

**Référence** : Constance Bellin, Anne-Gwenhael Dauphin, Katia Castetbon, Nicole Darmon.E3A : Enquête auprès des Associations d'Aide Alimentaire, Rapport pour la Direction Générale de la Santé, Ministère de la Santé, Juillet 2005.

## **E3A : Enquête auprès des Associations d'Aide Alimentaire**

**Juin 2005**

**Constance Bellin, Anne-Gwenhael Dauphin,  
Katia Castetbon, Nicole Darmon**

*Unité de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (UMR Inserm/Inra/Cnam)  
Unité de Surveillance et d'Epidémiologie Nutritionnelle (InVS/Cnam)  
5 rue du Vertbois 75003 PARIS*

Contacts : [constance.lestienne@cnam.fr](mailto:constance.lestienne@cnam.fr), [darmon@cnam.fr](mailto:darmon@cnam.fr)

Etude réalisée dans le cadre du Programme National Nutrition Santé,  
avec le soutien financier de la Direction Générale de la Santé

## Introduction

Un des objectifs spécifiques du Programme National Nutrition Santé (PNNS) est de prévenir les déficits nutritionnels dans la population des personnes en situation de précarité ou d'exclusion<sup>1</sup>. On estime à 10% le pourcentage de personnes pauvres en France<sup>2</sup>. Ces personnes ne sont plus totalement libres de leurs choix alimentaires. Les contraintes de budget auxquelles elles sont soumises sont fortes et orientent leurs « choix » vers une alimentation de qualité nutritionnelle médiocre, essentiellement basée sur les féculents raffinés, pauvre en fruits et légumes et en poisson<sup>3</sup>. De plus, ces personnes peuvent se trouver dépendantes, totalement ou partiellement, de l'aide alimentaire pour se nourrir.

Les associations qui distribuent l'aide alimentaire ont le souci de distribuer une alimentation saine et bien équilibrée (NB : Les structures distribuant de l'aide alimentaire ne sont pas toutes des associations au sens strictement administratif du terme. Néanmoins dans un souci de simplicité, le terme « association » sera retenu dans la suite du rapport pour désigner ces structures). Un rapport du Conseil National de l'Alimentation indique cependant que si, dans la pratique, la sécurité sanitaire des aliments distribués est assurée, la qualité nutritionnelle et organoleptique des colis ou des repas pourrait être améliorée<sup>4</sup>. Dans ce domaine, la recherche de qualité se heurte à de nombreux obstacles. D'une part, les associations sont soumises à des contraintes budgétaires importantes et sont souvent dépendantes des dons (Communauté Européenne, producteurs, distributeurs). D'autre part, des contraintes d'ordre réglementaire ou purement pratique (difficultés de transport, de stockage et de conservation des aliments) viennent encore compliquer la gestion de l'aide. Les économistes se trouvent devant un arbitrage complexe entre la quantité distribuée et la qualité de ce qui est distribué. Cet arbitrage est d'autant plus délicat à résoudre qu'il détermine finalement le nombre total de bénéficiaires de l'aide.

## Objectifs

- **Le premier objectif** de cette étude est de mieux connaître les modes de fonctionnement des associations, leurs moyens et leurs difficultés.

- **Le second objectif** de l'étude est de mieux identifier les différents types d'aide et la provenance des aliments.

- **Le troisième objectif** est d'évaluer la qualité nutritionnelle et l'équilibre alimentaire dans les colis et repas donnés.

*Tout ceci pour émettre des propositions d'amélioration adaptées à la situation et aux contraintes réelles.*

## Méthodes

### 1- Elaboration du questionnaire

Le questionnaire cherche à identifier les moyens, les pratiques et les besoins des associations délivrant de l'aide alimentaire dans un local. Il est composé de 5 parties :

- Partie administrative (horaires et dates d'ouverture, personnel) ;
- Présentation de la structure (équipement, nombre de bénéficiaires et conditions d'accès à l'aide) ;
- Description de l'aide alimentaire distribuée (mode d'approvisionnement, budget disponible pour les achats alimentaires) ;
- Listes d'aliments distribués et exemples de colis, paniers ou repas effectivement distribués;
- Difficultés rencontrées par la structure.

Les questions sont des questions à choix multiple, avec, quand nécessaire, un espace de libre expression afin de permettre aux associations de préciser des éléments non pris en compte dans les questions. L'intégralité du questionnaire est fournie en annexe (Annexe 1 : Questionnaire E3A).

## 2- Recensement des associations distribuant de l'aide alimentaire dans les 6 zones d'étude

Les associations enquêtées sont les associations distribuant de l'aide alimentaire sous forme de colis, de repas ou de libre service, dans un local. Les associations qui ne possèdent pas de local ainsi que les associations qui sont des centres d'hébergement ou de réinsertion sociale n'ont pas été incluses dans l'étude.

Les représentants nationaux des principales structures impliquées dans l'aide alimentaire en France ont été contactés afin de dresser une liste la plus complète possible des associations distribuant de l'aide alimentaire à Paris, Dijon, Lille et Marseille ainsi que dans le Val de Marne et la Seine St Denis : Secours Populaire, Secours Catholique, Croix-Rouge Française, Union Nationale des Centres Communaux d'Action Sociale, Restaurants du Cœur, Fédération Française des Banques Alimentaires, Revivre, Association Nationale des Epicerie sociales (ANDES), Emmaüs, Armée du Salut, d'autres associations confessionnelles, le groupe d'aide alimentaire de la Mairie de Paris. De même, le Secrétariat d'Etat à la lutte contre l'exclusion et la précarité, ou les autres ministères impliqués dans le soutien financier apporté par l'Etat à ces associations (Conseil Général, DGAS, mairies...) ainsi que les organismes partenaires : CRAM, CRESIF ont été contactés. Nous avons aussi fait appel, mais avec peu de succès, à des partenaires tels que l'INSEE et le CERIN.

L'enquête E3A a pour vocation d'être exhaustive dans chacun des 6 sites géographiques sélectionnés. C'est en fait l'envoi et le retour, ou non-retour, des questionnaires qui a permis d'établir la liste exhaustive et surtout, à jour, des associations intervenant dans ces 6 zones géographiques.

## 3- Gestion et analyse des données

Chaque questionnaire reçu a fait l'objet d'un rappel téléphonique systématique, de façon à compléter ou préciser certains points. Ceci s'est rapidement avéré nécessaire, notamment pour la seconde partie du questionnaire, qui consistait à recueillir des exemples précis de repas servis ou de colis emportés récemment dans l'association.

Les données ont été stockées dans une base Access après codification, y compris pour les réponses aux questions ouvertes.

Les exemples de colis, paniers ou repas effectivement distribués n'ont été relevés que dans 4 sites sur les 6 : Paris, Lille, Marseille et Val de Marne. La table de composition des aliments SU.VIMAX<sup>5</sup> a été utilisée pour calculer la composition en aliments et en nutriments, ainsi que la valeur marchande des colis et repas donnés par les associations. Une analyse de l'équilibre alimentaire et de l'équilibre nutritionnel de ces dons a été réalisée en les comparant respectivement aux repères de consommation du PNNS<sup>6</sup> et aux Besoins Nutritionnels Moyens (BNM)<sup>7</sup>. Ces méthodes sont décrites plus en détail au début de la troisième partie du rapport : Equilibre alimentaire et qualité nutritionnelle des colis et repas donnés.

Toutes les analyses statistiques ont été réalisées à l'aide du logiciel SAS, à l'exclusion des test-t de comparaison à une valeur théorique, qui ont été réalisés avec Excel.

## Résultats

### Taux de réponse

604 questionnaires ont été envoyés entre avril et août, par voie postale, avec enveloppe T pour le retour du questionnaire. De plus, chaque responsable d'association a été personnellement contacté soit par téléphone, soit lors d'un entretien en tête à tête. Des visites ont été effectuées dans certaines associations, plus réticentes au projet, pour établir un contact direct avec les responsables afin de leur expliquer la teneur et les objectifs du projet et les aider à remplir le questionnaire. Un contact téléphonique et plusieurs relances ont dûes être effectuées pour compléter et vérifier l'information fournie.

Parmi toutes les associations contactées, certaines n'existaient plus ou avaient changé d'adresse (N'habite Plus A l'adresse Indiquée, NPAI) ou étaient fermées provisoirement pour cause de travaux, de campagne d'été ou tardaient à ouvrir. Malgré plusieurs rappels, 251 associations n'ont pas retourné le questionnaire. Sur les 316 associations ayant retourné le questionnaire 129 structures ne correspondaient pas aux critères d'inclusion (pas de local, centre d'hébergement ...).

Les taux de réponse pour les 6 zones géographiques sont les suivants :

Tableau 1 – Diffusion et taux de réponse pour le questionnaire E3A

	Dijon	Lille	Marseille	Paris	Seine St Denis	Val de Marne	Total
Envoyés	39	64	147	163	134	57	604
Siège, doublons, NPAI	0	6	6	21	2	2	37
<b>Envois valides</b>	<b>39</b>	<b>58</b>	<b>141</b>	<b>142</b>	<b>132</b>	<b>55</b>	<b>567</b>
Non retour	11	36	77	42	57	28	251
Retour non incluables	21	12	29	44	21	2	129
Retour incluables	7	10	35	56	54	25	187
<b>Total retour</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>64</b>	<b>100</b>	<b>75</b>	<b>27</b>	<b>316</b>
<b>Taux de retour</b>	<b>72%</b>	<b>38%</b>	<b>45%</b>	<b>70%</b>	<b>57%</b>	<b>49%</b>	<b>56%</b>

La volonté de sélectionner exclusivement les associations délivrant de l'aide alimentaire dans un local semble avoir entraîné l'élimination, notamment à Marseille, d'un nombre important d'associations fonctionnant sous forme de Maraude, de façon semble-t-il assez élaborée, (près de 45% des réponses de Marseille).

### Les résultats sont présentés en 3 parties :

- **Première partie** : Modes de fonctionnement, équipements et difficultés des associations
- **Deuxième partie** : Différents types d'aide alimentaire et provenance des aliments
- **Troisième partie** : Valeur marchande et contenu en aliments et nutriments des repas et colis

Nous avons donné la priorité à la présentation des résultats bruts, c'est à dire que chaque question du questionnaire est reprise et les résultats chiffrés correspondant aux réponses données par les associations à cette question sont présentés sous forme de graphique ou schéma. Des analyses en fonction de la zone géographique ou du type d'aide délivrée ont également été effectuées et figurent en annexe de ce rapport (Annexe 2 : Analyse par zone géographique, Annexe 3 : Analyse par type d'aide).

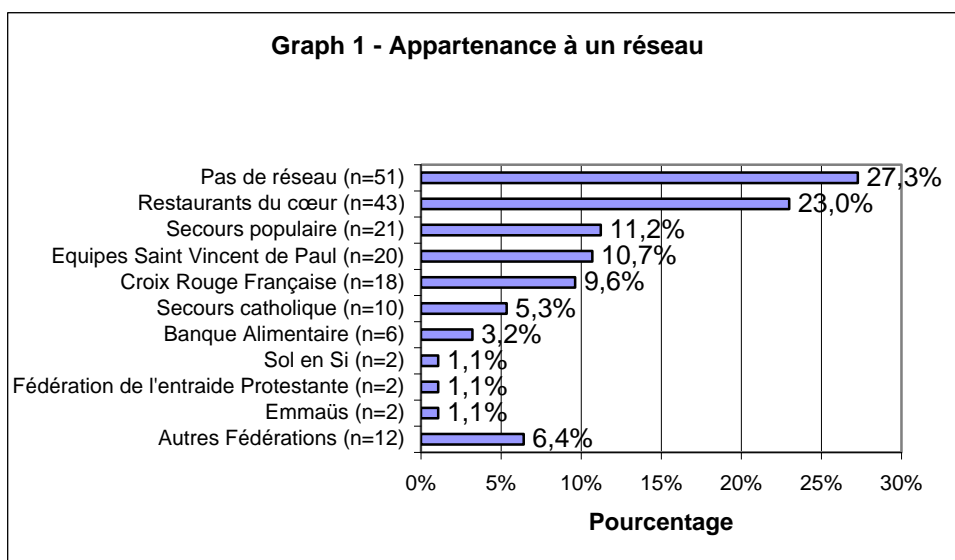
# PREMIERE PARTIE

## Mode de fonctionnement, équipement et difficultés des associations (toutes les questions, sauf 8, 9, 11, 12,13, 20, 21, 23)

### 1 - Votre structure fait-elle partie d'un réseau ou d'une fédération ?

(une seule réponse possible)

- Oui..... 1  
dans ce cas, précisez son nom : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Non..... 2
- Vous ne savez pas..... 3



**Parmi les associations interrogées, 27,3 % n'appartiennent pas à un réseau.**

Seulement 3,2 % des associations déclarent appartenir au réseau des Banques alimentaires. Il faut noter cependant que plus de la moitié des associations (58,8% exactement, selon la réponse à la question 13, partie 2) sont approvisionnées par une Banque Alimentaire, bien que n'appartenant pas formellement à ce réseau. Le chiffre de 3,2 % sous-estime donc incontestablement la place réelle du réseau des Banques Alimentaires dans le circuit de l'aide alimentaire en France.

## 2 - Combien de personnes participent à votre activité d'aide alimentaire ?

- au total.....
- dont salariés.....
- dont non salariés .....

Tableau 2.1 – Nombre de personnes travaillant dans les associations

	Moyenr	Déviati Standard	Minimur	Médiani	Maximum
Bénévoles	20,5	26,5	0	12	199
Salariés	1,6	5,5	0	0	45
Total	21,9	26,9	1	13	200

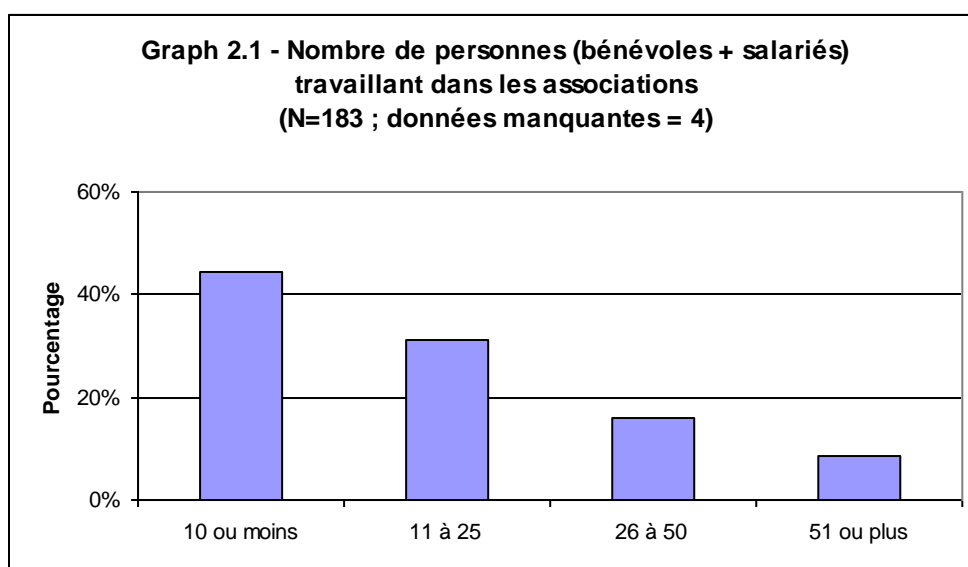


Tableau 2.1 – Répartition des associations en fonction du nombre de bénévoles travaillant dans l'association.

	N	%	% cumulé
Aucun	6	3,3	3,3
1_10	82	45,3	48,6
11_25	50	27,6	76,2
26_50	28	15,5	91,7
>=51	15	8,3	100,0
Total	181	100,0	

Tableau 2.2 – Répartition des associations en fonction du nombre de salariés travaillant dans l'association.

	N	%	% cumulé
Aucun	133	73,5	73,5
1_5	37	20,4	93,9
6_10	5	2,8	96,7
>=11	6	3,3	100,0
Total	181	100,0	

**Près des trois-quart (73,5%) des associations fonctionnent sans aucun salarié. L'effectif total moyen des associations est de 22 personnes dont 20 bénévoles, pour 2 salariés. La moitié des associations fonctionnent avec moins de 12 personnes.**

Les associations s'appuient sur un réseau de bénévoles très important, on note en effet un ratio bénévoles sur salariés de 13,0 en moyenne : ce qui signifie que pour un salarié, en temps plein, il y a, en moyenne 13,0 personnes fonctionnant en bénévolat, à temps choisis. Cette situation diffère selon la taille des associations, elle peut varier de 1 à 200 personnes (dont 45 salariés au maximum), pour couvrir toute l'activité au long de l'année.

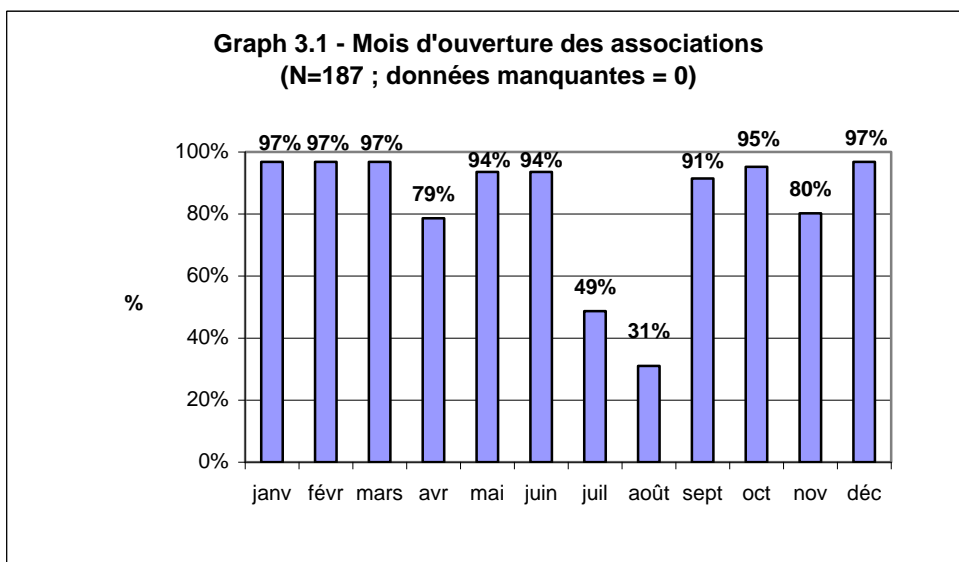
### 3 - Quelles sont les périodes d'ouverture de votre structure, sur l'année ?

(une seule réponse possible)

- Elle est ouverte toute l'année ..... 1
- Elle n'est pas ouverte toute l'année..... 2

dans ce cas, cochez les mois d'ouverture :

Janv.	Fév.	Mars	Avril	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.



**De Décembre à Mars, 97 % des associations sont ouvertes. Le mois d'Août est le mois pendant lequel le plus d'associations sont fermées avec seulement 31 % des associations ouvertes.**

Au total, 25 % des associations sont ouvertes toute l'année. Les associations ouvrent en moyenne 10 mois dans l'année avec de nombreuses disparités : le temps minimum d'ouverture est de 1 mois pour l'association Août Secours Alimentaire qui prend le relais des associations fermées en Août à Paris.

Soixante treize pourcent des associations ferment pendant au moins un mois pendant les mois d'été (Juillet et Août).

Soixante seize pourcent des associations sont ouvertes pendant la totalité de la période hivernale (de Novembre à Avril).

#### 4 - Quels sont les jours de distribution d'aide alimentaire, dans votre structure ?

(Une seule réponse possible)

- Distribution tous les jours ..... 1
- Pas de distribution tous les jours ..... 2

*dans ce cas, cochez les jours de distribution sur une période type de 4 semaines :*

Semaine 1							Semaine 2							Semaine 3							Semaine 4						
L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D

Tableau 4.1 – Ouverture moyenne des associations sur 4 semaines

Ensemble des associations	
Moyenne	11,0
Déviation Standard	7,7
Minimum	1,0
Médiane	8,0
Maximum	28,0

**Les associations sont ouvertes 11 jours sur 4 semaines en moyenne, soit entre 2 et 3 jours par semaine.**

Tableau 4.2 – Nombre de jours d'ouverture par semaine

	N	%	% cumulé
[0- 1[	24	12,9	12,9
[1- 2[	46	24,7	37,6
[2- 5[	78	41,9	79,6
[5- 6[	23	12,4	91,9
[6-7]	15	8,1	100,0
Total	186	100,0	

**Quatre vingt pour cent (80%) des associations sont fermées au moins 2 jours par semaine. Seulement 8% des associations sont ouvertes tous les jours de la semaine sans interruption.**

#### 5 - Quels sont vos horaires de distribution aux usagers ?

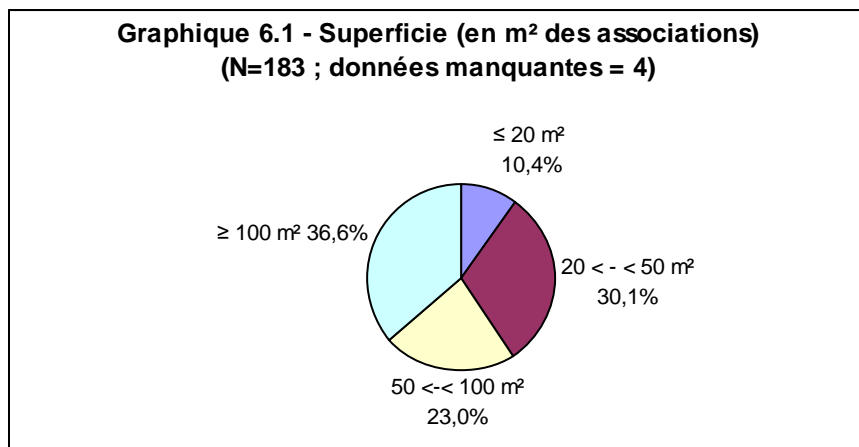
	Matin	Après-midi	Soirées
Lundi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Mardi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Mercredi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Jeudi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Vendredi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Samedi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Dimanche	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....

NB : Les réponses à cette question ne sont pas exploitables car de nombreuses associations ont pris en compte leurs horaires d'ouverture et non pas leurs horaires de distribution alimentaire.



**6 - Quelle est la superficie totale de votre local ? (une seule réponse possible)**

- $\leq 20 \text{ m}^2$ ..... 1
- entre  $20 \text{ m}^2$  et  $50 \text{ m}^2$ ..... 2
- entre  $50 \text{ m}^2$  et  $100\text{m}^2$ ..... 3
- $\geq 100 \text{ m}^2$ ..... 4



**Plus de 40 % des associations fonctionnent dans un local de moins de 50 m<sup>2</sup>.**

## 7 - Disposez-vous, dans vos propres locaux, des matériels suivants ?

(Une réponse par ligne)

	Oui	Non	Vous ne savez pas
- chambre froide.....	1	2	3
- réfrigérateurs.....	1	2	3
- congélateurs.....	1	2	3
- ordinateur PC.....	1	2	3
- ordinateur Mac.....	1	2	3
- imprimante.....	1	2	3
- ligne téléphonique fixe.....	1	2	3
- accès Internet.....	1	2	3
- pièce isolée.....	1	2	3
- système informatisé pour la gestion des usagers.....	1	2	3
- système informatisé pour la gestion des stocks.....	1	2	3
- système informatisé pour la gestion du budget.....	1	2	3
- autres.....	1	2	3

dans ce cas, précisez : \_\_\_\_\_

Tableau 7 – Equipement des associations

	N	% Oui
Chambre froide	182	20,9
Réfrigérateurs	185	91,9
Réfrigérateur ou Chambre froide	184	94,0
Congélateurs	185	84,3
Ordinateur PC	183	37,1
Ordinateur Mac	181	8,8
Ordinateur PC ou Mac	184	41,9
Imprimante	182	36,8
Ligne téléphonique fixe	182	78,6
Accès Internet	181	23,2
Pièce isolée	179	49,7
Système informatisé pour la gestion des usagers	182	16,5
Système informatisé pour la gestion des stocks	181	11,6
Système informatisé pour la gestion du budget	179	17,3
Autres	187	6,4

**Au total, 94 % des associations sont équipées soit d'un réfrigérateur soit d'une chambre froide; 84 % sont équipées d'un congélateur.**

**Environ 42 % des associations sont équipées de matériel informatique (Mac ou PC).**

*Les associations qui sont équipées d'une chambre froide sont essentiellement des associations qui servent des repas préparés par un traiteur.*

*Des équipements non répertoriés dans notre liste ont été déclarés par certaines associations : il s'agit de notamment de bacs isothermes, rendus obligatoires par la Banque Alimentaire pour la réception de produits tels que les surgelés, la viande, le poisson, les légumes, les produits laitiers et autres denrées fraîches. Certaines rares associations sont aussi équipées de camions isothermes.*

*L'informatique sert peu pour la gestion des usagers, des stocks ou du budget, respectivement 16,5%, 11,6% et 17,3%. Elle reste sans doute un outil de secrétariat et de communication via internet.*

**10 - Combien d'usagers avez-vous répertorié au total, sur l'année 2003 ?**   |\_|\_|\_|\_|\_|\_|\_|

- dont familles..... |\_|\_|\_|\_|\_|\_|\_|\_|

- dont personnes seules..... |\_|\_|\_|\_|\_|\_|\_|\_|

Tableau 10.1 - Nombre d'usagers répertoriés dans les associations pour l'année 2003

	Nombre d'usagers
N	139
Minimum	10
P25	15
Médiane	450
P75	1 437
Maximum	31 609

**Le nombre d'usagers répertoriés est très variable et dépend du type d'association. Le nombre de personnes accueillies pendant l'année 2003 varie d'un minimum de 10 personnes à un maximum de 31 609 personnes.**

*Sur l'année 2003, 50 % des associations ont servi plus de 450 usagers. Cependant, un petit nombre d'associations reçoivent un très grand nombre d'usagers. C'est le cas d'associations temporaires, comme Août Secours Alimentaire ou d'associations qui offrent plusieurs services de repas assis, et sont ouverts plusieurs jours par semaine, comme Emmaüs ou les Restaurants du Cœur.*

NB : Les réponses à la deuxième partie de la question 10 n'étaient pas exploitables, certaines associations n'ayant comptabilisé dans la case "personnes seules" que des personnes vivant seules et d'autres associations ayant comptabilisé le nombre total des personnes bénéficiaires (c'est à dire les personnes effectivement accueillies, plus les membres de leur famille).

