivrée.** Il semble sur ce point que l'épicerie sociale ou solidaire constitue une forme d'aide plus « acceptable » socialement, à la fois parce qu'elle fait l'objet de stigmates moins forts que d'autres formes (en particulier Les Restos du Cœur, bénéficiant d'une couverture médiatique forte), mais aussi parce qu'elle s'apparente davantage à un mode de consommation « classique » (proche du supermarché, avec des rayons, une caisse, etc.), qui peut d'ailleurs permettre de taire sa situation à ses enfants :

---

<sup>93</sup> Concept théorisé par Rotter J. B., 1954, *Social learning and clinical psychology*, New York, Prentice-Hall.

*« Les Restos du cœur, je connais mais je n'y suis jamais allée. Je ne veux pas. Déjà, là, cette étape-là, c'est pas évident... Il faut que je retrouve du travail. L'épicerie sociale, on peut y retrouver tous types de personnes, les restos du cœur, on imagine plutôt les SDF... Tant mieux s'il existe ces organisations, mais on n'a pas forcément envie... Ici, il y a des gens en formation, des gens qui sont en fin de droits, qui sont susceptibles de retrouver du travail. Ce n'est pas comme les restos du cœur... Ici, c'est plus un tremplin. »* (Bénéficiaire, femme, 34 ans, seule avec un enfant à charge, en recherche d'emploi, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

*« Mes enfants ne savent pas ce que c'est ici, ça ressemble à une superette donc quand je viens avec eux, je dis juste que je fais les courses »* (Bénéficiaire femme, 42 ans, célibataire, 2 enfants dont 1 à charge, bénéficiaire du RSA, IA1, épicerie solidaire, 93)

L'épicerie sociale apparaît aussi comme une structure de proximité, près de « chez soi », avec un rayonnement restreint. Ce qui « l'épargne » de toute l'imagerie autour des associations nationales à visée caritative ou humanitaire :

*« Je n'irais pas dans une grosse association mondiale, comme la Croix rouge ou les Restos du cœur. L'épicerie sociale, ça va, et c'est dans ma commune »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, sans enfants, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

La participation financière demandée en épicerie est enfin un élément qui semble, dans certains cas, contribuer à une meilleure acceptation de l'aide, parce qu'elle évite de se retrouver dans une situation de « don sans contrepartie » :

*« Le restaurant du cœur, lorsque l'on y va, on sait que l'on a touché le fond. L'épicerie, c'est pas pareil, on paie un peu, on participe ce qui permet de donner plus de dignité et de fierté. Mais les restaurants du cœur, c'est 100 % gratuit »* (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

L'ensemble des ménages interrogés hiérarchisent ainsi de façon concordante les types d'aide alimentaire selon leur degré « d'acceptabilité ». Pour les ménages interrogés, il semble y avoir **une graduation de l'acceptation du recours à l'aide selon ses formes, chaque forme correspondant à une étape différente de la « désescalade » sociale** (sur un continuum allant de la difficulté temporaire à l'ancrage durable voire dans la pauvreté) :

*« Je me suis instaurée une limite : les restos du cœur. Je ne pense pas être dans cette catégorie-là »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, sans enfants, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

*« Le Secours Populaire, c'est moins hard que les Restos, c'est moins violent... Sinon il paraît que l'épicerie sociale, c'est comme un petit supermarché »* (Bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, association de distribution, IA4, 26)

## CHAPITRE IV – CLASSIFICATION DES MODES DE GESTION DE L'INSECURITE ALIMENTAIRE PAR LES MENAGES INTERROGES, ADEQUATION DES REPONSES APORTEES PAR L'AIDE ALIMENTAIRE

---

Confrontés à des situations plus ou moins contraintes au regard de l'alimentation, les ménages interrogés tentent de s'adapter et activent différents leviers, que nous avons recensés plus haut. Mais tous les ménages interrogés n'activent pas les mêmes leviers, et tous ne le font pas de la même manière. Nous dresserons, dans ce chapitre, une typologie des ménages rencontrés en fonction de leur mode de gestion de l'insécurité alimentaire et de leur positionnement vis-à-vis de l'aide alimentaire : **cette classification met en relief quatre principales catégories de ménages.**

Parmi les leviers activés par les ménages en insécurité alimentaire, **le recours à l'aide alimentaire ne représente pas une ligne de partage séparant deux types de populations aux profils clairement distincts : les « bénéficiaires » et les « non-bénéficiaires ».** Avant de recourir à l'aide alimentaire, les ménages aujourd'hui bénéficiaires ont d'abord été des non-bénéficiaires. Et inversement, certains ménages aujourd'hui non bénéficiaires ont parfois été, dans le passé, des bénéficiaires. A l'image de l'insécurité alimentaire elle-même, qui n'est pas un état constant ou une caractéristique intrinsèque des individus, le recours à l'aide alimentaire s'inscrit dans **un processus dynamique qui peut être jalonné d'entrées et de sorties dans le dispositif.** Cette dimension temporelle doit donc nécessairement être prise en compte lorsque l'on analyse la situation actuelle des ménages.

Il est important de souligner que les ménages interrogés présentent des parcours individuels singuliers et que tous ont été interrogés **à un instant T de leur parcours** (et de leurs difficultés). Ainsi, les frontières entre nos 4 différents types de ménages sont extrêmement poreuses car ces différents types peuvent **regrouper des ménages aux profils similaires, à différents moments de leurs parcours de vie**, certains ménages passant ainsi d'un type à l'autre, en fonction de l'évolution de leur situation.

### IV.1 Type 1 : « L'autogestion » de l'insécurité alimentaire : une stratégie limitée à la rationalisation des dépenses et au recours à la solidarité familiale

Les ménages de ce type développent une stratégie qui repose exclusivement sur la rationalisation de leurs dépenses liées à l'alimentation et la mobilisation de leur réseau d'entraide de proximité. Nous avons donc choisi d'utiliser le terme d'« autogestion », dans la mesure où ces ménages n'ont pas recours à un levier extérieur à leur sphère familiale et sociale, en l'occurrence l'aide alimentaire.

### **a) Un budget déséquilibré par une brutale diminution des ressources**

Ces ménages se caractérisent par un **basculement récent dans la précarité**. Ce sont les « nouveaux pauvres » que nous avons évoqués dans la partie précédente. Leurs ressources ont brutalement diminué du fait d'un accident de la vie, d'une fragilisation des conditions d'emploi ou d'une perte de celui-ci. Sont, par exemple, dans cette situation :

- des ménages qui ont perdu leur emploi et dont les indemnités chômage sont bien inférieures au salaire qu'ils percevaient,
- des personnes qui voient diminuer leurs ressources financières du fait du passage à la retraite,
- des personnes confrontées à une séparation conjugale, à la maladie ou au décès de leur conjoint,
- des ménages en proie à une longue maladie et dont les ressources se limitent aux indemnités versées par l'assurance maladie.

Cette baisse de revenus survient dans un contexte budgétaire où **les ménages doivent par ailleurs faire face à d'importantes charges « incompressibles »** : locataires du parc privé ou propriétaires, ils ont ainsi un loyer élevé ou doivent rembourser des traites d'emprunts bancaires, font parfois face à des factures d'énergie ou des frais de transports conséquents. D'autres types de dépenses peuvent contribuer à alourdir leurs charges mensuelles : des frais médicaux, une pension alimentaire à régler à leur ex-conjoint, des dettes ou des crédits à rembourser, etc.

### **b) Une priorisation des dépenses qui s'opère au détriment de l'alimentation, de l'hygiène et des loisirs**

Confrontés au brutal décalage entre leurs revenus et leurs dépenses mensuelles, les ménages concernés réagissent en réajustant leurs modalités de consommation et en s'efforçant d'économiser sur certains postes de dépenses.

Tous les postes de dépenses ne peuvent pas faire l'objet d'un réajustement immédiat. Aussi, malgré les difficultés financières, un certain nombre de charges incompressibles continuent à être réglées : un changement rapide de situation résidentielle s'avérant difficile, les ménages s'astreignent à régler leurs loyers ou traites, lesquelles font par ailleurs partie des dépenses jugées prioritaires. D'autres postes de dépenses sont également maintenus : les frais de transport ou de téléphone, jugés nécessaires par les ménages qui cherchent un emploi. Mais aussi, le cas échéant, les dépenses de santé, ou le remboursement des crédits.

Les arbitrages budgétaires s'opèrent donc sur les postes pour lesquels les ménages disposent d'une marge de manœuvre rapidement activable : l'alimentation, les frais d'habillement et d'hygiène, ainsi que les loisirs. Les dépenses de loisirs sont supprimées, les dépenses d'hygiène réduites au strict minimum. Au plan alimentaire, la fréquentation des magasins discounts devient la règle dans un premier temps et, en fonction du degré de contrainte financière et de l'étayage social et familial, la quantité de nourriture peut également être diminuée. Les ménages avec enfants s'efforcent cependant de protéger ces

derniers de cette logique d'économie drastique. Ils tentent ainsi de conserver, pour leurs enfants, des habitudes alimentaires antérieures (achats de produits de marque, par exemple), non seulement pour préserver la qualité de leur alimentation mais aussi pour éviter la « honte » liée au déclassement social.

Le réajustement des dépenses s'avère particulièrement difficile à vivre pour ces ménages dont les modes de consommation correspondaient alors à des ménages aux revenus moyens (voire, pour certains, confortables) :

- D'une part, ils doivent **faire l'apprentissage de nouveaux modes de consommation** fondés sur la recherche de l'économie, **sans avoir de repères, de pratiques ou d'habitudes dans ce domaine.**
- D'autre part, ils sont affectés de plein fouet par **le sentiment de dégradation sociale que génèrent ces nouveaux modes de consommation**, sentiment parfois accentué par un sentiment d'exclusion plus global, suscité par la perte d'emploi.

Happés par les difficultés auxquels ils doivent faire face, et qui peuvent être à la source d'une importante détresse psychologique, ces ménages ne font pas tous de l'alimentation une préoccupation centrale : la contrainte alimentaire peut en effet se trouver éclipsée par les problèmes de santé, le règlement des dettes ou le retour à l'emploi. Mais pour certains ménages des classes moyennes sensibles aux messages de santé publique et aux recommandations nutritionnelles, le désajustement entre les pratiques auxquelles ils se trouvent désormais contraints et les normes auxquelles ils se réfèrent en matière d'alimentation s'avère parfois particulièrement difficile à vivre. La « déchéance alimentaire » devient alors l'une des composantes de la « déchéance sociale » qu'ils ont le sentiment de subir.

### **c) Des ménages qui s'appuient sur l'aide familiale ou le réseau d'entraide, en espérant la résolution rapide de leurs difficultés**

Parmi les ménages qui entrent dans ce premier type, ceux qui le peuvent s'appuient sur la solidarité familiale et mobilisent leur réseau de proximité. Leur entourage, qui ne se trouve pas nécessairement en situation de précarité, leur procure ainsi des aides financières ou en nature : achat de nourriture, préparation de plats cuisinés, dépannage en fruits et légumes du jardin, etc.

En revanche, ces ménages ne mobilisent pas l'aide alimentaire et ce, pour plusieurs raisons :

- Parce qu'ils tendent à **considérer leurs difficultés comme ponctuelles**, et n'activent pas immédiatement les leviers de l'action sociale (ce qui vaut pour l'aide alimentaire, mais aussi pour les aides sociales au sens large). Un certain nombre d'entre eux pourront en effet sortir à court terme de leur situation d'insécurité alimentaire sans même que les dispositifs d'aide alimentaire n'aient pu les repérer.

*« Il y a des personnes qui n'ont jamais eu de problèmes d'argent, et puis qui ont eu un accident de la vie. Ils se disent qu'ils vont remonter la pente. Elles ne franchissent pas la porte*

*de chez nous, et font fonctionner la solidarité familiale. Ou bien elles se privent »* (travailleur social, Conseil Général)

- Parce que **ces ménages n'ont pas intégré l'idée que cette aide leur est potentiellement destinée** : ils ne sont pas « *dans cette situation-là* ». A ce sentiment se conjugue la crainte du jugement social, particulièrement prégnante pour les **personnes âgées**. On retrouve également ce sentiment **chez certaines catégories socioprofessionnelles et plus particulièrement chez les travailleurs indépendants**. Commerçants et agriculteurs semblent ainsi afficher des réserves particulièrement fortes à l'égard de dispositifs qu'ils considèrent souvent comme réservés à une population en grande précarité à laquelle ils n'imaginent pas appartenir.

*« Beaucoup auraient besoin de l'aide alimentaire et n'osent pas franchir la porte. Ce sont des personnes âgées en précarité. Par fierté, elles ne viennent pas. Elles ont peur de rencontrer des voisins et des voisines. C'est une question d'image par rapport à leur environnement »* (association proposant de l'aide alimentaire – niveau départemental)

*« On voit beaucoup de fils d'agriculteurs qui ont repris l'exploitation familiale et qui ne sont pas en mesure d'en vivre comme faisaient leurs parents. Pour eux les services sociaux concernent les personnes sans emploi, les sans domicile fixe ou les sans papiers...Et puis il y a la peur de ce que diront les voisins, la famille, c'est admettre un échec. »* (Association de bénéficiaires du RSA, 07)

- Parce qu'ils n'ont **pas connaissance de l'existence de ces dispositifs**. Ces personnes sont particulièrement isolées et n'ont qu'une très faible connaissance des circuits d'aides sociales. Ces situations sont particulièrement courantes en **milieu rural** chez les populations les plus isolées, telles que les personnes âgées.

*« La question du non recours à l'aide alimentaire c'est aussi la question du non recours aux aides sociales. En général, les gens isolés connaissent seulement la Mairie comme interlocuteur potentiel. Pour ceux qui s'y rendent, elle n'est pas toujours en mesure de leur donner la bonne information. »* (Association de bénéficiaires du RSA, 07)

#### **d) Passer le cap du recours à l'aide alimentaire : les facteurs de « raccrochage » aux dispositifs existants**

Le « raccrochage » de ces ménages aux services sociaux et leur recours à l'aide alimentaire peut être le fruit de plusieurs dynamiques. D'abord, l'origine de ce raccrochage peut se trouver dans la **prise de conscience d'une installation de la situation de précarité voire d'une dégradation de la situation**. Face à de telles difficultés, les ménages ayant déjà pris contact avec les services sociaux, mais se refusant à bénéficier de l'aide alimentaire, peuvent être amenés à réviser leur jugement :

*« Quand je suis allée voir l'assistante sociale pour lui parler de mes problèmes d'argent et qu'elle m'a orientée vers l'aide alimentaire, j'avais trop honte et j'ai refusé. Et puis un jour, un huissier est arrivé à la maison, mon ex-mari avait laissé 2 000€ de dettes. Alors j'ai dû accepter la situation et y aller. »* (Bénéficiaire, femme, 39 ans, couple, 2 enfants, CDI de 10h/semaine, conjoint en attente de régularisation depuis 2009, IA3, association de distribution, 26)

Pour les ménages qui ne sont inscrits dans aucun dispositif d'accompagnement social, la dégradation de leur situation constitue l'élément déclencheur entraînant un rapprochement avec les institutions. Bénéficiant d'une situation de proximité privilégiée, **les CCAS sont souvent les premiers interlocuteurs pour ces ménages généralement éloignés des institutions et des services sociaux :**

*« J'ai eu un accident du travail et j'ai été seulement payée 60% de mon salaire pendant 2 mois avec des retards et des versements irréguliers. En plus, je ne pouvais pas faire les ménages donc je me suis retrouvée avec un peu plus de 400€ par mois. Résultat : agios, prélèvements refusés, impayés de loyer. Du coup, je suis allée voir le CCAS. J'ai eu 3 bons de 50 euros en 2 mois. »* (Bénéficiaire, femme, 59 ans, séparée, un enfant à charge, deux emplois à temps partiel, IA3, bons alimentaires du CCAS, 07)

Le rattachement aux services sociaux peut ensuite s'opérer, non pas par le biais d'une prise de conscience de la part des ménages, mais de façon indirecte : les ménages sollicitent un service qui n'est pas « étiqueté » comme un service d'action sociale en tant que tel, mais qui va servir de passerelle vers l'aide alimentaire. En ce sens, **les activités et les services de proximité proposés par les CCAS ou les associations locales sont des relais susceptibles d'attirer des publics invisibles** : fourniture de mobilier, aide aux voyages, service d'aide à domicile et de livraison de repas pour les personnes en perte de mobilité, festivités (repas de Noël des personnes âgées...).

Le passage à l'acte peut ainsi être favorisé par une prise de contact ne passant pas directement par des services liés à un accompagnement social, ce qui interroge **la capacité de repérage, par les services communaux notamment, des difficultés alimentaires** que peuvent vivre certains ménages qui sollicitent la mairie, en particulier les personnes âgées (cf. l'exemple de Mme J. plus bas).

*« Au départ ils m'ont aidée pour les meubles. Puis ils m'ont dit de venir le samedi pour l'aide alimentaire, même si mon assistante sociale n'avait pas encore fait le papier. Puis ils m'ont rappelée pour me dire qu'ils comptaient sur moi pour venir. Le premier colis qu'ils m'ont donné, je suis sortie en pleurant de joie. »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, séparée, 1 enfant, RSA, IA1, association de distribution, 26)

#### **e) Des ménages qui n'entrent pas toujours dans les critères d'attribution de l'aide alimentaire**

Pour autant, il convient de souligner que tous ces rapprochements n'aboutissent pas nécessairement au recours à l'aide alimentaire. En effet, parmi ces ménages qui passent le cap d'activer les aides sociales, se trouvent des ménages qui se voient exclus des dispositifs d'aide alimentaire, car ils ne rentrent pas dans les critères d'attribution de ces derniers. Il s'agit notamment des ménages dont le **reste-à-vivre est jugé trop élevé**.

La plupart des dispositifs d'aide alimentaire s'appuient en effet sur le calcul du reste-à-vivre des ménages pour définir leurs critères d'attribution, c'est-à-dire la somme qui reste à leur disposition une fois déduites leurs charges courantes. Or, sont exclues du calcul de ce reste-à-vivre des **dépenses auxquelles s'astreignent certains ménages car elles sont, à leurs yeux, indispensables, pour des raisons que l'on pourrait qualifier d'« affectives », ou par souci de remplir un rôle social et parental** : c'est le cas, par exemple, des dépenses

liées à la solidarité familiale (aider ses enfants à financer leurs études, par exemple, comme le montre l'exemple plus bas de Mme S.). En effet, la gestion du budget, la priorisation des postes de dépenses et de consommation, ne sont pas des opérations purement mathématiques : les arbitrages réalisés n'obéissent pas uniquement à des logiques rationnelles mais relèvent également de choix symboliques liés aux représentations de soi.

*« Il y a sûrement un public important qui pourrait avoir accès à l'aide alimentaire, mais pour qui, à l'épicerie sociale, la question du projet freine l'accès (...) Les personnes âgées sont un public peu connu de nos services sur l'aspect alimentation. Elles ont parfois plus de ressources que d'autres, mais en même temps soutiennent beaucoup leurs familles, jouent elles-mêmes un rôle important dans la solidarité familiale. Quand on fait les évaluations APA, on voit que des personnes pourraient très bien rentrer dans le dispositif. Mais l'épicerie sociale ne peut pas coller car le projet ne correspond pas ou que les personnes ne rentrent pas dans les critères du règlement » (responsable de CCAS)*

### **Type 1 - Mme J., retraitée peu mobile et éloignée des services sociaux**

Madame J., 72 ans, perçoit actuellement une retraite mensuelle de 1 600 euros nets et est locataire du même appartement depuis 1963 pour un loyer de 600 euros mensuels. En 2006, le décès de son mari a engendré une baisse de revenus (revenus mensuels passant d'environ 3 000 euros à 1 600 euros), et a nécessité que Mme J. se charge de la gestion budgétaire du foyer. Ce changement n'a pas été sans difficulté puisque cette tâche revenait depuis de nombreuses années à son époux ; *« C'est pas moi qui m'occupait de tout ça, c'était René qui gérait tout. Après sa mort, je me suis retrouvée complètement perdue, je ne savais même pas de combien était le loyer. »*

Bien que les frais liés au logement de Mme J. soient élevés et représentent la moitié de ses revenus (600 euros de loyer et 200 euros mensuels de frais énergétiques), cette dernière est très attachée à l'appartement familial et ne souhaite pas déménager. Par ailleurs, Mme J. a contracté une dette importante de 50 000 euros, qui nécessite un remboursement mensuel de près de 300 euros pendant 10 ans.

Agée et malade, Mme. J. éprouve de grandes difficultés à faire face à ses dépenses notamment en raison de frais médicaux importants (arthrose, maladie de la hanche, diabète, cholestérol), et se retrouve contrainte de limiter son poste de dépenses alimentaires à moins de 100 euros par mois. Pour cela, elle saute des repas : *"J'essaie souvent de faire des économies sur les repas. Je prends un café sans sucre et je ne mange pas, c'est toujours ça de gagné. Ce n'est pas bien pour moi, il faut manger à heure fixe surtout quand on fait du diabète. »* Peu mobile, Mme J. peut compter sur son petit fils qui se charge de faire ses commissions et respecte ses directives, c'est à dire d'aller au moins cher *"j'envoie mon petit fils faire les courses dans les magasins les moins chers ou je lui demande de prendre les sous-marques à Cora parce que je suis obligée "*. Par ailleurs, une voisine, au courant de sa situation, est un véritable soutien et lui apporte très régulièrement des petits plats mijotés.

Peu habituée à recourir aux services sociaux, Madame J. a cependant contacté le CCAS de sa ville il y a 2 ans, suite à une information publiée dans le journal municipal indiquant la possibilité pour les personnes âgées de bénéficier de *« personnes de compagnie »*. Par ce biais, Mme J. a eu un rendez-vous avec une assistante sociale, ce qui lui a permis d'accéder à une aide financière exceptionnelle de 100 euros, début 2013.

Pour autant, peu de solutions s'offrent à Mme. J. pour faire évoluer sa situation. Effectivement, après une vie de dur labeur, Mme. J. ne souhaite pas demander de l'aide à des associations caritatives

d'aide alimentaire, auxquelles, d'après son assistante sociale, ses revenus ne lui permettraient pas d'accéder ; *« Ca me gêne de demander pour avoir de la nourriture, j'ai l'impression d'être une mendiante, je ne veux pas aller aux restaurants du cœur. Et puis elle m'en a parlé un peu une fois Mme S. (assistante sociale) mais elle a dit que je gagnais trop. C'est pas grave, je veux pas de toute façon ».*

En outre, les difficultés à se mouvoir de Madame J. rendent difficilement envisageable cette solution au regard des modalités d'approvisionnement proposées par les structures d'aides alimentaires avoisinantes.

### **Madame S. : diminution brutale du niveau de vie et non recours « par défaut » à l'aide alimentaire**

Mme S., 67 ans, actuellement retraitée, a connu plusieurs ruptures successives (personnelles et professionnelles) concentrées sur une courte période. Elle est mère de deux grands enfants qui ne vivent plus avec elle.

Anciennement associée d'une entreprise de formation dans le domaine médical, Mme S. a été dans l'obligation de mettre un terme à sa carrière professionnelle en 2010, en raison de problématiques de santé (difficultés cardiaques). Bien qu'il s'agisse à l'origine d'un arrêt de travail temporaire, Mme S. explique ne pas avoir pu reprendre son emploi suite à des difficultés professionnelles avec ses anciens associés. Cette situation l'a conduite à partir en retraite anticipée à l'âge de 63 ans, sans avoir accumulé l'ensemble des années de cotisation. Mme S. touche ainsi une faible retraite (500 euros auxquels s'ajoutent 200 euros de complémentaire) au regard de ses revenus antérieurs (2 500 euros nets mensuels) ; *« j'ai dû partir en retraite anticipée alors que je n'avais pas fait toutes mes années. J'ai commencé à travailler à 32 ans. Les études de médecine, c'est long ! C'est la raison pour laquelle j'ai une faible retraite, je gagnais très bien ma vie pourtant. »*

Peu de temps après cet évènement, le mari de Mme. S décède, ce qui conditionne un changement de vie radical et la pousse à déménager pour un logement plus petit. Néanmoins, les frais liés au logement de Mme S. restent conséquents, avec environ 600 euros de loyer, soit la moitié de ses revenus (800 euros de retraite auxquels s'ajoutent 400 euros mensuels de pension de son époux). Par ailleurs, Mme. S. verse 400 euros mensuellement à sa fille, actuellement étudiante dans une école parisienne, pour le règlement de son loyer ; *« D'un niveau de vie aisé, je me suis retrouvée pauvre. On pourrait dire que vivre avec 1 000 euros lorsque l'on est seule, c'est suffisant, mais en réalité ma fille fait ses études à Paris et je dois l'aider à payer son loyer. »*

Le fait d'aider sa fille représente une priorité absolue pour Mme S. qui s'astreint à vivre avec 200 euros mensuels, ce qui la pousse à restreindre drastiquement la part de son budget consacrée à l'alimentation. Pour ce faire, Mme S. opère plusieurs stratégies simultanément; elle fait exclusivement ses courses dans les magasins discounts, a banni certains produits trop onéreux (poisson et viande), pratique exclusivement « le fait maison », ne reçoit plus de proches hors du cercle de la famille nucléaire. Par ailleurs, elle a gardé des liens avec des amis habitant en zone rurale, qui la fournissent ponctuellement en fruits et légumes de saison.

Anciennement professionnelle du secteur médical, Mme S. portait une attention particulière à la qualité des produits qu'elle consommait, ce qui n'est aujourd'hui plus possible. Cette situation participe

à créer d'importantes angoisses de « peur alimentaire » ; « *J'arrive encore à manger 3 fois par jour, mais je mange moins et surtout beaucoup plus mal. Je mange que des choses arrosées d'engrais et de pesticides, ça a forcément des conséquences sur la santé. J'ai énormément perdu en qualité nutritive et en goût. La qualité alimentaire devrait représenter un droit pour tous !* »

Il y a un an, lors d'une période particulièrement difficile, Mme. S. a décidé de franchir la porte du CCAS de sa commune afin de solliciter une aide. Elle a ainsi pu bénéficier d'un bon alimentaire « exceptionnel » de 100 euros qui lui a permis indirectement d'épurer une dette d'électricité.

En outre, lors d'un échange avec son assistante sociale, celle-ci a évoqué la possibilité de bénéficier de colis alimentaires via les associations implantées dans la commune (le territoire n'est pas pourvu en épicerie sociale). Mme S. a alors décidé de franchir le pas et s'est présentée à l'une des associations, pour autant ses revenus ne lui ont, semble-t-il, pas permis de devenir bénéficiaire ; « *Cela a été très dur de franchir le pas. Je me disais que j'allais mendier pour de la nourriture. Et en plus, de la nourriture de mauvaise qualité, mais lorsque l'on a pas le choix, on prend ce qu'il y a. J'y suis allée, l'accueil n'a pas été bon, et ils m'ont dit que je ne remplissais pas les conditions d'accès, que je gagne trop. Il faut croire qu'il y a plus pauvre que moi (...). Ce qui est sûr, c'est que je n'irai plus. Cela a été dur de franchir le pas, surtout pour se faire rejeter.* »

## IV.2 Type 2 : le recours à l'aide alimentaire comme levier de « gestion indirecte » du budget, pour des ménages aux ressources instables et peu élevées

Grâce au recours à l'aide alimentaire, les ménages de cette catégorie sont en mesure de procéder à un rééquilibrage global de leur budget : l'économie réalisée sur le poste alimentaire leur permet à la fois de maintenir un degré minimum de qualité et de diversité alimentaire, tout en leur permettant de limiter leurs dépenses mensuelles globales. Aussi, ces ménages recourent à l'aide alimentaire, non pas comme levier de gestion de l'insécurité alimentaire, mais comme un levier « indirect » de gestion de leur budget.

### a) Des ressources structurellement peu élevées et/ou instables, une gestion budgétaire difficile

Les ménages de ce profil sont des « **travailleurs pauvres** » qui ont toujours connu un **parcours un peu fragile et chaotique, notamment au regard de l'emploi** : ils occupent (ou ont occupé) des formes d'emploi précaires (intérim, temps partiel subi...) et peu qualifiés (emploi de service à la personne, restauration...), caractérisés par des niveaux de salaires peu élevés. Premières victimes des effets de la crise économique, ces ménages peinent à intégrer l'emploi stable et leur parcours se trouve émaillé de ruptures et de périodes de chômage.

Sont également concernés, au sein de notre échantillon, des retraités aux ressources peu élevées qui sont contraints d'occuper un emploi à temps partiel pour accroître leurs revenus.

**Les ressources de ces ménages sont peu élevées mais les excluent cependant d'un certain nombre d'aides sociales** réservées aux bénéficiaires de minima sociaux ou aux personnes sans ressources (aides au logement, FSL, gratuité des transports et de la cantine scolaire,...). Parallèlement, **leurs charges mensuelles incompressibles représentent une part importante de leurs revenus** (loyer, factures d'énergie, assurances, impôts, entretien d'un véhicule ou frais de déplacement...).

*« Quand on regarde les ressources et les charges des travailleurs pauvres, lorsqu'ils ont tout payé, il ne reste quasiment plus rien sur l'alimentation. On voit bien qu'ils sont ric-rac. Les allocations logement sont minimales, les barèmes sont très très bas, et ils n'ont le droit à rien. »* (Responsable d'une épicerie sociale, 93)

*« Je suis passée d'un plein temps à un temps partiel. Avec mon contrat, je dépasse rarement les 500€ de salaire, même avec le RSA complémentaire. A cela s'ajoute 150€ de pension alimentaire par mois. Je paie 100€ de loyer avec les APL, puis il y a l'EDF, l'eau, le téléphone, l'essence, l'assurance, la cantine... Le 21, je suis à découvert. »* (Bénéficiaire, femme, 32 ans, célibataire, un enfant de 5 ans, CDD de moins de 20h, IA2, centre de distribution, 26)

*« C'est la 4ème fois que je viens [à l'épicerie solidaire], car j'ai une grosse facture d'électricité de 2 000€. J'ai fait une demande d'aide EDF à la mairie, qui m'a envoyée ici. Je ne travaille que 6 heures par semaine, et mon mari 5 heures par jour. On a acheté en 2008 une petite maison et c'est un vrai piège. On a 800€ de crédits, et 300€ de charges. Plus la taxe foncière, la taxe habitation, l'assurance de voiture, la facture de téléphone... Il ne reste même pas 300€ pour les courses, et nous sommes 5, mon mari, moi, et 3 enfants de 11, 8 et 5 ans »* (Bénéficiaire, femme, 36 ans, en couple, 3 enfants, travaille 6h/semaine, IA2, épicerie solidaire, 93)

Astreints à une gestion très serrée de leur budget, **ces ménages ont peu de marges de manœuvre pour faire face aux imprévus et aux dépenses exceptionnelles**. Leur épargne quasi-inexistante les rend par ailleurs très sensibles au moindre écart financier : la réparation d'un véhicule, l'achat d'électroménager, un rappel de charges, des frais de santé...

Dans un budget déjà serré, les ménages de cette catégorie **peuvent avoir à prioriser voire à substituer une dépense à une autre**, au regard de l'urgence ressentie : ils peuvent donc alterner impayés de loyers, dettes fiscales, impayés d'énergie, etc.

Tout comme les ménages du type 1, ces ménages sont dans **une logique d'économie** qui concerne avant tout les postes de dépenses de consommation courante : loisirs, hygiène et alimentation. Le recours au discount alimentaire est une pratique généralisée, de même que la fréquentation des vide-greniers pour les dépenses d'habillement, ou encore le recours à la solidarité familiale.

### **b) Un recours à l'aide alimentaire déclenché par des motivations non alimentaires, et relativement bien vécu par les ménages concernés**

Les ménages de cette catégorie ont franchi le pas et pris contact avec les services sociaux afin d'être aidés. Le recours à l'aide sociale n'est cependant pas motivé par l'insécurité alimentaire *stricto sensu* : à l'origine, les ménages concernés se sont le plus souvent

adressés aux travailleurs sociaux afin d'obtenir une aide pour régler des factures impayées (énergie, loyer, cantine, etc.).

*« Au moment de ma séparation en 2009, j'ai eu 2 colis... Là je suis allée voir l'assistante sociale pour lui parler de mes problèmes d'argent, avec mon passage à temps partiel et les frais de réparation de la voiture... Elle m'a dit d'aller chercher un colis d'urgence à la Croix Rouge. Ça fait trois fois que j'y vais maintenant, tous les 15 jours. J'ai également eu des aides financières pour payer mes factures de la garderie en retard. »* (Bénéficiaire, femme, 32 ans, célibataire, un enfant à charge, CDD de moins de 20h, IA2, association de distribution, 26)

**Le recours de ces ménages à l'aide alimentaire est discontinu, ponctué d'allers-retours dans le dispositif pour des durées relativement courtes.** Cette fonction « coup de pouce » budgétaire correspond assez bien à la logique de certains dispositifs d'aide alimentaire et se trouve particulièrement cohérente avec l'esprit des épiceries sociales et solidaires :

*« Dans les épiceries sociales on est à la limite du microcrédit inversé. J'ai un projet et je viens à l'épicerie pendant 3 mois pour faire des économies et acheter, par exemple, un frigo. On n'est pas sur la notion de pauvreté financière stricto sensu. »* (Réseau ANDES)

Au-delà des épiceries sociales (dont l'accès repose sur la formulation d'un projet lié à un apurement de dette, à un achat ou à une difficulté budgétaire passagère), cet « usage » de l'aide alimentaire semble également partagé par les différents intervenants sociaux prescripteurs (CCAS, Conseil généraux) et se retrouve également dans certaines associations en charge de la distribution :

*« L'aide alimentaire, c'est aussi là pour permettre de dégager une marge dans le budget. Les assistantes sociales calculent alors le budget et le reste à vivre du ménage en intégrant la valeur du colis. »* (Président d'une association locale dans le département de la Drôme)

Les économies réalisées varient largement en fonction du type de distribution et des structures locales. Dans les épiceries sociales et solidaires, la participation financière varie de 10 à 30% du prix pratiqué en magasin. La valeur estimée des colis distribués dépend notamment de la quantité des produits, de la composition du ménage, des produits disponibles, de la fréquence de distribution. Elle peut représenter de 11 à 22€ par semaine pour une personne seule. Les bons alimentaires, seule forme d'aide alimentaire pouvant être considérés comme une aide financière directe, varient quant à eux de 20 à 100€ (ce montant maximum étant atteint à l'occasion des fêtes de fin d'année).

### **c) Une aide alimentaire qui permet le rééquilibrage budgétaire et le maintien des pratiques alimentaires habituelles**

Pour ces ménages, l'aide alimentaire permet donc avant tout de faire les économies nécessaires pour régler une dette ou réaliser des achats importants :

*« Ça va beaucoup mieux car je fais mes courses ici à l'épicerie, et ça me permet à la fin du mois de payer un peu plus sur mon loyer. Ça prouve ma bonne volonté et ça me permet de garder l'appartement. Venir ici me permet de payer mes dettes tout doucement »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, divorcée, 2 enfants à charge, à mi-temps, IA2, épicerie sociale, 93)

« Grâce à l'aide alimentaire, j'ai pu changer mon micro-onde et mon réfrigérateur qui étaient tombés en panne, et sans faire de crédits » (Bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, pas d'enfant à charge, retraitée et emploi de service à temps partiel, IA2, association de distribution, 07)

Les denrées distribuées par l'aide alimentaire ou achetées au sein des épiceries sociales sont généralement des produits de base (pâtes et riz, produits laitiers, légumes en conserve, etc.), que les ménages concernés complètent alors de produits frais achetés au marché ou dans les supermarchés (viandes, poissons, légumes...). L'apport financier indirect que constitue l'aide alimentaire permet à ces ménages de **maintenir, dans une certaine mesure, leurs pratiques alimentaires habituelles** :

« Les bons m'ont permis de m'acheter de la viande, des produits laitiers, des gâteaux, du pain, de la lessive...Finalement, ce que j'achète d'habitude. Le dernier bon j'ai quand même dû rajouter 30 euros pour m'acheter des produits ménagers car j'en avais plus » (Bénéficiaire, femme, 65 ans, en couple, pas d'enfant à charge, retraitée et emploi de service à temps partiel, association de distribution et bons alimentaires, IA2, 07)

« On a été bénéficiaires pendant 3 mois, c'était bien pour le budget. Par exemple, on n'avait pas besoin d'acheter du gel douche car on l'avait déjà. Et puis des pâtes, du lait, des légumes en boîte, de la farine, du dentifrice...Le colis ça nous permettait de compléter avec de la viande » (Non-bénéficiaire, couple sans enfant à charge, femme de 55 ans, sans emploi et homme de 61 ans, arrêt maladie depuis 2012, IA2, 26)

#### **d) Un recours à l'aide alimentaire plutôt bien vécu car déconnecté de l'alimentation ?**

Ces ménages portent un regard globalement positif sur l'aide alimentaire. S'ils soulignent le **manque de diversité** des produits proposés par les structures d'aide alimentaire, **ce manque n'est pas jugé véritablement problématique dans la mesure où ils peuvent « compléter »** les denrées fournies par des achats de produits frais dans le commerce :

« A l'épicerie, il y a peu de légumes, pas beaucoup de diversité, pas beaucoup de produits frais. Il y a le minimum vital mais ce sont des boîtes, quoi, et des pâtes... Si on veut manger équilibré, il faut compléter. Mais pour le minimum vital, ça va, c'est honnête. » (Bénéficiaire, homme, 55 ans, célibataire sans enfants à charge, salarié en CDI, IA2, épicerie sociale, 57)

Certains ménages déplorent, en revanche, les incertitudes et aléas dans l'approvisionnement des denrées (type, nature, etc.) qui rendent complexe la gestion des achats à réaliser à l'extérieur et donc l'organisation quotidienne des repas :

« Le point négatif, ici, c'est qu'on n'a pas tous les produits, c'est très variable, des fois on a beaucoup de produits et parfois non, donc c'est difficile à gérer et à s'organiser par rapport aux achats que l'on fait à l'extérieur. » (Bénéficiaire, femme, 34 ans, seule avec un enfant à charge, en recherche d'emploi, ASS, IA2, épicerie sociale, 93)

Ce recours à l'aide alimentaire semble **vécu de manière moins douloureuse que pour d'autres catégories de ménages**, non seulement car il est **perçu comme temporaire**, mais également parce qu'il se trouve déconnecté du besoin alimentaire en tant que tel. **Au plan des représentations, les ménages concernés n'ont donc pas le sentiment de dépendre d'autrui pour s'alimenter**, ce qui semble « alléger » le poids du recours.

Quelques critiques sont néanmoins émises quant à l'organisation de l'aide alimentaire. Ces ménages, pour lesquels l'aide alimentaire est un instrument de « gestion indirecte » d'un déséquilibre budgétaire, s'inscrivent pour certains dans l'emploi ou dans une dynamique de retour à l'emploi. Lorsque s'ajoutent, aux contraintes professionnelles, des contraintes familiales engendrées par exemple par la monoparentalité, les ménages concernés peuvent éprouver des difficultés à se présenter lors des distributions de colis. Ces dernières sont en effet parfois **organisées sur des temps peu compatibles avec les horaires de travail ou de formation** :

*« Il y a des semaines où je ne peux pas venir. Les distributions au secours populaire c'est en plein milieu de l'après-midi et j'ai entamé une formation. Lorsque l'on est une mère célibataire, il faut déjà courir entre la formation et les sorties d'école, mais si on rajoute qu'il faut se rendre disponible pour les distributions, ça devient presque impossible d'imaginer avoir une activité professionnelle. Le problème, c'est que c'est un cercle vicieux et ça devient compliqué de faire des démarches pour s'en sortir sur le long terme. On finit par être constamment dans l'urgence. Par exemple, j'étais obligée de venir aujourd'hui, je n'ai plus rien ni dans le frigo ni dans les poches, mais j'ai dû demander l'autorisation à ma formatrice. »* (Bénéficiaire, femme, 36 ans, séparée, 2 enfants, RSA, locataire parc social, IA3, association de distribution, 57)

*« Même si c'est compliqué, je pense qu'il faudrait qu'il existe une formule de distribution adaptée aux travailleurs pauvres, aux gens en formation comme moi, ou encore aux étudiants. Bref, à toutes les personnes qui ont une activité à côté pour faire en sorte de s'en sortir. J'aimerais qu'il puisse y avoir des distributions en soirée, ou les week-ends »* (Bénéficiaire, femme, 36 ans, séparée, 2 enfants, RSA, IA3, association de distribution, 57)

#### **Mme H. employée à temps partiel et bénéficiaire d'une épicerie sociale dans le cadre d'un apurement de ses dettes**

Madame H., 64 ans, exerce à temps partiel en tant qu'aide à domicile, et perçoit un salaire mensuel net de 587€. Divorcée depuis 1 an, elle a acquis un petit pavillon grâce à la revente de son ancien domicile, acheté en commun avec son ex-conjoint. Elle est aujourd'hui confrontée à des frais énergétiques très élevés, de l'ordre de 220€ par mois, qui grèvent très lourdement son budget, représentant près du tiers de celui-ci.

Au-delà de ces frais énergétiques, Madame H. éprouve des difficultés à faire face à l'ensemble de ses dépenses, sa séparation ayant considérablement déstabilisé et fragilisé sa situation financière. Elle a d'ailleurs contracté une dette fiscale (taxe foncière et habitation) estimée à 1 154€. Dans ce cadre, Madame H. s'est vue contrainte, il y a plusieurs mois, de se rapprocher des services sociaux de sa commune, qu'elle n'avait jusqu'alors jamais contactés. L'assistante sociale qui suit sa situation a demandé un diagnostic énergétique afin de faire le point sur les possibilités de réduction de sa consommation d'énergie. Celui-ci n'a finalement pas pu être réalisé, l'organisme chargé du diagnostic ayant vu ses subventions subitement coupées.

Dans ce contexte, l'assistante sociale a orienté Madame H. vers l'épicerie sociale, motivant son orientation par « la demande d'un soutien financier en attente de l'obtention de la retraite, dans l'objectif d'un apurement des dettes ». Madame H. a obtenu un accès à l'épicerie sociale pour 6 mois, qui s'est vu récemment renouvelé.

Madame H. bénéficie d'un panier de 60€/mois (« montant peu élevé en raison de sa situation de célibataire et de son reste-à-vivre relativement important »), sur lequel elle participe à hauteur de 12€ par mois. Elle consomme peu en dehors de l'épicerie sociale, par le biais de laquelle elle acquiert des « *pâtes, des conserves, des légumes, et un peu de viande* ». Ses courses dans les supermarchés concernent surtout l'achat de produits d'hygiène.

**Mme R, retraitée et employée, bénéficiaire d'associations de distribution alimentaire pour régler des factures d'énergie**

Madame R. a 65 ans et touche 820 euros de retraite par mois. Son mari, n'ayant pu obtenir de carte de séjour, n'est pas en mesure de travailler en France.

Afin de compléter sa retraite, Mme R fait le ménage chez un particulier : elle obtient une somme environ 60 euros par mois ainsi que des avantages en nature puisque son employeur, qui travaille dans une boucherie, lui donne régulièrement des quantités importantes de viande qu'elle congèle. Par ailleurs, des connaissances lui donnent souvent des fruits et des légumes de leurs jardins. Souffrant de problème de santé le couple doit s'astreindre à une alimentation équilibrée et fait donc de ce poste de dépense une priorité. « *Je fais 3 repas par jours. (...) Je suis les recommandations du diététicien. Et puis je vais faire les courses 2 fois par jour car mon médecin m'a conseillé de marcher à cause de mon diabète. Le budget...je dirais environ 150 euros par mois* »

Mais les 880 euros de ressources du couple ne suffisent pas à payer l'ensemble des factures. Le couple doit en effet supporter le loyer (350 euros APL déduite) et les charges courantes avec une seule source de revenu. « *L'appartement coûte cher en énergie et surtout nous avons des frais de santé important, j'ai du diabète et une maladie de la thyroïde, mon mari lui est gravement diabétique.* » Elle connaît pourtant des difficultés à obtenir des aides financière dédiées du fait de son statut professionnel complexe et de son statut résidentiel. Ainsi, l'aide alimentaire, qu'il s'agisse de bons ou de colis, lui permet de stabiliser son budget afin de faire aux factures importantes et aux dépenses imprévues. « *J'ai du mal à avoir des aides pour les factures car je suis dans le privé. (...) Je vais à la Croix Rouge depuis 2013, cet hiver les Restos ont pris le relais. Et puis j'ai eu un bon pour le gaz et un bon alimentaire du CCAS car j'avais des factures d'eau que je ne pouvais pas payer. (...)Grace à l'aide alimentaire, j'ai pu changer mon micro-onde et mon réfrigérateur qui étaient tombés en panne, et sans faire de crédits.* »

### IV.3 Type 3 : les « multi-activateurs », des ménages ancrés dans la précarité qui mobilisent simultanément et dans la durée différents dispositifs d'aide alimentaire

Pour gérer leur situation d'insécurité alimentaire, les ménages de ce type activent l'ensemble des leviers à leur disposition, dont l'aide alimentaire. Leur recours à l'aide alimentaire s'inscrit dans la durée et conjugue, dans le temps ou simultanément, différents types de dispositifs (distributions de denrées, épiceries, bons...). Nous avons donc choisi, pour qualifier leurs modes de gestion de la contrainte alimentaire, le terme de « multi-activateurs ».

**a) Des ménages installés dans la précarité, dont les ressources sont structurellement peu élevées**

Les ménages de ce type sont installés dans la précarité depuis plusieurs années. Dans notre échantillon, ce sont en grande partie des ménages dont **les revenus reposent largement sur les aides sociales**. On retrouve plus spécifiquement au sein de cette catégorie :

- des bénéficiaires du RSA ;
- des parents isolés sans emploi, ou des familles nombreuses dont les deux parents sont au chômage et qui peinent à assumer la charge financière que représente l'entretien d'une famille ;

*« Le budget, c'est très serré. En tout, on doit avoir, avec les allocations familiales, environ 1 100 euros/mois. Mais on paie 350 euros de loyer, normalement, c'est 950 euros, heureusement que l'on a 600 euros d'APL. Ça fait qu'il nous reste environ 900 euros pour une famille de 6 personnes. On a beaucoup d'impayés, et le propriétaire a engagé une procédure d'expulsion. Le budget, c'est une vraie prise de tête, on va au plus urgent, on se serre la ceinture, il n'y a jamais de loisirs ou de dépenses superflues. En général, je réserve 15 euros par semaine à la nourriture, le reste c'est pour les factures. Mais malgré cela, nos impayés ont tendance à se creuser. »* (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, IA2, épicerie sociale, 93)

- des ménages qui ne sont plus aussi bien pris en charge par l'action sociale de droit commun : chômeurs en fin de droits, parents sans emploi dont les enfants majeurs quittent le foyer, etc.

*« On n'a rien. C'est facile, quelque part, on est condamné à être dans le rouge et la misère. Mes enfants sont grands et les allocations se sont peu à peu réduites, je ne peux plus travailler depuis plusieurs années, le père n'a jamais versé une pension alimentaire. On est 4 et on doit vivre avec 700 euros par mois. Qu'est-ce que vous voulez faire ? Je paie le loyer quand je peux, j'ai des impayés de charges qui s'accumulent. La priorité, c'est de garder 20 euros par semaine pour manger, et puis le reste, ... »* (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

Leur parcours récent ne donne pas signe de basculement ou d'accident de la vie. Néanmoins, **ce basculement peut avoir eu lieu longtemps auparavant** : les ménages concernés ne sont alors pas parvenus à rétablir leur niveau de vie antérieur faute, par exemple, de pouvoir retrouver du travail. Parmi les ménages de cette catégorie se trouvent donc ceux qui, quelques années auparavant, appartenaient au type 1 et qui ont franchi le cap du recours à l'aide alimentaire. Ils appartiennent en quelque sorte à un type que l'on pourrait qualifier de **type 1 « dégradé »**. Ils ont ainsi vu leurs revenus diminuer progressivement lors du passage des indemnités chômage à l'ASS, puis au RSA.

Signalons que, parmi les ménages concernés, nombreux sont ceux, au sein de notre échantillon, à connaître (ou à avoir connu récemment) des difficultés spécifiques : **épisodes de dépression ou détresse psychologique le plus souvent, plus rarement des problématiques d'addiction ou d'alcoolisme**. Ils se montrent souvent peu optimistes par

rapport à la résolution de leurs difficultés et notamment en ce qui concerne leur capacité à retrouver un emploi.

*« On est abandonnés. Des années que je vais à la Boutique. Ma situation s'est tellement empirée que je vais même aux restaurants du cœur. Et l'assistante sociale ne fait rien, ce n'est pas de sa faute, elle ne peut pas faire grand chose. Personne ne peut faire grand chose, on est seuls, on est pauvres. »* (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, IA4, épicerie sociale, 93)

### **b) Des pratiques de « gestion de la pénurie » et la mobilisation, dans la durée, de plusieurs dispositifs d'aide alimentaire**

Les ressources de ces ménages sont stables, mais structurellement peu élevées au regard de leurs charges courantes. Aussi, ces ménages peinent-ils à faire face au « coût de la vie » de manière générale. La gestion du budget s'avérant tendue, certains de ces ménages ont pu développer des **pratiques et des savoir-faire spécifiques en matière « d'économie ménagère »**: connaissance fine des commerces et comparaison des prix, méthodes de stockage et préparation des aliments, mobilisation des « vestiaires associatifs » pour l'habillement, etc.