#### 14- D'où proviennent vos financements ? (Une réponse par ligne)

	Oui	Non	Vous ne savez pas
- des collectivités.....	1	2	3
- d'entreprises privées .....	1	2	3
- de particuliers.....	1	2	3
- de la participation des usagers .....	1	2	3
- autres fonds.....	1	2	3
<i>dans ce cas, précisez</i> _____			
_____			
_____			
_____			

Tableau 14 – Origine des financements

	N	% Oui
Particuliers	181	71,8
Collectivités	179	57,0
Autres fonds	184	38,0
Participation des usagers	179	27,9
Entreprises privées	180	18,3

#### **Près de 72 % des associations fonctionnent avec des fonds collectés auprès de particuliers.**

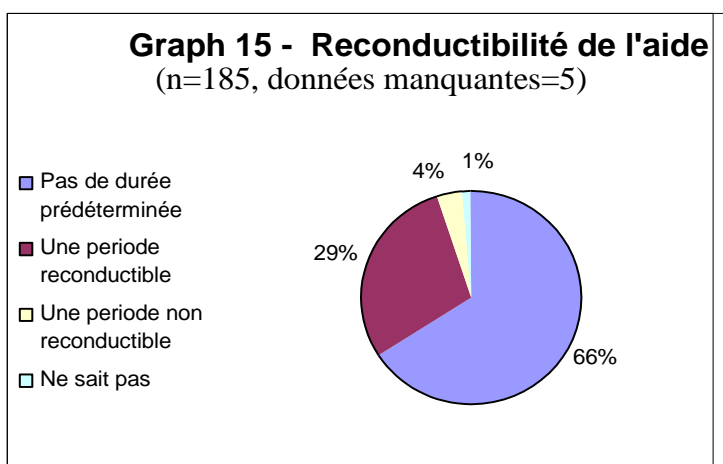
*Les grosses associations issues d'un réseau de fédération ne se préoccupent pas de la collecte de fonds : une allocation mensuelle leur est allouée par le siège à l'année.*

*Pour 38% des associations une partie du budget de fonctionnement provient des fonds collectés lors de manifestations diverses : vide greniers, braderies, spectacles, théâtres, kermesses, ventes de gâteaux, travaux, vente de disques du concert des enfoirés...*

*La structure d'aide alimentaire peut résulter aussi d'un multi partenariat entre différentes associations qui participent selon leur implication dans l'organisme : Samu Social, Cafda, secours catholique, entraide Protestante, secours populaire, CCAS,....Chaque association donne alors ses priorités pour l' action qui lui tient à cœur.*

**15 - Quelle est la durée maximale de l'aide accordée aux usagers?** (une seule réponse possible)

- une période non reconductible..... 1  
*dans ce cas, indiquez la durée en nombre de semaines : .....|\_|\_|*
- une période reconductible..... 2  
*dans ce cas, indiquez la durée en nombre de semaines : .....|\_|\_|*  
*et indiquez le nombre de reconductions possibles dans l'année.....|\_|\_|*
- pas de durée prédéterminée.....3
- vous ne savez pas..... 4

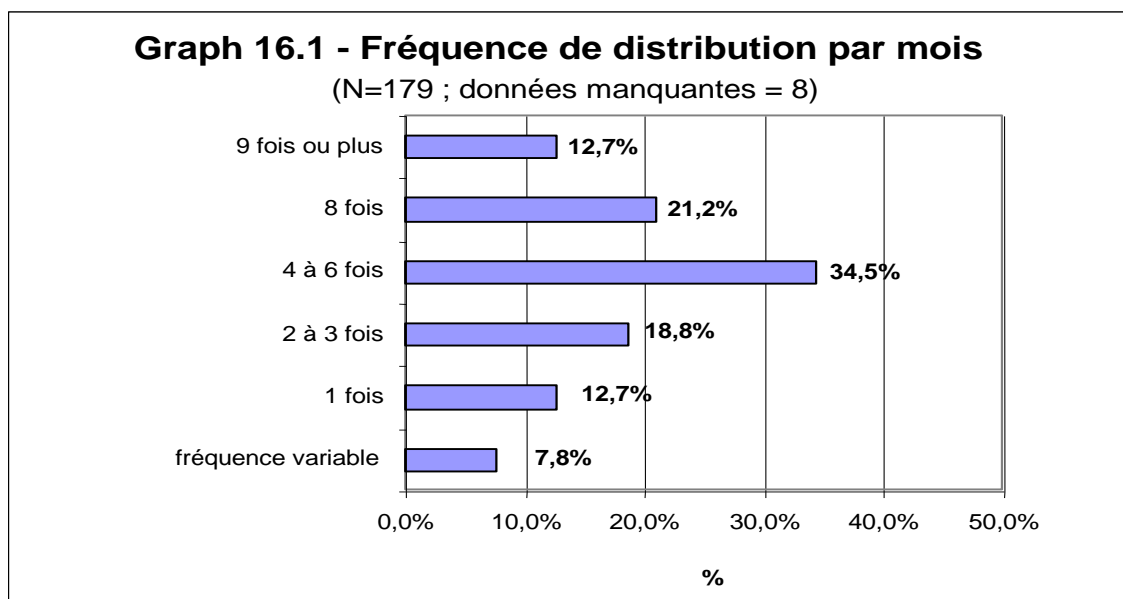


**Pour 66 % des associations, il n’y a pas de durée prédéterminée pour l’aide distribuée.**

NB : La durée de l’aide en nombre de semaines n’est pas exploitable car certaines associations ont tenu compte de la reconductibilité de l’aide et d’autres pas.

## 16 – À quelle fréquence chaque usager peut-il bénéficier de votre aide ?

- Nombre de fois PAR MOIS..... /\_/\_/\_/\_/  
autres cas, précisez \_\_\_\_\_



**Dans la majorité des associations (68%), chaque bénéficiaire reçoit de l'aide plus de 4 fois par mois (soit plus d'une fois par semaine).**

*Les associations instaurent un roulement entre les usagers pour les distributions puisqu'elles sont ouvertes plus fréquemment (2 à 3 fois par semaine en moyenne, selon la réponse à la question 4) que la fréquence de distribution à chaque usager. Certains bénévoles font remarquer que lorsqu'ils connaissent bien leurs bénéficiaires, l'association s'adapte si nécessaire à la demande des usagers en augmentant le nombre de distributions par mois.*

## 17 - Quels critères prenez-vous en compte pour attribuer une aide alimentaire ?

(plusieurs réponses possibles) :

- Envoi par un service social..... 1
  - Quotient familial.....2
  - Reste à vivre.....3
  - Catégories particulières de population.....4
- dans ce cas, précisez laquelle ou lesquelles : \_\_\_\_\_

Tableau 17 – Critères pris en compte pour attribuer une aide alimentaire

	% Oui
Envoi par un service social	82,6
Appartenance à une catégorie particulière de population	49,4
Quotient familial	41,6
Reste à vivre	41,0

**Le principal critère retenu par les associations pour attribuer une aide alimentaire est l'envoi par un service social (dans 82,6% des cas).**

*Certaines associations utilisent aussi les critères du reste à vivre, du quotient familial, ou reçoivent plus spécifiquement certaines catégories de populations, quelles que soient les raisons pour lesquelles elles se présentent à l'aide alimentaire (personnes contaminées par le VIH, mineurs, réfugiés politiques, gens du voyage...).*

## 18 - Quelle est la situation familiale et /ou sociale des personnes accueillies ?

(plusieurs réponses possibles) :

- familles monoparentales..... 1
  - personnes immigrées sans titre de séjour..... 2
  - demandeurs d'asile..... 3
  - personnes âgées..... 4
  - jeunes de moins de 25 ans..... 5
  - personnes sans domicile fixe (hommes ou femmes)..... 6
  - autres..... 7
- dans ce cas, précisez : \_\_\_\_\_
- 

Tableau 18 - Situation familiale/sociale des personnes accueillies (N=183)

	% Oui
Familles monoparentales	88,5
Personnes immigrées sans titre de séjour	79,2
Demandeurs d'asile	72,7
Personnes âgées	69,4
Jeunes de moins de 25 ans	67,8
Personnes sans domicile fixe	65,6
Autre	31,1

**Les familles monoparentales sont les plus représentées (88,5 %), mais 65% des associations enquêtées accueillent aussi des personnes sans domicile fixe.**

*Les associations relèvent 3 grands types de difficultés des personnes accueillies:*

### 1. Economiques

- personnes en situation précaire connues des services et auxquelles on ne demande pas de justificatifs (personnes âgées avec le minimum vieillesse, familles ayant le RMI comme seul revenu, etc.)
- personnes au chômage, en fin de droits ou RMISTes, familles nombreuses touchées par un chômage long, personnes au chômage et n'ayant jamais travaillé...
- situations de précarité installée : surendettement, expulsions, SDF hommes surtout de plus de 25 ans, etc.

### 2. Administratives

- personnes en attente de statut d'accueil, d'ouverture de droits soit parce qu'ils sont étrangers, demandeurs d'asiles (CAFDA, Cimade), mineurs étrangers, réfugiés politiques, sans papier...

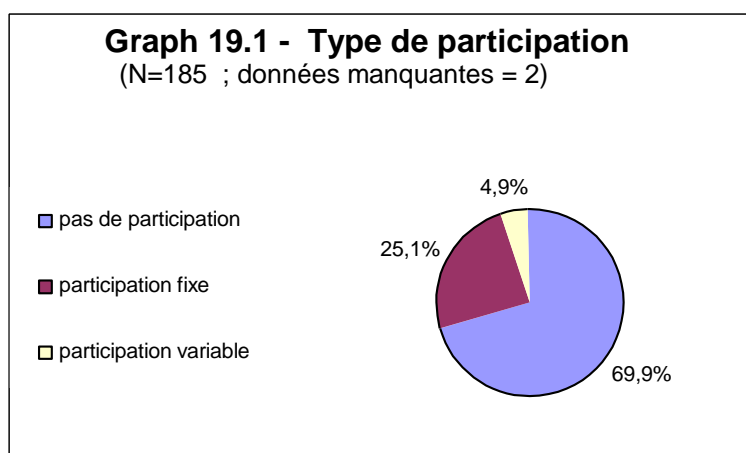
### 3. Sociales

- difficultés ponctuelles dues à une situation familiale (femmes isolées avec enfants, femmes en instance de divorce, mesures provisoires non prononcées pour la séparation, déplacement obligatoire), à la maladie, à un handicap (prise en charge tardive par la COTOREP, Allocation Adultes Handicapés...)
- familles en insertion ou réinsertion sociale et professionnelle (CES, CRE...)
- personnes en situation précaire qu'il faut orienter vers les services sociaux auxquels ils n'ont pas fait appel.
- personnes dépendantes de l'alcool ou autres drogues

## 19 - Demandez vous une participation financière aux usagers ?

(plusieurs réponses possibles) :

- pas de participation ..... 1
- repas gratuits sous réserve de possession d'une carte d'aide sociale..... 2
- une participation ou un pourcentage fixe..... 3  
dans ce cas, précisez lequel : \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- une participation ou un pourcentage variable..... 4  
dans ce cas, précisez les fourchettes de montant ou de pourcentage : \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- vous ne savez pas..... 5



**Près de 70 % des associations ne demandent aucune participation aux usagers, 25% demandent une participation fixe, et 5% demandent une participation variable**

Les participations fixes sont de 2 types :

- prix par repas ou par colis (par exemple : 0.2 € pour un sandwich, 0.75 à 1 € par repas pour une personne seule, 2 €/repas pour une famille, 1 à 2 € par colis ou 0.2 € par kg)
- prix par mois ou par semaine, ou adhésion à l'année (exemples de tarifs annuels : 5 à 12 € pour une personne seule, 10 à 25 € pour une famille).

Les participations variables peuvent dépendre :

- du nombre de personnes dans le foyer
- du reste à vivre de la famille (la participation demandée dans ce cas est typiquement égale à 10 % du reste à vivre)
- de la valeur marchande des produits (les épiceries sociales demandent généralement une participation allant de 10 à 20 % de la valeur marchande des produits, aux prix les plus bas du marché).



**22 - Organisez-vous des activités annexes, à destination des usagers, autour de l'alimentation ou de la santé, des activités sportives ou culturelles ?**  
(une seule réponse possible) :

- Oui..... 1  
dans ce cas, précisez : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Non..... 2
- Vous ne savez pas..... 3

**A peu près 48 % des associations ont une activité annexe à la distribution alimentaire.**

*Les activités citées par les associations se déclinent en plusieurs domaines :*

*Des activités récurrentes, hebdomadaires :*

- *Santé, cuisine : ateliers de cuisine quelquefois avec le soutien d'une Conseillère en Economie Sociale et Familiale de la CAF ;*

- *Soutien scolaire, ateliers informatique, ateliers hebdomadaires d'alphabétisation, arts plastiques, peinture et bricolages les mercredis, bibliothèque, vidéothèque, table de jeux, etc. ;*

- *Entretien du linge : vestiaire, blanchisserie, couture, salon de coiffure à destination des usagers et de leur familles.*

*Des activités plus exceptionnelles :*

- *Loisirs : promenades en familles en forêt, sorties au bord de la mer, pique-nique, sorties culturelles plusieurs fois par an (musées, cinéma, théâtre, concerts, ...), loto, sortie au zoo*

- *Sports : semaine de vacances avec subvention CAF, ski pour les enfants, activités sportives (sortie vélo, jeux de ballon...)* ;

- *Festivités : repas collectifs et festifs pour Noël par exemple, spectacle de magicien ;*

- *Santé : bilan en centre de santé, réunions à thème : santé, informations mutuelle, échanges de recettes, réflexion sur l'équilibre alimentaire, atelier de puériculture ;*

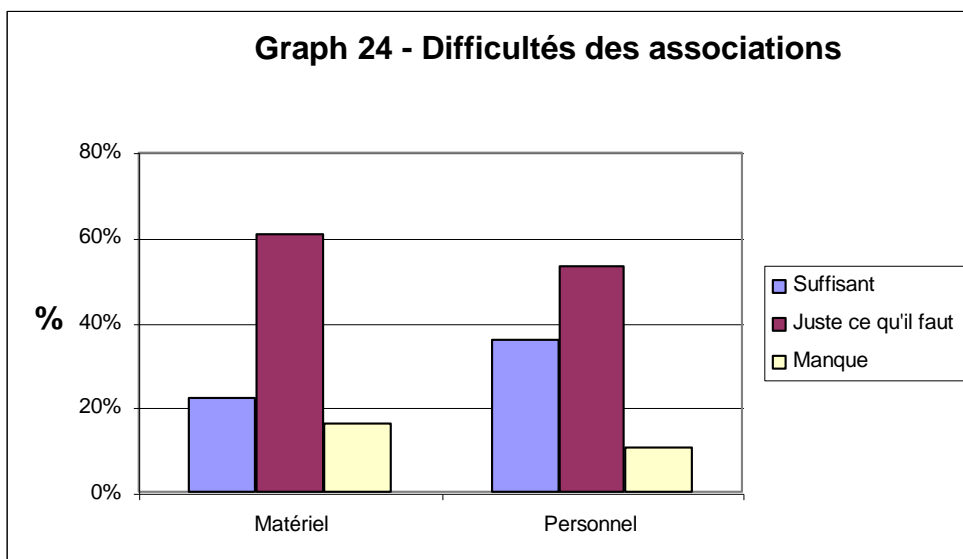
- *Aide administrative : économie et budget familial, recherche de logement.*

**24 – Concernant le matériel (locaux, matériel de cuisine, stockage, transport...), diriez-vous que (une seule réponse possible) :**

- vous êtes suffisamment équipés..... 1
  - vous disposez juste de ce qu'il vous faut..... 2
  - vous êtes en manque de moyens et vous n'arrivez pas à faire correctement votre activité..... 3
- dans ce cas, précisez les difficultés que vous rencontrez : \_\_\_\_\_*
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- vous ne savez pas..... 4

**25 - A l'heure actuelle, concernant le personnel (salarié ou non) travaillant pour l'association, diriez-vous que (une seule réponse possible) :**

- vous en avez un nombre suffisant..... 1
  - vous disposez juste de ce qu'il faut..... 2
  - vous êtes en manque de personnel et n'arrivez pas à faire correctement votre activité..... 3
- dans ce cas, précisez les difficultés que vous rencontrez: \_\_\_\_\_*
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- vous ne savez pas..... 4



**Au total, 62 % et 53 % des associations déclarent avoir juste ce qu'il faut en terme de matériel et de personnel, respectivement.**

*Les difficultés matérielles principalement citées par les associations sont : l'étroitesse des locaux, leur inadaptation à la distribution alimentaire, les difficultés de transport et de conservation des aliments frais et surgelés.*

*Les difficultés de personnel citées par les associations sont surtout le manque de bénévoles et leur présence aléatoire, ce qui rend difficile le suivi des activités et pose un problème d'organisation des plannings.*

**26 - Concernant votre capacité d'accueil, diriez-vous que** (une seule réponse possible) :

- vous pouvez répondre à la demande ..... 1
- vous devez limiter le nombre d'utilisateurs..... 2
- autres..... 3  
*dans ce cas, précisez :*  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- vous ne savez pas..... 4

**Tableau 26 - Capacité d'accueil des associations**

	Total
N	152
Peut répondre à la demande	54,6%
Doit limiter le nombre d'utilisateurs	38,8%
Autre	3,9%
Ne sait pas	2,6%
<b>Total</b>	<b>100,0%</b>

**Seulement 55% des associations déclarent pouvoir répondre à la demande; près de 40% d'entre elles doivent limiter le nombre d'utilisateurs servis.**

*Nombreuses sont les associations qui signalent (question ouverte) une augmentation importante du nombre de personnes envoyées par les services sociaux au cours des dernières années.*

## DEUXIEME PARTIE

### **Différents types d'aide alimentaire et provenance des aliments**

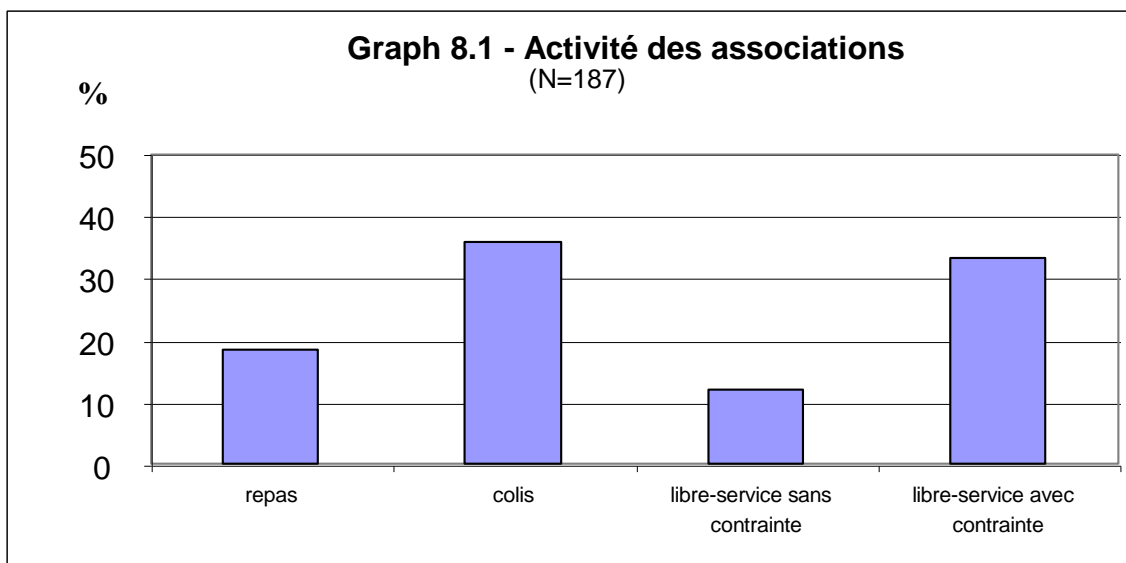
*(questions 8, 9, 12, 13, 20, 21, 23)*

Dans le questionnaire, le choix a été fait de distinguer 4 grands types d'aide alimentaire

- Repas : des repas chauds sont servis. Ceux ci peuvent être cuisinés sur place, ou fournis par des services de restauration professionnels et réchauffés sur place par l'association.
- Colis : des colis préparés à l'avance par les bénévoles sont distribués aux usagers. Les usagers ne peuvent donc pas choisir le contenu du panier. Le contenu du panier est déterminé par la taille de la famille et l'approvisionnement de l'association.
- Libre service sans contrainte ou libre service avec contrainte : les usagers peuvent constituer eux-mêmes des colis à partir des aliments mis en libre service par les associations. En fonction des associations le libre service est soumis à des contraintes (diversité des aliments, taille des colis ...) ou libre de toute contrainte. Selon les associations, les colis peuvent être gratuits ou à un prix fixé en fonction des revenus de la personne et de la quantité d'aliments contenue dans le colis. Le niveau de choix dans le libre service varie en fonction des associations.

#### **8 - Quel type d'aide alimentaire distribuez-vous ? (plusieurs réponses possibles)**

- A consommer sur place.....1
- A emporter sous forme de colis préparés à l'avance.....2
- A emporter en libre-service avec libre choix du contenu du panier.....3
- A emporter en libre-service avec des règles de constitution du panier (quantités définies selon la constitution familiale, équilibre entre différentes catégories de produits.....4  
dans ce cas, précisez ces règles : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



**La distribution de colis et de libre service avec contrainte domine l'activité des associations.**

Les règles de constitution des colis que les associations déclarent appliquer répondent :

- pour la quantité, à la nécessité de tenir compte de la composition du foyer
- pour la qualité, à un souci d'équilibre alimentaire.

Les termes de glucides, protéines et lipides sont assez régulièrement retrouvés dans la réponse à la question ouverte.

Par exemple, pour une personne et une semaine la règle peut être la suivante : "7 portions de protéines, 7 portions de fruits et légumes crus ou cuits, 7 portions de féculents, 7 produits laitiers, 7 desserts, 1 produit d'entretien".

**On note aussi (résultats non montrés) que 15% des associations distribuent 2 types d'aide différents.**

**9 - Combien de repas ou colis distribuez-vous chaque jour de distribution ?**

Tableau 9.1 - Nombre de colis ou repas distribués par jour de distribution

	Nombre colis / repas
N	176
Minimum	1
P25	20
Médiane	50
P75	160
Maximum	2 775

**Le nombre de colis ou repas servis est très variable et dépend du type d'association. Parmi les associations interrogées, 50 % distribuent moins de 50 colis ou repas par jour de distribution.**

## 12 - Parmi les aliments répertoriés ci-dessous, quels sont ceux que vous avez distribués au cours des 12 derniers mois ?