Ces ménages **ne disposent pas de réseaux de sociabilité très étendus**, ce que l'on peut éventuellement mettre sur le compte de leur éloignement progressif de l'emploi et de leurs difficultés psychologiques. S'ils peuvent parfois recourir au soutien familial, cet entourage familial s'avère néanmoins souvent précaire, lui-aussi. Dans notre échantillon de ménages se trouvent ainsi **des familles dont plusieurs membres, parfois de générations successives, sont bénéficiaires de l'aide alimentaire.**

Orientés par les services sociaux, ces ménages ont franchi le cap du recours à l'aide alimentaire et **ce recours s'est progressivement inscrit dans la durée et en quelque sorte « routinisé »** (dans le cadre de notre échantillon, un ménage affirmait ainsi être bénéficiaire d'une épicerie sociale depuis 25 ans). Ils peuvent également **passer d'une structure à l'autre** en fonction des modes de fonctionnement et de l'ouverture des différents dispositifs, ou les fréquentent parfois simultanément, en fonction de leurs ressources financières.

*« Je vais à l'épicerie sociale La Boutique et aussi au resto du cœur quand ils acceptent. Ça fait plusieurs années que j'y vais, peut être 3 ou 4 ans. C'est par intermittence que je peux y aller parce qu'ils contrôlent les revenus et si mon mari travaille en Interim pendant quelques mois, nous sommes au dessus des plafonds. »* (Bénéficiaire, femme, 46 ans, en couple, 4 enfants, RSA, IA2, épicerie sociale, 93)

*« J'ai perdu mon boulot, c'est depuis ce moment là que j'ai besoin d'aide. Depuis, je suis soit au chômage soit en Intérim, mais rien de stable. Ça fait peut être 10 ans que je viens, plus ou moins régulièrement selon les difficultés. »* (Bénéficiaire, homme, 41 ans, célibataire, 1 enfant garde ponctuelle, alterne chômage et Intérim, IA2, association de distribution, 57)

**L'aide alimentaire ne constitue donc pas un coup de pouce ponctuel, mais représente un pilier fondamental dans l'alimentation de ces ménages.** A la différence du type 2 évoqué plus haut, ces ménages, et en particulier les familles nombreuses, n'ont pas

nécessairement les moyens financiers de compléter les denrées distribuées par des achats dans le commerce.

*« Grâce au Resto du Cœur et au CCAS, ça va. Après, je manque de viande, ça coûte trop cher. Parfois je n'ai pas assez de légumes, alors je les donne à ma fille et moi je mange des pâtes. Je stocke les conserves du Resto du Cœur pour toujours en avoir chez moi. »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, un enfant à charge, RSA, IA2, 07)

*« Il n'y a jamais de légumes frais dans le colis, alors je n'en mange presque jamais. »* (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, plus d'enfant à charge, retraitée, IA3, association de distribution, 07)

### **c) La qualité et la diversité des aliments proposés par l'aide alimentaire : deux problématiques qui pèsent particulièrement sur cette catégorie de ménages**

Les ménages « multi-activateurs » portent sur l'aide alimentaire un regard plus volontiers critique que les autres catégories de ménages. Dans la mesure où les produits de l'aide alimentaire font partie de leur quotidien depuis plusieurs années (de manière régulière ou non), et où ils n'ont que peu de marges de manœuvres pour compléter les denrées proposées, ils sont particulièrement critiques à l'égard de l'absence de diversité et de la qualité de l'alimentation proposée. **L'aide alimentaire leur permet en effet de s'alimenter, mais cette alimentation s'avère, selon eux, monotone et de faible qualité.**

En termes de qualité, si certains produits de base (pâtes, riz...) sont montrés du doigt, ce sont les plats préparés qui souffrent de nombreuses critiques, qu'il s'agisse de conserves ou de plats cuisinés, ainsi que l'absence de produits frais :

*« Les produits de l'Europe sont parfois tellement bas de gamme que personne ne peut les manger, c'est impossible de les cuisiner. Par exemple, le pâté, tout le monde le donne aux animaux. Tous les bénéficiaires des Restos ont des stocks de conserves, de pâtes 1er prix, de produits de basse qualité de l'Europe. On les prend en se disant, « on ne sait jamais »* (Non- bénéficiaires, association de bénéficiaires du RSA, 07)

Dans le même temps, ces publics se montrent également critiques quant à la diversité des produits proposés. Ainsi, la récurrence de certaines denrées de base telles que les pâtes ou certains types de conserves est souvent mise en avant.

*« Les Restos c'est toujours la même chose. Après, je ne refuse rien, je prends tout, même si les boîtes, les knacki et le jambon, j'en peux plus. Au CCAS, c'est seulement des produits frais une fois sur deux. D'ailleurs, souvent, la moitié est immangeable parce que les produits sont un peu vieux. »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, 1 enfant à charge, RSA, IA2, association de distribution et distribution de colis au CCAS, 07)

*« On nous donne tout le temps la même chose. Une boîte de ratatouille, une boîte d'haricots verts, des pâtes. Cela fait peut être 10 ans que je ne mange que ça. »* (Bénéficiaire, homme, 41 ans, célibataire, 1 enfant garde ponctuelle, alterne chômage et Intérim, IA2, association de distribution, 57)

Nombreux sont également les ménages qui notent le manque général et la piètre qualité des produits frais proposés (fruits et légumes).

*« Aux Restos du cœur, on n'a pas grand chose. Il n'y a plus de yaourts, on n'a le droit qu'à un litre de lait. Je ne prends plus le pain parce qu'il n'est pas bon. Les légumes sont souvent pourris (...) Parfois je laisse les boîtes de conserve parce que ma fille n'aime pas. »* (bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, enceinte et 1 enfant à charge, au chômage, IA3, association de distribution, 26)

Ces constats critiques portés par les bénéficiaires de l'aide alimentaire sont relativement bien connus des structures qui reconnaissent leur dépendance aux produits fournis par l'Union Européenne, les difficultés qu'ils rencontrent à nouer des partenariats avec les grandes surface et enfin, l'impossibilité de faire face à logistique qu'impliquerait le transport et le stockage de grandes quantités de produits frais.

*« Les gens ont le choix des produits d'une façon ou d'une autre : ils ont le choix dans une liste que l'on établit par rapport à l'approvisionnement que l'on a. Lorsque l'approvisionnement est limité en variété, on présente aux gens la feuille avec moins de choix que d'habitude. Et ils nous en font la remarque. »* (épicerie solidaire, 93)

Signalons cependant que, parmi les dispositifs d'aide alimentaire mobilisés par les ménages enquêtés, une petite association de Chabeuil (Drôme), Aide et Partage, parvient à proposer, à très petite échelle toutefois, un système de distribution alimentaire original, reposant sur l'établissement d'une liste de courses avec les ménages concernés et sur des partenariats avec des producteurs locaux permettant de procurer aux bénéficiaires des fruits et légumes frais. Ce système semble particulièrement apprécié :

*« Le colis est vraiment bien, il y a un cageot de légumes et de fruits. On n'est pas obligé de manger des pâtes tout le temps. On a même des bonnes surprises comme par exemple des cordons bleus. Et puis ils nous encouragent à faire une liste des choses dont on aurait besoin en plus du colis (rasoirs, lessives...) du coup c'est vraiment très complet. »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, séparée, un enfant de 18 ans, RSA, IA1, 26)

*« Ici tous les samedis ils me donnent tout ce qu'il faut. Il y a beaucoup de légumes. Ils proposent même de remplir une liste de courses avec des choses qui nous manquent pour les avoir la semaine suivante. ... »* (Bénéficiaire, femme, 64 ans, célibataire avec son petit fils de 5 ans à charge tous les mercredi et le week-end, retraitée, IA2, 26)

#### **d) Un manque d'autonomie dans le choix des produits**

Au-delà du manque de diversité des produits proposés, les bénéficiaires soulignent régulièrement l'absence de liberté à choisir les produits. Ce ne sont pas tant les produits eux-mêmes qui sont alors ciblés mais bien l'absence d'autonomie laissée par les dispositifs aux bénéficiaires. Nous verrons que, si certains types de dispositifs sont plus concernés, ce constat s'applique aussi bien à la distribution de colis alimentaire, qu'aux épiceries sociales et solidaires et aux bons alimentaires.

Cette critique concerne tout particulièrement la distribution de colis alimentaires préparés à l'avance ou sur le moment par les bénévoles en fonction de la composition familiale. Les bénéficiaires peuvent se sentir « infantilisés » et vivre de manière négative ce manque d'autonomie.

*« C'est frustrant de ne pas pouvoir choisir, par exemple aux Restos, s'il y a de la compote à la pomme et de la compote à la pêche on ne peut pas choisir, on ne fait que tendre le sac et ils le remplissent. On ne touche pas aux produits, on passe devant avec nos sacs comme des*

*imbéciles et eux remplissent.* » (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, 1 enfant à charge, RSA, IA2, association de distribution et distribution de colis au CCAS, 07)

*« Les restos c'est un colis avec les aliments déjà répartis à l'avance, t'as deux litres de lait, si tu veux tu prends, si tu veux pas tu prends pas. Au CCAS ont peut choisir. (...) Avoir le choix, c'est important pour le moral. »* (Bénéficiaire, femme, 41 ans, séparée, 1 enfant, contrat temps partiel, IA2, association de distribution et distribution de colis au CCAS, 07)

Par ailleurs, certains ménages témoignent de la difficulté à refuser certains produits :

*« Les bénévoles nous forcent à prendre les produits même si on n'en veut pas. Ils nous les mettent dans le sac. Je me suis disputée plusieurs fois avec les bénévoles car ils voulaient me forcer à prendre des produits que je ne voulais pas. Maintenant, c'est bon, ils me connaissent, ils me laissent tranquille. Mais je connais une bénéficiaire qui prend tous les produits et qui, après, jette à la poubelle chez elle ceux qu'elle n'aime pas. »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, célibataire, enceinte et 1 enfant à charge, au chômage, IA3, association de distribution, 26)

Afin de laisser une marge de choix aux bénéficiaires et répondre à ce besoin d'autonomie, certaines structures de distribution de colis ont mis en place un système de points. Chaque ménage dispose d'un nombre de points, en fonction de sa composition familiale, qu'il ventile en fonction de ses besoins, chaque produit « équivalant » un nombre de points défini. Pour autant ce système, supposé permettre un choix, ne fonctionne pas toujours. Afin de garantir un panier équilibré, les points ne sont utilisables qu'au sein d'une gamme d'aliments (par ex : 5 points pour les produits laitiers, 10 points pour les plats etc.). Or, dans les structures de distribution ne bénéficiant pas d'un stock important, la marge de choix peut être très faible.

*« Le système de points des Restos, en fait, c'est un faux choix. Par exemple, les personnes seules ont pas mal de points sur les desserts mais ils ne peuvent pas transférer les points pour avoir plus de viande par exemple. En plus, maintenant, tu rentres dans une pièce avec trois bénéficiaires, entouré de 12 bénévoles. Ils sont deux sur ton dos quand tu choisis, pour vérifier... »* (non bénéficiaires, association de bénéficiaires du RSA, 07)

Les épiceries sociales et solidaires offrent généralement une liberté de choix plus grande bien que certains produits soient accessibles seulement en quantité limitée, afin de pouvoir en proposer au plus grand nombre.

*« A l'épicerie, il y a plus de choix qu'aux Restos du cœur. Il y a du lait, des couches même si on a droit qu'à une quantité limitée »* (Bénéficiaire, femme, 29 ans, en couple, 2 enfants à charge, en emploi à temps partiel, IA2, épicerie sociale, 93)

*« Je viens ici une fois par semaine, ça me revient à 8€ / 8,50€. Je prends des pâtes, du riz, des gâteaux, des conserves, du chocolat, du beurre, du poulet, des yaourts. Il n'y a pas beaucoup de choix, mais ce sont des choses utiles. (...) C'est la dame de l'épicerie qui décide si on peut en prendre plusieurs ou pas. On ne peut pas forcément prendre pour toute la famille »* (bénéficiaire, femme, 38 ans, veuve, 4 enfants à charge dont 3 neveux, à mi-temps, IA2, épicerie sociale, 93)

Si les bons alimentaires semblent a priori offrir une liberté totale de choix, la réalité est plus contrastée. Certaines critiques portent ainsi sur l'obligation d'utiliser les bons dans une enseigne précise, parfois plus chère que l'enseigne fréquentée habituellement.

*« Les bons c'est seulement pour l'Intermarché. Il est plus cher que le Netto ou le Dia, du coup je peux prendre moins de choses. Je me limite à la marque la moins chère »* (Bénéficiaire,

femme, 59 ans, séparée, un enfant à charge, deux emplois à temps partiel, IA3, bons alimentaires du CCAS, 07)

Par ailleurs, plusieurs CCAS pratiquent un contrôle des produits achetés avec les bons alimentaires que ce soit a priori en s'accordant avec l'enseigne concernée pour que le panier soit « validé » par la caissière, ou a posteriori en se faisant transmettre par le commerce la facture des bénéficiaires (parfois sans qu'ils en aient connaissance).

*« Le CCAS municipal donne (...) des bons alimentaires à la fin de l'année. (...) Une fois que c'est accordé, on a le droit d'aller acheter de la nourriture dans les deux supermarchés de la commune. Par contre on ne peut pas prendre de « produits de luxe » dont la définition est laissée à l'appréciation de la caissière qui va nous dire qu'on ne peut pas acheter du vin ou des crevettes avec »* (Non-bénéficiaires, association de bénéficiaires du RSA, 07)

*« La facturette de ce que les gens achètent au supermarché avec les bons m'est renvoyée par le supermarché. Il est normal que je regarde comment est dépensé l'argent des impôts et puis ça peut être un support de discussion sur la gestion du budget. »* (CCAS, 07)

Au final, l'encadrement du choix des produits est souvent vécu par les bénéficiaires comme une limitation de leur liberté et participe à un sentiment de déclassement et d'infantilisation. Ce sentiment est parfois renforcé par les rapports qu'entretiennent les ménages avec les bénévoles qui interviennent au sein des structures d'aide alimentaire.

#### **e) Des structures d'aide alimentaires qui jouent un rôle important de soutien moral et social, malgré des rapports parfois complexes avec les bénévoles**

Bien souvent en situation de précarité installée, fruit de difficultés cumulées au fil des années, les ménages « multi-activateurs » sont nombreux à affirmer puiser un soutien moral et social au sein des structures d'aide alimentaire.

Le rapport entretenu avec les bénévoles des structures de distribution est ainsi évoqué comme un élément de réconfort psychique et **la fréquentation de l'aide alimentaire répond à la fois au besoin de s'alimenter et à un besoin de faire des rencontres, d'échanger, de partager ses problèmes**. Aussi, certains ménages qui ont eu l'occasion d'éprouver divers types de dispositifs accordent leur préférence aux modes de distribution associatifs, jugés plus conviviaux que les systèmes de bons alimentaires.

*« Ce que j'aime vraiment ici c'est le côté social, les bénévoles, le côté chaleureux et sympa. Si j'ai un petit coup de blues et que je viens aux restos, j'en repars avec le sourire. Si je pouvais venir tous les jours ici, rien que pour discuter, ça me ferait du bien ! (...) C'est mieux qu'un bon d'achat, car il y a le côté social. Un bon d'achat, on nous le donne et après, c'est chacun pour soi. »* (Bénéficiaire, femme, 40 ans, en couple, 3 enfants à charge, sans emploi, AAH, IA3, association de distribution, 57)

*« Au départ, je n'osais pas trop parler avec les gens, puis j'ai réussi à être plus à l'aise. Maintenant, tous les samedis, c'est comme un rayon de soleil pour moi de pouvoir discuter avec des gens, que les gens soient gentils avec moi. Cette solidarité c'est émouvant. »* (Bénéficiaire, femme, 47 ans, séparée, un enfant de 18 ans, RSA, IA1)

L'aide alimentaire peut ainsi permettre d'accéder à des produits alimentaires tout en constituant un lieu de rencontre et cela d'autant plus que certaines associations en charge de la distribution proposent également des activités de sociabilisation (groupe de parole, cours de cuisine...).

*« Parfois, le jeudi et le vendredi, pour ne pas faire à manger, je vais manger à l'Abbé Pierre. On paye 3 euros le repas et on mange bien. Ça me décontracte. Des fois, je préfère être avec des gens pour discuter »* (Bénéficiaire-bénévole, homme, 65 ans, célibataire, retraité, IA2, repas chauds, 57)

Certains dispositifs d'aide alimentaire proposent également des activités récréatives et des loisirs qui permettent de s'accorder quelques pauses dans un quotidien difficile :

*« Ce qui est bien avec le restaurant du cœur c'est qu'ils organisent des sorties pour les familles. Tous les 3 mois, on peut aller au cinéma. Comme ma fille y va aussi, on y va ensemble avec les petits enfants. Ça permet de s'évader, de sortir la tête des problèmes. »* (Bénéficiaire, Femme, 57 ans, en couple, sans enfant à charge, RSA, locataire parc social, IA4, association de distribution, 57)

*« Avant, je venais ici matin, midi et soir, surtout pour rencontrer des gens (...) Je viens aussi pour les ateliers, il y a des samedis récréatifs une fois toutes les deux semaines avec loto, jeux de carte. Il y a des sorties aussi, là il y a un séjour dans les Vosges de 3 jours pour 20€... Ça permet de voir un peu autre chose »* (Bénéficiaire, homme, 58 ans, célibataire, père de 3 enfants, au chômage, IA2, repas chauds, 57)

Enfin, pour certains, les dispositifs d'aide alimentaire donnent la possibilité de réintégrer une forme de droit commun en dépassant la simple charité pour passer à un rapport plus réciproque qu'il s'agisse de s'investir comme bénévole ou d'apporter une compensation financière, même minime.

*« Personne ne sait que je viens ici, pas même mes amis ou ma famille. J'ai honte et je considère que ce n'est pas leurs affaires. J'ai des amis qui auraient pu m'aider mais je ne leur ai rien demandé, je ne voulais rien devoir à personne. Là il s'agit d'une association qui m'aide et que j'aide en retour en participant à des événements comme la bourse aux vêtements. Et puis ça me tient occupée... Sans eux je ne sais pas ce que je serai devenue... Heureusement qu'ils sont là. »* (bénéficiaire, femme, 64 ans, célibataire, petit fils à charge tous les mercredi et le week-end, retraitée, IA2, association de distribution, 26)

*« Je trouve ça bien de payer 2 euros au CCAS, c'est important, rien n'est gratuit dans la vie, c'est normal. »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, 1 enfant à charge, RSA, IA2, association de distribution et distribution de colis au CCAS, 07)

Pourtant, cette fonction sociale de l'aide alimentaire se trouve parfois éprouvée par les rapports complexes qu'entretiennent les ménages avec les bénévoles investis de la distribution de l'aide alimentaire. Si ces derniers peuvent se révéler un soutien important et apprécié, il arrive également que les modalités de relations qu'ils entretiennent avec les bénéficiaires contribuent à ancrer ces derniers dans un sentiment de subordination et mette à mal leur dignité. En effet, sur certains sites enquêtés, plusieurs bénéficiaires ont souligné l'existence de rapports parfois difficiles avec les bénévoles des structures de distribution. Ces difficultés prennent la forme d'un sentiment de suspicion et de subordination qui pèse sur les épaules de certains bénéficiaires. Un tel sentiment semble naître d'incidents isolés ou en série, d'intensité plus ou moins forte.

*« Les relations avec les bénévoles sont parfois difficiles, ils ne se rendent pas compte qu'ils peuvent être blessants. Par exemple je me suis fait engueulée une fois au CCAS car j'étais venue sans sac. Je suis partie sans prendre mon colis, j'étais trop énervée. J'ai déjà été SDF, je sais que tout ce qu'il nous reste, c'est la dignité. »* (Bénéficiaire, femme, 25 ans, séparée, 1 enfant à charge, RSA, IA2, association de distribution et distribution de colis au CCAS, 07)

*« Ils nous engueulent un peu. Une fois j'y suis allée 3 semaines de suite au lieu de tous les 15 jours, car l'assistante sociale l'avait décidé. Elles m'ont fait des réflexions « attention c'est tous les 15 jours, on veut pas vous voir la semaine prochaine ». J'avais vraiment l'impression qu'elles ne voulaient pas me donner à manger. C'est vexant, c'est blessant car je ne viens pas pour le plaisir. »* (Bénéficiaire, femme, 44 ans, célibataire, 3 filles de 13, 11 et 8 ans, ASS, IA3, association de distribution, 26)

Selon des membres d'une association de bénéficiaires du RSA ayant déjà fréquenté les dispositifs d'aide alimentaire, ces tensions trouveraient notamment leur origine dans l'absence de connaissance des publics bénéficiaires de la part des bénévoles, souvent plus âgés et appartenant à d'autres catégories socioprofessionnelles.

*« (...) on est accueillis par des bénévoles retraités, condescendants. Tout le contexte est difficile, la queue, les regards qui disent « celle-là, qu'est ce qu'elle fait là, elle est bien habillée pour une pauvre », c'est le jugement permanent. On a l'impression d'être des enfants, irresponsables, c'est très culpabilisant. »* (Non-bénéficiaires, association de bénéficiaires du RSA, 07)

Ce regard est partagé par certains directeurs de structures qui soulignent l'importance de travailler avec les bénévoles sur l'accueil des bénéficiaires :

*« Certains bénévoles font des remarques sur les voitures de certains bénéficiaires ou sur leur corpulence en jugeant qu'ils semblent pas dans le besoin. On leur explique qu'on ne sait jamais ce qui peut leur être arrivé dans la vie, que nous ne sommes pas là pour juger. C'est d'autant plus compliqué que nous sommes dans un petit canton et que chacun se connaît de loin, d'où certains présupposés infondés... »* (association locale, 26)

Enfin, certains bénéficiaires regrettent que toutes les structures ne leur permettent pas de se porter bénévoles et ainsi de participer à la gestion et à l'animation de la distribution ou d'autres activités. Ils y voient un élément supplémentaire de subordination vis-à-vis du dispositif et de suspicion à leur égard.

*« Aller aux Restos, c'est difficile, on avait honte de le faire. Chacune d'entre nous a voulu être bénévole pour avoir moins honte. Mais ce n'est pas possible, on ne peut pas être bénéficiaire et bénévole. Ils ont peur qu'il y ait des vols. Cela veut dire qu'ils partent du principe que les pauvres sont malhonnêtes. On trouve ça scandaleux, les restos pourraient très bien être gérés par les bénéficiaires. »* (Non-bénéficiaires, association de bénéficiaires du RSA, 07)

### **Type 3- Mme K, 35 ans, multi activatrice de l'aide alimentaire en raison d'un déficit budgétaire structurel**

Mme K., 35 ans, vit seule avec ses deux enfants (13 et 10 ans) depuis le décès de son conjoint, survenu brutalement l'an dernier. Bénéficiaire des aides sociales depuis de nombreuses années, elle perçoit le RSA auquel s'ajoutent environ 200 euros mensuels de prestations sociales. Locataire d'un T3 depuis 12 ans au sein du parc social, Mme K. doit s'acquitter de 100 euros de loyer mensuels - APL déduites - auxquels s'ajoutent environ 150 euros de charges (gaz et électricité).

Malgré l'absence de dettes et la mise en œuvre de multiples stratégies afin de limiter ses dépenses, Mme K. explique être en déficit budgétaire structurel ; *« Je n'ai pas de factures en retard, je me fais prélever dès que le RSA et les allocations tombent. En début de mois, je tire 300 euros, puis je donne ma carte bleue à ma mère pour être sûre de ne pas céder jusqu'à la fin du mois. Pourtant je finis toujours le mois dans le rouge, pas énormément, mais de 50 euros ».*

Face à ce constat, Mme K. n'a pas d'autre choix que de solliciter l'aide alimentaire sous ses différentes formes. Elle fréquente ainsi de manière hebdomadaire deux associations de distributions de paniers, et demande ponctuellement l'aide de l'assistante sociale afin d'avoir accès à des bons alimentaires ; *« comment vous voulez que je fasse autrement ? En faisant comme cela je suis déjà à 0 à la fin du mois, il ne me reste plus rien du tout, alors sans les distributions, ... ».* Au fil des ans et de l'accumulation de difficultés, Mme K. s'est peu à peu coupée de son réseau social. Elle a aujourd'hui très peu de contact avec l'extérieur, hormis sa mère, elle aussi bénéficiaire de l'aide alimentaire ; *« J'ai plus d'amis, je me suis faite avoir trop de fois dans le passé. Lorsque j'ai eu des difficultés, personne n'a été là pour moi. J'ai seulement ma mère qui elle aussi est en difficulté financière. Avant, on allait manger chez elle, elle nous invitait avec mes enfants, mais aujourd'hui ce n'est plus possible. Ce n'est pas de sa faute. »*

Les contacts entretenus avec les bénévoles des associations fréquentées importent beaucoup pour Mme K. qui trouve une forme de réconfort dans ses échanges qui participent à déculpabiliser son recours ; *« les bénévoles sont très gentils aux restaurants du cœur comme au secours populaire. On parle un peu, ils demandent comment ça va. On peut leur raconter parce que de toute façon ils savent bien que si l'on est ici, c'est que l'on est en difficulté. ».* A l'inverse, les rapports avec les services sociaux sont plus complexes. Cette tension prend naissance dans le sentiment de Mme K. d'être insuffisamment soutenue par son assistante sociale. *« Je me débrouille pour payer toutes mes factures, et cela, même si il faut que je me prive sur la nourriture. Alors évidemment, comme je n'ai pas d'impayé, elle pense que tout va bien. Mais ce n'est pas vrai, on ne mange pas assez, on ne mange pas de tout. Mon fils Thomas a 10 ans et fait de l'anémie parce que l'on ne mange pas assez de viande, vous trouvez ça normal ? Les assistantes sociales, il faut les supplier pour avoir un bon, à tel point que j'y vais de moins en moins. »*

Mme K éprouve un fort sentiment d'impuissance vis-à-vis de sa situation, conséquence d'une précarité installée qui n'arrive pas à être dépassée malgré de nombreux efforts fournis. Cette situation sclérosée impacte directement le moral de Mme K., et son rapport à l'alimentation, *« je suis complètement déprimée. Trop de soucis, et je vois pas comment je vais m'en sortir. Avec mes enfants on n'arrive plus à profiter de la vie, on n'a pas assez d'argent pour faire autre chose que galérer. Même au niveau de l'alimentation, je le ressens, je n'ai plus d'appétit, je mange de moins en moins, d'un côté parce que je préfère donner à mes enfants, et de l'autre côté parce que j'ai l'appétit coupé. »*

#### IV.4 Type 4 : les ménages qui n'ont d'autre levier à activer que le recours à l'aide alimentaire (« mono-gestionnaires »)

Les ménages de cette catégorie ne « gèrent » pas la contrainte alimentaire, car leurs marges de manœuvre sur ce plan sont en effet quasi inexistantes. Ces ménages subissent totalement la contrainte alimentaire et ne peuvent activer qu'un seul levier, celui de l'aide alimentaire. Nous avons donc choisi pour les qualifier le terme de « mono-gestionnaires ».

##### **a) Des ménages sans aucune ressources, la plupart du temps en difficulté au plan du statut administratif et / ou résidentiel**

Cette catégorie de ménages regroupe des personnes qui expérimentent un parcours « de galère », caractérisé par les difficultés généralisées, tant sociales qu'économiques, administratives, ou résidentielles, qui se cumulent et se renforcent.

Ces difficultés se traduisent par exemple par :

- **l'absence de titre de séjour** ou de documents en règles, ou un statut administratif en attente de règlement (demande d'asile)
- **l'absence de logement propre** : hébergement chez un tiers, à l'hôtel, voire absence d'hébergement
- **l'absence (ou l'extrême précarité) des ressources financières**, liées à l'impossibilité d'occuper un emploi

Dans le cadre de notre échantillon, la figure la plus emblématique de cette catégorie de ménage est celle **du ménage sans papiers logé à l'hôtel, et ne bénéficiant d'aucune ressource financière**. Mais l'on rencontre également des personnes au profil plus similaire à celui de notre type 3 précédemment évoqué, mais qui rencontrent des difficultés spécifiques (problèmes psychologiques...), expérimentent des conditions de logement précaires, ne bénéficient d'aucun réseau d'entraide et se sont quelque peu marginalisés.

Parmi ces ménages, nombreux sont ceux qui ne sont pas intégrés aux circuits de l'action sociale : leur situation administrative les place hors cadre, hors critères. Les aides financières qu'ils mobilisent sont des aides ponctuelles et non pérennes, qui n'assurent pas un minimum de ressources stables.

Leur réseau d'entraide est peu étendu et difficile à mobiliser : pour les personnes immigrées, il s'agit d'un réseau communautaire parfois éloigné géographiquement. Les autres ménages de cette catégorie ont peu de ressources familiales et sont relativement désocialisés.

Pour ces ménages, l'alimentation est une préoccupation forte, qui s'appréhende au jour le jour. L'impératif est celui de pouvoir se nourrir afin de répondre à des besoins vitaux. Mais les préoccupations liées au logement sont également très prégnantes, en raison du

caractère extrêmement précaire et de l'instabilité des conditions de logements expérimentées.

### **b) L'aide alimentaire, une aide « à la survie »**

Certains ménages dépendent presque essentiellement de l'aide alimentaire pour satisfaire leurs besoins quotidiens. Cette aide leur assure, sur une base régulière, d'avoir accès à un minimum de denrées.

*« Avant de venir ici [à l'accueil de jour], je ne mangeais pas tous les jours du tout. Quelques fois, je prenais un sandwich, et puis c'est tout... mais je ne mangeais pas un plat normal. Ici, je peux manger tous les jours, sauf quand c'est fermé, samedi et dimanche. L'alimentation au quotidien est définitivement un gros problème, mais ça serait pire sans ici. Ils m'aident et ça me permet de tenir toute la journée. »* (bénéficiaire, homme, 32 ans, célibataire, sans papiers, hébergé chez un tiers, IA4, repas chauds, 93)

Pour ces ménages, l'aide alimentaire représente donc le filet de sécurité sans lequel ils seraient contraints de ne pas s'alimenter tous les jours. Les denrées auxquels ils ont accès via l'aide alimentaire représentant leur seule source d'approvisionnement :

*« L'épicerie et les restaurants du cœur ça aide beaucoup. Sans eux, il y a des jours où je n'aurais même pas à manger, je ne sais pas comment je ferais. »* (Bénéficiaire, femme, 56 ans, séparée, 3 enfants, RSA, locataire dans le privé, IA4, épicerie sociale, 93)

*« Si je ne viens pas ici, je ne mange pas. »* (bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, IA4, association de distribution, 26)

### **c) Mais une aide insuffisante en quantité, qui ne comble pas les besoins nutritionnels**

Les ménages n'étant pas en mesure de compléter les denrées distribuées à l'aide alimentaire en s'appuyant sur d'autres sources d'approvisionnement, leurs apports nutritionnels en dépendent largement. Mais dans la mesure où les dispositifs d'aide alimentaire ne sont pas conçus pour fournir l'intégralité des repas, mais pour venir en appoint de l'alimentation courante, ces ménages sont contraints à **une forme de sous alimentation chronique**. Généralement bénéficiaires de distribution de denrées, ils se trouvent contraints de sauter des repas afin de « tenir » jusqu'à la prochaine distribution, une semaine ou 15 jours après.

*« Quantitativement, nous n'avons pas assez avec ce que donne l'aide alimentaire. (...) Comme je n'ai pas de revenus, c'est compliqué d'aller faire des courses à côté. Il faut vraiment faire avec ce que nous donne le Restaurant du cœur, et puis en été, se débrouiller comme on peut. »* (Bénéficiaire, Femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)

« A la fin de la semaine j'arrive au bout de mes boîtes. Si je mangeais le soir, il me faudrait deux colis par semaine. » (Bénéficiaire, femme, 71 ans, veuve, plus d'enfant à charge, retraitée, IA3, association de distribution, 07)

« Le colis ne fait pas 15 jours. (...) Je mange une fois par jour, le soir. Si je mange le midi, ensuite j'ai à nouveau faim le soir. » (bénéficiaire, homme, 33 ans, célibataire, en recherche d'emploi, ASS, IA4, association de distribution, 26)

Au-delà de cette insuffisance « quantitative », les bénéficiaires identifient une insuffisance « qualitative ». Ces ménages qui sont entièrement tributaires de ce qui leur est donné en matière d'aliments, regrettent ainsi le **manque d'adaptation des produits proposés aux besoins physiologiques.**

« Le matin, on va te donner du pain et du café noir. Comme tu n'as pas les moyens, tu es obligé de l'accepter. Quand tu prends du pain, un café noir et du fromage.... oui, c'est à manger. Mais ça ne donne pas d'énergie. Ça ne te met pas en super forme, ça te fait juste gonfler (...) A un moment, j'évitais même de manger trop de pain, car ça provoque de la constipation à force, ça me stresse et je suis tout tendu. » (bénéficiaire, homme, 28 ans, célibataire, sans ressources, à l'hôtel, IA2, repas chauds, 93)

#### **d) Des produits parfois peu adaptés aux contraintes matérielles des personnes concernées ou à leurs pratiques alimentaires**

Ces ménages mono-gestionnaires sont également contraints, dans leur alimentation, par le type de produits distribués. Or, les dispositifs d'aide alimentaire ne semblent pas toujours prendre en compte leurs pratiques alimentaires et leurs contraintes particulières. Ces ménages **ne sont en effet pas toujours en mesure d'ajuster les modes de préparation des aliments selon leurs souhaits, faute de pouvoir stocker et de disposer du matériel nécessaire pour cuisiner.**

Par ailleurs, les produits distribués s'avèrent parfois ne pas correspondre aux pratiques alimentaires habituelles de ces ménages : ces derniers se trouvent alors quelque peu désemparés, ne sachant comment faire pour s'alimenter correctement avec ce qui leur est distribué. Au delà d'une question de goût, il s'agit d'une **question d'adaptation à des modes d'alimentation radicalement différents, supposant des routines, des rythmes de prise alimentaire et des pratiques spécifiques en matière de préparation des aliments que certains ménages rencontrés, notamment les immigrés primo-arrivants, peinent à intégrer.**

Ils soulignent alors leur méconnaissance des produits et de leur préparation, et paradoxalement le sentiment de ne pas parvenir à combler la faim qui en résulte :

« Du fait qu'on est d'une origine différente, il faudrait penser aussi à nos spécificités exotiques car nous, on mange beaucoup de semoule et ici, ils n'en donnent jamais. Si on mange français, on a faim comme si on n'avait pas mangé ! (...) Le pain, ça ne peut pas remplacer, le

*pain c'est pour prendre le thé le matin, mais pas pendant les repas. » (Bénéficiaire, homme, 41 ans, célibataire, sans papiers, sans emploi et sans ressources, hébergé, IA3, centre de distribution alimentaire, 57)*

*« C'est vrai, il y a des repas ici [accueil de jour] qui ne me plaisent pas. (...) C'est surtout que je ne suis pas habitué et que je ne connais pas ça. Les lentilles en soupe par exemple, je n'apprécie pas. Pour moi, ça devrait être accompagné de quelque chose. Les pommes avec du chou... je ne me reconnais pas dans ça. Je préfère ne pas en prendre. La façon dont c'est cuisiné peut ne pas me donner d'appétit (...) J'aurais envie de manger des trucs un peu solides comme du manioc, du makabo, de l'igname, de la banane plantain, pour essayer de varier par rapport à la farine et au blé. Et je me suis habitué, je connais mieux » (bénéficiaire, homme, 28 ans, célibataire, sans ressources, à l'hôtel, IA2, repas chauds, 93)*

Par ailleurs, les produits distribués par les dispositifs, s'ils ne sont pas complétés, ne permettent pas toujours de cuisiner comme le signale cet homme qui regrette l'absence d'huile dans les paniers qu'il reçoit.

*« On aime bien préparer nous-mêmes à manger. Les haricots en boîte je mets du piment, les conserves, quand j'en prends, je les re-cuisine. Mais ici, ils pensent que les gens mariés ou les familles nombreuses sont les seuls à faire la cuisine, ils pensent que quand on est seul, on ne cuisine pas. Ils ne donnent pas d'huile par exemple. » (Bénéficiaire, homme, 41 ans, célibataire, sans papiers, sans emploi et sans ressources, hébergé, IA3, centre de distribution alimentaire, 57)*

Plusieurs des ménages rencontrés appartenant à cette typologie sont hébergés chez un tiers ou vivent à l'hôtel. Ils ne disposent donc pas d'adresse et se voient refuser l'accès à certains dispositifs sur ce motif. Si les pratiques sont variables d'un territoire à l'autre ce témoignage illustre bien le décalage qui peut exister entre les besoins de ces publics et l'offre locale.

*« Je ne peux aller qu'au restaurant du cœur parce que j'ai pas d'adresse comme je suis à l'hôtel. Il y a une épicerie sociale dans la ville où j'ai l'hôtel, mais je ne peux pas y aller. Je ne comprends pas pourquoi alors que je n'ai aucun revenu. En plus, c'est compliqué parce que les restaurants du cœur ferment l'été, alors je suis très inquiète. L'an dernier, l'assistante sociale m'a fait un papier pour que j'aille dans une autre ville. Sinon, je n'avais plus rien à manger. » (Bénéficiaire, femme, 40 ans, séparée, 1 enfant, sans ressource, sans papier, à l'hôtel, IA4, circonscription des publics en errance du conseil général, 93)*

Le caractère qualitatif de notre étude ne nous permettent pas d'affirmer de manière assurée qu'il existe une surreprésentation de certains types de ménages en fonction des territoires. En revanche, nous constatons que la majorité des ménages de type 4 a été rencontrée dans le département de Seine-Saint-Denis, notamment les ménages sans papiers logés à l'hôtel. Cela peut être lié à la mobilisation de la Circonscription spécialisée d'Accueil des Publics en Errance du Conseil général pour l'orientation des publics.

Par ailleurs, l'hypothèse selon laquelle les ménages vivant en milieu rural souffriraient de difficultés plus importantes d'accès aux structures d'aide alimentaire, pour des raisons

géographiques, n'a pas été validée au cours de l'étude. En effet, les entretiens montrent que **la question de l'accessibilité géographique des structures d'aide alimentaire se pose aussi fortement pour les ménages vivant en milieu urbain dense** : comme l'ont indiqué plusieurs ménages rencontrés, l'absence de ressources entrave l'utilisation des transports en commun et freine l'accès à certaines structures.

***Madame S., sans papier et sans ressource dont l'accès à l'alimentation est subordonné aux distributions de colis des restaurants du cœur.***

Madame S., 40 ans, vit seule avec son fils de 10 ans et est hébergée depuis 1 an dans un hôtel d'Aubervilliers. Anciennement résidente aux Etats-Unis, Mme S. a préféré quitter son pays d'adoption à la suite de son divorce motivé à la suite de violences conjugales. De nationalité marocaine, Mme S. a, par la suite, choisi de s'installer en France de manière à s'abstraire des pressions familiales, et cela, bien qu'elle ne dispose pas de titre de séjour.

Sa situation administrative engendre l'impossibilité d'accéder à un emploi légal ainsi qu'aux aides sociales de droit commun. Ainsi, Mme S., hormis quelques heures de ménages rémunérées au noir, est actuellement dépourvue de ressources et dispose uniquement d'aides ponctuelles du Conseil Général mobilisées au titre de la protection de l'enfance, et de quelques revenus ponctuels ; *« J'ai 2 heures de ménages toutes les deux semaines, ça fait un peu près 40 euros par mois, sinon je n'ai rien ! De temps en temps, l'assistance sociale me fait un bon pour payer la cantine de mon fils. Mais c'est tout. »*

En conséquence, l'aide alimentaire constitue pour Mme S. le seul levier d'approvisionnement possible afin d'accéder à des denrées alimentaires. En outre, comme Mme S. n'est pas domiciliée, elle ne peut accéder à l'épicerie sociale de sa commune et dépend uniquement des paniers distribués par les restaurants du cœur. Cette dépendance constitue une angoisse importante pour Mme S. qui explique être très inquiète lors de l'arrivée de la période estivale qui est synonyme de la fermeture des restaurants du cœur ; *« L'arrivée de l'été ça m'angoisse, il n'y a plus les restaurants du cœur. L'an dernier, l'assistante sociale m'a fait un mot exceptionnellement pour que j'aille dans une autre association. J'espère que cette année on pourra faire la même chose. Sinon je ne sais pas comment on va manger. Je n'ai que ça ! »*. Ces tensions au regard de l'alimentation poussent Mme S. à sauter très régulièrement des repas et à privilégier l'apport en aliments énergétiques qui parviennent davantage à combler la sensation de faim.

Par ailleurs, Mme S. apparaît peu mobile et très contrainte dans ses déplacements, faute de ressources : *« Je fais tout à pieds. J'ai trop peur de payer une amende dans les transports. Alors il y a plein d'endroits où je ne peux pas aller, comme l'association où ils donnent des repas chauds gratuitement. Je sais qu'elle existe, mais c'est trop risqué d'y aller »*. En outre, Madame M. explique ne pouvoir compter que sur un réseau familial très réduit (une tante), dont les liens se distendent en raison de la faible capacité de Madame M. à être mobile ; *« toute ma famille est au Maroc, sauf une de mes tantes qui a un petit pavillon dans le 93. Elle a un potager et lorsque j'y vais elle me donne quelques fruits et légumes. Mais on y va que 2 fois dans l'année, parce que il faut prendre le RER et on n'a pas l'argent pour le payer. »*

Hébergée à l'hôtel avec son fils, Mme S. éprouve de grandes difficultés logistiques à gérer la préparation et le stockage des aliments ; *« Pour faire la cuisine, ce n'est vraiment pas pratique. Dans la cuisine commune, il y a un tout petit réfrigérateur, deux petites plaques et un micro-onde, mais ça ne marche pas très bien et les gens volent, alors je ne les utilise pas. En plus, en général, c'est très sale. Moi, même si c'est interdit, j'ai dans ma chambre, une plaque, et un four-micro-onde, je prépare*

*comme cela. Le problème est pour stocker les aliments au frais, en hiver ça va mais l'été, c'est compliqué. Et puis, les odeurs aussi, parce que l'on cuisine dans la pièce où l'on mange, où l'on dort où l'on fait tout. »*

## Partie III – Pistes de réflexion et perspectives

---

## CHAPITRE I. LES ATTENTES DES MENAGES MODESTES A L'EGARD DE L'ALIMENTATION ET DE L'AIDE ALIMENTAIRE

---

De par son statut de consommation nécessaire, l'alimentation occupe une place particulière dans le quotidien et le budget des ménages. Mais si s'alimenter constitue un acte vital par définition, c'est aussi un acte porteur d'un sens social fort : ce que l'on mange reflète à la fois sa situation économique mais aussi sa position au sein de la société<sup>94</sup>. L'acte de se nourrir renvoie à des fonctions sociales, parentales, etc. Pour beaucoup, ne pas être en mesure de satisfaire à ses propres besoins alimentaires constitue ainsi le marqueur d'une forme de déchéance sociale, ou à tout le moins, d'une grande précarité susceptible de les placer dans une situation de dépendance vis-à-vis des aides publiques et/ou de les exclure de la société, en les positionnant aux marges de celle-ci.

Cette place particulière qu'occupe l'alimentation pour les ménages peut expliquer en partie le phénomène du non-recours à l'aide alimentaire : bien qu'étant en situation d'insécurité alimentaire, des ménages ne se tournent pas vers les dispositifs car ils ignorent pouvoir en bénéficier ou car ils y voient le symbole d'un déclassement qu'ils ne peuvent se résoudre à accepter. En effet, les ménages se représentent l'aide alimentaire comme essentiellement destinée à une population urbaine très marquée socialement et confrontée à des problématiques extrêmement lourdes (sans domicile fixe, sans papiers...)... ce qui tend à les en éloigner de fait.

Certains d'entre eux, de plus en plus nombreux si l'on en croit les chiffres de fréquentation des associations de distribution, parviennent pourtant à dépasser ces réserves. Bien que cela se fasse parfois au prix d'une souffrance sociale très vive, bénéficier de l'aide alimentaire constitue, pour de nombreux ménages, l'unique moyen d'accéder à des denrées. L'aide alimentaire répond alors à une situation d'urgence en fournissant le minimum vital et permet de continuer à vivre et à préserver son foyer, quand tout semble s'être écroulé.

Si l'aide alimentaire est, dans certains cas, mobilisée ponctuellement pour dépasser une situation temporairement difficile vis-à-vis de l'alimentation, elle peut aussi être sollicitée comme un levier structurel de gestion des contraintes budgétaires. Dans un contexte de renforcement croissant des précarités sociales et d'élargissement du « désavantage social »<sup>95</sup>, les acteurs locaux doivent ainsi faire face à une inscription durable des ménages dans les dispositifs de l'aide alimentaire. L'entrée dans le circuit d'aide n'est alors pas l'alimentation mais la difficulté à équilibrer ou rééquilibrer son budget, pour des individus fragilisés par le chômage, le coût du logement, la maladie ou encore les ruptures familiales. Or, quand ces situations de précarité s'installent et perdurent, le rôle des dispositifs peut-être interrogé, puisque l'inadéquation entre l'offre, les pratiques et besoins des ménages apparaît avec acuité. Lorsque les dispositifs ne constituent plus un « coup de pouce » mais

---

<sup>94</sup> Baudelot et Establet, *Maurice Halbwachs Consommation et Société*, Paris, PUF, « Philosophies », 1994.

<sup>95</sup> Schwartz O., 2009, « Vivons-nous encore dans une société de classes ? Trois remarques sur la société française contemporaine », *La Vie des idées*, 22 septembre 2009.

représentent une constante avec laquelle il faut composer au quotidien, les ménages formulent à leur égard des attentes plus fortes et plus poussées.

### I.1. Des attentes variables et des formes d'aide alimentaire plus ou moins adaptées selon les « types » de ménages

Les ménages n'ont pas exactement les mêmes attentes envers les dispositifs d'aide alimentaire en fonction de la situation économique, sociale, familiale et résidentielle dans laquelle ils se trouvent. Selon qu'ils disposent ou non d'un emploi (et donc de contraintes horaires professionnelles), d'un logement personnel, d'un réseau familial ou social sur lequel s'appuyer, etc., les ménages n'ont pas la même vision de l'aide alimentaire, ni le même ressenti quant à la forme d'aide alimentaire qui, parmi celles existantes, s'avère ou s'avèrerait pour eux la plus adaptée.

Au regard des témoignages recueillis lors de l'enquête sur site, il ressort que :

- **les bons alimentaires et aides financières correspondent surtout aux « autogestionnaires » de notre typologie, c'est-à-dire à des publics nouvellement pauvres ou fragilisés, non inscrits dans un parcours de précarité et ne s'orientant pas spontanément vers les dispositifs d'aide alimentaire**, qu'ils assimilent très souvent à des « dispositifs sociaux » ou « très sociaux » réservés à une population en grande précarité à laquelle ils n'imaginent pas appartenir. Les bons ou aides financières sont d'autant plus adaptés à ces publics que ceux-ci sont clairement en demande d'un coup de pouce financier à court ou moyen terme qui leur permette de faire face au brutal décalage entre leurs revenus et leurs dépenses mensuelles, dans l'attente d'un réajustement et d'une régulation de leur gestion budgétaire.
- **les épiceries sociales ou solidaires sont surtout adaptées aux « ménages dans la gestion indirecte », soit à des publics aux ressources structurellement peu élevées et/ou instables, s'inscrivant dans une logique d'économie pour l'ensemble des postes de dépenses de consommation courante, dont l'alimentation.** Les prix pratiqués dans les épiceries sociales ou solidaires permettent en effet à ces ménages (qui se voient exclus d'un certain nombre d'aides sociales réservées aux bénéficiaires de minima sociaux ou aux personnes sans ressources) de réduire leurs dépenses alimentaires et de faire ainsi les économies nécessaires pour régler une dette et/ou réaliser des achats importants. L'apport financier indirect que constitue pour eux l'aide alimentaire permet le maintien, dans une certaine mesure, des pratiques alimentaires habituelles.
- **les dispositifs innovants du type jardins partagés, paniers solidaires, etc., sont enfin particulièrement adaptés aux attentes des ménages qualifiés de « multi-activateurs »**, pour qui les produits de l'aide alimentaire font partie du quotidien depuis plusieurs années (de manière régulière ou non) et qui disposent de peu de marges de manœuvre pour compléter les denrées proposées. Ces ménages portent

sur l'aide alimentaire un regard plus volontiers critique que les autres catégories de ménages, et insistent particulièrement sur l'absence de diversité, la faible qualité de l'alimentation proposée, et le manque d'autonomie des bénéficiaires dans le choix des produits. Ainsi, les dispositifs favorisant les circuits courts et la participation active des bénéficiaires semblent tout particulièrement adaptés à ce type de ménages.