### Produits distribués au cours des 12 derniers mois

	Toujours	Parfois	Jamais	Vous ne savez pas
<b>ALIMENTS POUR NOURRISSONS – BEBE</b>				
- Lait infantile 1 <sup>er</sup> âge.....	1	2	3	4
- Lait infantile 2 <sup>ème</sup> âge .....	1	2	3	4
- Lait de croissance .....	1	2	3	4
- Petits pots pour bébé .....	1	2	3	4
- Biscuits et céréales spéciaux pour bébé .....	1	2	3	4
<b>LAITS ET PRODUITS LAITIERS</b>				
- Lait.....	1	2	3	4
- Yaourts, fromage blanc, petits suisses.....	1	2	3	4
- Fromage.....	1	2	3	4
- Desserts lactés, crèmes desserts, flans.....	1	2	3	4
<b>VIANDES, CHARCUTERIES, POISSONS, ŒUFS</b>				
- Viandes rouges (boeuf, agneau, steaks haché.....)	1	2	3	4
- Viande pour hamburger.....	1	2	3	4
- Porc, jambon et charcuteries à base de porc .....	1	2	3	4
- Viandes blanches (dinde, poulet, lapin.....)	1	2	3	4
- Produits carnés Hallal.....	1	2	3	4
- Corned beef .....	1	2	3	4
- Poisson pané ou en croquettes.....	1	2	3	4
- Poisson frais ou surgelé.....	1	2	3	4
- Poisson en conserve (sardines, thon, maquereau.....)	1	2	3	4
- Poisson fumé, salé ou séché .....	1	2	3	4
- Œufs.....	1	2	3	4
<b>LEGUMES ET FRUITS</b>				
- Légumes frais (choux, carottes, poireaux, tomates.....)	1	2	3	4
- Légumes en conserve.....	1	2	3	4
- Soupe de légumes en brique.....	1	2	3	4
- Soupe de légumes lyophilisée.....	1	2	3	4
- Condiments frais (oignons, ail.....)	1	2	3	4
- Fruits frais (pommes, oranges, bananes, fruits de saison.....)	1	2	3	4
- Jus de fruits 100% (pur jus ou à base de concentré) .....	1	2	3	4
- Fruits en conserve (fruits au sirop, compotes.....)	1	2	3	4
- Fruits secs (pruneaux, raisins secs, figues, abricots.....)	1	2	3	4
- Fruits oléagineux (cacahuètes, noix, amandes.....)	1	2	3	4
<b>CEREALES, LEGUMES SECS, FECULENTS ET DERIVES</b>				
- Pain blanc (pain de campagne, pain de mie.....)	1	2	3	4
- Pain complet ou aux céréales.....	1	2	3	4
- Céréales pour le petit déjeuner.....	1	2	3	4
- Riz, pâtes, semoule de blé, semoule de maïs.....	1	2	3	4
- Pommes de terre, purée en flocons.....	1	2	3	4
- Légumes secs (lentilles, pois chiches, pois cassés, haricots secs, fèves.....), secs ou en conserve.....	1	2	3	4
- Chips.....	1	2	3	4
- Farine de blé, maïzena.....	1	2	3	4

<b>MATIERES GRASSES</b>				
- Beurre.....	1	2	3	4
- Margarine molle, en barquette.....	1	2	3	4
- Margarine dure, en paquet.....	1	2	3	4
- Crème fraîche.....	1	2	3	4
- Huiles végétales.....	1	2	3	4
- Mayonnaise.....	1	2	3	4
- Sauces prêtes à l'emploi.....	1	2	3	4
<b>PLATS CUISINES</b>				
- Viandes en sauce.....	1	2	3	4
- Poissons cuisinés.....	1	2	3	4
- Mélange viande-légumes.....	1	2	3	4
- Mélange viande-féculents (raviolis, hachis Parmentier, cassoulet.....)	1	2	3	4
- Mélange poisson-légumes.....	1	2	3	4
- Mélange poisson-féculents (brandade de morue.....)	1	2	3	4
- Quiches, pizzas.....	1	2	3	4
<b>EPICERIE, DIVERS</b>				
- Nectar de fruits, boissons sucrées.....	1	2	3	4
- Confiture.....	1	2	3	4
- Chocolat (en poudre, en tablette, pâte à tartiner.....)	1	2	3	4
- Confiseries.....	1	2	3	4
- Biscuits secs.....	1	2	3	4
- Gâteaux, pâtisseries, viennoiseries.....	1	2	3	4
- Poivre, épices, aromates.....	1	2	3	4
- Cornichons, moutarde .....	1	2	3	4
- Café, thé, tisanes.....	1	2	3	4
- Sel.....	1	2	3	4
<b>COMPLEMENTS NUTRITIONNELS</b>				
- Vitapoche.....	1	2	3	4
- Renutryl.....	1	2	3	4
- Autres aliments enrichis.....	1	2	3	4
dans ce cas, précisez lesquels: _____				
- Vitamines et/ou minéraux en comprimés ou capsules.....	1	2	3	4
dans ce cas, précisez lesquels : _____				
<b>AUTRES PRODUITS, dans ce cas, précisez :</b>				
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4

Tableau 12 - Aliments distribués au cours des 12 derniers mois, classés par ordre décroissant de fréquence de distribution

Produits distribués au cours des 12 derniers mois (N= 181)	Jamais (%)	Toujours ou Parfois (%)
<b>1. Aliments distribués par plus de 80 % des associations</b>		
Riz/pâtes/semoule	3,3	96,7
Lait	4,4	95,6
Biscuits secs	7,7	92,3
Pommes de terre, purée flocons	8,3	91,7
Huiles végétales	8,3	91,7
Fromages	8,8	91,2
Chocolat	8,8	91,2
Légumes en conserve	9,9	90,1
Beurre	9,9	90,1
Desserts lactés, crèmes desserts, flans	11,0	89,0
Café, thé, tisanes	11,6	88,4
Légumes secs (secs ou en conserve)	13,3	86,7
Fruits en conserve	14,4	85,6
Céréales pour le petit déjeuner	15,5	84,5
Fruits frais	16,0	84,0
Yaourts, fromage blanc, petits suisses	17,1	82,9
Confiture	17,1	82,9
Farine de blé, maïzena	17,7	82,3
Petits pots bébé	19,9	80,1
<b>2. Aliments distribués par 40 à 80% des associations</b>		
Poisson en conserve	20,4	79,6
Mélange viande-féculents	21,0	79,0
Confiseries	21,5	78,5
Mélange viande-légumes	28,7	71,3
Viandes rouges (bœuf, agneau, steaks hachés)	33,7	66,3
Sauces prêtes à l'emploi	33,7	66,3
Viandes en sauce	33,7	66,3
Gâteaux, pâtisseries, viennoiseries	35,9	64,1
Soupe de légumes lyophilisée	37,6	62,4
Légumes frais	39,2	60,8
Lait infantile 1er age	40,3	59,7
Lait infantile 2e age	40,3	59,7
Viandes blanches (dinde, poulet, lapin...)	40,9	59,1
Soupe de légumes en brique	40,9	59,1
Jus de fruits 100%	43,1	56,9
Œufs	43,6	56,4
Pain blanc	45,3	54,7
Poissons cuisinés	47,5	52,5
Chips	50,3	49,7
Poisson pané ou en croquettes	51,9	48,1
Porc, jambon et charcuteries à base de porc	53,6	46,4
Poisson frais ou surgelé	54,1	45,9
Mélange poisson-légumes	54,7	45,3
Nectar de fruits, boissons sucrées	54,7	45,3
Biscuits/céréales bébé	55,2	44,8
Lait croissance	58,6	41,4



Produits distribués au cours des 12 derniers mois (N= 181)	Jamais (%)	Toujours ou Parfois (%)
<b>3. Aliments distribués par moins de 40 % des associations</b>		
Quiches, pizzas	60,2	39,8
Poivre, épices, aromates	60,8	39,2
Viande pour hamburger	62,4	37,6
Pain complet ou aux céréales	63,0	37,0
Mélange poisson-féculents	63,5	36,5
Sel	63,5	36,5
Fruits secs	64,1	35,9
Mayonnaise	65,7	34,3
Cornichons, moutarde	65,8	34,2
Condiments frais	67,4	32,6
Corned beef	68,5	31,5
Fruits oléagineux	75,1	24,9
Produits carnés Hallal	76,2	23,8
Margarine molle, en barquette	77,9	22,1
Crème fraîche	78,5	21,5
Sucre	81,1	19,9
Margarine dure, en paquet	83,4	16,6
Poisson fumé salé ou séché	89,5	10,5
Autres aliments enrichis	98,2	2,2
Vitapoche	98,9	1,1
Renutryl	99,5	0,5

**Les aliments les plus fréquemment distribués appartiennent à tous les grands groupes alimentaires, excepté la catégorie viande/poisson/œufs.**

Les céréales raffinées, les légumes secs, les biscuits secs et les céréales du petit déjeuner; le lait, le fromage, les yaourts et les desserts lactés; les fruits frais, les fruits et légumes en conserves, la confiture, le chocolat, l'huile, le beurre, le café, le thé et les petits pots bébé sont distribués par plus de 80% des associations. Par contre, des aliments aussi courants que le pain, les oeufs, les légumes frais, la viande (blanche ou rouge), le poisson (frais, surgelé ou en conserve) et les jus de fruits sont distribués moins fréquemment. Le pain complet, les fruits secs ou oléagineux sont rarement distribués.

**13 - D'où viennent les aliments que vous distribuez ? (Une réponse par ligne)**

	Oui	Non	Vous ne savez pas
- Banque alimentaire.....	1	2	3
- stocks de la CEE .....	1	2	3
- Ministère de l'agriculture.....	1	2	3
- dons de l'industrie agroalimentaire.....	1	2	3
- collectes ponctuelles auprès des particuliers .....	1	2	3
- dons des grandes surfaces.....	1	2	3
- dons de producteurs locaux.....	1	2	3
- jardins de l'association .....	1	2	3
- achats directs par la structure .....	1	2	3
si vous achetez régulièrement des produits, précisez lesquels :			
_____			
- autres provenances.....	1	2	3
dans ce cas, précisez : _____			
_____			

Tableau 13.1 – Origine des aliments distribués

	N	% Oui
Banque Alimentaire	184	59,8
Stocks de la CEE	185	54,1
Ministère de l'agriculture	183	50,3
Dons de l'industrie agroalimentaire	183	41,0
Collectes ponctuelles auprès des particuliers	182	40,1
Dons des grandes surfaces	181	28,2
Dons de producteurs locaux	179	19,0
Jardins de l'association	182	14,8
Achats directs par la structure	181	54,1
Autres provenances	174	13,8

**Les Banques Alimentaires sont le premier fournisseur des associations (59,8%).**

Les résultats enregistrés pour certains types d'approvisionnements sont probablement sous-estimés. En effet, d'une part certains modes d'approvisionnement interfèrent les uns avec les autres, et d'autre part les bénévoles ne sont pas toujours très informés sur les différents modes d'approvisionnement de leur association. Ainsi, la proportion d'associations recevant des stocks de la CEE est sous estimée, car de nombreuses associations reçoivent ces produits indirectement par le biais de la Banque Alimentaire<sup>1</sup> de leur département.

Selon le rapport d'activité de la Fédération Française<sup>8</sup>, les sources d'approvisionnement des Banques Alimentaires sont les suivants :

- Les producteurs : fruits, légumes, lait ...
- L'industrie agroalimentaire (32,5%) : excédents de production en produits secs, produits congelés et réfrigérés, produits mal emballés ou dont le packaging ne correspond pas à l'image de la marque.
- La grande distribution (21,5%) : produits frais retirés des linéaires avant la date limite de consommation.
- L'Union Européenne (25,5%) : Programme Européen d'Aide aux plus Démunis, PEAD, alimenté par des stocks d'intervention et les produits de retrait nationaux (fruits et légumes) afin de maintenir les cours des denrées.
- Le grand public, à l'occasion de collectes (14,5%) : de denrées non périssables dans les grandes surfaces, notamment le dernier week-end de novembre.

**Au total, 39% des associations déclarent recevoir des denrées des grandes surfaces.**

Les denrées distribuées peuvent être très variables :

- des produits frais (produits laitiers, boucherie sous vide, charcuterie, plats cuisinés, ...) retirés des linéaires 3 jours avant la date limite de consommation (DLC);
- des produits secs (biscuits, conserves diverses...) dont la date limite d'utilisation optimale (DLUO) arrive à échéance, ou que la grande surface veut bien donner (pâtes, huiles...)
- des produits fabriqués ou ré-achalandés quotidiennement : pâtisseries, viennoiseries, légumes, fruits...

Les associations doivent démarcher les grandes surfaces pour obtenir ces déstockages. Ainsi, les approvisionnements diffèrent beaucoup d'une distribution à l'autre en fonction des

<sup>1</sup> Les stocks de l'Union Européenne ne parviennent pas directement aux associations. L'aide délivrée par le Programme Européen d'Aide aux plus Démunis est répartie en direction de 4 grandes structures, le réseau français des Banques Alimentaires, le Secours Populaire, les Restos du Cœur et la Croix Rouge.

excédents des grandes surfaces locales et de la mobilisation des bénévoles. En effet, de nombreuses associations ne font pas appel à ce type d'approvisionnement car il demande des bénévoles qu'ils soient disponibles par aller chercher les denrées dans les grandes surfaces.

**Plus de la moitié (54%) des associations déclarent acheter des denrées.**

Ces achats sont effectués chez des grossistes ou, le plus souvent, dans les super- ou hypermarchés. Selon les associations, les achats directs se répartissent entre les différents produits de la manière suivante (Tableau 11.2):

Tableau 13.2 – Répartition entre les différents groupes d'aliments des achats directs des associations (codification d'une réponse ouverte-réponse de 68 associations)

Achats directs	N	%
Epicerie*	28	41
Produits laitiers	22	32
Matières grasses	21	31
Céréales et féculents	20	30
Légumes et fruits	20	30
Viandes, Poissons, Œufs	20	29
Aliments bébés	8	12
Plats cuisinés	5	7
Compléments alimentaires	1	2

\* Epicerie = sucre, café, thé, confiture, chocolat, sel...

Les achats ne semblent pas se porter plus spécifiquement sur un groupe d'aliment que sur un autre, mais plutôt sur les aliments peu ou pas distribués par la Banque Alimentaire. Les produits "d'épicerie" sont fréquemment achetés (41% des associations déclarent en acheter), mais également des produits laitiers, des matières grasses (principalement de l'huile notamment), des féculents (notamment du pain frais pour les repas), des fruits et légumes, de la viande, du poisson ou des œufs.

**Quatorze pour cent (14%) des associations déclarent obtenir des denrées via "d'autres provenances"**. Il s'agit de : dons des petits commerçants du quartier, centrales d'achat Métro, Euréka, Rungis, associations de solidarité, type la centrale d'achat "Revivre"...

**20 - Quels critères prenez-vous en compte pour constituer les colis ou les repas ?**

(plusieurs réponses possibles) :

- stocks disponibles..... 1
  - mode de conservation..... 2
  - date limite de conservation..... 3
  - équilibre alimentaire..... 4
  - taille de la famille..... 5
  - âge des enfants..... 6
  - pas de critères particulier..... 7
  - autres ..... 8
- dans ce cas, précisez \_\_\_\_\_

Tableau 20.1 - Critères pris en compte pour la constitution des repas/colis (N=183)

	% Oui
Stocks disponibles	77,6%
Taille de la famille	75,4%
Date limite de consommation	70,5%
Age des enfants	64,5%
Equilibre alimentaire	51,4%
Mode de conservation	43,2%
Pas de critères particuliers	6,0%

**Les associations constituent essentiellement les colis en fonction de critères pratiques, tels que les stocks disponibles (77,6%) et les dates limites de conservation et utilisation des produits (70,5%) ou démographiques, tels que la taille de la famille (75,4%) et l'âge des enfants (64,5%). L'équilibre alimentaire est cité moins souvent (51,4%).**

Plusieurs associations soulignent qu'il n'est pas toujours facile de tenir compte de l'équilibre alimentaire lorsque trop de denrées manquent en variété et en quantité. D'autres critères cités par les associations sont : la possibilité de cuire les aliments ou pas, les convictions religieuses (musulmans et juifs pratiquants surtout), les tabous alimentaires, et les régimes alimentaires (diabète, allergies, etc.).

**21 - Vous arrive-t-il de conseiller les usagers de votre structure, sur l'alimentation ?**  
(Une seule réponse possible)

- Oui..... 1  
dans ce cas, précisez de quels conseils il s'agit: \_\_\_\_\_
- Non..... 2

**Plus de la moitié (54 %) des associations déclarent conseiller leurs usagers sur leur alimentation.**

Ces conseils peuvent revêtir plusieurs formes :

- Conseils pour l'accommodation des denrées en différents plats, pour des aliments qui ne sont pas connus ou utilisés fréquemment par les bénéficiaires ;
- Conseils sur l'équilibre alimentaire pour les jeunes enfants, exemples d'équilibre alimentaire dans le choix des denrées d'un panier ;
- Participation à la confection d'un repas à base des denrées données, conseils pour compléter en équilibrant le repas ;
- Equilibre du budget, conseils achats et promotions ;
- Equilibre des repas ;
- Information sur la conservation (DLUO, DLU, ce qui est périmé, si c'est dangereux, pourquoi...), conseils de congélation, cuisson des aliments.

**23 – Concernant les distributions alimentaires, vous arrive-t-il ?** (Une réponse par ligne)  
(plusieurs réponses possibles)

	Souvent	Parfois	Jamais	Vous ne savez pas
- d'être en rupture de stock alimentaire .....	1	2	3	4
- de ne pas être en mesure de faire de distribution, faute d'aliments.....	1	2	3	4
- de diminuer le contenu de chaque repas ou colis.....	1	2	3	4
- de diminuer le nombre des repas ou colis .....	1	2	3	4
- de manquer de fruits et légumes.....	1	2	3	4
- de manquer de produits laitiers.....	1	2	3	4
- de manquer de viande.....	1	2	3	4
- de manquer de poisson.....	1	2	3	4
- de manquer de produits céréaliers (pâtes, riz, semoule.....)	1	2	3	4
- de manquer d'huile, de margarine.....	1	2	3	4
- de manquer de beurre.....	1	2	3	4
- autres.....	1	2	3	4
dans ce cas, précisez : _____				
_____				
_____				
_____				

Tableau 23 – Ruptures de stocks des associations

	% Souvent ou Parfois	N
Devoir diminuer le contenu de chaque repas ou colis	75,9	162
Devoir diminuer le nombre de colis ou repas	33,3	150
Etre en rupture de stocks	41,3	167
Ne pas être en mesure de faire la distribution faute d'aliments	16,5	158
De manquer :		
De fruits et légumes	71,6	155
De poisson	63,6	154
De produits laitiers	62,3	162
De viande	60,6	155
D'huile ou de margarine	60,4	164
De beurre	59,6	161
De produits céréaliers	34,0	159

**Plus des trois-quarts des associations déclarent devoir diminuer le contenu des repas ou colis par manque de denrées.**

Les aliments qui manquent le plus fréquemment sont les fruits et légumes (72%).

Le personnel interrogé déclare aussi un manque important d'aliments pour nourrissons et bébés (surtout lait 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> âge).

## RESUME DES 2 PREMIERES PARTIES

La plupart des associations sont ouvertes toute l'année, sauf en Juillet (50% d'associations ouvertes) et/ou en Août (30 % d'associations ouvertes). Elles sont ouvertes généralement au moins 2 jours par semaine, notamment celles qui distribuent des repas qui sont ouvertes plus fréquemment que les autres. Celles qui distribuent des colis ou font du libre-service établissent un roulement de façon à servir chaque bénéficiaire au moins 1 fois par semaine. La grande majorité des associations (> 66%) ne fixent pas de durée maximale quand ils accordent une aide à leurs usagers et ne leur demandent pas non plus de participation financière. Le nombre d'usagers servis est très variable. Un petit nombre de "grosses" associations reçoivent plusieurs milliers de personnes par an, tandis que 25% des associations enquêtées ont reçu moins de 15 personnes au cours de l'année 2003. La majorité reçoivent plusieurs centaines de personnes par an. La taille des locaux est également variable, notamment en fonction de la zone géographique : à Lille, à Dijon et en Seine-Saint- Denis la superficie des locaux est souvent supérieure à 100 m<sup>2</sup>, alors qu'elle est généralement inférieure à 50 m<sup>2</sup> dans le Val de Marne, à Paris et à Marseille.

Les usagers sont en premier lieu des familles monoparentales et des personnes en situation irrégulières ou des demandeurs d'asile. Bien que nous ayons exclu de notre enquête les centres d'hébergement et les associations qui délivraient de l'aide alimentaire ailleurs que dans un local, les deux tiers des associations enquêtées accueillent aussi des personnes sans domicile fixe. Ceci ne concerne pas uniquement les associations délivrant des repas, puisque celles ci représentent moins de 20% de notre échantillon. C'est à Paris qu'on trouve le plus grand pourcentage d'associations qui délivrent des repas. C'est également à Paris que l'on trouve les associations qui délivrent le plus grand nombre de repas, colis ou paniers, à un grand nombre d'usagers, malgré des locaux plus exigus que dans les autres zones géographiques étudiées. La distribution de colis et le libre service avec contrainte domine l'activité des associations. Presque toutes les associations sont équipées d'un réfrigérateur ou d'une chambre froide (94%) et elles sont nombreuses à posséder un congélateur (84%). Une minorité est équipée de matériel informatique (42%).

## TROISIEME PARTIE

### Valeur marchande et contenu en aliments et nutriments des repas et colis

Les résultats de cette troisième partie sont issus des réponses à la **question 11** ci-après, qui incitait chaque association à donner un ou deux exemples (chacun sur 1 page) de colis ou repas servi récemment. Cette partie du questionnaire n'a été envoyée que dans les 4 sites initialement prévus pour être inclus dans l'étude E3A, à savoir Paris, Lille, Marseille et le Val de Marne. Au retour des questionnaires, les associations étaient systématiquement recontactées pour compléter les informations et en vérifier la justesse et la qualité. Ceci nous a permis de recueillir certains exemples de panier ou repas "en direct", c'est à dire au moment même où ils étaient servis ou emportés. Par ailleurs, certains détails faisaient souvent défaut dans les questionnaires retournés en première intention par les associations, notamment concernant les recettes, les quantités, et certaines caractéristiques des produits (le % de matières grasses notamment). Contacter les associations par téléphone a permis de collecter ces précisions indispensables à l'analyse nutritionnelle.

**11 - Décrivez un exemple de colis, de panier emporté ou de repas servi lors de votre dernière distribution, SANS TENIR COMPTE DES PRODUITS D'HYGIENE.**

**1<sup>er</sup> exemple :**      pour |\_|\_| personnes    dont |\_|\_| enfants    pour |\_|\_| jours

S'agit-il d'un :     colis                       panier en libre-service                       repas

NOM DE L'ALIMENT	FORME	INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES	CONSERVATION	QUANTITES
Dénomination précise indiquée sur l'emballage, marque...	Filet, entier, en miettes, cuisses, avec ou sans la peau, fumé, salé, haché...	% de mat. grasses, au naturel/à l'huile, enrichi en ..., à teneur garantie en..., éventuellement composition du plat	Frais, surgelé, UHT, stérilisé, conserve, sous vide lyophilisé, en poudre...	En g, kg ou litres. Poids net égoutté pour les conserves.
...	...	...	...	...

**Si vous distribuez plusieurs types d'aides, merci de bien vouloir donner un autre exemple**

**2<sup>ème</sup> exemple :**      pour |\_|\_| personnes    dont |\_|\_| enfants    pour |\_|\_| jours

S'agit-il d'un :     colis                       panier en libre-service                       repas

NOM DE L'ALIMENT	FORME	INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES	CONSERVATION	QUANTITES
Dénomination précise indiquée sur l'emballage, marque...	Filet, entier, en miettes, cuisses, avec ou sans la peau, fumé, salé, haché...	% de mat. grasses, au naturel/à l'huile, enrichi en ..., à teneur garantie en..., éventuellement composition du plat	Frais, surgelé, UHT, stérilisé, conserve, sous vide lyophilisé, en poudre...	En g, kg ou litres. <b>Poids net égoutté pour les conserves.</b>
...	...	...	...	...

A partir de ces exemples de repas et colis, une liste exhaustive des denrées distribuées par les associations a été établie : 208 aliments distincts ont été répertoriés au total dans les dons. En particulier, 19 aliments spécifiques à l'aide alimentaire ont été identifiés, notamment des produits de l'Union Européenne pour lesquels la Fédération des Banques Alimentaires avait mis à notre disposition des fiches recettes.

## **1. Valeur marchande et qualité nutritionnelle des repas et colis**

L'analyse nutritionnelle des repas et colis donnés en exemple par les associations a été réalisée en utilisant la table de composition nutritionnelle SU.VI.MAX<sup>5</sup>. Cette table donne, pour plus de 900 aliments, leur composition en une vingtaine de nutriments. De plus, cette table contient une colonne de prix moyens des aliments dans le commerce (prix 1997), ce qui nous a permis d'estimer la valeur marchande des dons.

Les teneurs de 2000 kcal de dons (colis ou repas) en macronutriments, fibres, acides gras essentiels, vitamines et minéraux, ont été comparées (test t de comparaison avec une valeur théorique) aux Besoins Nutritionnels Moyens (BNM), qui correspondent pour les micronutriments à 77 % des Apports Nutritionnels Conseillés, les ANC<sup>7</sup>.

Le contenu nutritionnel de 2000 kcal de dons (colis ou repas) a également été comparé aux apports journaliers observés chez les adultes vivant en population générale. Le choix d'un apport de 2000 kcal a été décidé car cet apport calorique correspond à la fois aux ANC en énergie pour un adulte (moyenne homme/femme) ayant une activité physique modérée et aux apports énergétiques moyens hors alcool réellement observés en France chez l'adulte vivant en population générale<sup>9</sup>. Les résultats de l'enquête nationale INCA ont servi de référence "d'apports observés" pour la plupart des nutriments, excepté le potassium et les acides gras essentiels, pour lesquels on a utilisé comme valeurs de référence les apports observés chez les adultes participant à l'enquête SU.VI.MAX<sup>10</sup>. Ces valeurs de référence, ainsi que les BNM sont présentées **tableau A**.



**Tableau A. Valeurs "théoriques" de comparaison : Apports Nutritionnels Conseillés, pour l'adulte Besoins Nutritionnels Moyens, et apports observés en population générale chez l'adulte**

	UNITE	ANC Homme	ANC Femme	ANC Moyen (Homme Femme)	BNM (77% ANC)	Moyenne observée (Homme, Femme)
Fibres	g	<b>20</b>	20	<b>20</b>	15,4	17,60
ω6 (C18_2)	g	<b>10</b>	8,00	<b>9,00</b>	6,9	9,35
ω3 (C18_3)	g	<b>2</b>	1,60	<b>1,80</b>	1,4	0,84
DHA (C22_6)	g	<b>0,12</b>	0,10	<b>0,11</b>	0,08	0,25
Magnésium (MG)	mg	<b>420</b>	360	<b>390</b>	300	279,00
Calcium (CA)	mg	<b>900</b>	900	<b>900</b>	693	860,00
Potassium (K)	mg	<b>3 100</b>	3 100	<b>3 100</b>	2 387	2 665,50
Fer (FE)	mg	<b>9</b>	16,00	<b>13</b>	9,6	13,20
Vitamine A	(μg)	<b>800</b>	600	<b>700</b>	539	1 316,17
Vitamine D	(μg)	<b>5</b>	5,00	<b>5</b>	3,85	2,60
Vitamine E	(mg)	<b>12</b>	12	<b>12</b>	9,24	7,40
Vitamine C	(mg)	<b>110</b>	110	<b>110</b>	85	81,00
Vitamine B1	(mg)	<b>1,3</b>	1,10	<b>1</b>	0,92	1,26
Vitamine B2	(mg)	<b>1,6</b>	1,50	<b>2</b>	1,2	1,70
Vitamine B6	(mg)	<b>1,8</b>	1,50	<b>2</b>	1,3	1,77
Vitamine B12	(μg)	<b>2,4</b>	2,40	<b>2</b>	1,8	6,90
Vitamine B9	(μg)	<b>330</b>	300	<b>315</b>	242	271,00
Rétinol	(μg)				pas de BNM	818
β-carotène	(μg)				pas de BNM	2 989
C18_2/C18_3	rapport	<b>&lt;5 (ANC)</b>		<b>&lt;5 (ANC)</b>	<b>&lt;5 (ANC)</b>	11,11

NB : pour le potassium (K), il n'y a pas d'ANC, nous remplaçons la valeur de l'ANC par la recommandation européenne pour l'adulte

NB : vitamine A = rétinol + bcar/6

NB : valeurs observées dans l'enquête INCA pour tous les nutriments excepté le potassium et les 3 acides gras essentiels, où les valeurs moyennes observées dans l'enquête SU.VI.MAX sont retenues.

### **Deux cent quinze (215) exemples de colis ou repas ont été donnés par 119 structures.**

Sur ces 215 exemples, 3 colis contenaient plus de 5000 kcal/pers.jour. Nous les avons exclus de l'analyse car cela laissait supposer des erreurs de déclaration soit dans les poids d'aliments, soit dans le nombre de jours ou de bénéficiaires. Les caractéristiques générales des 212 exemples réalistes, classés en 5 grands types d'aide, sont données **Tableau B** :

- **colis** (préparés à l'avance), N=91
- **libre service avec contraintes** (paniers emportés dans le cadre d'un libre service, avec contraintes de constitution), N= 6
- **libre service sans contrainte** (paniers emportés dans le cadre d'un libre service, sans contrainte de constitution, type épiceries sociales), N= 39
- **repas maison** (chauds ou froids, faits sur place), N= 61
- **repas traiteur** (chauds ou froids, livrés par un traiteur) = 15

**Tableau B. Caractéristiques générales des 5 types d'aide**

	N	Moyenne	Déviati Standard	Minimum	Maximum
<b>Colis</b>					
Poids (g)/ Pers / Jour	91	529,5	518,6	33,8	2219,7
Kcal / Pers / Jour	91	795,1	771,3	51,2	4383,2
Densité énergétique (kcal/g)	91	1,6	0,5	0,8	2,7
Prix (€)/ Pers / Jour	91	1,0	1,2	0,0	6,1
Prix (€)/ 2000 Kcal	91	2,5	1,1	0,8	6,6
Contribution des protéines à l'apport énergétique (%)	91	13,5	4,6	5,4	27,0
Contribution des glucides à l'apport énergétique (%)	91	49,6	10,5	27,8	75,2
Contribution des lipides à l'apport énergétique (%)	91	36,8	11,3	11,7	66,6
Contribution des AGS à l'apport énergétique (%)	91	14,4	5,8	4,8	28,3
<b>Libre service avec contraintes</b>					
Poids (g)/Pers.Jour	6	492,8	340,4	137,5	1038,8
Kcal /Pers.Jour	6	773,1	552,0	220,4	1549,8
Densité énergétique (kcal/g)	6	1,7	0,9	1,1	3,4
Prix (€)/Pers.Jour	6	1,2	1,3	0,3	3,7
Prix (€)/2000 Kcal	6	3,0	1,4	0,6	4,8
Contribution des protéines à l'apport énergétique (%)	6	16,1	7,1	3,1	21,7
Contribution des glucides à l'apport énergétique (%)	6	35,9	10,4	19,8	44,6
Contribution des lipides à l'apport énergétique (%)	6	48,0	16,4	33,7	77,1
Contribution des AGS à l'apport énergétique (%)	6	16,1	5,1	10,0	24,3
<b>Libre service sans contraintes</b>					
Poids (g)/Pers.Jour	39	465,4	369,0	78,3	1500,0
Kcal /Pers.Jour	39	741,7	628,0	82,1	2795,1
Densité énergétique (kcal/g)	39	1,7	0,4	1,0	2,5
Prix (€)/Pers.Jour	39	1,0	0,8	0,1	3,5
Prix (€)/2000 Kcal	39	2,6	1,0	1,0	5,0
Contribution des protéines à l'apport énergétique (%)	39	14,3	5,4	6,1	24,9
Contribution des glucides à l'apport énergétique (%)	39	43,9	12,6	19,9	81,4
Contribution des lipides à l'apport énergétique (%)	39	41,8	12,4	12,3	66,3
Contribution des AGS à l'apport énergétique (%)	39	14,9	4,7	3,6	25,6
<b>Repas maison</b>					
Poids (g)/Pers.Jour	61	611,2	202,9	62,9	1160,0
Kcal /Pers.Jour	61	836,4	332,8	64,0	1554,6
Densité énergétique (kcal/g)	61	1,4	0,5	0,6	2,6
Prix (€)/Pers.Jour	61	1,7	0,7	0,2	3,1
Prix (€)/2000 Kcal	61	4,3	1,5	2,0	9,3
Contribution des protéines à l'apport énergétique (%)	61	19,8	6,9	7,7	38,3
Contribution des glucides à l'apport énergétique (%)	61	42,2	14,7	1,4	70,7
Contribution des lipides à l'apport énergétique (%)	61	38,0	17,3	6,6	82,8
Contribution des AGS à l'apport énergétique (%)	61	14,1	6,8	2,8	32,2

	N	Moyenne	Déviati Standard	Minimum	Maximum
<b>Repas traiteur</b>					
Poids (g)/Pers.Jour	15	744,1	125,8	480,0	885,0
Kcal /Pers.Jour	15	882,8	221,0	532,2	1276,9
Densité énergétique (kcal/g)	15	1,2	0,3	0,9	1,9
Prix (€)/Pers.Jour	15	2,0	0,6	1,3	3,6
Prix (€)/2000 Kcal	15	4,8	1,5	2,5	7,4
Contribution des protéines à l'apport énergétique (%)	15	22,7	7,6	12,2	36,5
Contribution des glucides à l'apport énergétique (%)	15	37,8	13,2	18,5	65,5
Contribution des lipides à l'apport énergétique (%)	15	39,6	13,1	20,4	58,6
Contribution des AGS à l'apport énergétique (%)	15	15,6	7,7	7,6	33,8
<b>Total</b>					
Poids (g)/Pers.Jour	212	555,4	400,1	33,8	2219,7
Kcal /Pers.Jour	212	802,8	606,9	51,2	4383,2
Densité énergétique (kcal/g)	212	1,5	0,5	0,6	3,4
Prix (€)/Pers.Jour	212	1,3	1,0	0,0	6,1
Prix (€)/2000 Kcal	212	3,2	1,5	0,6	9,3
Contribution des protéines à l'apport énergétique (%)	212	16,2	6,6	3,1	38,3
Contribution des glucides à l'apport énergétique (%)	212	45,2	13,0	1,4	81,4
Contribution des lipides à l'apport énergétique (%)	212	38,6	13,8	6,6	82,8
Contribution des AGS à l'apport énergétique (%)	212	14,5	6,0	2,8	33,8

**Tableau C : Comparaison statistique entre les 5 types de dons**

	Repas traiteur versus Repas maison	Repas traiteur versus Colis	Repas traiteur versus LS avec contrainte	Repas traiteur versus LS sans contrainte	Repas maison versus Colis	Repas maison versus LS avec contrainte	Repas maison versus LS sans contrainte	Colis versus LS avec contrainte	Colis versus LS sans contrainte	LS avec contrainte versus LS sans contrainte
Poids (g) /Pers.Jour	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Kcal /Pers.Jour	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Densité énergétique (kcal/g)	-	*	-	*	-	-	*	-	-	-
Prix (€)/Pers.Jour	-	*	-	*	*	-	*	-	-	-
Prix (€)/ 2000 Kcal	-	*	*	*	*	-	*	-	-	-
%protéines	-	*	-	*	*	-	*	-	-	-
% glucides	-	*	-	-	*	-	-	-	-	-
% lipides	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
% AGS	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

**Qu'il s'agisse de la quantité distribuée, de l'apport énergétique, de la densité énergétique, du prix par personne et par jour ou pour 2000 kcal, ou même de la contribution des protéines, glucides, lipides et acides gras saturés, on observe jamais aucune différence significative :**

- entre repas maison et repas traiteur
- entre colis et libre service (avec ou sans contrainte).
- entre les 2 types de libres services (avec ou sans contrainte).

**En revanche, les principales différences s'observent entre repas (maison ou traiteur) d'une part et colis ou libre service (avec ou sans contrainte) d'autre part.**

Ces résultats ne confirment pas l'idée fréquemment répandue selon laquelle les repas fait sur place seraient de meilleure qualité nutritionnelle que ceux livrés par un traiteur. Ils ne confirment pas non plus une autre idée fréquemment répandue selon laquelle les paniers choisis en libre-service seraient fondamentalement différents des colis préparés à l'avance.

Compte-tenu de ces premiers résultats, nous avons distingué dans la suite de l'analyse uniquement **2 grands types de dons alimentaires** : les **repas** (comprenant les repas traiteur et les repas maison), et les **colis/paniers** (comprenant les colis préparés à l'avance et les paniers emportés en libre-service, avec ou sans contrainte). Le **tableau D** indique les grandes caractéristiques du repas-type et du colis-type délivrés par les associations.

**Tableau D. Repas type et colis/panier type**

Repas type	Colis/Panier type
1 repas / jour	4 personnes pour 15 jours
70 pers / repas	15 Kg
850 Kcal	24 000 Kcal
1,8 €	26 €

### **1.1. Valeur marchande et qualité nutritionnelle des repas**

**Le repas type est servi chaque jour à 70 personnes, il coûte 1,8 € en moyenne et apporte 850 kcal (Tableau D).**

Dans le cadre de l'aide alimentaire, les repas sont plus souvent servis à des hommes. Il est donc légitime de comparer la teneur calorique des repas servis par les associations à celle des repas consommés par des hommes adultes en population générale. L'enquête INCA indique pour les hommes un apport énergétique journalier hors alcool de 2370 kcal, dont 37,3 % (924 kcal) et 36 % (853 kcal) sont consommés au déjeuner et au dîner respectivement<sup>9</sup>. Par ailleurs, plusieurs études montrent que les personnes sans domicile fixe sont souvent contraintes de sauter des repas, le déjeuner étant le plus difficile à assurer. Selon l'INED, seulement 60% des personnes à la rue prennent régulièrement un repas ou un sandwich à midi<sup>11</sup>. Dans une étude menée par notre équipe auprès d'hommes hébergés dans un centre d'hébergement d'urgence parisien, le nombre de repas (ou collations) par jour était en moyenne égal à 2,3, à peine supérieur aux 2 repas servis (petit déjeuner et dîner) quotidiennement par le centre<sup>12</sup>.

**Ceci suggère que l'apport calorique du repas-type délivré par les associations, soit 850 kcal, est insuffisant pour des hommes sans domicile fixe qui n'ont pas la possibilité de faire 3 repas par jour.** Pour ces personnes, tant que l'accès aux repas gratuits n'est pas mieux assuré, des repas plus copieux, susceptibles de couvrir près de 50% des besoins énergétiques, devraient être proposés. Une solution est de proposer en même temps que le repas à consommer sur place, soit un repas complet froid, soit un en-cas riche en vitamines et minéraux pouvant être emporté pour être consommé ailleurs. Dans cette optique, notre équipe a récemment mis au point un aliment de rue enrichi en vitamines et minéraux (le Vitapoche) et testé son acceptabilité auprès de la population cible<sup>13</sup>. Cette étude, réalisée dans le cadre du PNNS et financée par la Direction Générale de la Santé, suggère que l'introduction de cet aliment dans les programmes d'aide alimentaire aiderait à prévenir les insuffisances d'apport calorique et les déficiences vitaminiques et minérales observées chez les personnes sans-abri.

**Tableau E - Comparaison statistique des caractéristiques des Colis/Paniers par rapport aux Repas**

	N	Moyenne	Deviation Standard	Minimum	Maximum	p<0.05
<b>Colis / Paniers</b>						
Poids (g)/Pers.Jour	136	509,5	472,0	33,8	2219,7	*
Kcal/Pers.Jour	136	778,8	720,8	51,2	4383,2	-
Densité énergétique (kcal/g)	136	1,6	0,5	0,8	3,3	*
Prix (€)/Pers.Jour	136	1,0	1,1	0,0	6,1	*
Prix (€)/ 2000 Kcal	136	2,5	1,1	0,6	6,6	*
% protéines	136	13,9	5,0	3,1	27,0	*
% glucides	136	47,4	11,6	19,8	81,4	*
% lipides	136	38,7	12,1	11,7	77,1	-
% AGS	136	14,6	5,5	3,6	28,3	-
<b>Repas</b>						
Poids (g)/Pers.Jour	76	637,5	196,8	62,9	1160,0	*
Kcal/Pers.Jour	76	845,6	313,1	64,0	1554,6	-
Densité énergétique (kcal/g)	76	1,4	0,4	0,6	2,6	*
Prix (€)/Pers.Jour	76	1,8	0,7	0,2	3,6	*
Prix (€)/ 2000 Kcal	76	4,4	1,5	2,0	9,3	*
% protéines	76	20,3	7,1	7,7	38,3	*
% glucides	76	41,4	14,5	1,4	70,7	*
% lipides	76	38,3	16,5	6,6	82,8	-
% AGS	76	14,4	6,9	2,8	33,8	-

**D'après le tableau E, la densité énergétique des repas est égale à 1,4 kcal/g et le coût de l'énergie dans ces repas est égal à 4,4€/2000kcal.** Ceci est proche des valeurs estimées dans l'alimentation courante en France, soit à 1,37 kcal/g<sup>14</sup> et 5,0€/2000kcal<sup>15</sup> respectivement chez l'adulte.

**Par rapport aux colis/panier, les repas se distinguent par une densité énergétique plus faible et un coût d'énergie significativement plus élevé.** Ceci suggère que les repas ont une meilleure qualité nutritionnelle que les colis/paniers, puisque la densité énergétique est un indicateur de mauvaise qualité nutritionnelle<sup>15</sup> et le coût de l'énergie est au contraire un indicateur de bonne qualité nutritionnelle<sup>16;17</sup>.

**La bonne qualité nutritionnelle des repas est confirmée par l'analyse des densités nutritionnelles, c'est à dire les teneurs en micronutriments pour 2000 kcal.** Les résultats présentés dans le **tableau F** ci-après montrent que ces derniers ont généralement des densités nutritionnelles élevées par rapport aux BNMs et aux apports journaliers observés en population générale. Ils reproduisent seulement les défauts habituels de l'alimentation observée en population générale, à savoir des faibles apports en magnésium, en vitamine D, et en acide gras  $\omega$ 3, C18\_3 et un fort rapport  $\omega$ 6/ $\omega$ 3. Par rapport aux apports observés en population générale, qui représentent la moyenne d'apports journaliers (y compris le petit déjeuner), les repas servis ont des teneurs légèrement plus faibles en calcium que les apports observés (84%) mais ceci peut s'expliquer par le fait que les repas cités en exemple ne sont jamais des petits déjeuners (puisque les centres d'hébergements ont été exclus de l'étude), qui ont des densités calciques plus élevées.

**Tableau F. Contenu nutritionnel des repas** (n=76) : teneurs (pour 2000kcal) en fibres, acides gras essentiels, vitamines et minéraux; comparaison avec les Besoins Nutritionnels Moyens et les apports observés en population générale (voir tableau A pour valeurs références)

	Moyenne (SD)	BNM	% BNM	p<0.05	Observé pop. gén.	% Observé	p<0.05
Fibres totales (g)	23,4 (13,9)	15,4	152%		17,6	133%	
ω6, C18_2 (g)	11,6 (10,6)	6,9	167%		9,4	124%	
ω3, C18_3 (g)	0,8 (0,4)	1,4	54%	*	0,8	89%	*
DHA, C22_6 (g)	0,2 (0,3)	0,1	224%		0,3	76%	
Magnésium (mg)	261 (79)	300	87%	*	279	94%	
Calcium (mg)	725 (424)	693	105%		860	84%	*
Potassium (mg)	2887 (1075)	2387	121%		2666	108%	
Fer (mg)	13,5 (6,5)	9,6	140%		13,2	102%	
Rétinol (mg)	300 (260)				818	37%	*
Vitamine A (μg)	1265 (1226)	539	235%		1316	96%	
Vitamine D (μg)	2,1 (2,9)	3,9	54%	*	2,6	80%	
Vitamine E (mg)	12,0 (11,8)	9,2	129%		7,4	162%	
Vitamine C (mg)	79 (82)	85	93%		81,0	98%	
Vitamine B1 (mg)	1,2 (1,0)	0,9	133%		1,3	98%	
Vitamine B2 (mg)	1,6 (0,8)	1,2	135%		1,7	95%	
Vitamine B6 (mg)	2,0 (0,9)	1,3	161%		1,8	115%	
Vitamine B12 (μg)	6,4 (5,4)	1,8	347%		6,9	93%	
Vitamine B9 (μg)	325 (177)	243	134%		271	120%	
β-carotène (μg)	5786 (6877)				2989	194%	
ω6/ω3	16,1 (10,1)	5,0	321%	*	11,1	145%	*

Cette relative richesse des repas en micronutriments est en accord avec leur teneur élevée en protéines, leur densité énergétique modérée et leur coût d'énergie relativement élevé. Ceci peut s'expliquer de 2 façons au moins :

- Un repas est naturellement plus riche en fruits et légumes, en viandes/poisson/œufs, et en fromage qu'un panier de denrées alimentaires achetées dans le commerce ou que des apports journaliers moyens. Ces aliments sont des sources majeures de micronutriments, et sont aussi les sources d'énergie les plus chères. Les colis/paniers au contraire vont contenir en plus grande quantité des aliments susceptibles d'être stockés, dit "d'épicerie", tels que des féculents raffinés (riz, pâtes, semoule), des matières grasses ajoutées, des biscuits et autres produits sucrés, qui sont des sources médiocres de vitamines et de minéraux comparativement à leur forte teneur en énergie (faible densité nutritionnelle, forte densité énergétique).

- Une autre raison susceptible d'expliquer la bonne qualité nutritionnelle globale des repas par rapport aux paniers est qu'il est sans doute plus facile de constituer "spontanément" un repas équilibré qu'un colis équilibré. En effet, il existe, notamment en France, un archétype du repas, qui consiste généralement en une entrée, un plat protidique, un féculent ou légume d'accompagnement, un produit laitiers et/ou un dessert. C'est la structure dite "en 5 composantes", classiquement respectée dans le cadre de la restauration collective. Si ceci n'est pas suffisant en soi pour garantir un équilibre nutritionnel parfait, cela permet généralement d'atteindre des apports élevés en micronutriments<sup>18</sup>.

## 1.2. Valeur marchande et qualité nutritionnelle des colis/paniers

**Le colis/panier type est donné pour 4 personnes et pour 15 jours, il pèse 15 kg, a une valeur marchande de 26 € et apporte 24 000 Kcal ( Tableau D, plus haut).**

Ces résultats suggèrent que le colis/panier type couvre approximativement 40 % des besoins énergétiques des bénéficiaires. En effet, ce colis apporte 800 kcal par personne et par jour, c'est à dire 40% de 2000 kcal.

**Les colis/paniers ont des teneurs en lipides totaux (38,7%) et en AGS (14,6%) supérieures à celles des recommandations actuelles (< 35% et à 8-10% respectivement) mais similaires à celles de l'alimentation courante (Tableau E).**

**En moyenne, les colis/paniers ont une densité énergétique égale à 1,6 kcal/g**, ce qui est supérieur à la densité énergétique de l'alimentation courante, estimée à 1,37 kcal/g<sup>14</sup>. **Cette forte densité énergétique est associée à un faible coût d'énergie égal à 2,5€/2000kcal (Tableau E plus haut).** Ceci est 2 fois plus faible que le coût de l'énergie de l'alimentation courante, estimé à 5,0€/2000kcal chez l'adulte<sup>15</sup>. Ceci est également plus faible que le prix minimal strictement nécessaire pour couvrir l'ensemble des apports nutritionnels conseillé pour l'adulte, estimé à 3,2 €/jour<sup>19</sup>. Ceci suggère que la qualité nutritionnelle des colis/paniers est médiocre, insuffisante pour couvrir l'ensemble des recommandations nutritionnelles, ce qui est confirmé par l'analyse de leur contenu nutritionnel **tableau G**.

**Tableau G. Contenu nutritionnel des colis/paniers (n=136) : teneurs (pour 2000kcal) en fibres, acides gras essentiels, vitamines et minéraux; comparaison avec les BNM et les apports observés en population générale (voir tableau A pour valeurs références)**

	Moyenne (SD)	BNM	% BNM	p<0.05	Observé pop. gén.	% Observé	p<0.05
Fibres totales (g)	15 (6,2)	15,4	98%		17,6	85%	*
ω6, C18_2 (g)	14,9 (15,6)	6,9	216%		9,4	160%	
ω3, C18_3 (g)	0,8 (1,4)	1,4	58%	*	0,8	95%	
DHA, C22_6 (g)	0,2 (0,2)	0,1	189%		0,3	64%	*
Magnésium (mg)	197 (61)	300	66%	*	279	71%	*
Calcium (mg)	845 (458)	693	122%		860	98%	
Potassium (mg)	1901 (898)	2387	80%	*	2666	71%	*
Fer (mg)	9,5 (3,5)	9,6	98%		13,2	72%	*
Rétinol (mg)	574 (1092)				818	70%	*
Vitamine A (μg)	995 (1243)	539	185%		1316	76%	*
Vitamine D (μg)	2,2 (2,4)	3,9	57%	*	2,6	85%	*
Vitamine E (mg)	13,1 (14,4)	9,2	142%		7,4	178%	
Vitamine C (mg)	28,0 (33,2)	85	33%	*	81,0	35%	*
Vitamine B1 (mg)	0,9 (0,4)	0,9	94%		1,3	69%	*
Vitamine B2 (mg)	1,5 (0,7)	1,2	127%		1,7	89%	*
Vitamine B6 (mg)	1,2 (0,6)	1,3	94%		1,8	68%	*
Vitamine B12 (μg)	5,5 (4,8)	1,8	300%		6,9	80%	*
Vitamine B9 (μg)	164 (91)	243	68%	*	271	61%	*
β-carotène (μg)	2524 (3589)				2989	84%	
ω6/ω3	37,0 (62,5)	5,0	741%	*	11,1	333%	*

**Pour l'ensemble des nutriments, excepté le calcium et la vitamine E, les colis/paniers ont une densité nutritionnelle significativement inférieure à celle observée dans l'alimentation consommée couramment par les adultes en population générale.**

- On retrouve dans les colis/paniers la plupart des "défauts" nutritionnels de l'alimentation courante : un contenu relativement élevé en lipides totaux, en AGS (**Tableau E**) et en acides gras  $\omega 6$  (C18\_2), et des teneurs insuffisantes en vitamine D, en acide gras  $\omega 3$  (C18\_3) et en magnésium.
- L'alimentation courante est elle-même inférieure aux BNM pour un certain nombre de nutriments tels que le magnésium ou la vitamine D, mais le déficit est encore plus prononcé dans les colis/paniers.
- Pour des nutriments tels que les fibres, le DHA, le fer et les vitamines A, B1, B2, B6 et B12, les teneurs sont acceptables vis à vis des BNM, mais sont inférieures à celles de l'alimentation courante.
- En ce qui concerne le rapport  $\omega 6/\omega 3$  dans les colis/paniers, il est en moyenne égal à 37, ce qui est 3 fois plus élevé que le rapport observé en population générale, lui-même plus de 2 fois supérieur à la valeur recommandée égale à 5. En effet, les colis paniers ont 1,6 fois plus d' $\omega 6$  (C18\_2) que l'alimentation courante (qui est déjà surchargée en ce type d'acide gras) et ont aussi peu d' $\omega 3$  (C18\_3) que l'alimentation courante.
- La teneur en calcium des colis/paniers est égale à 122% du BNM pour l'adulte (693 mg) et n'est pas significativement différente de la densité nutritionnelle de l'alimentation courante en calcium. Contrairement à l'opinion fréquemment répandue, les colis/paniers ne sont donc pas déficients en calcium

**Les colis/paniers ont des teneurs anormalement faibles en vitamine C, en vitamine B9 et en potassium.** En effet, ils contiennent 28mg seulement de vitamine C dans 2000kcal de don alors que le BNM en vitamine C est égal à 85 mg et que l'alimentation courante apporte à peu près la valeur du BNM. De même, 2000 kcal de colis/paniers n'apportent que 68 % du BNM en vitamine B9, alors que l'alimentation a une teneur moyenne supérieure à la valeur du BNM pour cette vitamine.



Plus de la moitié des associations (question 20, deuxième partie du rapport) ont déclaré prendre en compte l'équilibre alimentaire pour constituer les colis ou paniers. Nous avons voulu analyser si ceci avait un effet mesurable sur la qualité nutritionnelle des colis/paniers distribués.

**Tableau H. Caractéristiques nutritionnelles des colis/paniers selon que l'association déclare où non prendre en compte l'équilibre alimentaire pour constituer ces colis/paniers.** Comparaisons statistiques entre les 2 types d'associations

	N	Moyenne	SD	p< 0,05
<b>Pas de prise en compte de l'équilibre alimentaire</b>				
<b>Poids / Pers.Jour</b>	82	<b>417</b>	377	*
<b>Kcal / Pers.Jour</b>	82	<b>647</b>	630	*
Densité énergétique	82	1,6	0,4	ns
<b>Prix / Pers.Jour</b>	82	<b>0,8</b>	0,8	*
Prix / 2000 Kcal	82	2,5	1,0	ns
Contribution des protéines à l'apport énergétique	82	14,0	4,9	ns
Contribution des glucides à l'apport énergétique	82	47,2	11,6	ns
Contribution des lipides à l'apport énergétique	82	38,8	12,3	ns
Contribution des AGS à l'apport énergétique	82	14,7	5,3	ns
C18_2 / C18_3	82	35	66	ns
<b>Prise en compte de l'équilibre alimentaire</b>				
<b>Poids / Pers.Jour</b>	54	<b>650</b>	563	*
<b>Kcal / Pers.Jour</b>	54	<b>979</b>	805	*
Densité énergétique	54	1,6	0,5	ns
<b>Prix / Pers.Jour</b>	54	<b>1,3</b>	1,4	*
Prix / 2000 Kcal	54	2,5	1,1	ns
Contribution des protéines à l'apport énergétique	54	13,7	5,1	ns
Contribution des glucides à l'apport énergétique	54	47,7	11,6	ns
Contribution des lipides à l'apport énergétique	54	38,6	12,1	ns
Contribution des AGS à l'apport énergétique	54	14,4	5,7	ns

**Tableau I. Teneurs pour 2000kcal en fibres, acides gras essentiels, vitamines et minéraux des colis/paniers selon que l'association déclare où non prendre en compte l'équilibre alimentaire pour constituer ces colis/paniers.**

Comparaisons statistiques entre les 2 types d'associations, et avec les BNM et les apports observés en population générale.