- **les repas chauds représentent une forme d'aide alimentaire en adéquation avec les besoins des ménages qualifiés de « monogestionnaires », sans ressources financières ni réseau d'entraide, la plupart du temps logés à l'hôtel.** En effet, ces ménages, qui dépendent totalement de la distribution d'aide alimentaire pour se nourrir, n'ont pas la possibilité de stocker les aliments et ne disposent pas de l'espace ni du matériel nécessaires pour cuisiner. Dans ce contexte, ils ont des difficultés à utiliser les denrées alimentaires des paniers ou celles fournies par les épiceries sociales ou solidaires. Bien qu'ils restent assez critiqués par les ménages autogestionnaires (notamment en termes de qualité gustative et nutritionnelle), et qu'ils ne s'avèrent a priori pas forcément compatibles avec la vie de famille, les repas chauds incarnent la seule forme d'aide alimentaire adaptée à leur situation vis-à-vis du logement.

## I.2. Des attentes transversales à l'ensemble des ménages rencontrés

Malgré cette variabilité des attentes des ménages envers l'aide alimentaire selon leur profil, un **corpus de dénominateurs communs regroupant les attentes des individus en insécurité alimentaire a aussi pu être identifié**. Il émane à la fois de l'analyse du rapport à l'alimentation des ménages rencontrés, qu'ils soient bénéficiaires ou non, et des critiques portées par les ménages bénéficiaires. Il en ressort que les ménages en situations d'insécurité alimentaire formulent des attentes vis-à-vis des dispositifs allant à la fois dans le sens du modèle alimentaire français et d'une participation active des usagers :

- **Des produits d'une certaine qualité et correspondant à leurs goûts et pratiques alimentaires (c'est-à-dire frais, sains, et goûteux).** Sensibles à la culture du « bien manger » et attentifs aux scandales alimentaires, les ménages souhaitent pouvoir accéder à des produits de qualité dont ils connaissent la provenance et apprécient les valeurs gustatives. **Ils ne sont ainsi pas « prêts à tout manger » au prétexte qu'ils se trouvent en difficulté.**

**Une diversité des denrées permettant une alimentation équilibrée et moins monotone.** Les ménages rencontrés se sont apparemment appropriés les messages de santé publique recommandant une alimentation équilibrée et diversifiée. Nombreux sont ceux qui souhaitent pouvoir manger un minimum de fruits, de légumes, de laitage et de viande. Ce désir est d'autant plus vif que les ménages sont ancrés dans la précarité sur le long terme et **subissent un champ des possibles alimentaire restreint et monotone**, essentiellement fondé sur les « produits de base » (pâtes, riz, conserves de légumes et de plats préparés).

- **L'accès à une certaine autonomie** qu'il s'agisse de choisir les produits ou d'être acteur dans son rapport au dispositif et aux bénévoles. Le désir d'autonomie peut en effet prendre deux sens tout aussi importants. Il porte d'abord sur la possibilité de pouvoir choisir les denrées alimentaires sans être contraint par les dispositifs et leur organisation (panier préparés à l'avance, impossibilité d'échange, système de points restrictif...). Ce désir porte ensuite sur la possibilité d'être davantage acteur de sa participation au dispositif. Une grande partie des bénéficiaires rencontrés font état de la difficulté, sur le plan de l'image et de l'estime de soi, de se voir inscrits dans un système de « don sans contrepartie » les contraignant à une position passive de « receveurs de l'aide ». Ils souhaiteraient davantage prendre part au dispositif dans une logique de *capacitation* ou « *pouvoir d'agir* »<sup>96</sup>, afin de moins se sentir redevables et d'enclencher une véritable dynamique de sortie de l'exclusion.

### I.3. L'émergence d'expériences innovantes en matière d'aide alimentaire, autour de la promotion des « circuits courts » et de la réciprocité du don

Au regard des besoins et attentes des ménages rencontrés (qualité / diversité / autonomie), il a été réalisé, lors de la troisième phase de la mission, une recherche de pratiques ou d'expériences innovantes, dans le champ de l'aide alimentaire ou de l'alimentation de manière générale, susceptible de répondre à ces attentes. Cette recherche s'est effectuée par la compilation de données et sources d'information immédiatement disponibles, notamment d'études ou de travaux de recherche et de capitalisation déjà produits sur le sujet, qui nous ont permis d'identifier des acteurs référents auprès desquels ont été conduits des entretiens complémentaires<sup>97</sup>.

Les investigations réalisées ont en effet montré que la question de l'accès à l'alimentation fait l'objet de diverses **expériences, le plus souvent à l'interface entre l'action sociale et l'économie sociale et solidaire**. Comme nous l'évoquions dans le chapitre I de ce document, des formes alternatives à l'aide alimentaire classique ont progressivement émergé. Ces actions, pour la plupart très localisées (à l'exception du programme Uniterres et des chantiers d'insertion portés par l'ANDES, ainsi que des Jardins de Cocagne), sont montées par des structures de divers types (associations, centres sociaux, CCAS,...). Elles visent à **favoriser l'accès des ménages modestes à des paniers de légumes, fruits et produits frais** (le plus souvent issus de l'agriculture biologique).

Parmi les actions repérées, certaines reposent sur une organisation quelque peu similaire aux Associations pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne (AMAP). Des marchés sont ainsi conclus entre des structures (CCAS, centres sociaux, épiceries sociales) et des agriculteurs locaux : ces derniers fournissent les structures concernées en produits frais de

<sup>96</sup> Ces expressions renvoient au terme anglo-saxon couramment employé d'*empowerment*.

<sup>97</sup> Parmi les structures et experts interrogés ayant travaillé sur le champ, citons notamment : Dominique Paturel, chercheuse à l'INRA experte de l'innovation alimentaire, Matthieu Dubois de Labarre (Université de Bordeaux – centre Emile Durkheim, spécialiste de l'*empowerment*, ou *pouvoir d'agir*, alimentaire), ainsi que l'ANDES.

saison tout au long de l'année ; en contrepartie, les ménages s'engagent à bénéficier de ces produits sur une durée préétablie, qui varie en fonction des projets (3 mois, 6 mois...). Afin de rendre ces paniers de produits frais accessibles aux ménages aux revenus modestes, un système de tarification « solidaire » peut être mis en place : les prix des paniers, calculés par exemple à partir du quotient familial des ménages, varient donc en fonction de leurs ressources<sup>98</sup>. Dans certains projets, les systèmes de groupement d'achat permettent également de négocier, avec les agriculteurs, les tarifs les plus avantageux.

D'autres projets (ex. les Jardins de Cocagne) ne reposent pas sur la contractualisation avec des agriculteurs locaux, mais sur la production de fruits et légumes par le biais de chantiers d'insertion. A l'instar des actions évoquées précédemment, une partie de la production est alors vendue à des tarifs adaptés aux ménages à faibles ressources.

De façon transversale, la caractéristique commune des actions repérées est de reposer sur quelques principes forts :

- la **promotion des circuits courts<sup>99</sup> et le maintien d'une production agricole locale** : plusieurs actions repérées visent en effet, au delà de l'aide alimentaire, à participer au développement de l'agriculture paysanne locale, en établissant des liens avec les agriculteurs en difficulté, économique, en cours d'installation ou en conversion à l'agriculture biologique ;
- la **participation active et le pouvoir d'agir des bénéficiaires** : ces derniers se trouvent en effet valorisés par leur reconnaissance comme « acteurs » de la solidarité (à l'égard des agriculteurs en difficulté) ou par leur participation active au dispositif (chantiers d'insertion, participation bénévole à la confection des paniers, systèmes d'adhésion et de participation aux instances de suivi du dispositif...);
- la **logique de développement de projets collectifs** en opposition à une logique d'aide, et une volonté d'entraide citoyenne entre producteurs et consommateurs : les actions valorisent ainsi la promotion du lien social, en favorisant les échanges à la fois entre bénéficiaires, et entre bénéficiaires et agriculteurs (rencontres, visites de l'exploitation...).

Nous avons sélectionné, en lien avec les chercheurs interrogés, quelques exemples d'actions susceptibles d'alimenter nos trois axes de travail, en décrivant leur contenu et les moyens mobilisés pour les mettre en œuvre. Ces actions sont détaillées sous forme de fiches, en annexe de ce rapport.

Les actions présentées sont toutes des actions françaises. Il est à noter que les acteurs ressources interrogés nous ont orientés vers des actions conduites en France, mais n'ont

---

<sup>98</sup> Ces actions bénéficient alors de subventions publiques afin de combler le différentiel entre le prix d'achat et le prix de vente des produits.

<sup>99</sup> Le terme de « circuit court » désigne un mode de commercialisation des produits agricoles qui s'exerce soit par la vente directe du producteur au consommateur, soit par la vente indirecte à condition qu'il n'y ait qu'un seul intermédiaire.

pas été en mesure de nous orienter vers des actions réalisées hors du territoire national, à l'exception d'un groupe de travail Belge<sup>100</sup> qui mène une réflexion autour du « droit à l'alimentation ». Il faut souligner qu'au moment de l'étude, la plupart des expériences et réflexions internationales repérées lors des recherches documentaires portent sur l'amélioration de la sécurité alimentaire dans les pays en voie de développement, ce qui correspond peu au cadre de la mission.

---

<sup>100</sup> *Une Cohérence des politiques pour le droit à l'alimentation*, Coalition contre la faim, Avril 2014. Si cette initiative est intéressante car elle présente une réflexion globale sur le « droit à l'alimentation » (lien alimentation/agriculture, sécurité alimentaire, accessibilité et diversité, etc.), elle se fait néanmoins dans le cadre d'une politique de soutien au développement des pays émergents.

### II.1. Faire connaître l'aide alimentaire et améliorer le repérage des ménages en insécurité alimentaire

Comme nous l'avons souligné dans la partie II, un certain nombre de situations de non recours à l'aide alimentaire sont liées à la méconnaissance, par les ménages, des types d'aides auxquels ils seraient en droit de recourir. Cette méconnaissance est liée à un éloignement des services sociaux, ainsi qu'à des préjugés concernant les modalités d'accès à l'aide alimentaire, à laquelle les ménages ne pensent pas pouvoir bénéficier. Par ailleurs, les acteurs qui interviennent auprès des ménages en difficulté n'ont pas nécessairement le réflexe de déceler, au-delà d'autres problématiques sociales ou économiques, de possibles difficultés alimentaires.

L'enquête montre que des efforts seraient sans doute à produire afin, d'une part, **de mieux faire connaître les dispositifs d'aide alimentaire, et d'autre part, de favoriser le repérage des situations d'insécurité alimentaire par les acteurs intervenant au contact des ménages en difficulté**. Il s'agirait en particulier de mobiliser davantage l'ensemble des services ou acteurs qui sont au contact des ménages en difficulté dans le repérage des problématiques que peuvent éprouver certains ménages au regard de l'alimentation.

Sur ce plan, les services des communes, qui représentent des interlocuteurs institutionnels de proximité pour un grand nombre d'actes courants de la vie quotidienne, sont susceptibles de jouer un rôle important. Ainsi, **les activités et les services de proximité proposés par les CCAS ou les services municipaux peuvent jouer le rôle de passerelles vers l'aide alimentaire** (fourniture de mobilier, aide aux voyages, service d'aide à domicile et de livraison de repas pour les personnes en perte de mobilité, animations municipales, etc.).

Trois types d'actions pourraient être engagées sur ce plan :

- Une **meilleure information des ménages aux ressources modestes sur l'existence et les modalités d'accès des structures d'aide alimentaire existantes à proximité**. On peut imaginer, par exemple, la diffusion de plaquettes d'information au sein des mairies, centres sociaux, maisons de quartier, services de Protection Maternelle et Infantile, résidences étudiantes, etc.
- Une **action de sensibilisation** des acteurs intervenant dans les structures susceptibles d'accueillir, d'informer ou d'orienter des ménages aux revenus modestes (soit des structures inscrites dans le champ social, mais pas seulement : structures de services à domicile, d'aide aux personnes âgées, d'accompagnement au logement, d'accès aux droits, etc.). Cette sensibilisation pourrait s'opérer par le biais

de supports de communication portant sur le phénomène d'insécurité alimentaire, ses manifestations, les facteurs de risques, etc.

- La création et la mise à disposition de ces acteurs d'outils de repérage des situations d'insécurité alimentaire : on peut imaginer, pour cela, l'utilisation d'une grille d'évaluation fondée sur une approche simplifiée et à visée opérationnelle des indicateurs de suivi de la population en insécurité alimentaire (construite, par exemple, à partir des 4 questions introductives de l'enquête INCA 2). Cet outil de repérage permettrait ainsi aux acteurs de mieux orienter les ménages et de renforcer les passerelles entre l'action sociale de proximité et les dispositifs d'aide alimentaire.

## II.2. Imaginer des solutions pour les ménages en insécurité alimentaire dont les disponibilités financières sont jugées trop élevées pour bénéficier de l'aide alimentaire

L'analyse des raisons du non recours aux dispositifs d'aide alimentaire engage également à une réflexion sur les pistes d'intervention à mener auprès des ménages dont les disponibilités financières potentiellement mobilisables pour l'alimentation sont jugées trop élevées pour bénéficier de l'aide alimentaire. En effet, l'insécurité alimentaire n'est pas systématiquement synonyme de ressources faibles. L'enquête qualitative montre ainsi que **les arbitrages budgétaires des ménages confrontés à un accident de la vie peuvent s'opérer au détriment de l'alimentation et les placer en situation d'insécurité alimentaire, alors que leur niveau de ressources financières ne les place pas en situation de pauvreté**. La compréhension de ces situations d'insécurité alimentaire repose en effet sur l'examen de la structure de consommation de ces ménages et de leurs postes de dépense.

Ces situations engagent à envisager deux pistes d'actions :

- **Mener une réflexion sur les critères d'accès à l'aide alimentaire**

Des ménages en insécurité alimentaire rencontrés lors de l'enquête **ont affirmé n'avoir pu accéder aux dispositifs d'aide alimentaire du fait de leurs ressources financières jugées trop élevées** (cf. Chapitre II, partie IV). Ces situations posent question dans la mesure où, à priori, l'accès aux dispositifs d'aide alimentaire se fonde sur le calcul du reste-à-vivre (et donc pas uniquement sur le niveau de ressources, mais aussi sur le montant des dépenses des ménages).

Ces situations soulèvent en particulier **la question des modalités de calcul du reste-à-vivre et du choix des dépenses éligibles au calcul de ce reste-à-vivre**. En effet, les entretiens réalisés indiquent que certaines dépenses, qui relèvent de logiques affectives ou symboliques (solidarité familiale, maintien du rôle parental...), ne sont pas intégrées au calcul du reste-à-vivre et situent donc les ménages concernés en dehors des critères d'accès à l'aide alimentaire.

Il conviendrait donc **d'engager une réflexion sur les dépenses éligibles au calcul du reste-à-vivre des ménages**. Cette réflexion soulève toutefois des difficultés d'ordre éthique, car les arbitrages budgétaires sont propres à chaque individu, et il est donc complexe de concevoir sur ce point des critères objectifs, universellement applicables et respectant l'égalité de traitement des personnes : quels types de dépenses doivent en effet être jugées « légitimes » ou « illégitimes » et pour quel montant ?

- **Imaginer des solutions de soutien pour ces ménages en insécurité alimentaire, en dehors de l'aide alimentaire.**

L'autre piste consisterait à concevoir pour ces ménages des solutions autres que l'accès à l'aide alimentaire, ce qui peut passer à la fois par :

- **des aides financières temporaires** pour gérer le désajustement entre des dépenses structurelles fortes et la diminution brutale de leurs ressources ;
- **un accompagnement à la gestion du nouveau budget,**
- **un soutien dans l'accès à des aliments de qualité et diversifiés,** par la mobilisation de dispositifs innovants tels que les jardins partagés, les paniers solidaires, les cabas bio, etc.

### II.3 Améliorer l'accessibilité des structures d'aide alimentaire

L'enquête montre que la problématique de l'accessibilité des structures d'aide alimentaire constitue encore un frein au recours aux dispositifs. Trois dimensions de l'accessibilité sont ainsi mises en avant dans le cadre de l'étude : **l'accès physique, les horaires et les périodes d'ouverture.**

En matière d'accès physique, l'étude souligne que les difficultés rencontrées ne concernent pas uniquement les ménages du milieu rural. En milieu urbain dense, comme en Seine-Saint-Denis, certains ménages rencontrent ainsi des difficultés tout aussi prégnantes, malgré le maillage territorial des dispositifs d'aide. Cela concerne notamment les ménages sans ressources et sans domiciliation, qui s'avèrent peu mobiles (coûts des transports en commun, crainte des contrôles et contraventions...). Par ailleurs, certaines personnes âgées ne peuvent se déplacer jusqu'aux centres de distribution. Aussi semble-t-il pertinent d'envisager, en fonction des besoins locaux, **le développement de points de distribution délocalisés ou des systèmes déjà existants de distributions itinérantes, voire des systèmes de livraison à domicile pour les personnes âgées.**

Certains ménages consultés lors de l'enquête, en emploi ou en formation, ont également souligné les difficultés d'accès aux structures d'aide alimentaire en raison d'horaires d'ouverture parfois peu adaptés aux contraintes de la vie professionnelle. L'amélioration de l'accessibilité des structures pourrait ainsi passer par **une modification des horaires (ouverture de tranches horaires en soirée, par exemple) de façon à mieux répondre aux besoins des ménages actifs.**

Enfin, pour les ménages dont l'alimentation dépend quasi exclusivement de l'aide alimentaire, la discontinuité des périodes d'ouverture des structures d'aide alimentaire au cours de la semaine (fermeture de certaines structures le week end) ou de l'année (fermeture lors de la période estivale) constitue une problématique importante. Il semble donc nécessaire de réfléchir à **améliorer la continuité dans l'accès aux structures**, en coordonnant, par exemple, les périodes d'ouverture et de fermeture des dispositifs présents sur un même territoire, ou en assurant la réorientation des ménages vers les autres structures durant les périodes de fermeture.

## II.4 Travailler à faire évoluer la place des usagers dans les dispositifs d'aide alimentaire

L'enquête montre qu'il importe de repenser la place de l'utilisateur dans les dispositifs d'aide alimentaire, dans le sens d'une meilleure prise en compte de leurs besoins réels et d'une plus grande participation de leur part aux dispositifs d'aide.

Pour cela, des actions doivent être engagées afin de **faire évoluer les représentations des travailleurs sociaux et bénévoles intervenant dans les dispositifs d'aide alimentaire**. Ces représentations, qui semblent encore très « marquées » au plan social, portent à la fois sur le profil des bénéficiaires (prégnance des problématiques sociales, faible degré d'autonomie...), sur le rôle de l'aide prodiguée (logique « d'assistance »), ainsi que sur le positionnement que doit adopter le bénéficiaire dans le dispositif (acceptation sans conditions des denrées proposées, etc.).

**Cette évolution des représentations a pour objectif de susciter une meilleure compréhension, chez les bénévoles et travailleurs sociaux, des logiques qui animent les bénéficiaires de l'aide alimentaire et de leurs besoins réels.** Cette étape semble en effet essentielle pour proposer des actions adaptées à la « demande sociale » des bénéficiaires. Lors de l'enquête, certains responsables d'épiceries sociales et solidaires ont, par exemple, regretté la faible fréquentation des activités mises en place autour de l'aide alimentaire (ateliers cuisine, etc.). Les représentations des travailleurs sociaux et bénévoles à l'égard des bénéficiaires incitent en effet à **la mise en œuvre d'actions conçues « pour » ces derniers et non pas « avec eux »**, quand bien même ces actions se veulent participatives (à l'instar des ateliers cuisine).

L'évolution des représentations des travailleurs sociaux et bénévoles à l'égard des usagers semble donc un préalable nécessaire à une meilleure prise en compte des besoins et attentes de ces derniers. Divers types d'actions pourraient par exemple être menés sur ce plan :

- La réalisation de **groupes de paroles et d'échanges entre usagers / bénévoles / travailleurs sociaux** au sein des structures ;
- La mise en place de « **conseils d'usagers** », à l'instar des instances de participation créées, par exemple, dans les structures d'hébergement ;

- Des **modules de sensibilisation et de formation** des travailleurs sociaux /bénévoles sur la thématique de l'insécurité alimentaire<sup>101</sup>.

## II.5 Redéfinir le rôle de l'aide alimentaire et sa fonction : quels publics et quels objectifs ?

Au-delà des difficultés des ménages modestes et / ou en insécurité alimentaire, et de leurs attentes au regard de l'alimentation, **l'enquête réalisée soulève des interrogations quant au sens et à la fonction de l'aide alimentaire aujourd'hui.**

L'aide alimentaire, initialement conçue pour un public en grande précarité, doit faire face à la massification des besoins et à la diversification des publics, comme en témoignent les profils et parcours de vie extrêmement variés rencontrés lors de cette enquête. Or, il ressort de l'étude que l'aide alimentaire dans sa forme actuelle ne répond que partiellement aux besoins de la majorité des ménages bénéficiaires rencontrés.

L'étude menée soulève donc plusieurs questions qui nous semblent devoir faire l'objet d'une réflexion institutionnelle :

- L'aide alimentaire telle qu'elle existe aujourd'hui est-elle une solution pour l'ensemble des ménages en insécurité alimentaire ? Pour quels publics est-elle pensée ?
- L'objectif de l'aide alimentaire est-il de fournir de l'alimentation à des personnes qui en sont dépourvues, ou est-il de permettre à des ménages modestes de dégager une marge de manœuvre budgétaire leur permettant de pallier à leurs difficultés économiques ? Et auquel cas, doit-elle pallier à des difficultés structurelles et durables ou à des difficultés conjoncturelles et passagères liées à des accidents de la vie ?

En effet, il ressort de l'enquête l'image d'un dispositif qui s'adapte « chemin faisant » aux évolutions des publics et à leurs demandes, comme en témoignent les expériences innovantes et nouvelles formes d'aide alimentaires qui se sont créées localement. Il semblerait néanmoins pertinent de **clarifier la « commande publique » à l'égard du dispositif d'aide alimentaire, et de spécifier à quels publics et à quelles situations il entend apporter une réponse.**

---

<sup>101</sup> Signalons l'association ATD Quart monde, qui développe des actions sur ce plan et qui a ainsi réalisé des modules de co-formation associant travailleurs sociaux et personnes défavorisées. Pour plus d'informations sur les dynamiques de travail social et d'empowerment, voir les analyses développées par Marion Carrel et Suzanne Rosenberg : « L'empowerment et le travail social sont-ils compatibles en France ? », *Recherche sociale*, N°209, janvier – mars 2014.

## II.6 Analyser l'efficacité socio-économique du dispositif d'aide alimentaire et l'articulation entre formes « classiques » et formes « innovantes » d'aide alimentaire

Si l'enquête souligne la nécessité d'une aide alimentaire pour un grand nombre de ménages, il semblerait pertinent d'interroger de façon globale l'efficacité socio-économique du dispositif d'aide alimentaire dans sa forme actuelle : en effet, quels sont les bénéfices réels pour les usagers, au regard du déploiement important de moyens engagés ? Dans le cadre d'une analyse des bénéfices des dispositifs, le terme de « bénéfice » pourrait ainsi être conçu de façon large, afin d'englober les dimensions relatives à l'alimentation et à la santé, mais aussi d'autres dimensions telles que l'amélioration du bien être ressenti, la restauration de « l'image sociale » des usagers, etc.

L'**analyse précise des actions engagées dans le champ de l'aide alimentaire** pourrait également inclure l'**analyse de la complémentarité entre les formes innovantes** (paniers solidaires, mise en place de circuits courts du producteur au consommateur au sein des épiceries sociales, etc.) et **les formes plus classiques** (distribution de paniers, de repas chauds, bons alimentaires...). Il s'agirait ainsi d'analyser si ces formes d'aides répondent aux mêmes profils de publics, si les ménages peuvent conjuguer l'une et l'autre, et auquel cas, quels en sont les bénéfices en termes d'alimentation. Des premiers travaux d'étude s'amorcent avec notamment, l'évaluation en cours du programme expérimental Uniterres conduit par l'ANDES<sup>102</sup> qui livrera, en 2015, les premiers éléments de réflexion sur l'impact de l'action conduite. Si quelques éléments de réflexion émergent aujourd'hui quant au possible déploiement d'actions de ce type sur l'ensemble du territoire, les **conditions de transférabilité des actions innovantes repérées ne semblent pas encore faire l'objet d'une analyse approfondie**. Par ailleurs, si certains éléments d'information recueillis semblent montrer que ces actions innovantes rencontrent leur public et correspondent bien à une « demande » (cf. l'augmentation continue des ventes de paniers bios du CCAS de Grenoble depuis 2009, auprès des ménages aux quotients familiaux les plus faibles<sup>103</sup>), il est encore difficile de caractériser la nature de cette demande, les profils des ménages concernés et leurs besoins en matière d'alimentation.

---

<sup>102</sup> Cf. descriptif de l'action Uniterres en annexe.

<sup>103</sup> Cf. descriptif de l'action du CCAS de Grenoble en annexe.