Equilibre alimentaire	N	Moyenne	DS	p<0,05	BNM	% BNM	p<0,05	Observé pop.gén.	% vs Observé	p<0,05
<b>Pas pris en compte</b>										
Fibres totales	82	14,4	4,7		15,4	94%		17,6	82%	*
ω 6 (C18_2)	82	14,3	14,5		6,9	206%		9,4	153%	
ω 3 (C18_3)	82	0,9	1,6		1,4	64%	*	0,8	106%	
DHA (C22_6)	82	0,2	0,2		0,1	213%		0,3	72%	*
Magnésium	82	193	51		300	64%	*	279	69%	*
Calcium	82	846	446		693	122%		860	98%	
Potassium	82	1814	767		2387	76%	*	2666	68%	*
Fer	82	9,1	3,1		9,6	95%		13,2	69%	*
Rétinol	82	582	1170					818	71%	
Vitamine A	82	961	1234		539,0	178%		1316	73%	*
Vitamine D	82	2,3	2,7		3,9	59%	*	2,6	88%	
Vitamine E	82	12,7	13,7		9,2	137%		7,4	171%	
<b>Vitamine C</b>	82	<b>21,9</b>	20,0	*	84,7	26%	*	81,0	27%	*
<b>Vitamine B1</b>	82	<b>0,8</b>	0,3	*	0,9	88%	*	1,3	64%	*
Vitamine B2	82	1,5	0,6		1,2	121%		1,7	85%	*
<b>Vitamine B6</b>	82	<b>1,1</b>	0,4	*	1,3	86%	*	1,8	62%	*
Vitamine B12	82	5,7	5,2		1,8	309%		6,9	83%	*
<b>Vitamine B9</b>	82	<b>152</b>	74	*	242,6	62%	*	271	56%	*
Bétacarotène	82	2273	2756					2989	76%	*
ω 6 / ω 3	82	34,9	66,5		5,0	697%	*	11,1	314%	*
<b>Pris en compte</b>										
Fibres totales	54	16,0	7,9		15,4	104%		17,6	91%	
ω 6 (C18_2)	54	15,9	17,2		6,9	230%		9,4	170%	
ω 3 (C18_3)	54	0,7	0,8		1,4	47%	*	0,8	77%	
DHA (C22_6)	54	0,2	0,2		0,1	177%		0,3	60%	*
Magnésium	54	202,7	73,2		300,3	67%	*	279,0	73%	*
Calcium	54	844,6	478,9		693,0	122%		860,0	98%	
Potassium	54	2033	1061		2387,0	85%	*	2665,5	76%	*
Fer	54	10,0	4,0		9,6	104%		13,2	76%	*
Rétinol	54	562,9	973,9					818,0	69%	
Vitamine A	54	1047	1268		539,0	194%		1316,2	80%	
Vitamine D	54	2,1	1,8		3,9	54%	*	2,6	80%	*
Vitamine E	54	13,9	15,4		9,2	150%		7,4	187%	
<b>Vitamine C</b>	54	<b>37,2</b>	45,3	*	84,7	44%	*	81,0	46%	*
<b>Vitamine B1</b>	54	<b>1,0</b>	0,5	*	0,9	104%		1,3	76%	*
Vitamine B2	54	1,6	0,8		1,2	136%		1,7	95%	
<b>Vitamine B6</b>	54	<b>1,4</b>	0,8	*	1,3	107%		1,8	77%	*
Vitamine B12	54	5,3	4,1		1,8	286%		6,9	77%	*
<b>Vitamine B9</b>	54	<b>183,7</b>	110,8	*	242,6	76%	*	271,0	68%	*
Bétacarotène	54	2907	4578					2989,0	97%	
ω 6 / ω 3	54	40,3	56,4		5,0	806%	*	11,1	363%	*

Les **tableaux H et J** permettent de comparer les colis/paniers délivrés par les associations qui déclarent prendre en compte l'équilibre alimentaire quand elles constituent les paniers et les colis/paniers délivrés par les autres associations. Les résultats montrent que les différences sont surtout quantitatives. En effet, ces associations donnent des colis en moyenne une fois et demi plus importants en poids, énergie, et prix par personne et par jour. La qualité nutritionnelle, estimée dans une première approche (tableau H) par la densité énergétique, le coût de l'énergie, l'équilibre protéines lipides glucides et la teneur en AGS, n'est pas significativement différente entre les colis/paniers délivrés par les 2 types d'associations. Il faut noter cependant que les densités nutritionnelles en vitamines C, B1, B6 et B9 des

colis/paniers donnés par les associations qui déclarent prendre en compte l'équilibre alimentaire sont significativement supérieures, bien que faibles en valeur absolue, à celles des colis/paniers donnés par les autres associations. De même, le fait de prendre en compte l'équilibre alimentaire pour constituer les colis/paniers permet d'atteindre des densités en vitamines B1 et B6 conformes au BNM (ce qui n'est pas le cas quand l'équilibre n'est pas pris en compte), et des teneurs en fibres et en  $\beta$ -carotène comparables à celle de l'alimentation observée en population générale (ce qui n'est pas le cas quand l'équilibre n'est pas pris en compte). Cependant, même dans les colis/paniers constitués en prenant en compte l'équilibre alimentaire, les teneurs en vitamines C et B9 restent insuffisantes, à la fois inférieures au BNM et à l'alimentation observée en population générale. De même, la prise en compte de l'équilibre alimentaire ne change rien aux teneurs en potassium, magnésium et vitamine D, qui restent faibles et, surtout, au rapport w6/w3 qui reste toujours beaucoup trop fort. En résumé, la prise en compte de l'équilibre alimentaire pour constituer les colis/paniers est associée à une amélioration modeste mais significative de leur qualité nutritionnelle et une augmentation considérable (<1,5) des quantités données (en poids, énergie et prix).

## **2. Contenu des colis en aliments**

Chaque aliment de la table a été classé dans un ou plusieurs groupes et sous-groupes d'aliments cohérents avec les repères de consommation du guide "La santé vient en mangeant" du PNNS<sup>6</sup>, à savoir :

- groupes : fruits et légumes, féculents, lait et produits laitiers, produits carnés, matières grasses ajoutées, produits sucrés et/ou salés;
- sous-groupes : fruits, féculents raffinés (pain blanc, riz blanc, pâtes, semoule), fromage, poisson, matières grasses végétales.

La classification des 175 aliments simples en groupes et sous-groupes PNNS est donnée en Annexe 4 (Classification des aliments distribués).

Avec l'aide d'une diététicienne, nous avons également décomposé les plats cuisinés en groupes et sous groupes "PNNS". La décomposition des 32 plats cuisinés est donnée en Annexe 5 (Décomposition des plats cuisinés).

On a ensuite comparé le contenu en aliments des colis avec celui d'un colis conseillé dans le cadre de l'aide alimentaire. Ce "colis-conseil" est en accord avec les objectifs du PNNS. Nous l'avons élaboré en partant du constat qu'aucune des recommandations actuelles, qu'elles soient exprimées en terme de nutriments, comme les ANC, ou de fréquences alimentaires, comme les repères de consommation du PNNS, n'était directement applicable dans le contexte de l'aide alimentaire<sup>20</sup>. La méthodologie d'élaboration du colis conseil est décrite en annexe 6 (Définition d'un colis conseillé dans le cadre de l'aide alimentaire).

Ainsi que le montre le **Tableau J**, une des spécificités de ces recommandations est qu'elles sont exprimées en pourcentages pondéraux des groupes et sous-groupes d'aliments PNNS dans le colis/panier. La seconde spécificité de ces recommandations est qu'elles prennent en compte ce que l'on sait de l'alimentation des personnes en situation de précarité. Notamment, ces recommandations partent du principe que l'aide alimentaire vient compléter une ration pauvre en vitamines et minéraux, essentiellement constituée de féculents raffinés (pain, pâtes riz et /ou semoule). Réciproquement, toute action d'information ou de formation autour du colis conseillé doit mettre clairement en évidence que ce colis doit être complété de pain ou autres féculents.

**Tableau J : Les recommandations spécifiques à l'aide alimentaire**

<b>GROUPES</b>	<b>En pourcentage de la quantité totale du colis</b>	<b>Pour 1 colis de 15 kg</b>
<b>Viande/Poisson/œuf</b>	≥ 15%	≥ 2,2 kg
<b>Fruits et légumes</b>	≥ 33%	≥ 5 kg
<b>Lait et Produits laitiers</b>	≤ 33%	≤ 5 kg
<b>Féculents (pds cuits)</b>	≤ 15%	≤ 2,2 kg (pds cuits)
<b>Matières grasses ajoutées</b>	≤ 2 %	≤ 300 g
<b>Produits sucrés ou salés</b>	≤ 2 %	≤ 300 g
<b>SOUS-GROUPES</b>		
<b>Pain</b>	Non donné	Non donné
<b>Poisson</b>	≥ 20 % poids total viande/poisson/œuf	≥ 450 g
<b>Lait ½ écrémé</b>	≥ 66 % poids total lait et produits laitiers	≥ 3,3 litres
<b>Fromage</b>	≤ 10 % poids total lait et produits laitiers	≤ 500 g
<b>Féculents raffinés (pds cuits)</b>	≤ 50 % poids total féculents	≤ 1100 g (ou 366g sec)
<b>Fruits</b>	≥ 50% poids total fruits et légumes	≥ 2,5 kg
<b>Graisses végétales</b>	≥ 66% poids total matières grasses ajoutées	≥ 200 g

**NB : Ce colis doit être complété de pain et/ou pâtes/riz/semoule par le bénéficiaire (par exemple, 1,8 kg de pain pour un colis de 15 kg).**

**Tableau K - Composition des colis/paniers en groupes et sous-groupes d'aliments PNNS, et comparaison avec le colis conseillé**

% du poids total du colis	Nombre de colis/paniers (n)	Moyenne (SD)	Panier idéal	en % du Panier idéal	p< 0.05
Viande/Poisson/Oeuf	136	9,8 (7,4)	≥ 15,0	65%	*
dont Poisson	125	30,3 (30,7)	≥ 20,0	152%	(OK) *
Fruits et Légumes	136	10,5 (9,1)	≥ 33,0	32%	*
dont Fruits	119	34,5 (33,6)	≥ 50,0	69%	*
Produits Laitiers	136	26,2 (15,3)	≤ 33,0	79%	(OK) *
Fromage	127	12,1 (21,3)	≤ 10,0	121%	OK (NS)
Féculents (poids cuits)	136	40,4 (17,8)	≤ 15,0	269%	*
dont Féculents raffinés	133	85,9 (19,6)	≤ 50,0	172%	*
Matière grasse ajoutée	136	3,9 (4,3)	≤ 2,0	197%	*
dont MGA végétale	92	51,5 (44,5)	≥ 66,0	78%	*
Produits sucrés ou salés	136	9,3 (7,7)	≤ 2,0	463%	*

Les colis/paniers délivrés dans le cadre de l'aide alimentaire ne respectent pas l'équilibre alimentaire conseillé : ils ne contiennent pas assez de viande, de fruits et de légumes et trop de féculents raffinés, de matières grasses ajoutées et de produits sucrés et/ou salés (**tableau K**). En revanche, en ce qui concerne le poisson, le fromage et les autres produits laitiers, les quantités distribuées sont en accord avec le colis conseillé. Sur les plans quantitatif et surtout qualitatif, les distorsions les plus importantes entre les colis/paniers distribués et le colis conseillé concernent les fruits et légumes (3 fois moins que la quantité conseillée) et les produits sucrés et/ou salés (presque 5 fois trop). Ces déséquilibres alimentaires expliquent aisément la forte densité énergétique des colis/paniers, et leur faible teneur en micronutriments, vitamines C, B9 et potassium notamment.

## CONCLUSIONS et PRECONISATIONS

Dans tous les pays industrialisés, la morbidité et la mortalité des populations défavorisées est nettement supérieure à celle des personnes de fort statut socio-économique<sup>21-23</sup>. Ces inégalités de santé concernent toutes les pathologies chroniques, et notamment celles directement liées à la nutrition, telles que l'obésité<sup>24-26</sup>, le diabète<sup>27-29</sup>, les maladies cardiovasculaires<sup>30</sup>, l'ostéoporose<sup>31</sup>, la santé bucco-dentaire<sup>32</sup> et les cancers<sup>33</sup>.

Ces inégalités sociales de santé sont en partie expliquées par les déséquilibres alimentaires associés à la pauvreté. Ainsi, des revues récentes de la littérature française<sup>34</sup> et internationale<sup>35</sup> montrent que la plupart des aliments recommandés pour la santé, tels que les fruits, les légumes, le pain complet, les viandes maigres et les poissons et crustacés sont consommés en moindre quantité par les personnes de faible statut socio-économique par rapport aux catégories plus aisées de la population. L'alimentation des plus pauvres semble quant à elle caractérisée par la présence de féculents et de viandes et charcuteries grasses. D'autres études mettent en évidence à la fois des déficiences d'apport et des déficits biologiques en nutriments essentiels, vitamine C, B9,  $\beta$ -carotène et potassium notamment dans les populations défavorisées. En France, les déficiences en vitamine C chez les personnes pauvres, isolées et/ou sans abri, est un fait bien documenté<sup>12;36;37</sup>.

Ces déséquilibres sont expliqués en grande partie par les fortes contraintes budgétaires auxquelles sont soumises les personnes en situation de précarité. En effet, ces contraintes orientent préférentiellement les "choix" vers les aliments qui sont les sources les moins chères d'énergie, à savoir les féculents raffinés, les matières grasses ajoutées et les produits gras et sucrés, ce qui conduit nécessairement à une alimentation déficiente en vitamines et minéraux et de forte densité énergétique<sup>3;14</sup>.

Bien que faibles en valeur absolue, les dépenses alimentaires pèsent lourd dans le budget des ménages pauvres. D'après les données de l'enquête réalisée en 2000 par l'INSEE sur le budget des ménages, les foyers appartenant au premier décile de revenus (c'est à dire les 10% ayant les revenus les plus faibles), ne dépensent en moyenne "que" 9 euros par jour et par famille pour leur alimentation, mais ceci absorbe près du quart de leur budget. A l'autre extrême de l'échelle des revenus, dans les 10% des familles les plus aisées, on dépense en moyenne 23,5 euros par jour pour s'alimenter mais cela ne représente que 14 % du budget total de la famille<sup>38</sup>. D'autres enquêtes sont spécifiquement menées dans des populations précaires, notamment celles faisant appel à l'aide alimentaire, car ces populations sont très mal représentées dans les enquêtes nationales comme l'enquête de l'INSEE. Ces enquêtes spécifiques indiquent que les dépenses alimentaires ne dépassent jamais 3 euros par personne et par jour dans les foyers très défavorisés, et qu'elles peuvent par contre absorber plus de 50% du budget total disponible<sup>39</sup>. Un si faible budget alimentaire est probablement insuffisant pour avoir une alimentation équilibrée. En effet, nous avons précédemment calculé que le minimum strictement incompressible à consacrer à son alimentation pour respecter l'ensemble des recommandations nutritionnelles (ANC) était de 3 euros par jour et par adulte<sup>19</sup>. De plus, pour atteindre les ANC à ce niveau de dépenses, il faut non seulement mettre en pratique les repères de consommations alimentaires, mais aussi avoir une parfaite connaissance des aliments de très bon rapport qualité nutritionnelle/prix, pouvoir se les procurer et être prêt à les consommer souvent tout en ayant la possibilité de cuisiner et le savoir faire nécessaire pour agréementer ces aliments différemment.

Plus concrètement, les rations ainsi calculées qui respectent les ANC pour 3 euros contiennent toujours des pâtes, des légumes secs, du pain complet, quelques biscottes ou des biscuits secs, des pommes de terres, des carottes, des mélanges de légumes en conserve, du jus de fruit 100% jus sans sucre ajouté, quelques fruits secs et oléagineux, beaucoup de lait, du yaourt nature, des œufs, un peu de foie et de l'huile de colza. C'est dire combien il faut être

prêt à s'écarter beaucoup des habitudes alimentaires observées en population générale pour respecter l'ensemble des ANC avec 3 euros par jour !

Dans la pratique, le budget alimentaire des personnes en situation de précarité est souvent inférieur à 3 euros/jour. Donc, même si ces personnes avaient une parfaite connaissance des recommandations nutritionnelles, elles ne pourraient pas complètement les appliquer, tout simplement par manque d'argent. C'est là qu'une aide alimentaire de bonne qualité (qualité nutritionnelle et variété des produits proposés, qualité de l'accueil, etc.) prend toute sa signification.

**Puisque l'aide alimentaire vient compléter une ration alimentaire dont on a tout lieu de supposer qu'elle est de qualité nutritionnelle médiocre, il faudrait que cette aide ait une qualité nutritionnelle optimale, pour être à même de compenser les déficits nutritionnels des personnes qui la reçoivent. Cependant, les résultats de l'enquête E3A montrent que ce n'est pas toujours le cas.**

**Concernant les repas**, leur qualité nutritionnelle pourrait être considérée comme suffisante pour couvrir les besoins des personnes ayant recours à ce type d'aide, si l'accès physique à 3 repas par jour était garanti. On sait cependant que cet accès n'est pas garanti pour les personnes sans domicile fixe. Il apparaît donc nécessaire pour l'instant de proposer systématiquement avec chaque repas chaud, soit un repas complet froid type pique-nique, soit un en-cas riche en vitamines et minéraux type Vitapoche, l'un ou l'autre devant pouvoir être emportés pour être consommés à l'extérieur. Il est nécessaire dans le même temps de soutenir financièrement et matériellement le monde associatif pour que de la distribution gratuite de repas chauds soit plus répandue et plus facile d'accès.

**Concernant les colis/paniers**, l'enquête ne confirme pas l'idée fréquemment répandue selon laquelle les repas fait sur place seraient de meilleure qualité nutritionnelle que ceux livrés par un traiteur. Ils ne confirment pas non plus une autre idée fréquemment répandue selon laquelle les paniers choisis en libre-service seraient fondamentalement différents des colis préparés à l'avance. C'est pourquoi nous avons regroupé tous ces types d'aide pour l'analyse nutritionnelle. Les résultats montrent que les colis/paniers contiennent 3 fois moins de fruits et légumes que la quantité conseillée, et presque 5 fois trop de produits sucrés et/ou salés. Ces déséquilibres alimentaires expliquent aisément la forte densité énergétique des colis/paniers, et leur faible teneur en micronutriments, vitamines C, B9 et potassium notamment. Il est frappant de constater que les colis/paniers reproduisent strictement les mêmes défauts, en terme d'aliments et de nutriments, que ceux observés dans l'alimentation des plus pauvres<sup>34;35</sup>. Ceci s'explique sans doute en partie par le fait que les associations sont soumises aux mêmes contraintes, budgétaires et pratiques (problèmes de transport et de stockage), que leurs bénéficiaires.

L'enquête révèle que les associations d'aide alimentaire fonctionnent principalement grâce au bénévolat (3/4 d'entre elles n'ont aucun salarié) et aux dons des particuliers, mais les personnes qu'elles reçoivent sont presque exclusivement adressées par des services sociaux (dans 83% des cas). Ce sont donc de véritables roues de secours sociales des institutions. Elles doivent pourtant faire face à des difficultés importantes. Elles ne peuvent fonctionner que parce qu'elles ajustent le nombre d'usagers servis en fonction de leur moyens, que la majorité (> 60%) d'entre elles considèrent comme insuffisant ou limités. Celles qui délivrent des repas soulignent surtout des difficultés liées au manque de personnel, et celles qui délivrent des colis sont en plus grande difficulté matérielle. Ceci suggère que c'est souvent à cause de ces difficultés que les associations s'orientent vers la distribution de colis plutôt que vers d'autres types d'aide. De même, plus des trois-quarts des associations déclarent devoir diminuer le contenu des repas ou colis par manque de denrées.

En raison de ces contraintes, les associations délivrent en priorité à leurs bénéficiaires des aliments susceptibles d'être stockés, dit "d'épicerie", tels que des féculents raffinés (riz, pâtes, semoule), des matières grasses ajoutées, des biscuits et autres produits sucrés, qui sont des sources médiocres de vitamines et de minéraux comparativement à leur forte teneur en énergie (faible densité nutritionnelle, forte densité énergétique). Ces défauts doivent être corrigés rapidement et de façon prioritaire, car ils sont impliqués dans l'obésité (forte densité énergétique) et dans un certain nombre de maladies chroniques, hypertension (faibles apports en potassium) et maladies cardiovasculaires (faibles apports en vitamine B9) en particulier. De faibles teneurs circulantes en vitamine C sont incontestablement associées à une mortalité précoce<sup>40;41</sup>.

Plus de la moitié des associations ont déclaré prendre en compte l'équilibre alimentaire pour constituer les colis ou paniers. Cependant, les différences de qualité nutritionnelle entre l'aide délivrée par ces associations et les autres sont relativement faibles. Ceci suggère qu'il ne suffit pas de diffuser la notion d'équilibre alimentaire au sein des associations mais qu'il importe surtout de donner les moyens de la mettre en pratique. Cet objectif sera atteint en modifiant la disponibilité alimentaire dans les associations tout en formant les bénévoles à la constitution de colis équilibrés, à travers des outils pédagogiques adaptés (mode d'emploi du colis équilibré, ateliers pratiques...). Pour modifier la disponibilité alimentaire au sein des associations, il est nécessaire agir auprès des "fournisseurs" que sont le grand public (lors des collectes nationales), les distributeurs, les producteurs et l'Union Européenne (à travers le programme européen d'aide aux plus démunis). A cet égard, il faut noter que la Fédération Française des Banques Alimentaires a déjà entrepris une démarche de diversification des denrées collectées non seulement au niveau local et régional mais également au niveau européen (recherche de produits de la mer et de fruits et légumes). La FFBA compte ainsi optimiser dans les années à venir la qualité nutritionnelle de l'aide alimentaire distribuée aux associations partenaires<sup>20</sup>.

Pour tendre vers le colis conseillé, il faudra décourager la collecte de produits gras et sucrés, et favoriser celle des fruits et légumes, des viandes maigres et du poisson. Il s'agit tout compte fait de remplacer des aliments de faible qualité nutritionnelle, qui sont des sources d'énergie bon marché, par des aliments plus nobles et plus chers, ce qui augmentera inévitablement la valeur marchande des colis. Ceci demandera probablement des moyens financiers supplémentaires aux associations et une plus grande force de conviction auprès des "fournisseurs". Il est donc souhaitable que cette démarche s'effectue dans le cadre du Programme National Nutrition Santé et du Programme Alimentation Insertion<sup>42</sup>, afin qu'elle puisse pleinement profiter de la dynamique, des réseaux et des moyens propres à ces programmes.

Une minorité seulement des associations enquêtées (42%) sont équipées de matériel informatique. Dans l'optique de conception d'un outil d'aide à la constitution de paniers équilibrés, il faudra donc abandonner pour l'instant l'option logiciel convivial accessible sur internet, et lui préférer un outil pédagogique sur support papier. Cet outil devra tout à la fois diffuser la notion de "colis conseillé" et servir de mode d'emploi à la constitution d'un tel colis. Tous les aspects pratiques devront y être abordés, tels que le classement des aliments et plats composés en groupes et sous-groupes d'aliments, la façon de prendre en compte le cru, et la notion de partie comestible.

**Le respect des recommandations spécifiques à l'aide alimentaire devrait améliorer le statut nutritionnel des bénéficiaires directement, en augmentant la qualité nutritionnelle des colis et paniers qui leurs sont destinés, et indirectement, en crédibilisant les messages de prévention nutritionnelle diffusés à leur intention au sein des associations.**



## BIBLIOGRAPHIE

1. PNNS. Programme National Nutrition Santé. *Ministère de la Santé* 2001; <http://www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/nutrition/index.htm>.
2. Observatoire National de la Pauvreté et de l'Exclusion Sociale. Les travaux 2001-2002. *La Documentation Française* 2002; Paris.
3. Darmon N, Ferguson EL, Briend A. A cost constraint alone has adverse effects on food selection and nutrient density: an analysis of human diets by linear programming. *J. Nutr.* 2002;132:3764-71.
4. Groupe de travail réuni par le CNA. Avis sur l'exclusion sociale et l'alimentation. *Conseil National de l'Alimentation (CNA)* 2002; Avis n°34:22 janvier 2002.
5. Ouvrage collectif. Table de composition des aliments SU.VI.MAX. *sous presse* 2005; INSERM/Economica Editions.
6. Programme National Nutrition Santé. La santé vient en mangeant. Le guide alimentaire pour tous. *INPES* 2002; Institut National de Prévention et d'Éducation à la Santé.
7. Martin A. Apports nutritionnels conseillés pour la population française. In: Martin A, ed. Paris: Lavoisier, 2001.
8. Rapport d'Activité de la Fédération des Banques Alimentaires. *FFBA* 2004.
9. Volatier J-L. *Enquête INCA (Individuelle et Nationale sur les Consommations Alimentaires)*. AFSSA, Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments, Editor. Paris: Lavoisier, 2000.
10. Astorg P, Arnault N, Czernichow S, Noisette N, Galan P, Hercberg S. Dietary intakes and food sources of n-6 and n-3 PUFA in French adult men and women. *Lipids* 2004;39:527-35.
11. Marpsat M, Firdion J. Les personnes sans domicile à Paris. In: Pumain D, Mattei M, eds. *Données urbaines*. Paris: Anthropos, 1998:217-30.
12. Darmon N, Coupel J, Deheeger M, Briend A. Dietary inadequacies observed in homeless men visiting an emergency night shelter in Paris. *Public Health Nutr.* 2001;4:155-61.
13. Darmon N, Lécossais C, Briend A. Comment améliorer l'aide alimentaire destinée aux personnes sans abri ? Acceptabilité d'un aliment de rue enrichi. *Médecine et Nutrition* 2003;39:15-22.
14. Darmon N, Ferguson E, Briend A. Do economic constraints encourage the selection of energy dense diets? *Appetite* 2003;41:315-22.
15. Darmon N, Briend A, Drewnowski A. Energy-dense diets are associated with lower diet costs: A community study of French adults. *Publ. Health Nutr.* 2004;7:21-7.
16. Darmon N, Briend A. L'alimentation à deux vitesses. *NAFAS Pratique* 2003;1:13-8.
17. Drewnowski A, Darmon N, Briend A. Replacing fats and sweets with vegetables and fruit – a question of cost. *Am J Pub Health* 2004;94:1555-9.
18. Darmon N, Darmon M, Ferguson E. The use of linear programming to test the nutritional impact of existing food-based guidelines for schools canteens in France. *Rapport pour l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments et pour la Food Standard Agency in UK.* 2004.
19. Darmon N, Ferguson E, Briend A. Marked changes to habitual dietary patterns are required to select a nutritionally adequate diet on a low food budget. *under revision* 2005.
20. Rambeloson Z, Darmon N. Analyse nutritionnelle et économique de l'aide alimentaire de l'Union Européenne et du Réseau des Banques Alimentaires en France. Thèse professionnelle. *Chaire d'Economie de la Santé* 2005; Conservatoire National des Arts et Métiers.

21. Kunst AE, Groenhouf F, Mackenbach JP, Health EW. Occupational class and cause specific mortality in middle aged men in 11 European countries: comparison of population based studies. EU Working Group on Socioeconomic Inequalities in Health. *BMJ* 1998;316:1636-42.
22. Cavelaars AE, Kunst AE, Geurts JJ, Helmert U, Lundberg O, Mielck A, Matheson J, Mizrahi A, Mizrahi A, Rasmussen N, Spuhler T, Mackenbach JP. Morbidity differences by occupational class among men in seven European countries: an application of the Erikson-Goldthorpe social class scheme. *Int J Epidemiol* 1998;27:222-30.
23. Pappas G, Queen S, Hadden W, Fisher G. The increasing disparity in mortality between socioeconomic groups in the United States, 1960 and 1986. *N. Engl. J Med.* 1993;329:103-9.
24. Molarius A, Seidell JC, Sans S, Tuomilehto J, Kuulasmaa K. Educational level, relative body weight, and changes in their association over 10 years: an international perspective from the WHO MONICA Project. *Am. J. Publ. Health* 2000;90:1260-8.
25. Lantz PM, House JS, Lepkowski JM, Williams DR, Mero RP, Chen J. Socioeconomic factors, health behaviors, and mortality: results from a nationally representative prospective study of US adults. *JAMA* 1998;279:1703-8.
26. Brunner EJ, Marmot MG, Nanchahal K, Shipley MJ, Stansfeld SA, Juneja M, Alberti KG. Social inequality in coronary risk: central obesity and the metabolic syndrome. Evidence from the Whitehall II study. *Diabetologia* 1997;40:1341-9.
27. Evans JM, Newton RW, Ruta DA, MacDonald TM, Morris AD. Socio-economic status, obesity and prevalence of Type 1 and Type 2 diabetes mellitus. *Diabet. Med.* 2000;17:478-80.
28. Tang M, Chen Y, Krewski D. Gender-related differences in the association between socioeconomic status and self-reported diabetes. *Int J Epidemiol* 2003;32:381-5.
29. Bourdel-Marchasson I, Dubroca B, Manciet G, Decamps A, Emeriau JP, Dartigues JF. Prevalence of diabetes and effect on quality of life in older French living in the community: the PAQUID Epidemiological Survey. *J Am Geriatr. Soc.* 1997;45:295-301.
30. Lang T, Ducimetiere P. Premature cardiovascular mortality in France: divergent evolution between social categories from 1970 to 1990. *Int J Epidemiol* 1995;24:331-9.
31. del Rio BL, Romera BM, Pavia SJ, Setoain QJ, Serra ML, Garces RP, Lafuente NC, Domenech Torne FM. Bone mineral density in two different socio-economic population groups. *Bone Miner.* 1992;18:159-68.
32. Guignon N, Badéyan G. La santé des enfants de 6 ans à travers les bilans de santé scolaire. *DRESS, Etudes et Résultats* 2002;155.
33. LeClerc A, Fassin D, Grandjean H, Kaminski M, Lang T. Les inégalités sociales de santé. *Editions La Découverte et Syros* 2000;Paris:Collection Recherches.
34. Coordonnateur Savanovitch C, Bertrais S, Castetbon K *et al.* *Situation et évolution du statut nutritionnel et de l'activité physique de la population en France, 1997-2003.* Institut de Veille Sanitaire, Unité de Surveillance et d'Epidémiologie Nutritionnelle, 2005.
35. 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. *Les travaux de l'Observatoire National de la Pauvreté et de l'Exclusion Sociale-2005, La documentation Française* 2005;<http://www.social.gouv.fr/html/pointsur/onpes/>.
36. Fain O, Thomas M. Le scorbut actuellement. *Cah. Nutr. Diet.* 1997;32:300-5.
37. Malmauret L, Leblanc J, Cuvelier I, Verger P. Dietary intakes and vitamin status of a sample of homeless people in Paris. *Eur. J. Clin. Nutr.* 2002;56:313-20.

38. Caillavet F. Une approche de la pauvreté par les budgets alimentaires. Enquête Budget de Famille 2000-01. *CORELA* 2004;Document de travail.
39. Chauliac M, Chateil S. Enquête sur l'alimentation des personnes défavorisées. II. Nutrition et alimentation des enfants en bas âge (6 à 36 mois) de familles défavorisées. *Med. Nutr.* 2000;36:13-24.
40. Khaw KT, Bingham S, Welch A, Luben R, Wareham N, Oakes S, Day N. Relation between plasma ascorbic acid and mortality in men and women in EPIC-Norfolk prospective study: a prospective population study. European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. *Lancet* 2001;357:657-63.
41. Simon JA, Hudes ES, Tice JA. Relation of serum ascorbic acid to mortality among US adults. *J Am Coll. Nutr* 2001;20:255-63.
42. Secrétariat d'Etat à la Lutte contre la Précarité et l'Exclusion. *Calendrier "Tous à table" et guide d'accompagnement destiné aux bénévoles et aux professionnels des structures d'aide alimentaire.* Programme Alimentation et Insertion, 2003.

## **ANNEXES**

E3A : Enquête auprès des Associations d'Aide Alimentaire

Juin 2005

**Annexe 1 : Questionnaire E3A**

**Annexe 2 : Analyse par zone géographique**

**Annexe 3 : Analyse par type d'aide**

**Annexe 4 : Classification des aliments distribués**

**Annexe 5 : Décomposition des plats cuisinés**

**Annexe 6 : Définition d'un colis conseillé dans le cadre de l'aide alimentaire**

## **Annexe 1 : Questionnaire E3A**

# Enquête auprès des Associations d'Aide Alimentaire

## - E3A -

Vous délivrez de l'aide alimentaire sous forme de *libre-service, colis ou repas*  
et vous accueillez vos usagers *dans un local*

Merci de répondre à tout le questionnaire

- vous délivrez de l'aide alimentaire, *mais pas dans un local*
- vous distribuez uniquement *des collations* (café, thé, gâteaux secs...)
- vous êtes un *centre d'hébergement*

Merci de remplir seulement la page 3

- Merci de bien vouloir lire attentivement les consignes (au dos de cette feuille) avant de remplir ce questionnaire.
- Répondre à la totalité du questionnaire vous prendra environ 1 heure.
- Toutes les informations que vous nous transmettez dans ce questionnaire resteront strictement confidentielles.

### Pour tout éclaircissement, contactez-nous :

Anne-Gwenhaél Dauphin, chef de projet :  
Tel : 01 58 80 87 90 / Fax : 01 40 27 28 26  
Mail : [anne-gwenhael.dauphin@cnam.fr](mailto:anne-gwenhael.dauphin@cnam.fr)

Nicole Darmon, Responsable de l'équipe Nutrition et Précarité  
Tel : 01 58 80 86 88 / Fax : 01 40 27 28 26  
Mail : [darmon@cnam.fr](mailto:darmon@cnam.fr)

**Nous sommes à votre disposition**

ATTENTION : A LIRE ATTENTIVEMENT

## CONSIGNES

Selon la question :

1) Entourez le numéro qui vous convient, comme ceci :

- Oui..... 1  
dans ce cas, précisez : \_\_\_\_\_
- Non..... (2)
- Vous ne savez pas..... 3
- Si vous avez entouré 1, expliquez en toutes lettres.

2) Cochez les cases dans les espaces impartis, comme ceci :

Semaine 1							Semaine 2							Semaine 3							Semaine 4						
L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D
	x														x												

3) Remplissez les cases dans les espaces impartis, comme ceci :

Nombre de familles..... | | | 5 | | 0 |

ATTENTION, merci de ne mettre qu'un chiffre par case

4) Entourez, pour chaque proposition, le numéro correspondant à la réponse qui vous convient le mieux, comme ceci :

Concernant les distributions alimentaires, vous arrive-t-il ? (plusieurs réponses possibles) :

	Toujours	Parfois	Jamais	Vous ne savez pas
- d'être en rupture de stock alimentaire .....	1	(2)	3	4
- de ne pas être en mesure de faire de distribution, faute d'aliments.....	(1)	2	3	4
- de diminuer le contenu de chaque repas ou colis.....	1	2	(3)	4
- de diminuer le nombre des repas ou colis.....	1	(2)	3	4

## Structure distribuant de l'aide alimentaire

### Questionnaire rempli par

Nom, Prénom : \_\_\_\_\_

Fonction : \_\_\_\_\_

Contact direct ou personnel : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

Fax : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

### Nom de votre structure

Nom: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

Fax : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

### Votre type d'activité

Cochez la case correspondant à votre situation :

- Vous délivrez de l'aide alimentaire sous forme de libre-service, de colis, ou de repas et vous accueillez vos usagers dans un local
- Vous distribuez de l'aide alimentaire mais pas dans un local
  - Vous distribuez uniquement des collations (café, thé, gâteaux secs...)
  - Vous êtes un centre d'hébergement

### PRESENTATION DE VOTRE STRUCTURE



**1 - Votre structure fait-elle partie d'un réseau ou d'une fédération ?**

(une seule réponse possible)

- Oui..... 1

dans ce cas, précisez son nom : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- Non..... 2

- Vous ne savez pas..... 3

**2 - Combien de personnes participent à votre activité d'aide alimentaire ?**

- au total..... | | |

- dont salariés..... | | |

- dont non salariés ..... | | |

**3 - Quelles sont les périodes d'ouverture de votre structure, sur l'année ?**

(une seule réponse possible)

- Elle est ouverte toute l'année ..... 1

- Elle n'est pas ouverte toute l'année..... 2

dans ce cas, cochez les mois d'ouverture :

Janv.	Fév.	Mars	Avril	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.

**4 - Quels sont les jours de distribution d'aide alimentaire, dans votre structure?**

(plusieurs réponses possibles)

- Distribution tous les jours ..... 1

- Pas de distribution tous les jours ..... 2

dans ce cas, cochez les jours de distribution sur une période type de 4 semaines :

Semaine 1							Semaine 2							Semaine 3							Semaine 4						
L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D

**5 - Quels sont vos horaires de distribution aux usagers ?**

	Matin	Après-midi	Soirées
Lundi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Mardi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Mercredi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Jeudi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Vendredi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Samedi	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....
Dimanche	de ..... à.....	de ..... à.....	de ..... à.....

**6 - Quelle est la superficie totale de votre local ? (une seule réponse possible)**

- ≤ 20 m<sup>2</sup>..... 1

- entre 20 m<sup>2</sup> et 50 m<sup>2</sup>..... 2

- entre 50 m<sup>2</sup> et 100m<sup>2</sup>..... 3
- ≥ 100 m<sup>2</sup>..... 4

**7 - Disposez-vous, dans vos propres locaux, des matériels suivants ?**  
(plusieurs réponses possibles)

	Oui	Non	Vous ne savez pas
- chambre froide.....	1	2	3
- réfrigérateurs.....	1	2	3
- congélateurs.....	1	2	3
- ordinateur PC.....	1	2	3
- ordinateur Mac.....	1	2	3
- imprimante.....	1	2	3
- ligne téléphonique fixe.....	1	2	3
- accès Internet.....	1	2	3
- pièce isolée.....	1	2	3
- système informatisé pour la gestion des usagers.....	1	2	3
- système informatisé pour la gestion des stocks.....	1	2	3
- système informatisé pour la gestion du budget.....	1	2	3
- autres.....	1	2	3

*dans ce cas, précisez :* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**DESCRIPTION DE VOTRE AIDE ALIMENTAIRE**

**8 - Quel type d'aide alimentaire distribuez-vous ?** (plusieurs réponses possibles)

- A consommer sur place.....1
  - A emporter sous forme de colis préparés à l'avance.....2
  - A emporter en libre-service avec libre choix du contenu du panier.....3
  - A emporter en libre-service avec des règles de constitution du panier (quantités définies selon la constitution familiale, équilibre entre différentes catégories de produits.....).....4
- dans ce cas, précisez ces règles :* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**9 - Combien de repas ou colis distribuez-vous chaque jour de distribution ?**   |\_|\_|\_|\_|

**10 - Combien d'usagers avez-vous répertorié au total, sur l'année 2003 ?**   |\_|\_|\_|\_|\_|

- dont familles..... |\_|\_|\_|\_|\_|

- dont personnes seules..... |\_|\_|\_|\_|\_|

**11 - Décrivez un exemple de colis, de panier emporté ou de repas servi lors de votre dernière distribution, SANS TENIR COMPTE DES PRODUITS D'HYGIENE.**

**1<sup>er</sup> exemple :**   pour |\_|\_| personnes   dont |\_|\_| enfants   pour |\_|\_| jours

S'agit-il d'un :    colis                       panier en libre-service                       repas

NOM DE L'ALIMENT	FORME	INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES	CONSERVATION	QUANTITES
Dénomination précise indiquée sur l'emballage, marque...	Filet, entier, en miettes, cuisses, avec ou sans la peau, fumé, salé, haché...	% de mat. grasses, au naturel/à l'huile, enrichi en ..., à teneur garantie en..., éventuellement composition du plat	Frais, surgelé, UHT, stérilisé, conserve, sous vide lyophilisé, en poudre...	En g, kg ou litres. <b>Poids net égoutté pour les conserves.</b>

**Si vous distribuez plusieurs types d'aides, merci de bien vouloir donner un autre exemple**

**2<sup>ème</sup> exemple :** pour |\_\_||\_\_| personnes dont |\_\_||\_\_| enfants pour |\_\_||\_\_| jours

S'agit-il d'un :  colis  panier en libre-service  repas

NOM DE L'ALIMENT	FORME	INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES	CONSERVATION	QUANTITES
------------------	-------	------------------------------	--------------	-----------

Dénomination précise indiquée sur l'emballage, marque...	Filet, entier, en miettes, cuisses, avec ou sans la peau, fumé, salé, haché...	% de mat. grasses, au naturel/à l'huile, enrichi en ..., à teneur garantie en..., éventuellement composition du plat	Frais, surgelé, UHT, stérilisé, conserve, sous vide lyophilisé, en poudre...	En g, kg ou litres. <b>Poids net égoutté pour les conserves.</b>

**12 - Parmi les aliments répertoriés ci-dessous, quels sont ceux que vous avez distribués au cours des 12 derniers mois ?**

Produits distribués au cours des 12 derniers mois	Toujours	Parfois	Jamais	Vous ne savez pas
<b>ALIMENTS POUR NOURRISSONS – BEBE</b>				
- Lait infantile 1 <sup>er</sup> âge.....	1	2	3	4
- Lait infantile 2 <sup>ème</sup> âge .....	1	2	3	4

- Laites de croissance .....	1	2	3	4
- Petits pots pour bébé .....	1	2	3	4
- Biscuits et céréales spéciaux pour bébé .....	1	2	3	4
<b>LAITS ET PRODUITS LAITIERS</b>				
- Lait.....	1	2	3	4
- Yaourts, fromage blanc, petits suisses.....	1	2	3	4
- Fromages.....	1	2	3	4
- Desserts lactés, crèmes desserts, flans.....	1	2	3	4
<b>VIANDES, CHARCUTERIES, POISSONS, ŒUFS</b>				
- Viandes rouges (boeuf, agneau, steaks haché.....)	1	2	3	4
- Viande pour hamburger.....	1	2	3	4
- Porc, jambon et charcuteries à base de porc .....	1	2	3	4
- Viandes blanches (dinde, poulet, lapin.....)	1	2	3	4
- Produits carnés Hallal.....	1	2	3	4
- Corned beef .....	1	2	3	4
- Poisson pané ou en croquettes.....	1	2	3	4
- Poisson frais ou surgelé.....	1	2	3	4
- Poisson en conserve (sardines, thon, maquereau.....)	1	2	3	4
- Poisson fumé, salé ou séché .....	1	2	3	4
- Œufs.....	1	2	3	4
<b>LEGUMES ET FRUITS</b>				
- Légumes frais (choux, carottes, poireaux, tomates.....)	1	2	3	4
- Légumes en conserve.....	1	2	3	4
- Soupe de légumes en brique.....	1	2	3	4
- Soupe de légumes lyophilisée.....	1	2	3	4
- Condiments frais (oignons, ail.....)	1	2	3	4
- Fruits frais (pommes, oranges, bananes, fruits de saison.....)	1	2	3	4
- Jus de fruits 100% (pur jus ou à base de concentré) .....	1	2	3	4
- Fruits en conserve (fruits au sirop, compotes.....)	1	2	3	4
- Fruits secs (pruneaux, raisins secs, figues, abricots.....)	1	2	3	4
- Fruits oléagineux (cacahuètes, noix, amandes.....)	1	2	3	4
<b>CEREALES, LEGUMES SECS, FECULENTS ET DERIVES</b>				
- Pain blanc (pain de campagne, pain de mie.....)	1	2	3	4
- Pain complet ou aux céréales.....	1	2	3	4
- Céréales pour le petit déjeuner.....	1	2	3	4
- Riz, pâtes, semoule de blé, semoule de maïs.....	1	2	3	4
- Pommes de terre, purée en flocons.....	1	2	3	4
- Légumes secs (lentilles, pois chiches, pois cassés, haricots secs, fèves.....), secs ou en conserve.....	1	2	3	4
- Chips.....	1	2	3	4
- Farine de blé, maïzena.....	1	2	3	4
<b>Produits distribués au cours des 12 derniers mois</b>				
	<b>Toujours</b>	<b>Parfois</b>	<b>Jamais</b>	<b>Vous ne savez pas</b>
<b>MATIERES GRASSES</b>				
- Beurre.....	1	2	3	4
- Margarine molle, en barquette.....	1	2	3	4
- Margarine dure, en paquet.....	1	2	3	4
- Crème fraîche.....	1	2	3	4
- Huiles végétales.....	1	2	3	4
- Mayonnaise.....	1	2	3	4
- Sauces prêtes à l'emploi.....	1	2	3	4

<b>PLATS CUISINES</b>				
- Viandes en sauce.....	1	2	3	4
- Poissons cuisinés.....	1	2	3	4
- Mélange viande-légumes.....	1	2	3	4
- Mélange viande-féculents (raviolis, hachis Parmentier, cassoulet..).....	1	2	3	4
- Mélange poisson-légumes.....	1	2	3	4
- Mélange poisson-féculents (brandade de morue..).....	1	2	3	4
- Quiches, pizzas.....	1	2	3	4
<b>EPICERIE, DIVERS</b>				
- Nectar de fruits, boissons sucrées.....	1	2	3	4
- Confiture.....	1	2	3	4
- Chocolat (en poudre, en tablette, pâte à tartiner...) .....	1	2	3	4
- Confiseries.....	1	2	3	4
- Biscuits secs.....	1	2	3	4
- Gâteaux, pâtisseries, viennoiseries.....	1	2	3	4
- Poivre, épices, aromates.....	1	2	3	4
- Cornichons, moutarde .....	1	2	3	4
- Café, thé, tisanes.....	1	2	3	4
- Sel.....	1	2	3	4
<b>COMPLEMENTS NUTRITIONNELS</b>				
- Vitapoche.....	1	2	3	4
- Renutryl.....	1	2	3	4
- Autres aliments enrichis.....	1	2	3	4
<i>dans ce cas, précisez lesquels: _____</i>				
_____				
- Vitamines et/ou minéraux en comprimés ou capsules.....	1	2	3	4
<i>dans ce cas, précisez lesquels : _____</i>				
_____				
<b>AUTRES PRODUITS, dans ce cas, précisez :</b>				
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4
- _____	1	2	3	4

**13 - D'où viennent les aliments que vous distribuez ? (plusieurs réponses possibles)**

	Oui	Non	Vous ne savez pas
- Banque alimentaire.....	1	2	3
- stocks de la CEE .....	1	2	3
- Ministère de l'agriculture.....	1	2	3
- dons de l'industrie agroalimentaire.....	1	2	3
- collectes ponctuelles auprès des particuliers .....	1	2	3
- dons des grandes surfaces.....	1	2	3
- dons de producteurs locaux.....	1	2	3
- jardins de l'association .....	1	2	3
- achats directs par la structure .....	1	2	3
<i>si vous achetez régulièrement des produits, précisez lesquels :</i>			
_____			
_____			
_____			
- autres provenances.....	1	2	3
<i>dans ce cas, précisez :</i> _____			
_____			
_____			

**14- D'où proviennent vos financements ? (plusieurs réponses possibles)**

	Oui	Non	Vous ne savez pas
- des collectivités.....	1	2	3
- d'entreprises privées .....	1	2	3
- de particuliers.....	1	2	3
- de la participation des usagers .....	1	2	3
- autres fonds.....	1	2	3
<i>dans ce cas, précisez</i> _____			
_____			
_____			
_____			

**15 - Quelle est la durée maximale de l'aide accordée aux usagers? (une seule réponse possible)**

- une période non reconductible..... 1  
*dans ce cas, indiquez la durée en nombre de semaines : .....|\_|\_|\_|*
- une période reconductible..... 2  
*dans ce cas, indiquez la durée en nombre de semaines : .....|\_|\_|\_|*  
*et indiquez le nombre de reconductions possibles dans l'année.....|\_|\_|\_|*
- pas de durée prédéterminée.....3
- vous ne savez pas..... 4

**16 – À quelle fréquence chaque usager peut-il bénéficier de votre aide ?**

- Nombre de fois PAR MOIS..... /\_\_//\_\_/  
*autres cas, précisez*\_\_\_\_\_

**17 - Quels critères prenez-vous en compte pour attribuer une aide alimentaire ?**  
(plusieurs réponses possibles) :

- Envoi par un service social..... 1
  - Quotient familial.....2
  - Reste à vivre.....3
  - Catégories particulières de population.....4
- dans ce cas, précisez laquelle ou lesquelles :* \_\_\_\_\_

**18 - Quelle est la situation familiale et /ou sociale des personnes accueillies ?**  
(plusieurs réponses possibles) :

- familles monoparentales..... 1
  - personnes immigrées sans titre de séjour..... 2
  - demandeurs d'asile..... 3
  - personnes âgées..... 4
  - jeunes de moins de 25 ans..... 5
  - personnes sans domicile fixe (hommes ou femmes)..... 6
  - autres..... 7
- dans ce cas, précisez :* \_\_\_\_\_

**19 - Demandez vous une participation financière aux usagers ?**  
(plusieurs réponses possibles) :

- pas de participation ..... 1
  - repas gratuits sous réserve de possession d'une carte d'aide sociale..... 2
  - une participation ou un pourcentage fixe..... 3
- dans ce cas, précisez lequel :* \_\_\_\_\_
- une participation ou un pourcentage variable..... 4
- dans ce cas, précisez les fourchettes de montant ou de pourcentage :* \_\_\_\_\_
- vous ne savez pas..... 5

**20 - Quels critères prenez-vous en compte pour constituer les colis ou les repas ?**  
(plusieurs réponses possibles) :

- stocks disponibles..... 1
  - mode de conservation..... 2
  - date limite de conservation..... 3
  - équilibre alimentaire..... 4
  - taille de la famille..... 5
  - âge des enfants..... 6
  - pas de critères particulier..... 7
  - autres ..... 8
- dans ce cas, précisez*\_\_\_\_\_

**21 - Vous arrive-t-il de conseiller les usagers de votre structure, sur l'alimentation ?**

- Oui..... 1



dans ce cas, précisez de quels conseils il s'agit: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Non..... 2

**22 - Organisez-vous des activités annexes, à destination des usagers, autour de l'alimentation ou de la santé, des activités sportives ou culturelles ? (une seule réponse possible) :**

- Oui..... 1

dans ce cas, précisez : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Non..... 2

- Vous ne savez pas..... 3

**VOS DIFFICULTES**

**23 – Concernant les distributions alimentaires, vous arrive-t-il ? (plusieurs réponses possibles)**

	Souvent	Parfois	Jamais	Vous ne savez pas
- d'être en rupture de stock alimentaire .....	1	2	3	4
- de ne pas être en mesure de faire de distribution, faute d'aliments.....	1	2	3	4
- de diminuer le contenu de chaque repas ou colis.....	1	2	3	4
- de diminuer le nombre des repas ou colis .....	1	2	3	4
- de manquer de fruits et légumes.....	1	2	3	4
- de manquer de produits laitiers.....	1	2	3	4
- de manquer de viande.....	1	2	3	4
- de manquer de poisson.....	1	2	3	4
- de manquer de produits céréaliers (pâtes, riz, semoule.....)	1	2	3	4
- de manquer d'huile, de margarine.....	1	2	3	4
- de manquer de beurre.....	1	2	3	4
- autres.....	1	2	3	4

dans ce cas, précisez : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**24 – Concernant le matériel (locaux, matériel de cuisine, stockage, transport...), diriez-vous que (une seule réponse possible) :**