## CHAPITRE III. SYNTHÈSE DES PISTES D'ACTION

AXE DE TRAVAIL	PISTES D'ACTION
<b>1. Faire connaître l'aide alimentaire et améliorer le repérage des ménages en insécurité alimentaire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Améliorer l'information des ménages aux ressources modestes sur l'existence et les modalités d'accès des structures d'aide alimentaire existantes à proximité.</li> <li>- Sensibiliser les acteurs intervenant dans les structures susceptibles d'accueillir, d'informer ou d'orienter des ménages aux revenus modestes, aux phénomènes d'insécurité alimentaire (ex. modules de formation, supports de communication et d'information).</li> <li>- Mettre à disposition des acteurs des outils de repérage des situations d'insécurité alimentaire (grille d'évaluation fondée par exemple sur les indicateurs de suivi simplifiés)</li> </ul>
<b>2. Imaginer des solutions pour les ménages en insécurité alimentaire dont les disponibilités financières sont jugées trop élevées pour bénéficier de l'aide alimentaire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mener une réflexion sur le type de dépenses éligibles au calcul du reste-à-vivre ouvrant l'accès aux structures d'aide alimentaire.</li> <li>- Imaginer pour ces ménages des solutions en dehors de l'aide alimentaire :               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aides financières temporaires</li> <li>• Accompagnement à la gestion du nouveau budget ;</li> <li>• Solutions alternatives permettant le maintien d'une alimentation de qualité et variée : cabas bio, paniers solidaires, jardins partagés...</li> </ul> </li> </ul>
<b>3. Améliorer l'accessibilité des structures d'aide alimentaire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Développer le système des antennes d'aide alimentaire itinérantes, en milieu rural et en milieu urbain (bus et points de distribution délocalisés)</li> <li>- Revoir la modulation des horaires d'ouverture des structures afin de les rendre plus accessibles aux personnes en situation d'emploi et en formation.</li> <li>- améliorer la continuité dans l'accès aux structures en coordonnant les périodes d'ouverture et de fermeture des dispositifs ou en assurant la réorientation des ménages vers les autres structures durant les périodes de fermeture</li> </ul>
<b>4. Travailler à faire évoluer la place des usagers dans les dispositifs d'aide alimentaire</b>	<p>Faire évoluer les représentations des travailleurs sociaux et bénévoles intervenant dans les structures d'aide alimentaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Modules de formation / sensibilisation des acteurs sur l'insécurité alimentaire ;</li> <li>• Mise en place de groupes de paroles et d'échanges entre usagers et bénévoles/travailleurs sociaux</li> <li>• Création de « conseils d'usagers » au sein des structures</li> </ul>
<b>5. Redéfinir le rôle de l'aide alimentaire et sa fonction : pour quels publics et avec quels objectifs ?</b>	<p>Clarifier la « commande publique » à l'égard du dispositif, spécifier à quels publics et à quelles situations il entend apporter une réponse.</p>
<b>6. Analyser l'efficacité socio-économique du dispositif d'aide alimentaire et la possible complémentarité entre formes innovantes et formes classiques d'aide alimentaire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analyser les bénéfices réels des dispositifs d'aide alimentaires pour les bénéficiaires, au delà de la seule alimentation (bien être, restauration de la confiance et de l'image sociale, etc.)</li> <li>- Analyser la complémentarité et les possibilités d'articulation entre formes classiques et formes alternatives émergentes d'aide alimentaires, afin de répondre à l'ensemble des ménages en insécurité alimentaire.</li> </ul>

## Annexes

---

## 1. LISTE DES ACTEURS INSTITUTIONNELS, EXPERTS ET ACTEURS ASSOCIATIFS INTERVIEWES

---

### **Experts et chercheurs**

Christine César, INPES.

Katia Castetbon, INVS

France Caillavet, INRA

Dominique Paturel, INRA

Mathieu Duboys de Labarre, Centre Emile Durkheim – Université de Bordeaux

### **Représentants des réseaux associatifs et CCAS**

Maurice Lony, Directeur de la Fédération française des banques alimentaires

Agathe Cousin, Lionel Delaire et Anne Giraud, ANDES

Sylviane Brossier et Frédérique Vicq, Les restaurants du cœur

Matthieu Humbert, Secours populaire français

Chloé Charpentier Croix Rouge Française

Maela Castel et Marie Mallet, UNCCAS

### **Représentants institutionnels**

Marianne Storogenko, DGCS

Michel Chauliac, Ministère de la santé

## 2. LISTE DES SIGLES ET ABREVIATIONS UTILISES

---

AAH : Allocation Adulte Handicapé  
ABENA : Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire  
ALT : Aide au Logement Temporaire  
ANDES : Association Nationale de Développement des Epiceries Solidaires  
APA : Allocation Personnalisée d'Autonomie  
API : Allocation Parent Isolé  
ASPA : Allocation de Solidarité aux Personnes Agées  
ASS : Allocation de Solidarité Spécifique  
BSN : Baromètre Santé Nutrition  
CAP : Chèque d'accompagnement personnalisé  
CCAS : Centre Communal d'Action Sociale  
CHRS : Centre d'Hébergement et de Réinsertion Sociale  
CHU : Centre d'Hébergement d'Urgence  
CIAS : Centre Intercommunal d'Action Sociale  
CNA : Conseil National de l'Alimentation  
DGCS : Direction Générale de la Cohésion Sociale  
DIIESES : Délégation Interministérielle à l'Innovation, l'Expérimentation sociale et l'Economie Sociale  
ENNS : Etude Nationale Nutrition Santé  
ESTEBAN : Environnement, SanTé, Biosurveillance Activité physique et Nutrition  
FAJ : Fonds d'Aide aux Jeunes  
FAO : Organisation des Nations Unies pour l'Agriculture et l'Alimentation  
FEAD : Fonds Européen d'Aide aux plus Démunis  
FFBA : Fédération Française des Banques Alimentaires  
FFBA : Fédération Française des Banques Alimentaires  
FSL : Fonds de Solidarité pour le Logement  
HFSS : Household Food Security Survey  
INCA : étude Individuelle Nationale sur les Consommations Alimentaires  
INSERM : Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale  
INVS : Institut Nationale de Veille Sanitaire  
PEAD : Programme Européen d'Aide aux plus Démunis  
PNAA : Plan National d'Aide Alimentaire  
RSA : Revenu de Solidarité Active  
SMIC : Salaire Minimum Interprofessionnel de Croissance  
UNCCAS : Union Nationale des Centres Communaux d'Action Sociale  
USEM : Union nationale des Sociétés Etudiantes Mutualistes régionales  
VCM : Voisins et Citoyens en Méditerranée

### 3. BIBLIOGRAPHIE

---

Belin C., Dauphin A.-G., Castetbon K., Darmon N., *Enquête auprès des associations d'aide alimentaire*, Ministère de la Santé, Paris, 2005.

Bellin-Lestienne C, Deschamps V., Noukpoapé, Hercberg S, Castetbon K. *Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire - Étude Abena, 2004–2005*. Institut de veille sanitaire, Université de Paris 13, Conservatoire national des arts et métiers. Saint-Maurice, 2007. 74 pages.

Brunet F., Rémy J, *Rapport d'évaluation de la convention pluriannuelle 2004-2006 entre le Secours Populaire Français et la DGAS*, 2007.

Caillavet F., Darmon N., Lhuissier A., Régnier F. « L'alimentation des populations défavorisées en France. Synthèse des travaux dans les domaines économique, sociologique et nutritionnel », in *Les Travaux de l'Observatoire*, ONPES, 2005-2006.

Cambois E. « *Les personnes en situation sociale difficile et leur santé* », Les travaux de l'observatoire, DREES, 2003-2004.

Carrel M., Rosenberg S. « L'empowerment et le travail social sont-ils compatibles en France ? », *Recherche sociale*, N° 209, janvier – mars 2014.

César C., « Etude Abena 2004-2005. Comportements alimentaires et situation de pauvreté. Aspects socio-anthropologiques de l'alimentation des personnes recourant à l'aide alimentaire en France », Institut de veille sanitaire / Université de Paris-13 / Conservatoire national des arts et métiers, 2007.

Darmon N., Bocquier A., Vieux F., Caillavet F., « L'insécurité alimentaire pour raisons financières en France », in *La lettre de l'ONPES*, juin 2010

David O., « Vie familiale, vie professionnelle : une articulation sous tension », in *Espace populations sociétés*, 2007/2-3 | 2007, 191-202.

Delavigne A.-E., Montagne K., « De la honte d'avoir faim dans un pays riche », in *Anthropology of food*, n°6, septembre 2008.

Dupuy A., « L'alimentation des personnes en situation de 'pauvreté installée' ou de 'nouvelle précarité' », in *Lettre scientifique du Fonds Français Alimentation & Santé* n°4, Février 2012.

Duvoux N., « Le RSA et le non-recours », in *La vie des idées*, 1er juin 2010

Escalon H., Bossard C., Beck F., (dir.), *Le baromètre Santé nutrition 2008*, INPES

Hoggart R., *La Culture du pauvre, étude sur le style de vie des classes populaires en Angleterre*, Paris, Éd. de Minuit 1970 [éd. originale 1957].

Kirkpatrick S.I., Tarasuk V., « Food insecurity and participation in community food programs among low-income Toronto families », *Can J Public Health*, 2009 Mar-Apr, 100(2), 135-9.

Latham M-C, *La nutrition dans les pays en développement*, FAO, janvier 2001, 520p.

Latreille M, Ouellette F.-R., « Le repas familial. Recension d'écrits », INRS, Centre – Urbanisation Culture Société, Institut national de la recherche scientifique, Montréal, décembre 2008.

Mathé T., Tavoualris G., Pilotin T., « La gastronomie s'inscrit dans la continuité du modèle alimentaire français », in Cahier de recherche du CRÉDOC, n° 267, 2009.

Martin-Fernandez J., Grillo F., Parizot I., Caillavet F., Chauvin P., 2013, « *Prevalence and socioeconomic and geographical inequalities of household food insecurity in the Paris region, France, 2010* », BMC Public Health, vol. 13, n°1, 486.

Masullo A., « Représentation et stratégie alimentaire des personnes en situation de précarité », Communication, donnée lors de la conférence du Fonds Français Alimentation & Santé du 14 février 2012.

Paturel D., Le Bihan G., « Panorama des structures d'aide alimentaire en Languedoc-Roussillon », IREPS/ORS/INRA, juin 2011.

Paugam S., 2000, *La Disqualification sociale : essai sur la nouvelle pauvreté*, Paris, Presses Universitaires de France.

Pétonnet C., *On est tous dans le brouillard. Ethnologie des banlieues*, Paris, Galilée, 1985 [1<sup>ère</sup> édition 1979].

Poulain J.-P., *Manger aujourd'hui, attitudes, normes et pratiques*, Edition Privat, Paris, 2002.

Simon G-A., *Food Security : Definition, Four dimensions, History*, mars 2012.

Radimer et Al. *Journal of Nutrition Education*, 24 :36s-45s, 1992.

Radimer K.L. *Measurement of household food security in the USA and other industrialised countries*. Public Health Nutrition, décembre 2002, vol. 5, n°6A :p859-864.

Rotter J. B., *Social learning and clinical psychology*, New York, Prentice-Hall, 1954.

Schwartz O., *Le monde privé des ouvriers*, Paris, PUF, 1990.

Schwartz O., « Vivons-nous encore dans une société de classes ? Trois remarques sur la société française contemporaine », *La Vie des idées*, 2009.

Wresinski J., « Grande pauvreté et précarité économique et sociale », Rapport présenté au nom du Conseil économique et social, 1987.

### **Rapports institutionnels / enquêtes nationales**

« Enquête qualitative sur les bénévoles et les bénéficiaires de l'aide alimentaire », Avril 2006, INPES.

AFSSA, « Étude Individuelle nationale des consommations alimentaires 2 (INCA 2) (2006-2007), Rapport septembre (version 2), Maisons-Alfort, AFSSA, 2009.

« Les glaneurs alimentaires. Rapport d'étude qualitative », remis à la DIIIESES pour le Haut Commissariat aux Solidarités Actives contre la Pauvreté le 9 janvier 2009.

*Rapport de la Cour des Comptes sur les circuits et mécanismes financiers concourant à l'aide alimentaire en France*, septembre 2009.

« Les modalités d'implication des CCAS/CIAS en matière d'aide alimentaire », *Enquêtes et observations de l'UNCCAS*, N°2, octobre 2011.

« Volontés et pratiques des initiatives alternatives à l'aide alimentaire », réseau Voisins et Citoyens en Méditerranée, Languedoc-Roussillon, 2012.

« Aide alimentaire et accès à l'alimentation des populations démunies en France », avis n°72, adopté le 22 mars 2012, Conseil National de l'Alimentation.

« Etude nationale sur le profil des bénéficiaires d'une aide alimentaire auprès des CCAS et partenaires – Rapport d'analyses du volet quantitatif 'Bénéficiaires' », IPSOS / FFBA, 31 octobre 2012.

« Les normes sociales et l'alimentation. Analyse des écrits scientifiques », Institut National de Santé Publique du Québec, Direction du développement des individus et des communautés, Mai 2012, p. 7.

« Etude sur les modalités de consommation des ménages locataires en impayé de loyer et leur positionnement vis-à-vis de l'impayé », Fors-Recherche Sociale, APAGL (Association pour l'accès aux garanties locatives), 2012.

« Le non-recours au RSA activité : Etude exploratoire en Gironde », in *Dossier d'étude CNAF* n°164, juin 2013.

## 4. RECUEIL D'EXPERIENCES INNOVANTES EN LIEN AVEC LES BESOINS ET ATTENTES DES MENAGES ENQUETES

### Programme UNITERRES, ANDES (niveau national)

Face aux constats suivants :

1 / Faible consommation par les bénéficiaires de l'aide Alimentaire de produits frais (en particulier Fruits et légumes) liée principalement à une carence de ses produits dans les structures d'aide alimentaire ;

2 / Augmentation du nombre d'agriculteurs fragilisés orientés vers l'aide alimentaire.

**Une réponse, le Programme Uniterres « Penser ensemble agriculture et alimentation : l'aide alimentaire à la rencontre de l'agriculture locale ».** Le programme Uniterres a pour objectifs de/d' :

- ▶ améliorer l'alimentation des populations bénéficiaires de l'aide alimentaire (dans les épiceries solidaires), par un approvisionnement régulier en fruits et légumes frais,
- ▶ promouvoir des habitudes alimentaires favorables à la santé,
- ▶ renforcer le lien social entre consommateur et producteur,
- ▶ soutenir l'agriculture paysanne locale fragilisée et son développement,
- ▶ prévenir le gaspillage alimentaire, en déterminant au plus près les besoins des bénéficiaires des épiceries solidaires, pour ajuster la production avant la mise en culture.

Un des principes fondamentaux des épiceries solidaires est de faire en sorte que la lutte contre l'exclusion ne s'accompagne pas d'une forme d'assistantat. Pour cette raison, chaque usager choisit les produits qu'il veut consommer contre une participation financière d'en moyenne 20 % de leur valeur marchande. L'économie réalisée sur le budget alimentaire est affectée à la réalisation d'un projet (remboursement d'une dette, amélioration du logement, frais de santé etc.).

#### • **Fonctionnement du programme**

Une des principales missions de l'A.N.D.E.S. consiste à développer des solutions innovantes d'approvisionnement afin de fournir les épiceries solidaires ou sociales en produits variés et de qualité, plus particulièrement en produits frais, largement sous consommés par les publics précaires. Le premier objectif du programme Uniterres est donc d'améliorer la qualité de l'alimentation des populations bénéficiaires de l'aide alimentaire, par un approvisionnement régulier en produits frais (fruits, légumes, herbes aromatiques et oeufs).

Le programme Uniterres vise d'une part, au travers d'un mode d'approvisionnement en circuits courts, à créer du lien entre le public des épiceries solidaires et des producteurs locaux ; d'autre part au travers d'ateliers autour de l'alimentation (ateliers culinaires, ateliers découvertes chez les producteurs, module de sensibilisation sur les modes de production, saisonnalité, ...) à redonner sens, plaisir et à revaloriser la relation à l'alimentation des personnes défavorisées. En outre, ce programme permet le soutien, le maintien et le développement des petites exploitations maraîchères fragilisées. En effet, grâce à un dispositif de précommandes sur un an, à des prix « justes » renégociés collégialement chaque année avec l'ensemble des producteurs locaux, le programme Uniterres garantit aux producteurs une ressource fixe et leur laisse le temps de pérenniser leur modèle de production et de distribution.

Les producteurs orientés par les organismes qui les accompagnent (MSA, Chambre d'agriculture, Conseils Généraux, Civam, relais des AMAP, solidarité paysans, Agrobio, ADEAR...) et engagés dans le dispositif sont sélectionnés en fonction de leur situation : agriculteurs en situation de difficulté économique, agriculteurs en cours d'installation ou en conversion biologique, installation sur des petites surfaces, besoin de se développer...

La gestion des commandes, basée sur les besoins des usagers des épiceries, permet de prévoir les quantités et les variétés de produits à mettre en terre et d'ajuster la production au plus près des

besoins des consommateurs de l'aide alimentaire, prévenant ainsi le gaspillage à la source.

Afin de faire du programme Uniterres un outil d'insertion nous avons privilégié pour la mise en place de la coordination logistique (récupération hebdomadaire des produits frais chez les agriculteurs et livraison dans chaque épicerie) l'embauche de personnes de plus de 50 ans. Ces produits sont proposés dans les épiceries solidaires en libre-service aux bénéficiaires, à un prix ne dépassant pas 30% de leur valeur à l'achat. Ces produits, livrés gratuitement aux épiceries par les coordinateurs, sont suivis par des logiciels de traçabilités.

Outre cet approvisionnement régulier en produits frais et au delà de leur accessibilité économique, d'autres freins d'ordre socioculturels interviennent dans la sous consommation des produits frais : manque de connaissance des produits, manque de matériel ou de temps pour cuisiner, faible valorisation des fruits et légumes etc. Le programme Uniterres inclut donc des actions participatives et pédagogiques pour les bénéficiaires des épiceries solidaires. Ces actions ont pour objectifs de valoriser la production locale et d'encourager durablement la consommation de produits frais, bénéfiques pour la santé, chez les bénéficiaires de l'aide alimentaire. Trois modèles d'interventions participatives sont proposés (mais ils peuvent être complétés par d'autres actions mises en place à l'initiative d'épiceries solidaires ou de différents partenaires) :

- ❖ **Visite d'un ou plusieurs lieux de production des produits livrés dans le cadre du programme Uniterres.** L'accueil et la visite sont assurés par l'agriculteur et/ou un membre de sa famille travaillant sur l'exploitation. Cet atelier a pour objectifs d'/de :
  - ✓ Instaurer un autre rapport aux produits, une sensibilisation des bénéficiaires des épiceries solidaires aux principes de l'agriculture, aux moyens de productions, à la saisonnalité... pour qu'ils puissent introduire durablement dans leur alimentation des produits locaux.
  - ✓ Encourager les liens sociaux entre les publics (agriculteurs, bénéficiaires, bénévoles et/ou salariés des épiceries)
  - ✓ Valoriser le travail des producteurs...
  
- ❖ **Tables de producteurs, temps d'échanges et de partage, autour d'un ou plusieurs produits livrés dans le cadre du programme Uniterres, qui réunissent bénéficiaires, salariés et bénévoles des épiceries, producteurs et professionnels de l'alimentation.** Cet atelier a pour objectifs de :
  - ✓ Valoriser les produits locaux,
  - ✓ Informer les participants sur les modes de production de ces produits, leurs saisonnalités, leurs variétés, leurs goûts...
  - ✓ Confronter diverses techniques de préparation d'un ou plusieurs produits locaux disponibles dans l'épicerie grâce au programme Uniterres (notamment des légumes et/ou des fruits)
  - ✓ Mettre en avant les savoir-faire culinaires des bénéficiaires...
  
- ❖ **La Compagnie des Gourmands**, qui se présente sous forme d'un premier cycle de formation (des salariés et/ou bénévoles des épiceries sociales et/ou solidaires), puis de huit ateliers minimum par an de cuisine parents-enfants pour les épiceries engagées dans ce dispositif. Ces ateliers ont pour objectifs de :
  - ✓ Favoriser l'éveil sensoriel des enfants
  - ✓ Offrir la possibilité d'expérimenter de nouvelles saveurs
  - ✓ Encourager la consommation des fruits et de légumes locaux et de saison
  - ✓ Aborder de façon ludique les valeurs d'une alimentation saine, afin d'induire une modification du comportement alimentaire
  - ✓ Renforcer le rôle parental
  - ✓ Redonner l'envie de faire la cuisine ensemble...

Parallèlement, un module de sensibilisation destiné aux personnels des épiceries (salariés et bénévoles) a été mis en place. Basé sur la participation active des personnes et les échanges d'expériences et de pratiques, ce module aborde des thèmes comme les pratiques agricoles, les modes de production en légumes et en fruits, les variétés régionales, la saisonnalité, la question des légumes oubliés ou délaissés (par l'aspect, la couleur, le manque de savoir culinaire), la conservation... Durant ce temps de sensibilisation, l'accent est mis sur, l'importance de la mise en

place d'actions participatives avec les bénéficiaires (tables de producteurs, ateliers Compagnie des Gourmands, visites de productions). Il vise à lever d'éventuels freins liés au rapport qu'entretiennent certains bénévoles et salariés des épiceries solidaires avec ces produits frais.

En partenariat avec les organismes prescripteurs des agriculteurs, le programme propose aux producteurs engagés dans le dispositif un accompagnement adapté à ses besoins.

### **Les données clés du programme**

- ▶ Initié en juin 2012, dans la région Poitou-Charentes, le projet s'est ensuite implanté en Aquitaine en Novembre 2012 et en Midi-Pyrénées en Novembre 2013 ;
- ▶ 37 épiceries sociales et/ou solidaires sur ces 3 régions bénéficient actuellement du programme Uniterres, 7 300 personnes par semaine en moyenne sont inscrites dans ces épiceries soit plus de 15 000 personnes par an ;
- ▶ Plus de 100 agriculteurs bénéficient d'une convention de partenariat avec le programme Uniterres ;
- ▶ 332 000 € de fruits, légumes, herbes aromatiques et œufs, en moyenne par an, sont achetés aux producteurs de ces 3 régions.

### **Moyens humains mobilisés par l'A.N.D.E.S pour la mise en œuvre du programme**

- ▶ 6 coordinateurs logistique : 2 en Poitou-Charentes, 2 en Aquitaine et 2 en Midi-Pyrénées
- ▶ 2 chargés de développement rural
- ▶ 1 coordinateur pédagogique des épiceries
- ▶ 2 animateurs de réseau des épiceries appuyés par 5 assistants (emplois d'avenir) sur les 3 régions Midi Pyrénées, Aquitaine et Poitou-Charentes
- ▶ 1 chef de projet national Uniterres
- ▶ 1 chargé de mission (pour le développement du programme sur la Bretagne et les Pays de la Loire)
- ▶ Appui des moyens généraux de l'A.N.D.E.S. (communication, comptabilité, RH).

### **Moyens matériels mobilisés par l'A.N.D.E.S**

- ▶ 6 camions de livraisons
- ▶ 5 voitures pour les déplacements (dans les épiceries solidaires et chez les agriculteurs)
- ▶ Téléphones, GPS, Ordinateurs et imprimantes
- ▶ 1 logiciel de suivi des commandes et de livraisons, associé à un outil de calcul du coût carbone du fret de ramasse et de livraison des produits ainsi que son optimisation (outils relié à Google Maps et à Via Michelin)

### **Partenaires Publics Financeurs du programme:**

- Etat ASP (contrats aidés)
- La Direction Générale de la Cohésion Sociale (DGCS), Ministère de la Santé et des Affaires Sociales et de l'Economie sociale et solidaire
- Les DRAAF et ARS
- Les Conseils Généraux
- Les Conseils Régionaux
- Les communautés d'agglomérations ou communautés de communes
- MSA

### **Partenaires privés Financeurs du programme :**

- Fonds Français pour l'Alimentation et la Santé
- Fondation Daniel et Nina Carasso
- Fondation MACIF
- L'INPES
- Fondation Carrefour
- Fondation AnBer
- AXA (épargne salariale)

**Autres Partenaire privé non Financier direct du programme**, mais qui aide par une dotation matière (semences) les producteurs du programme Uniterres :

- GNIS (Groupement National Interprofessionnel des Semences et plants)

## Chantiers d'insertion, ANDES (niveau national)

Depuis 2008, l'ANDES met en place des chantiers d'insertion permettant de valoriser les fruits et légumes invendus sur les marchés de gros et de les redistribuer dans les structures d'aide alimentaire.

- **Objectifs de l'action**

- Lutter contre le gaspillage alimentaire en récupérant et valorisant les fruits et légumes invendus sur les marchés de gros ;
- Améliorer la qualité de l'alimentation des populations fréquentant les structures d'aide alimentaire ;
- Favoriser l'insertion professionnelle durable des personnes éloignées de l'emploi.