- vous êtes suffisamment équipés..... 1

- vous disposez juste de ce qu'il vous faut..... 2

- vous êtes en manque de moyens et vous n'arrivez pas à faire correctement votre activité..... 3  
*dans ce cas, précisez les difficultés que vous rencontrez :* \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

- vous ne savez pas..... 4

**25 - A l'heure actuelle, concernant le personnel (salarié ou non) travaillant pour l'association, diriez-vous que (une seule réponse possible) :**

- vous en avez un nombre suffisant..... 1
- vous disposez juste de ce qu'il faut..... 2
- vous êtes en manque de personnel et n'arrivez pas à faire correctement votre activité..... 3  
*dans ce cas, précisez les difficultés que vous rencontrez:* \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

- vous ne savez pas..... 4

**26 - Concernant votre capacité d'accueil, diriez-vous que (une seule réponse possible) :**

- vous pouvez répondre à la demande ..... 1
- vous devez limiter le nombre d'usagers..... 2
- autres..... 3  
*dans ce cas, précisez :*

---

---

---

---

- vous ne savez pas..... 4

**27 - Vos remarques :**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Nous vous remercions de votre collaboration**

**Merci de ne pas remplir :**

<b>Numéro de la structure</b>	_ _ _ _ _ _ _
<b>Numéro du département</b>	_ _
<b>Code Postal</b>	_ _ _ _ _ _ _
<b>Date de réception du questionnaire</b>	_ _ _ / _ _ _ / _ _ _

## Annexe 2 : Analyse par zone géographique (questions 2, 6, 8, 9 et 10)

### Question 2

#### Personnel des associations

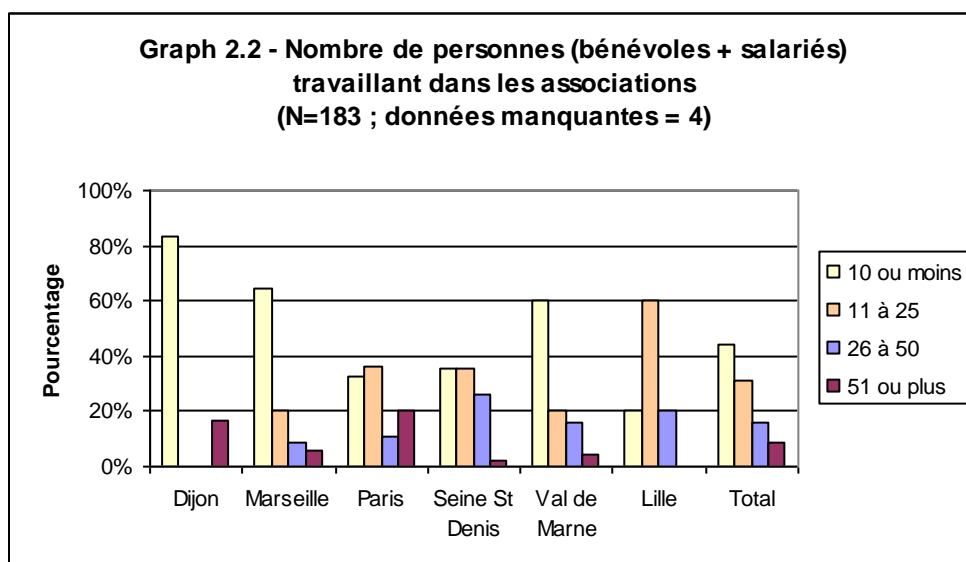


Tableau 2.3 – Répartition en % des associations en fonction du nombre de **bénévoles** travaillant dans l'association (N=181)

	Dijon	Marseille	Paris	Seine St Denis	Val de Marne	Lille	Total
Aucun	16,7	8,8	1,9	1,9	0,0	0,0	3,3
1_10	66,7	58,8	42,6	34,6	60,0	20,0	45,3
11_25	0,0	17,7	27,8	34,6	20,0	60,0	27,6
26_50	0,0	11,8	7,4	26,9	16,0	20,0	15,5
>=51	16,7	2,9	20,4	1,9	4,0	0,0	8,3
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Tableau 2.4 – Répartition en % des associations en fonction du nombre de **salariés** travaillant dans l'association (N=181)

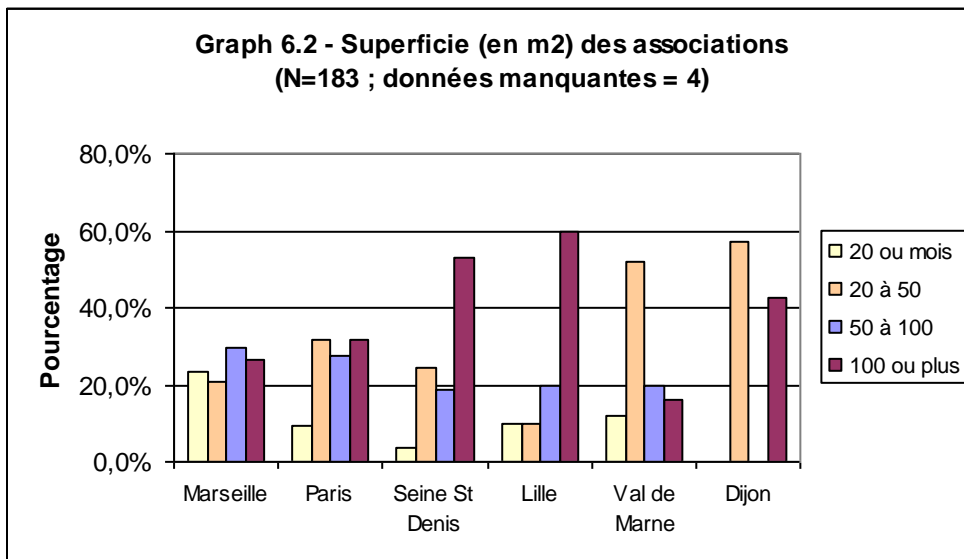
	Dijon	Marseille	Paris	Seine St Denis	Val de Marne	Lille	Total
Aucun	50,0	64,7	66,7	88,5	76,0	70,0	73,5
1_5	33,3	26,5	22,2	9,6	24,0	30,0	20,4
6_10	16,7	5,9	3,7	0,0	0,0	0,0	2,8
>=11	0,0	2,9	7,4	1,9	0,0	0,0	3,3
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

**C'est à Paris qu'on trouve la plus grande proportion (20,4 %) d'associations ayant plus de 50 bénévoles.**

*Il s'agit souvent d'associations dans lesquelles de nombreux bénévoles sont inscrits pour participer aux activités de distribution mais viennent de manière très ponctuelle.*

## Question 6

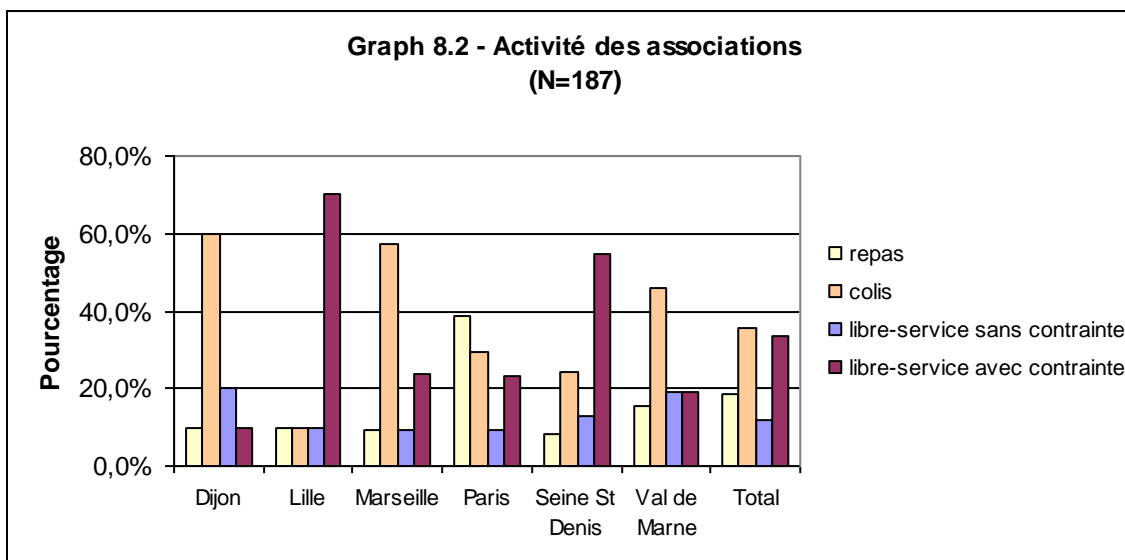
### Superficie des locaux



Au total, 62 % des associations à Lille et 43 % des associations à Dijon ont des locaux de 100 m<sup>2</sup> ou plus, par rapport à 32% des associations à Paris et 16% dans le Val de Marne. Les locaux disponibles pour les associations sont d'une plus grande superficie en province par rapport aux locaux des associations en région parisienne (à l'exception de certaines associations en banlieue parisienne qui disposent de plus grandes surfaces de distribution, notamment pour les associations que ne se trouvent pas en centre ville).

## Question 8

### Activité des associations



C'est à Paris qu'on observe le plus grand pourcentage (39%) d'associations distribuant des repas, probablement en raison de la proportion plus importante de personnes sans domicile fixe à Paris par rapport aux autres zones d'enquête.

## Question 9

### Nombre de repas ou colis distribués

Tableau 9.2 - Nombre de colis ou repas distribués par jour d'ouverture

	N	Minimum	P25	Médiane	P75	Maximum
Dijon	7	10	10	20	50	500
Lille	9	18	60	300	810	1845
Marseille	33	1	18	28	50	620
Paris	56	2	42	100	250	2775
Seine St Denis	48	5	23	67	177	2600
Val de Marne	23	5	12	25	70	1450
<b>Total</b>	<b>176</b>	<b>1</b>	<b>20</b>	<b>50</b>	<b>160</b>	<b>2775</b>

**C'est à Paris et à Lille que les associations servent le plus grand nombre de repas/colis par jour.**

## Question 10

### Nombre d'usagers en 2003

Tableau 10.2 - Nombre d'usagers répertoriés dans les associations pour l'année 2003

	N	Minimum	P25	Médiane	P75	Maximum
Dijon	6	14	50	572	1032	8425
Lille	10	400	671	825	2342	15000
Marseille	29	10	80	220	900	19520
Paris	49	12	244	680	2400	31609
Seine St Denis	24	34	88	225	417	12014
Val de Marne	21	90	276	500	814	3427
<b>Total</b>	<b>139</b>	<b>10</b>	<b>145</b>	<b>450</b>	<b>1437</b>	<b>31609</b>

**C'est à Paris et à Lille que les associations ont le plus grand nombre d'usagers.**

*Le nombre important d'usagers servis à Paris est lié à la forte proportion d'associations servant des repas chauds. En effet, de nombreuses associations servant des repas chauds ne demandent pas de justificatif ou de lettres de l'assistante sociale, elles servent l'ensemble des personnes qui se présentent au moment de la distribution. Cela permet de servir un plus grand nombre d'usagers sur l'année.*

*Les associations ayant la plus grande activité se trouvent à Paris et à Lille.*

### Annexe 3 : Analyse par type d'aide (questions 2, 4, 6, 9, 10, 16, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26 )

Notre questionnaire distinguait 4 types d'aide alimentaire :

- **repas** (chauds ou froids, faits sur place ou livrés par un traiteur)
- **colis** (préparés à l'avance)
- **libre service avec contraintes** (paniers emportés dans le cadre d'un libre service, avec contraintes de constitution),
- **libre service sans contrainte** (paniers emportés dans le cadre d'un libre service, sans contrainte de constitution, type épiceries sociales)

## Question 2

### Personnel des associations

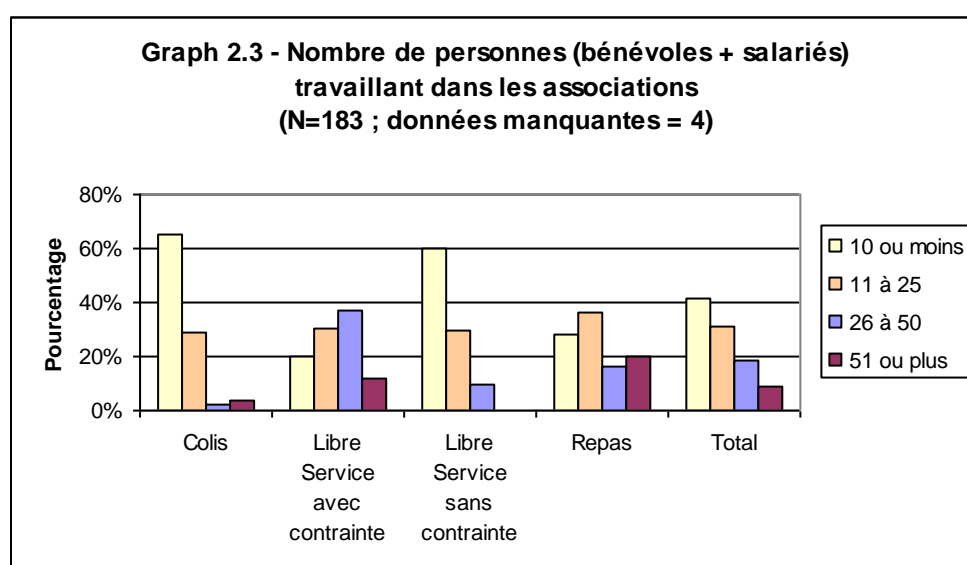


Tableau 2.5 – Répartition en % des associations en fonction du nombre de bénévoles travaillant dans l'association (N=181)

	Libre service				Total
	Colis	Repas	avec contrainte	sans contrainte	
Aucun	5,9	4,2	1,7	0,0	3,2
1_10	64,7	37,5	18,6	60,0	42,2
11_25	23,5	29,2	30,5	30,0	27,9
26_50	3,9	8,3	37,3	10,0	18,2
>=51	2,0	20,8	11,9	0,0	8,4
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

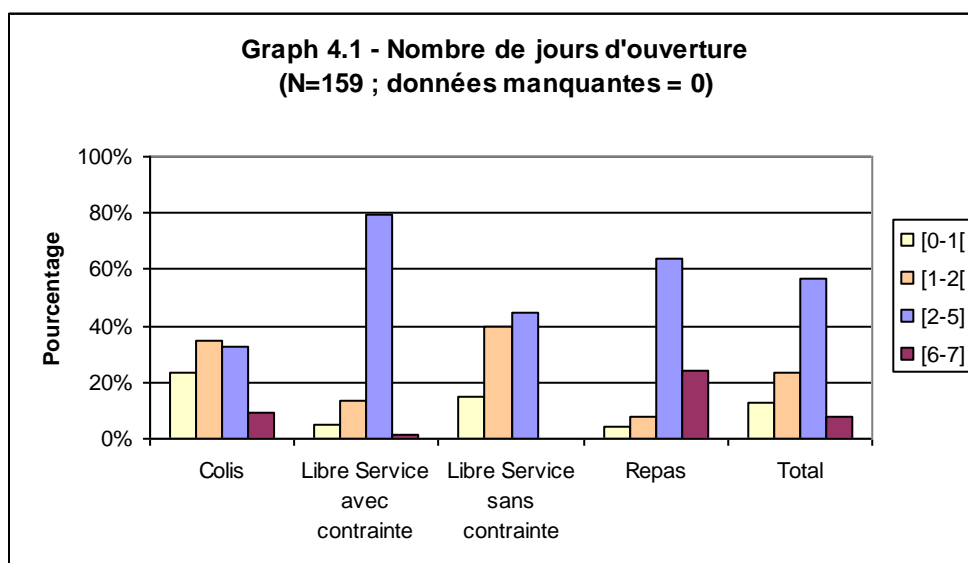
Tableau 2.6 – Répartition en % des associations en fonction du nombre de salariés travaillant dans l'association (N=181)

	Libre service				Total
	Colis	Repas	avec contrainte	sans contrainte	
Aucun	74,5	54,2	83,1	80,0	75,3
1_5	19,6	25,0	15,3	20,0	18,8
6_10	2,0	8,3	1,7	0,0	2,6
>=11	3,9	12,5	0,0	0,0	3,2
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

**Environ 65 % des associations distribuant des colis et 60 % des associations faisant du livre service sans contrainte fonctionnent avec 10 bénévoles ou moins.**

## Question 4

## Nombre de jours d'ouverture



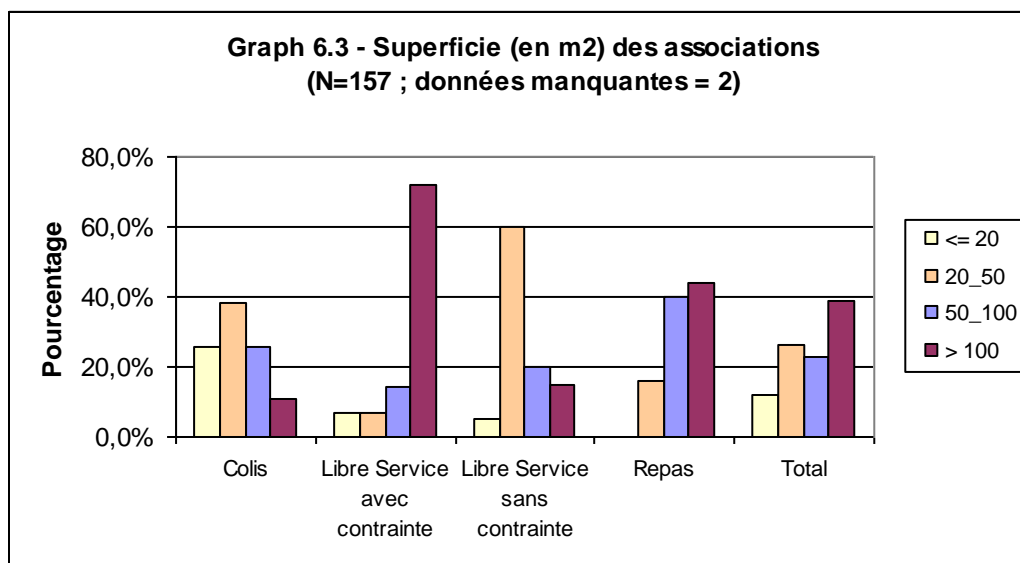
**Plus de 20 % des associations distribuant des repas sont ouvertes entre 6 et 7 jours par semaine par rapport à 8% pour l'ensemble des associations.**

*D'avantage d'associations distribuant des repas sont ouvertes entre 6 et 7 jours par semaine. En effet, les associations distribuant des colis ou des aliments non préparés n'ouvrent en général que certains jours fixes dans la semaine.*



## Question 6

### Superficie des locaux



**Plus de 70% des associations effectuant du libre service avec contrainte et plus de 40% des association délivrant des repas ont des locaux de plus de 100 m<sup>2</sup>. En revanche, seulement 10% des associations distribuant des colis ont des locaux de plus de 100 m<sup>2</sup>.**

*Les associations distribuant des repas sont amenées à servir un très grand nombre de personnes pendant une petite période d'ouverture (l'heure du repas), elles sont donc besoin de locaux plus vastes. En revanche, les associations qui distribuent des colis peuvent réguler le nombre de personnes présentes dans l'association et peuvent donc avoir des locaux plus petits.*

## Question 9

### Nombre de repas ou colis servis par jour d'ouverture

Tableau 9.3 - Nombre de colis ou repas distribués par jour d'ouverture

	N	Minimum	P25	Médiane	P75	Maximum
Colis	50	2	15	30	80	2 775
Libre Service avec contrainte	56	8	38	108	281	1 845
Libre Service sans contrainte	19	2	25	40	140	810
Repas	25	8	25	70	300	2 600
<b>Total</b>	<b>150</b>	<b>2</b>	<b>25</b>	<b>51</b>	<b>180</b>	<b>2 775</b>

**Parmi les associations servant des repas, 50 % servent moins de 70 personnes par jour de distribution. En revanche, 50 % des associations qui servent des colis reçoivent moins de 30 personnes par jour de distribution.**

*Les associations servant des colis ou faisant du libre service sans contrainte sont celles qui servent le moins de personnes pendant une période d'ouverture. Les associations distribuant des repas sont celles qui ont la plus grande activité pendant leur ouverture.*

## Question 10

### Nombre d'usagers

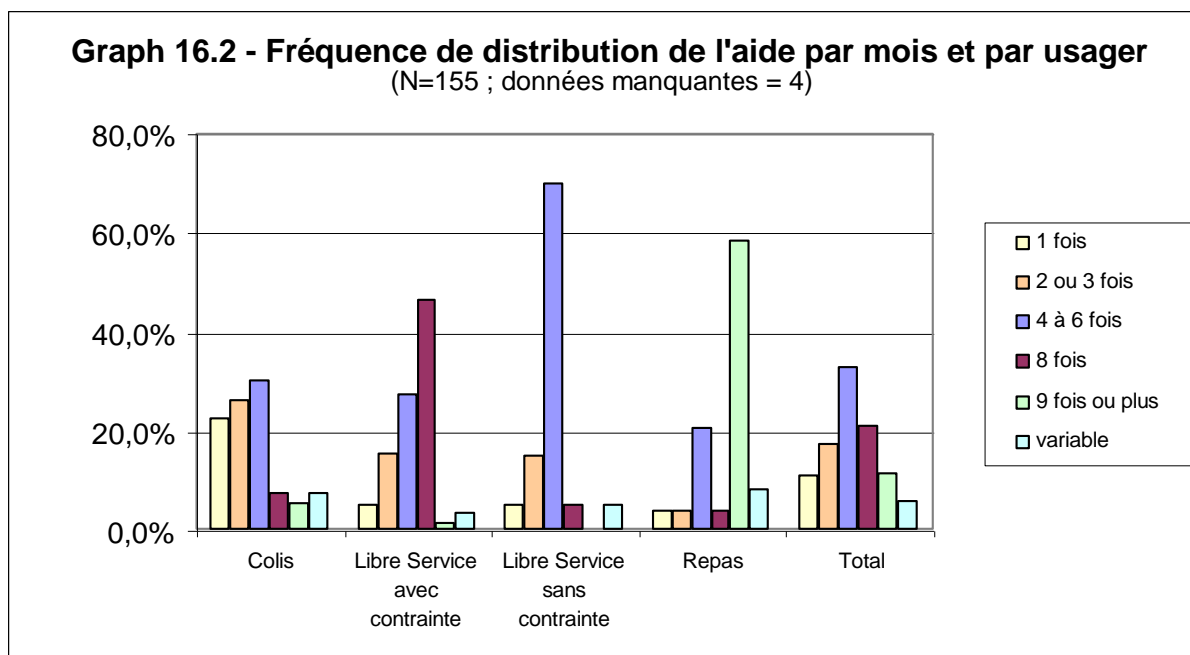
Tableau 10.3 - Nombre d'usagers inscrits dans les associations pendant l'année 2003

	N	Minimum	P25	Médiane	P75	Maximum
Colis	46	10	80	384	839	8 425
Libre Service avec contrainte	32	70	460	975	2 096	28 403
Libre Service sans contrainte	18	12	110	341	2 200	19 520
Repas	20	40	148	530	1 775	31 609
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>10</b>	<b>150</b>	<b>491</b>	<b>1 509</b>	<b>31 609</b>

**Les associations effectuant du libre service avec contrainte sont celles qui ont le plus grand nombre d'usagers.**

## Question 16

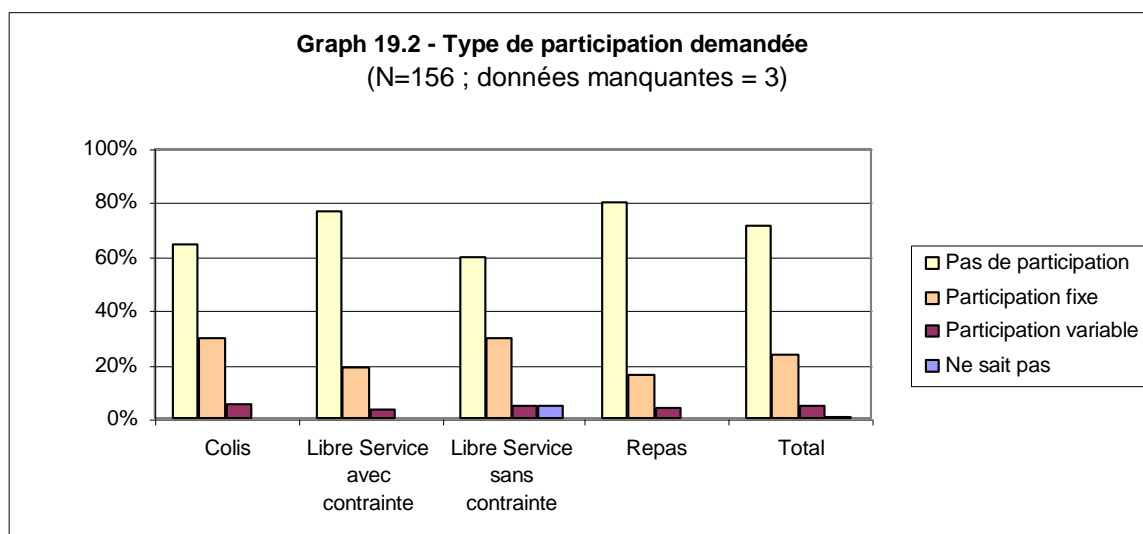
### Fréquence de distribution



**Les associations qui servent des repas sont celles qui distribuent de l'aide alimentaire le plus fréquemment, généralement plus de 9 fois par mois, soit plus de 2 fois par semaine. Celles qui effectuent du libre service sans contrainte servent majoritairement de 4 à 6 fois par mois, soit au moins une fois par semaine. Pour le libre service avec contrainte, la distribution se fait majoritairement 2 fois par semaine.**

## Question 19

### Type de participation demandée



**Quel que soit le type d'aide, un faible pourcentage d'associations demandent une participation.**

## Question 20

### Equilibre alimentaire dans la constitution des colis

Tableau 20.2 - Associations prenant en compte l'équilibre alimentaire dans la constitution des colis ou des repas

	N	% Oui
Colis	54	33
Libre-service avec contrainte	57	63
Libre-service sans contrainte	20	30
Repas	24	71
Total	155	50

**Les associations qui distribuent des repas et celles qui effectuent du libre service avec contraintes sont celles qui déclarent prendre le plus en compte l'équilibre alimentaire dans la constitution des repas/colis.**

## Question 21

### Conseils sur l'alimentation

Tableau 21 - Associations donnant des conseils sur l'alimentation à leurs usagers

	N	% Oui
Colis	55	36
Libre-service avec contrainte	59	75
Libre-service sans contrainte	20	70
Repas	25	36
Total	159	55

**Les associations qui distribuent des repas et celles qui effectuent du libre service avec contraintes sont celles qui déclarent le moins souvent donner des conseils sur l'équilibre alimentaire à leurs usagers.**

*La faible proportion d'associations donnant des conseils alimentaires aux bénéficiaires parmi les associations distribuant des colis ou des repas peut s'expliquer par le manque de possibilité de décision des bénéficiaires par rapport à leur choix alimentaire. Par contre, ces associations déclarent plus souvent que les autres prendre en compte l'équilibre alimentaire dans la constitution des colis/repas, sans doute pour pallier justement le manque de décision des bénéficiaires par rapport au contenu des colis/repas.*

## **Question 22**

### **Activités annexes**

Tableau 22 - Associations organisant des activités annexes à la distribution alimentaire

	N	% Oui
Colis	55	27
Libre-service avec contrainte	59	71
Libre-service sans contrainte	20	30
Repas	25	68
Total	159	50

**Seulement 27 % des associations distribuant des colis organisent des activités annexes.**

*Les associations distribuant des colis et celles effectuant du libre service sans contrainte proposent peu d'activités annexes à la distribution alimentaire. Cela peut s'expliquer par le fait que ce sont les plus petites structures, elles ont donc moins de moyens pour organiser des activités annexes.*

## Question 24

### Difficultés matérielles

Tableau 24 - Difficultés matérielles des associations

	Colis	Libre Service avec contrainte	Libre Service sans contrainte	Repas	Total
N	54	57	19	24	154
Suffisant	13,0%	19,3%	36,8%	41,7%	22,7%
Juste ce qu'il faut	61,1%	64,9%	47,4%	41,7%	57,8%
Manque	25,9%	14,0%	15,8%	16,7%	18,8%
Ne sait pas	0,0%	1,8%	0,0%	0,0%	0,6%
<b>Total</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>

**Ce sont les associations qui délivrent des colis qui déclarent avoir le plus de difficultés matérielles.**

*Ceci suggère que c'est souvent à cause de difficultés matérielles que les associations s'orientent vers la distribution de colis (plutôt que vers d'autres types d'aide).*

## Question 25

### Difficultés de personnel

Tableau 25 - Difficultés de personnel des associations

	Colis	Libre Service avec contrainte	Libre Service sans contrainte	Repas	Total
N	53	57	18	24	152
Suffisant	47,2%	24,6%	38,9%	29,2%	34,9%
Juste ce qu'il faut	37,7%	70,2%	50,0%	45,8%	52,6%
Manque	15,1%	3,5%	11,1%	25,0%	11,8%
Ne sait pas	0,0%	1,8%	0,0%	0,0%	0,7%
<b>Total</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>

**Au total, 25 % des associations distribuant des repas déclarent manquer de personnel.**

*Les associations distribuant des repas sont celles qui manquent le plus de personnel. Cela peut s'expliquer par l'importante nécessité de main d'œuvre pour la préparation des repas et pour leur distribution à un grand nombre de personnes pendant une période critique de une à deux heures.*

## Question 26

### Capacité d'accueil

Tableau 26 - Difficultés d'accueil des associations

	Colis	Libre Service avec contrainte	Libre Service sans contrainte	Repas	Total
N	53	57	18	24	152
Ne peut répondre à la demande	38,9%	70,9%	63,2%	45,8%	54,6%
Doit limiter le nombre d'usagers	51,9%	21,8%	36,8%	50,0%	38,8%
Autre	3,7%	5,5%	0,0%	4,2%	3,9%
Ne sait pas	5,6%	1,8%	0,0%	0,0%	2,6%
<b>Total</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>	<b>100,0%</b>

**Environ 71 % des associations effectuant du libre service avec contrainte déclarent ne pas pouvoir répondre à la demande.**

Les associations effectuant du libre service sont celles qui ont le plus de difficultés pour répondre à la demande. Les associations distribuant des colis ou des repas doivent limiter le nombre d'usagers servis.

## Annexe 4 : Classification des aliments distribués

aliment	famille	sous-groupe
Pain complet	féculents	féculents non raffinés
Petit pois. appertisé	féculents	féculents non raffinés
Flageolet	féculents	féculents non raffinés
Lentille. cuite	féculents	féculents non raffinés
Pois chiche. cuit	féculents	féculents non raffinés
Maïs doux. appertisé	féculents	féculents non raffinés
Pomme de terre	féculents	féculents non raffinés
Pomme de terre pour purée. salée	féculents	féculents non raffinés
Pomme de terre. frite. non salée	féculents	féculents non raffinés
Pomme de terre. sautée. salée	féculents	féculents non raffinés
Pomme de terre. pour salade. nature. cuite. salée	féculents	féculents non raffinés
Haricot blanc. appertisé	féculents	féculents non raffinés
Taboulé. sans assaisonnement	féculents	féculents raffinés
Pain	féculents	féculents raffinés
Pain de mie	féculents	féculents raffinés
Biscotte	féculents	féculents raffinés
Pâtes ordinaires. cuites. sans sel	féculents	féculents raffinés
Pâtes aux œufs. cuites. sans sel	féculents	féculents raffinés
Riz blanc. cuit. sans sel	féculents	féculents raffinés
Semoule. cuite. sans sel	féculents	féculents raffinés
Céréale sucrée pour petit déjeuner. enrichie	féculents	féculents raffinés
Muesli aux fruits pour petit déjeuner. enrichi	féculents	féculents raffinés
Pétale de maïs pour petit déjeuner non sucrée. enrichie	féculents	féculents raffinés
Blé soufflé pour petit déjeuner. enrichi	féculents	féculents raffinés
Céréale chocolatée pour petit déjeuner. enrichie	féculents	féculents raffinés
Pain baguette	féculents	féculents raffinés
Farine blanche	féculents	féculents raffinés
Banane	Fruits Legumes	Fruits
Brugnon - nectarine	Fruits Legumes	Fruits
Clémentine	Fruits Legumes	Fruits
Fraise	Fruits Legumes	Fruits
Kiwi	Fruits Legumes	Fruits
Melon	Fruits Legumes	Fruits
Orange	Fruits Legumes	Fruits
Pamplemousse jaune	Fruits Legumes	Fruits
Pomme	Fruits Legumes	Fruits
Compote de pommes	Fruits Legumes	Fruits
Compote de fruits mélangés	Fruits Legumes	Fruits
Salade de fruits	Fruits Legumes	Fruits
Date	Fruits Legumes	Fruits
Jus d'orange. frais	Fruits Legumes	Fruits
Fruit. sans précision	Fruits Legumes	Fruits
Carotte rapée. crue. nature	Fruits Legumes	Legumes
Concombre. cru. nature	Fruits Legumes	Legumes
Betterave. cuite. nature	Fruits Legumes	Legumes
Chou rouge. cru. nature	Fruits Legumes	Legumes
Chou blanc. cru. nature	Fruits Legumes	Legumes
Céleri rémoulade	Fruits Legumes	Legumes
Laitue. crue. nature	Fruits Legumes	Legumes
Salade verte mélangée. crue. nature	Fruits Legumes	Legumes
Soupe à l'oignon	Fruits Legumes	Legumes
Soupe aux champignons	Fruits Legumes	Legumes
Soupe de légumes variés	Fruits Legumes	Legumes
Carotte. cuite	Fruits Legumes	Legumes
Champignon. appertisé	Fruits Legumes	Legumes
Epinard. cuit	Fruits Legumes	Legumes
Haricot vert. appertisé	Fruits Legumes	Legumes
Jardinière. en conserve	Fruits Legumes	Legumes
Macédoine. en conserve	Fruits Legumes	Legumes
Oignon. cuit	Fruits Legumes	Legumes
Ratatouille	Fruits Legumes	Legumes
Tomate. crue	Fruits Legumes	Legumes
Sauce tomate	Fruits Legumes	Legumes
Poireau. cuit	Fruits Legumes	Legumes
Soupe Lyophilisée	Fruits Legumes	Legumes
Beurre	matière grasse ajoutée	MGA_ani
Sauce blanche	matière grasse ajoutée	MGA_ani
Huile d'olive	matière grasse ajoutée	MGA_veg
Huile de tournesol	matière grasse ajoutée	MGA_veg
Huile d'arachide	matière grasse ajoutée	MGA_veg
Huile de colza	matière grasse ajoutée	MGA_veg
Huile mélangée	matière grasse ajoutée	MGA_veg
Margarine	matière grasse ajoutée	MGA_veg





**aliment**

Poisson pané. frit  
Colin. cru  
Lieu noir. cuit  
Thon rouge. cuit au four  
Brandade de morue  
Sardine à l'huile. en conserve  
Thon au naturel. en conserve  
Poisson. sans précision  
Maquereau. en conserve  
Nugget de volaille  
Oeuf cru  
Oeuf dur  
Omelette. nature  
Veau. escalope. cuit  
Porc. filet. rôti. maigre  
Bœuf. steack hâché 5% MG. cuit  
Bœuf. steack hâché 10% MG. cuit  
Bœuf. steack hâché 15% MG. cuit  
Bœuf. boulette. cuit  
Poulet. Rôti  
Dinde. cuisse. crue  
Dinde. escalope. sautée  
Langue de bœuf. cuite  
Jambon de Paris. cuit  
Rillettes  
Boeuf bourguignon  
Gésier  
Corned beef

**famille**

Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf  
Viande/Poisson/Oeuf

**sous-groupe**

Poisson  
Poisson  
Poisson  
Poisson  
Poisson  
Poisson  
Poisson  
Poisson  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO  
Autre VPO

## Annexe 5 : Décomposition des plats cuisinés

### DECOMPOSITION DES PLATS CUISINES EN GROUPE ET SOUS-GROUPES D'ALIMENTS PNNS

aliment	Poisson	Autre VPO	féculents non raffinés	féculents raffinés	Fruits	Légumes	fromage	Autre pdt laitier	MGvég	Autre MG
Friand au fromage	0	0	0	0,475	0	0	0,5	0	0,0125	0,0125
Friand à la viande	0	0,5	0	0,475	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Pizza	0	0,13	0	0,475	0	0,25	0,12	0	0,0125	0,0125
Ravioli, sans sauce	0	0,3	0	0,675	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Lasagne, sans béchamel	0	0,25	0	0,475	0	0,25	0	0	0,0125	0,0125
Cassoulet	0	0,4	0,6	0	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Choucroute garnie	0	0,4	0	0	0	0,6	0	0	0,0125	0,0125
Pot-au-feu	0	0,68	0	0	0	0,32	0	0	0,0125	0,0125
Quenelle de volaille	0	0,3	0	0,675	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Couscous à la viande	0	0,3	0	0,675	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Paëlla	0	0,4	0	0,575	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Chili con carne	0	0,4	0,6	0	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Sauce bolognaise	0	0,4	0	0	0	0,6	0	0	0,0125	0,0125
Hachis Parmentier	0	0,4	0	0,575	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Saucisse lentille	0	0,4	0,6	0	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Burger sauce paysanne	0	0,4	0,15	0	0	0,45	0	0	0,0125	0,0125
Burger sauce tomate	0	0,4	0	0	0	0,6	0	0	0,0125	0,0125
Bœuf lentille	0	0,3	0,7	0	0	0	0	0	0,0125	0,0125
Cordon bleu	0	0,7	0	0,175	0	0	0,1	0	0,0125	0,0125
Bœuf mode carotte	0	0,5	0	0	0	0,5	0	0	0,0125	0,0125
Bœuf haricots	0	0,2	0,5	0	0	0,3	0	0	0,0125	0,0125
Riz mouton	0	0,55	0	0,375	0	0,05	0	0	0,0125	0,0125
Mouton épicé	0	0,55	0	0,375	0	0,05	0	0	0,0125	0,0125
Mouton riz hallal épicé	0	0,55	0	0,375	0	0,05	0	0	0,0125	0,0125
Raviolis légumes	0	0	0	0,375	0	0,6	0	0	0,0125	0,0125
Poulet riz	0	0,55	0	0,375	0	0,05	0	0	0,0125	0,0125
Riz niçoise	0	0,3	0	0,275	0	0,4	0	0	0,0125	0,0125
Poulet riz sauce surry	0	0,55	0	0,375	0	0,05	0	0	0,0125	0,0125
Colin riz sauce armoricaine	0,4	0	0	0,475	0	0,1	0	0	0,0125	0,0125
Colin riz sauce normande	0,4	0	0	0,575	0	0	0	0	0,0125	0,0125

## **Annexe 6 : Définition d'un colis conseillé dans le cadre de l'aide alimentaire**

*Extrait du rapport de Mr Rambeloso Zo J. Analyse nutritionnelle et économique de l'aide alimentaire de l'Union Européenne et du Réseau des Banques Alimentaires en France.*

*Mémoire de Mastère Professionnel d'Économie de la Santé, sous la direction de N. Darmon, Juin 2005, Conservatoire National des Arts et Métiers.*

### **II.I.1. Etablissement d'un colis alimentaire conseillé**

Il n'existe pas à l'heure actuelle de recommandations directement applicables aux dons alimentaires. En effet, des recommandations existent soit en termes de nutriments (ANC et BNM), soit en termes de fréquence de consommation par jour ou par semaine de certains aliments ou groupes d'aliment (les repères de consommation du PNNS).

Nous avons donc dû concevoir un colis alimentaire conseillé qui puisse servir de référence pour la constitution et l'analyse des dons alimentaires.

Nous sommes partis du principe qu'une ration journalière pour un adulte respecte un «*équilibre satisfaisant*» si elle :

- apporte 2000 kcal,
- est proche de l'équilibre en macronutriments préconisé par les ANC, qui fixe la contribution des protéines, des glucides, et des lipides totaux dans l'apport total en énergie de la ration respectivement à 15%, 50-55% et 30-35%, et acides gras saturés à 8-10%
- respecte l'équilibre alimentaire PNNS, qui recommande une fréquence de consommation journalière de 5 fruits et légumes ou 400g à 500g par jour, 3 produits laitiers, 1 aliment du groupe viande/poisson/œuf 1 à 2 fois par jour (poisson au moins 2 fois par semaine), à chaque repas des féculents.

Nous avons par la suite constitué un exemple de ration journalière respectant cet «*équilibre satisfaisant*». Nous avons d'abord identifié, pour chaque groupe d'aliments, les produits alimentaires le plus souvent disponibles et distribués par les Banques Alimentaires aux associations caritatives. Nous avons ensuite estimé avec l'aide d'une diététicienne, le poids (exprimé en grammes) de chaque aliment nécessaire pour une personne par jour. En utilisant la table SUVIMAX, nous avons calculé le prix, la teneur en énergie, protéines, glucides et lipides, y compris les acides gras saturés de cette ration journalière.

La composition en aliments de cette ration est présentée dans le tableau IV suivant.

**Tableau IV** : Les proportions de chaque groupe d'aliments dans une ration journalière respectant un équilibre satisfaisant

Exemple de ration apportant 2000 kcal, respectant l'équilibre en aliments de type PNNS et proche de l'équilibre en macronutriments préconisé par les ANC*		
Rappels des repères PNNS	Aliments	Poids (g)
<b>Viande/Poisson/Oeuf</b>  1 à 2 fois par jour le poisson 2 fois par semaine	Steak haché à 15% Matières grasses	40
	Escalope de dinde	70
	Oeuf	40
	Thon en boîte	30
	<b>Sous Total</b>	<b>180</b>
<b>Fruits et légumes</b>  5 fois par jour (ou 400g par jour)	Haricots verts	100
	Macédoine de légumes	100
	Pomme	120
	Compote de pomme	120
	Jus d'orange	60
<b>Sous Total</b>	<b>500</b>	
<b>Lait et produits laitiers</b>  3 fois par jour	Emmental	15
	Lait demi écrémé	350
	Yaourt nature	125
<b>Sous Total</b>	<b>490</b>	
<b>Féculents</b>  A tous les repas	Pommes de terre	110
	Pâtes ordinaires (cuites)	110
	Pain	180
<b>Sous Total</b>	<b>400</b>	
<b>Produits sucrés</b>  Limiter la consommation	Sucre morceaux	20
	Confiture	20
<b>Sous Total</b>	<b>40</b>	
<b>Matières grasses ajoutées</b>  Limiter la consommation Préférer les matières grasses végétales	Huile de colza	25
	Beurre	15
<b>Sous Total</b>	<b>40</b>	
	<b>Poids total de la ration</b>	<b>1 650</b>
	<b>Poids total de la ration sans pain</b>	<b>1 470</b>

\* Cette ration apporte 2000 kcal, 17% de protéines, 50% de glucides et 31% de lipides. Les acides gras saturés contribuent à 10% de l'apport total en énergie. Sa valeur marchande est de 2,96 €.

Nous avons ensuite enlevé de cette ration le pain. En effet, le pain est rarement donné par l'aide alimentaire, et par ailleurs, le pain est l'aliment le plus souvent acheté au jour le jour par la population pauvre. Par la suite nous avons recalculé la proportion de chaque groupe d'aliment en fonction du poids total hors pain.

Sans le pain, la ration apporte 1600 kcal. La contribution des macronutriments à l'apport énergétique total du colis sans pain est donnée par le tableau V suivant :

**Tableau V** : *Les apports en macronutriments du colis alimentaire conseillé (sans pain)*

<b>Eléments</b>	<b>Apports en macronutriments exprimés en pourcentage d'énergie</b>
<b>Protéines</b>	<b>19%</b>
<b>Glucides</b>	<b>39%</b>
<b>Lipides totaux</b>	<b>40%</b>
<b>Acides gras saturés</b>	<b>13%</b>

Nous avons alors considéré que cette ration sans pain pourrait servir de base pour définir un colis alimentaire conseillé, formulé en pourcentage du poids de chaque groupe d'aliments dans le colis. La répartition est donnée par le tableau VI.

**Tableau VI** : *Les proportions de chaque groupe d'aliments dans un colis alimentaire conseillé*

<b>Groupes d'aliments</b>	<b>% par rapport au poids total du colis alimentaire conseillé</b>
<b>Viande/Poisson/Oeuf</b>	<b>12%</b> dont 17% de poisson du poids total des viande/poisson/oeuf
<b>Fruits et Légumes</b>	<b>34%</b> dont 66% de fruits par rapport au poids total des fruits et légumes
<b>Lait &amp; produits laitiers</b>	<b>33%</b> dont 71% de lait demi écrémé et 7% de fromage du poids total de lait et produits laitiers
<b>Féculents</b>	<b>15%</b> dont 50 % de féculents raffinés par rapport au poids total des féculents
<b>Matières grasses ajoutées</b>	<b>3 %</b> dont 63% de matières grasses végétales du poids total des matières grasses ajoutées
<b>Produits sucrés ou salés</b>	<b>3 %</b>

### **II.I.2 *Recommandations spécifiques à l'aide alimentaire***

Ces pourcentages sont d'abord arrondis pour faciliter l'utilisation sur le terrain. Puis, pour chaque groupe et sous-groupe d'aliments on fixe des seuils minimum ou maximum, comme suit :

1. La proportion des fruits et légumes doit être supérieure ou égale à 33% du poids total du colis. Les fruits doivent constituer au moins 50% du poids total des fruits et légumes.

On privilégie les fruits et légumes. Ils sont de bonne qualité nutritionnelle, par contre ils sont chers. La population de faible statut socio-économique n'est pas en mesure de les acheter au quotidien.

Les fruits ne sont pas non plus facilement accessibles pour l'ensemble de la population de faible statut socio-économique, surtout pour les personnes en situation de précarité.

2. Les féculents doivent représenter au plus 15% du poids total du colis, en limitant les féculents raffinés à  $\leq 50\%$  du poids total des féculents.

Les habitudes alimentaires des personnes de faible statut socio-économique sont caractérisées par une consommation importante de féculents. Il n'est donc pas nécessaire d'en donner trop. C'est pour cela qu'on avait déjà enlevé le pain. Malheureusement les féculents consommés par les personnes défavorisées sont essentiellement des céréales raffinées, ce qui limite l'intérêt nutritionnel de ces habitudes alimentaires. Si on donne des féculents, il vaut mieux privilégier en particulier les non raffinés et limiter les raffinés. On a favorisé l'apport en légumes secs, et en féculents non raffinés tels que les pommes de terre, car ils constituent une source importante de nutriments essentiels, donc un atout nutritionnel pour les personnes défavorisées.

3. Les apports en viande/poisson/oeuf doivent être égal au moins à 15% du poids total du colis. Les poissons doivent représenter plus de 20% du poids total des viande/poisson/oeuf,

Les denrées alimentaires du réseau des Banques Alimentaires les plus intéressantes et les «plus nobles» sont les viandes et autres produits carnés. Il est important de les inclure dans le colis, car ils coûtent chers dans le commerce et sont donc difficilement accessibles aux populations défavorisées. Ce sont aussi des sources irremplaçables de fer. L'enquête sur l'alimentation des ménages à bas revenu en France et toutes les données de la littérature internationale, font état

d'une consommation de poisson statistiquement plus faible par les personnes défavorisées que par le reste de la population. Il faut donc veiller à inclure suffisamment de poisson dans les colis.

4. Les produits laitiers doivent représenter au plus 33% du poids total du colis. Le lait demi - écrémé doit représenter au moins 66% du poids total des produits laitiers. Par contre l'apport en fromage doit être limité, il doit être inférieur à 10% du poids total des produits laitiers.

On limite l'apport en fromage, puisqu'une consommation modérée de fromage est recommandée en prévention des maladies cardio-vasculaires.

On privilégie le lait demi – écrémé même s'il n'est pas cher, car il est donné en grande quantité par l'Union Européenne. C'est un produit moins gras, il constitue aussi une source majeure de calcium. Il est spontanément consommé en quantité significativement plus importante par les populations les plus pauvres vs l'ensemble de la population.

5. La quantité de matières grasses ajoutées doit être inférieure à 2% du poids total du colis alimentaire conseillé. On cherchera à favoriser l'apport en matières grasses végétales.

L'alimentation de type occidental se caractérise par une forte contribution énergétique d'acides gras saturés. Les matières grasses végétales sont par contre recommandées, l'huile de colza en particulier, pour assurer un apport adéquat de C18:3 $\omega$ 3.

6. Le pourcentage du sucre et des produits sucrés ou des produits salés par rapport au poids total du colis conseillé doit être inférieur à 2%.

On limite les apports en sucre et produits sucrés, puisque la consommation de ces produits est déjà importante chez les enfants issus des familles pauvres. Ces produits ne coûtent pas chers, donc financièrement accessibles par les personnes en situation de précarité, ils peuvent s'en acheter par ailleurs.

Par contre les produits salés tels que les charcuteries coûtent assez chers dans le commerce. On a ainsi proposé un minimum d'apport de produits salés. Ces produits salés sont déjà disponibles auprès du réseau des Banques Alimentaires.

Nous aboutissons donc à des recommandations spécifiques à l'aide alimentaire. Spécifiques parce qu'elles :

- sont exprimées en proportions relatives d'aliments en poids comestibles,
- ne tiennent pas compte du pain,
- sont basées sur des hypothèses qui tiennent compte de ce que l'on sait de l'alimentation des populations défavorisées.

Ces recommandations spécifiques sont résumées dans le tableau VII suivant :

**Tableau VII : Les recommandations spécifiques à l'aide alimentaire.**

<b>GROUPES</b>	<b>Pourcentage de la quantité totale du colis</b>	<b>Pour 1 colis de 15 kg</b>
<b>Viande/Poisson/œuf</b>	$\geq 15\%$	$\geq 2,2$ kg
<b>Fruits et légumes</b>	$\geq 33\%$	$\geq 5$ kg
<b>Lait et Produits laitiers</b>	$\leq 33\%$	$\leq 5$ kg
<b>Féculeux (pds cuits)</b>	$\leq 15\%$	$\leq 2,2$ kg (pds cuits)
<b>Matières grasses ajoutées</b>	$\leq 2\%$	$\leq 300$ g
<b>Produits sucrés ou salés</b>	$\leq 2\%$	$\leq 300$ g
<b>SOUS-GROUPES</b>		
<b>Pain</b>	<i>Non donné</i>	<i>Non donné</i>
<b>Poisson</b>	$\geq 20\%$ poids total viande/poisson/œuf	$\geq 450$ g
<b>Lait ½ écrémé</b>	$\geq 66\%$ poids total lait et produits laitiers	$\geq 3,3$ litres
<b>Fromage</b>	$\leq 10\%$ poids total lait et produits laitiers	$\leq 500$ g
<b>Féculeux raffinés (pds cuits)</b>	$\leq 50\%$ poids total féculents	$\leq 1100$ g (pds cuits)
<b>Fruits</b>	$\geq 50\%$ poids total fruits et légumes	$\geq 2,5$ kg
<b>Graisses végétales</b>	$\geq 66\%$ poids total mat. grasses ajoutées	$\geq 200$ g

*Ce colis doit être complété de pain (ou autre féculent). Par exemple, 1,8 kg de pain pour un colis de 15 kg.*