- **Fonctionnement de l'action**

Tous les jours, les cagettes de fruits et légumes récupérées auprès des grossistes sont triées par les salariés en insertion : les denrées consommables et présentables sont sélectionnées afin d'être redistribuées dans des structures d'aide alimentaire (épiceries sociales, mais également Restos du cœur, Croix Rouge, Secours Populaire Français, etc.). Compte tenu de l'impact aléatoire de la collecte et des récupérations, des fruits et légumes frais sont également achetés grâce à une enveloppe financière accordée par l'Etat de manière à compléter les livraisons effectuées auprès des structures d'aide alimentaire et de répondre aux demandes.

Les responsables du projet tiennent à préciser que seuls les aliments de bonne qualité sont collectés, l'aide alimentaire ne devant aucunement constituer un système de relégation nutritionnel.

Les salariés en insertion signent un CUI (Contrat Unique d'Insertion) d'une durée de 6 mois renouvelable 3 fois – le parcours peut durer jusqu'à 2 ans. Présents 26 heures par semaine sur le chantier, les salariés sont formés à différents métiers et accompagnés de manière individualisée (actions de formation, immersion en entreprise, validation du projet professionnel, technique de recherche d'emploi, etc.)

- **Les chiffres clés de la mise en œuvre de l'action**

Créées en 2008, les chantiers d'insertion sont actuellement au nombre de 5 sur le territoire national :

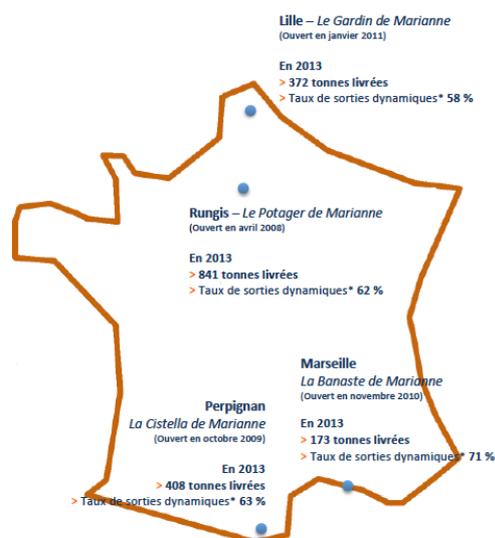
- 2008 : 1<sup>er</sup> chantier d'insertion, « Le Potager de Marianne » sur le Marché d'Intérêt National (M.I.N) de Rungis ;
- 2009 : 2<sup>ème</sup> chantier, « La Cistella de Marianne », au cœur du pôle économique Saint-Charles International à Perpignan ;
- 2010 : 3<sup>ème</sup> chantier, « La Banaste de Marianne », sur le M.I.N des Arnavaux à Marseille ;
- 2011 : 4<sup>ème</sup> chantier, « Le Jardin de Marianne » à Lille.

En 2012, un chantier d'insertion spécialisé dans l'activité de maraîchage a été lancé près de Verneuil-sur-Avre, en Basse Normandie. Contrairement aux 4 autres chantiers d'insertion (Rungis, Perpignan, Marseille, Lille), celui-ci n'est pas lié aux marchés de gros mais produit des légumes et des fruits.

En 2013, sur l'ensemble du territoire national :

- 1 800 tonnes de fruits et légumes ont été livrées aux structures d'aide alimentaire, dont 686 tonnes valorisées de la collecte des invendus des grossistes des marchés de gros ;
- 127 salariés en insertion ont été accueillis, dont 65% ont trouvé une issue positive vers l'emploi (ce qui va au delà des objectifs de 60% fixés par la DIRECCTE).

Le développement des chantiers d'insertion sur le territoire national est soumis à des études de faisabilité afin d'éviter un effet doublon (lorsqu'un fonctionnement similaire est déjà en place) ou pour évaluer les contraintes parfois trop importantes. A titre d'exemple, il n'a pas été jugé pertinent de développer un chantier d'insertion dans la région Rhône-Alpes, où de nombreuses initiatives de



« récupération » sont déjà recensées et structurées.

- **Moyens mobilisés**

Pour chaque chantier d'insertion :

- Frais d'investissement : Etat et Autofinancement
- Frais de fonctionnement : poste de contrat aidé + financements région et département

### Bio-cabas accessibles, Conseil Général / Norabio / Gabnor (Nord-Pas-de-Calais)

Lancée en 2006 par la Conseil Général du Nord avec la coopérative Norabio et le Gabnor (association de développement de l'Agriculture Biologique, rassemblant les agriculteurs biologiques et bio-dynamistes du Nord-Pas de Calais), l'initiative « Bio-cabas accessibles » distribue des paniers de fruits et légumes bio aux personnes à faibles revenus en Nord-Pas-de-Calais. Le bio-cabas proposé par Norabio a été choisi comme outil pédagogique : la saisonnalité des produits et leur provenance régionale sont des arguments qui soutiennent la promotion d'une consommation responsable.

- **Objectifs de l'action**

- Soutenir une agriculture biologique en région ;
- Rendre les produits bio accessibles géographiquement (notamment en dehors de la métropole lilloise) et financièrement (notamment pour les ménages les plus modestes);
- Sensibiliser à une consommation citoyenne.

- **Fonctionnement de l'action**

Norabio rassemble exclusivement des producteurs de fruits et légumes biologiques et distribue leurs productions via des circuits longs et un circuit court, le Biocabas. Les consommateurs s'abonnent pour une période minimale de 3 mois. La coopérative ne veut pas leur imposer des abonnements trop longs. Ils peuvent néanmoins s'abonner pour une année (48 semaines). Norabio ne livre pas de paniers en août. La majorité des abonnements est donc renouvelée en septembre.

Plusieurs formats de Biocabas sont proposés :

- Biocabas solo : 1 personne ;
- Bio cabas classique : 2 ou 3 personnes ;
- Biocabas classique oeuf : Biocabas classique plus 6 oeufs bio ;
- Biocabas familial : 3 ou 4 personnes ;
- Biocabas familial oeuf : Biocabas plus 10 oeufs bio.

**Une subvention du Conseil Général du Nord prend en charge 50% du prix des paniers, permettant aux bénéficiaires (chômeurs, Rmistes, retraités, familles monoparentales) d'acheter leur Biocabas à moitié prix.** Le dispositif concerne exclusivement les paniers « classique » et « familial ». Contrairement aux autres consommateurs, les ménages à faibles revenus ne s'abonnent pas mais passent leur commande une semaine à l'avance, chaque fois qu'ils désirent acheter un panier. En effet, les personnes concernées par le dispositif n'ont pas toujours la trésorerie suffisante pour s'abonner un ou trois mois à l'avance. Il est donc difficile de leur demander un engagement dans le temps.

Chaque semaine, une salariée de Norabio passe les commandes aux producteurs pour la suivante. Ils livrent la coopérative le lundi. Des salariés en insertion, embauchés par la section locale du Service Civique International (SCI), sont en charge de la préparation des paniers puis de leur livraison dans des points relais de la métropole lilloise ouverts au public. Les paniers sont livrés dans des entreprises, des institutions, des écoles, des commerces de proximité (boulangeries, boucheries, fleuristes...), des associations.

Une « feuille de chou » accompagne le panier de fruits et légumes. Elle présente les producteurs et propose des recettes originales pour préparer les produits du Biocabas. Les familles bénéficiaires peuvent suivre dans ces points relais des ateliers de cuisine visant à les aider à connaître les produits de la semaine et à leur apprendre à les cuisiner. Les enfants accompagnent leurs parents à ces ateliers pour apprendre en s'amusant.

Pour la coopérative, l'activité bio-cabas est complémentaire de la commercialisation en circuit long. La filière longue permet une complémentarité sur la gamme des produits et permet de pallier aux périodes de soudures du maraichage local. « Avec les 100 producteurs adhérents, on dispose d'une

*large gamme de produits toute l'année. Et puis il est vraiment intéressant d'avoir de 'petits' producteurs et d'autres capables de faire baisser les coûts sur les grandes quantités. Par exemple, pour pouvoir mettre dans nos cabas des artichauts et des asperges, qui sont des produits chers, on se fournit souvent chez de gros producteurs de la coopérative pour réduire les coûts sur les 'standards' comme la pomme de terre», explique Alexandre Cazé, maraicher adhérent et coordinateur de la coopérative Norabio pour l'activité circuits courts.*

- **Les chiffres clés de la mise en œuvre de l'action**

Norabio achète les produits à un prix fixe, défini deux fois par an avec les producteurs, et selon le principe qu'il ne soit jamais inférieur au seuil de rentabilité du producteur. 60% du prix du bio-cabas est reversé aux producteurs et Norabio touche les 40% restant pour couvrir les charges.

30 000 bio-cabas sont livrés chaque année, dont 2 100 subventionnés par le Conseil Général du Nord.

Des livraisons quotidiennes sont réalisées dans une centaine de points relais qui participent bénévolement à la distribution des bio-cabas.

750 consommateurs sont abonnés ; 80 tonnes de légumes et 30 tonnes de fruits sont écoulés.

- **Moyens mobilisés**

2 salariés de la coopérative Norabio et 8 jeunes en insertion travaillent sur cette action.

### « Jardin de Cocagne », Le Terreau (Ardèche)

Le réseau Cocagne a initié en 2010 l'opération « 30 000 paniers solidaires » visant, dans une dizaine de jardins pilotes, à mettre à disposition des familles à bas revenus des paniers de légumes biologiques à prix réduit. Cette opération, inscrite dans le cadre du Programme National de l'Alimentation (PNA), a été soutenue par de nombreux acteurs, publics et privés, tant à l'échelle nationale que sur les territoires (régions et départements). Forte de son succès, elle a été renouvelée. En 2013, trente Jardins de Cocagne ont livré chaque semaine 600 foyers au total, soit 1 500 personnes.

Depuis octobre 2010, l'association d'insertion par l'activité économique (IAE) le Terreau, implantée à Cruas en Ardèche, participe à cette opération et vend des paniers solidaires à une partie de ses adhérents

- **Objectifs de l'action**

- Permettre à des familles à bas revenus de consommer des légumes frais.

- **Fonctionnement de l'action**

Le Terreau dispose de deux parcelles de 3 et 8 hectares, où sont cultivés des légumes biologiques par 24 salariés en contrat d'insertion. Les légumes sont commercialisés grâce à un système de paniers hebdomadaires dans une dizaine de points de distribution, tous situés dans un rayon d'une trentaine de kilomètres autour de Cruas.

En principe, le panier de légumes coûte 12 € aux consommateurs, qui doivent adhérer en payant une cotisation annuelle et s'engager en payant leurs paniers à l'avance (système par abonnement pour une saison de 48 semaines).

**Le prix des légumes frais et biologiques rendant les paniers de l'association difficilement accessibles à tous, l'association a développé un système de paniers solidaires rendant possible l'accès hebdomadaire de familles modestes aux paniers de légumes biologiques.**

Sur la base du quotient familial, la Caf, les référents RSA, les associations caritatives du territoire et une association d'insertion identifient des ménages à faibles revenus (le plus souvent des bénéficiaires du RSA, des travailleurs pauvres, des familles monoparentales) et les orientent vers l'association, avec laquelle est établie une fiche de liaison. Les ménages deviennent des adhérents à part entière. Un engagement réciproque se concrétise par la signature d'un contrat de 6 mois, renouvelable.

En fonction du quotient familial du bénéficiaire, un prix de panier est établi. Chaque personne ou famille paie un prix adapté, compris entre 1€ et 3€.

Des actions de sensibilisation sont par ailleurs mises en place à destination :

- des ménages à bas revenus : organisation d'ateliers de cuisine financés par le département (Ardèche) et la région Rhône-Alpes ; visites de jardins ; échanges autour du mode de production, de la saisonnalité des produits, ou des variétés anciennes.
- des salariés en insertion : l'expérience d'insertion permet de sensibiliser aux enjeux du commerce local et de proximité, comme à l'agriculture biologique.

Ces actions de sensibilisation permettent au Terreau de se tourner vers d'autres réseaux, qui travaillent par exemple sur l'agriculture biologique, ou vers des cuisiniers qui viennent transmettre leur expérience.

- **Les chiffres clés de la mise en œuvre de l'action**

Début 2014, 25 familles en grandes difficultés financières bénéficiaient des paniers à prix réduits.

- **Moyens mobilisés**

L'association emploie 34 salariés, dont 24 ouvriers maraîchers en contrat d'insertion. Ces derniers signent des contrats de 26 h de travail hebdomadaire et restent au Terreau entre 7 mois et 2 ans. A noter que cette période doit les préparer à trouver un travail à l'issue du parcours d'insertion au jardin de Cocagne.

La différence entre le prix payé par le consommateur (de 1 à 3 €) et le prix réel du panier (8 € ou 12 €) est prise en charge par différents partenaires de cette expérimentation : le réseau Cocagne national et les collectivités territoriales (Conseil Général de l'Ardèche et Conseil Régional Rhône Alpes). Celles-ci octroient des financements pour l'accompagnement des personnes à l'initiation à la cuisine et à la culture culinaire.

Les ministères de l'agriculture et de la cohésion sociale soutiennent le projet à l'échelle nationale, en finançant jusqu'à 50% du prix total du panier. Toujours à l'échelle nationale, l'initiative est soutenue par des partenaires privés (GrDF, Fondation Macif).

## Paniers solidaires, CCAS (Grenoble)

En 2008, le CCAS de Grenoble, en collaboration avec le service Santé de la ville de Grenoble, décide de porter une partie de son action sur l'alimentation. Germe alors l'idée de distribuer des paniers de fruits et légumes à bas coût, à l'image de ce que font déjà certaines coopératives et associations un peu partout en France. Destinés à tous, leur tarification doit être abordable pour les personnes à bas revenus. Sont ainsi créés les « paniers solidaires », dont le prix s'adapte en fonction du quotient familial des bénéficiaires. Un partenariat se met en place avec Soli'Gren, coopérative de produits équitables et locaux qui achète les produits aux agriculteurs et prend en charge leur transport jusqu'au CCAS.

Mis en place de manière expérimentale en 2009, les paniers solidaires permettent à des familles aux faibles revenus de bénéficier chaque semaine d'un panier de fruits et légumes de saison. En juillet 2010, après près d'un an d'expérimentation, le CCAS décide d'étendre le dispositif à tous les centres sociaux de Grenoble ; trois d'entre eux rejoignent rapidement le projet. Depuis janvier 2012, les onze centres sociaux gérés par le CCAS de Grenoble ont rejoint le dispositif.

- **Objectifs de l'action**

- Promouvoir l'agriculture locale dans une perspective écologique ;
- Permettre l'accès des plus modestes à des produits frais ;
- Associer les habitants en les rendant acteurs.

- **Fonctionnement de l'action**

Une fois par semaine, les producteurs livrent sur des palettes leurs fruits et légumes aux Maisons des habitants (les anciens centres sociaux, qui hébergent les CAF). Des habitants bénévoles se chargent ensuite de remplir les paniers. Le CCAS de Grenoble souhaite limiter le nombre de bénéficiaires à une cinquantaine par maison des habitants : à la fois pour des questions de place (stockage, distribution des paniers), mais également pour garder une dimension conviviale.

Les paniers sont vendus à une tarification solidaire : de 4 euros le panier de 3,5 kg pour les plus bas revenus à 9 euros pour le tarif haut. Chaque ménage s'abonne pour trois mois minimum. Le coût de son panier est déterminé à partir du quotient familial<sup>104</sup>, et selon un système de solidarité entre habitants d'un même quartier : les moins aisés payent un peu moins que le prix d'achat au producteur, les plus aisés un peu plus, finançant ainsi une partie du panier des premiers.

La livraison des produits et la confection des paniers permettent de créer du lien social, des temps de rencontre et d'échange entre les habitants et de favoriser la mixité des publics. Ils sont par ailleurs l'occasion, pour les bénéficiaires, d'échanger sur les questions d'alimentation, sur l'économie du ménage, sur la façon de préparer les produits des paniers.

Enfin, des activités complémentaires régulières de sensibilisation des bénéficiaires sont développées par les CESF et leurs partenaires : visite des productions agricoles ; invitation des producteurs au centre social ; ateliers cuisine autour des fruits et légumes issus des paniers ; diététique.

- **Les chiffres de l'action**

Mise en œuvre en 2009 via un protocole expérimental, cette action rencontre un véritable succès auprès des Grenoblois comme en témoignent les chiffres ci-dessous :

Bénéficiaires :

- En 2009 : 1 050 paniers ont été vendus
- En 2011 : 11 000 paniers ont été vendus à près de 400 ménages. Soit autour d'une quarantaine de panier par semaine et par centre social
- En 2014 : plus de **14 000** paniers ont été vendus

---

<sup>104</sup> La distribution des paniers ayant lieu dans les Maisons des habitants, les familles qui souhaitent s'abonner peuvent y consulter directement la borne CAF pour connaître leur quotient, sans avoir besoin de faire une demande.

**La demande en forte croissance émane notamment des populations les plus défavorisées avec 80% des bénéficiaires qui disposent de moins de 900 euros par unité de consommation.** La part de plus en élevée des paniers à 4 euros (qui bénéficient aux personnes au quotient familial le plus faible) témoigne de cette tendance. En 2014, les paniers se répartissent ainsi :

- 37% au tarif de 4 euros (contre 28,9% au 1<sup>er</sup> semestre 2011);
- 31% au tarif de 5,50 euros (contre 35,6% au 1<sup>er</sup> semestre 2011);
- 13% au tarif de 7 euros (contre 17,1% au 1<sup>er</sup> semestre 2011);
- 19% au tarif de 9 euros (contre 18,5% au 1<sup>er</sup> semestre 2011).

Néanmoins, on observe une répartition très différente selon des secteurs de la ville : sur les quartiers populaires les paniers à 4 euros représentent autour de 50% des ventes, tandis que les paniers à 9 euros n'en représentent que 5% ; *a contrario*, sur le secteur du centre-ville, les paniers à 9 euros représentent 25% des ventes, tandis que ceux à 4 euros n'en représentent qu'entre 5 et 10%. Conformément à la tendance, les acteurs du territoires notent néanmoins une augmentation des personnes bénéficiant de paniers à 4 euros dans tous les territoires de la ville (centre-ville compris).

#### Evolution du Budget :

En 2010, le budget est de 35 000 euros. 23 000 euros sont consacrés à l'achat des fruits et légumes auprès des agriculteurs. Cependant, la vente des paniers ne représente que les deux tiers de cette somme, car les bénéficiaires qui achètent les paniers au tarif le moins élevé sont plus nombreux que ceux l'achetant au tarif le plus haut (le coût total d'un panier est de 8 euros pour le CCAS). C'est donc le CCAS qui comble le différentiel.

En 2011, le budget avoisine 60 000 euros. Sur cette somme, le différentiel versé par le CCAS entre prix d'achat et prix de vente est d'à peu près 20 000 euros, soit un tiers du budget initial.

En 2014, le budget est d'environ 75 000 euros dont 35 000 financés par le CCAS avec une aide de la CAF.

#### **Bilan et perspectives**

Inscrit pendant 4 ans dans un programme expérimental, le projet « paniers solidaires » est dorénavant pérennisé par la ville de Grenoble. Rappelons que « l'accès pour tous à l'alimentation » représente un axe de la politique communale et bénéficie, en ce sens, d'un véritable soutien municipal.

Le projet a sollicité un véritable engouement au près des habitants grenoblois, tout particulièrement chez les publics défavorisés qui constituent la cible privilégiée de l'action. D'après les porteurs du projet, les retombées sont multiples ; les paniers permettent aux ménages d'avoir accès à des produits frais et diversifiés à moindre coût, la valorisation des circuits courts et les relations avec les agriculteurs participent à créer chez les bénéficiaires le sentiment d'être des acteurs de la solidarité, enfin, la localisation et le positionnement des centres sociaux « neutralisent » le sentiment pour les ménages de recourir à une forme « d'aide alimentaire ».

En outre, des ateliers de découverte « *des goûts et des saveurs* » sont organisés parallèlement aux distributions des paniers en concertation avec les agriculteurs autour du partage de recettes de légumes.

En raison de l'ampleur de l'action et de la progression de la demande, **le CCAS réfléchit actuellement à l'évolution du projet pour qu'il soit en capacité d'absorber la demande et continue à toucher les ménages aux bas revenus.** Parallèlement, des partenariats sont en cours pour limiter l'augmentation des frais de fonctionnement pour les Centres d'Action Sociale (temps passé par les CESF de chaque Centre d'Action Social) ; relation avec le Conseil Général / Développement du réseau de bénévoles sur les CAS, etc.

#### • **Moyens mobilisés**

Humains : La CESF de chaque centre social pilote le dispositif.

Financiers : Le service Santé de la ville de Grenoble a financé l'association Soli'Gren à hauteur de 5000 euros en 2009, pour le démarrage du dispositif. Le Conseil régional a financé le dispositif à

hauteur de 10 350 euros en 2010. Cette somme a permis d'acheter des balances pour la confection des paniers et de prendre en charge une partie des frais de transport pour atténuer le coût d'achat des produits.

Matériels : Des balances pour peser les aliments lors de la confection des paniers avec les bénéficiaires.

### La Ronde paysanne, Association la ronde paysanne (Pays de Lunel)

Sur le Pays de Lunel – 45 000 habitants (13 communes, autour de la « ville centre », Lunel – environ 25 000 habitants), Carole DEPIT, conseillère en insertion sociale et professionnelle, porte depuis 2009 un projet de boutique solidaire itinérante qui consiste en l'approvisionnement en produits frais (fruits et légumes essentiellement) et secs de la meilleure qualité possible (local, bio, paysan), par tournées, des quartiers de Lunel et des villages alentours.

- **Objectifs de l'action**

- Permettre l'accès des plus modestes à des produits frais.
- Rendre ainsi leur dignité aux publics en grande précarité concernés par l'aide alimentaire, et aux publics n'ayant pas accès, pour des raisons de seuil de ressources, à une alimentation saine et équilibrée

- **Fonctionnement de l'action**

Le principe adopté est celui d'ouverture à tous avec :

- Une distinction des tarifs selon les ressources des usagers ;
- Une gamme de produits suffisamment large (excédents, hors calibre, bio, raisonnée) pour que chacun puisse accéder selon ses moyens à l'offre de la boutique.

- **Les chiffres clés de la mise en œuvre de l'action**

*Non disponibles.*

## La Cabas des Champs, Centre social (Brest)

Le projet de groupement d'achat du Centre Social Kérangoff à Brest a été initié à la demande des familles qui rencontraient des difficultés d'approvisionnement d'aide alimentaire (problèmes de transport, sacs lourds et difficiles à porter, file d'attente, manque de choix dans les produits, etc.) En outre, les familles avaient également fait remonter à la direction le sentiment d'être atteintes dans leur dignité par des demandes de justification de ressources ou encore des entretiens vécus comme inquisiteurs.

Face à ce constat, les familles du centre social ont amorcé une réflexion autour de la précarité sociale et financière en lien avec l'alimentation, et lancé, en octobre 2012, un projet de groupement d'achat (en partenariat avec un deuxième centre social).

La première commande est réalisée en décembre 2012 auprès d'un agriculteur local en vente directe (pommes de terre, échalotes, oignons, etc.), puis un deuxième partenariat s'instaure en 2013, avec des maraîchers.

- **Objectifs de l'action**

- Permettre un achat groupé en grande quantité afin de faire bénéficier les ménages du meilleur prix ;
- Développer la relation avec les producteurs locaux (et valoriser leur production) ;
- Créer des liens entre habitants et transmettre les « bons plans », ruses et astuces.

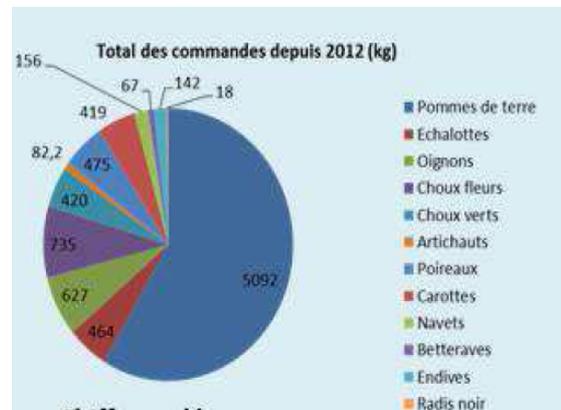
- **Fonctionnement de l'action**

Le projet « le Cabas des Champs » suit plusieurs modalités de fonctionnement :

- Ouverture toute l'année sauf en Juillet et Août ;
- Réunion des adhérents au centre social chaque deuxième vendredi du mois pour passer la commande. Les prix sont discutés entre adhérents puis négociés à l'avance avec le producteur ;
- Livraison/distribution le troisième vendredi du mois. Le producteur vient livrer les produits au centre social pour permettre la rencontre avec les adhérents ;
- Distribution de recettes avec les légumes ;
- Invitation des adhérents tous les deux mois à une réunion visant à évaluer le fonctionnement du dispositif et à le faire évoluer.

- **Les chiffres clés de la mise en œuvre de l'action**

Au total, 135 personnes ont adhéré au groupement d'achat, à raison d'une cotisation de 1€/an. Ce sont environ 50 commandes de légumes qui sont réalisées chaque mois (pommes de terres, oignons, choux, poireaux, etc.) soit 8 tonnes distribuées depuis le lancement du projet.



## De la ferme au quartier (Saint-Etienne)

A Saint-Etienne, associations de quartiers et paysans se sont mobilisés autour du projet « de la ferme au quartier », une plateforme d'approvisionnement alimentaire solidaire en circuit court ayant pour objectif de proposer aux riverains des légumes de saison et des produits sains. La principale différence avec les AMAP traditionnelles réside dans le fait que ce projet se veut créateur d'emplois et touche un plus large public, y compris les couches les moins favorisées de la population stéphanoise.

- **Objectifs de l'action**

- Sauver l'agriculture paysanne ;
- Garantir l'accès de tous à des produits frais issus d'une agriculture paysanne et locale.

- **Fonctionnement de l'action**

Les producteurs amènent leurs produits sur une plateforme centrale. Les salariés les réceptionnent, préparent et assurent les livraisons dans les lieux de distribution. Ces lieux sont mis à disposition gratuitement par des associations de quartier.

Comme en AMAP, le consommateur s'engage sur une période de 6 mois. Une période d'essai d'un mois renouvelable permet aux familles qui découvrent ce mode de distribution de s'y adapter. Les personnes bénéficiant de chèques d'aide alimentaire peuvent s'engager exceptionnellement sur une période de 3 mois. **L'association est référencée pour pouvoir utiliser les chèques d'aide alimentaire du CCAS.**

**Les prix sont discutés lors de commissions réunissant membres de l'association, des paysans et des consommateurs.** Deux principes encadrent ces débats :

- Les prix sont rémunérateurs pour les paysans.
- Les prix sont abordables pour les consommateurs.

Le projet s'autofinance grâce à la solidarité des producteurs et des consommateurs :

- Les producteurs reversent 15% de leur CA ;
- Les consommateurs payent entre 0% et 20% de leur contrat (% établi en fonction du revenu / quotient familial).

Une des particularités du projet réside dans l'engagement de plusieurs associations sensibles aux questions d'alimentation, de santé, d'environnement et de solidarité. Ces associations :

- participent à la formation des groupes de familles consommatrices.
- permettent aux familles de mieux connaître les conditions de production de leur alimentation
- expliquent les enjeux de l'agriculture paysanne.
- favorisent les rencontres entre les paysans et les consommateurs pour renforcer un lien de confiance basé sur la connaissance réciproque et l'engagement mutuel.
- insistent sur l'importance de l'alimentation pour la santé.
- développent les connaissances des consommateurs pour que l'alimentation ne soit plus considérée comme la dernière roue de la charrette dans le budget des familles mais comme quelque chose d'important pour le bien être et la santé.

- **Les chiffres clés de la mise en œuvre de l'action**

Début 2012, « De la ferme au quartier » réunissait 24 paysans et 150 familles de consommateurs.

- **Moyens mobilisés**

Des salariés avec des CDI de 30 heures assurent le fonctionnement du système. L'objectif est de fonctionner avec 3 salariés d'ici fin 2014.

## 5. TABLEAU DES INDICATEURS DE SUIVI DE L'INSECURITE ALIMENTAIRE

Questions (source : questions C33 à C51 du questionnaire ABENA2 2011-2012 – ORS Île-de-France, InVS, INPES, Ministère de l'écologie, du développement durable, des transports et du logement et Ministère des solidarités et de la cohésion sociale)	Types d'indicateurs
<p><b>A. Laquelle de ces affirmations représente le mieux l'alimentation dans votre foyer durant les 12 derniers mois ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. J'ai eu suffisamment de tous les aliments que nous souhaitons manger.</li> <li>2. J'ai eu suffisamment mais pas toujours de tous les aliments que nous souhaitons manger.</li> <li>3. J'ai eu parfois pas suffisamment à manger.</li> <li>4. J'ai eu souvent pas suffisamment à manger.</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Préférences alimentaires</b> <b>Stabilité dans le temps</b></p>
<p><b>B. « Je me suis inquiété de manquer de nourriture avant d'avoir de l'argent pour en racheter d'autre »</b> Etait-ce souvent, parfois ou jamais vrai pour vous durant les 12 derniers mois ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Souvent vrai</li> <li>2. Parfois vrai</li> <li>3. Jamais vrai</li> <li>4. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Stabilité dans le temps</b></p>
<p><b>C. « La nourriture que j'ai achetée n'a pas duré assez longtemps et je n'ai pas eu assez d'argent pour en racheter d'autre »</b> Etait-ce souvent, parfois ou jamais vrai pour vous durant les 12 derniers mois ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Souvent vrai</li> <li>2. Parfois vrai</li> <li>3. Jamais vrai</li> <li>4. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Stabilité dans le temps</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p><b>D. « Je n'ai pas eu les moyens de manger des repas équilibrés »</b> Etait-ce souvent, parfois ou jamais vrai pour vous durant les 12 derniers mois ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Souvent vrai</li> <li>2. Parfois vrai</li> <li>3. Jamais vrai</li> <li>4. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Qualitatif</b> <b>Stabilité dans le temps</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p>Si au moins une réponse grisée cochée aux questions A à D, c'est-à-dire si réponse 3 ou 4 à la question A ou réponse 1 ou 2 à l'une des questions B, C ou D → E            Si aucune réponse grisée cochée et au moins un enfant de moins de 18 ans dans le foyer → C44            Si aucune réponse grisée cochée et aucun enfant de moins de 18 ans dans le foyer → Fin</p>	
<p><b>E. Durant les 12 derniers mois, depuis (mois actuel) de l'an dernier, vous est-il déjà arrivé, à vous ou à d'autres</b></p>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>

<p><b>adultes de votre foyer, de réduire la taille de vos repas ou de sauter des repas parce que vous n'avez pas eu assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non → G</li> <li>3. Ne sait pas → G</li> </ol>	
<p><b>F. (Si oui) : A quelle fréquence cela est-il arrivé - presque chaque mois, quelques mois mais pas chaque mois, ou au cours d'un ou deux mois seulement ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Presque chaque mois</li> <li>2. Quelques mois mais pas chaque mois</li> <li>3. Au cours d'un ou deux mois seulement</li> <li>4. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Stabilité dans le temps</b></p>
<p><b>G. Durant les 12 derniers mois, vous est-il arrivé de manger moins que ce que vous pensiez avoir besoin de manger parce qu'il n'y avait pas assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non</li> <li>3. Ne sait pas</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p><b>H. Durant les 12 derniers mois, vous est-il arrivé d'avoir faim mais de ne pas manger parce qu'il n'y avait pas assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non</li> <li>3. Ne sait pas</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p><b>I. Durant les 12 derniers mois, avez-vous perdu du poids parce qu'il n'y avait pas assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non</li> <li>3. Ne sait pas</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p>Si au moins une réponse grisée cochée aux questions E, G, H ou I, c'est-à-dire si au moins une réponse 1 → <b>J</b>  Si aucune réponse grisée cochée et au moins un enfant de moins de 18 ans dans le foyer → <b>L</b>  Si aucune réponse grisée cochée et aucun enfant de moins de 18 ans dans le foyer → <b>Fin</b></p>	
<p><b>J. Durant les 12 derniers mois, vous est-il arrivé de ne pas manger toute une journée parce qu'il n'y avait pas assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non → L/Fin</li> <li>3. Ne sait pas → L/Fin</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p><b>K. (si oui) : A quelle fréquence cela est-il arrivé - presque chaque mois, quelques mois mais pas chaque mois, ou au cours d'un ou deux mois seulement ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Presque chaque mois</li> </ol>	<p><b>Stabilité dans le temps</b></p>

<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Quelques mois mais pas chaque mois</li> <li>3. Au cours d'un ou deux mois seulement</li> <li>4. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	
<p>Si au moins un enfant de moins de 18 ans dans le foyer → <b>L</b>  Si aucun enfant de moins de 18 ans dans le foyer → <b>Fin</b></p>	
<p><b>L. « Je ne me suis basé que sur quelques aliments peu coûteux pour nourrir mon /mes enfants parce que je n'avais pas assez d'argent pour acheter de la nourriture »</b> Etait-ce souvent, parfois ou jamais vrai pour vous durant les 12 derniers mois ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Souvent vrai</li> <li>6. Parfois vrai</li> <li>7. Jamais vrai</li> <li>8. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Qualitatif</b>  <b>Accessibilité économique</b>  <b>Stabilité dans le temps</b></p>
<p><b>M. « Je n'ai pas pu donner des repas équilibrés à mon/mes enfants parce que je n'en avais pas les moyens »</b> Etait-ce souvent, parfois ou jamais vrai pour vous durant les 12 derniers mois ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Souvent vrai</li> <li>2. Parfois vrai</li> <li>3. Jamais vrai</li> <li>4. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Qualitatif</b>  <b>Accessibilité économique</b>  <b>Stabilité dans le temps</b></p>
<p><b>N. « Mon/mes enfant/s n'ont pas mangé assez parce je n'avais pas assez de moyens pour la nourriture »</b> Etait-ce souvent, parfois ou jamais vrai pour vous durant les 12 derniers mois ?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Souvent vrai</li> <li>2. Parfois vrai</li> <li>3. Jamais vrai</li> <li>4. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b>  <b>Accessibilité économique</b>  <b>Stabilité dans le temps</b></p>
<p>Si au moins une réponse grisée cochée aux questions L à N, c'est-à-dire si réponse 1 ou 2 → <b>O</b>  Si aucune réponse grisée cochée → <b>Fin</b></p>	
<p><b>O. Durant les 12 derniers mois, depuis (mois actuel) de l'an dernier, vous est-il déjà arrivé de réduire la taille des repas de votre/vos enfant/s parce qu'il n'y avait pas assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non</li> <li>3. Ne sait pas</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b>  <b>Accessibilité économique</b></p>

<p><b>P. Durant les 12 derniers mois, est-il arrivé à votre/vos enfant/s de sauter des repas parce qu'il n'y avait pas assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non → R</li> <li>3. Ne sait pas → R</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p><b>Q. (si oui) A quelle fréquence cela est-il arrivé - presque chaque mois, quelques mois mais pas chaque mois, ou au cours d'un ou deux mois seulement ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Presque chaque mois</li> <li>6. Quelques mois mais pas chaque mois</li> <li>7. Au cours d'un ou deux mois seulement</li> <li>8. Ne sait pas ou refuse de répondre</li> </ol>	<p><b>Stabilité dans le temps</b></p>
<p><b>R. Durant les 12 derniers mois, est-il arrivé à votre/vos enfant/s d'avoir faim mais vous n'aviez pourtant pas d'argent pour plus de nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non</li> <li>3. Ne sait pas</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>
<p><b>S. Durant les 12 derniers mois, est-il arrivé à votre/vos enfant/s de ne pas manger pendant toute une journée parce qu'il n'y avait pas assez d'argent pour la nourriture ?</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oui</li> <li>2. Non</li> <li>3. Ne sait pas</li> </ol>	<p><b>Quantitatif</b> <b>Accessibilité économique</b></p>

## 6. GUIDE D'ENTRETIEN AUPRES DES MENAGES

**Informations générales :** composition du ménage (nombre, sexe et âge des personnes vivant au foyer, nature des liens), situation professionnelle des membres du ménage (statut, type de contrat, lieu et horaires de travail), situation dans le logement (ancienneté dans le logement, taille, agencement, appréciation du niveau de confort), ancrage dans le quartier (ancienneté dans le quartier, ressenti de l'ambiance et de la qualité de vie dans le quartier, qualification des réseaux de voisinage ou sociaux).

### **I / PRATIQUES ET REPRESENTATIONS LIEES A L'ALIMENTATION EN GENERAL**

#### **Rythme et importance des repas dans la vie de famille**

- Généralement, combien de repas faites-vous par jour ?
- Vous arrive-t-il de sauter un repas ? Pourquoi ? Par exemple, la dernière fois que vous avez sauté un repas, c'était quand ? Et pour quelles raisons ?
- Pour vous, dans une journée, quels sont les repas les plus importants ? Pour quelles raisons ?
- Prenez-vous toujours vos repas avec votre conjoint ? Et avec vos enfants ?

#### **Modalités d'approvisionnement / courses alimentaires**

- Qui s'occupe de faire les courses dans la famille ?
- Dans quels commerces achetez-vous à manger ?
- Ces commerces sont-ils loin ou prêts de chez vous ? Comment vous y rendez-vous ? Comment choisissez-vous les commerces où vous allez ?
- A quelle fréquence faites-vous des courses alimentaires ? Pour combien de jours vous achetez de la nourriture en avance ?
- A quoi faites-vous attention lorsque vous achetez à manger ? Qu'est-ce qui joue dans le choix de tel ou tel produit ?
- Avez-vous du mal à trouver, dans les commerces que vous fréquentez, les aliments que vous souhaitez cuisiner ? Pourquoi ?
- En dehors des achats, avez-vous d'autres moyens d'obtenir de la nourriture (jardinage, dons...) ? Quand y avez-vous recours et à quelle fréquence ? Est-ce que cela joue un rôle important dans votre alimentation ?

#### **Modalités de préparation des repas et pratiques alimentaires**

- Combien de fois par semaine mangez-vous chez vous ?  
Est-ce plutôt le midi ou le soir ?
- Le midi, mangez-vous sur votre lieu de travail ?  
Avez-vous un restaurant d'entreprise ? Des tickets restaurant ? De quel montant ?
- Quand vous mangez à la maison, faites-vous des menus pour vos repas ?  
Si non, pourquoi ?  
Si oui, comment choisissez-vous les menus des repas ? Qui décide ? Est-ce que votre conjoint joue un rôle dans le choix des repas ? Et vos enfants ?  
Pourriez-vous me décrire un ou deux menus typiques ? Par exemple hier ? Et le week-end dernier ?
- Qui prépare les repas à la maison ? Est-ce toujours la même personne ?

- Combien de temps passez-vous à la préparation des repas ? Est-ce que cela varie parfois ? En fonction de quoi ?
- Où préparez-vous les repas dans la maison ? Avez-vous une cuisine ? De quelle taille ? La trouvez-vous suffisamment grande ? Pratique ?
- Quel(s) équipement(s) et quel matériel avez-vous pour cuisiner (four, micro-onde, etc.) ? Est-ce que cela est suffisant pour vous permettre de cuisiner ? Sinon pourquoi ?
- Est-ce que vous aimez faire la cuisine ? Pourquoi ?  
Selon vous, faire la cuisine, c'est : convivial ? Une obligation ? Une corvée ? Un plaisir ? Cher ? Une façon de faire des économies ? De manger sain ?
- Y a-t-il des repas que vous préférez cuisiner ?
- Est-ce qu'il vous arrive de manger à l'extérieur de chez vous ? A quelles occasions ? Dans quels lieux (restaurants, amis, associations) et à quelle fréquence ?
- Est-ce que vos enfants mangent à la cantine ? Que pensez-vous des repas de la cantine ? Et eux ?
- Est-ce qu'il vous arrive d'inviter des personnes à manger ? A quelles occasions ? Qui et à quelle fréquence ?

### **Principes et éducation en matière d'alimentation**

- Pour vous, que signifie le fait de manger « équilibré » ?  
Est-ce, par exemple, manger des fruits et légumes ? De la viande ? Des produits laitiers ? En quelle quantité ? Et à quelle fréquence ?  
Est-ce manger pour être en bonne santé ?  
Est-ce simplement manger suffisamment ?  
...
- Avez-vous l'impression de manger équilibré ? Pour quelles raisons ?
- Et avez-vous l'impression que vos enfants mangent équilibré ? Pour quelles raisons ?
- Est-ce important pour vous de manger « équilibré » ? Pourquoi ?
- En ce qui concerne votre alimentation, avez-vous l'impression de suivre l'exemple de vos parents ?
- Quels grands principes avez-vous hérité de votre éducation et de votre famille, en matière d'alimentation ?
- Vos parents vous ont-ils transmis des recettes de cuisine ? Des règles en matière de préparation ou de conservation des aliments ?
- Y a-t-il des aliments que vous ne mangez jamais ? Pour quelles raisons ?
- Y a-t-il des aliments que vous refusez de manger ? Pour quelles raisons ?

## **II. GESTION BUDGETAIRE ET APPRECIATION DU DEGRE D'INSECURITE ALIMENTAIRE**

### **La gestion du budget : postes de dépenses et équilibre budgétaire global**

- Quelles sont les ressources mensuelles de votre ménage ?
- Dans votre budget du mois, à quoi consacrez-vous le plus d'argent selon vous (alimentation, vêtements, transports, logement, remboursement de crédits) ?
- Approximativement, quelle somme d'argent consacrez-vous chaque mois à la nourriture ? Est-ce que cela varie ? Si oui, en fonction de quoi ?

- Si vous disposiez à l'avenir d'une somme d'argent supplémentaire, à quoi la consacriez-vous ?
- **Vous arrive-t-il d'avoir des difficultés à équilibrer votre budget ?**

→ **Si oui**

Est-ce fréquent ?

Quand cela vous est-il arrivé pour la dernière fois, par exemple ? Pouvez-vous me raconter...

Sur quoi faites-vous des économies en priorité ? Qu'est-ce que vous jugez important de payer malgré les difficultés ?

Sur quoi vous est-il difficile de faire des économies ? Pour quelles raisons ?

- **Est-ce qu'il vous arrive de faire des économies sur les dépenses liées à l'alimentation ?**

→ **si oui**

De quelle façon vous y prenez-vous ?

Est-ce facile ?

Concrètement, quelles sont les conséquences pour vous ? Pour votre conjoint ? Pour vos enfants ?

Les économies que vous réalisez sur l'alimentation sont-elles difficiles à vivre pour vous ? Et pour vos enfants ?

→ **Si non**

Pour quelles raisons ne réalisez-vous jamais d'économies sur le poste alimentation ?

Est-ce par choix ou parce que vous ne le pouvez pas ? Dans ce dernier cas, qu'est-ce qui vous en empêche ?

**Appréciation du degré d'insécurité alimentaire (au cours des 12 derniers mois)**

- Parmi les quatre situations suivantes, quelle est celle qui correspond le mieux à la situation actuelle de votre foyer ?
  1. Vous pouvez manger tous les aliments que vous souhaitez ;
  2. Vous avez assez à manger mais pas tous les aliments que vous souhaiteriez ;
  3. Il vous arrive parfois de ne pas avoir assez à manger ;
  4. Il vous souvent de ne pas avoir assez à manger.

**NB :** seront classées parmi les « personnes en situation d'insécurité alimentaire » les enquêtés choisissant les modalités de réponse 2, 3 et 4.

- Vous est-il déjà arrivé, durant l'année qui vient de s'écouler, de vous inquiéter de ne pas avoir assez à manger et de manquer d'argent pour acheter de la nourriture ?
- Vous est-il arrivé de ne plus avoir de nourriture et de ne plus avoir assez d'argent pour en acheter ?
- Vous est-il déjà arrivé de ne pas avoir les moyens de faire des repas équilibrés, faute d'argent ?
- Vous est-il déjà arrivé, à vous ou votre conjoint, de diminuer votre part de nourriture faute d'argent ?
- Vous est-il déjà arrivé d'avoir faim et de ne pas pouvoir manger, faute d'argent pour acheter de la nourriture ?
- - Vous est-il arrivé de perdre du poids parce que vous n'aviez pas assez d'argent pour vous acheter de la nourriture ?

**→ Pour les ménages avec enfants :**

- Avez-vous déjà été contraints d'acheter de la nourriture uniquement dans des enseignes discount ou à bas prix ?
- Est-ce déjà arrivé à vos enfants de ne pas manger à leur faim parce que vous n'aviez pas les moyens d'acheter suffisamment de nourriture ?
- Est-il arrivé à vos enfants de sauter des repas ? Leur est-il arrivé de ne pas manger durant une journée entière ?

**→ SI UNE OU PLUSIEURS REPONSES POSITIVES, RELANCER :**

- Est-ce que c'est arrivé une ou plusieurs fois ?
- Est-ce que c'était la première fois ?
- Vous souvenez-vous précisément à quels moments cela vous est arrivé ? Etait-ce lié à un événement en particulier ?
- Avez-vous déjà parlé à quelqu'un de vos difficultés en matière d'alimentation ? A qui ? Que lui avez-vous dit ?
- Avez-vous déjà demandé de l'aide à quelqu'un pour pouvoir acheter des aliments ou vous procurer de la nourriture, en cas de difficulté ?
- Est-ce que vous avez déjà pensé à vous procurer des aliments par des moyens alternatifs (fin de marché, vol..) ?
- Avez-vous déjà évoqué vos difficultés alimentaires à un travailleur social ? Lequel ? Qu'est-ce qu'il vous a conseillé de faire ?

### **III/ RECOURS OU NON RECOURS A L'AIDE ALIMENTAIRE**

- Connaissez-vous des structures qui aident les personnes qui veulent faire des économies sur la nourriture ? Qui ont des difficultés pour se nourrir / pour acheter à manger ?

**→ Si oui : modalités de recours et représentations à l'égard de l'aide alimentaire**

- Lesquelles connaissez-vous ?
- Sont-elles loin de chez-vous ?

- Comment avez-vous eu connaissance de l'existence de cette / ces structure(s) ?
- Y avez-vous déjà eu personnellement recours ? Si oui, dans quelles circonstances ?
- Pourquoi avez-vous fait appel à cette (ces) structure(s) en particulier ? Est-ce que vous avez choisi cette structure parmi d'autres ? Pourquoi celle-ci ?
- Combien de temps avez-vous eu recours à cette aide ?
  
- Pourriez-vous me décrire précisément la façon dont cette structure vous a aidé / vous aide ? Sous quelle forme vous a-t-elle distribué / vous distribue-t-elle de l'aide alimentaire ?
  - **si vous avez reçu de l'aide en nature (précisez s'il s'agit de paniers ou de distribution de repas) :** qu'avez-vous pensé des aliments reçus ? Est-ce qu'ils correspondaient aux aliments que vous avez l'habitude de cuisiner ? Les avez-vous tous consommés ?
  - **si vous avez reçu des bons d'achat :** de quelle façon les avez-vous utilisés ? Pour acheter quels types d'aliments ?
  - **si vous avez fréquenté une épicerie sociale :** qu'avez-vous pensé du choix des aliments ? de leur prix ?
  
- En dehors de l'aide alimentaire, cette structure vous a-t-elle aidé sur d'autres plans ? De quelle façon ?
- Qu'est-ce que vous avez apprécié dans le fonctionnement de cette structure et l'aide qu'elle vous a apporté (accueil, contact avec les professionnels et bénévoles...) ?
- A l'inverse, qu'est-ce qui vous a déplu ?
- Avez-vous rencontré des difficultés particulières lorsque vous avez fait appel à cette structure pour l'aide alimentaire ? Si oui, lesquelles ?
- Qu'est-ce qui vous semble vraiment important lorsque l'on fait appel à une structure comme celle-ci ?
- Qu'est-ce que l'on pourrait améliorer ?
  
- Continuez-vous à fréquenter cette structure ?
- Si oui, est-ce encore pour l'aide alimentaire ou pour autre chose ?
  
- Avez-vous dit à vos proches que vous avez fréquenté / fréquentez cette structure ? Pour quelles raisons ?

**→ Si non : raisons du non recours et représentations à l'égard de l'aide alimentaire**

- Vous êtes vous déjà renseigné sur les aides qui existaient et sur les structures qui distribuaient de l'aide alimentaire ? Auprès de quelles personnes ?
  
- A votre avis, à quel genre de personnes est destiné ce type d'aide ?
  
- A votre avis, de quelle manière ces structures peuvent-elles aider les gens qui rencontrent des difficultés en matière d'alimentation ? Quels sont les types de services et les aides qu'elles proposent ?
  
- Connaissez-vous des personnes (amis, voisins) qui ont recours à cette aide ? Qu'en pensez-vous ?

- Pensez-vous que ces structures pourraient vous aider ? Pour quelles raisons ?
- Quelle image avez-vous des structures qui distribuent de la nourriture ?
- Vous a-t-on déjà proposé de bénéficier d'une aide au plan de l'alimentation ? Pour quelles raisons n'avez-vous pas donné suite à cette proposition ?
- A quelles conditions accepteriez-vous de bénéficier d'une aide au plan de l'alimentation ?
- Quelle pourrait être sa forme ?
- Quelle serait, à vos yeux, la structure la mieux placée pour distribuer cette aide ?